INSTITUTO PARA EL DESARROLLO Y PRÁCTICA DEL DEPORTE LA RECREACIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE, INDER-GUARNE

Nit. 811.007.013-1
Dirección: Carrera 53 # 46A-368
Municipio de Guarne - Antioquia
Telefono: (604) 551 1157
Email: inder@guarne-antioquia.gov.co

DOCUMENTO EQUIVALENTE	
N°	4

Nombre del Contratista:		LAURA MARCELA PARRA ESPINOSA
Número de Cédula		1036965542
Dirección:		VEREDA LA HONDITA
Ciudad/Municipio:		GUARNE
Número de Teléfono:		3136642394
Email:		LMPE.2108014@GMAIL.COM
Fecha:		30 de Mayo del 2022
Acta de Pago:		4
Información Bancaria	Banco	Bancolombia
	Tipo de Cuenta	ahorros
	Número	16100019195
Valor Total del Contrato:	$	9.690.000,00

Número y Objeto Contractual	Cantidad	Valor Unitario	Valor Total
Prestación de servicios de apoyo a la gestión como educador físico en aeróbicos rurales y grupos de la tercera edad en el municipio de Guarne N°118	1	$ 1.938.000,00	$ 1.938.000,00

Total	$	1.938.000,00
ReteFuente Honorarios 10%		
Estampilla Procultura	$	-
Estampilla Prohospital	$	19.380,00
Estampilla Probienestar Adulto Mayor	$	77.520,00
Valor Neto a Pagar	$	1.841.100,00

Este Documento solo aplica para personas que no estan obligadas a facturar

Para la ejecución del contrato, requiero la vinculación por un término superior a noventa (90) días continuos o discontinuos. Más de dos (2) trabajadores o contratistas asociados a la actividad.

Seleccione una opción.	SI	NO	**X**

SuAporte | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2022-05-26, 04:19:23 PM **Tipo Planilla:** I: PLANILLA INDEPENDIENTES **Numéro Planilla:** 55651070

Periodo Cotización: abril de 2022 **Periodo Servicio:** abril de 2022

PAGADO 26/05/2022

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	LAURA MARCELA PARRA ESPINOSA		
Documento	CC1036965542	**Dirección**	VÍA 0 #0 - 0 VEREDA LA HONDITA
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	3136642394
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO
Ciudad	GUARNE	**Departamento**	ANTIOQUIA
Representante Legal		**Identificación**	
Total Afiliados	1	**ARP**	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																				Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales					Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	RET P	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC 1036965542	LAURA MARCELA PARRA ESPINOSA	59	00																	0	30	30	30	30	(230301) PORVENIR	$ 1.000.000	$ 160.000	(EPS040) SAVIA SALUD	$ 1.000.000	$ 125.000	0,522	$ 1.000.000	$ 5.300	(CCF04) COMFAMA	$ 1.000.000	$ 20.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 310.300

III.TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.000.000	$ 1.000.000	$ 1.000.000	$ 1.000.000	$ 160.000	$ 125.000	$ 5.300	$ 20.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 310.300	$ 0	$ 310.300

ARUS, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77. Línea Ética: 018000 517806.

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

Comprobante

de pago en línea

ENLACE OPERATIVO S.A.

Pago realizado por: DANIELA ORTIZ ORTIZ

Nro. de recibo: 55651070

Descripción del pago: Pago de Seguridad Social

Identificación del contribuyente: 10.0.19.58

Concepto: CC

Razón Social: 1036965542

Fecha y hora de la transacción: Jueves 26 de Mayo de 2022 04:15:11 PM

Nro. de comprobante: 0000035225

Valor pagado: $ 310,300.00

Cuenta: *******7454

Bancolombia S.A.

Comuníquese con nuestra Sucursal Telefónica Bancolombia: Bogotá 343 0000 - Medellín 510 9000 - Cali 554 0505 - Barranquilla 361 8888 - Cartagena 693 4400 - Bucaramanga 697 2525 - Pereira 340 1213 - El resto del país 01 800 09 12345 - Sucursales Telefónicas en el exterior: España 900 995 717 - Estados Unidos 1866 379 9714, en caso de recibir una alerta o notificación de una transacción que presenta alguna irregularidad.

