Radicado: R 202202004102
Fecha:21/06/2022 13:14:32.787

Asunto: 528 - INFORME DE ACTIVIDADES
Remitente:KATISH HIDARI RECALDE CAMPOS
Ruta: RUTA DE PAGOS

Fecha de presentación DD MM AAAA			Período de Informe	De			Hasta		
				21	05	2022	20	06	2022
20	06	2022							
Contratista			Katish Hidari Recalde	CC	52152664				
				CE					
				NIT					
Liga			Antioqueña de Gimnasia						
Deporte			Gimnasia	**Modalidad**			Trampolín		
Atletas a cargo			**Femenino** 4 **Masculino** 4						
Informe de actividades N°			5	**Convenio o Contrato N°**			133 de 2022		
Objeto del convenio o Contrato			restación de servicios de un entrenador principal para apoyar la preparación técnico-táctica, teórica y condicional de los atletas de la Liga Antioqueña de Gimnasia modalidad Trampolín.						
Supervisor del contrato			Jairo Jiménez Moreno						

INFORME TÉCNICO

1. Asistencia mensual.

NOMBRE	# SESIONES PROGRAMADAS	# SESIONES REALIZADAS	VOLUMEN	% CUMPLIMIENTO
			Horas	
ANGEL HERNANDEZ RECALDE	26	26	104	100%
ALVARO CALERO RAMON	26	26	104	100%
MIGUEL ANGEL MONTOYA	26	26	104	100%
MANUEL SIERRA	26	26	104	100%
KATISH HERNANDEZ RECALDE	26	26	104	100%
PAULA OLIER	20	20	80	100%
VALERIA URIBE	20	20	80	100%
SOFIA PINEDA	20	20	80	100%

2. Objetivos planeados para el mes, por componentes de preparación.

OBJETIVO GENERAL: Realizar las rutinas de competencia con un acumulado de 20 sin error, ni modificación durante su ejecución.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Físicos: Fortalecer articulaciones de rodillas y tobillos para la fase de competencia, trabajar fuerza isométrica de espalda y abdomen para soportar la carga de los esquemas venidera
- Técnicos: Reducir el desplazamiento horizontal mediante un trabajo de despegue con la máxima verticalidad.
- Tácticos: Afianzar la seguridad del atleta para el manejo de salida acrobática de las esquinas y laterales de la cama elástica para llegar al centro de ejecución del trampolín.
- Psicológicos: Manejo de ansiedad en competencia.
- Teóricos: Ampliar el conocimiento del nuevo reglamento de gimnasia.

3. Describa las tareas, ejercicios o acciones realizados para dar cumplimiento a cada uno de los objetivos propuestos para el mes.

HORARIO DE ACTIVIDADES REALIZADAS
COLOCAR HORA Y ACTIVIDAD DE CADA SESIÓN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
					CHEQUEO	SIMULACRO COMPETENCIA
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
VIAJE	VIAJE A COMPETENCIA	VIAJE COMPETENCIA	ENTRENAMIENTO COMPE	COMPETENCIA ITALIA	COMPETENCIA ITALIA	RETORNO
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
RETORNO	ENT BASE	ENT BASE	DOS DE DIF	DOS DE DIF	DESCANSO	DESCANSO

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
CONCENTRACION CANTIDAD	CONCENTRACION CANTIDAD	CONCENTRACION CANTIDAD	CONCENTRACION CANTIDAD	CONCENTRACION CANTIDAD	CONC RECUPERACION	CONCENTRACION CANTIDAD
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
CONCENTRACION CANTIDAD	CONCENTRACION CANTIDAD	CONCENTRACION CANTIDAD	CONCENTRACION CANTIDAD	CONCENTRACION CANTIDAD	CONC RECUPERACION	CONCENTRACION CANTIDAD

LUNES						
CONCENTRACION CALIDAD						

4. De acuerdo a los diferentes objetivos propuestos, las principales metas individuales o grupales alcanzadas por los atletas o el equipo fueron:

ATLETA	METAS INDIVIDUALES
ALVARO CALERO - ANGEL HERNANDEZ	MEJORAN SALIDAS ATRÁS
PAULA OLIER - MANUEL SIERRA Y MIGUEL ANGEL MONTOYA	AUMENTAN DIFICULTAD
KATISH HERNANDEZ	TRABAJA CON LESIÓN PSOAS NO AVANZA MUCHO
VALERIA URIBE	ENTRENAMIENTO FISICO POR FRACTURA
SOFIA PINEDA	AUMENTA DIFICULTAD A DOBLES

EQUIPO	METAS GRUPALES ALCANZADAS
	NO APLICA NO SE ENTRENA SINCRONIZADO

5. ¿Test pedagógicos realizados durante el mes?, Especifique el o las pruebas y anexe los resultados NO APLICA

COMPETENCIAS

6. Facilite los resultados de sus dirigidos en competencias preparatorias y/o fundamentales a nivel nacional /internacional en las que hayan participado durante el último mes.

