DOCUMENTO SOPORTE EN ADQUISICIONES EFECTUADAS A NO OBLIGADOS A FACTURAR
(Artículo 1.6.1.4.12 DUR 1625/2016-Sustituído por el Decreto 358/2020)

Habilitación de Numeración de facturación DIAN No 18764024028060 de 13/01/2022 desde la 2952 hasta la 8000

No. 5264

Fecha de emisión: lunes, 26 de diciembre de 2022

Vendedor o prestador del servicio: ANGEL SALCEDO GOMEZ

CEDULA DE CIUDADANIA 258616	**Teléfonos:** 6113954-
Dirección: AV. CIRCUNVALAR	

Contrato o Convenio: 2022-000000000456-0	**Pago No.** 3
Forma de pago: 253007447, Ahorros, BANCO BOGOTA	

Por valor de: $ 4.200.000

Por concepto de: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION COMO ENTRENADOR DE ALTO RENDIMIENTO CONVENCIONAL NIVEL III DE LAS LIGAS PRIORIZADAS EN LA DISCIPLINA DE ATLETISMO LANZAMIENTOS MARTILLO Y JABALINA, CON EL FIN DE PREPARAR LOS DEPORTISTAS QUE PARTICIPARAN EN LOS JUEGOS DEPORTIVOS NACIONALES Y PARANACIONALES 2023, EN REPRESENTACION DEL DEPARTAMENTO DE SANTANDER.

PERIODO DEL 26 DE NOVIEMBRE AL 25 DE DICIEMBRE DE 2022

DECLARO QUE NO SOY RESPONSABLE DE IVA
ANGEL SALCEDO GOMEZ
CEDULA DE CIUDADANIA 258616

ELABORADO POR Karina del Pilar Garcia Becerra

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

Banco de Bogotá

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CEDULA DE EXTRANJERIA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	258616
NOMBRE O RAZÓN SOCIAL:			ANGEL SALCEDO GOMEZ
CIUDAD/MUNICIPIO:	BUCARAMANGA	DEPARTAMENTO:	SANTANDER
DIRECCIÓN:	AVE 89 # 19-20 TORRE6 APT 501	TELÉFONO:	6990695
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Actividades reguladoras y facilitadoras de la act
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:		7857591234	TIPO DE PLANILLA:		I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES	noviembre AÑO 2022	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES noviembre AÑO	2022
DÍAS DE MORA:		0			
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):		2022/11/08	NÚMERO AUTORIZACIÓN:		1742328148

TOTAL APORTES A PENSIÓN

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	COTIZACIÓN	APORTES VOLUNTARIOS		FSP		MORA		TOTALES		
CÓDIGO	NOMBRE			EMPLEADOR	COTIZANTE	SOLIDARIDAD	SUBSISTENCIA	COTIZACIÓN	FSP	APORTES	MORA	VALOR PAGADO
25-14	25-14 COLPENSIONES	1	$ 290.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 290.800	$ 0	$ 290.800
SUBTOTALES:										**$ 290.800**	**$ 0**	**$ 290.800**

TOTAL APORTES A SALUD

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD POR ENFERMEDAD		LICENCIA MATERNIDAD		SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN		MORA		TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
EPS037	EPS037-NUEVA EPS	1		$ 0		$ 0		$ 0	$ 227.200	$ 0	$ 0	$ 0	$ 227.200	$ 0	$ 0	$ 227.200
SUBTOTALES:													**$ 227.200**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 227.200**

TOTAL APORTES A RIESGOS PROFESIONALES

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD IRP			SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN	TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PAGO A OTROS RIESGOS	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	1		$ 0	$ 0		$ 0	$ 19.000	$ 19.000	$ 0	$ 0	$ 19.000
SUBTOTALES:									**$ 19.000**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 19.000**

