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

MEMORANDO

Radicado IDRD No 20195100360673

Bogotá D.C, 07/06/2019

PARA: JHAIR FERNANDO ORREGO PEREIRA
Subdirector de Contratación

DE: SUPERVISOR CONTRATO

ASUNTO: Remisión informes de gestión C.P.S. No. IDRD-CTO-2065-2019, Expediente virtual No. 20198002011018666E

Como Supervisor del contrato enunciado en el asunto, suscrito entre el IDRD y SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO de manera atenta me permito remitir el informe de gestión correspondiente al periodo:

INF 3 DEL 26 DE ABRIL AL 25 DE MAYO (20 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

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	5	2019

No. DEL CONTRATO Y FECHA
2065-2019
No. DEL EXPEDIENTE VIRTUAL
20198002011018666

1. INFORMACIÓN GENERAL

NOMBRE DEL CONTRATISTA	OSWALDO ALBERTO SANTOS CRUZ	
N° DE IDENTIFICACIÓN	19.257.736	
OBJETO DEL CONTRATO	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 deportivo que hacen parte en la disciplina asignada entregando con la firma del acta de inicio físico y magnético el plan de entrenamiento a seguir durante esta vigencia anexando los ajustes cada vez que sea solicitado.	
PLAZO DE EJECUCIÓN	Diez (10) meses	
VALOR	$ 30.130.000.00	
FECHA ACTA DE INICIO	14 de Marzo de 2019	
FECHA PREVISTA DE TERMINACIÓN	13 de Enero de 2020	
ADICIÓN Y/O PRÓRROGA		
SUSPENSIONES		
PERIODO DE ACTIVIDADES DE ESTE INFORME	26 de Abril al 25 de Mayo de 2019	

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 c Obligación cumplida a diario 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 deportivo que hacen parte en la disciplina asignada entregando con la firma del acta de inicio físico y magnético el plan de entrenamiento a seguir durante esta vigencia anexando los ajustes cada vez que sea solicitado	Se hace prestación del servicio realizando el respectivo acompañamiento y orientación de las diferentes sesiones de entrenamiento, Se entrega en medio magnético y físico el informe del mes MAYO al metodólogo, El día 28 DE MAYO en las instalaciones de la UCAD.
Obligación No. 2: Participar en la elaboración, actualización e implementación de los programas pedagógicos deportivos indicadores de rendimiento, tests técnicos y pedagógicos de su especialidad deportiva.	Se realizó la retroalimentación específica acerca del programa institucional a los padres de los deportistas..
Obligación No. 3 Cumplir con el volumen de entrenamientos establecido en los planes de preparación acordados y aprobados por el encargado de su disciplina deportiva cumpliendo con un mínimo de (6) sesiones semanales con sus deportistas 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, competencias	Se cumple con la orientación de los deportistas de acuerdo al plan de trabajo establecido en la programación semanal y mensual. 4 sesiones de Natación, 3 de Carrera a pie y 2 de ciclismo a la semana más 2 complementarias de preparación física general EN EL GIMNASIO del Complejo Acuático.

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.

preparatorias y principales de acuerdo a lo planificado en el plan de entrenamiento vigente siempre y cuando estas guarden relación con el objeto contractual	
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, 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.	No se programaron eventos durante este periodo
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.	No hubo evento
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.	Durante este periodo se asistió a 1 reunión con el grupo de apoyo dirigido por los psicólogos en las instalaciones del IDRD, de estas sesiones se adjuntan copias de listas de asistencia.
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 realiza la solicitud desde la Liga de Triatlón para el estudio de deportistas para reserva 1 según la resolución 406.

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. 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.	Durante este periodo no se asignaron estas responsabilidades.
Obligación No. 9: Participar en eventos locales, distritales, nacionales o internacionales que le sean programados por el Supervisor del Contrato, para la representación de la entidad o para apoyar el desarrollo 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.	Durante el breve tiempo de contrato no he asistido como entrenador de Perfeccionamiento porque no se han realizado eventos
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.	No ha sido necesario solicitar suspensión o ampliación del contrato
Obligación No. 11:	No se ha presentado novedad alguna

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.

En caso de presentarse una terminación anticipada realizar oportunamente la transacción y verificar su publicación en la plataforma transaccional SECOP II	
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.	Si se hace seguimiento al Orfeo y se registran los informes mensuales
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 realiza la carga al SECOP II mensualmente.
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 de Información Misional SIM.	Se han elaborado las listas y hasta la presente no hay cambios
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	$ 211.000.00
PAGO APORTES PENSIÓN	PROTECCIÓN	$ 270.000.00
PAGO RIESGOS PROFESIONALES	POSITIVA SEGUROS	$ 8.900.00
	TOTAL	$ 489.900.00

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

Firma Contratista

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.

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

El entrenador cumple con sus obligaciones del mes de mayo

VoBo Supervisor del contrato
Nombre: WILLIAM ARMANDO NIETO GUERRERO
N° de Identificación: 11´364.157
Cargo: Profesional Especializado Grado 09

compensar | miplanilla.com

PLANILLA INTEGRADA DE AUTOLIQUIDACION DE APORTES

DATOS DEL APORTANTE							
TIPO	NÚMERO	NOMBRE APORTANTE		DIRECCIÓN	TELÉFONO	CORREO	EXONERADO PAGO PARAFISCALES Y SALUD
CC	19257736	oswaldo alberto sarrios cruz		calle 22D No. 69F-73 In 8 Ap 101	4167286	oswaldosarrioscc@hotmail.com	
FORMA PRESENTACIÓN	CLASE APORTANTE	NOMBRE SUCURSAL	CÓDIGO	DEPARTAMENTO	CIUDAD / MUNICIPIO		
UNICA	1 - Independiente			BOGOTÁ, D.C.	BOGOTÁ, D.C.		NO