Bancolombia nunca le solicitará sus datos personales o de sus productos bancarios mediante vínculos de correo electrónico. En caso de recibir alguno, repórtelo de inmediato a correosospechoso@bancolombia.com

Datos de referencia del contrato					
Periodo del informe:	MAYO		**Supervisor del Contrato:**	**Oscar Alexander Guevara Saavedra**	
Contratista:	LAURA MARCELA PARRA	**Objeto del contrato:**	Prestación de servicios de apoyo a la gestión como educador físico en aeróbicos rurales y grupos de la tercera edad en el municipio de Guarne	**No. Del contrato:**	118

Detalle de avance en productos y actividades					
N°	**Actividades contractuales.**	**Descripción de actividades ejecutadas en el periodo**	**Documentos de soporte o evidencias.**	**N°. De usuarios atendidos**	**Observaciones**
1	Informar a la comunidad acerca de la oferta de servicios de la entidad y los programas que acompaña.	Informé de forma verbal a la comunidad atendida sobre todos los programas realizados por la institución y la importancia de participar en ellos.	Planillas de asistencia	190 usuarios	Se enfatiza a los usuarios el participar en los programas los cuales les ayuda a mantener un buen estilo de vida saludable
2	Acompañar los eventos locales que se realicen en el municipio, relacionados con las actividades que acompaña en el marco de su objeto contractual.	En este mes no se realizaron eventos que requieran de mi apoyo.	N/A	N/A	Quedo atenta a los eventos locales próximos.
3	Acompañar los eventos regionales que se desarrollen en el departamento de Antioquia en los que participe en representación del municipio de Guarne, relacionados con las actividades que acompaña en el marco de su objeto contractual.	En este periodo no se realizaron eventos que requirieran de mi apoyo.	N/A	N/A	Quedo atenta a los eventos que se presenten en los próximos periodos.
4	Realizar registro fotográfico y control de asistencia en las sesiones que acompaña	Realice registros y toma de asistencia de la población asistente a los programas.	Fotografías/ planillas	190 usuarios	Se dio un buen avance con los procesos y se nota el interés

	en el marco del desarrollo de su objeto contractual.				de la población con su participación a los programas.
5	Aplicar de manera adecuada y oportuna los correctivos y estímulos a los participantes de las sesiones que acompaña en el marco de su objeto contractual.	Al inicio de clase recomiendo a los usuarios trabajar al ritmo de cada uno, promoviendo el autocuidado.	Fotografías/ planillas	190 usuarios	La población responde muy positivamente y muestran un gran avance en las actividades propuestas
6	Realizar un informe que permita hacer seguimiento de las personas vinculadas al programa que acompaña y su fidelidad al mismo.	Realice un informe donde se describe las actividades y la población asistente a las sesiones de clase.	Informe	190 usuarios	En este informe también se describe de las actividades que realice durante el periodo.
7 …	Apoyar el proceso de convocatoria permanente acorde a las metas establecidas para los diferentes programas.	Antes de iniciar las clases invité a la comunidad a que participen en los diferentes programas que ofrece el instituto de deportes.	Planillas de asistencia	190 usuarios	También se hizo énfasis a los usuarios en compartir la información para llegar a más personas.
8	Participar en el desarrollo de las jornadas pedagógicas que se programen en la entidad con la finalidad de fortalecer y mejorar los procesos metodológicos del programa que acompaña.	El día jueves 5 de este mes se realizó reunión de actividad física donde se habló de informes, dudas y semáforo.	Fotografía	16 promotores	En esta reunión se habló sobre dudas con el informe y semáforo.
		El día 13 de este mes, participé en la capacitación de primeros auxilios psicológicos dictada por el centro de medicina Inder Guarne.	Fotografía	Entrenadores y promotores que asistieron.	La capacitación se realizó con el fin de saber cómo actuar en casos de agresiones psicológicas y como intervenir en ellos oportunamente.
		El día 10 de mayo se realizó reunión de actividad física donde se enfatizó sobre el semáforo y los documentos que faltaba por entregar.	Fotografía	16 promotores	La reunión se realizó en el centro de medicina deportiva.
		El día 12 de mayo se realizó capacitación de rumba dictada por el promotor Víctor Rúa.	Fotografía	16 promotores	La capacitación se realizó en centro vida.

