INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN).

INFORME No.	1		
FECHA DEL INFORME	DD	MM	AAAA
	30	09	2022

No. DEL CONTRATO Y FECHA
IDRD-CTO- 2494 -2022
No. DEL EXPEDIENTE VIRTUAL
20228007016024 52E

1. INFORMACIÓN GENERAL

		Instrucciones
NOMBRE DEL CONTRATISTA	ISMAEL PANTOJA MARIN	Registre nombre y apellidos completos
N° DE IDENTIFICACIÓN	C.C. 14.607.716	Registre el número de identificación
OBJETO DEL CONTRATO	Prestar sus servicios como entrenador(a) de tecnificación 3.2 para implementar los planes de preparación y entrenamiento de atletas en la disciplina asignada, del sistema deportivo de Bogotá.	Registre el objeto del contrato
PLAZO DE EJECUCIÓN	Tres (3) meses	Registre el plazo total de ejecución en letras y números
VALOR	$ 11.967.000	Registre el valor total del contrato
FECHA ACTA DE INICIO	03/09/2022	Registre la fecha de inicio del acta
ADICIÓN Y/O PRÓRROGA (solo cuando aplique)	N/A	Registre el tiempo, valor y plazo de la prorroga
SUSPENSIONES (solo cuando aplique)	N/A	Registre para cada suspensión efectuada, las fechas y plazo de la suspensión
FECHA DE TERMINACIÓN	02/12/2022	Registre fecha de terminación establecida luego de las suspensiones y/o prórrogas aprobadas si las hay.
PERIODO DE ACTIVIDADES DE ESTE INFORME	03/09/2022 a 30/09/2022	Registre las fechas entre las cuales se reportan las actividades

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN).

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.).

Obligaciones específicas	Actividades, evidencias y ubicación
Obligación No. 1: Planificar, orientar, controlar y evaluar, la preparación de los deportistas asignados para la etapa de tecnificación por el equipo metodológico en coordinación con las ligas deportivas del registro de Bogotá, para lo cual deberá presentar el plan de entrenamiento a seguir durante esta vigencia, y realizar los ajustes que le sean solicitados, aportando los respectivos anexos. Cuando se realice una transición de atletas de su disciplina deportiva debe ser de acuerdo con los parámetros y criterios establecidos por el proyecto de inversión y en los planes pedagógicos.	**AVANCE:** Se realizó la planificación, orientación, y control de la preparación a los deportistas de esgrima de la modalidad de espada, que son parte de la etapa de tecnificación, de acuerdo a lo proyectado en el plan de entrenamiento. **EVIDENCIA:** *Plan de entrenamiento *Microciclos #1 a #4 *debido a dificultades técnicas para ingresar a la plataforma no es posible descargar el reporte de asistencia de atletas a entrenamientos (SIM) **UBICACIÓN:** Anexo folios #17 al #21
Obligación No. 2: Participar en la elaboración, actualización, capacitación e implementación de los programas pedagógicos deportivos, criterios de transición, indicadores de rendimiento, test técnicos y pedagógicos de su especialidad deportiva del proyecto de inversión, talento y reserva, masificación e iniciación deportiva que le sean solicitados, así como,	**AVANCE:** Se cumple con la orientación técnica de los entrenamientos de acuerdo a lo proyectado, para optimizar la calidad de los procesos y evolución de los deportistas en la etapa de tecnificación en esgrima Se realizó mesa de trabajo para la orientación y aportes correspondientes, en los procesos de la etapa de tecnificación, el pasado 06/09/2022. Se realizó mesa de trabajo para la orientación y aportes correspondientes, en los procesos de la etapa de tecnificación con relación a los horarios y lugares de entrenamiento, el pasado 21/09/2022. **EVIDENCIA:**

realizar el acompañamiento técnico y capacitación a los programas institucionales y de Ligas en las etapas de iniciación deportiva, talento y reserva y tecnificación.	*Acta de reunión **UBICACIÓN:** Anexo folios #7 y #8
Obligación No. 3: Cumplir con el volumen de entrenamiento establecido en los planes de entrenamiento acordados y aprobados por el encargado de su disciplina deportiva y Ligas Deportivas Distritales, cumpliendo con un mínimo de siete (7) sesiones semanales con los deportistas del registro de Bogotá, en el sitio de entrenamiento concertado con el IDRD.	**AVANCE:** Se cumple con la totalidad de las sesiones programadas de acuerdo a lo requerido en la etapa y lo concertado con el área metodológica, los días: *lunes: 17:30 a 20:00 *martes: 10:00 a 12:00 *miércoles: 10:00 a 12:00 // 17:30 a 20:00 *jueves: 10:00 a 12:00 *viernes: 10:00 a 12:00 // 17:30 a 20:00 En la unidad deportiva Sauzalito y En Unidad Deportiva El Salitre ubicado en Cll. 63 no. 69-26 Por problemas técnicos de la plataforma no es posible reportar la asistencia. **EVIDENCIA:** ***** Por problemas técnicos de la plataforma no es posible reportar la asistencia. **UBICACIÓN:** Sin registro
Obligación No. 4: Acompañar y dirigir a los deportistas preseleccionados y seleccionados 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	**AVANCE:** Se cumple con la obligación en el periodo de reporte acompañando y dirigiendo a los deportistas asignados y en entrenamientos tal como se describe en el avance de la obligación anterior. **EVIDENCIA:** ***** Por problemas técnicos de la plataforma no es posible reportar la asistencia. **UBICACIÓN:** Sin registro

los entrenamientos, fogueos, competencias preparatorias y principales, de acuerdo a lo planificado en el plan de entrenamiento vigente: así como Participar en reuniones o eventos nacionales o internacionales, que le sean asignados por el Supervisor del Contrato, siempre y cuando estas guarden relación con el cumplimiento del objeto contractual. Parágrafo: La participación en los eventos Nacionales o Internacionales deben ser autorizados por la Dirección General o por la Subdirección Técnica de Recreación y Deportes del IDRD.	
Obligación No. 5: Presentar un informe técnico de competencia con la gestión y resultados alcanzados de acuerdo al modelo implementado por el área de deportes con ocasión de la participación en fogueos y competencias preparatorias y principales a nivel local, distrital, nacional e internacional máximo tres (3) días hábiles después de cada competencia y anexarlo como seguimiento en el informe mensual.	**AVANCE:** En el periodo del reporte no se programó y/o participó en fogueos, concentraciones, clínicas y competencias preparatorias y principales a nivel local, distrital, nacional e internacional. **EVIDENCIA:** Sin registro **UBICACIÓN:** Sin registro
Obligación No. 6: Gestionar las herramientas digitales, tecnologías y/o	**AVANCE:** Se implementa el uso de las herramientas mencionadas según la necesidad para el cumplimiento de las obligaciones en el periodo de reporte.