LIQUIDACIÓN DETALLADA APORTES

DATOS DEL COTIZANTE										NOVEDADES																			SEGURIDAD SOCIAL																						PARAFISCALES						
																													PENSIÓN							SALUD							ARP												
																																FSP		APORTES VOLUNTARIOS																						
Nº	IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	TIPO COTIZANTE	SUBTIPO COTIZANTE	SALARIO BÁSICO	TIPO DE SALARIO	COLOMBIANO	EXTRANJERO	REFORMA TRIBUTARIA	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	SUBSISTENCIA	SOLIDARIDAD	EMPLEADOR	EMPLEADO	INDICADOR TARIFA ESPECIAL	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	CENTRO DE TRABAJO	TOTAL APORTE	DÍAS COT	IBC	ADMIN	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE
1	CE 258616	SALCEDO GOMEZ ANGEL	INDEPENDIENTE CONTRATO PRESTACIÓN DE SERVICIOS		$ 1.817.052				NO																		25-14 COLPENSIONES	30	$ 1.817.052	$ 290.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 290.800	EPS037-NUEVA EPS	30	$ 1.817.052	$ 227.200	$ 0	$ 227.200	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	30	$ 1.817.052	258616	$ 19.000	$ 0		$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

TOTAL	$ 537.000

Planilla Pagada

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

Banco de Bogotá

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CEDULA DE EXTRANJERIA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	258616
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:			ANGEL SALCEDO GOMEZ
CIUDAD/MUNICIPIO:	BUCARAMANGA	DEPARTAMENTO:	SANTANDER
DIRECCIÓN:	AVE 89 # 19-20 TORRE6 APT 501	TELÉFONO:	6990695
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Actividades reguladoras y facilitadoras de la act
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:	7858700630	TIPO DE PLANILLA:	I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES diciembre AÑO 2022	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES diciembre AÑO 2022
DÍAS DE MORA:	0		
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):	2022/12/19	NÚMERO AUTORIZACIÓN:	1819680013

TOTAL APORTES A PENSIÓN

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	COTIZACIÓN	APORTES VOLUNTARIOS		FSP		MORA		TOTALES		
CÓDIGO	NOMBRE			EMPLEADOR	COTIZANTE	SOLIDARIDAD	SUBSISTENCIA	COTIZACIÓN	FSP	APORTES	MORA	VALOR PAGADO
25-14	25-14 COLPENSIONES	1	$ 290.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 290.800	$ 0	$ 290.800
SUBTOTALES:										**$ 290.800**	**$ 0**	**$ 290.800**

TOTAL APORTES A SALUD

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD POR ENFERMEDAD		LICENCIA MATERNIDAD		SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN		MORA		TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
EPS037	EPS037-NUEVA EPS	1		$ 0		$ 0		$ 0	$ 227.200	$ 0	$ 0	$ 0	$ 227.200	$ 0	$ 0	$ 227.200
SUBTOTALES:													**$ 227.200**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 227.200**

TOTAL APORTES A RIESGOS PROFESIONALES

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD IRP			SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN	TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PAGO A OTROS RIESGOS	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	1		$ 0	$ 0		$ 0	$ 19.000	$ 19.000	$ 0	$ 0	$ 19.000
SUBTOTALES:									**$ 19.000**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 19.000**

LIQUIDACIÓN DETALLADA APORTES

DATOS DEL COTIZANTE										NOVEDADES														SEGURIDAD SOCIAL																							PARAFISCALES						
																								PENSIÓN									SALUD							ARP														
																												FSP		APORTES VOLUNTARIOS																								
Nº	IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	TIPO COTIZANTE	SUBTIPO COTIZANTE	SALARIO BÁSICO	TIPO DE SALARIO	COLOMBIANO EN EL EXTERIOR	EXTRANJERO	REFORMA TRIBUTARIA	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	SUBSISTENCIA	SOLIDARIDAD	EMPLEADOR	EMPLEADO	INDICADOR TARIFA ESPECIAL	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	CENTRO DE TRABAJO	TOTAL APORTE	DÍAS COT	IBC	ADMIN	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE
1	CE 258616	SALCEDO GOMEZ ANGEL	INDEPENDIENTE CONTRATO PRESTACIÓN DE SERVICIOS		$ 1.817.052				NO																		25-14 COLPENSIONES	30	$ 1.817.052	$ 290.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 290.800	EPS037-NUEVA EPS	30	$ 1.817.052	$ 227.200	$ 0	$ 227.200	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	30	$ 1.817.052	258616	$ 19.000		$ 0		$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