DATOS DE LA PLANILLA						
PLANILLA ASOCIADA	FECHA PAGO ASOCIADA (DIA/MES/AÑO)	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO (DIA/MES/AÑO)	NÚMERO PLANILLA	CANTIDAD	
6334774457	08/05/2019				EMPLEADOS	UPC
PERIODO SALUD	PERIODO PENSIONES				1	0
2019-04	2019-04	N	20/05/2019	34966586	TOTAL A PAGAR	
					$127.200	

TOTALES POR SUBSISTEMAS

TOTALES SALUD

Código EPS	Nombre	NIT	Cotización Obligatoria	UPC Adicional	Incapacidades		Licencia Maternidad		Días Mora	Valor Mora Cotización	Valor Mora UPC	Total a Pagar	No. Afiliados
					No. Autorización	Valor	No. Autorización	Valor					
EPS008	Compensar EPS	860066942-7	54.300	0		0		0	10	500	0	54.800	1

TOTALES PENSIÓN

Código AFP	Nombre	NIT	Cotización Obligatoria	Aporte Voluntario Afiliado	Aporte Voluntario Aportante	Aporte FSP - Solidaridad	Aporte FSP - Subsistencia	Días Mora	Valor Mora Cotización	Valor Mora FSP	Total a Pagar	No. Afiliados
230201	Proteccion (ING + Proteccion)	800229739-0	69.400	0	0	0	0	10	600	0	70.000	1

TOTALES RIESGOS LABORALES

Código ARL	Nombre	NIT	Cotización Obligatoria	Incapacidades		Aportes Otros Sistemas	Valor Neto Cotización	Días Mora	Valor Mora Cotización	Subtotal Cotización	No. Radicado Saldo a Favor	Valor Saldo a Favor	Fondo Solidaridad	Total a Pagar	No. Afiliados
				No. Autorización	Valor										
14-23	Positiva Seguros	800011153-6	2.300				2.300	10	100	2.400			23	2.400	1

TOTALES CAJAS

Código CCF	Nombre	NIT	Valor Aporte	Días Mora	Valor Mora Aporte	Total a Pagar	No. Afiliados

TOTALES PARAFISCALES

Valor Aporte	Días Mora	Valor Mora Aporte	Total a Pagar	No. Afiliados
SENA				
0	0	0	0	0
ICBF				
0	0	0	0	0
ESAP				
MEN				

TOTALES POR SUBSISTEMA

Tipo Administradora	No. Administradoras Reportadas	Valor antes de IGE, LMA, IRP y Mora	Total a Pagar.
Salud	1	54.300	54.800
Pensión	1	69.400	70.000
Riesgos Laborales	1	2.300	2.400
CCF	0	0	0
ESAP	0	0	0
ICBF	0	0	0
MEN	0	0	0
SENA	0	0	0
TOTALES	3	126.000	127.200

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

compensar | miplanilla.com

Pag. 1 de 1

Compensar operador de información certifica que procesó el pago realizado por:

Señor(a): OSWALDO ALBERTO SANTOS CRUZ
No. Identificación: CC19257736
Dirección: CALLE 22D NO. 69F-73 IN 8 AP 101
Telefono: 4167288
Correo: oswaldosantosc@hotmail.com
Ciudad: BOGOTÁ, D.C.
Número de Planilla: 8334774457

CITE EL NÚMERO DE PLANILLA PARA CUALQUIER CONSULTA DE PAGO

Nombre Aportante	OSWALDO ALBERTO SANTOS CRUZ
Tipo y número de identificación	CC19257736
Número de planilla	8334774457
Fecha pago	2019-05-08
Número de autorización pago	1000000382
Banco	1001

Número de Empleados	1
Periodo de Cotización Salud	abril de 2019
Periodo de Cotización Pensión	abril de 2019
Número de Administradoras	3
Total Pagado	363900
Total Intereses de Mora	0

CÓDIGO ADMINISTRADORA	NOMBRE	TOTAL PAGADO	NÚMERO DE AFILIADOS
14-23	POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	6600	1
230201	Proteccion (ING + Proteccion)	200600	1
EPS008	Compensar EPS	156700	1

TIPO DOC.: CC
NO. DOCUMENTO: 19257736
APELLIDOS Y NOMBRES: OSWALDO ALBERTO SANTOS CRUZ

Cód. EPS	Cód. AFP	IBC SALUD	IBC PENSIÓN	IBC RIESGOS	IBC CAJAS	COTIZACIÓN SALUD	VALOR UPC	COTIZACIÓN PENSIÓN	FONDO SOLIDARIDAD Y SUBSISTENCIA	COTIZACIÓN RIESGOS	APORTE CAJAS
EPS008	230201	1253600	1253600	1253600	0	156700	0	200600	0	6600	0

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

compensar | miplanilla.com

PLANILLA INTEGRADA DE AUTOLIQUIDACION DE APORTES

DATOS DEL APORTANTE						
TIPO	NÚMERO	NOMBRE APORTANTE	DIRECCIÓN	TELÉFONO	CORREO	EXONERADO PAGO PARAFISCALES Y SALUD
CC	19257736	oswaldo alberto santos cruz	calle 22D No. 69F-73 In 8 Ap 101	4167286	oswaldosantosc@hotmail.com	
FORMA PRESENTACIÓN	CLASE APORTANTE	NOMBRE SUCURSAL / CÓDIGO	DEPARTAMENTO	CIUDAD / MUNICIPIO		
UNICA	I – Independiente		BOGOTÁ, D.C.	BOGOTÁ, D.C.		NO

