UNIDAD Y/O DEPENDENCIA: ESCUELA MILITAR DE AVIACIÓN MARCO FIDEL SUAREZ

FECHA INFORME: Día: 01 Mes 07 Año 2022

CONTRATO N°. 010-04-J-EMAVI-GRUCA-2022

CONTRATISTA: LUIS EDUARDO ECHAVARRIA MONTOYA

VALOR DEL CONTRATO: $ 23.896.000

FORMA DE PAGO:

MES DEL PAGO	VALOR
MAYO – 2022	DE ACUERDO A VALOR RECIBIDO A SATISFACCIÒN Y FACTURADO
JUNIO – 2022	
JULIO – 2022	
AGOSTO – 2022	
SEPTIEMBRE - 2022	
OCTUBRE – 2022	
NOVIEMBRE y/o CXP 2022	
PAC DICIEMBRE Y/O CUENTAS POR PAGAR 2023, PAGADERAS EL PRIMER TRIMESTRE DE 2023.	
PAC CUENTAS POR PAGAR, PAGADERAS EL PRIMER TRIMESTRE DE 2023.	

FECHA FIRMA: Día: 27 Mes: 01 Año: 2022

OBJETO DEL CONTRATO:

PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES Y DE APOYO A LA GESTIÓN PARA DEPORTES DE CONJUNTO Y DE CAMPO ABIERTO – TENIS DE CAMPO PARA EL PERSONAL DE ALFÉRECES Y CADETES DE LA ESCUELA MILITAR DE AVIACIÓN “MARCO FIDEL SUÁREZ”

CONTRATO MODIFICATORIO No. N/A: (repetir esta información por cada modificatorio efectuado)

FECHA DE FIRMA: N/A

ASPECTOS OBJETO DE MODIFICACION: N/A

PLAZO Y CUMPLIMIENTO DE EJECUCION DEL CONTRATO:

Plazo Ejecución Contractual, desde el 01 de Marzo de 2022 hasta el 31 de Octubre de 2022

Porcentaje Avance en tiempo: 50.2 %

Porcentaje de Ejecución (en relación a los bienes y/o servicios recibidos): 50.2 %

AVANCE FINANCIERO DEL CONTRATO:

Recursos Girados: (relacionar los pagos realizados a la fecha del informe)

Porcentaje de pagos realizados: 25 %

Porcentaje de pagos pendientes de realizar: 75 %

PERSONAL REQUERIDO PARA LA EJECUCION DEL SERVICIO (EXIGIDO EN LAS ESPECIFICACIONES TECNICAS)

NOMBRES Y APELLIDOS	CARGO	OTROS (TARJETA PROFESIONAL/TITULO PROFESIONAL O TECNICO)
LUIS EDUARDO ECHAVARRIA MONTOYA	ENTRENADOR TENIS DE CAMPO	TECNICO LABORAL EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

INCUMPLIMIENTO DEL CONTRATISTA O PROBLEMAS EN LA EJECUCIÓN ATRIBUIBLES AL CONTRATISTA:

No X Sí _____

Describir sucintamente los hechos de incumplimiento y las acciones emprendidas:

_____

_____

INCUMPLIMIENTO POR PARTE DE LA FAC O PROBLEMAS EN LA EJECUCIÓN ATRIBUIBLES A LA FAC:

No X. Sí ____.

Describir sucintamente los hechos de incumplimiento y las acciones emprendidas:

_____

_____

LA EJECUCIÓN DEL CONTRATO ESTA ESTRUCTURADO SOBRE UN CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES:

No ____ Sí X

(En caso afirmativo deberá anexarse el cronograma con el porcentaje de avance de cada tarea o actividad).

DESEMPEÑO DEL CONTRATISTA AJUSTADO A LOS TÉRMINOS Y CONDICIONES DE LOS DOCUMENTOS DEL CONTRATO (PLIEGO DE CONDICIONES, INVITACION PUBLICA, SOLICITUD DE OFERTA, OFERTA, CONTRATO Y OTROS DOCUMENTOS)

No ____ Sí X

En caso negativo explicar detalladamente las razones por las cuales no se ha dado cumplimiento a los términos y condiciones por parte del contratista:

_____

_____

DESCRIPCION DETALLADA DE LAS ACTIVIDADES DESARROLLADAS E INFORME DE TRABAJOS REALIZADOS POR EL CONTRATISTA DENTRO DEL PERIODO ANALIZADO EN EL PRESENTE INFORME DE SUPERVISIÓN
(Listar actividades específicas realizadas)

ACTIVIDADES	ENTREGABLES PREVISTOS
Elaboró el plan de entrenamiento general para la disciplina deportiva de TENIS DE CAMPO.	El docente evidenció de manera escrita y verbal el plan de entrenamiento para la disciplina deportiva TENIS DE CAMPO.
Realizó control de asistencia diaria a través de planilla registrando debidamente cada falta.	El docente evidenció dentro de informe de actividades planilla de asistencia.
Elaboró seguimiento individual a cada atleta	De acuerdo a gerente de proyecto inter-escuelas y dirigentes del evento, el docente asistió sin novedad a reuniones convocadas para verificar novedades del certamen.