TOTAL	$ 537.000

Planilla Pagada

INDER	INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE SANTANDER	VERSION:01
		CÓDIGO: FOAR32
	INFORME MENSUAL ENTRENADOR	Página 1 de 1

INFORMACIÓN GENERAL

Nombre Entrenador:	ANGEL SALCEDO GOMEZ		Periodo del Informe:	26 de noviembre 2022	al	25 de diciembre 2022
Deporte:	ATLETISMO	Modalidad:	LANZAMIENTOS	Rama: F-M	F Y M	
Contrato Nro	456	Informe Nro.	3	Nombre Metodologo	JENNITH SIERRA ACEVEDO Y LILIANA JAIMES ANAYA	
Clasificación Entrenador	NIVEL III		Liga Deportiva:	ATLETISMO		

Categoria	Marque (X)	Deportistas Atendidos	Cantidad de dias trabajados (Mesociclo)
Infantil:			
Juvenil:	X	3	24
Mayores:	X	6	24
Escuelas/ Otra:			
TOTAL		9	24

INFORMACIÓN ACTIVIDADES

OBLIGACIONES ESPECIFICAS	EVIDENCIAS	ANEXOS
Diseñar, planificar, organizar, sustentar, ejecutar y presentar el plan de entrenamiento escrito y grafico de su respectiva disciplina deportiva, dejando las respectivas evidencias, al área metodológica y al comité de apoyo técnico interdisciplinario	se realizo plan grafico y escrito de la disciplina de lanzamiento	ANEXO 1
Asisitir a no menos del 90% del entrenamiento indicado por el plan de entrenamiento, aprobado por el comité de apoyo tecnico interdisciplinario del INDERSANTANDER.	SE ASISTE A LOS ENTRENAMIENTOS TECNICOS Y FISICOS	ANEXO 2
Presentar en cada visita metodologica realizada por parte del metodologo, la sesión de entrenamiento **por escrito** relacionada con el plan de entrenamiento.	SE PRESENTAN LOS FORMATOS SEMANALES DE LOS ENTRENAMIENTOS	ANEXO 3
Presentar informe 3 días antes y 3 días despues de una competencia nacional o internacional	NO APLICA POR QUE NO HAY COMPETENCIAS EN ESTE PERIODO	ANEXO 4
Atender las recomendacines y sugerencias en materia de entrenamiento deportivo que realicen los metodólogos asignados y el comité de apoyo tecnico interdisciplinario del INDERSANTANDER. (planificación del entrenamiento y test especificos que demande el deporte.)	SE ATIENDIERON LAS RECOMENDACIONES INDICADAS POR EL METODOLOGO	ANEXO 5
Realizar apoyo a la supervisión de los formadores deportivos asignados para la iniciación y fomación deportiva de la disciplina descrito en el objeto de contrato.	NO SE HA ASIGNADO FORMADORES A MI CARGO	ANEXO 6
Participar cuando se requiera en las reuniones convocadas por el comité de apoyo tecnico interdisiciplinario y dirección del INDERSANTANDER.	se participo en las reuniones convocadas por el indersantander	ANEXO 7
Realizar los entrenamientos de manera virtual y/o presencial mientras duren las medidas de aislamiento selectivo obligatorio decretado por el gobierno nacional y departamental y/ o cuando se autorice práctica deportiva presencial por parte del ministerio de deporte y ministerio de salud.	se estan realiizando de manera presencial	ANEXO 8
Cumplir con las demas obligaciones que asigne el supervisor del INDERSANTANDER con el fin de contribuir a garantizar el caval cumplimiento y ejecución del presente contrato.	se ha participado en las actividades planteadas por el indersantander	ANEXO 9

NOTA:	Para la entrega de este informe mensual debe anexar las actividaes y evidencias semanales. (formato respectivo)

