IMDERTY	**INFORME DE GESTION MENSUAL**	**VERSION:**	**05**
	PROCESO: GESTION ADMINISTRATIVA	**FECHA:**	**18/02/2022**
	SUBPROCESO: GESTION TALENTO HUMANO	**CODIGO:**	**FO-GTH-06**

Identificación del contrato:	Contrato de Prestación de Servicios de apoyo a la gestión N°:**300.11.01.117** - 2022	**Valor total del contrato**	**$20.790.000**
Nombre del Contratista:	ÁLVARO ORLANDO APONTE ROJAS C.C. 16.722.297. DE CALI		
Objeto Contractual:	**PRESTAR POR SUS PROPIOS MEDIOS Y AUTONOMÍA ADMINISTRATIVA LOS SERVICIOS, A LA SUBGERENCIA DE FOMENTO AL DEPORTE Y LA RECREACIÓN COMO ENTRENADOR DE FUTBOL FEMENINO, PARA EL FORTALECIMIENTO DE LOS PROCESOS FORMATIVOS Y COMPETITIVOS DE LAS DISCIPLINAS DEPORTIVAS DEL MUNICIPIO DE YUMBO.** *"**PARÁGRAFO**: La relación de coordinación de actividades entre contratante y contratista respecto a las condiciones necesarias para el desarrollo eficiente de la actividad encomendada y la satisfacción de las necesidades del servicio, incluye recibir instrucciones o tener que reportar informes sobre sus resultados, los cual no constituye subordinación, dejando ello así establecido con plena claridad entre las partes".*		
Periodo del informe:	**DICIEMBRE 2022**	**Valor Mes a pagar**	**$1.890.000**

% De Ejecución del Objeto Contractual del Periodo	9.09%	% De Ejecución del Objeto Contractual Acumulado	100%

Actividades Contratadas	Tareas o Actividades Realizadas para ejecutar la Actividad Contratada durante el Periodo	Evidencias/Medios de verificación
1) elaborar el plan de trabajo gráfico y escrito de acuerdo al cronograma oficial de las ligas correspondientes de competencias (entregar mensualmente el plan de trabajo en mesociclo, microciclo y unidades de entrenamiento en físico y digital en el correo que sea asignado por el coordinador de deporte imdertyconjunto@gmail.com	Se elaboró el plan gráfico y escrito del mes de diciembre, además de los micros ciclos correspondientes al mes en curso en la disciplina de fútbol femenino con el objetivo de terminar el proceso de la mejor manera. En el presente mes se elabora la planeación escrita y gráfica, donde se desarrollan 4 micro ciclos, distribuidos de la siguiente manera. 1. Micro ciclo preparatorio donde se busca el desarrollo de la condición técnica desde un enfoque genérico este micro contó con cuatro sesiones. 2. Micro ciclo transformador dirigido, se busca el desarrollo del componente técnico fusionado con la fuerza concéntrica y la resistencia aeróbica.	Micro ciclos que reposan físicamente en el área de deportes de conjunto y en digital en la carpeta del entrenador en su respectivo drive en el correo imdertyconjunto@gmail.com

