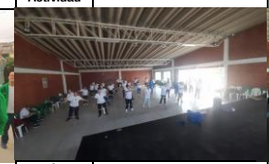
Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá	**REGISTRO FOTOGRÁFICO MENSUAL** **(ANEXO PARA INFORME)**											
Mes:	JUNIO	Nombre Formador o Contratista:	MARTHA CONSUELO RODRIGUEZ CHOLO			**Disciplina deportiva o cultural; o subproyecto actividad física** (Si no aplica colocar N.A.):						
SEMANA	**DÍA:**	**29/05/2023**	**DÍA:**	**30/05/2023**	**DÍA:**	**31/05/2023**	**DÍA:**	**1/06/2023**	**DÍA:**	**2/06/2023**	**DÍA:**	
	Actividad		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**	
SEMANA _1_										
	DÍA:	**5/06/2023**	**DÍA:**	**6/06/2023**	**DÍA:**	**7/06/2023**	**DÍA:**	**8/06/2023**	**DÍA:**	**9/06/2023**	**DÍA:**	
	Actividad		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**	
SEMANA _2_												
	DÍA:	**12/06/2023**	**DÍA:**	**13/06/2023**	**DÍA:**	**14/06/2023**	**DÍA:**	**15/06/2023**	**DÍA:**	**16/06/2023**	**DÍA:**	
	Actividad		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**	
SEMANA _3_	**FESTIVO**											
	DÍA:	**19/06/2023**	**DÍA:**	**20/06/2023**	**DÍA:**	**21/06/2023**	**DÍA:**	**22/06/2023**	**DÍA:**	**23/06/2023**	**DÍA:**	
	Actividad		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**	
SEMANA _4_	**FESTIVO**											
	DÍA:	**26/06/2023**	**DÍA:**	**27/06/2023**	**DÍA:**		**DÍA:**		**DÍA:**		**DÍA:**	
	Actividad		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**		**Actividad**	
SEMANA _5_												

*Los días aquí relacionados deben coincidir con la planilla de asistencia de las clases para el caso de los formadores y con los informes para el caso de los demás contratis

*Registro para mantener en archivo digital

Jumo San Calos Adulto Mayor

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	Registro de asistencia y firma						CÉDULA						CÉDULA						FIRMA						FIRMA						OBSERVACIONES
		L	M	M	J	V	S		L	M	M	J	V	S		L	M	M	J	V	S		L	M	M	J	V	S		
1	ANA JOSEFA FORERO	✓						3103071678	✓						35402904	✓						Josefa F									
2	ANA MARIA CHIQUIZA	✓						3112116586	✓						20722575	✓						Ana Chiquiza									
3	AURA MARIA ACUÑA	✓						3203770712	✓						35407304	✓						Aura Maria Acuña									
4	AURORA PACHON	✓						3005115291	✓						35403401	✓						Aurora Pachon									
5	ANA SOFIA HERNANDEZ	✓						3124150677	✓						20792025	✓						Sofia H.									
6	AURA ERLINDA CABEZAS	✓						3138689423	✓						29068958	✓						Aura Cabe									
7	ALCIRA CAMACHO	✓						3204582227	✓						35402453	✓						[illegible]									
8	BEATRIZ BUSTOS	✓						3126125690	✓						35404455	✓															
9	BLANCA EVELIA PACHON	✓						3143090503	✓						21057009	✓						Blanca Pach									
10	BLANCA CECILIA FAJARDO	✓						3143763622	✓						35402800	✓						Blanca Fajardo F.									
11	BETSABET RINCON	✓						3178680409	✓						35405396	✓															
12	BLANCA NELY MATAYANA	✓						3144402035	✓							✓															
13	BLANCA LIGIA QUINTERO	✓						3199928675	✓						35407752	✓						Blanca Liga									
14	CAMPO EVELICIO	✓						3144023171	✓						2687198	✓						Campo Eve									
15	CARLOS RUBIO JARAMILLO	✓						3023068986	✓						19139726	✓						C Rubio									
16	CECILIA CAMARGO	✓						3143127902	✓						35412245	✓						Aura Cecilia									
17	CARMEN GOMEZ	✓						3112508272	✓						20322641	✓						Carmen Gomez									
18	CLEMENTINA MAHECHA	✓						3138786137	✓						51580164	✓						Clementina									