		El día 19 de mayo se realizó capacitación de Hidroaeróbicos dirigida por la promotora Nora Zapata	Fotografía	16 promotores	La capacitación se realizó en centro vida y participe en la clase de Hidroaeróbicos en la piscina municipal.
9	Aeróbicos rurales, catorce (14) sesiones semanales, las cuales pueden ser realizadas de forma virtual utilizando las diferentes plataformas digitales, en virtud de la pandemia del Coronavirus COVID – 19 o de forma presencial, cumpliendo con los protocolos de Bioseguridad para evitar el contagio, de acuerdo a las Directrices Nacionales, Departamentales y Municipales.	Realicé clases musicalizadas en las siguientes veredas: el Sango, Juan XXIII, Berracal, Garrido, Alto del Virgen y Romeral. Se utiliza música muy variada acorde a la población atendida.	Fotografías/ planillas	31 usuarios	En la vereda Chaparral no se ha iniciado clases por falta de espacio.
10	Trece (13) sesiones semanales de actividad física con los grupos de la tercera edad.	En los grupos de Adulto Mayor Yolombal, Montañez y Guamito se realizaron las actividades teniendo muy buena asistencia.	Fotografías/ planillas	35 usuarios	La comunidad atendida queda muy contenta con las actividades realizadas.
11	Dos (2) sesiones semanales de aeróbicos urbanos.	Se inició con el grupo del barrio Comfama, teniendo muy buena asistencia y actitud.	Fotografías/ planillas	15 usuarios	La comunidad atendida queda muy contenta con la actividad realizada.
12	Acompañamiento a las actividades que determine la Gerencia, con previa antelación, para el buen funcionamiento y fortalecimiento del Instituto en la atención a los usuarios del INDER – GUARNE.	Dicté clases de educación física en los siguientes centro educativos: Yolombal, Montañés y Guamito.	Fotografías/ planillas	109 usuarios	Los estudiantes responden muy bien a las actividades propuestas en cada clase.
13	Apoyar la implementación y puesta en marcha de los protocolos de Bioseguridad del Instituto en sus actividades.	Informé a la población atendida en cada clase sobre el buen uso del tapabocas y alcohol, lo mismo con el distanciamiento social.	Fotografías	190 usuarios	La población responde a las recomendaciones dadas en clase.

LAURA MARCELA PÁRRA ESPINOSA	
Firma de Quien Reporta	
Visto Bueno	**aprobado**

Fecha:	23/05/2022	**Fecha:**	23/05/2022
Número de Actividad Contractual:	9	**Número de Actividad Contractual:**	9
Lugar:	Romeral	**Lugar:**	Alto de la Virgen
Actividad	Aeróbicos	**Actividad**	Aeróbicos
			

Fecha:	11/05/2022	**Fecha:**	25/05/2022
Número de Actividad Contractual:	12	**Número de Actividad Contractual:**	9
Lugar:	C.E.R Montañés	**Lugar:**	Juan XXIII
Actividad	Baloncesto	**Actividad**	Aeróbicos
			

Fecha:	10/05/2022	**Fecha:**	24/05/2022
Número de Actividad Contractual:	9	**Número de Actividad Contractual:**	9
Lugar:	Garrido	**Lugar:**	Sango
Actividad	Aeróbicos	**Actividad**	Caminata
			

Fecha:	25/05/2022	**Fecha:**	12/05/2022
Número de Actividad Contractual:	9	**Número de Actividad Contractual:**	8
Lugar:	Berracal	**Lugar:**	Centro Vida
Actividad	Aeróbicos	**Actividad**	Capacitación
			

Fecha:	12/05/2022	**Fecha:**	25/05/2022
Número de Actividad Contractual:	12	**Número de Actividad Contractual:**	10
Lugar:	I.E.R Guamito	**Lugar:**	J.A.C Montañés
Actividad	Baloncesto	**Actividad**	Ejercicios de fuerza
			

