

Al contestar cite este número:

Radicado IDRD No. 20195100151213



Bogotá D.C, 05/03/2019

PARA: JHAIR FERNANDO ORREGO PEREIRA
Subdirector de Contratación

DE: SUPERVISOR CONTRATO

ASUNTO: Remisión informes de gestión C.P.S. No. IDRD-CTO-0218-2019, Expediente virtual No. 2019800201100230E

Como Supervisor del contrato enunciado en el asunto, suscrito entre el IDRD y TABORDA TORRES ANDRES GIOVANNY de manera atenta me permito remitir el informe de gestión correspondiente al periodo:

INF 1 DEL 15 DE FEBREO AL 25 DE FEBRERO (10 folios).

Lo anterior con el fin que reposen en la carpeta correspondiente

Cordialmente,

WILLIAM ARMANDO NIETO GUERRERO
Profesional Especializado 09
Supervisor Contrato

Proyecto: Paola Andrea Angulo – Contratista área de Deportes

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORIA, GUARDIANES, PROFESORES DE ACTIVIDAD FÍSICA QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN.

INFORME No.	1		
FECHA DEL INFORME	dd	mm	aa
	25	02	2019

No. DEL CONTRATO Y FECHA
IDRD-CTO-0218-2019
No. DEL EXPEDIENTE VIRTUAL
2019800201100230E

1. INFORMACIÓN GENERAL

NOMBRE DEL CONTRATISTA	ANDRES GIOVANY TABORDA TORRES
N° DE IDENTIFICACIÓN	1010170346
OBJETO DEL CONTRATO	Prestar sus servicios acompañando los procesos de entrenamiento en la etapa de perfeccionamiento deportivo para mejorar el nivel técnico de los deportistas del registro de Bogotá a través de la preparación, control y evaluación de sus entrenamientos y competencias en el deporte asignado.
PLAZO DE EJECUCIÓN	10 (DIEZ) MESES
VALOR	\$ 30.130.000
FECHA ACTA DE INICIO	15 de febrero 2019
FECHA PREVISTA DE TERMINACIÓN	14 de diciembre 2019
ADICIÓN Y/O PRÓRROGA <small>(solo cuando aplique)</small>	
SUSPENSIONES <small>(solo cuando aplique)</small>	
PERIODO DE ACTIVIDADES DE ESTE INFORME	15 de febrero al 25 de febrero del 2019

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Enunciar cada una de las obligaciones específicas establecidas en el contrato y describir las actividades realizadas en el período para el cumplimiento de la misma, así como enunciar las evidencias y su ubicación (actas, documentos, planillas, listados, etc.).



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
CULTURA, RECREACIÓN Y DEPORTE
Instituto Distrital de Recreación y Deporte

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORIA, GUARDIANES, PROFESORES DE ACTIVIDAD FISICA QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN.