ofimáticas necesarias para garantizar la ejecución del contrato de manera presencial y/o virtual contando con los medios tecnológicos para la constante comunicación con el supervisor del contrato, para el cumplimiento del objeto y obligaciones del contrato, así como a las reuniones misionales y eventos convocados por los componentes del proyecto, el IDRD y/o entidades aliadas	**EVIDENCIA:** *Formatos institucionales y evidencias anexas **UBICACIÓN:** Anexo folio #01 al #21
Obligación No. 7: El Contratista adoptará todas las medidas necesarias para evitar cualquier situación de conflicto de intereses conforme a lo estipulado en la resolución 424 de 2021, “Por medio de la cual se adopta la política sobre conflicto de Intereses en el Instituto Distrital de Recreación y Deporte-IDRD”. Esta situación se produce cuando, como consecuencia de intereses económicos, profesionales, afinidades políticas o nacionales, vínculos familiares o afectivos, o cualesquiera otros intereses compartidos, se ve comprometida la ejecución imparcial y objetiva del Contrato.	**AVANCE:** Se cumplió con el objeto del contrato sin compromiso de situaciones que afectaran la imparcialidad y objetividad en el desarrollo de las obligaciones. Estableciendo mediate reunión con el metodólogo Andrés Bohórquez y el comité ejecutivo de la liga de esgrima de Bogotá, la pautas para el desarrollo de las actividades y protocolos a seguir de acuerdo con las normas y en los decretos establecidas de la entidad **EVIDENCIA:** Registro fotográfico **UBICACIÓN:** Anexo folio #22
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.	

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN).

3. INFORMACIÓN APORTES PRESTACIONES SOCIALES

DESCRIPCIÓN DEL APORTE	NOMBRE EMPRESA	VALOR APORTE PAGADO
PAGO APORTES SALUD	ADRES REGIMEN DE EXEP	$ 350.000
PAGO APORTES PENSIÓN	PORVENIR	$ 448.000
PAGO RIESGOS LABORALES	POSITIVA	$ 68.300
	TOTAL	$ 866.300

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

- Certificado de cumplimiento, y anexos requeridos para el pago junto con las evidencias relacionadas en cada obligación.

Nota: Para la entrega del informe correspondiente al último periodo de actividades; es indispensable anexar adicionalmente: el documento expedido por el Almacén General y el Área de Sistemas donde se evidencie que el contratista se encuentra a paz y salvo con la entidad y el medio magnético con las evidencias de las actividades realizadas durante la ejecución contractual.

Firma Contratista

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

El contratista ha dado cumplimiento de las obligaciones durante el periodo del reporte, se anexa visto bueno del/la metodólogo/a asignado/a, el/la cual ha revisado, verificado y aprobado la veracidad de la información registrada.Se confirma error en plataforma para proceso de inscripcion en SIM , se solicita al area encargada subsanar y actualizar reporte de asistencia para entrega en el segundo informe . VoBo Firma la ordenadora del gasto debido a que la persona asignada no se encuentraba activa en el rol proyectado en los estudios previos y a la fecha del reporte, no se realizó la designación a lugar , la firma de Laura Sin corresponde a la fecha del 23 septiembre ya que se desempeñó como subdirectora encargada .

Aura Escamilla

VoBo Supervision del contrato
AURA MARIA ESCAMILLA OSPINA
CC1´032.367.105
SUBDIRECTORA TÉCNICA DE RECREACIÓN Y DEPORTES

VoBo Supervision del contrato (E)
LAURA ANDREA SIN GUTIERREZ
CC1´015.407.293
SUBDIRECTORA TÉCNICA DE RECREACIÓN Y DEPORTES (E)

BOGOTÁ

ACTA No.	COMITÉ/REUNIÓN: Reunión Esgrima	DD	MM	AA
		6	09	22

LUGAR: IDRD HORA DE INICIO: 9:00 HORA FIN: 10:40

ASISTENTES

NOMBRE	CARGO	DEPENDENCIA
Andres Bolivar Perez	Metodologo	Deportes
Ismael Pantoja Marin	Entrenador Esgrima	Deportes.

ORDEN DEL DIA

1. Deportistas actuales ESG
2. Proyeccion Trabajo
3. Revision Plan Pedagogico
4. Proyección deportistas FI-8
5.
6.

TEMAS TRATADOS

1 Se presentan los siguientes deportistas de Esgrima
Simon Lombana / Jerónimo Duella
Santiago Isaza / Matias Avella
David Garcia / Maria Alejandra Solera
Oscar Torres / Maria Nuna.

2. Se plantearan entrenamientos bajo reconocimiento de variables físicas y técnicas para hacer proyección de los deportistas a Juegos Nacionales 2023.

TEMAS TRATADOS

3. Se envia Plan Pedagogico y Criterio Propuesta, Transición y Evaluación para la revisión.

4. Se revisara la posibilidad de apoyar a las otras armas, de acuerdo con las condiciones que se puedan presentar.

COMPROMISOS

TEMA	RESPONSABLE	FECHA LÍMITE PARA SU REALIZACIÓN
-Revisar variables Fisicotécnicas	Ismael	25-9-22
-Revisión y propuesta Plan Pedagogico.	Ismael	25-9-22
-Envian Plan y criterios	Andres Bolivar	25-9-22
-Revisar Propuesta de trabajo armas Florete - Espada y Sable.	Ismael	25-9-22

EVALUACIÓN Y CIERRE DE LA REUNIÓN

¿Se logró el objetivo? SI: X NO:

Observaciones:

Siendo las 10:40 se da por terminado el comité/reunión, en constancia firman:

PRESIDENTE / DELEGADO / JEFE DEPENDENCIA / QUIÉN CONVOCA		SECRETARIO (S) Si en la reunión no se designa este delegado(s) coloque N.A.	
FIRMA		FIRMA	
NOMBRE	Andres Bolivar	NOMBRE	
CARGO	Metodologo	CARGO	

NOMBRE COMPLETO DE QUIÉN ELABORA EL ACTA: Andres Felipe Bolivar Alvarez.