Fecha:	04/05/2022	**Fecha:**	23/05/2022
Número de Actividad Contractual:	10	**Número de Actividad Contractual:**	12
Lugar:	J.A.C Yolombal	**Lugar:**	I.E.R Ezequiel Sierra
Actividad	Ejercicios de fuerza	**Actividad**	Baloncesto
			

Fecha:	12/05/2022	**Fecha:**
Número de Actividad Contractual:	10	**Número de Actividad Contractual:**
Lugar:	Guamito	**Lugar:**
Actividad	Ejercicios de fuerza	**Actividad**
		

Fecha:	20/05/2022	**Fecha:**	13/05/2022
Número de Actividad Contractual:	11	**Número de Actividad Contractual:**	8
Lugar:	J.A.C Barrio Comfama	**Lugar:**	Auditorio Inder
Actividad	Aeróbicos	**Actividad**	Capacitación primeros auxilios
			

Fecha:	19/05/2022	**Fecha:**	05/05/2022
Número de Actividad Contractual:	8	**Número de Actividad Contractual:**	8
Lugar:	Piscina municipal	**Lugar:**	Centro vida
Actividad	Capacitación de hidro aeróbicos	**Actividad**	Reunión
			

LISTADO DE ASISTENCIA EDUCACIÓN FÍSICA EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS RURALES

INDER GUARNE

MONITOR Laura Para.

FECHA	INSTITUCION	GRUPOS ATENDIDOS	Nº PARTICIPANTES	FIRMA COORDINADOR O DOCENTE	DOCUMENTO	TELEFONO
04-05-2022	Montañes Abajo	Primero a Quinto	14	Maria Margarita Gallego J.	21784538	3117571838
11-05-2022	Montañes Abajo	Primero a Quinto	14	Maria Margarita Gallego J.	21784538	3117571838
25-05-2022	Montañes Abajo	Primero a Quinto	14	Maria Margarita Gallego J.	21784538	3117571838
05-05-2022	Guamito - FEM	Preescolar 5º	45	Margarita Botero Holdón	32523362	3137047441
12-05-2022	Guamito - FEM	Preese - Quinto	45	Margarita Botero Holdón	32523362	3137047441
19-05-2022	Guamito - FEM	Preese - Quinto	45	Margarita Botero Holdón	32523362	3137047441
26-05-2022	Guamito - FEM	Preese - Quinto	45	Margarita Botero Holdón	32523362	3137047441
02-05-2022	I.E.R Ezequiel Sierra	Prees - Quinto	50	Lina Maria Arango	43527628	3176614821
09-05-2022	I.E.R Ezequiel Sierra	Prees - Quinto	50	Lina Maria Arango	43527628	3176614821
23-05-2022	I.E.R. Ezequiel Sierra	Prees - Quinto	50	Lina Maria Arango	43527628	3176614821

Escaneado con CamScanner

ADULTO MAYOR

INDER GUARNE

lugar	Columbul	monitor	Laura Rivera

#	Nombres Completos	Telefono	Mes: Mayo 02	09									Firmas
1	Soledad Pulgarin	3209731548	—	+									Soledad Pulgarin
2	Ana Rosa Isaza	— " —	+	—									Ana Rosa
3	Herminda Gomez	3216451530	—	—									
4	Nohelia Isaza	3122233001	—	—									
5	Maria Ochoa	3123335007	—	—									Maria Ochoa
6	Rubiela Escobar	— " —	—	+									Rubiela
7	Luz Aura Isaza	— " —	—	—									Luz Aura
8	Alicia Cardona	3113393731	+	—									Alicia
9	Sayra Isaza	— " —	—	—									Sayra Isaza
10	Rosa Ana Ochoa	3122528540	—	+									Rosa Ana.
11													
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													
19													