Obligaciones específicas	Avance, evidencias y ubicación
Obligación No. 1: Organizar, planificar, orientar, dirigir, controlar y evaluar la preparación de los deportistas del registro de Bogotá D.C. que hacen parte de la etapa de perfeccionamiento y semillero deportivo, en la disciplina deportiva asignada, entregando con la firma del acta de inicio, en físico y magnético el plan de entrenamiento a seguir durante esta vigencia, anexando los ajustes cada vez que sea solicitado	El grupo realizó 15 sesiones de entrenamiento en el periodo descrito, se llevaron a cabo doble sesión de entrenamiento. En el horario de 10:00am a 12:00pm y de 5:00pm a 7:00pm.
Obligación No. 2: Participar en la elaboración, actualización e implementación de los programas pedagógicos deportivos, indicadores de rendimiento, test técnicos y pedagógicos de su especialidad deportiva.	En el periodo reportado no se construyó o implementó cambios en el programa pedagógico de lucha.
Obligación No. 3: Cumplir con el volumen de entrenamiento establecido en los planes de preparación acordados y aprobados por el encargado de su disciplina deportiva, cumpliendo con un mínimo seis (6) sesiones semanales con sus deportistas del registro de Bogotá, de conformidad con el sitio de entrenamiento concertado con el IDRD.	El grupo realizó 15 sesiones de entrenamiento en el periodo descrito, se llevaron a cabo doble sesión de entrenamiento. En el horario de 10:00am a 12:00pm y de 5:00pm a 7:00pm.
Obligación No. 4: Acompañar y dirigir a los deportistas preseleccionados y seleccionados del registro de Bogotá, avalados por el equipo técnico metodológico del IDRD en coordinación con las Ligas deportivas Distritales, en las unidades de acondicionamiento físico, evaluaciones médicas y de ciencias aplicadas al deporte, en los entrenamientos, foguesos, competencias preparatorias y principales, de acuerdo con lo planificado en el plan de entrenamiento vigente, siempre y cuando estas guarden relación con el cumplimiento del objeto contractual.	Se apoyó y acompañó en la organización y realización de los campos de concentración de la selección Bogotá infantil, cadetes, y chequeos mayores programada los sábados 16 y 23 de febrero en la Liga de Lucha Olímpica de Bogotá ubicada en la Unidad Deportiva el Salitres (UDS).



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
CULTURA, RECREACIÓN Y DEPORTE
Instituto Distrital de Recreación y Deporte

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORIA, GUARDIANES, PROFESORES DE ACTIVIDAD FÍSICA QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN.

por la Subdirección Técnica de Recreación y Deportes del IDRD.	
Obligación No. 10: Solicitar de manera formal (correo electrónico u oficio) al Supervisor del contrato, indicando la fecha de inicio y de terminación, con mínimo ocho (8) días de antelación, la suspensión y ampliación de suspensión del contrato de acuerdo con las causales establecidas por la normatividad vigente y los lineamientos de la entidad. En caso de que la causal de suspensión no permita la antelación establecida, el contratista deberá solicitar dicha suspensión de forma inmediata mediante correo electrónico al Supervisor del contrato. Así mismo deberá realizar oportunamente la transacción de suspensión, ampliación de suspensión y reinicio en la plataforma SECOP II y verificar su publicación.	En el presente informe no se presenta alguna prórroga o suspensión, ni solicitud ante el supervisor del contrato.
Obligación No. 11: En caso de presentarse una terminación anticipada realizar oportunamente la transacción y verificar su publicación en la plataforma transaccional SECOP II.	No se presenta una terminación anticipada en el periodo de actividad.
Obligación No. 12: Registrar en el informe mensual de actividades, la gestión adelantada referente a los documentos asignados en el Sistema de Gestión Documental ORFEO,	Se cumple con la obligación estipulada en el presente periodo.
Obligación No. 13: Elaborar y cargar mensualmente a la plataforma SECOP II, el informe de ejecución de la gestión adelantada debidamente firmado por el supervisor, que evidencie el cumplimiento de las obligaciones pactadas en el contrato, en las fechas establecidas en el mismo.	Se cumple con la obligación estipulada en el presente periodo.
Obligación No. 14: Elaborar, revisar y actualizar las bases de datos de los	Se presenta las debidas actualizaciones y cambios realizados con las actividades programadas ante el coordinador del contrato.

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORIA, GUARDIANES, PROFESORES DE ACTIVIDAD FÍSICA QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN.

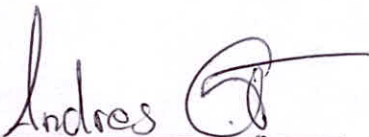
deportistas y entrenadores. En caso de requerirse, registrar las acciones del programa a través de la plataforma del Sistema.

Declaración: Manifiesto que he cumplido con las obligaciones derivadas del contrato y que las actividades mencionadas en el presente informe corresponden a las labores efectivamente desarrolladas en el período indicado, declarando que seré responsable por las afirmaciones contenidas en el presente documento, que sirve como soporte para certificar el cumplimiento del objeto del contrato.