Hizo uso adecuado del escenario deportivo al interior de la escuela y dejar en perfecto orden y aseo luego de cada práctica.	El docente aplicó a satisfacción el fortalecimiento de todas las destrezas y habilidades d los señores alféreces y cadetes de la EMAVI, de acuerdo a la disciplina deportiva para la cual fue contratado sus servicios profesionales.
Preparación específica de los Alféreces y cadetes fortaleciendo todas las destrezas y habilidades alineadas dentro del proceso de formación integral estrella	El docente aplicó a satisfacción el fortalecimiento de todas las destrezas y habilidades d los señores alféreces y cadetes de la EMAVI, de acuerdo a la disciplina deportiva para la cual fue contratado sus servicios profesionales.
Mantuvo al día el pago de seguridad social y entrega en los tiempos establecidos la documentación contractual requerida para los pagos mensuales, previa coordinación con el supervisor del contrato.	De acuerdo a los documentos sugeridos, el docente entregó la documentación requerida para el correspondiente trámite de pago.
Dictó la clase en excelente presentación personal y asiste con todos los elementos de seguridad personal y bioseguridad.	De acuerdo a ítem sugerido, el docente procuró su buena presentación y mantuvo el cuidado personal y del equipo.
Respondió por el control y supervisión de los elementos deportivos de práctica, previa coordinación con el almacén de deportes.	De acuerdo a que no se evidenció informe de daño perdido o acción negativa por parte de almacén deportes, el docente cumple a satisfacción con el ítem sugerido.
Registró todas las actividades con evidencias del desarrollo de los planes de entrenamiento, presentando un informe mensual de gestión y un informe general al término de la contratación.	El docente entregó oportunamente la documentación requerida y lo evidencia en archivo

ANEXOS SOPORTES DEL PAGO O PAGOS REALIZADOS DENTRO DEL PERIODO ANALIZADO EN EL PRESENTE INFORME DE SUPERVISION (SOPORTES DE LA FACTURACION).

(Cuando se trate de contratos de servicios de transporte (terrestre, aéreo y fluvial) servicios de operadores logísticos o cuyo objeto obedezca a servicios logísticos, servicios de atención de eventos institucionales). Se realizó el último pago al contratista el día 21 de diciembre de 2021, con la cuenta de cobro número 009 del 01 de diciembre de 2021.
N/A

DESCRIPCION DETALLADA DE TRABAJOS PENDIENTES Y OBSERVACIONES:
(Listar actividades específicas pendientes y demás aspectos a tener en cuenta sobre la ejecución del contrato) Se encuentra en trámite acta de cierre y archivo de proceso (acta de liquidación).
N/A

SEGUIMIENTO A RIESGOS:
"¿En el periodo de ejecución reportado existe la posibilidad de materialización de algún riesgo, atendiendo la matriz de riesgos definida en los estudios y documentos previos?

SI: _____ NO: X

En el evento que la respuesta sea afirmativa, se requiere se anexe el correspondiente soporte documental para su posterior ajuste y tratamiento, el cual deberá ser verificado por el supervisor del contrato en los siguientes informes de supervisión.

NOMBRE SUPERVISOR: T2. MUÑOZ GIRÓN DIDIER GEOVANI

FIRMA: 

C.C. No. 10.317.062

DEPENDENCIA: GRUCA

LISTA DE CHEQUEO SUPERVISIÓN CONTRATOS ESTATALES

ASPECTOS GENERALES IMPORTANTES A TENER EN CUENTA:

- Al supervisor le corresponde la coordinación, vigilancia y control de la ejecución del objeto contratado, para garantizar que las obligaciones contractuales se cumplan
- El supervisor debe revisar los documentos y antecedentes del contrato a suscribir, los derechos y obligaciones de las partes.
- La presente lista de chequeo es una **GUIA** para el cumplimiento de la supervisión del contrato con los controles mínimos que debe realizar el personal de supervisor. Por lo anterior, se deberá tener en cuenta las funciones asignadas en la Resolución de designación como supervisor y la normatividad contractual vigente.

ITEM	SEGUIMIENTO	CUMPLE	NO CUMPLE	OBSERVACIONES
1	Acto administrativo designación supervisor de contrato	**X**		
2	Documentos soporte perfeccionamiento y ejecución del contrato (Contrato, CRP, Garantías contractuales y su aprobación)	**X**		
3	Lectura y revisión de la minuta del contrato, especificaciones técnicas, otros…	**X**		
4	Verificar y aprobar la existencia de las condiciones técnicas para iniciar la ejecución del contrato (por ejemplo, revisión hojas de vida del personal que ejecutará el contrato según lo estipulado, planos, diseños, licencias, cronogramas, estudios, cálculos; si aplica)	**X**		
5	Acta de inicio firmada por las dos partes, la cual deberá ser anexada al expediente contractual; si aplica	**X**		
6	Verificar el cumplimiento de las obligaciones del contratista en materia de seguridad social y parafiscales (si aplica), salud ocupacional, planes de contingencia, normas ambientales y cualquier otro requisito aplicable según la naturaleza del contrato	**X**		
7	Evidencias de ejecución de las actividades contratadas según especificaciones y anexos técnicos	**X**		El contratista entrega soportes plasmados en los informes de

8	Instrucciones al contratista por escrito (evidencias) de acuerdo a lo establecido en el contrato y sus especificaciones técnicas	**X**		
9	Verificar que el contratista suministre y mantenga el personal y/o equipo ofrecido con las condiciones e idoneidad pactadas inicialmente y exigir su reemplazo en condiciones equivalentes cuando fuese necesario		**X**	El contratista aporta sus conocimientos y experiencia, ya que en las especificaciones técnicas del contrato no se solicitó equipo
10	Informes de supervisión de acuerdo a la periodicidad que se establece según la naturaleza del contrato y de acuerdo a lo establecido en la Resolución de nombramiento como supervisor	**X**		
11	Informes oportunos sobre incumplimiento del contrato o novedades presentadas en la ejecución del mismo	**X**		
12	Acta de liquidación del contrato o constancia de no liquidación, según corresponda		**X**	El contrato ya finalizó a satisfacción y el acta de liquidación se encuentra en proceso.