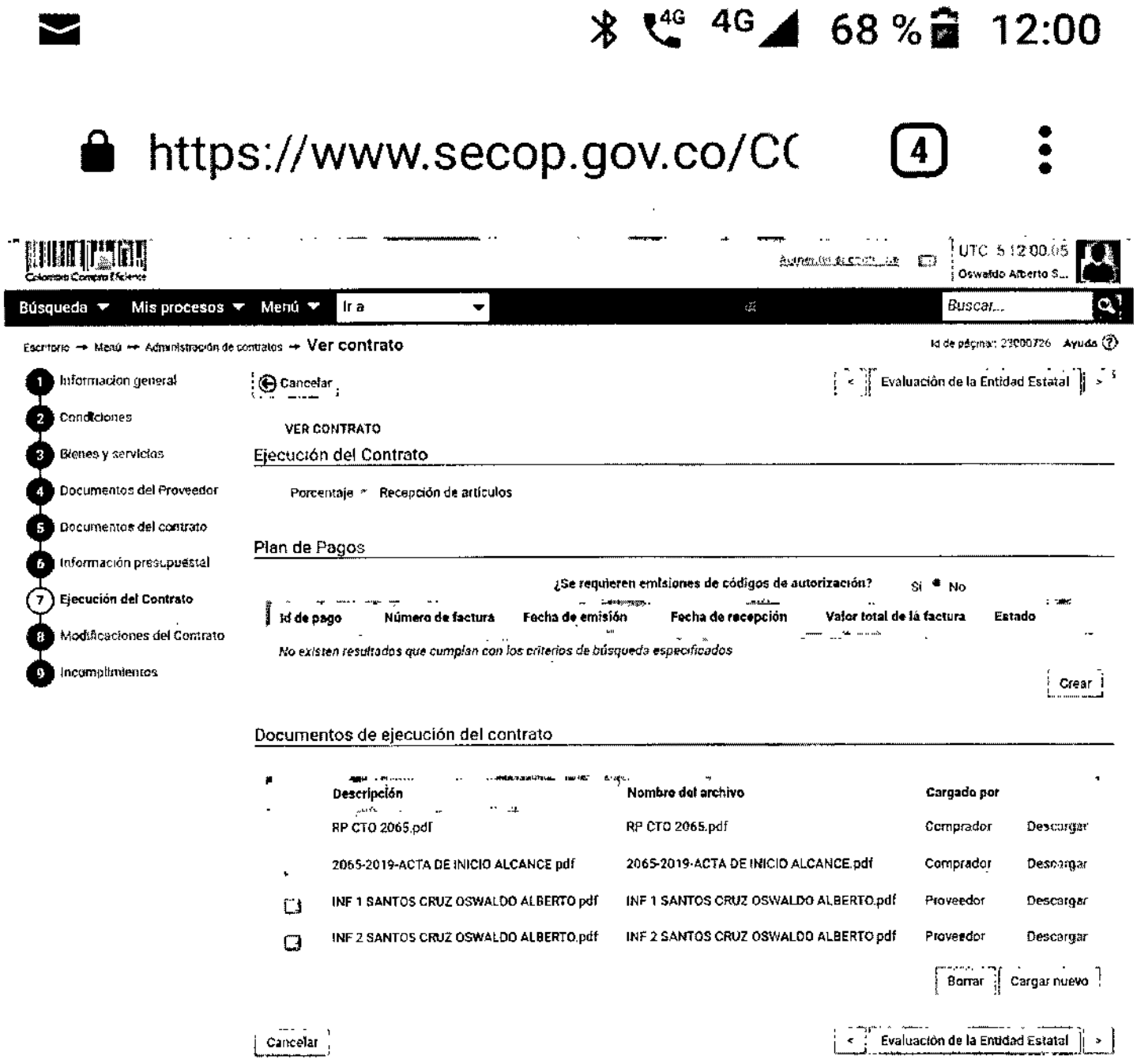
DATOS DE LA PLANILLA						
PLANILLA ASOCIADA	FECHA PAGO ASOCIADA (DIA/MES/AÑO)	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO (DIA/MES/AÑO)	NÚMERO PLANILLA	CANTIDAD	
8334774457	09/05/2019				EMPLEADOS	UPC
PERIODO SALUD	PERIODO PENSIONES				1	0
2019-04	2019-04	N	20/05/2019	34869586	TOTAL A PAGAR	
					$127 200	

DETALLE POR COTIZANTE

INFORMACIÓN COTIZANTE							INFORMACIÓN NOVEDADES														PENSIÓN						SALUD			RIESGOS LABORALES				CCF			PARAFISCALES					
Tipo	No. de Identificación	Apellidos y Nombres	Sede	Tarifa	Empleador Moroso	Extranjero sin Permiso Especial	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRL	Cód. AFP	IBC AFP	Cotización	Voluntario Afiliado	Voluntario Aportante	Fondo pensional de solidaridad	Fondo pensional de subsistencia	Cód. EPS	IBC EPS	Cotización / Valor UPC	Cód. ARL	IBC ARL	Clase de Riesgo	Cotización	Código CCF	IBC CCF	Aporte CCF	IBC otros parafiscales	Aporte SENA	Aporte ICBF	Aporte ESAP	Aporte Mintr
CC	19257736	SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO	39	0			N														230201	1.887.280	270.000	0	0	0	0	EPS008	1.887.280	211.000	14-23	1.887.280	1	0.800		0	0	0	0	0	0	0

PAGADO

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


68 % 12:00
https://www.secop.gov.co/CC
UTC 5 12:00:05
Oswaldo Alberto S...
Búsqueda
Mis procesos
Menú
Ir a
Buscar...
Escritorio → Menú → Administración de contratos → Ver contrato
Id de página: 29000726 Ayuda
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? Si 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 2065.pdf
RP CTO 2065.pdf
Comprador
Descargar
2065-2019-ACTA DE INICIO ALCANCE pdf
2065-2019-ACTA DE INICIO ALCANCE.pdf
Comprador
Descargar
INF 1 SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO pdf
INF 1 SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO.pdf
Proveedor
Descargar
INF 2 SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO.pdf
INF 2 SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO pdf
Proveedor
Descargar
Borrar
Cargar nuevo
Cancelar
Evaluación de la Entidad Estatal

INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE
AREA DE DEPORTES
RENDIMIENTO DEPORTIVO

1. **INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES**

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

NOMBRE DEL CONTRATISTA	CONTRATO No.	AÑO
OSWALDO ALBERTO SANTOS CRUZ	2065	2019

1.1. ACTIVIDADES DE ENTRENAMIENTO

Para los deportistas de perfeccionamiento de triatlón se programaron para el mes de **MAYO** **38** sesiones de entrenamiento.