3. INFORMACIÓN APORTES PRESTACIONES SOCIALES

DESCRIPCIÓN DEL APORTE	NOMBRE EMPRESA	VALOR APORTE PAGADO
PAGO APORTES SALUD	Compensar	\$151.100 ✓
PAGO APORTES PENSIÓN	Col fondos	\$193.400 ✓
PAGO RIESGOS PROFESIONALES	positiva	\$29.500 ✓
TOTAL		\$374.000 ✓

4. ANEXOS (Planilla de pago Seguridad Social, Certificación Cumplimiento Requisitos Tributarios, etc).



Firma Contratista

CONCEPTO DEL SUPERVISOR DEL CONTRATO SOBRE EL CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES DEL CONTRATISTA:

El contratista cumple con las obligaciones
estipuladas en su contrato



VoBo Supervisor del contrato

Nombre: WILLIAM ARMANDO NIETO GUERRERO

N° de Identificación: CC 11.346.157 de Zipaquirá.

Cargo: profesional especializado grado 09



REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS
Recreación y Deportes
PROGRAMA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO

REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS

ANDRÉS GIOVANNY TABORCA TORRES

UNIDAD DEPORTIVA EL SALITRE

HOW TO ORDER

RECEIVED JUL 1 1972

DESOF: 10:00 AM 12:00 AM : 5:00 AM 7:00 AM

100

[illegible]

VERIFICACIÓN DE REQUISITOS (a el Alumno coteja el 8. de lo certado coteja N)												
1	¿El entrenamiento inició a la hora establecida?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2	¿El accidente deportivo se encuentra en condiciones adecuadas para desarrollarse al entrenamiento?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3	¿Se cuenta con los implementos deportivos requeridos para el desarrollo del entrenamiento?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

CONVENCIONES

1. Una asistencia

2. Dos semanas

F: falo

M: Mal (enfermedad)

C: Compañero

CM: Compañero

NP: No programado

88

[illegible]

REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS
PROGRAMA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO

ENTRENADOR: ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES
LUGAR DE ENTRENAMIENTO: UNIDAD DEPORTIVA EL SALITRE
DEPORTE / MODALIDAD: LUCHA OLIMPICA
PERIODO del 1 al 25 de febrero DESDE: 10:00am a 12:00pm - 5:00pm a 7:00pm

A.M. x P.M. x

No.	ATLETAS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	DIRECCIÓN	TELÉFONO	DÍAS																										
					01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
1	DANIEL DEL RIO REY VELOZA	1.011.084.979	calle 77 # 75 - 24	3215395807	1	1	NP	1	2	1	2	2	1	NP	1	1	1	1	1	1	NP	1	1	1	1	1	1	NP	2	NP	NP
2	NICOL VALENTINA CERVANTES HOYOS	1.027.523.582	carrera 80 a # 77 - 17	3008561116	2	1	NP	2	1	1	2	2	1	NP	1	1	1	2	2	1	NP	1	1	1	1	1	1	NP	1	NP	NP
3	NICOL JULIETH CONTRERAS GOMEZ	1015396699	carrera 70d # 64c 27	3227907507	2	1	NP	1	1	1	2	2	1	NP	1	1	1	1	2	1	NP	2	1	1	2	2	1	NP	2	NP	NP
4	YAMIR SANTIAGO MADARIAGA YANQUEN	1018945523	calle 64 a # 68 99	3107607786	2	1	NP	1	2	1	1	2	1	NP	2	2	1	1	1	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	NP	NP
5	DAVID SANTIAGO RODRIGUEZ PERILLA	1000286912	carrera 68 # 69-48	3114558785	1	1	NP	2	2	1	2	1	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	1	1	1	1	1	NP	2	NP	NP
6	CRISTOPHER ALEXANDER VERASTEGUI AGUILAR	1000937242	calle 49a # 68 99	3058164986	2	1	NP	2	1	1	2	2	1	NP	2	2	1	1	2	1	NP	1	2	1	2	2	1	NP	2	NP	NP
7	JOHAN GUILLERMO CONTRERAS GOMEZ	1000219596	carrera 69 # 68f 75	3227907507	1	1	NP	2	2	1	1	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	1	1	2	2	1	NP	2	NP	NP
8	NICOLAS MESA OCHOA	1000224784	carrera 96 # 144 - 56	3209577878	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	NP	NP
9	JUAN SEBASTIAN GONZALEZ VAHOZ	1001066160	calle 69 g # 68a 17	3217104435	1	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	1	2	1	2	2	1	NP	1	2	1	2	2	1	NP	2	NP	NP
10	DIDIER ANDRES BOHORQUEZ TORRES	1.030.646.415	calle 2 # 98 - 45	3209126661	2	1	NP	1	1	1	2	2	1	NP	2	F	1	F	F	1	NP	2	F	F	F	2	1	NP	F	NP	NP
11	CARLOS ESTEBAN GONZALEZ VAHOS	1.030.701.800	carrera 88 # 22 - 24 sur	3106698349	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	NP	NP
12	DIEGO FERNANDO LEON PORRAS	1.001.987.805	calle 64 a # 68 99	3112678403	2	1	NP	1	1	1	2	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	NP	NP
13	JORGE ELIECER SANCHEZ REALES	1.233.499.631	carrera 80 a # 77 - 17	3133733011	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	NP	NP
14	HAROL ALFONSO PINTO GUTIERREZ	1.019.047.708	carrera 96 # 144 - 56	3124512142	F	1	NP	F	F	1	2	2	1	NP	2	2	1	2	2	1	NP	2	F	1	F	2	1	NP	2	NP	NP

