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

MEMORANDO

08 MAY 2019

Radicado IDRD No 20195100278623

Bogotá D.C, 02/05/2019

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. 20198002011002306

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 3 DEL 26 DE MARZO AL 25 DE ABRIL (15 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



INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACION Y DEPORTE
Fecha de firmado: 2019.05.08 17:13:38 COT
Firmado digitalmente desde SGD-OrfeoJADE

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

# INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN 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 Y RECREADORES QUE REPORTAN SUS ACTIVIDADES EN EL FORMATO BITACORA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.**

| INFORME No. | 3 | | |
|---|---|---|---|
| FECHA DEL INFORME | dd | mm | aa |
| | 25 | 04 | 2019 |

| No. DEL CONTRATO Y FECHA |
|---|
| IDRD-CTO-0218-2019 |
| **No. DEL EXPEDIENTE VIRTUAL** |
| **20198002011002306** |

## 1. INFORMACIÓN GENERAL

| | | Instrucciones |
|---|---|---|
| NOMBRE DEL CONTRATISTA | ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES | Registre nombre y apellidos completos |
| N° DE IDENTIFICACIÓN | 1010170346 | Registre el número de identificación |
| 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. | Registre el objeto del contrato |
| PLAZO DE EJECUCIÓN | 10 (DIEZ) MESES | Registre el plazo total de ejecucion en letras y numeros |
| VALOR | $ 30.130.000 | Registre el valor total del contrato |
| FECHA ACTA DE INICIO | 15 de febrero 2019 | Registre la fecha de inicio del acta |
| FECHA PREVISTA DE TERMINACIÓN | 14 de diciembre 2019 | Registre fecha de terminación establecida en el contrato suscrito |
| ADICIÓN Y/O PRÓRROGA (solo cuando aplique) | | Registre el tiempo, valor y plazo de la prorroga |
| SUSPENSIONES (Si aplica) | | Registre para cada suspension efectuada las fechas y plazo de la suspension |
| PERIODO DE ACTIVIDADES DE ESTE INFORME | 26 de marzo al 25 de abril del 2019 | Registre las fechas entre las cuales se reportan las actividades |

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

# INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN 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 Y RECREADORES QUE REPORTAN SUS ACTIVIDADES EN EL FORMATO BITACORA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.**

## 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.).

| 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 | Los deportistas de la jornada de la tarde realizaron 27 sesiones de entrenamiento, y los que realizan doble sesión 50, en la jornada 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 implemento cambios en el programa pedagógico de lucha. Cumpliendo con los chequeos, torneos y actividades programadas en el presente periodo. |
| 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. | Los deportistas de la jornada de la tarde realizaron 27 sesiones de entrenamiento, y los que realizan doble sesión 50, en la jornada 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, fogueos, | El sábado 6 de abril se apoyó en el chequeo selectivo al campeonato nacional interligas infantil 2019.<br><br>El sábado 13 y 20 de abril se apoyó y participo en los campos de entrenamiento de la categoría infantil y cadetes. |

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

INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN 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 Y RECREADORES QUE REPORTAN SUS ACTIVIDADES EN EL FORMATO BITACORA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.**

| | |
|---|---|
| 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. | |
| Obligación No. 5: Presentar el informe técnico de competencia con la gestión y resultados deportivos, máximo tres (3) días después de cada participación y anexar copia del mismo en el informe mensual. | En el presente período no se participó en ningún campeonato, |
| Obligación No. 6: Asistir y participar a las reuniones convocadas por el área de rendimiento deportivo, el encargado técnico/metodológico, el equipo multidisciplinario o los organismos del sistema nacional del deporte para evaluar el cumplimiento de los resultados obtenidos en competencia y de los indicadores de rendimiento de los deportistas de su disciplina deportiva según la etapa del proceso. | En el presente periodo se presentó y asistió a reunión el día 10 de abril en el salón A del IDRD. |
| Obligación No. 7: Dar cumplimiento a lo señalado en la Resolución 406 de 2013 del IDRD, o la que se encuentre vigente, que reglamenta el Programa de Rendimiento Deportivo. | Se cumple con todos los parámetros estipulados por el programa de rendimiento, contando con los deportistas apoyados CARLOS GONZALEZ VAHOS Y CHRISTOFER AGUILAR bajo la resolución 406 del 2013. Y los deportistas reportados en la planilla de asistencia. |
| Obligación No. 8: Apoyar la organización y realización de los eventos deportivos que le sean asignados de acuerdo con la programación establecida por el supervisor del contrato, con cargo al proyecto Rendimiento Deportivo al 100x100 | El sábado 2 de marzo se apoyó en el chequeo selectivo a la primera copa Colombia mayores 2019.<br><br>El sábado 9 de marzo se apoyó y participo en el primer campeonato distrital infantil-cadetes.<br><br>El sábado 16 de marzo se apoyó y participo en el chequeo selectivo mayores, infantil y cadetes. |
| Obligación No. 9: Participar en eventos locales, distritales, nacionales o internacionales le sean programados por el | |