OBSERVACIONES

Firma del Entrenador

JENNITH SIERRA ACEVEDO
Periodo del 26/11/22 AL 9/12/22

LILIANA JAIMES ANAYA
Periodo del 10/12/22 al 25/12/22

RAUL ENRIQUE GUTIERREZ TORRES
SUPERVISOR
Periodo del 30/11/22 al 11/12/22

RAMIRO ANDRES PABON MARTINEZ
SUPERVISOR (E)
Periodo del 26/11/22 al 29/11/22

MIGUEL ANGEL REMOLINA MUÑOZ
SUPERVISOR (E)
Periodo del 12/12/22 al 25/12/22

INDER	INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE SANTANDER				
	INFORME MENSUAL DEL ENTRENADOR				
EVALUACION DEL DESEMPEÑO DEPORTISTA APOYADO					
DEPORTE	NOMBRE DEPORTISTA APOYADO	ANALISIS			
		90% DE ASISTENCIA A ENTRENAMIENTOS:	TEST DE CONTROL DEPORTIVO:	COMPETENCIA DEPORTIVA:	FALTAS GRAVES O COMPORTAMIENTOS QUE SEAN CAUSALES DE SUSPENSIÓN:
ATLETISMO	CAROLINA ULLOA DAZA	92%	NINGUNO	NINGUNA	NINGUNA
ATLETISMO	ERICK DANIEL BARBOSA	95%	NINGUNO	NINGUNA	NINGUNA
ATLETISMO	WILLINTON AGUILAR	100%	NINGUNO	NINGUNA	NINGUNA
OTROS ASPECTOS					

Firma del entrenador

RAUL ENRIQUE GUTIERREZ TORRES
SUPERVISOR
Periodo del 30/11/22 al 11/12/22

JENNITH SIERRA ACEVEDO
Periodo del 26/11/22 AL 9/12/22

RAMIRO ANDRES PABON MARTINEZ
SUPERVISOR (E)
Periodo del 26/11/22 al 29/11/22

Liliana Jaimes Anaya

LILIANA JAIMES ANAYA
Periodo del 10/12/22 al 25/12/22

MIGUEL ANGEL REMOLINA MUÑOZ
SUPERVISOR (E)
Periodo del 12/12/22 al 25/12/22

INDER Santander	INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE SANTANDER	VERSION:01
		CÓDIGO: FOAR39
	PLANIFICACIÓN SEMANAL/MICROCICLO	Página 2 de 2

PIANIFICACIÓN SEMANAL/MICROCILO DEPORTES DE TIEMPO Y MARCA

Macrociclo #	1	Periodo	preparatorio		Etapa	general	Mesociclo #	1	Tipo de Mesociclo/Bloque:	preparatorio	Mes:	diciembre			
Volumen Total Mesociclo/Bloque:	90/4	% de mesociclo/bloque	80/4		Microciclo /semana #	4/ semana 4 y 5	Fecha Microciclo/semana	19 al 26 dic / 4	Tipo de Microciclo	preparatorio	% Microciclo	90			
SESIONES DE ENTRENAMIENTO															
		LUNES	Martes		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES		SABADO		DOMINGO		
CONTENIDOS/ACTIVIDADES GENERALES POR MICROCICLO															
CONTENIDOS DE COMPONENTE FISICO															
Actividad/ Acento de Trabajo	**Volumen Total Microciclo**	**%**	**VOLUMEN**	**%**	**VOLUMEN**	**%**	**VOLUMEN**	**%**	**VOLUMEN**	**%**	**VOLUMEN**	**%**	**VOLUMEN**	**%**	**VOLUMEN**
lanz tecnicos	185	60%	55			75	65			70	65				
lanz pesados	180			85	60			80	60			80	60		
trabajo de fuerza	600 repeticiones			70	200			65	200			75	200		
velocidad	6 km	75	2			75	2			75	2				
trabajo general	3 horas	80	1			85	1			80	1				
OBSERVACIONES															

INDER Santander	INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE SANTANDER	VERSION:01
		CÓDIGO: FOAR39
	PLANIFICACIÓN SEMANAL/MICROCICLO	Página 2 de 2

PIANIFICACIÓN SEMANAL/MICROCILO DEPORTES DE TIEMPO Y MARCA

Macrociclo #	1	Periodo	preparatorio	Etapa	general	Mesociclo #	1	Tipo de Mesociclo/Bloque:	preparatorio	Mes:	diciembre
Volumen Total Mesociclo/Bloque:	90/3	% de mesociclo/bloque	80/3	Microciclo /semana #	3/ semana 3	Fecha Microciclo/semana	12 al 17 de dic/3	Tipo de Microciclo	preparatorio	% Microciclo	85