VERIFICACIÓN DE REQUISITOS (si es Afirmativo coloque S, de lo contrario coloque N)

1	¿El entrenamiento inició a la hora establecida?	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S
2	¿El escenario deportivo se encuentra en condiciones adecuadas para desarrollar el entrenamiento?	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S
3	¿Se cuenta con los implementos deportivos requeridos para el desarrollo del entrenamiento?	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S

No.	DESCRIPCIÓN DE LA NO CONFORMIDAD	FECHA			REQUISITO (marque con x)			TRATAMIENTO		DESCRIPCIÓN DE LA ACCIÓN TOMADA
		DD	MM	AA	1	2	3	Concesión	Corrección	
1										
2										
3										
4										
5										

TRATAMIENTO
CORRECCIÓN: Acción tomada sobre un producto o servicio no conforme para que cumpla con los requisitos.
CONCESIÓN: Autorización para utilizar o liberar un producto o servicio que no es conforme con los requisitos especificados.

FAVOR ENTREGAR LA PRESENTE PLAMELLA SIN TACHONES, BORRONES O ENMIENDADURAS Y EMPLEAR ÚNICAMENTE LAS CONVENCIONES AQUÍ DETALLADAS.

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACION Y DEPORTES

AREA DE DEPORTES

ENTRENADOR(A): ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES

DEPORTE / MODALIDAD LUCHA OLIMPICA-GRECO ROMANA Y LIBRE

PLAN SEMANAL DEL: 04/02/19 AL 10/02/19

MICRO # 1

PRINCIPALES TAREAS TECNICAS

desarrollo de fundamentacion tecnica y tecnicas fundamentales de forma global con continuidades y contra ataques