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

CONSUELO TINJACA	✓	3007759195	✓	35408838	✓	[firma]
CARMEN ROSA RODRIGUEZ	✓	3202791328	X		X	[firma]
DIOSELINA RIAÑO	✓	3118274726	X	20262864	X	[firma]
DOLORES OTALORA	✓	3138092803	X	21162250	✓	[firma]
DARIO RAMIRES GORDILLO	X	3125229534	X	19133532	✓	[firma]
GRACIELA DIAS	✓	3107585113	X	35410221	✓	[firma]
GLORIA SANTIAGO RODRIGUEZ	✓	3134730508	✓	23437668	✓	[firma]
GUADALUPE CAMPOS	✓	3124760244	X	35403488	X	[firma]
HILDA YANET MALDONADO	✓	3132185443	X	21057769	✓	[firma]
LUZ MARINA ACUÑA		3203648162			X	[firma]
LUZ MARINA AVILA	✓	3243967151	✓	1057548852	✓	[firma]
LUZ DELY QUINTERO	✓	3134337890	✓	35407101	✓	[firma]
LIGIA ALVARRACIN	✓	3103261909	X	21167799	✓	[firma]
LEONOR GARZON BUSTOS	✓	3143719854	✓	35402696	X	[firma]
MARIA LUCIANA BALERO	✓		X	21163133	X	[firma]
MARIANA DIAS	✓	3118211820	✓	21163975	X	[firma]
MARIA PEDRAZA	✓	3115193146	✓	21100777	X	[firma]
CONCEPCION MONTAÑEZ	✓	3126936737	X	38250679	X	[firma]

Convenciones diligenciamiento de asistencia: Día no trabajado · Falla · Asistencia · Retirado · Permiso

FIRMA FORMADOR: ______ Vo.Bo. SUPERVISOR: ______

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

CECILIA RAMOS	x	3116943964	x	35401282	x	
CARMENZA PINZON	x	3152516339	x	35405087	x	
DELFINA SANABRIA	x		x	21164380	x	
NUVIA GOMES	→	3172220002	→	41687383	→	Nubia Gomez
MARINA GOMES	x	3112388795	x	21164079	x	
JULIA SANGADO	→	303740481	x	35400399	x	Julia S.
FANNY CONTRERAS	→	3124759156	x	35403503	x	[illegible]
MARIA MANJARES	→	3224279778	→	35411904	x	Maria Manjarres
CESAR MARTINES	x	3103862531	x	17154527	→	
ROSA MARTINEZ	x	3126853993	x	20982566	x	Rosa Tunf
Marina Gomez		3112388795		21164079	x	Marina Guz
Celina de la Cruz Sandoval		3916171102		41703992	x	[illegible]
Luz Mireya R.		3133947869		35406706	x	[illegible]
Nelly Camargo		3138192213		51727076	x	Nelly Camargo
Flor Mónica Torres		3106971752		35406959	→	[illegible]
Marina Olaya		3108865584		21163322	x	Lizaura G.
Rosa Idith González		3126853993		20982566		[illegible]
Betsy Martinez		3124819726		51808681	→	Betsabé [illegible]
Angela Maria Velasco		3142806593		41510389		[illegible]

PM-FT-0402-02 Vers. 02

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CC/CUIP	CC/PPT	Registro de asistencia y firmas	FIRMA	FIRMA
1	MERCY VILLALBA	31125360714	41621214			
2	MARIA LUCIA SOTELO	3204367137	21165434			
3	MARIA INES FORERO	3184654090	35402554			
4	MARTHA RUAÑO	3107963271	35411905			
5	MARIA IGNACIA MEDINA	3124975269	21166382			
6	MIREYA TINJACA	3114735327	35401301			
7	OLGA SABOGAL	3123747751	41355163			
8	OLIVA CECILIA RODRIGUEZ	3138233807	35404019			
9	ROSA ADELINA MONCADA	31180722847	35404140			
10	ROSA ELENA BUSTOS	3218284164	21164008			
11	SARA MORENO MORALES	3125229526	23620527			
12	YOLANDA SAMUEL	3144685557	35404744			
13	DORA QUARQUE					
14	BLANCA CECILIA BALLEN	3212785717	20450059			
15	MERCEDES BENAVIDES	3134840568	41333658			
16	ROSA DE BALLESTEROS	3022708498	20305112			
17	ARGENIS BUITRAGO	3122034639	21165123			
18	MARIA CELNEY CALLEJAS	3212699025	39686021			

PM-FT-0402-02 Vers. 02

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

19	YOLANDA HERNANDEZ	/	3103134870	/	41653197	X	Yolanda H.
20	EDGAR SUAREZ	X	3115807610	X		X	
21	ARAMINTA CAÑON	/	3052475964	/	35402250	X	Aramin Cañon
22	BLANCA VILLARRAGA	/	3204598235	X	35409111	/	Blanca V
23	PURIFICACION LOVERA	/	3115733098	X		/	Purifi
24	MARIA CRISTINA GARCIA	/	3118402223	/	21055443	/	Ma Cristina G.
25	EDELMIRA RODRIGUEZ	/	3104521438	X	21166952	X	Edelmira R.
26	ANA JOSEFA HERNANDEZ	X	8512354	X	21161035	X	
27	MARTHA INES VEGA	X	3132155128	X	21164303	X	
28	AURORA GONZALES	/	3138666048	X	41759597	/	Aurora G
29	MARTHA CASTAÑO	/	3204943637	/	24807042	/	[illegible]
30	BLANCA LUCILA TORRES	/	31342104716	/	35400923	/	Blanca Lucila T.
31	LUZ MERI VELASQUEZ		3207025847		35417177	/	Luz Mery Velasquez
32	ELENA GUZMAN	X	3158901225	/	21166929	/	Elena Guzman
33	ALVA LUZ PERALTA	/	3208933327	X	36161031	/	[illegible]
34	LUZ MARINA SIERRA	X	3124017817	X	35472726	X	
35	LIZ AURA GOMEZ	/	3108865584	X	35410074	X	Lizaura Gómez
36	ANA ELVIA GUACANEME	/	3138336403	X	35408408	X	Ana Guacanem

Convenciones diligenciamiento de asistencia: Día no trabajado – | Falla | Asistencia A | Retirado R | Permiso P

* La asistencia debe tener un soporte fotográfico diario el cual se diligencia en el formato "Registro fotográfico mensual" disponible para ello en el SGC de la entidad.