Nombre del evento: COPA DEL MUNDO ITALIA RIMMINI

		Medallas alcanzadas ANTIOQUIA		
Prueba	Medallas Posibles	Oro	Plata	Bronce
TRAMPOLIN INDIVIDUAL	1			

NOTA. **Recordar que el Seguimiento de resultados en eventos (F-AT-26) se debe entregar 5 días hábiles siguientes al evento.**

7. Con base en lo anterior, realice un breve análisis de los resultados competitivos

ANGEL HERNANDEZ CONSIGUE EL TERCER PUESTO EN LA PRELIMINAR EN UN EVENTO EN EL CUAL SE PRESENTARON 68 DEPORTISTAS EL ALCANZÓ UNA NOTA QUE LO COLOCARÍA EN RANKING CLASIFICATORIO A JUEGOS OLÍMPICOS 2024.

LESIONES/REHABILITACIÓN/CONTROL BIOMÉDICO

8. Información de los controles biomédicos realizados por medicina.

NO APLICA

9. ¿Alguno de sus atletas ha presentado lesiones o inconvenientes de orden médico durante el último mes?

En caso afirmativo, mencione cuál fue el diagnóstico, tratamiento y proceso de rehabilitación.

ALVARO CALERO - LESIÓN DEL PIE VA EN PROCESO DE FISIOTERAPIA
ANGEL HERNANDEZ - CONTROL DE CARTÍLAGO DE RODILLA

KATISH HERNANDEZ - SEGUIMIENTO DE DOLOR DE PSOAS QUE LE IMPIDEN CIERTOS GESTOS DEPORTIVOS

PLANIFICACIÓN DEL SIGUIENTE MES

10. Objetivos propuestos para el mes: Durante el mes de Junio a Julio tendremos competencia como el Campeonato Panamericano y Juegos Bolivarianos después de estos dos eventos se empezaran a preparar los esquemas para el Campeonato Nacional en categoría junior que tendrá lugar en agosto en la ciudad de Bucaramanga

11. Principales actividades por realizar.

PRINCIPALES ACTIVIDADES A REALIZAR

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
		CHEQUEO	SALIDA A COMPETEN CIA	COMPETEN CIA	COMPETEN CIA	COMPETEN CIA
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
COMPETEN CIA	COMPETEN CIA	RETORNO	VIAJE A JUEGOS BOLIVARIAN OS	COMPETEN CIA	COMPETEN CIA	COMPETEN CIA
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
COMPETEN CIA	RETORNO	RECUPERA CION	RECUPERA CION	RECUPERA CION	DESCANSO	DESCANSO
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
PAREJAS Y NUEVAS DIF	PAREJAS Y NUEVAS DIF	PAREJAS Y NUEVAS DIF	PAREJAS Y NUEVAS DIF	PAREJAS Y NUEVAS DIF	PAREJAS Y NUEVAS DIF	PAREJAS Y NUEVAS DIF
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
PAREJAS Y NUEVAS DIF	PAREJAS Y NUEVAS DIF	PAREJAS Y NUEVAS DIF				

12. Metas para alcanzar en el mes LAS METAS SON LOGRAR TERMINAR LOS ESQUEMAS EN COMPETICIÓN CONSEGUIR EL ORO PANAMERICANOS Y TRES OROS EN JUEGOS BOLIVARIANOS
13. Test a realizar en el mes. NO APLICA
14. Observaciones: NO APLICA

Yo, el abajo firmante, certifico que la información contenida en el presente informe corresponde a la planificación del mes

Nota: ***Anexe en un archivo adjuntos las evidencias correspondientes al presente informe (planilla de control de asistencia y registro fotográfico).***



_____

Firma Del Entrenador
Nombre: KATISH HIDARI RECALDE CAMPOS

Carlos Mario Florez Pereira compartió la carpeta "JUNIO" contigo.

Carlos Mario Florez Pereira <cflorez@indeportesantioquia.gov.co>

Mar 21/06/2022 7:22

Para: Cada <cada@indeportesantioquia.gov.co>



Carlos Mario Florez Pereira compartió una carpeta contigo

Buenos días. Se comparte carpeta de entrenadores con informes correspondientes al mes de junio.

 JUNIO

 Este vínculo funcionará para cualquier persona en INDEPORTES ANTIOQUIA.

Abrir

Microsoft

INDEPORTES ANTIOQUIA

Declaración de privacidad