SESIONES DE ENTRENAMIENTO

	LUNES	Martes	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO

CONTENIDOS/ACTIVIDADES GENERALES POR MICROCICLO

CONTENIDOS DE COMPONENTE FISICO

Actividad/ Acento de Trabajo	Volumen Total Microciclo	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN
lanz tecnicos	185	60%	55			75	65			70	65				
lanz pesados	180			85	60			80	60			80	60		
trabajo de fuerza	600 repeticiones			70	200			65	200			75	200		
velocidad	6 km	75	2			75	2			75	2				
trabajo general	3 horas	80	1			85	1			80	1				

OBSERVACIONES	

INDER Santander	INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE SANTANDER	VERSION:01
		CÓDIGO: FOAR39
	PLANIFICACIÓN SEMANAL/MICROCICLO	Página 2 de 2

PIANIFICACIÓN SEMANAL/MICROCILO DEPORTES DE TIEMPO Y MARCA

Macrociclo #	1	Periodo	preparatorio		Etapa	general	Mesociclo #	1	Tipo de Mesociclo/Bloque:	preparatorio	Mes:	diciembre		
Volumen Total Mesociclo/Bloque:	90%/2	% de mesociclo/bloque		80/2	Microciclo /semana #	2/ s 2	Fecha Microciclo/semana	5 al 10 de dic/2	Tipo de Microciclo	preparatorio	% Microciclo	80		
SESIONES DE ENTRENAMIENTO														
		LUNES	Martes		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES		SABADO		DOMINGO	
CONTENIDOS/ACTIVIDADES GENERALES POR MICROCICLO														
CONTENIDOS DE COMPONENTE FISICO														

Actividad/ Acento de Trabajo	Volumen Total Microciclo	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN
lanz tecnicos	185	60%	55			75	65			70	65				
lanz pesados	180			85	60			80	60			80	60		
trabajo de fuerza	600 repeticiones			70	200			65	200			75	200		
velocidad	6 km	75	2			75	2			75	2				
trabajo general	3 horas	80	1			85	1			80	1				

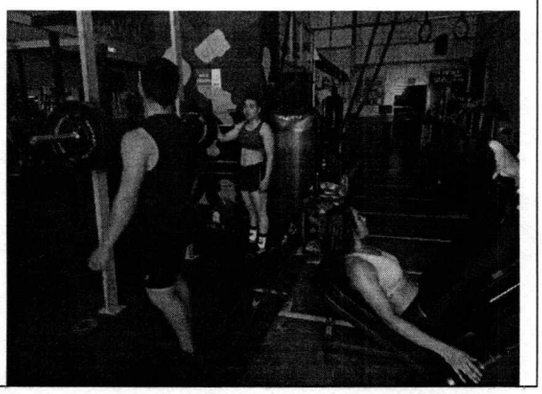
OBSERVACIONES	

INDER Santander	INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE SANTANDER	VERSION:01
		CÓDIGO: FOAR39
	PLANIFICACIÓN SEMANAL/MICROCICLO	Página 2 de 2

PIANIFICACIÓN SEMANAL/MICROCILO DEPORTES DE TIEMPO Y MARCA

Macrociclo #	1		Periodo	preparatorio		Etapa	general		Mesociclo #	1	Tipo de Mesociclo/Bloque:	preparatorio	Mes:	noviembre-diciembre		
Volumen Total Mesociclo/Bloque:	90%/1		% de mesociclo/bloque	80/1		Microciclo /semana #	m 1/ s 1		Fecha Microciclo/semana	28 nov al 3 dic / 1	Tipo de Microciclo	preparatorio	% Microciclo	75		
SESIONES DE ENTRENAMIENTO																
		LUNES		Martes		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES		SABADO		DOMINGO		
CONTENIDOS/ACTIVIDADES GENERALES POR MICROCICLO																
CONTENIDOS DE COMPONENTE FISICO																
Actividad/ Acento de Trabajo	Volumen Total Microciclo	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	%	VOLUMEN	
lanz tecnicos	185	60%	55			75	65			70	65					
lanz pesados	180			85	60			80	60			80	60			
trabajo de fuerza	600 repeticiones			70	200			65	200			75	200			
velocidad	6 km	75	2			75	2			75	2					
trabajo general	3 horas	80	1			85	1			80	1					