	3. Micro ciclo transformador dirigido, se busca el desarrollo del componente técnico y se une con componentes del modelo de juego. Micro ciclo transformador especial, se busca el desarrollo del componente técnico y se une con componentes del modelo de juego, se mantiene los estímulos de fuerza y resistencia.	
2) Brindar apoyo técnico y operativo para la inscripción, planeación, organización, ejecución y evaluación de los juegos Intercolegiados en las diferentes disciplinas deportivas conforme a las fases municipales, departamentales, nacionales e internacionales.	A expectativa de planeación y ejecución Se está a la espera de inicio de las actividades pertinentes a Intercolegiados, para desarrollar las actividades de inscripción, planeación, organización y evaluación de las diferentes fases.	Informe de gestión mensual FO-GTH-06 Plataforma Drive (reposan todos los archivos)
3) Brindar apoyo para gestionar el proceso de dirección, planeación y evaluación de los componentes técnicos, tácticos y de la preparación y participación de las selecciones yumbo, en las fases de clasificación y competición en los próximos juegos deportivos del departamento.	Se brinda el apoyo en la gestión del proceso de dirección, planeación y evaluación de los componentes técnicos, tácticos y de la preparación y participación de la preselección Yumbo en las fases de clasificación y competición de los juegos departamentales.	Informe de gestión mensual FO-GTH-06 Plataforma Drive (reposan todos los archivos)
4) brindar apoyo técnico y operativo en las salidas a competencia convencionales o adaptadas, de carácter municipal departamental y nacional en las cuales haya presencia de deportistas yumbeños adscritos a las diferentes disciplinas deportivas	En el presente mes de diciembre no se realizaron salidas, no se apoyó ninguna competencia convencional o adaptada, no hubo participación de ningún deportista yumbeño de ninguna disciplina deportiva. A expectativa de planeación y ejecución.	Registro fotográfico formato FO-GH-06 que reposa en el área de talento humano y correo imdertyconjunto@gmail.com

5) Reportar, Gestionar y entregar con antelación, la documentación correspondiente a las salidas de preparación deportiva para dar cumplimiento a los planes de acción en los tiempos establecidos.	En el mes de diciembre no se reportó ni se tramitó salida alguna. No se realizaron salidas de preparación deportiva	Informe de gestión mensual FO-GTH-06 Plataforma Drive (reposan todos los archivos)
6) Asistir a las reuniones programadas por parte de la gerencia o subgerencias del IMDERTY y a las propias del objeto del contrato.	En el presente mes no se apoyó ninguna reunión pues no se programaron reuniones por parte de la gerencia ni por parte de la subgerencia.	Registro fotográfico que reposa en el área de talento humano formato FO-GH-06 y a su vez reposa en el correo imdertyconjunto@gmail.com
7) Presentar un informe y registro fotográfico al equipo de prensa del IMDERTY, de los resultados de las competencias y eventos sobresalientes de su disciplina con un plazo no mayor a dos días de haber terminado el evento o la competición.	En el mes de diciembre no se reportan a prensa salidas pues no se realizó competencia alguna.	Registro fotográfico adjunto en el drive formato FO-GH-06 que reposa en el correo imdertyconjunto@gmail.com
8) Ingresar y mantener actualizada la información de forma que indique el IMDERTY de la población atendida de las diferentes disciplinas que apuntan al cumplimiento de la meta resultado.	En el presente mes (diciembre) se actualiza el listado de asistencia donde se reportan 18 deportistas atendidos a lo largo del presente mes.	Pantallazo de la población atendida que reposa en el área de talento humano y en digital en el drive que reposa en el correo imdertyconjunto@gmail.com

9) Apoyar conforme al objeto del contrato y cuando las necesidades del servicio lo requieran, las actividades lúdicas, deportivas y recreativas institucionales que programen o en la que participe la entidad en el municipio.	En el mes de diciembre no se apoyó, pues no se realizó ninguna actividad lúdica o deportiva que requiriera de nuestra presencia.	Registro fotográfico que reposa en el área de talento humano formato FO-GH-06 y a su vez reposa en el correo imdertyconjunto@gmail.com
10) Seguir las diferentes directrices proporcionadas por el grupo interdisciplinario del IMDERTY, de acuerdo con su competencia y por las instancias respectivas.	En el presente mes se siguen las directrices del grupo interdisciplinar, pero no se realiza o programa ninguna actividad.	Registro fotográfico que reposa en el área de talento humano formato FO-GH-06 y a su vez reposa en el correo imdertyconjunto@gmail.com Informe de gestión Registro fotográfico Planilla de asistencia Micro ciclos Seguridad social
11) presentar un informe mensual actualizado de los deportistas proyectados a los juegos departamentales y/o para departamentales.	En el mes de diciembre se termina de buena manera con unas deportistas y cuerpo técnico pensando desde ya en los próximos Juegos Departamentales, queriendo tener una mejor participación.	Informe de gestión mensual FO-GTH-06 Plataforma Drive (reposan todos los archivos)
12) Entregar informe de competencia haciendo descripción de cada uno de los deportistas con respectivo análisis, adjuntando resultado e informes escritos del evento	No se proyectó competencia para el presente mes, de ahí que no se reporte informe.	Informe de gestión mensual FO-GTH-06 Plataforma Drive (reposan todos los archivos)