LIDER Rosa Lina Ochoa TELEFONO 3122528540 FIRMA Rosa Ochoa

Escaneado con CamScanner

ADULTO MAYOR

INDER GUARNE

lugar	Montañés	monitor	Laura Parra

#	Nombres Completos	Telefono	Mes: 04	11	25								Firmas
1	Rosa ESPinosa		+	-	-								ROSA ESPINOSA
2	LUFE CORREA H.	3137437868	-	-	-								
3	[illegible]	3013016253	-	-	-								
4	[illegible]	[illegible]	-	-	-								
5	[illegible]	3016022646	-	-	+								
6	Genoveva ESPinosa	3701467502	-	-	-								Genoveva
7	Martha ESPinosa D.	3127387805	-	-	-								Martha
8	[illegible]	3107903778	+	-	-								
9	[illegible]	3103719960	-	-	-								
10	[illegible]	3041093273	-	-	+								
11	[illegible]	5168726051	-	-	-								
12	[illegible]	557 9717	-	+	-								
13	[illegible]	3147015786	-	-	-								
14	[illegible]	3104480207	-	-	+								
15													
16													
17													
18													
19													

LIDER [illegible] TELEFONO 3107903778 FIRMA [illegible]

Escaneado con CamScanner

ADULTO MAYOR

INDER GUARNE

lugar	Guamito		monitor	Laura Ruiz

Mes: Mayo

#	Nombres Completos	Telefono	05	12	19	26							Firmas
1	Aleyda Marin Marin	3186212648	—	—	+	—							Aleyda Marin M
2	Nohelia Jaramillo	3207153189	—	—	—	+							— o —
3	Maiva Tirado Lopez	3218[illegible]4	/	/	/	/							Maiva
4	Blanca Socorro Jaramillo	3146009693	—	—	—	+							Blanca
5	Margelina Sepulveda	— o —	/	/	/	/							— o —
6	Gracelia Hernandez	3113317746	/	/	/	/							Gracelia Hernandez
7	Luz Dary Flores	3006990130	X	/	/	/							Luz Dary Flores
8	Rubiela Hernandez Aguirre	3127364386	/	/	—	+							Rubiela Hernandez
9	Eladia Elena Soto G.	3227683250	/	/	—	+							Eladia S.
10	Adelfa Franco S.	3196994686	—	/	/	/							— o —
11	Donaldo Pino O.	3105386902	—	+	/	/							Donaldo O.
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													
19													

LIDER Luz Dary Flores TELEFONO 3006990130 FIRMA Luz Dary F

Escaneado con CamScanner

FORMATO PARA PLANEACION DE CLASE

NOMBRE PROMOTOR:		LAURA MARCELA PARRA ESPINOSA
FECHAS:		MAYO
GRUPOS:		ADULTO MAYOR (YOLOMBAL, MONTAÑES, GUAMITO)
OBJETIVO:		Fortalecer en los adultos mayores sus capacidades físicas.
DESARROLLO DE ACTIVIDADES:		
PARTE INICIAL: Saludo y calentamiento	TIEMPO: 10 minutos	• Se le da un corto saludo al grupo y realizan la oración. • Se da a realizar un calentamiento previo con movimiento articular.
PARTE CENTRAL: Ejercicios de fuerza, rumba aeróbica, charla.	TIEMPO: 40 minutos	• En la primera semana realizamos ejercicios con tarros llenos de arena para trabajar fuerza en tren superior con ejercicios de acorde a ellos. • En la segunda semana realizamos una charla sobre salud e higiene oral. • En la tercera y cuarta semana realizamos rumba aeróbica ya que les gusta mucho el baile.
PARTE FINAL: Vuelta a la calma y despedida	TIEMPO: 10 minutos	• Se hacen ejercicios de respiración para la vuelta a la calma y dar por terminado.
OBSERVACIONES:		La comunidad queda muy contenta y responden muy bien a las clases realizadas.
MATERIALES:		Tarros y equipo de sonido
METODOLOGIA:		Descubrimiento guiado.