OBSERVACIONES	

Fecha del microciclo:	26 de nov al 3 de dic. 2022
Lugar de entrenamiento o competencia:	Estadio de atletismo la flora
Numero de Deportistas asistentes:	9
Entrenador:	Angel Salcedo Gómez
Metodólogo:	JENNITH SIERRA ACEVEDO Y LILIANA JAIMES ANAYA
Foto con Totalidad de Deportistas	Dia 1
	

Dia 2	Dia 3
	

Observaciones: Debido a que a la mayoría de atletas están en clases de universidad y colegio, no están en el mismo horario, Erick Barbosa y Carolina Ulloa se encuentran estudiando en universidades en estados unidos.

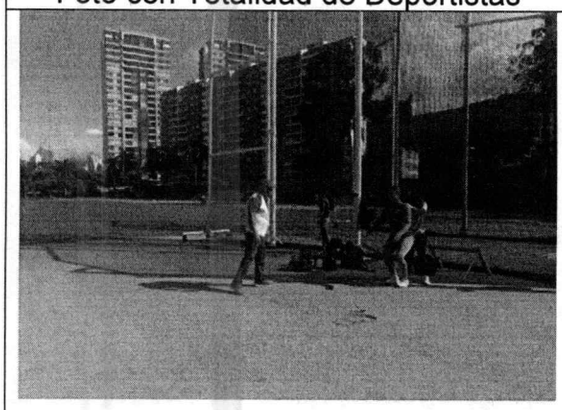
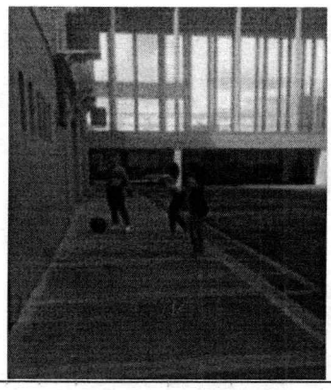
REVISO METODOLOGO

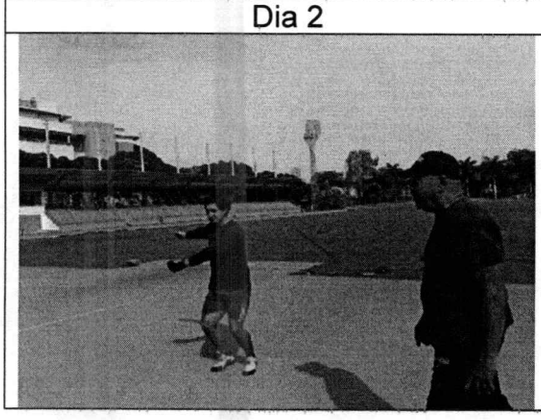
Liliana JaimesAnaya

REVISO METODOLOGO

INDER Santander GOBERNACION DE SANTANDER	**INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE SANTANDER**	**VERSION**: 01
		CODIGO: FOAR44-01
	TRAZABILIDAD FOTOGRÁFICA ENTRENADOR ALTO RENDIMIENTO	Página **1** de **1**

Fecha del microciclo:	5 al 10 de dic. 2022
Lugar de entrenamiento o competencia:	Estadio de atletismo la flora
Numero de Deportistas asistentes:	9
Entrenador:	Angel Salcedo Gómez
Metodólogo:	JENNITH SIERRA ACEVEDO Y LILIANA JAIMES ANAYA