13) Desempeñar las actividades que se le sean asignadas por el jefe inmediato o las derivadas de la ejecución del objeto contractual	En el mes de diciembre no se me asignan actividades derivadas de la ejecución del objeto contractual. A expectativa de planeación y realización.	Registro fotográfico que reposa en el área de talento humano formato FO-GH-06 y a su vez reposa en el correo imdertyconjunto@gmail.com

Con el fin de certificar la información del presente informe de Gestión de Actividades para cumplimiento del Objeto Contractual se firma a los 30 días del mes de diciembre de 2022.

Firma del Contratista
Nro. De Identificación: C.C.16.722.297 Cali Valle
Nombre del Contratista: ALVARO ORLANDO APONTE ROJAS

Bo. LIC MARIO BALLESTEROS PRADO
SUB GERENTE DEPORTIVO

	REGISTRO FOTOGRAFICO	VERSION	03
IMDERTY	PROCESO: GESTION DE DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FISICA	FECHA:	18/03/2020
	SUBPROCESO: GESTION DE DEPORTE	CODIGO:	FO-GDD-27

CONTRATISTA:	ÁLVARO ORLANDO APONTE ROJAS

MES:	DICIEMBRE	PROGRAMA:	DEPORTES DE CONJUNTO



Lugar:	CANCHA SINTETICA
Fecha:	DICIEMBRE DE 2022
Descripción de la Actividad	
ENTRENAMIENTO SELECCIÓN FEMENINA	



Lugar:	CANCHA COLEGIO MAYOR
Fecha:	DICIEMBRE DE 2022
Descripción de la Actividad	
ENTRENAMIENTO SELECCIÓN FEMENINA	



Lugar:	CANCHA SINTETICA IMDERTY
Fecha:	DICIEMBRE DE 2022
Descripción de la Actividad	
ENTRENO SELECCIÓN FEMENINA	



Lugar:	CANCHA SINTETICA IMDERTY
Fecha:	DICIEMBRE DE 2022
Descripción de la Actividad	
ENTRENO CON LA SELECCIÓN YUMBO DE FÚTBOL	

IMDERTY	REGISTRO FOTOGRAFICO	VERSION	03
	PROCESO: GESTION DE DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FISICA	FECHA:	18/03/2020
	SUBPROCESO: GESTION DE DEPORTE	CODIGO:	FO-GDD-27

CONTRATISTA:	ÁLVARO ORLANDO APONTE ROJAS

MES:	DICIEMBRE	PROGRAMA:	DEPORTES DE CONJUNTO



Lugar:	CANCHA SINTETICA IMDERTY
Fecha:	DICIEMBRE DE 2022
Descripción de la Actividad	
ENTRENAMIENTO SELECCCION FEMENINA	



Lugar:	CANCHA SINTETICA IMDERTY
Fecha:	DICIEMBRE DE 2022
Descripción de la Actividad	
ENTRENAMIENTO SELECCIÓN YUMBO FEMENINA	



Lugar:	CANCHA MULTIPLE IMDERTY
Fecha:	DICIEMBRE DE 2022
Descripción de la Actividad	
ENTRENAMIENTO, SELECCIÓN YUMBO DE FÚTBOL FEMENINO	



Lugar:	COLEGIO MAYOR
Fecha:	DICIEMBRE DE 2022
Descripción de la Actividad	
CONGRESILLO TECNICO	