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

# INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN 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 Y RECREADORES QUE REPORTAN SUS ACTIVIDADES EN EL FORMATO BITACORA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.**

| | |
|---|---|
| Supervisor del Contrato, para la representación de la entidad o para apoyar el rollo de actividades relacionadas con la misión de la entidad y con su objeto contractual o para el acompañamiento de las delegaciones conformadas para dichos eventos. 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. | El sábado 6 de abril se apoyó en el chequeo selectivo al campeonato nacional interligas infantil 2019.<br><br>El sábado 13 y 20 de abril se apoyó y participo en los campos de entrenamiento de la categoría infantil y cadetes. |
| 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 prorroga 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. |

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

INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN 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 Y RECREADORES QUE REPORTAN SUS ACTIVIDADES EN EL FORMATO BITACORA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.**

| | |
|---|---|
| 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 deportistas y entrenadores. En caso de requerirse, registrar las acciones del programa a través de la plataforma del Sistema. | Se presenta las debidas actualizaciones y cambios realizados con las actividades programadas ante el coordinador del contrato. |
| **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 | $150.700 |
| PAGO APORTES PENSIÓN | Col fondos | $192.900 |
| PAGO RIESGOS PROFESIONALES | positiva | $29.400 |
| | TOTAL | $373.000 |

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

Andres GAT

Firma Contratista

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

Cumple a satisfaccion con las actividades del Proyecto

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

# INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN 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 Y RECREADORES QUE REPORTAN SUS ACTIVIDADES EN EL FORMATO BITACORA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.**

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

## PROGRAMA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO

ENTRENADOR: ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES

LUGAR DE ENTRENAMIENTO: UNIDAD DEPORTIVA EL SALITRE

DEPORTE / MODALIDAD: LUCHA OLIMPICA

PERIODO del 25 de marzo al 25 de abril — DESDE: 10:00am a 12:00pm - 6:00pm a 7:00pm — A.M. x — P.M. x

| No. | ATLETAS | DOCUMENTO DE IDENTIDAD | DIRECCIÓN | TELÉFONO | DIAS | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | TOTAL SESIONES | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | 25 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 3 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 16 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | PLAN | REAL | % DE ASISTENCIA |
| 1 | DANIEL DEL RIO REY VELOZA | 1 011 084 979 | calle 77 # 75 - 24 | 3215397607 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | NICOL VALENTINA CERVANTES HOYOS | 1 027 523 582 | carrera 80 a # 77 - 17 | 3009561118 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | NICOL ANJETH CONTRERAS GOMEZ | 1015366599 | carrera 70d # 64c 27 | 3227907507 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | YAMIR SANTIAGO MADARIAGA YANQUEN | 1018840373 | calle 64 a # 69 99 | 3107897706 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | DAVID SANTIAGO RODRIGUEZ PERILLA | 1000286912 | carrera 69 # 69-48 | 3114559793 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | CRISTOPHER ALEXANDER VERASTEGUI AGUILAR | 1000937242 | calle 47a # 68 99 | 3058184968 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | JOHAN GUILLERMO CONTRERAS GOMEZ | 1000219588 | carrera 69 # 69f 75 | 3227907507 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | NICOLAS MESA OCHOA | 1000224784 | carrera 86 # 144 - 36 | 3209577878 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | JUAN SEBASTIAN GONZALEZ VAHOS | 1001068160 | calle 69 a # 69a 17 | 3217194435 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | DIDIER ANDRES BOHORQUEZ TORRES | 1 030 646 413 | calle 2 # 95 - 45 | 3209126881 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | CARLOS ESTEBAN GONZALEZ VAHOS | 1.030.701 800 | carrera 68 # 72 - 24 ppt | 3105089349 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | DIEGO FERNANDO LEON PORRAS | 1 001 867 805 | calle 64 a # 68 99 | 3112978402 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | JORGE ELIECER SANCHEZ REALES | 1 233 499 831 | carrera 80 a # 77 - 17 | 3135739011 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | HAROL ALFONSO PINTO GUTIERREZ | 1 018 047.708 | carrera 98 # 144 - 58 | 3124512142 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| VERIFICACIÓN DE REQUISITOS (si es Afirmativo coloque S, de lo contrario coloque N) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | ¿El entrenamiento inició a la hora establecida? | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | ¿El escenario deportivo se encuentra en condiciones adecuadas para desarrollar el entrenamiento? | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | ¿Se cuenta con los implementos deportivos requeridos para el desarrollo del entrenamiento? | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