Técnico Segundo MUÑOZ GIRÓN DIDIER GEOVANI
Supervisor del contrato

	INFORME DE GESTIÓN DE ACTIVIDADES FUERZA AEREA COLOMBIANA EMAVI ENTRENADOR TENIS DE CAMPO	**JUNIO 2022**	

DATOS GENERALES	
Nombre Completo:	Echavarría Montoya Luis Eduardo
Documento de Identidad:	79.370.901 de Bogotá
Cargo:	Entrenador Tenis de Campo
Correo Electrónico:	teniseduardo@hotmail.com
Número de contacto:	3163202219
Disciplina / Modalidad:	Tenis de Campo

INFORME TÉCNICO MENSUAL

1. OBJETIVOS: TAREAS Y ENTREGABLES EN EL MES

En el mesociclo de junio no se realizo ninguna de las sesiones de entrenamiento programadas, ya que se presentaron las siguientes novedades: Ensayo de ceremonia, entrega de unidad cacom 7 y los cadetes salieron a vacaciones desde el 12 al 26 de junio de 2022.

2. DESCRIPCIÓN DEL MESOCICLO O MICROCICLOS

MICROCICLO 1:

Actividades programadas en este pero que no se realizaron:

- **Preparación del Calentamiento:** Aseo y mantenimiento de los campos y desarrollo de las competencias.
- **Preparación Física especifica:** Velocidad y agilidad en campo.
- **Preparación Técnica:** Drive, revés y saque (dinámica).
- **Preparación Táctica:** Juegos de consistencia y oposición.

- **Preparación del Calentamiento:** Aseo y mantenimiento de los campos y desarrollo de las competencias.
- **Preparación Física especifica:** Velocidad y agilidad en campo.
- **Preparación Técnica:** Drive, revés y saque (dinámica).
- **Preparación Táctica:** Juegos de consistencia y oposición.
- **Psicología y estiramiento:** Manejo del entusiasmo estiramiento.

- **Preparación del Calentamiento:** Aseo y mantenimiento de los campos y desarrollo de las competencias.
- **Preparación Física especifica:** Velocidad y agilidad en campo.
- **Preparación Técnica:** Drive, revés y saque (dinámica).
- **Preparación Táctica:** Juegos de consistencia y oposición.
- **Psicología y estiramiento:** Manejo del entusiasmo estiramiento.

- **Preparación del Calentamiento:** Aseo y mantenimiento de los campos y desarrollo de las competencias.
- **Preparación Física especifica:** Velocidad y agilidad en campo.
- **Preparación Técnica:** Drive, revés y saque (dinámica).
- **Preparación Táctica:** Juegos de consistencia y oposición.
  Psicología y estiramiento: Manejo del entusiasmo estiramiento.

- **Observaciones:**
  - **No se realizan los entrenamientos presenciales por ensayos de ceremonia y por entrega de la unidad cacom 7.**
  - **Se realizó un test individual del perfil atlético para desarrollar las mejoras, a partir del resultado del mismo, pero no se han podido implementar porque los cadetes han estado en actividades militares y de vacaciones.**

MICROCICLO 2:

Actividades programadas en este pero que no se realizaron:

- **Preparación del Calentamiento:** Aseo y mantenimiento de los campos y desarrollo de las competencias.
- **Preparación Física especifica:** Gimnasio (fuerza potencia).
- **Preparación Técnica:** Drive, revés y saque (dinámica).

- **Preparación del Calentamiento:** Aseo y mantenimiento de los campos y desarrollo de las competencias.
- **Preparación Física especifica:** Velocidad y agilidad en campo con driles de derecho, revés y voleas.
- **Preparación Táctica:** Juegos de voleas para preparación de los dobles.
  Psicología y estiramiento: Manejo del entusiasmo estiramiento.

- **Preparación del Calentamiento:** Aseo y mantenimiento de los campos y desarrollo de las competencias.
- **Preparación Física especifica:** Velocidad y agilidad en campo con driles de derecho, revés y voleas.
- **Preparación Táctica:** Juegos de voleas para preparación de los dobles.
  Psicología y estiramiento: Manejo del entusiasmo estiramiento.

- **Preparación del Calentamiento:** Aseo y mantenimiento de los campos y desarrollo de las competencias.
- **Preparación Física especifica:** Velocidad y agilidad en campo con driles de derecho, revés y voleas.
- **Preparación Táctica:** Juegos de voleas para preparación de los dobles.
  Psicología y estiramiento: Manejo del entusiasmo estiramiento.

- **Preparación del Calentamiento:** Aseo y mantenimiento de los campos y desarrollo de las competencias.
- **Preparación Física especifica:** Velocidad y agilidad en campo con driles de derecho, revés y voleas.
- **Preparación Táctica:** Juegos de voleas para preparación de los dobles.
  Psicología y estiramiento: Manejo del entusiasmo estiramiento.

- **Preparación del Calentamiento:** Aseo y mantenimiento de los campos y desarrollo de las competencias.
- **Preparación Táctica:** Partidos de sencillos y dobles.
  Psicología y estiramiento: Manejo del entusiasmo estiramiento.

- **Observaciones:**
  - **No sé ejecuta entrenamientos presenciales por ensayos de ceremonia.**
  - **Se realiza las tareas dejadas por la comandante de deportes, la capitán Suárez Zoraida, como la elaboración de cotización de un rollo de cuerda y arreglo de las canchas de polvo de ladrillo, también se elaboró el ajuste de la preselección de los deportistas para las competencias de interescuelas de cadetes 2022.**

MICROCICLO 3:

- **Observaciones:**
  - **En este microciclo los cadetes salen a vacaciones.**
  - **Se efectúa una reunión vía Teams de todos los entrenadores deportivos con el tema: como afrontar los interescuelas para lograr tenerlos en un buen nivel, la precaución de evitar lesiones a los deportistas y se elabora una propuesta para el desarrollo eficaz de los deportistas a miras interescuelas.**
  - **En las respectivas carpetas de los cadetes se les comparten videos de motivación.**

MICROCICLO 4:

- **Observaciones:**
  - **En este microciclo los cadetes siguen en vacaciones.**
  - **Se hace la actualización del SIGEP2 2022, elaboración de reglamento final de interescuelas 2022 y aspectos adicionales para tener en cuenta.**