PLANILLA ASISTENCIA

IMDERTY	PROCESO: GESTION DE DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FISICA	VERSION 02
	SUBPROCESO: GESTION DE DEPORTE	FECHA 03/08/2020
		CODIGO: FO-GDD-07

CONTRATISTA	MES:	DICIEMBRE	AÑO:	2021
ALVARO ORLANDO APONTE ROJAS	LUGAR DE ENTRENO:	CANCHA SINTETICA IMDERTY - COLEGIO MAYOR - LA TOMATERA		
DEPORTE - ACTIVIDAD	DIAS:	LUNES, MARTES, MIERCOLES, JUEVES, VIERNES, SABADO		
FUTBOL FEMENINO	HORA:	3:00PM A 5:00PM		

CONVENCIONES DE ASISTENCIA	
ASISTENCIA	A
ENFERMEDAD	E
PERMISO	P
PERMISO EN CLASE	PC
FALTA	F

PROGRAMAS	MASIFICACION			
	DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO	ESDEP	RECREACION	CLUBES
	ESCUELAS DEPORTIVAS	EDUCACION FISICA	ESCUELAS DE FORMACION	
	COMPETENCIA			
	CONJUNTOS	INDIVIDUAL	ADAPTADO	
	0			



No DE MUJERES:	6
No. DE HOMBRES:	2

No DEPORTISTAS POR COLEGIO	
MENOS DE 5 AÑOS	0
5 A 10 AÑOS	1
11 A 14 AÑOS	6
15 A 17 AÑOS	11
18 A 50 AÑOS	0
MAYOR DE 50 AÑOS	0

CANCHA		CANCHA	
CANCHA 1	1	CANCHA 9	0
CANCHA 2	1	CANCHA 10	0
CANCHA 3	1	CANCHA 11	0
CANCHA 4	1	CANCHA 12	0
CANCHA 5	1	CANCHA 13	0
CANCHA 6	0	CANCHA 14	0
CANCHA 7	0		

| No | NOMBRE | EDAD | GENERO (F-M) | TIPO DE DOCUMENTO | # DOCUMENTO | I.E - COLEGIO - GRUPO - CLUB | GRADO | TIPO DISCAPACIDAD | LGBTI | ETNIA | VICTIMAS DEL CONFLICTO ARMADO | BARRIO | Comuna | EPS | TELEFONO | DIA | | | |

	MICROCILO DE ENTRENAMIENTO	VERSION	01
IMDERTY	PROCESO: GESTION DE DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FISICA	FECHA:	28/02/2022
	SUBPROCESO: GESTION DE DEPORTE	CODIGO:	FO-GDD-67

TEMPORADA			2022 FÚTBOL FEMENINO							
MES			AGOSTO							
DIA			19	20	21	22	23	24	25	TOTAL TIEMPO
DIA SEMANA			LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	
TIEMPO SESIÓN			90	90	90	90	90			450
COMPETENCIA										
AMISTOSO										
TIPO MICROCICLO			TRANSFORMADOR DIRIGIDO Y ESPECIAL							TIEMPO X TAREA
FASES				ESTIMULADOR	OPTIMIZADOR	ESTIMULADOR	OPTIMIZADOR			
CARACTERÍSTICA	%	TIEMPO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	
GENERICO %			20	15	15	20	20			
GENERAL %			35	25	40	20	15			
DIRIGIDO %			25	25	20	20	20			
ESPECIAL %			20	25	15	30	20			
COMPETITIVO %							15			

DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR TRABAJO DE FUERZA (GYM) TRANSFERENCIA EN CANCHA AUXILIAR VELOCIDAD CON Y SIN BALÓN VUELTA A LA CALMA	CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR ACTIVACIÓN CON BALÓN RUEDA DE PASES JUEGO EN ESPACIO REDUCIDO VUELTA A LA CALMA	CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR PROTOCOLO DE ESTIRAMIENTOS TRABAJO FÍSICO EN EL GIMNASIO. TRANSFERENCIA EN LA CANCHA AUXILIAR DE FÚTBOL. EJERCICIOS DE VELOCIDAD CON Y SIN BALÓN. ESTIRAMIENTO FINAL	CHARLA INICIAL JUEGO PREDEPORTIVO PROTOCOLO DE ESTIRAMIENTOS ACTIVACIÓN CON BALÓN JUEGO PREDEPORTIVO JUEGOS DIDACTICOS FÚTBOL APLICATIVO Y CORRECTIVO VUELTA A LA CALMA	CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR ESTIRAMIENTOS CIRCUITO TECNICO JUEGOS REDUCIDOS FÚTBOL APLICATIVO ESTIRAMIENTO FINAL	DOMINGO

	MICROCILO DE ENTRENAMIENTO	VERSION	01
IMDERTY	PROCESO: GESTION DE DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FISICA	FECHA:	28/02/2022
	SUBPROCESO: GESTION DE DEPORTE	CODIGO:	FO-GDD-67

TEMPORADA			2022 FÚTBOL FEMENINO							
MES			DICIEMBRE							
DIA			12	13	14	15	16	17	18	TOTAL TIEMPO
DIA SEMANA			LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	
TIEMPO SESIÓN			90	90	90	90	90			
COMPETENCIA										
AMISTOSO										
TIPO MICROCICLO			TRANSFORMADOR DIRIGIDO Y ESPECIAL							TIEMPO X TAREA
FASES			ESTIMULADOR	ESTIMULADOR	OPTIMIZADOR	OPTIMIZADOR	ESTIMULADOR			
CARACTERÍSTICA	%	TIEMPO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	
GENERICO %			20	5	15	5	10			
GENERAL %			20	30	35	15	20			
DIRIGIDO %			35	25	35	35	30			
ESPECIAL %			15	20	20	20	30			
COMPETITIVO %						15				

DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR TRABAJO DE FUERZA (GYM) TRANSFERENCIA EN CANCHA AUXILIAR VELOCIDAD CON Y SIN BALÓN VUELTA A LA CALMA	CHARLA INICIAL JUEGO PREDEPORTIVO ESTIRAMIENTOS PROTOCOLO 1 VS 1 – 2 VS 2 – 3 VS 3 – 4 VS 4 – 6 VS 6 FÚTBOL APLICATIVO EN ESPACIO REDUCIDO VUELTA A LA CALMA	CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR PROTOCOLO DE ESTIRAMIENTOS TRABAJO FÍSICO EN EL GIMNASIO. TRANSFERENCIA EN LA CANCHA AUXILIAR DE FÚTBOL. EJERCICIOS DE VELOCIDAD CON Y SIN BALÓN. ESTIRAMIENTO FINAL	CHARLA INICIAL JUEGO PREDEPORTIVO PROTOCOLO DE ESTIRAMIENTOS ACTIVACIÓN CON BALÓN RUEDAS DE PASES JUEGOS REDUCIDOS FÚTBOL APLICATIVO Y CORRECTIVO VUELTA A LA CALMA	CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR ESTIRAMIENTOS RONDOS CON TAREAS FÚTBOL APLICATIVO ESTIRAMIENTO FINAL	DOMINGO

	MICROCILO DE ENTRENAMIENTO	VERSION	01
IMDERTY	PROCESO: GESTION DE DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FISICA	FECHA:	28/02/2022
	SUBPROCESO: GESTION DE DEPORTE	CODIGO:	FO-GDD-67

TEMPORADA			2022 - FÚTBOL FEMENINO							
MES			DICIEMBRE							
DIA			5	6	7	8	9	10	11	TOTAL TIEMPO
DIA SEMANA			LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	
TIEMPO SESIÓN			90	90	90	90	90			450
COMPETENCIA										
AMISTOSO										
TIPO MICROCICLO			PREPARATORIO							TIEMPO X TAREA
FASES			ESTIMULADOR	ESTIMULADOR	ESTIMULADOR	OPTIMIZADOR	OPTIMIZADOR			
CARACTERÍSTICA	%	TIEMPO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	
GENERICO %	10	60	20	15	5	10				
GENERAL %	35	130	40	30	30	10				
DIRIGIDO %	30	105	20	20	20	20				
ESPECIAL %	20	80	10	15	15	25				
COMPETITIVO %	5	70			20	35	90			

DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR TRABAJO DE FUERZA (GYM) TRANSFERENCIA EN CANCHA AUXILIAR VELOCIDAD CON Y SIN BALÓN VUELTA A LA CALMA	CHARLA INICIAL JUEGO PREDEPORTIVO ESTIRAMIENTOS PROTOCOLO 1 VS 1 – 2 VS 2 – 3 VS 3 – 4 VS 4 – 6 VS 6 FÚTBOL APLICATIVO EN ESPACIO REDUCIDO VUELTA A LA CALMA	CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR PROTOCOLO DE ESTIRAMIENTOS CIRCUITO TÉCNICO RUEDAS DE PASE JUEGOS REDUCIDOS FÚTBOL APLICATIVO ESTIRAMIENTO FINAL	CHARLA INICIAL JUEGO PREDEPORTIVO PROTOCOLO DE ESTIRAMIENTOS ACTIVACIÓN CON BALÓN RUEDAS DE PASES JUEGOS REDUCIDOS FÚTBOL APLICATIVO Y CORRECTIVO VUELTA A LA CALMA	CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR ESTIRAMIENTOS PARTIDO DE FÚTBOL ESTIRAMIENTO FINAL	DOMINGO

	MICROCILO DE ENTRENAMIENTO	VERSION	01
IMDERTY	PROCESO: GESTION DE DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FISICA	FECHA:	28/02/2022
	SUBPROCESO: GESTION DE DEPORTE	CODIGO:	FO-GDD-67

TEMPORADA			2022 FÚTBOL FEMENINO							
MES			DICIEMBRE							
DIA			28	29	30	1	2	3	4	TOTAL TIEMPO
DIA SEMANA			LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	
TIEMPO SESIÓN			80	75	85	85	90			415
COMPETENCIA										
AMISTOSO										
TIPO MICROCICLO			PREPARATORIO							TIEMPO X TAREA
FASES			RECUPERADOR	ESTIMULADOR	OPTIMIZADOR	ESTIMULADOR	ESTIMULADOR			
CARACTERÍSTICA	%	TIEMPO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	
GENERICO %	10	85	20	15	20	15	15			
GENERAL %	35	105	30	35	15	15	20			
DIRIGIDO %	30	85	15	15	20	15	20			
ESPECIAL %	20	85	15	10	25	20	15			
COMPETITIVO %	5	40				20	20			

DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR ESTIRAMIENTOS ACTIVACIÓN CON BALÓN JUEGOS REDUCIDOS-TRABAJO TÁCTICO-. VUELTA A LA CALMA	CHARLA INICIAL JUEGO PREDEPORTIVO ESTIRAMIENTOS PROTOCOLO 1 VS 1 – 2 VS 2 – 3 VS 3 – 4 VS 4 – 6 VS 6 FÚTBOL APLICATIVO EN ESPACIO REDUCIDO VUELTA A LA CALMA	CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR PROTOCOLO DE ESTIRAMIENTOS CIRCUITO TÉCNICO RUEDAS DE PASE JUEGOS REDUCIDOS FÚTBOL APLICATIVO ESTIRAMIENTO FINAL	CHARLA INICIAL JUEGO PREDEPORTIVO PROTOCOLO DE ESTIRAMIENTOS ACTIVACIÓN CON BALÓN RUEDAS DE PASES JUEGOS REDUCIDOS FÚTBOL APLICATIVO Y CORRECTIVO VUELTA A LA CALMA	CHARLA INICIAL MOVILIDAD ARTICULAR ESTIRAMIENTOS RONDOS CON TAREAS FÚTBOL APLICATIVO ESTIRAMIENTO FINAL	DOMINGO