CONVENCIONES
1: Una sesión/día
2: Dos sesiones/día
F: Falla
M: Médicos (anexar soporte)
R: Calamidad Domestica
Cm: Competencia
NP: No programada

| No. | DESCRIPCIÓN DE LA NO CONFORMIDAD | FECHA | REQUISITO (Marque con x) | | | TRATAMIENTO | | DESCRIPCIÓN DE LA ACCIÓN TOMADA | El entrenamiento presentó inconvenientes | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | DD / MM / AA | 1 | 2 | 3 | Concesión | Corrección | | SI | NO |
| 1 | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | |

25 4 2019
FECHA

Andres G.T
FIRMA

ANDRES TABORDA
NOMBRE ENTRENADOR

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 se conforma con los requisitos especificados.

PARA ENTREGAR LA PRESENTE PLANILLA SIN TACHONES, BORRONES O ENMENDADURAS Y EMPLEAR UNICAMENTE LAS CONVENCIONES AQUÍ DETALLADAS



FOMENTO AL DEPORTE V.5

# 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 26 de marzo al 25 de abril — 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | TOTAL SESIONES | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 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 | PLAN | REAL | % DE ASISTENCIA |
| 1 | DANIEL DEL RIO REY VELOZA | 1.011.084.879 | calle 77 # 75 - 24 | 3115375607 | x | F | x | F | x | NP | F | x | F | x | x | x | NP | F | F | x | x | x | F | NP | F | x | F | x | x | x | NP | F | F | x | x | 27 | 19 | 59,3 |
| 2 | NICOL VALENTINA CERVANTES HOYOS | 1.027.523.582 | carrera 80 a # 77 - 17 | 3005561118 | F | x | F | x | x | NP | F | x | x | F | x | x | NP | x | F | x | F | x | x | NP | F | x | x | F | x | x | NP | x | F | x | x | 27 | 19 | 59,7 |
| 3 | NICOL JAILETH CONTRERAS GOMEZ | 1015370869 | carrera 70d # 64c 27 | 3227907507 | x | F | x | x | x | NP | x | F | x | x | x | x | NP | x | F | x | F | x | x | NP | x | F | x | x | x | x | NP | x | F | x | x | 27 | 21 | 77,8 |
| 4 | YAMIR SANTIAGO MADARIAGA YANQUEN | 1018943523 | calle 64 a # 68 99 | 3107907706 | x | F | x | x | x | NP | x | x | x | x | x | x | NP | x | x | F | x | x | x | NP | x | x | x | x | x | x | NP | F | x | x | x | 27 | 24 | 88,9 |
| 5 | DAVID SANTIAGO RODRIGUEZ PERILLA | 1000288912 | carrera 68 # 69-48 | 3114558785 | x | x | x | x | x | NP | x | F | x | x | x | x | NP | x | x | x | x | x | x | NP | x | x | F | x | x | x | NP | x | x | x | x | 27 | 25 | 92,6 |
| 6 | CRISTOPHER ALEXANDER VERASTEGUI AGUILAR | 1000937242 | calle 47a # 69 99 | 3058164998 | 2 | 2 | x | 2 | x | NP | 2 | 2 | x | 2 | 2 | x | NP | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | x | NP | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | x | NP | 2 | 2 | 2 | 2 | 99 | 49 | 96,0 |
| 7 | JOHAN GUILLERMO CONTRERAS GOMEZ | 1000219586 | carrera 69 # 65b 75 | 3227907507 | x | 2 | 2 | x | x | NP | x | 2 | F | F | 2 | x | NP | F | 2 | 2 | F | 2 | x | NP | F | F | x | x | 2 | x | NP | x | x | 2 | 2 | 99 | 31 | 57,0 |
| 8 | NICOLAS MESA OCHOA | 1000224784 | carrera 3N # 144 - 56 | 3209577878 | 2 | F | 2 | 2 | x | NP | 2 | x | 2 | 2 | x | x | NP | 2 | x | 2 | 2 | 2 | x | NP | 2 | 2 | 2 | x | 2 | x | NP | 2 | x | 2 | 2 | 99 | 45 | 85,0 |
| 9 | JUAN SEBASTIAN GONZALEZ VAHOS | 1001068100 | calle 69 a # 69a 17 | 3117704635 | x | x | x | F | x | NP | F | x | x | x | F | x | NP | F | x | F | x | x | F | NP | x | F | F | F | x | x | NP | F | F | F | F | 27 | 14 | 51,8 |
| 10 | DIDIER ANDRES RODRIGUEZ TORRES | 1.030.648.415 | calle 2 # 98 - 45 | 3209129581 | x | x | F | F | x | NP | F | F | F | x | x | x | NP | x | x | x | F | F | x | NP | x | x | F | x | F | x | NP | x | F | F | F | 27 | 15 | 55,6 |
| 11 | CARLOS ESTEBAN GONZALEZ VAHOS | 1.030.701.600 | carrera 68 # 32 - 24 sur | 3105985349 | 2 | 2 | 2 | 2 | x | NP | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | x | NP | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | x | NP | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | x | NP | 2 | 2 | 2 | 2 | 99 | 99 | 100,0 |
| 12 | DIEGO FERNANDO LEON PORRAS | 1.001.867.605 | calle 64 a # 68 99 | 3112678402 | x | x | F | x | x | NP | x | x | x | x | F | x | NP | x | F | x | x | x | x | NP | K | K | K | K | K | K | NP | K | K | K | K | 27 | 14 | 51,8 |
| 13 | JORGE ELIECER SANCHEZ REALES | 1.233.499.831 | carrera 80 a # 77 - 17 | 3133733011 | 2 | 2 | 2 | 2 | x | NP | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | x | NP | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | x | NP | 2 | x | 2 | 2 | 2 | x | NP | 2 | 2 | 2 | 2 | 99 | 43 | 86,9 |
| 14 | HAROL ALFONSO PINTO GUTIERREZ | 1.019.047.708 | carrera 9B # 144 - 56 | 3124512142 | x | F | F | x | x | NP | F | x | F | F | x | x | NP | F | F | x | F | x | x | NP | F | F | F | F | F | F | NP | F | F | F | F | 27 | 0 | 25,3 |