BOGOTÁ

ACTA No.	COMITÉ/REUNIÓN: Reunión Esgrima	DD: 21	MM: 09	AA: 22

LUGAR: IDRD HORA DE INICIO: 10:30 HORA FIN: 12:30

ASISTENTES

NOMBRE	CARGO	DEPENDENCIA
Andres Rodriguez	Metodologo	Deportes
ISMAEL PASTOR MARIN	ENTRENADOR	DEPORTES

ORDEN DEL DIA

1. Revision Tarea.
2. Horarios y Escenarios
3.
4.
5.
6.

TEMAS TRATADOS

1. - Se revisa la propuesta técnica y física de valoración, la cual se proyectará a la liga de esgrima de Bogotá
- Se sigue trabajando la revisión del plan pedagógico. Se propone no separalizar a temporadas estudios
- Se deberá revisar en prontitud la contratación de los entrenadores de florete y sable rendimiento.

GESTIÓN DOCUMENTAL - V.2

TEMAS TRATADOS

2. Lunes 5:30 p m - 8:00 p m
Martes 10:00 am - 12:00 Dia.
Miercoles 5:30 p m - 8:00 p m / 10:00 am - 12:00 pm
Jueves 10:00 am 12:00 Dia
Viernes 5:30 p m - 8:00 p m / 10:00 am - 12:00 pm
Sabado N/A

3 Presentación entrenador a liga y deportistas.

4. Se dan indicaciones de funcionamiento en la Etapa de Tecnificación
- Informes: Enviar formato y obligaciones
- Asistencia SIM: Enviar correo alejandro.hernandez@idrd.gov.co
Lo Solicitor - Nombre - Fecha Inicio
- Activación SIM - Documento - Fecha Final
- Cesación contrato - No Contrato
Institucional sistemas@IDRD.GOV.CO
- Capacitación SIM Vanesa.Rodriguez@IDRD.GOV.CO.
↳ Competencia Luz Cortes@IDRD.GOV.CO
↳ Asistencia
- Solicitud. Carné institucional (mismos datos del correo SIM).

5. Construcción Plan de Entrenamiento Enviar formato.

6 Compartir resolución 777/21.

7 Enviar listado de Apoyados Esgrima

GESTIÓN DOCUMENTAL

COMPROMISOS

TEMA	RESPONSABLE	FECHA LÍMITE PARA SU REALIZACIÓN
Proyector Presentación de	Andrés	30-9-22
Ismael a deportistas y liga		
Solicitud SIM. Correo y Comisión	Ismael	30-9-22
Creación plan Entreno	Ismael	10-10-22
Listado Apoyados	Andrés	23-9-22

EVALUACIÓN Y CIERRE DE LA REUNIÓN

¿Se logró el objetivo? SI [X] NO [ ]

Observaciones

Siendo las 12:30 se da por terminado el comité/reunión, en constancia firman:

PRESIDENTE / DELEGADO / JEFE DEPENDENCIA / QUIEN CONVOCA		SECRETARIO (S) (Si en la reunión no se designó este delegado colocar N.A)	
FIRMA		FIRMA	
NOMBRE	Andres Rodriguez	NOMBRE	
CARGO	Metodologo	CARGO	

NOMBRE COMPLETO DE QUIÉN ELABORA EL ACTA: Andrés Felipe Rodriguez Alonso.

GESTIÓN DOCUMENTAL - V.2

Señores:
INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
Ciudad.

CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO

(Articulos 330 al 336 del Estatuto Tributario Nacional -Ley 1819 de 2016.)

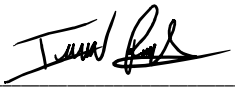
Conozco que de acuerdo con el Inciso 6 del parágrafo 4 del artículo 1 del Decreto 1070 de 2013, el incumplimiento en la obligación de entregar esta información, ante la Entidad contratante, deberá ser informada a la U.A.E. Dirección de Impuestos y Aduanas Nacionales - DIAN, con el fin de que la administración tributaria me imponga las sanciones pertinentes.

De conformidad con la referencia me permito manifestar bajo la gravedad de juramento lo siguiente:

1	Contrato No.	**2494-2022**									
2	Nombre del Contratista	**Ismael Pantoja Marin**									
3	Identificación	CC	X	CE		**14.607.716**					
4	Responsable de impuesto a las ventas				SI		NO	**X**	Régimen simple		
5	Residente en el país (Extranjeros)						SI		NO		
6	Tengo contratadas dos o mas personas para realizacion de las actividades que se requieren en cumplimiento del objeto del presente contrato (Paragrafo 2 del Art 383 ET)						SI		NO	**X**	
	c) Mis ingresos totales en el año gravable 2021, fueron iguales o superiores a 1.400 UVT (2021), equivalentes a $50,831,100						SI	**X**	NO		
8	Valor de los aportes obligatorios al Sistema de Seguridad Social correspondiente al 40% de los ingresos recibidos efectivamente en el **MES ANTERIOR** provenientes del contrato materia de pago sujeto a retención.										
	Aporte Obligatorio de Salud mensualizado $	**350.000,00**			Aporte Obligatorio de Pensión mensualizado $		**448.000,00**				
	Afiliación Aportes Riesgos Laborales ARL $	**68.300,00**			Nota: el valor pagado por ARL no disminuye la base de la retencion en la fuente						
	Número de planilla	**7849559828**			Fecha de pago	**23/08/2022**	Valor pagado			**866.300**	
9	Ingresos no constitutivos de renta, ni de ganancia ocasional mensual										
	AFC $				Ahorro Voluntario Pensión $		**0,00**				
10	Intereses en créditos de vivienda de habitación. Certificado expedido por la entidad vigilada por la Superfinanciera que indique el valor de los intereses pagados en el año inmediatamente anterior (2021). Indique el o los titulares del crédito de vivienda. Anexo						SI		NO	**X**	
11	Pago medicina prepagada o planes complementarios de salud (para el titular, cónyuge y hasta dos hijos) Certificado expedido por la entidad vigilada por la Supersalud que indique el valor pagado en el año inmediatamente anterior (2021). Anexo						SI		NO	**X**	
12	Dependientes: Certifico bajo gravedad de juramento que las personas claramente identificadas con numero de identificación y vínculo de parentesco, las cuales soporto, tienen dependencia económica de mi.										
	a) Hijos menores de 18 años (entregar registro civil). Anexo						SI	**X**	NO		
	b) Hijos entre 18 y 23 años estudiantes (entregar registro civil y recibo de pago de matrícula o certificado de pagos expedidos por la entidad aprobada por el ICFES). Anexo						SI		NO	**X**	
	c) Hijos en situación de dependencia originada en factores físicos o psicológicos. (entregar registro civil y certificado expedido por medicina legal ó EPS). Anexo						SI		NO	**X**	
	d) Cónyuge o compañero permanente, en situación de dependencia sea por ausencia de ingresos o ingresos menores a 260 UVT (2021) $9.440.080 anuales (entregar certificado de Contador Público. Cuando sea dependencia factores físicos o psicológicos entregar Certificado de medicina legal ó EPS). Anexo						SI		NO	**X**	
	e) Padres y los hermanos por situación de dependencia sea por ausencia de ingresos ó ingresos menores a 260 UVT (2021) $9.440.080 anuales (entregar certificado de Contador Público. Cuando sea dependencia factores físicos o psicológicos entregar certificado de medicina legal ó EPS). Anexo						SI		NO	**X**	
13	Soy declarante del impuesto sobre la renta y complementarios.						SI	**X**	NO		
14	**(OPCIONAL)** Como declarante del impuesto de renta, solicito se me practique una tarifa de retención en la fuente superior a la establecida en el (parágrafo 3 del Artículo 383 ET), la cual será por un porcentaje de:								%	**0**	

Certifico bajo la gravedad del juramento que los documentos soportes del pago de aportes obligatorios al Sistema de de Seguridad Social en Salud y Pensión corresponde a los ingresos provenientes del contrato materia del pago sujeto a retención.

DECLARO QUE LOS SOPORTES ADJUNTOS NO SERAN PRESENTADOS ANTE OTRA ENTIDAD PARA DEPURACION POR LOS MISMOS CONCEPTOS, RESPETANDO LOS TOPES ESTABLECIDOS EN LA NORMA Y CUALQUIER CAMBIO EN LAS CONDICIONES QUE IMPIDAN SU APLICACION LO NOTIFICARE DE INMEDIATO.



FIRMA

Dada en Bogotá D.C. a los: DD **30** MM **9** AA **2022**

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
COMPROBANTE DE PAGO

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CEDULA DE CIUDADANIA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	14607716
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:			ISMAEL PANTOJA MARIN
CIUDAD/MUNICIPIO:	CAJICA	DEPARTAMENTO:	CUNDINAMARCA
DIRECCIÓN:	CALLE 4B # 1-105 TR 1 APTO	TELÉFONO:	8831862
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Otros trabajos de edición.
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:	**7849559828**		TIPO DE PLANILLA:		I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN OTROS SUBSISTEMAS:	MES:	agosto	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES:	agosto
	AÑO:	2022		AÑO:	2022
DÍAS DE MORA:	0				
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):	2022/08/23		NÚMERO AUTORIZACIÓN:		1615388126

LIQUIDACIÓN GENERAL

			TOTALES	
			COTIZANTES	TOTAL PAGADO
PENSIÓN				
ADMINISTRADORA				
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
800224808	230301	230301-PORVENIR	1	$ 448.000
SUBTOTAL:			1	**$ 448.000**
SALUD				
ADMINISTRADORA				
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
901037916	MIN002	MIN002-ADRES-REGIMEN EXCEPCION	1	$ 350.000
SUBTOTAL:			1	**$ 350.000**
RIESGOS PROFESIONALES				
ADMINISTRADORA				
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
860011153	14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	1	$ 68.300
SUBTOTAL:			1	**$ 68.300**

TOTAL PAGADO:	**$ 866.300**

Comprobante

de pago en línea

SOI ACH

Pago realizado por: ISMAEL PANTOJ MARI

Nro. de recibo: 7849559828

Descripción del pago: Pago de la Planilla Integrada de Seguridad Social y Parafisacales

Identificación del contribuyente: 10.80.25.34

Concepto: CC

Razón Social: 14607716

Fecha y hora de la transacción: Martes 23 de Agosto de 2022 08:25:45 AM

Nro. de comprobante: 0000001734

Valor pagado: $ 866,300.00

Cuenta: *******3830

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

REGISTRADURÍA
NACIONAL DEL ESTADO CIVIL

NUIP	1141139067

REGISTRO CIVIL DE NACIMIENTO

Indicativo Serial 60088570

Datos de la oficina de registro - Clase de oficina

Registraduría [ ] Notaría [X] Número 67 Consulado [ ] Corregimiento [ ] Inspección de Policía [ ] Código DTY

País - Departamento - Municipio - Corregimiento o Inspección de Policía

** COLOMBIA, CUNDINAMARCA, BOGOTA D.C. **********

Datos del inscrito

Primer Apellido	Segundo Apellido
PANTOJA**********	CUERVO**********

Nombre(s)

LUCIANA**********

Fecha de nacimiento

Año	Mes	Día	Sexo (en letras)	Grupo sanguíneo	Factor RH
2019	NOV	28	FEMENINO	O	POSITIVO

Lugar de nacimiento (País - Departamento - Municipio - Corregimiento o/o Inspección)

COLOMBIA ******* CUNDINAMARCA ******* BOGOTA**********

Tipo de documento antecedente o Declaración de testigos	Número certificado de nacido vivo
CERTIFICADO DE NACIDO VIVO**********	15744025-1**********

Datos de la madre o padre (Para casos de pueblos indígenas con línea matrilineal, o parejas del mismo sexo, anotar el progenitor que indiquen los declarantes para el primer apellido del inscrito)

Apellidos y nombres completos

CUERVO JOYA MARISOL **********

Documento de Identificación (Clase y número)	Nacionalidad
C.C. No. 52779760 DE BOGOTA**********	COLOMBIANA**********