Ellas se desarrollaron en COMPLEJO ACUATICO SIMON BOLIVAR , PARQUE BIBLIOTECA VIRGILIO BARCO, además en las carreteras alrededor de la ciudad de Bogota D.C.

DEPORTISTAS A CARGO
DANIEL CHETHUAN ESGUERRA
JUAN ESTEBAN CARDENAS MORENO
NICOLAS GOMEZ LOZANO
DAVID SANTIAGO REYES SARMIENTO
DANIEL ALEJANDRO ORDOÑEZ CORTES
DIANA YOSCUA MARTINEZ
ESTEFANIA GAVIRIA CORREA
SEBASTIAN FUENTES TRUJILLO
SANTIAGO FUENTES TRUJILLO
MARIA ALEJANDRA CORAL MEJIA
JUNIOR EDILSON CASTRO PAJARO
PETER WILLY MADSEN VELASQUEZ
LAURA CAMILA CORTES FORERO

1.2. LUGAR Y HORARIOS DE ENTRENAMIENTO

MEDIO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
CARRERA	DESCANSO	X		X	X	X	X
NATACION	DESCANSO	X	X	X			
CICLISMO	DESCANSO		X			X	X
ESPACIO PISCINAS		4:00 a 6:00 pm	4:00 a 6:00 pm	4:00 a 6:00 pm	4:00 a 6:00 pm		
No CARRILES		2	2	2	2		
HORARIO ENTRENAMIENTO		4:00 a 7:30 pm	4:00 a 7:30 pm	4:00 a 7:30 pm	4:00 a 6:00 pm		
NUMERO DE SESIONES		2	2	2	2	2	2
SESIONES FORTALECIMIENTO			1	1	1		

LIGA DE TRIATLÓN DE BOGOTÁ - IDRD- PERFECCIONAMIENTO

Microciclo # 17 Progresivo 2 (Corriente)

Del 22 al 28 de ABRIL Entrenador : Oswaldo Santos

Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26	Sábado 27	Domingo 28
Nat-CaP	**Nat-Ciclismo**	**Nat- CaP**	**Nat**	**Ciclismo**	**CaP**
C(100 Espalda + 100 d.i.p.c. + 100 Progr 2 a 3) P.C. 1° 800 Bolota z3- 2° 8 x 100 Progr - 3° 4 x 100 R. z4/15" - 5° 400 z3 - 6° 4 x 100 z4 /15" 7° 400 z3 Afl. 100 Espalda TRANSICIÓN FORTALECIMIENTO 30'CaP 5K Z3 Afl. 1k z2 ESTIRAMIENTOS	C(800 z2) P.C. I| 10 X 100 Progr/30" 2° 400 EE- 3° 8 x 50 z4 R/10" 4° 1000 CONT ° 300 z3 + 400 z4 + 300 z3 Tr SIMuLADOR 30'Continuoz3 - 2° Transiciones 10'Cicl + 5'Escalera x 5 Afl. 10 z2 ESTIRAMIENTOS	ACUATLÓN C(400 z2) P.C. 1° 1k z3 CaP- 2° 3 X 400 + 1K 3° 1K + 500 + 1K- 4° 500 200- 500 Afl. 500 Z2 + 2K cAp Z2 ESTIRAMIENTOS	Sesión de relevos TODOS LOS ESTILOS- distancias 4 x 25/ 4x50 R.L. 4 x 50 R.C. - 4X100 R.L. - 4x100 R.C. - 4 x 200	Ruta Autonorte 30 Kms Entrenamiento en Tráfico, técnicas de manejo con los protocolosm de la liga- Predominio seguridad sobre cualquier otro aspecto	C(1K Z2) P.C.(1° 1k z3 2° 2k Intervalos- 3° 8 x 400 EE/1'4° 1K Z3) Afl. 1k z2 ESTIRAMIENTOS

12

LIGA DE TRIATLÓN DE BOGOTÁ - IDRD- PERFECCIONAMIENTO

Microciclo # 18 Impacto (Choque)

Del 29 de Abril al 5 de Mayo Entrenador Oswaldo Santos

Martes 30	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3	Sábado 4	Domingo 5
	. festivo				
Nat-CaP	Nat-Ciclismo	Nat- CaP	Nat	Ciclismo	CaP
C(100 L. resp 3x1 + 2° 100 Espalda + 3° Pat Libre/Br Pecho + 4° Libre recobro codo alto+ 5° 4 brazadas x piscina + 6° Pat Mar / Br Libre 7° C.L- P.C. 1° 800 L. z3 Resp 3x1 2° 16x50 R z4 /45" - 3° 400 Grupo Salida Triatlón + 4° 400 Grupo Salida Triatlón EE - 5° 8X50 CON SALIDAS Y ENTRADAS Z4 6° 400 EE Afl 200 C.L + 100 Espalda + 100L. z2- Tr CaP 5k z2 ESTIRAMIENTOS	7:00 Virgilio Barco C(10k z3) P.C. 1° 10K A 35K/H - 2° 10K A 37K/H T-2 CaP 2K - 3° 10K a 35 t-2 CaP 1k EE transiciones- Mecánica- Habilidades- Alistamiento de la bicicleta para la competencia.- Verificación de relaciones adecuadas en la bicicleta- Cap 4K Z3 aFL 1K Z2 ESTIRAMIENTOS	ACUATLÓN C(1KCaP z2 + 400 Nat z2) P.C, 1° 400 L. z3 2| 4 x 100 Progr - 3° 400 EE + Transc- CaP 2k+ Nat 400 EE- 4° 2K cAp + 500 Nat + 2k CaP- 5° 1K cAp + 400 Nat EE + 1k CaP EE- Afl. 500 Nat z2 ESTIRAMIENTOS	RELEVOS ESTILOS- RELEVOS DE ACUATLÓN - RELEVOS NATACIÓN VELOCIDAD	Tarea Personal 30 k C8 5k z2 P.C. 20k EE Afl. 5k z2 Tr CaP 3k EE Afl. 1k z2 ESTIRAMIENTOS	8k C(2K Z2) P.C. 4k EE Afl. 2k Z2 ESTIRAMIENTOS