| 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 | | |
| 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 | | |
| 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 | | |

| CONVENCIONES |
|---|
| 1: Una sesión/día |
| 2: Dos sesiones/día |
| F: Falla |
| M: Médico (enviar soporte) |
| E: Calamidad Doméstica |
| C/d: Competencia |
| NP: No programado |

| No. | DESCRIPCIÓN DE LA NO CONFORMIDAD | FECHA | REQUISITO (marque con x) | | | TRATAMIENTO | | DESCRIPCIÓN DE LA ACCION TOMADA | El entrenamiento presentó inconvenientes | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | DD / MM / AA | 1 | 2 | 3 | Concesión | Corrección | | SI | NO |
| 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.

25 4 2019
FECHA

Andres G.T
FIRMA

ANDRES TABORDA
NOMBRE ENTRENADOR

FAVOR ENTREGAR LA PRESENTE PLANILLA SIN TACHONES, ENMENDADURAS O ENVOLVIMIENTOS Y EMPLEAR UNICAMENTE LAS CONVENCIONES AQUÍ DETALLADAS.



FOMENTO AL DEPORTE V.5

# INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACION Y DEPORTES

## AREA DE DEPORTES

**ENTRENADOR(A):** ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRRES

**DEPORTE / MODALIDAD** LUCHA OLIMPICA-GRECO ROMANA Y LIBRE

**PLAN SEMANAL DEL:** 25/03/19 **AL** 31/03/19

**MICRO #** 8

**PRINCIPALES TAREAS TECNICAS** desarrollo de fundamentacion tecnica y tecnicas fundamentales de forme global con continuidades y contra ataques