FORMATO PARA PLANEACION DE CLASE

NOMBRE PROMOTOR:		LAURA MARCELA PARRA ESPINOSA
FECHAS:		MAYO
GRUPOS:		AERÓBICOS RURALES Y URBANOS (Alto de la virgen, Romeral, Sango, Garrido, Juan XXIII, Berracal, Barrio Comfama)
OBJETIVO:		Permitir a los usuarios realizar actividad física por medio de actividades musicalizadas con el objetivo de tener una buena coordinación, resistencia y fuerza. Saliendo un poco de la rutina realizando actividad musicalizada.
DESARROLLO DE ACTIVIDADES:		RUMBA AERÓBICA
PARTE INICIAL: Saludo y calentamiento	TIEMPO: 10 minutos	Se da a realizar un calentamiento previo con movimiento articular. Saludo de bienvenida. Recomendaciones generales para la ejecución de la clase. Por medio de ritmos musicales suaves se van activando articulaciones y músculos.
PARTE CENTRAL:	TIEMPO: 40 minutos	La clase se va ejecutando con el acompañamiento de diferentes géneros musicales, los cuales tienen pasos específicos y con ellos se van realizando pequeños esquemas con el fin de trabajar lateralidad, con ritmos de música electrónica trabajamos un poco de funcional, ejercicios con el propio peso para trabajar la fuerza.
PARTE FINAL: Vuelta a la calma y despedida	TIEMPO: 10 minutos	Se enfatiza en una correcta respiración para volver a la calma, se estira cada parte del cuerpo. Agradecemos la participación en la sesión de clase y se hace la despedida.
OBSERVACIONES:		La comunidad queda muy contenta y responden muy bien a las clases realizadas.
MATERIALES:		Equipo de sonido.

METODOLOGIA:	Descubrimiento guiado.

FORMATO PARA PLANEACION DE CLASE

NOMBRE PROMOTOR:		LAURA MARCELA PARRA ESPINOSA
FECHAS:		MAYO
GRUPOS:		ESCUELAS SALUDABLES (YOLOMBAL, MONTAÑES, GUAMITO)
OBJETIVO:		Identificar la importancia del trabajo coordinativo en el baloncesto.
DESARROLLO DE ACTIVIDADES:		BALONCESTO
PARTE INICIAL: Saludo y calentamiento	TIEMPO: 10 minutos	• Se le da un corto saludo a los estudiantes y se les explica la actividad a realizar. • Se da a realizar un calentamiento previo con movimiento articular o trote suave alrededor de la cancha.
PARTE CENTRAL: baloncesto	TIEMPO: 40 minutos	• Se inicia la primera semana con introducción sobre el baloncesto, reglas Y en que consiste el deporte. • En la segunda semana se trabaja la técnica para driblar el balón. Se realiza ejercicios para que ellos aprendan bien la técnica. • En la tercera y cuarta semana se trabaja conducción y pases con el balón, realizando ejercicios fáciles para que ellos aprendan de acuerdo a sus habilidades.
PARTE FINAL: Vuelta a la calma y despedida	TIEMPO: 10 minutos	• Se hacen ejercicios de respiración y estiramiento para la vuelta a la calma y dar por terminado.
OBSERVACIONES:		Los estudiantes quedan muy contentos y responden muy bien a la actividad.
MATERIALES:		Balón, pito.
METODOLOGIA:		Descubrimiento guiado.

AEROBICOS URBANOS

INDER GUARNE

lugar		Barrio Comfama.		monitor	Laura Porras																
#	Nombres Completos	Telefono	Mes: Mayo																		Firmas
			6	13	20	27															
1	Ana Clara Gonzales	3142846330	-	-	-	-															
2	Beatriz Rua	3112315057	+	-	-	-															
3	Celly Espinosa	—o—	-	-	-	+															
4	Piedad P. Lopez	3125063044	+	-	-	+															
5	Lucero Perez	3008717478	-	-	-	-															
6	Hector Jaramillo	— o —	-	-	-	-															
7	Jennifer	3249833305	-	-	-	-															
8	Nubia Herrera.	— o —	-	-	-	-															
9	Paula Andrea	3127405898	-	-	-	+															
10	Sergio Gonzales	3127985575	-	-	-	-															
11	Mery Cardenas	3136612191	-	-	-	-															
12	Luis Rojas	3127650127	-	-	+	-															
13	Hermia Pita	—o—	-	-	-	-															
14	Erika Cardona	—o—	-	-	-	-															
15	Luisa Monsalve	3205215205	-	-	-	+															
16																					
17																					
18																					
19																					
20																					

LIDER Hector Jara. TELEFONO 3109129817 FIRMA Hector Jara.