LIGA DE TRIATLÓN DE BOGOTÁ - IDRD- PERFECCIONAMIENTO

Microciclo # 19

7 al 12 de Mayo Entrenador Oswaldo Santos

Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10	Sábado 11	Domingo 12
Nat+ Fortalecimiento	**Nat-Ciclismo**	**Nat- Fortalecimiento**	**Nat + CaP**	**CaP**	**Ciclismo**
C(200 Br L Pat Pecho + 200 Br Pecho Br Libre + 200 Br Pecho Pat Mari´posa + 200 Libre resp al frente) P.C. ALETAS 1° 800 z3- 2° 16 x 50 Progr/30" 3° 400 Br d/ br Izq Prog - 4° 400 EE - 5° 16 X 25 Z4/15" 6° 400 CONT. Z3 Afl 200 Z2 -- Fortalecimiento Sesión de postura en el Gym	C(200 Br Pecho/Pat Marip + 200 Br Pecho/ Pat Libre + 200 c-a-m-u- 200 d-i-p-c) P.C. 1° 400 Pull Buoy z3 Impar: Puño; Par: Ala de pollo x 100+ 2° 2 x 200 z3 con aceleraciones en el 75-125 y 175/1´ + 3° 4 x 100 Progr/30" + 4° 8x50 z4R/10" + 5° 400 Cont EE - 6° 2 x 200 EE + 7° 8 x50 z4 - Afl. 100 ESPALDA 2a Sesión Ciclismo = SIMULADOR = 4 X 8' EE + 20 Sentadillas Afl. 5´z2 ESTIRAMIENTOS	C(100L. Resp Tx1 + 100br Pecho/br Marip + 100 Br Pecho Br Libre + 100 b d./b.izq.) P.C. 1° 300L Z3 + 2 x 150 Prog x 50/30" + 3° 100EE/30" +4° 6X50 Z4/30" + 5°12X25Z4/10" + 6° 300 Cont. Progr P.buoy + 7° 300 EE Remos + 8° 300z4 +9° 300EE ALETAS + 10° 300z3 Esper al frente + 11° 12x50 Con salida y toque + 12° 6x50R z4 Afl. 100 Espalda /// CaP 1° 1Kz2 + 2° 2k z3 + 3° 2k EE TIEMPOS	C(100 Espalda + 100 Pecho + 100 Mariposa + 100 c.i.) P.C.(1° 500L Z3 r. p. Buoy + 2° 5 x 400 EE/15" + 3° 10 X 50 Z4/10" + 4° 500 Cont. Z3 + 5° 5 x 100 Progr R + 6° 10x50 con salida y toque Afl. 100 Espalda TR FORTALECIMIENTO 1° 100 Sentadillas- 2° 80 Dorsales + 3° 60 Abdominales + 4° 40 Flex Brazos + 5° 20 Burpees ESTIRAMIENTOS	Virgilio Barco Ciclismo 10k a 30k + 10k a 35k + 10k a 25k + T-2 CaP C(1k z2) P C. (1° 1k z3 + 2° 5 x 400 EE/1') + 3° 2K z3) Afl. 1k z2 ESTIRAMIENTOS	Ruta R. Carola Autonorte 50 Kms Promedio 30k/h con cambios de marcha progresivos. OBJETIVO: Seguridad Vial y afianzamiento de la práctica en carretera. Diferentes paradas y revisión de la ruta- marcha- postura y seguridad

LIGA DE TRIATLÓN DE BOGOTÁ - IDRD- PERFECCIONAMIENTO

Microciclo # 20 Progr 2

20 al 26 de Mayo Entrenador Oswaldo Santos

Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17	Sábado 18	Domingo 19
Nat+ Fortalecimiento	**Nat-Ciclismo**		**Nat + CaP**	**CaP**	**Ciclismo**
Natación ALETAS C(400 Variado con diferentes estilos y cambio de 'posición en patada lado) P.C. 1° 1000 Continuo Libre Tabla resp 3x1 promedio 1:35 = z3- 2° 10 x 100 Progr = 25 Patada z2 + 50 L z3 + 25 Patada z4/30"- 3° 1000 Ejercicios x 100 metros asimilación de técnica de libre aguas abiertas. 4° 20 x 25 z4 INTENSO /15" 5° 400 Pull Buoy z3 Afl. 200 ESPALDA T-2 CaP 1° 1K Z2- 2° 2 X 1k Progr- 3° 5 x 400 z4/3'4° 1k z3 Afl 1k z2	C(200 Br Pecho/Pat Marip + 200 Br Pecho/ Pat Libre + 200 c-a-m-u- 200 d-i-p-c) P.C. 1° 400 Pull Buoy z3 Impar: Puño; Par: Ala de pollo x 100+ 2° 2 x 200 z3 con aceleraciones en el 75-125 y 175/1' + 3° 4 x 100 Progr/30" + 4° 8x50 z4R/10" + 5° 400 Cont EE - 6° 2 x 200 EE + 7° 8 x50 z4 - Afl. 100 ESPALDA 2a Sesión Ciclismo = SIMULADOR = 4 X 8' EE + 20 Sentadillas Afl. 5'z2 ESTIRAMIENTOS	c(200L Resp al frente + 200 Pecho + 200 Br Libre 1x1 + 200 b.d./b.izq.) P.C. 1° 400L z3 Pull Buoy + 2 x 150 Prog x 50/30" + 3° 200EE/30" +4° 4x25 Z4/30" + 5° 500 bolita z3" + 6° 6 x 50 z4 + 7° 200 z3 P. Buoy Afl. 100 Espalda /// FORTALECIMIENTO	C(100 Espalda + 100 Pecho + 100 Mariposa + 100 c.i.) P.C.(1° 500l. Z3 r. p. Buoy + 2° 5 x 400 EE/15" + 3° 10 X 50 Z4/10" + 4° 500 Cont. Z3 + 5° 5 x 100 Progr R + 6° 10x50 con salida y toque Afl. 100 Espalda TR FORTALECIMIENTO 1° 100' Sentadillas- 2° 80 Dorsales + 3° 60 Abdominales + 4° 40 Flex Brazos + 5° 20 Burpees ESTIRAMIENTOS	C(1k z2) P.C. (1° 1k z3+ 2° 5 x 400 EE/1') + 3° 2K z3) Afl. 1k z2 ESTIRAMIENTOS	Ft. Carola Autonorte 30km Por parejas afines en capacidad física, halando alternamente manteniendo la vel Promedio de ritmo de competencia. Alimentándose cada 10'y bebiendo cada 5'. Mantener ritmo de 90 rpm- t.2 CaP 6KM = 3 SEGMENTO DE 2K= 1° EE- 2° z3- 3° z2 ESTIRAMIENTOS