Datos de la madre o padre (Para casos de pueblos indígenas con línea matrilineal, o parejas del mismo sexo, anotar el progenitor que indiquen los declarantes para el segundo apellido del inscrito)

Apellidos y nombres completos

PANTOJA MARIN ISMAEL **********

Documento de Identificación (Clase y número)	Nacionalidad
C.C. No. 14607716 DE CALI**********	COLOMBIANA**********

Datos del declarante

Apellidos y nombres completos

PANTOJA MARIN ISMAEL **********

Documento de Identificación (Clase y número)	Firma
C.C. No. 14607716 DE CALI**********	

Datos primer testigo

Apellidos y nombres completos

****

Documento de Identificación (Clase y número)	Firma
**********	

Datos segundo testigo

Apellidos y nombres completos

****

Documento de Identificación (Clase y número)	Firma
**********	

Fecha de Inscripción	Nombre y firma del funcionario que autoriza
Año 2019 Mes DIC Día 27	JAIME ALEJANDRO CASTRO TORRES Nombre y firma

Reconocimiento paterno	Nombre y firma del funcionario ante quien se hace el reconocimiento
**********	**********
Firma	Nombre y firma

ESPACIO PARA NOTAS

NOTARÍA 67 ESTA FOTOCOPIA COINCIDE CON EL ORIGINAL QUE REPOSA EN LOS ARCHIVOS DEL REGISTRO CIVIL DE ESTA NOTARÍA. SE EXPIDE A SOLICITUD DEL INTERESADO.

VALIDO PARA ACREDITAR PARENTESCO

(Artículo 115 Decreto 1250 de 1970)

Dado en Bogotá, D.C. a: 26 DIC. 2019

NOTARÍA 67 DEL CÍRCULO DE BOGOTÁ, D.C.

JAIME ALEJANDRO CASTRO TORRES
NOTARIO 67
ENCARGADO
CIRCULO DE BOGOTA D.C.

- ORIGINAL PARA LA OFICINA DE REGISTRO -

REPÚBLICA DE COLOMBIA

ORGANIZACIÓN ELECTORAL
REGISTRADURÍA NACIONAL DEL ESTADO CIVIL
DIRECCIÓN NACIONAL DE REGISTRO CIVIL

REGISTRO CIVIL DE NACIMIENTO

NUIP 1150188245

Indicativo Serial 55456419

55456419

Datos de la oficina de registro - Clase de oficina

Registraduría [ ] Notaría [X] Número 76 Consulado [ ] Corregimiento [ ] Inspección de Policía [ ] Código D W C

País - Departamento - Municipio - Corregimiento e/o Inspección de Policía

COLOMBIA CUNDINAMARCA BOGOTA, D.C.,

Datos del inscrito

Primer Apellido	Segundo Apellido
PANTOJA	CUERVO

Nombre(s): SEBASTIAN SMITH

Fecha de nacimiento	Sexo (en letras)	Grupo sanguíneo	Factor RH
Año 2016 Mes FEB Día 16	MASCULINO	A	POSITIVO

Lugar de nacimiento (País - Departamento - Municipio - Corregimiento e/o Inspección)

COLOMBIA CUNDINAMARCA BOGOTA, D.C.,

Tipo de documento antecedente o Declaración de testigos	Número certificado de nacido vivo
CERTIFICADO DE NACIDO VIVO	13643863 - 5

Datos de la madre

Apellidos y nombres completos: CUERVO JOYA MARISOL

Documento de identificación (Clase y número)	Nacionalidad
C.C. 52.779.760	COLOMBIANA

Datos del padre

Apellidos y nombres completos: PANTOJA MARIN ISMAEL

Documento de identificación (Clase y número)	Nacionalidad
C.C. 14.607.716	COLOMBIANA

Datos del declarante

Apellidos y nombres completos: PANTOJA MARIN ISMAEL

Documento de identificación (Clase y número)	Firma
C.C. 14.607.716	

Datos primer testigo

Apellidos y nombres completos: **********

Documento de identificación (Clase y número)	Firma
**********	

Datos segundo testigo

Apellidos y nombres completos: **********

Documento de identificación (Clase y número)	Firma
**********	

Fecha de inscripción	Nombre y firma del funcionario que autoriza
Año 2016 Mes MAR Día 14	BLANCA NELLY GUERRERO VARGAS NOTARIA 76 ENCARGADA Nombre y firma

Reconocimiento paterno	Nombre y firma del funcionario ante quien se hace el reconocimiento
Firma	Nombre y firma

ESPACIO PARA NOTAS

NOTARIA 76 DE BOGOTA - ORIGINAL PARA LA OFICINA DE REGISTRO -
Resol. 7621/10 Art. 5°

POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

POSITIVA
Compañía de Seguros S.A.
N.I.T 860.011.153-6

CERTIFICA

Verificada la base de datos del ramo de ARL de la compañía, se identificó que ISMAEL PANTOJA MARIN, con Cédula Ciudadanía No. 14607716 contratista de la empresa INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y DEPORTE, con Nit No. 860061099, tiene un registro como Independiente desde el 03/09/2022 y fecha fin de contrato 06/12/2022 con riesgo 3 y a la fecha se encuentra AFILIADO.

Recuerde que una vez cumplida la fecha fin de contrato, el sistema aplica de forma automática la novedad de retiro, por lo anterior en caso de tener un nuevo contrato deberá realizar una nueva afiliación, para continuar con la cobertura en nuestra ARL.

Para validar la información emitida en este certificado, visite nuestra página web: www.positivaenlinea.gov.co y seleccione la opción 'VALIDAR CERTIFICADOS'. Ingrese el siguiente código (válido por un mes): 20220101948303.

MIS_4_1_3_FR15 v_04

Dada en Bogotá, a los 2 días del mes de septiembre de 2022

Cordialmente

GERENCIA DE AFILIACIONES Y NOVEDADES
POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A.

Impreso por Internet el 02/09/2022 04:26:54 p. m.
ISCDC: 02/09/2022 04:26:54 p. m.

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

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACION Y DEPORTE

N.I.T. 8600610991

SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA
AREA DE PRESUPUESTO

CERTIFICADO DE REGISTRO PRESUPUESTAL No. 7457

Que en cumplimiento a lo establecido en el numeral 13 del articulo 25 de la ley 80 de 1.993, se ha constituido el registro presupuestal con cargo a la apropiacion del Articulo.