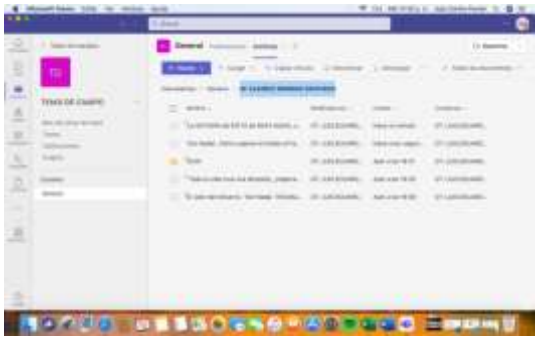
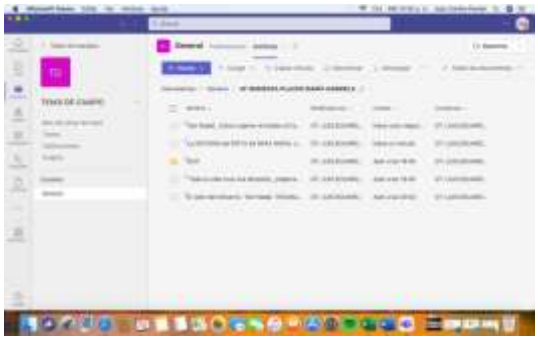
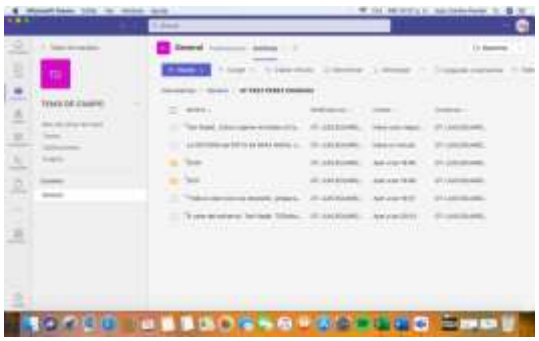
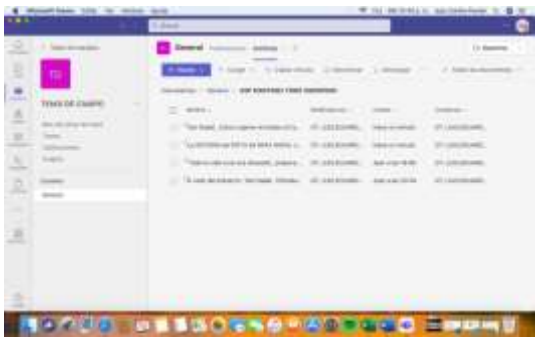
MICROCICLO 5:

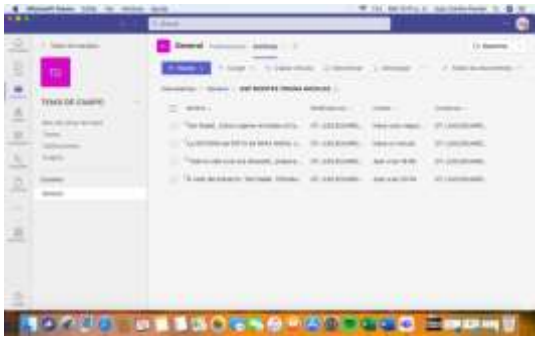
- **Observaciones:**
  - **Las sesiones #1, #2 y #3 no se efectuaron por ensayos de ceremonia del 20 de julio y se elabora el plan general de tenis de campo.**

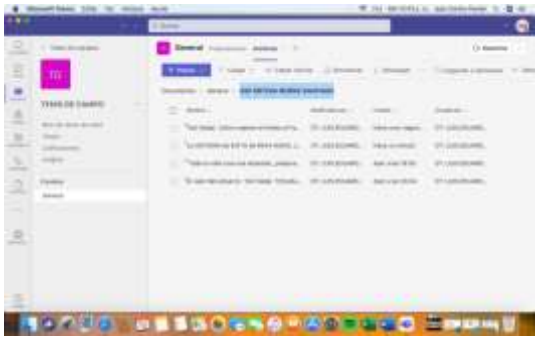
3. ASISTENCIA A REUNIONES, INDUCCIONES, CHARLAS, SEMINARIOS, CAPACITACIONES, ETC

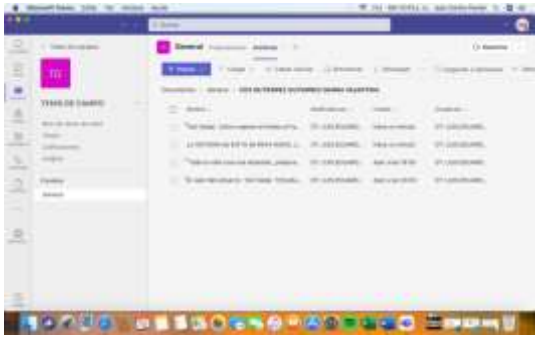
- Reunión a traves de Teams con todos los entrenadores deportivos. Tema: como afrontar los interescuelas para lograr tenerlos en un buen nivel, la precaución de evitar lesiones a los deportistas y se elabora una propuesta para el desarrollo eficaz de los deportistas a miras interescuelas.