**PRINCIPALES TAREAS FISICAS** acondicionamiento fisico funcional

| MICROCICLOS | CORRIENTE | | | | | | | | 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 | 30 | 25 | 25 | | 155 | 155 | 26% |
| FUERZA GENERAL (Minutos) | 35 | 30 | 30 | 30 | 30 | 20 | | 175 | 175 | 30% |
| FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos) | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | | 90 | 90 | 15% |
| | | | | | | | | 0 | 0 | 0% |
| | | | | | | | | 0 | 0 | 0% |
| | | | | | | | | 0 | 0 | 0% |
| PORCENTAJE FÍSICA ESPECIAL | 60% | 0% | 60% | 0% | 70% | 80% | 0% | 585 | 585 | 100% |
| TOTAL TIEMPO FÍSICA | 105 | 100 | 100 | 105 | 100 | 75 | 0 | 585 | 585 | |
| RESISTENCIA ESPECIAL (Min.) | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 35 | | 135 | 135 | 21% |
| RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.) | 25 | 25 | 25 | 25 | 30 | 30 | | 160 | 160 | 25% |
| RAPIDEZ (Min.) | 15 | 15 | 30 | 30 | 30 | 30 | | 150 | 150 | 24% |
| VELOCIDAD DE REACCION (Min.) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 20 | | 70 | 70 | 11% |
| FUERZA MAXIMA (Min.) | | | | | | | | 0 | 0 | 0% |
| FUERZA EXPLOSIVA (Min.) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 9% |
| FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | |
| | | | | | | | | 0 | 0 | 0% |
| PORCENTAJE TECNICO | 45% | 0% | 45% | 0% | 45% | 80% | | 635 | 635 | 91% |
| TOTAL TIEMPO FÍSICA | 90 | 90 | 105 | 105 | 110 | 135 | 0 | 635 | 635 | |
| APRENDIZAJE TECNICO (Min.) | 70 | 70 | 70 | 70 | 70 | 80 | | 430 | 430 | 37% |
| TECNICA EFECTIVA IND. (Min.) | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | | 90 | 90 | 8% |
| POSICION Y DESPLAZAMIENTO (Min.) | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | | 360 | 360 | 31% |
| REPETICIONES GESTO TECNICO (Min.) | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 | 30 | | 155 | 155 | 13% |
| TECNICA EN SOMBRA EN PIE | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 5% |
| TECNICA EN SOMBRA EN PISO | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 5% |
| | | | | | | | | 0 | 0 | 0% |
| PORCENTAJE TEORÍA | 0% | 0% | 50% | 0% | 50% | 50% | | 1155 | 1155 | 100% |
| TOTAL TIEMPO TECNICO | 190 | 190 | 190 | 190 | 190 | 205 | 0 | 1155 | 1155 | |
| REGLAMENTACION (Min.) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 29% |
| EVALUACION DE LA SESION (Min) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 29% |
| ANALISIS VIDEOS (Min) | | | | | | | | 0 | 0 | 0% |
| CHARLAS Y VISUALIZACIÓN (Min) | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | | 90 | 90 | 43% |
| PORCENTAJE TACTICO | 0% | 0% | 10% | 0% | 10% | 0% | | 210 | 210 | 100% |
| TOTAL TIEMPO TEORÍA | 35 | 35 | 35 | 35 | 35 | 35 | 0 | 210 | 210 | |
| TOTAL | 420 | 415 | 430 | 435 | 435 | 450 | 0 | 2585 | 2585 | 0% |
| Diferencia | -300 | | | | -315 | -330 | | -945 | | |

# 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:** 01/04/19 **AL** 07/04/19

**MICRO #** 9

**PRINCIPALES TAREAS TECNICAS** desarrollo de fundamentacion tecnica y tecnicas fundamentales de forma global continuidades y coontra ataques

**PRINCIPALES TAREAS FISICAS** acondicionamiento fisico funcional

| MICROCICLOS | CORRIENTE | | | | | | | | 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 | 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 | 43% |
| RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.) | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 | | 150 | 150 | 22% |
| RAPIDEZ (Min.) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 9% |
| VELOCIDAD DE REACCION (Min.) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 9% |
| FUERZA MAXIMA (Min.) | | | | | | | | 0 | 0 | 0% |
| FUERZA EXPLOSIVA (Min.) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 9% |
| FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | | | |
| | | | | | | | | 0 | 0 | 0% |
| PORCENTAJE TECNICO | 40% | 40% | 40% | 40% | 40% | 40% | | 630 | 630 | 91% |
| TOTAL TIEMPO FÍSICA | 115 | 115 | 115 | 115 | 115 | 115 | 0 | 690 | 690 | |
| APRENDIZAJE TECNICO (Min.) | 70 | 70 | 70 | 70 | 70 | 80 | | 430 | 430 | 48% |
| TECNICA EFECTIVA IND. (Min.) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 7% |
| POSICION Y DESPLAZAMIENTO (Min.) | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 30 | | 130 | 130 | 15% |
| REPETICIONES GESTO TECNICO (Min.) | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 | | 150 | 150 | 17% |
| 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% | | 890 | 890 | 100% |
| TOTAL TIEMPO TECNICO | 145 | 145 | 145 | 145 | 145 | 165 | 0 | 890 | 890 | |
| REGLAMENTACION (Min.) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 33% |
| EVALUACION DE LA SESION (Min) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 33% |
| ANALISIS VIDEOS (Min) | | | | | | | | 0 | 0 | 0% |
| CHARLAS Y VISUALIZACIÓN (Min) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 33% |
| PORCENTAJE TACTICO | 5% | 5% | 5% | 5% | 5% | 5% | | 180 | 180 | 100% |
| TOTAL TIEMPO TEORÍA | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 0 | 180 | 180 | |
| TOTAL | 380 | 380 | 380 | 380 | 380 | 400 | 0 | 2300 | 2300 | 0% |
| **Diferencia** | -260 | | | | -260 | -280 | | -800 | | |