PRINCIPALES TAREAS FISICAS

acondicionamiento fisico funcional sobrecarga con compañero

MICROCICLOS	carga							TOTAL		
Total de minutos planificados	180	180	180	180	180	180		1080		
DÍAS	Ls	Mt	Ms	Js	Vs	Sab.	Dom.	T	TOTAL	%
CALENTAMIENTO (minutos)	30	30	30	30	30	15		165	165	28%
RESISTENCIA AEROBICA (Minutos)	25	25	25	25	25	25		150	150	26%
FUERZA GENERAL (Minutos)	35	35	35	35	35			175	175	30%
FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos)	15	15	15	15	15	15		90	90	16%
								0	0	0%
								0	0	0%
								0	0	0%
PORCENTAJE FÍSICA ESPECIAL	60%	0%	60%	0%	70%	80%	0%	580	580	100%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	105	105	105	105	105	55	0	580	580	
RESISTENCIA ESPECIAL (Min.)	20	20	20	20	20	35		135	135	23%
RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.)	25	25	25	25	25	30		155	155	27%
RAPIDEZ (Min.)	15	15	15	15	15	30		105	105	18%
VELOCIDAD DE REACCION (Min.)	10	10	10	10	10	20		70	70	12%
FUERZA MAXIMA (Min.)								0	0	0%
FUERZA EXPLOSIVA (Min.)	10	10	10	10	10			50	50	9%
FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos)	10	10	10	10	10	10		60	60	
								0	0	0%
PORCENTAJE TECNICO	45%	45%	45%	45%	45%	80%		575	575	90%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	90	90	90	90	90	125	0	575	575	
APRENDIZAJE TECNICO (Min.)	70		70		70	80		290	290	29%
TECNICA EFECTIVA IND. (Min.)								0	0	0%
POSICION Y DESPLAZAMIENTO (Min.)	60	60	60	60	60	60		360	360	37%
REPETICIONES GESTO TECNICO (Min.)	25	25	25	25	25	30		155	155	16%
TECNICA EN SOMBRA EN PIE	20	20	20	20	20	20		120	120	12%
TECNICA EN SOMBRA EN PISO	10	10	10	10	10	10		60	60	6%
								0	0	0%
PORCENTAJE TEORÍA	50%	50%	50%	50%	50%	50%		985	985	100%
TOTAL TIEMPO TECNICO	185	115	185	115	185	200	0	985	985	
REGLAMENTACION (Min.)								0	0	0%
EVALUACION DE LA SESION (Min)	10	10	10	10	10	10		60	60	40%
ANALISIS VIDEOS (Min)								0	0	0%
CHARLAS Y VISUALIZACIÓN (Min)	15	15	15	15	15	15		90	90	60%
PORCENTAJE TACTICO	10%	10%	10%	10%	10%	10%		150	150	100%
TOTAL TIEMPO TEORÍA	25	25	25	25	25	25	0	150	150	
TOTAL	405	335	405	335	405	405	0	2290	2290	0%
Diferencia	-285				-285	-285		-855		

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACION Y DEPORTES

AREA DE DEPORTES

ENTRENADOR(A): ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES

DEPORTE / MODALIDAD LUCHA OLIMPICA-GRECO ROMANA Y LIBRE

PLAN SEMANAL DEL: 11/02/19 AL 17/02/19

MICRO # 2

PRINCIPALES TAREAS TECNICAS

desarrollo de fundamentacion tecnica y tecnicas fundamentales de forma global
continuidades y contra ataques