LIGA DE TRIATLÓN DE BOGOTÁ - IDRD- PERFECCIONAMIENTO

Microciclo # 21 Aproximación

20 al 26 de Mayo Entrenador Oswaldo Santos

Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24	Sábado 25	Domingo 26
Nat+ Fortalecimiento	**Nat-Ciclismo**	**N**	**Nat + CaP**	**CaP**	**Ciclismo**
2° SESION = fortalecimiento	C(200 Br Pecho/Pat Marip + 200 Br Pecho/ Pat Libre + 200 c-a-m-u- 200 d-i-p-c) P.C. 1° 400 Pull Buoy z3 Impar: Puño; Par: Ala de pollo x 100+ 2° 2 x 200 z3 con aceleraciones en el 75-125 y 175/1' + 3° 4 x 100 Progr/30" + 4° 8x50 z4R/10" + 5° 400 Cont EE - 6° 2 x 200 EE + 7° 8 x50 z4 - Afl. 100 ESPALDA 2a Sesión Ciclismo = SIMULADOR = 4 X 8' EE + 20 Sentadillas Afl. 5'z2 ESTIRAMIENTOS	c(200L Resp al frente + 200 Pecho + 200 Br Libre 1x1 + 200 b.d./b.izq.) P.C. 1° 400L z3 Pull Buoy + 2 x 150 Prog x 50/30" + 3° 200EE/30" +4° 4x25 Z4/30" + 5° 500 bolita z3° + 6° 6 x 50 z4 + 7° 200 z3 P. Buoy Afl. 100 Espalda /// FORTALECIMIENTO	C(100 Espalda + 100 Pecho + 100 Mariposa + 100 c.i.) P.C.(1° 500L Z3 r. p. Buoy + 2° 5 x 400 EE/15" + 3° 10 X 50 Z4/10" + 4° 500 Cont. Z3 + 5° 5 x 100 Progr R + 6° 10x50 con salida y toque Afl. 100 Espalda TR FORTALECIMIENTO 1° 100 Sentadillas- 2° 80 Dorsales + 3° 60 Abdominales + 4° 40 Flex Brazos + 5° 20 Burpees ESTIRAMIENTOS	C(1k z2) P.C. (1°1k z3+ 2° 5 x 400 EE/1') + 3° 2K z3) Afl. 1k z2 ESTIRAMIENTOS	Ruta 45 Km = C(5ka 20kmh) P.C. (1° 10k z3 a 30k/h + 2° 10k Intervalos x 2k = 35-32.5-27.5 -30-35 - 3° 10k Postura Aerodinámica EE- 4° 5k z3- Afl. 5k z2 T-2 CaP 2K ee + 2K Z3 +Afl. 1k z2