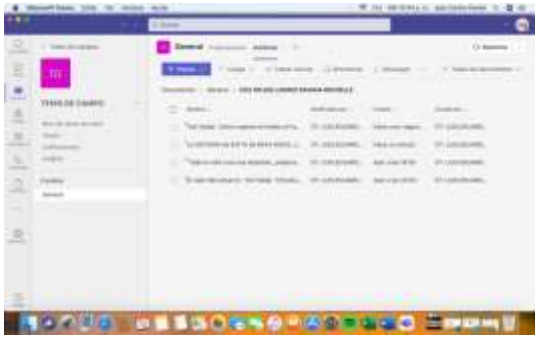
Registro Fotográfico

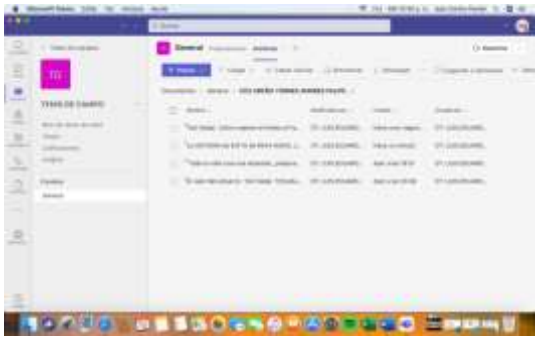





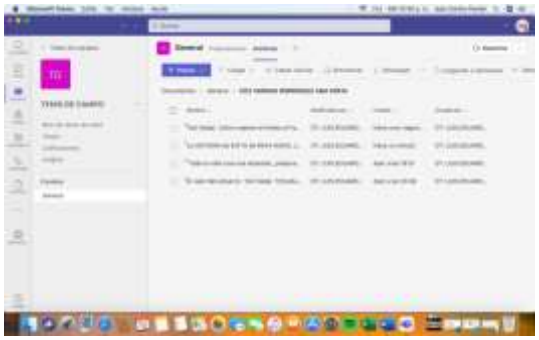


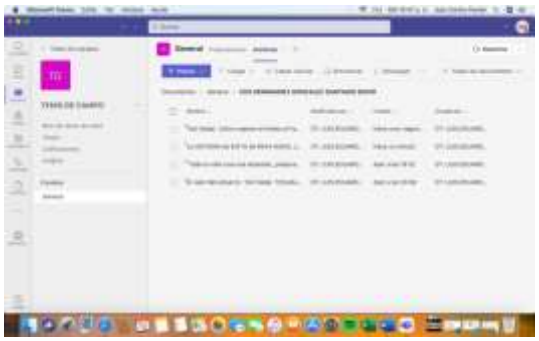


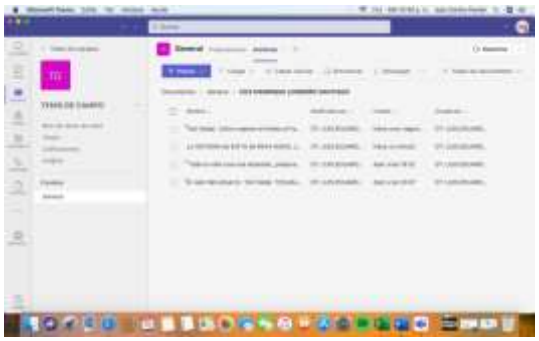




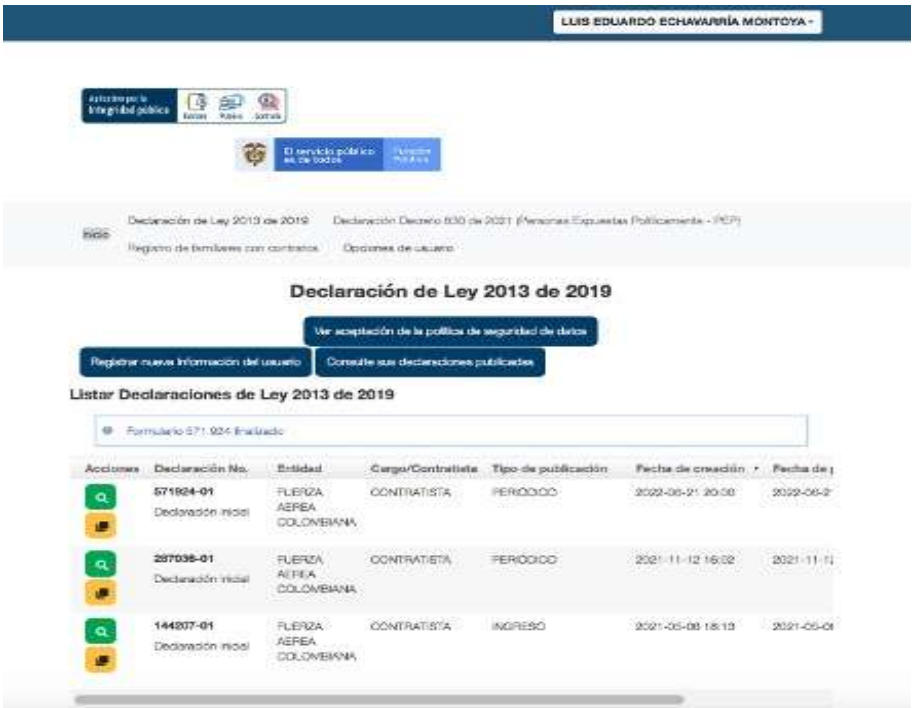


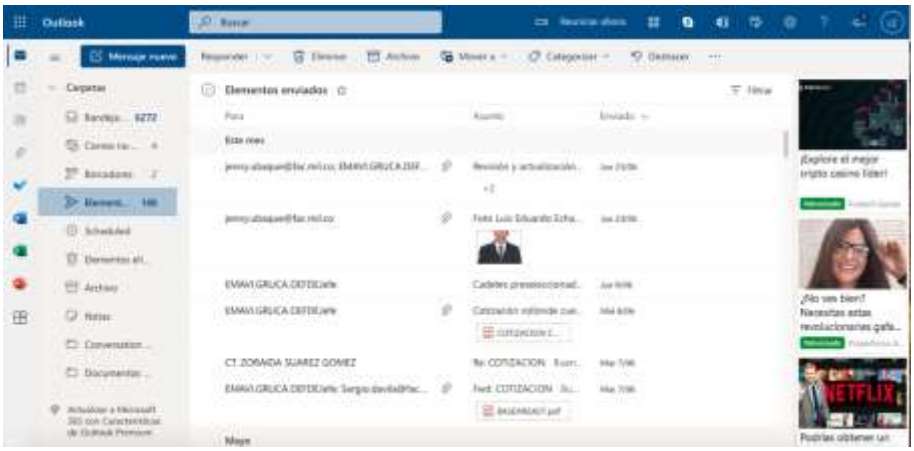







Microsoft Teams
Buscar
Contactos
DC
DG
REDMI NOTE 8
AI QUAD CAMERA


LUIS EDUARDO ECHAVARRÍA MONTOYA -
Declaración de Ley 2013 de 2019
Declaración Decreto 830 de 2021 (Personas Expuestas Políticamente - PEP)
Registro de familiares con contratos
Opciones de usuario
Declaración de Ley 2013 de 2019
Ver aceptación de la política de seguridad de datos
Registrar nueva información del usuario
Consulte sus declaraciones publicadas
Listar Declaraciones de Ley 2013 de 2019
Acciones
Declaración No.
Entidad
Cargo/Contratista
Tipo de publicación
Fecha de creación
571924-01
Declaración inicial
FUERZA AEREA COLOMBIANA
CONTRATISTA
PERIODICO
287036-01
Declaración inicial
FUERZA AEREA COLOMBIANA
CONTRATISTA
PERIODICO
144207-01
Declaración inicial
FUERZA AEREA COLOMBIANA
CONTRATISTA
INGRESO





INFORME DE PERFIL

SJ

Altura [cm]	F-Relativa	Fuerza [N]	P-relativa	Potencia [W]	Velocidad [m/s]
25.1	1.4	964.4	3.0	2206.5	2.2

CMJ

Altura [cm]	F-Relativa	Fuerza [N]	P-relativa	Potencia [W]	Velocidad[m/s]
26.0	1.4	1001.3	3.1	2258.7	2.3

Continua

Altura [cm]	F-Relativa	Fuerza [N]	P-relativa	Potencia [W]	Velocidad [m/s]	q
11.8	1.2	909.1	1.9	1381.6	1.5	0.7

Observacion: Se observa una capacidad concéntrica-explosiva baja (promedio SJ 21-35cm para hombres), indicando poca expresión de potencia y reclutamiento de unidades motoras, también se evidencia una capacidad elástica-explosiva (fase excéntrica) muy por debajo del promedio general (CMJ 36-40 cm para hombres), concluyendo que presenta poca respuesta y capacidad para los cambios de ritmo, dirección y amortiguación, su capacidad reactiva en la articulación del tobillo para realizar sprint en distintas distancias es también baja (el resultado de altura debe estar cercano o mayor al SJ), la probabilidad de sufrir lesión en tejido blando es alta, no se observa diferencias significativas entre los componentes concéntricos y excéntricos, sin embargo, es necesario hacer énfasis en

INFORME DE PERFIL

SJ

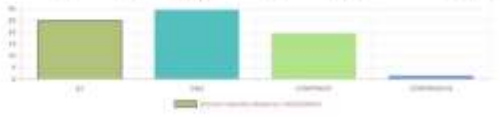
Altura [cm]	F-Relativa	Fuerza [N]	P-relativa	Potencia [W]	Velocidad [m/s]