# 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:** 08/04/19 **AL** 14/04/19

**MICRO #** 10

**PRINCIPALES TAREAS TECNICAS** desarrollo de fundamentacion tecnica y tecnicas fundamentales de forma global continuidades y coontra ataques

**PRINCIPALES TAREAS FISICAS** acondicionamiento fisico funcional

| MICROCICLOS | REGULAR | | | | | | | | 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 | 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 | 32% |
| RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.) | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | | 180 | 180 | 32% |
| RAPIDEZ (Min.) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 11% |
| VELOCIDAD DE REACCION (Min.) | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | | 90 | 90 | 16% |
| 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% | | 510 | 510 | 89% |
| TOTAL TIEMPO FÍSICA | 95 | 95 | 95 | 95 | 95 | 95 | 0 | 570 | 570 | |
| 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% | 5% | 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! | | ##### | | |

# 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:** 15/04/19 **AL** 21/04/19

**MICRO #** 11

**PRINCIPALES TAREAS TECNICAS** desarrollo de fundamentacion tecnica y tecnicas fundamentales de forma globa continuidades y coontra ataques!

**PRINCIPALES TAREAS FISICAS** ACONDICIONAMIENTO FISICO FUNCIONAL

| MICROCICLOS | CORRIENTE | | | | | | | | 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 | 30 | | 180 | 180 | 33% |
| RESISTENCIA AEROBICA (Minutos) | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 | | 150 | 150 | 28% |
| FUERZA GENERAL (Minutos) | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | | 120 | 120 | 22% |
| 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.) | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | | 180 | 180 | 39% |
| RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.) | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | | 120 | 120 | 26% |
| RAPIDEZ (Min.) | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | | 42 | 42 | 9% |
| VELOCIDAD DE REACCION (Min.) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 13% |
| 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% | | 402 | 402 | 87% |
| TOTAL TIEMPO FÍSICA | 77 | 77 | 77 | 77 | 77 | 77 | 0 | 462 | 462 | |
| APRENDIZAJE TECNICO (Min.) | 70 | 70 | 70 | 70 | 70 | 70 | | 420 | 420 | 44% |
| TECNICA EFECTIVA IND. (Min.) | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | | 90 | 90 | 9% |
| POSICION Y DESPLAZAMIENTO (Min.) | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | | 180 | 180 | 19% |
| REPETICIONES GESTO TECNICO (Min.) | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 | 20 | | 145 | 145 | 15% |
| TECNICA EN SOMBRA EN PIE | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 6% |
| TECNICA EN SOMBRA EN PISO | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 6% |
| | | | | | | | | 0 | 0 | 0% |
| PORCENTAJE TEORÍA | 15% | 15% | 15% | 15% | 15% | 15% | | 955 | 955 | 100% |
| TOTAL TIEMPO TECNICO | 160 | 160 | 160 | 160 | 160 | 155 | 0 | 955 | 955 | |
| 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 | 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 | 140 | 0 | 240 | 240 | |
| TOTAL | 347 | 347 | 347 | 347 | 347 | 462 | 0 | 2197 | 2197 | 0% |
| Diferencia | -227 | | | | -227 | -342 | | -796 | | |

# 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:** 22/04/19 **AL** 28/04/19

**MICRO #** 12

**PRINCIPALES TAREAS TECNICAS** desarrollo de fundamentacion tecnica y tecnicas fundamentales de forma global continuidades y contra ataques!

