CENTRO DE GESTIÓN TECNOLOGICA DE SERVICIOS
INFORME DE ACTIVIDADES

Nombre del Instructor: **MARTHA VIVIANA BERNAL SAAVEDRA**

No. Documento de Identidad: **1.112.298.211**

Fecha Elaboración					
DIA		MES		AÑO	
		1	0	2	1

A continuación, relaciono las actividades desarrolladas del **01 al 31 de octubre de 2021.**

No.	Fecha DD/MM/AA	Nombre IE o lugar donde realizo la actividad	Descripción de la actividad	Evidencia
1	01/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
2	01/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
3	02/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
4	04/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
5	05/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
6	06/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO

7	07/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
8	08/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
9	08/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
10	11/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
11	12/10/2021	CASA	Apoyo consolidación Semillero Salud y Actividad Física.	Soporte Drive.
12	12/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
13	13/10/2021	CASA	Taller sensibilización Primeros Juegos Inclusivos.	Informe escrito
14	14/10/2021	CASA	Taller sensibilización Primeros Juegos Inclusivos.	Informe escrito
15	15/10/2021	CASA	Taller sensibilización Primeros Juegos Inclusivos.	Informe escrito
16	16/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y

				CORREO ELECTRONICO
17	19/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
18	19/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
19	20/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
20	21/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
21	22/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
22	23/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
23	25/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
24	26/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO

25	27/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
26	28/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
27	28/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
28	29/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
29	29/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
30	30/10/2021	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO

Atentamente,

MARTHA VIVIANA BERNAL SAAVEDRA

CC: 1.112.298.211

Vbo. _____

Aleedi Travis Ruiz

Coordinadora