24.9	1.3	750.7	2.9	1660.4	2.2

CMJ

Altura [cm]	F-Relativa	Fuerza [N]	P-relativa	Potencia [W]	Velocidad[m/s]
29.4	1.6	810.2	3.4	1947.0	2.4

Continua

Altura [cm]	F-Relativa	Fuerza [N]	P-relativa	Potencia [W]	Velocidad [m/s]	q
19.4	1.2	679.7	2.0	1326.2	2.0	1.4



Observacion: Se observa una capacidad concéntrica-explosiva cercana de la media (promedio SJ 26-30cm para mujeres), indicando regular expresión de potencia y reclutamiento de unidades motoras, también se evidencia una capacidad elástica-explosiva (fase excéntrica) cercana al promedio general (CMJ 31-35 cm para mujeres), concluyendo que presenta regular a buena capacidad para los cambios de ritmo, dirección y amortiguación, su capacidad reactiva en la articulación del tobillo para realizar sprint en distintas distancias es también regular (el resultado de altura debe estar cercano o mayor al SJ), la probabilidad de sufrir lesión en tejido blando es media, se observa diferencias significativas entre los componentes concéntricos y excéntricos, es necesario hacer

INFORME DE PERFIL

WHEELER

SJ

Altura [cm]	F-Relativa	Fuerza [N]	P-relativa	Potencia [W]	Velocidad [m/s]
31.6	1.4	914.9	3.6	2276.7	2.5

CMJ

Altura [cm]	F-Relativa	Fuerza [N]	P-relativa	Potencia [W]	Velocidad[m/s]
30.7	1.4	908.2	3.5	2204.9	2.5

Continuo

Altura [cm]	F-Relativa	Fuerza [N]	P-relativa	Potencia [W]	Velocidad [m/s]	q
12.7	1.1	702.7	1.7	1109.6	1.6	1.1



Observacion: Se observa una capacidad concéntrica-explosiva dentro de los parámetros adecuados (promedio SJ 31-35cm para hombres) con margen de mejora, indicando buena expresión de potencia y reclutamiento de unidades motoras, también se evidencia una capacidad elástica-explosiva (fase excéntrica) por debajo del promedio general (CMJ 36-42 cm para hombres), concluyendo que presenta poca resputesta y capacidad para los cambios de ritmo, dirección y amortiguación, su capacidad reactiva en la articulación del tobillo para realizar sprint en distintas distancias es también regular (el resultado de altura debe estar cercano o mayor al SJ), la probabilidad de sufrir lesión en tejido blando es media, no se observa diferencias significativas entre los componentes concéntricos y

INFORME DE PERFIL

WHEELER

SJ

Altura [cm]	F-Relativa	Fuerza [N]	P-relativa	Potencia [W]	Velocidad [m/s]
20.4	1.2	799.2	2.5	1917.6	2.0

CMJ

Altura [cm]	F-Relativa	Fuerza [N]	P-relativa	Potencia [W]	Velocidad[m/s]
20.2	1.2	796.9	2.4	1905.9	2.0