PRINCIPALES TAREAS FISICAS

acondicionamiento fisico funcional trabajo con compañero

MICROCICLOS	carga							TOTAL		
Total de minutos planificados	150	150	150	150	150	180			930	
DÍAS	Ls	Mt	Ms	Js	Vs	Sab.	Dom.	T	TOTAL	%
CALENTAMIENTO (minutos)	30	30	30	30	30	30		180	180	33%
RESISTENCIA AEROBICA (Minutos)	30	30	30	30	30	30		180	180	33%
FUERZA GENERAL (Minutos)	15	15	15	15	15	15		90	90	17%
FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos)	15	15	15	15	15	15		90	90	17%
								0	0	0%
								0	0	0%
								0	0	0%
PORCENTAJE FÍSICA ESPECIAL	40%	40%	40%	40%	40%	40%	0%	540	540	100%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	90	90	90	90	90	90	0	540	540	
RESISTENCIA ESPECIAL (Min.)	50	50	50	50	50	50		300	300	48%
RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.)	25	25	25	25	25	25		150	150	24%
RAPIDEZ (Min.)	10	10	10	10	10	10		60	60	10%
VELOCIDAD DE REACCION (Min.)	10	10	10	10	10	10		60	60	10%
FUERZA MAXIMA (Min.)								0	0	0%
FUERZA EXPLOSIVA (Min.)								0	0	0%
FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos)	10	10	10	10	10	10				
								0	0	0%
PORCENTAJE TECNICO	40%	0%	40%	0%	40%	40%		570	570	90%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	105	105	105	105	105	105	0	630	630	
APRENDIZAJE TECNICO (Min.)	70	70	70	70	70	80		430	430	52%
TECNICA EFECTIVA IND. (Min.)								0	0	0%
POSICION Y DESPLAZAMIENTO (Min.)	20	20	20	20	20	30		130	130	16%
REPETICIONES GESTO TECNICO (Min.)	25	25	25	25	25	25		150	150	18%
TECNICA EN SOMBRA EN PIE	10	10	10	10	10	10		60	60	7%
TECNICA EN SOMBRA EN PISO	10	10	10	10	10	10		60	60	7%
								0	0	0%
PORCENTAJE TEORÍA	15%	15%	15%	15%	15%	15%		830	830	100%
TOTAL TIEMPO TECNICO	135	135	135	135	135	155	0	830	830	
REGLAMENTACION (Min.)								0	0	0%
EVALUACION DE LA SESION (Min)	10	10	10	10	10	10		60	60	50%
ANALISIS VIDEOS (Min)								0	0	0%
CHARLAS Y VISUALIZACIÓN (Min)	10	10	10	10	10	10		60	60	50%
PORCENTAJE TACTICO	5%	5%	5%	5%	5%	5%		120	120	100%
TOTAL TIEMPO TEORÍA	20	20	20	20	20	20	0	120	120	
TOTAL	350	350	350	350	350	370	0	2120	2120	0%
Diferencia	-230				-230	-250		-710		

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACION Y DEPORTES

AREA DE DEPORTES

ENTRENADOR(A): ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES

DEPORTE / MODALIDAD LUCHA OLIMPICA GRECO ROMANA Y LIBRE

PLAN SEMANAL DEL: 18/02/19 AL 24/02/19

MICRO # 3

PRINCIPALES TAREAS TECNICAS

desarrollo de fundamentacion tecnica y tecnicas fundamentales de forma global
continuidades y coontra ataques

PRINCIPALES TAREAS FISICAS

acondicionamiento fisico funcional

MICROCICLOS	impacto								TOTAL	
Total de minutos planificados	150	150	150	150	150	180			930	
DÍAS	Ls	Mt	Ms	Js	Vs	Sab.	Dom.	T	TOTAL	%
CALENTAMIENTO (minutos)	30	30	30	30	30	30		180	180	32%
RESISTENCIA AEROBICA (Minutos)	20	20	20	20	20	30		130	130	35%
FUERZA GENERAL (Minutos)	25	25	25	25	25	30		155	155	28%
FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos)	15	15	15	15	15	15		90	90	24%
								0	0	0%
								0	0	0%
								0	0	0%
PORCENTAJE FÍSICA ESPECIAL	40%	40%	40%	40%	40%	40%	0%	555	555	119%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	90	90	90	0	0	105	0	375	375	
RESISTENCIA ESPECIAL (Min.)	30	30	30	30	30	30		180	180	35%
RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.)	30	30	30	30	30	30		180	180	35%
RAPIDEZ (Min.)								0	0	0%
VELOCIDAD DE REACCION (Min.)	15	15	15	15	15	15		90	90	18%
FUERZA MAXIMA (Min.)								0	0	0%
FUERZA EXPLOSIVA (Min.)								0	0	0%
FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos)	10	10	10	10	10	10				
								0	0	0%
PORCENTAJE TECNICO	40%	40%	40%	40%	40%	40%		450	450	88%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	85	85	85	85	85	85	0	510	510	
APRENDIZAJE TECNICO (Min.)	70	70	70	70	70	80		430	430	52%
TECNICA EFECTIVA IND. (Min.)								0	0	0%
POSICION Y DESPLAZAMIENTO (Min.)	25	25	25	25	25	25		150	150	18%
REPETICIONES GESTO TECNICO (Min.)	20	20	20	20	20	20		120	120	15%
TECNICA EN SOMBRA EN PIE	10	10	10	10	10	10		60	60	7%
TECNICA EN SOMBRA EN PISO	10	10	10	10	10	10		60	60	7%
								0	0	0%
PORCENTAJE TEORÍA	15%	15%	15%	15%	15%	15%		820	820	100%
TOTAL TIEMPO TECNICO	135	135	135	0	135	145	0	685	685	
REGLAMENTACION (Min.)								0	0	0%
EVALUACION DE LA SESION (Min)	10	10	10	10	10	10		60	60	50%
ANALISIS VIDEOS (Min)								0	0	0%
CHARLAS Y VISUALIZACIÓN (Min)	10	10	10	10	10	10		60	60	50%
PORCENTAJE TACTICO	5%	5%	0%	5%	5%	5%		120	120	100%
TOTAL TIEMPO TEORÍA	20	20	20	0	0	0	0	60	60	
TOTAL	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0	#REF!	#REF!	0%
Diferencia	#REF!				#REF!	#REF!		#####		