**PRINCIPALES TAREAS FISICAS** ACONDICIONAMIENTO FISICO FUNCIONAL

| MICROCICLOS | CORRIENTE | | | | | | | | 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 | 30 | | 180 | 180 | 33% |
| RESISTENCIA AEROBICA (Minutos) | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 | | 150 | 150 | 28% |
| FUERZA GENERAL (Minutos) | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | | 120 | 120 | 22% |
| 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.) | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | | 180 | 180 | 39% |
| RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.) | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | | 120 | 120 | 26% |
| RAPIDEZ (Min.) | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | | 42 | 42 | 9% |
| VELOCIDAD DE REACCION (Min.) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 13% |
| 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% | | 402 | 402 | 87% |
| TOTAL TIEMPO FÍSICA | 77 | 77 | 77 | 77 | 77 | 77 | 0 | 462 | 462 | |
| APRENDIZAJE TECNICO (Min.) | 70 | 70 | 70 | 70 | 70 | 70 | | 420 | 420 | 44% |
| TECNICA EFECTIVA IND. (Min.) | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | | 90 | 90 | 9% |
| POSICION Y DESPLAZAMIENTO (Min.) | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | | 180 | 180 | 19% |
| REPETICIONES GESTO TECNICO (Min.) | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 | 20 | | 145 | 145 | 15% |
| TECNICA EN SOMBRA EN PIE | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 6% |
| TECNICA EN SOMBRA EN PISO | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 60 | 60 | 6% |
| | | | | | | | | 0 | 0 | 0% |
| PORCENTAJE TEORÍA | 15% | 15% | 15% | 15% | 15% | 15% | | 955 | 955 | 100% |
| TOTAL TIEMPO TECNICO | 160 | 160 | 160 | 160 | 160 | 155 | 0 | 955 | 955 | |
| 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 | 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 | 140 | 0 | 240 | 240 | |
| TOTAL | 347 | 347 | 347 | 347 | 347 | 462 | 0 | 2197 | 2197 | 0% |
| Diferencia | -227 | | | | -227 | -342 | | -796 | | |

compensar | miplanilla.com

# PLANILLA INTEGRADA DE AUTOLIQUIDACION DE APORTES

PAG 1 DE 2

## DATOS GENERALES

| TIPO | NUMERO | NOMBRE O RAZON SOCIAL | TIPO PRESENTACION (U C S D) | SUCURSAL / DEPENDENCIA | CODIGO |
|---|---|---|---|---|---|
| CC | 1010170346- | ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES | U ☑ C ☐ S ☐ D ☐ | | |

**PERIODOS DE COTIZACION**

| SALUD MES | SALUD AÑO | PENSIONES, RIESGOS LAB, CCF, SENA, ICBF MES | PENSIONES, RIESGOS LAB, CCF, SENA, ICBF AÑO | NUMERO RADICACION | TIPO EMPRESA (PUBLICA / PRIVADA / MIXTA) | CLASE DE APORTANTE (PEQUEÑO / GRANDE / INDEPENDIENTE) | CODIGO ARL | CODIGO OPERADOR |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 | 2019 | 3 | 2019 | 34051198 | | ☑ | 14-23 | 83 |

| DIRECCION | CIUDAD/MUNICIPIO | CODIGO | DEPARTAMENTO | CODIGO | TELEFONO | FAX | CORREO ELECTRONICO | ACTIVIDAD ECONOMICA | VALOR NOMINA | TOTAL EMPLEADOS | FECHA DE PAGO (aaaa/mm/dd) | No. AUTORIZACION |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| DIAGONAL 74 781 - 14 SUR | BOGOTÁ, D.C. | 11001 | BOGOTÁ D.C. | 11 | 7344725 | | leogars19@hotmail.com | 7490 | 1,205,200 | 1 | 2019/04/03 | 431681956 |

## TOTAL APORTES DEL PERIODO A SALUD POR ADMINISTRADORA

| COD EPS | NIT EPS | COTIZACION OBLIGATOR | UPC ADICIONAL | INCAPACIDADES No.AUTOR | INCAPACIDADES VALOR | LIC.MATERNIDAD No.AUT | LIC.MATERNIDAD VALOR | NETO COTIZAC | DIAS MORA | INTERESES MORA OBL | INTERESES MORA UPC | SUBTOTAL COTIZACION | SUBTOTAL UPC ADIC. | No. RADIC SALDO A FAVOR | SALDO A FAVOR COTIZ OBLIG | SALDO A FAVOR UPC ADICIONAL | TOTAL A PAGAR | No. AFIL |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| EPS008 | 860066942-7 | 150,700 | 0 | | 0 | | 0 | 150,700 | 0 | 0 | 0 | 150,700 | 0 | | 0 | 0 | 150,700 | 1 |