Continuo

Altura [cm]	F-Relativa	Fuerza [N]	P-relativa	Potencia [W]	Velocidad [m/s]	q
7.8	1.0	397.7	1.2	736.2	1.2	0.9



Observacion: Se observa una capacidad concéntrica-explosiva por debajo de la media (promedio SJ 26-30cm para mujeres), indicando poca expresión de potencia y reclutamiento de unidades motoras, también se evidencia una capacidad elástica explosiva (fase excéntrica) muy baja (CMJ 31-35 cm para mujeres), concluyendo que puede presentar dificultad para los cambios de ritmo, dirección y amortiguación, su capacidad reactiva en la articulación del tobillo para realizar sprint en distintas distancias es baja, la probabilidad de sufrir lesión en tejido blando es alta, a pesar de que no hay diferencias significativas entre los componentes concéntricos y excéntricos, es necesario hacer énfasis en trabajo de fuerza sub-máxima, ejercicios físicos coordinativos y

Santiago de Cali, junio 14 de 2022

Capitán
ZORAIDA SUAREZ GÓMEZ
Departamento de Deportes de la Escuela Militar de Aviación

Asunto: Propuesta de horarios de entrenamiento

Atendiendo la solicitud hecha por el departamento de deportes, en lo que tiene que ver con los horarios de entrenamiento como parte de la preparación para los Juegos Interescuelas, el cuerpo de entrenadores abajo relacionado y el grupo interdisciplinario, nos permitimos hacer las siguientes consideraciones y proponer unos horarios para llevar a cabo la preparación deportiva de las diferentes disciplinas.

- Pensar en prolongadas sesiones de entrenamiento de 3 o 4 horas no es adecuado, ya que no se lograrán las adaptaciones fisiológicas y metabólicas requeridas.
- Es necesario optimizar el trabajo técnico – táctico.
- Se debe mejorar el componente físico, trabajando con regularidad y en el volumen adecuado.
- Se debe garantizar tiempo efectivo de entrenamiento por parte de la Institución
- Es importante incrementar el volumen y la intensidad de entrenamiento con una recuperación adecuada.
- Se necesita mejorar el déficit del horario actual para garantizar un entrenamiento justo y acertado.
- Incrementar en exceso y bruscamente el volumen de entrenamiento es contraproducente, teniendo en cuenta la carga diaria que enfrentan los cadetes, aumentando el riesgo de lesiones por sobrecarga.

Solicitudes:

- Solicitamos tener en cuenta el aumento del número de practicantes en la sala de fisioterapia, ya que con seguridad se incrementará el riesgo de lesiones.
- Solicitamos respetuosamente que los cadetes inicien entrenamiento a la hora propuesta.

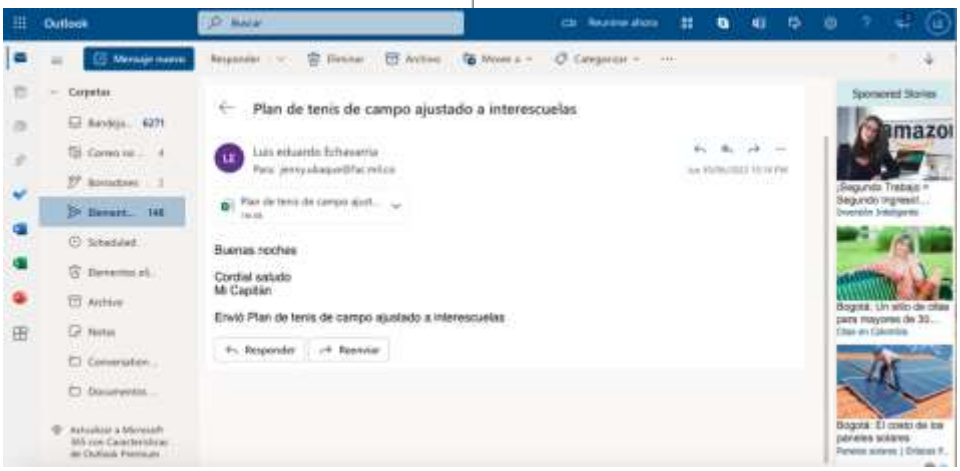
Por todo lo anterior proponemos, de manera concertada, los siguientes horarios de entrenamiento:

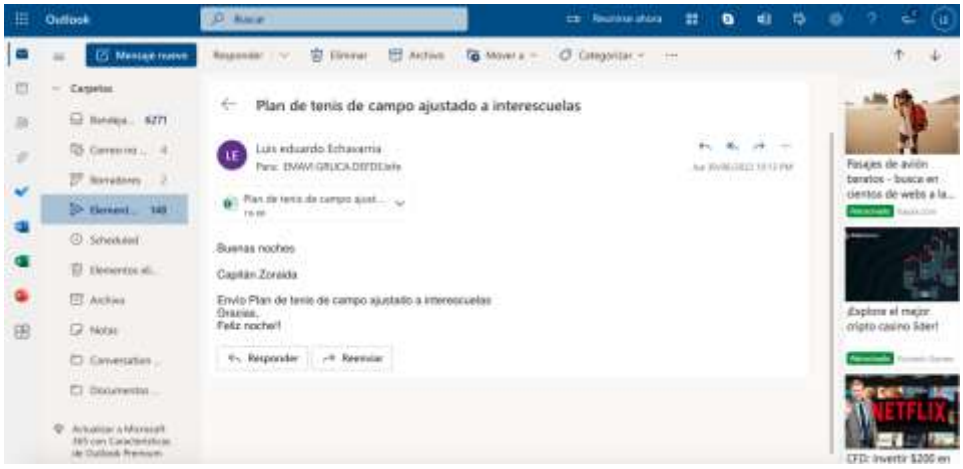
Lunes a viernes de 15:30 a 18:00
Sábados de 08:30 a 09:00