Foto con Totalidad de Deportistas	Dia 1
	

Dia 2	Dia 3
	

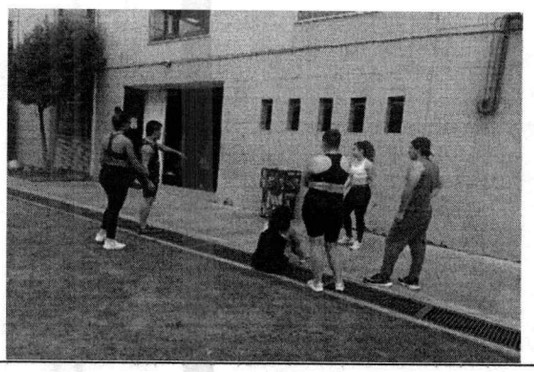
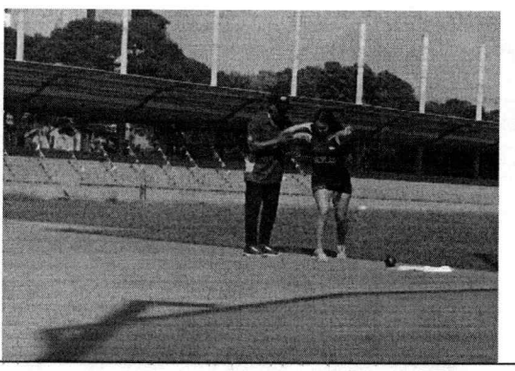
Observaciones: Debido a que a la mayoría de atletas están en clases de universidad y colegio, no están en el mismo horario, Erick Barbosa y Carolina Ulloa se encuentran estudiando en universidades en estados unidos.

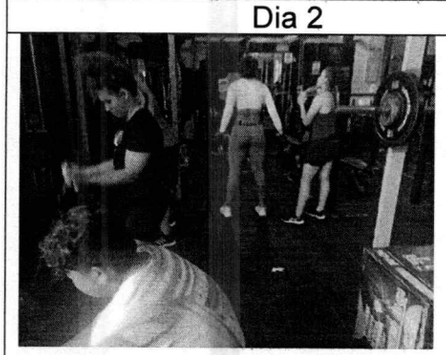
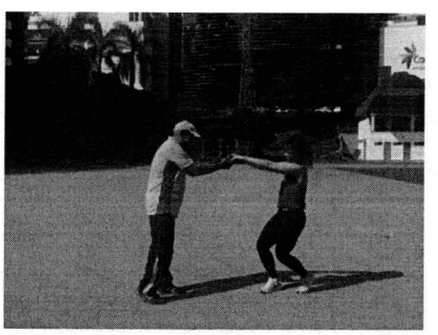
REVISO METODOLOGO

Liliana Jaimes Anaya

REVISO METODOLOGO

Fecha del microciclo:	12 al 17 dic .2022
Lugar de entrenamiento o competencia:	Estadio de atletismo la flora
Numero de Deportistas asistentes:	9
Entrenador:	Angel Salcedo Gómez
Metodólogo:	LILIANA JAIMES ANAYA

Foto con Totalidad de Deportistas	Dia 1
	

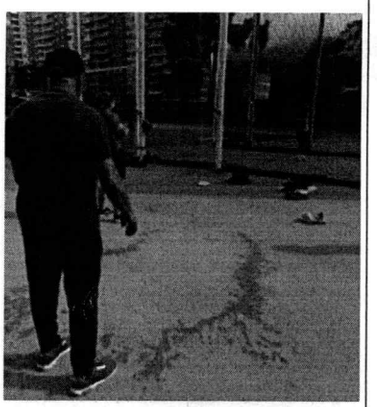
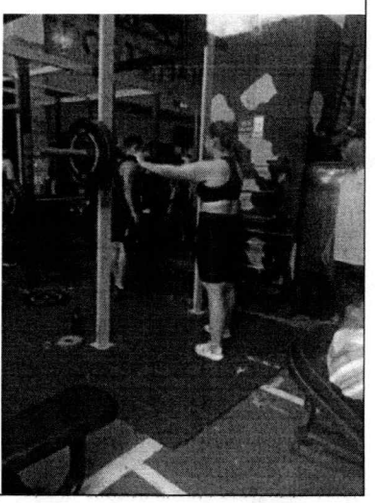
Dia 2	Dia 3
	

Observaciones: Debido a que a la mayoría de atletas están en clases de universidad y colegio, no están en el mismo horario, Erick Barbosa y Carolina Ulloa se encuentran estudiando en Estados Unidos.