## TOTAL APORTES DEL PERIODO A PENSIONES POR ADMINISTRADORA

| COD AFP | NIT AFP | COTIZ OBLIGAT | COTIZ VOL AFILIADO | COTIZ VOL APORTANT | FONDO SOLI PENS | DIAS MORA | INTERES MORA COTIZ | INTERES MORA FONDO | TOTAL A PAGAR | No. AFIL |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 231001 | 800227940-8 | 192,900 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 192,900 | 1 |

## TOTAL APORTES DEL PERIODO A CAJAS POR ADMINISTRADORA

| COD CCF | NIT CCF | VALOR APORTE | DIAS MORA | INTERESES MORA | TOTAL A PAGAR | No. AFIL |
|---|---|---|---|---|---|---|
| CCF24 | 860066942-7 | 24,200 | 0 | 0 | 24,200 | 1 |

## TOTAL APORTES DEL PERIODO A ICBF Y SENA

| CONC | VALOR | DIAS MORA | INT MORA | TOTAL A PAGAR | No. AFIL |
|---|---|---|---|---|---|
| ICBF | | | | | |
| 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| SENA | | | | | |
| 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

## TOTAL APORTES DEL PERIODO A RIESGOS LABORALES

| COD ARL | NIT ARL | COTIZ OBLIGAT | INCAPACIDADES No.AUTORIZ | INCAPACIDADES VALOR | APORTES OTROS RIESG | VALOR NETO COTIZACION |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 14-23 | 860011153-6 | 29,400 | | 0 | 0 | 29,400 |
| **DIAS MORA** | **INTERES MORA COTI** | **SUBTOTAL APORT COTIZ** | **No. RADICAC SALDO A FAVOR** | **SALDO A FAVOR** | **FONDO SOLIDARIDAD** | **TOTAL A PAGAR** |
| 0 | 0 | 29,400 | 0 | 0 | 294 | 29,400 |

## TOTAL APORTES DEL PERIODO A MIN. EDUCACION

| VALOR | DIAS MORA | INT MORA FONDO | TOTAL A PAGAR |
|---|---|---|---|
| | | | |

## TOTAL APORTES DEL PERIODO A ESAP

| VALOR | DIAS MORA | INT MORA FONDO | TOTAL A PAGAR |
|---|---|---|---|
| | | | |

## NUMERO DE ADMINISTRADORAS REPORTADAS

| | |
|---|---|
| PENSIONES | 1 |
| SALUD | 1 |
| RIESGOS LABORALES | 1 |
| CAJAS DE COMPENSACION | 1 |
| OTRAS | 0 |
| TOTAL | 4 |

## TOTAL A PAGAR POR TIPO ADMINISTRADORA

| TOTAL A PAGAR POR TIPO ADMINISTRADORA | ANTES DE IGE,LAMAIRP Y MORA | VALOR TOTAL |
|---|---|---|
| PENSIONES | 192,900 | 192,900 |
| SALUD | 150,700 | 150,700 |
| RIESGOS LABORALES | 29,400 | 29,400 |
| CCF | 24,200 | 24,200 |
| SENA | 0 | 0 |
| ICBF | 0 | 0 |
| ESAP | 0 | 0 |
| MINISTERIO DE EDUCACION | 0 | 0 |
| | 397,200 | 397,200 |

1 Información general
2 Condiciones
3 Bienes y servicios
4 Documentos del Proveedor
5 Documentos del contrato
6 Información presupuestal
7 **Ejecución del Contrato**
8 Modificaciones del Contrato
9 Incumplimientos

Cancelar

< Evaluación de la Entidad Estatal >

**VER CONTRATO**

## Ejecución del Contrato

Porcentaje Recepción de artículos

## Plan de Pagos

**¿Se requieren emisiones de códigos de autorización?** Sí No

| Id de pago | Número de factura | Fecha de emisión | Fecha de recepción | Valor total de la factura | Estado |
|---|---|---|---|---|---|

*No existen resultados que cumplan con los criterios de búsqueda especificados*

Crear

## Documentos de ejecución del contrato

| | Descripción | Nombre del archivo | Cargado por | |
|---|---|---|---|---|
| ☐ | RP CTO 218.pdf | RP CTO 218.pdf | Comprador | Descargar |
| ☐ | Inf 1 Andres Giovanny Taborda Torres (2).pdf | Inf 1 Andres Giovanny Taborda Torres (2).pdf | Proveedor | Descargar |
| ☐ | INF 2 TABORDA TORRES ANDRES GIOVANNY.pdf | INF 2 TABORDA TORRES ANDRES GIOVANNY.pdf | Proveedor | Descargar |

Borrar Cargar nuevo

**JOTA**