CÓDIGO PRESUPUESTAL		FUENTE	COMPONENTE	POSICION	PMR	VALOR
O23011601200000007850	Implementación de una Estratégia para el Desarrollo Deportivo y Competitivo de Bogotá	1-100-I048	20200992912	1	PM/0211/0104/43020017850	11,368,650.00
O23011601200000007850	Implementación de una Estratégia para el Desarrollo Deportivo y Competitivo de Bogotá	1-100-I048	20200992912	2	PM/0211/0104/43020737850	598,350.00

A favor de: ISMAEL PANTOJA MARIN

CEDULA DE CIUDADANIA: 14.607.716

POR UN VALOR DE $ 11,967,000.00

SEGUN : CONTRATO PRESTACION DE SERVICIOS - 2494

DISPONIBILIDAD : 5553

CON EL OBJETO:
PRESTAR SUS SERVICIOS COMO ENTRENADOR A DE TECNIFICACION 3 2 PARA IMPLEMENTAR LOS PLANES DE PREPARACION Y ENTRENAMIENTO DE ATLETAS EN LA DISCIPLINA ASIGNADA DEL SISTEMA DEPORTIVO DE BOGOTA

MODALIDAD DE SELECCIÓN: 10 CONTRATACION DIRECTA

DADO EN BOGOTA A LOS 31 DIAS DEL MES DE Agosto DE 2022,, SOLICITADO DEL DOCTOR (A): AURA MARIA ESCAMILLA OSPINA

GILBERTO AUGUSTO ALMANZA HERNANDEZ

PROFESIONAL ESPECIALIZADO GRADO 10

SEVEN - Presupuesto de Gobierno - Digital Ware Ltda.

Certificado Bancario

Jueves, 1 de septiembre de 2022

Señor(a)
A QUIEN PUEDA INTERESAR

BANCOLOMBIA S.A. se permite informar que ISMAEL PANTOJ MARI identificado(a) con CC 14607716, a la fecha de expedición de esta certificación, tiene con el banco los siguientes productos:

Producto	No. Producto	Fecha Apertura	Estado
CUENTA DE AHORROS	33581473830	2012/03/28	ACTIVA

***Importante:** Esta constancia solo hace referencia a los productos mencionados anteriormente.

*Si desea verificar la veracidad de esta información, puede comunicarse con la Sucursal Telefónica Bancolombia los siguientes números: Medellín - Local: (60-4) 510 90 00 - Bogotá - Local: (60-1) 343 00 00 - Barranquilla - Local: (60-5) 361 88 88 - Cali - Local: (60-2) 554 05 05 - Resto del país: 01800 09 12345. Sucursales Telefónicas en el exterior: España (34) 900 995 717 - Estados Unidos (1) 1 866 379 97 14.

Catalina Cortés Uribe.
Gerente Servicios Contact Center & BPO.

Bancolombia

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA BANCOLOMBIA S.A. Establecimiento Bancario.

INSTITUTO DISTRITAL DE LA RECREACIÓN Y DEPORTE
SUBDIRECIÓN TÉCNICA DE RECREACIÓN Y DEPORTE
ÁREA DE DEPORTES

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES

FECHA: 5/09/2022 **AL** 11/09/2022 **DEPORTE:** ESGRIMA

ENTRENADOR: ISMAEL PANTOJA MARIN **CONTRATO Nº:** 2494 de 2022

MICROCICLO Nº: 35 **TENDENCIA MICRO:** CORRIENTE **OBJETIVO MICRO:** Mejorar las capacidades coordinativas y capacidades cognitivas mediante juego grupales y ejercicios en pareja. Desarrollar la resistencia a la velocidad mediante ejercicios de pliometria y gradas.

SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1ª		Hora: 10:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 40" Ejercicios con autocargas - 30" Estiramientos -20 min	Hora: 4:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 70" Estiramientos -20 min	Hora: 10:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 40" Ejercicios con autocargas - 30" Estiramientos -20 min	Hora:10:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Desplazamientos (parejas) - 30" Ejercicios en pareja- 40" Juegos grupales - 30" Estiramientos -20 min		
2ª	Hora: 17:30 Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 70" Estiramientos -20 min		Hora:6:00 pm Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Desplazamientos (parejas) - 30" Ejercicios en pareja- 40" Juegos grupales - 30" Estiramientos -20 min		Hora:17:30 Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Desplazamientos (parejas) - 30" Ejercicios en pareja- 40" Juegos grupales - 30" Estiramientos -20 min		
3ª							

INSTITUTO DISTRITAL DE LA RECREACIÓN Y DEPORTE
SUBDIRECIÓN TÉCNICA DE RECREACIÓN Y DEPORTE
ÁREA DE DEPORTES

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES

FECHA: 12/09/2022 **AL** 18/09/2022 **DEPORTE:** ESGRIMA

ENTRENADOR: ISMAEL PANTOJA MARIN **CONTRATO Nº:** 2494 de 2022

MICROCICLO Nº: 36 **TENDENCIA MICRO:** CORRIENTE **OBJETIVO MICRO:** Mejorar las capacidades coordinativas y capacidades cognitivas mediante juego grupales y ejercicios en pareja. Desarrollar la resistencia a la velocidad mediante ejercicios de pliometria y gradas.

SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1ª		Hora: 10:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 40" Ejercicios con autocargas - 30" Estiramientos -20 min	Hora: 4:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 70" Estiramientos -20 min	Hora: 10:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 40" Ejercicios con autocargas - 30" Estiramientos -20 min	Hora:10:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Desplazamientos (parejas) - 30" Ejercicios en pareja- 40" Juegos grupales - 30" Estiramientos -20 min		
2ª	Hora: 17:30 Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 70" Estiramientos -20 min		Hora:6:00 pm Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Desplazamientos (parejas) - 30" Ejercicios en pareja- 40" Juegos grupales - 30" Estiramientos -20 min		Hora:17:30 Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Desplazamientos (parejas) - 30" Ejercicios en pareja- 40" Juegos grupales - 30" Estiramientos -20 min		
3ª							

INSTITUTO DISTRITAL DE LA RECREACIÓN Y DEPORTE
SUBDIRECIÓN TÉCNICA DE RECREACIÓN Y DEPORTE
ÁREA DE DEPORTES

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES

FECHA: 19/09/2022 **AL** 25/09/2022 **DEPORTE:** ESGRIMA

ENTRENADOR: ISMAEL PANTOJA MARIN **CONTRATO Nº:** 2494 de 2022

MICROCICLO Nº: 37 **TENDENCIA MICRO:** CORRIENTE **OBJETIVO MICRO:** Mejorar las capacidades coordinativas y capacidades cognitivas mediante juego grupales y ejercicios en pareja. Desarrollar la resistencia a la fuerza, mediante ejercicios de auto cargas.

SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1ª		Hora: 10:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 40" Ejercicios con autocargas - 30" Estiramientos -20 min	Hora: 4:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 70" Estiramientos -20 min	Hora: 10:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 40" Ejercicios con autocargas - 30" Estiramientos -20 min	Hora:10:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Desplazamientos (parejas) - 30" Ejercicios en pareja- 40" Juegos grupales - 30" Estiramientos -20 min		
2ª	Hora: 17:30 Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 70" Estiramientos -20 min		Hora:6:00 pm Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Desplazamientos (parejas) - 30" Ejercicios en pareja- 40" Juegos grupales - 30" Estiramientos -20 min		Hora:17:30 Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Desplazamientos (parejas) - 30" Ejercicios en pareja- 40" Juegos grupales - 30" Estiramientos -20 min		
3ª							

INSTITUTO DISTRITAL DE LA RECREACIÓN Y DEPORTE
SUBDIRECIÓN TÉCNICA DE RECREACIÓN Y DEPORTE
ÁREA DE DEPORTES

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES

FECHA: 19/09/2022 **AL** 25/09/2022 **DEPORTE:** ESGRIMA

ENTRENADOR: ISMAEL PANTOJA MARIN **CONTRATO Nº:** 2494 de 2022

MICROCICLO Nº: 38 **TENDENCIA MICRO:** Recuperacion **OBJETIVO MICRO:** Mejorar las capacidades coordinativas y capacidades cognitivas mediante juego grupales y ejercicios en pareja. Realizar un proceso de descarga progresiva del organizmo para acentuar las capacidades trabajadas en el meso

SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1ª		Hora: 10:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 40" Ejercicios con autocargas - 30" Estiramientos -20 min	Hora: 4:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 70" Estiramientos -20 min	Hora: 10:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 40" Ejercicios con autocargas - 30" Estiramientos -20 min	Hora:10:00 am Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Desplazamientos (parejas) - 30" Ejercicios en pareja- 40" Juegos grupales - 30" Estiramientos -20 min		
2ª	Hora: 17:30 Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Juegos Grupales - 70" Estiramientos -20 min		Hora:6:00 pm Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Desplazamientos (parejas) - 30" Ejercicios en pareja- 40" Juegos grupales - 30" Estiramientos -20 min		Hora:17:30 Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento (movilidad articular, elevación frecuencia cardíaca y flexibilidad dinámica)-30" Desplazamientos (parejas) - 30" Ejercicios en pareja- 40" Juegos grupales - 30" Estiramientos -20 min		
3ª							

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

PLAN GRÁFICO DE ENTRENAMIENTO

DEPORTISTA O EQUIPO : ESGRIMA TECNIFICACIÓN

ENTRENADOR: ISMAEL PANTOJA MARIN

DURACIÓN DEL MACRO

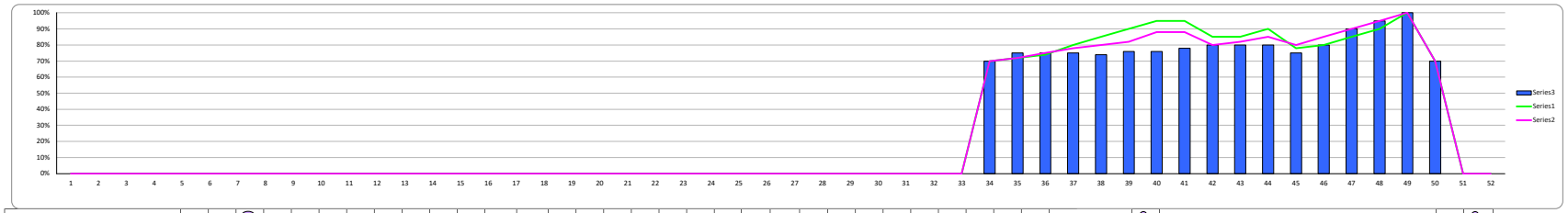
DEPORTE : ESGRIMA

MODALIDAD: ESPADA

DESDE 3/09/2021 **HASTA** 31/12/2021

CONVENCIONES

▲	CONTROL MEDICO	●	CONTROL FISICO	©	CONT TECNICO	C	CONCENTRACION	L	CONTROL LACTICO
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---