Escaneado con CamScanner

AERÓBICOS RURALES

INDER GUARNE

lugar		Alto de la Virgen						monitor					Laura Parra
#	Nombres Completos	Telefono	Mes: Mayo										Firmas
			02	16	23								
1	Luz Aida Cardona	3117403543	+	-	-								Luz Aida
2	Belarmina Hernandez	3126237071	-	+	-								Belarmina
3	Paula Andrea Osorio	---	+	-	-								Paula Osorio
4	Helena Alvarez	3207043112	-	-	+								Helena
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													
19													

LIDER Luz Daniela TELEFONO 312 6254201 FIRMA

Escaneado con CamScanner

AERÓBICOS RURALES

INDER GUARNE

lugar	Romeral	monitor	Laura Rivera

#	Nombres Completos	Telefono	Mes: Mayo 02	16	23								Firmas
1	Ana Rios	322 [illegible]	-	-	-								
2	Diana Zapata	- " -	-	-	+								
3	Doris Alzates	319 7107647	-	-	+								
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													
19													

LIDER Diana Zapata TELEFONO 340 651 1732 FIRMA

Escaneado con CamScanner

AERODICOS RURALES

INDER GUARNE

lugar	Sango	monitor	Wendy Pura

Mes: Mayo

#	Nombres Completos	Telefono	03	10	24									Firmas
1	Lucelly Arias A	3207708255	X	-	-									Lucelly A
2	Luz Angela Zapata G	3113Blanks	-	-	-									L Angela Zapata
3	Gloria Elena Cardona H	3104925639	-	+	-									Gloria Elena Cardona H
4	Maria Olinda Gil	21.025444	-	-	-									Olinda Gil
5	Nubia Zapata	3127181736	-	-	+									Nubia Zapata
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														
16														
17														
18														
19														
20														

LIDER Wendy Agudelo TELEFONO 3206201061 FIRMA

Escaneado con CamScanner

AERÓBICOS RURALES

INDER GUARNE

lugar		Garrido								monitor			Luisa Rivera
#	Nombres Completos	Telefono	Mes: Mayo										Firmas
			03	17	24								
1	Yorline Zapata.	— " —	+	/	/								— " —
2	Hilda Londoño	3101547512	-	-	x								Hilda Lon
3	Blanca Flórez	3147625552	/	/	/								Blanca Flórez.
4	Andrea Echeverri	— " —	/	/	x								Andrea E.
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													
19													

LIDER Blanca Flórez TELEFONO 3147625552 FIRMA Blanca.

Escaneado con CamScanner

AERÓBICOS RURALES

INDER GUARNE

lugar	Juan XXIII	monitor	Lucia Parra

#	Nombres Completos	Telefono	Mes: Mayo 04	11	25								Firmas
1	Yohana Andrea Florez	3005974267	—	—	T								Yohana Florez
2	Ismenia Flores Flores	3177499788	—	—	—								
3	Isabella Londoño Flores	3177625115	—	—	T								Isabella Londoño M.
4	Teresa ortiz	3206428055	T	—									
5	Margarita [illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]								[illegible]
6	Alba Patricia Jaramillo B	3116716500	I	I	I								Alba Jaramillo -
7	ALVA INGRID B.	3146121492	—	—	—								
8	Mary Sol Flores H.	3137485396	—	—	—								Mary S
9	María Primitiva Carolona O	3217324363	—	—	—								María Primitiva C
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													
19													

LIDER Mary Sol Flores TELEFONO 3137485396 FIRMA Mary S

Escaneado con CamScanner

AERÓBICOS RURALES

INDER GUARNE

lugar	Berracal	monitor	Laura Parra

Mes: Mayo

#	Nombres Completos	Telefono	04	11	25								Firmas
1	Martory Ramirez O.	3245590133	/	/	/								Martory Ramirez
2	Eliana yaneth Ospina	3225854368	X	X	/								Eliana O.
3	Iris Velasco	3113272528	/	X	/								Iris Velasco
4	Xiomara Gómez	3135639221	X	/									Xiomara GS
5	Sara Ramirez	3135525732		/	/								sara RV
6	Maria Lily Montoya.	3127341912	/	/	X								Lily Montoya
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													
19													

LIDER Maria Lily TELEFONO 3127341912 FIRMA Lily Montoya

Escaneado con CamScanner