Liliana JaimesA

REVISO METODOLOGO

Fecha del microciclo:	19 al 25 dic .2022
Lugar de entrenamiento o competencia:	Estadio de atletismo la flora
Numero de Deportistas asistentes:	9
Entrenador:	Angel Salcedo Gómez
Metodólogo:	LILIANA JAIMES ANAYA

Foto con Totalidad de Deportistas	Dia 1
	
Dia 2	**Dia 3**
	

Observaciones: Debido a que a la mayoría de atletas están en clases de universidad y colegio, no están en el mismo horario, Erick Barbosa y Carolina Ulloa se encuentran estudiando en Estados Unidos.

Liliana Jaimes A

REVISO METODOLOGO

BBVA
EXT. DE CAJA GOBERNACION DE SANTANDER
16 DIC 2022
AUX. No. 1

SECRETARIA DE HACIENDA
DEPARTAMENTO DE SANTANDER
ESTAMPILLAS DEPARTAMENTALES
NIT 890.201.235-6

Recibo de recaudo No: 2502200734573

NOMBRE O RAZÓN SOCIAL
No. Documento: 258616
Nombre:
ANGEL SALCEDO GOMEZ

TRÁMITE
CONTRATOS - ORDENES DE PRESTACION DE SERVICIOS Y CONTRATOS DE ADICION

NRO. CONTRATO	456
VALOR BASE	4.200.000
VALOR ORDEN DE PAGO	4.200.000
VALOR TOTAL CONTRATO	12.600.000
NUMERO ORDEN DE PAGO	3
FECHA CONTRATO	23/09/2022

ESTAMPILLA-TASA-IMPUESTO-CONTRIBUCIÓN

PRO HOSPITAL	$84.000
PRO UIS	$84.000
PRO ELECTRIFICACIÓN	$84.000
PRO CULTURA	$84.000
PRO BIENESTAR ADULTO MAYC	$84.000

TOTAL	$420.000
Ordenanza 012/2005	$42.000
Total a pagar	**$462.000**

Con destino a:
Instituto Departamental de Recreación y Deportes de Santander INDERSANTANDER

Fecha expedición: 2022/12/16
Fecha límite de pago: 2022/12/22





Puede ingresar a
https://estampillas.syc.com.co/
para validar y consultar el detalle del pago de la Estampilla Departamental.



RE-OP-07L

SOPORTE TRÁMITE

BBVA
EXT. DE CAJA GOBERNACION DE SANTANDER
16 DIC 2022
AUX. No. 1

SECRETARIA DE HACIENDA
DEPARTAMENTO DE SANTANDER
ESTAMPILLAS DEPARTAMENTALES
NIT 890.201.235-6

Recibo de recaudo No: 2502200734573

NOMBRE O RAZÓN SOCIAL
No. Documento: 258616
Nombre:
ANGEL SALCEDO GOMEZ

TRÁMITE
CONTRATOS - ORDENES DE PRESTACION DE SERVICIOS Y CONTRATOS DE ADICION

NRO. CONTRATO	456
VALOR BASE	4.200.000
VALOR ORDEN DE PAGO	4.200.000
VALOR TOTAL CONTRATO	12.600.000
NUMERO ORDEN DE PAGO	3
FECHA CONTRATO	23/09/2022

ESTAMPILLA-TASA-IMPUESTO-CONTRIBUCIÓN

PRO HOSPITAL	$84.000
PRO UIS	$84.000
PRO ELECTRIFICACIÓN	$84.000
PRO CULTURA	$84.000
PRO BIENESTAR ADULTO MAYC	$84.000

TOTAL	$420.000
Ordenanza 012/2005	$42.000
Total a pagar	**$462.000**

Con destino a:
Instituto Departamental de Recreación y Deportes de Santander INDERSANTANDER

Fecha expedición: 2022/12/16
Fecha límite de pago: 2022/12/22

Puede ingresar a
https://estampillas.syc.com.co/
para validar y consultar el detalle del pago de la Estampilla Departamental.

RE-OP-07L

SOPORTE TRÁMITE