GRÁFICA

CONTROLES			●														C						C	C	C	C						●							C	●		TOTALES
SEMANA	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	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	
MES	ENERO			FEBRERO						MARZO				ABRIL				MAYO				JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE				DICIEMBRE					
FECHAS POR SEMANA	10	17	24	31	7	14	21	28	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	01	08	15	22	29	05	12	19	26	03	10	17	24	31	07	14	21	28	05	12	19			
	16	23	30	6	13	20	27	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25			
PERIODO / BLOQUE	PERIODO DE PREPERACION FISICA GENERAL																																					PERIODO DE PREPERACION FISICA ESPECIAL																
ETAPA / MESOCICLO	ETAPA DE PREPARACION FISICA GENERAL																																ETAPA PRECOMPETITIVA				ETAPA COMPETITIVA										TRANSITORIO					
MESOCICLO																	BASICO DESARROLLADOR 2								ESTABILIZADOR 2								PRECOMPETITIVO				COMPETIITVO										TRANSITORIO					
SESIONES																																	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7			
VOLUMEN %																																	70%	75%	75%	75%	74%	76%	76%	78%	80%	80%	80%	75%	80%	90%	95%	100%	70%			
INTENSIDAD %																																	70%	72%	74%	80%	85%	90%	95%	95%	85%	85%	90%	78%	80%	85%	90%	100%	70%			
RENDIMIENTO %																																	70%	72%	75%	78%	80%	82%	88%	88%	80%	82%	85%	80%	85%	90%	95%	100%	70%			
ONDULACION																																																				
TENDENCIA MICRO																																	R	C	C	C	C	PC	CP	CP	PC	PC	CP	R	C	C	PC	CP	R			
COMPETENCIAS PRINCIPALES																																							Copa Nacional Bogotá	Copa nacional			Copa Nacional Manizl						Copa Nacional Bogotá					
COMPETENCIAS PREPARATORIAS																																							Delrrhol	Delrrhol			Delrrhol						Delrrhol					
CAMPAMENTOS																																													Concentración								
SESIONES																																	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7			
VOLUMEN (horas o minutos)																																	630	630	630	630	630	630	630	630	630	630	630	630	630	630	630	630			
VOLUMEN REAL																																	441	472,5	472,5	472,5	466,2	478,8	478,8	491,4	504	504	504	472,5	504	567	598,5	630	441			
MEDIOS																																																				
COMPONENTE TECNICO																																																			
ATAQUES										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22,05	23,63	23,63	23,63	23,31	23,94	23,94	24,57	25,2	25,2	25,2	23,63	25,2	28,35	29,93	31,5	22,1	0	0
DEFENSA										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22,05	23,63	23,63	23,63	23,31	23,94	23,94	24,57	25,2	25,2	25,2	23,63	25,2	28,35	29,93	31,5	22,1	0	0
CONTRATAQUES										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22,05	23,63	23,63	23,63	23,31	23,94	23,94	24,57	25,2	25,2	25,2	23,63	25,2	28,35	29,93	31,5	22,1	0	0
COMPONENTE TACTICO																																																			
CLASES INDIVIDUALES										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	88,2	94,5	94,5	94,5	93,24	95,76	95,76	98,28	100,8	100,8	100,8	94,5	100,8	113,4	119,7	126	88,2	0	0
PLASTRON										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22,05	23,63	23,63	23,63	23,31	23,94	23,94	24,57	25,2	25,2	25,2	23,63	25,2	28,35	29,93	31,5	22,1	0	0
TRABAJO EN PAREJAS										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22,05	23,63	23,63	23,63	23,31	23,94	23,94	24,57	25,2	25,2	25,2	23,63	25,2	28,35	29,93	31,5	22,1	0	0
COMBATES DE ESTUDIO										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	44,1	47,25	47,25	47,25	46,62	47,88	47,88	49,14	50,4	50,4	50,4	47,25	50,4	56,7	59,85	63	44,1	0	0
COMPONENTE FISICO																																																			
FUERZA										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	44,1	47,25	47,25	47,25	46,62	47,88	47,88	49,14	50,4	50,4	50,4	47,25	50,4	56,7	59,85	63	44,1	0	0
RESISTENCIA										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22,05	23,63	23,63	23,63	23,31	23,94	23,94	24,57	25,2	25,2	25,2	23,63	25,2	28,35	29,93	31,5	22,1	0	0
VELOCIDAD										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22,05	23,63	23,63	23,63	23,31	23,94	23,94	24,57	25,2	25,2	25,2	23,63	25,2	28,35	29,93	31,5	22,1	0	0
COORDINACION										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22,05	23,63	23,63	23,63	23,31	23,94	23,94	24,57	25,2	25,2	25,2	23,63	25,2	28,35	29,93	31,5	22,1	0	0
FLEXIBILIDAD										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22,05	23,63	23,63	23,63	23,31	23,94	23,94	24,57	25,2	25,2	25,2	23,63	25,2	28,35	29,93	31,5	22,1	0	0
COMPONENTE PSICOLOGICO																																																			
CAPACIDADES VOLITIVAS										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22,05	23,63	23,63	23,63	23,31	23,94	23,94	24,57	25,2	25,2	25,2	23,63	25,2	28,35	29,93	31,5	22,1	0	0
TOMA DE DESICIONES										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22,05	23,63	23,63	23,63	23,31	23,94	23,94	24,57	25,2	25,2	25,2	23,63	25,2	28,35	29,93	31,5	22,1	0	0
COMPONENTE TEORICO																																																			
REGLAMENTO										0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22,05	23,63	23,63	23,63	23,31	23,94	23,94	24,57	25,2	25,2	25,2	23,63	25,2	28,35	29,93	31,5	22,1	0	0
MINUTOS TOTALES										**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**441**	**472,5**	**472,5**	**472,5**	**466,2**	**478,8**	**478,8**	**491,4**	**504**	**504**	**504**	**472,5**	**504**	**567**	**598,5**	**630**	**441**	**0**	**0**

OBJETIVOS

GENERAL	FORTALECER EL REGISTRO DE ATLETAS EN LOS NIVELES DE TECNIFICACION DEL SISTEMA DEPORTIVO DE BOGOTA.
COMPETITIVO	CONTRIBUIR CON LA PARTICIPACIÓN OFICIAL DE 12 DEPORTISTAS EN EL SISTEMA FEDERADO.
ESPECIFICO	ESTABLECER DOS GRUPOS DE DEPORTISTAS (PERFECCIONAMIENTO Y RESERVA) PARA LA PRASIFICACION DEL DEPORTE.
TECNICO	CONSOLIDAR LA APLICACION DE CONCEPTOS OFENSIVOS Y DEFENSIVOS EN LA PRACTICA DE SABLE.
FISICO ATLETICO	OPTIMIZAR EL ESTADO CONDICIONAL, COORDINATIVO Y LA COMPOSICION CORPORAL DE LOS DEPORTISTAS DE LA SELECCION BOGOTA
TEORICO	ENSEÑAR, CONSOLIDAR Y APLICAR LAS NORMAS DEL REGLAMETO DE LA FEDERACION INTERNACIONAL DE ESGRIMA

TENDENCIA DE MICROS

CH	CHOQUE	PC	PRECOMPETITIVO
C	CORRIENTE	R	REGULAR
A	APROXIMACION	D	DESARROLLADOR
C	COMPETITIVO	I	INTRODUCTORIO - AJUSTE
D.A.	DESCANSO ACTIVO		



Reunión metodólogo, comité ejecutivo liga de Bogotá, entrenador designado para el programa de tecnificación Espada IDRD BOGOTA 29 sep. 2022 6:00 pm, instalaciones del coliseo el Salitre Bogotá