PLAN GRÁFICO DE ENTRENAMIENTO

DEPORTISTA O EQUIPO: Categorías Sub 19

DEPORTE: Triatlón

ENTRENADOR: Oswaldo A. Serrano Cruz

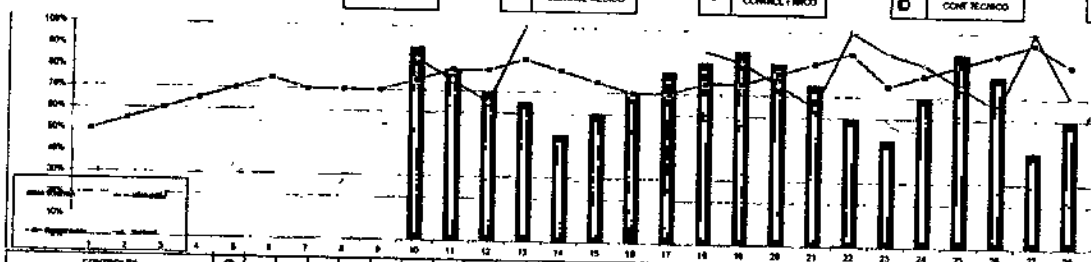
MODALIDAD: Sprint

DURACIÓN DEL MACRO

DESDE 14 01 2019 HASTA 7 07 2019

CONVENCIONES

- CONTROL MÉDICO
- CONTROL FÍSICO
- CONT TÉCNICO
- C CONCENTRACIÓN
- L CONTROL LÁCTICO



CONTROLES

SEMANA

MES SEMANA

MES

PERIODOS Y BLOQUES

FECHA / RESCATE

VOLUMEN %

INTENSIDAD %

RENDIMIENTO %

CUALIFICACIÓN

TEMPORADA DE RIESGO

COMPETENCIAS PRINCIPALES

COMPETENCIAS PREPARATORIAS

CAMPAMENTOS

VOLUMEN "AA" Mins

VOLUMEN dispuesto o realizado

VOLUMEN Ord. Mins

VOLUMEN Sup. Mins

SUBSTANCIA VOLUMEN

MEDIOS

COMPONENTE TÉCNICO

COMPONENTE TÁCTICO

COMPONENTE FÍSICO

COMPONENTE ANTÍTICO / CORREOGRÁFICO

COMPONENTE PSICOLÓGICO

COMPONENTE TEÓRICO

TOTALES

OBJETIVOS	
GENERAL	Evaluar, fortalecer y mejorar las capacidades físicas, técnicas y tácticas propias del día de forma sin descuidar cada una de ellas en cada entrenamiento fortaleciendo
COMPETITIVO	Preparamos a cada deportista de tal forma positiva para hacer uso herramientas psicológicas con las cuales podamos ser exitosos en todo en la carrera
CAPACITIVO	Brindar a cada deportista las herramientas necesarias para mejorar en sus alternativas y poder DESCANSO sus fortalezas
TÉCNICO	Enfocar adecuadamente en cada modalidad con ejercicios para mejorar a los deportistas y así tener una fuerza progresiva
FÍSICO ATLÉTICO	Controlar, brindar conocimiento al atleta para obtener una mejora en el desempeño
TEÓRICO	Preparar a los deportistas al entrenamiento, así diseño personal, los ejercicios adecuados propuestos y observar cambios de comportamiento que son propios del macro

TENDENCIA DE MACROS			
CH	CHOQUE	PC	PRECOMPETITIVO
C	COMPETITIVO	R	RECUPERACIÓN
A	APROXIMACIÓN	D	DESARROLLADOR
F	COMPETITIVO	I	INTRODUCTORIO - AJUSTE
CA	CENTRADO ACTIVO		

FOMENTO AL DEPORTE \

LISTADO DE ASISTENCIA / REGISTRO DE DIVULGACIÓN

EVENTO: Reunion Entrenadores FECHA: DD 2 MM 5 AA 19

HORA INICIAL 11:00 HORA FINAL 1:00 LUGAR Salon A

No.	NOMBRE	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA
1	Jesús Edison Vasquera M.	Entrenador.	Deporte	
2	VICTOR MANUEL MUÑOZ	ENTRENADOR	DEPORTES.	
3	Jorge Chaguo Arroyo	Entrenador	Deportes	
4	Wilson Figueroa Cogollo	Entrenador	Deporte	
5	GABRIEL RODRIGUEZ CARO	ENTRENADOR	DEPORTES	
6		ENTRENADOR	Deportes	
7	Ubaldo Montero	Entrenadora paralimpica	Deportes	
8	Edwin A Guerrero C	Entrenador PAR	Deportes	
9	Willy A Trujillo	Entrenador	Deporte	
10	Oscar E FLORIDO RAMOS	Entrenador Taek	IDRD Deporte	
11	LENA LIZARAZO SIZA	ENTRENADORA	DEPORTES	
12	Victor Hugo Celis	Entrenador	Deporte	
13	Luis Alberto Mora Sanchez	Entrenador	Deportes	
14	Isaias Antonio Suarez V	Entrenador	Deportes	
15	Margarita Corredor Sarmiento	Entrenador	Deportes	
16	JOSE WILSON DIAZ MOJANA	ENTRENADOR DE PERFECCIONAMIENTO	DEPORTES	
17	Humberto Ramirez F	Entrenadores	Deportes	
18	Oswaldo Santos	Entrenador	Deportes	

Con la suscripción del presente formulario, autorizo al IDRD así como a cualquier dependencia y/o área del Instituto, a realizar el tratamiento sobre mis datos personales con sujeción a lo establecido en sus Políticas de Protección de Datos Personales, atendiendo a las finalidades ellas señaladas. La Políticas pueden ser consultadas en la página web del IDRD: https://www.idrd.gov.co/politicas-seguridad-y-proteccion-datos

GESTIÓN DOCUMENTAL

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

CONTROL DE DEPORTISTAS BENEFICIADOS A TRAVES DE CONVENIOS O CONTRATOS

CONVENIO O CONTRATO No. _____ SEDE: _____

DEPORTE: TRIATLON FECHA: _____

ACTIVIDAD / EVENTO DEPORTIVO _____

No	MODALIDAD DEPORTIVA	GENERO	PRUEBA	ATLETA	FECHA NACIMIENTO	EDAD DECIMAL	DOCUMENTO DE IDENTIDAD		CLUB DE AFILIACION	DIRECCIÓN DE RESIDENCIA	BARRIO	LOCALIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELEFONO DE CONTACTO
				NOMBRE(S) Y APELLIDO(S)	DDMMAA	AÑOS	TIPO	NÚMERO						
1	TRIATLÓN	M	SUPER SPRINT	DANIEL CHETHUAN ESGUERRA	25/06/2003		TI	T-CO-1000795282	ENDURANCE TEAM	Cra 11 140-87				3219069493
2	TRIATLÓN	M	SUPER SPRINT	JUAN ESTEBAN CARDENAS MORENO	25/12/2002		TI	T-CO-1000273391	ENDURANCE TEAM	Cll 126 C Bis No 51-03				3138701924
3	TRIATLÓN	M	SUPER SPRINT	NICOLAS GOMEZ LOZANO	12/01/2004		TI	T-CO-1023352758	ENDURANCE TEAM	Carrera 70#22-75				3102965943
4	TRIATLÓN	M	SUPER SPRINT	DAVID SANTIAGO REYES SARMIENTO	4/11/2001		TI	T-CO-1001207927	LACTATO TEAM	cl 65a bis # 68c10				3116988758
5	TRIATLÓN	M	SUPER SPRINT	DANIEL ALEJANDRO ORDOÑEZ CORTES	25/05/2002		TI	T-CO-1000591090	LACTATO TEAM	CRA87A#129-27				3155712
6	TRIATLÓN	F	SUPER SPRINT	DIANA YOSCUA MARTINEZ	10/05/2005		TI	T-CO-1031809779	LACTATO TEAM	CALLE 144 No.141A-50				
7	TRIATLÓN	F	SUPER SPRINT	ESTEFANIA GAVIRIA CORREA	25/05/2003		TI	T-CO-1000697211	LACTATO TEAM	CALLE 126 No.11-23				3118131783
8	TRIATLÓN	M	SUPER SPRINT	SEBASTIAN FUENTES TRUJILLO	2/04/2002		TI	T-CO-1000337765	LACTATO TEAM	Cra. 93 # 72n-60				4792877
9	TRIATLÓN	M	SUPER SPRINT	SANTIAGO FUENTES TRUJILLO	7/02/2005		TI	T-CO-1016594116	LACTATO TEAM	Cra. 93 # 72a-60				3107567691
10	TRIATLÓN	F	SUPER SPRINT	MARIA ALEJANDRA CORAL MEJIA	15/03/2003		TI	1000505645	ENDURANCE TEAM	Cll 58 B # 55-27 Blq.C10 Apto.401				3184533194
11	TRIATLÓN	M	SUPER SPRINT	JUNIOR EDILSON CASTRO PAJARO			TI	T-CO-1000252699	LACTATO TEAM	CALLE 69 #58B-30				3126364973
12	TRIATLÓN	M	SUPER SPRINT	PETER WILLY MADSEN VELASQUEZ	5/06/2002		TI	T-CO-1000612961	ENDURANCE TEAM					
13	TRIATLÓN	F	SUPER SPRINT	LAURA CAMILA CORTES FORERO	26/10/2004		TI	T-CO-1011320872	LACTATO TEAM	CRA 51 44 C 27				3226588685
14														
15														
16														
17														
18														
19														
20														

REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS

PROGRAMA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO

ENTRENADOR: OSWALDO SANTOS CRUZ

LUGAR DE ENTRENAMIENTO: COMPLEJO ACUATICO SIMÓN BOLIVAR- Virgilio B. Velódromo- Carrefera

DEPORTE / MODALIDAD: TRIATLÓN

PERIODO **DESDE:** 26 de Abril **HASTA:** 23 Mayo

A.M. P.M.

No.	ATLETAS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	DIRECCIÓN	TELÉFONO	DÍAS																															TOTAL SESIONES		
					V 26	S 27	D 28	L 29	M 30	Mc 1	J 2	V 3	S 4	D 5	L 6	M 7	Mc 8	J 9	V 10	S 11	D 12	L 13	M 14	Mc 15	J 16	V 17	S 18	D 19	L 20	M 21	Mc 22	J 23	V 24	S 25	PLAN	REAL	% DE ASISTENCIA
1	DANIEL CHETHUAN ESGUERRA	T-CO-1000795282	Cra 11 140-67	3219069493	1	NP	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	2	1	M	NP	2	2	2	2	1	38	38	100,0
2	JUAN ESTEBAN CARDENAS MORENO	T-CO-1000273391	Cll 128 C 8is No 51-03	3138701924	1	NP	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	2	1	1	NP	2	2	2	2	1	38	38	100,0
3	NICOLAS GOMEZ LOZANO	T-CO-1023362758	Carrera 70#22-75	3102985943	1	NP	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	2	1	1	NP	2	2	2	2	1	38	38	100,0
4	DAVID SANTIAGO REYES SARMIENTO	T-CO-1001297927	cl 68a bis # 68c10	3118988758	1	NP	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	2	1	1	NP	2	2	2	2	1	38	38	100,0
5	DANIEL ALEJANDRO ORDOÑEZ CORTE	T-CO-1000591090	CRA87A#129-27	3155712	1	NP	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	2	1	1	NP	2	2	2	2	1	38	38	100,0
6	DIANA YOSCUA MARTINEZ	T-CO-1031803779	CALLE 144 No.141A-50		1	NP	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	2	1	1	NP	2	2	2	2	1	38	38	100,0
7	ESTEFANIA GAVIRIA CORREA	T-CO-1000697211	CALLE 126 No.11-23	3118131783	1	NP	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	2	1	1	NP	2	2	2	2	1	38	38	100,0
8	SEBASTIAN FUENTES TRUJILLO	T-CO-1000337765	Cra. 93 # 72a-60	4792977	1	NP	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	2	1	1	NP	2	2	2	2	1	38	38	100,0
9	SANTIAGO FUENTES TRUJILLO	T-CO-1016594116	Cra. 93 # 72a-60	3107587691	1	NP	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	2	1	1	NP	M	2	2	2	1	38	38	100,0
10	MARIA ALEJANDRA CORAL MEJIA	1000505645	Cll 58 B # 55-27 Blq.C10 Apto.401	3184533194	1	NP	1	NP	2	1	1	1	1	1	NP	1	1	1	1	1	1	NP	M	Mc	M	M	1	1	NP	M	1	1	1	1	38	21	55,3
11	JUNIOR EDILSON CASTRO PAJARO	T-CO-1000252699	CALLE 69 #68B-30	3128364973	1	NP	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	1	1	1	NP	2	2	2	2	1	1	NP	2	2	2	2	1	38	38	100,0
12	PETER WILLY MADSEN VELASQUEZ	T-CO-1000612961			INTERCAMBIO ACADEMICO																																0	#¡DIV/0!
13	LAURA CAMILA CORTES FORERO	T-CO-1011320672	CRA 51 44 C 27	3228588685	F	NP	F	NP	F	F	F	F	F	F	NP	F	F	F	F	F	F	NP	F	F	F	F	F	F	NP	F	F				36		0,0
14																																					0	#¡DIV/0!
15																																					0	#¡DIV/0!
19																																					0	#¡DIV/0!
20																																					0	#¡DIV/0!

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

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

CONVENCIONES

1: Una sesión/día
2: Dos sesiones/día
F: Falla
M:Médica (anexar soporte)
C: Calamidad Doméstica
CM: 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	Concesión	Corrección		SI	NO
1									
2									
3									
4									
5									

Fecha:

FIRMA:

NOMBRE ENTRENADOR

TRATAMIENTO
REPROCESO: Acción tomada sobre un producto o servicio no conforme para que cumpla con los requisitos
CONCESION: Autorización para utilizar o liberar un producto o servicio que no se conforme con los requisitos especificados.