Último ingreso exitoso: 2019-02-26 / 04:24:11 PM | Último ingreso fallido: 2019-02-26 / 04:15:51 PM

Datos Empleados Planillas Documentos Reportes Cesantías Salir

Periodo Pensión: Febrero 2019. Periodo Salud: Febrero 2019.

Febrero 26 de 2019 / 4:43 PM

[Inicio](#) > [Planillas](#) > Resumen de pago

Planillas / Resumen de pago

Información básica de la planilla

Empresa:	ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES	Nit:	1010170346
Tipo planilla:	I	Periodo liquidación Pensiones	Enero 2019
Sucursal o Dependencia:	PRINCIPAL	Periodo liquidación Salud:	Enero 2019
Número de radicación:	33075360	Total a pagar:	\$398,300
Fecha de vencimiento:	12/02/2019	Total de empleados:	1
Fecha de pago:	15/02/2019	Número de administradoras:	4

Detalles del pago

Razón social recaudo:	Compensar OI	Nit recaudo:	9998600669427
Descripción:	MiPlanilla.com Pago Proteccion Social	Medio de pago:	Pago Electronico por PSE
Banco:	BANCO DAVIVIENDA	Número de aprobación:	414873117
Estado de la transacción:	Transacción aprobada		

Totales

Código	NIT	Administradoras	No. Afiliados	*Número de incapacidad por riesgos laborales	Valor descontado en incapacidad y/o licencia	Total pagado
14-23	860011153	POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	1		\$0.00	\$29,500
231001	800227940	Colfondos	1		\$0.00	\$193,400
CCF24	860066942	Compensar Caja de Compensacion Filiar	1		\$0.00	\$24,300
EPS008	860066942	Compensar EPS	1		\$0.00	\$151,100
						\$398,300

*Si descontó incapacidades o notas crédito debe informar a la administradora correspondiente los descuentos

[»Ver planillas pagadas](#)

Le informamos que el pago de la planilla No. 33075360, fue posterior a la fecha límite establecida en el Decreto 1670 de 2007. Sin embargo, para las administradoras el recibir el aporte no implica que esté aceptando o se esté allanando a la mora, ya que la Ley establece la obligatoriedad de recibirlo, al igual que para los empleadores y aportantes la obligación de cotizar oportunamente, lo que permite el reconocimiento de las prestaciones económicas (Incapacidades, Licencias de Maternidad y Paternidad), evitando además, el recobro al empleador o trabajador independiente de los servicios prestados durante el periodo de pago extemporáneo.

Este documento está clasificado como PRIVADO por parte de Compensar Operador de Información

Recuerde verificar por la opción de consultas que su planilla este PAGADA en el sistema.

[Exportar reporte a Excel](#) [Exportar reporte a PDF](#)[Imprimir transacción](#)