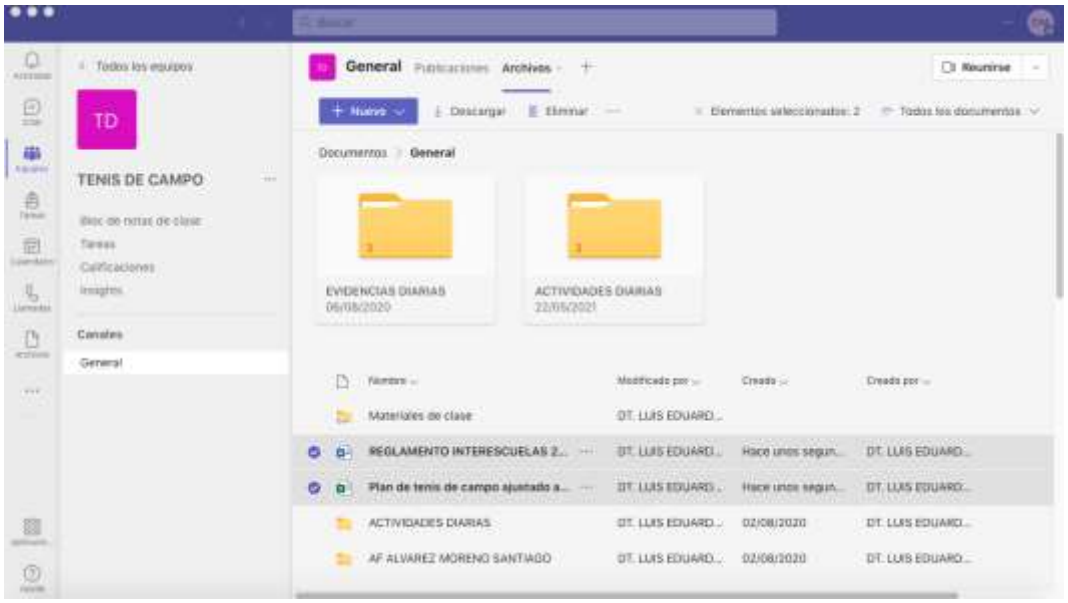
Nota: las salidas deportivas seguirán siendo solicitadas de manera individual por cada una de las disciplinas, especificando horarios de entrenamiento para las mismas.

PERSONAL PRESENTE EN LA REUNIÓN

Luis Carlos Aldana – Natación rendimiento
Javier Avendaño – Taekwondo
Viviana Arroyo – Psicóloga
Marino Arturo Vidal – Esgrima Espada
Cristian Jonatan Tezna – Esgrima Florete
Juan Pablo Adames Caicedo – Futbol
Rafael Rodriguez – Tiro con Arco
Francisco José Ferreira – Esgrima Sable
Julián López – Preparador Físico
Harold Gómez - Atletismo
Oscar Hernán Jimenes – Preparador Físico
Nestor Enrique Sandoval – Pentatlón Militar
Jaime Enrique Revollo - Baloncesto
Gustavo Acosta - Voleibol
Juan Carlos Florián – Natación Formación
Freiman Arias - Atletismo
Jair Rivas – Atletismo Pista
Ulpiano Solis – Golf
Luis Eduardo Echavarría – Tenis de Campo
Camila Velasco - Nutricionista
Leydi Cruz - Fisioterapia
Orlando Arias - Kinesiólogo
Luis Guillermo Navarro – Orientación Militar
Alexander Borrero – Taekwondo Pumsea
Claudia Jimena Gonzales - Baile







LUIS EDUARDO ECHAVARRIA MONTOYA
ENTRENADOR TENIS DE CAMPO

CONTROL DE ASISTENCIA MES DE JUNIO 2022

NR	CURSO	NOMBRE Y APELLIDO	SEMANA 1					SEMANA 2							SEMANA 3							SEMANA 4								TOTAL DE ASISTENCIA	% DE ASISTENCIA
			M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J		
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1	AF	Paez Perez Mariana	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
2	AF	Mendoza Plaza Maria Gabriela	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
3	AF	Álvarez Moreno Santiago	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
4	CD3	Manrique Londoño Santiago	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
5	CD3	Rojas Tolosa Andres Aimar	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
6	CD3	Hernandez Gonzalez Santiago David	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
7	CD2	Gutierrez Gutierrez Danna Valentina	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
8	CD2	Rojas Ladino Sahian Michelle	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
9	CD2	Vargas Rodriguez Ana Sofia	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
10	CD2	Ureña Torres Andres Felipe	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
11	CD1	Ortega Muños Santiago	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
12	CD1	Montes Triana Nicolas	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
13	CD1	Martinez Toro Ardenson	SD	SD	SD	SD		CR	CR	CR	CR	CR	CR		VC	VC	VC	VC	VC	VC		VC	VC	VC	VC	VC	VC			CR	CR	CR		0,00
																																	0,00	

LEYENDA

1	ASISTENCIA	PF	PRUEBA FISICA
FM	FISICA MILITAR	DS	DONACION DE SANGRE
SV	SERVICIOS	RI	REACCION
EP	ESPECIALIDAD	SA	SALIDA ADMINISTRATIVA
CR	CEREMONIA Y ENSAYOS	GA	GUARDIA
V	VUELO	SD	SIN DEPORTES
GU	GUARNICION	AT	ACUARTELAMIENTO
EX	EXCUSAS POR ENFERMEDAD	PR	PLAN RAYO
NA	NO REGISTRARON ASISTENCIA	RL	RELACION
PR	PLAN RAYO	RN	REUNION
CP	CONTROL PB	AT	ACUERTELAMIENTO
VC	VACUNACION	ST	SASTRERIA
EP	ESPECIALIDAD	FS	FISIOTERAPIA
VC	VACACIONS		
VA	VISITA ASPIRANTES	VE	VISITA ESTRANJEROS
CC	COMANDO CADETE	CL	CLASE