FIRMA FORMADOR: ______ Vo.Bo. SUPERVISOR: ______

Olga Mendivelso 3134534750 35315284 Olga

PM-FT-0402-02 Vers. 02

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

Nombre		Teléfono		Documento		Firma
GOMES BLANCA ISAURA	✓	3132579728	✓	35403596	✓	[illegible]
GOMES ESPERANZA	✓	NO TIENE	✓	35404503	✓	[illegible]
GOMES GLORIA	✓	3053239604	✓	35410390	✓	[illegible]
GONZALESZ ESPERANZA		3144314504	✓	35414537	✓	Esperanza [illegible]
GUACANEME ANA		3138336403	✓	35408408	✓	Ana Elisa [illegible]
HERRERA ESPERANZA		3126468542	✓	34541472	✓	
MALAVER LUZ MERY		3142074533	✓	35402856	✓	[illegible]
MONTAÑO LUZ MIRIAN		3123940115	✓	354047397	✓	[illegible]
MONTAÑO MARIA		NO TIENE	✓	20749232	✓	[illegible]
~~MORENO MARIA~~		3195222262	✓	35403733	✓	Ana Rito
MOYA MARINA		3115900376	✓	21157221		[illegible]
PALACIO FLOR VERONICA		3138419980	✓	35403464	✓	[illegible]
PARDO ROSALBA		3133249306	✓	21167057	✓	Rosalbapardo
QUINTERO EFRAIN		3195322262	✓	3002156	✓	Efrain Quintero
RAMOS BLANCA		3112113268	✓	35407250	✓	[illegible]
RAMOS CECILIA		3204917679	✓	35401282	✓	[illegible]
RINCON MARIA CECILIA		3144737572	✓	20984834	✓	[illegible]
RODRIGUEZ BLANCA INES		312524188	✓	35404750	✓	

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

PROYECTO:	SIEMPRE ACTIVOS	DISCIPLINA O SUBPROYECTO:		CICLO VITAL:	ADULTO MAYOR
MES: JUNIO	HORARIO: 4:00 - 5:00 PM	CATEGORIA (Si No Aplica coloque N.A):	N.A	COMUNA/BARRIO:	
FORMADOR(A):	MARTHA CONSUELO RODRIGUEZ CHOLO	ESCENARIO:	POLIDEPORTIVO		

Registro de asistencia y firmas

No	NOMBRES Y APELLIDOS	CELULAR	CEDULA
1	SAAVEDRA FLOR MARINA	3144916098	35414543
2	SALGADO FLOR MARINA	3133740691	21163573
3	SANCHEZ JULIA INES	3224919832	35408682
4	SUAREZ LUIS	3204018688	210399
5	TORRES CARMEN ROSA	3002788615	20907434
6	VELA BLANCA DIAMIRA	310377112	35404667
7	VELA OMAIRA	3122269442	51755406
8	WIESNER OSCAR JAVIER	3133089328	1075676423
9	ZAMBRANO MARIA DEL CARMEN	3155493514	21165903
10	MOYA RUTH	3196532250	35470064
11	VAQUERO LUZ DARY		
12	PACHON GLORIA	3108120162	35406856
13	MURSIA ANA RITA		35404133
14	OLAYA CLEMENCIA	3115856861	35400983
15	OLAYA ANA BERTILDA		21168869
16	LEGUIZAMON LUZ ESMERALDA	3007042673	51810709
17	TORRES GLORIA	3133089328	35402956
18	ROJAS AVILA AMANDA	3125162042	35408000

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

19	MARIA EUSA AVILA DIAS	X		3125162042	X		35483693	
20	ESPERANZA PACHON	X		3133315684	X		35404264	
21	ANA BERTILDA OLAYA	X			X		22158069	
22	PABON ROSALBA	X		3015562131	X		20063885	
23	PALACIO LUCY ESPERANZA	X			X			
24	Maria Leonor Ibañez			3118307968			35417738	
25								
26								
27								
28								
29								
30								
31								
32								
33								
34								
35								
36								

Convenciones diligenciamiento de asistencia: Día de Actividad: Asistencia: Falla, Retirado, Permiso

Junio Santa Isabel Adulto Mayor.

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

PROYECTO:		DISCIPLINA O SUBPROYECTO:	
MES: JUNIO	SIEMPRE ACTIVOS	CATEGORÍA (Si No Aplica colocar N.A): N.A	CICLO VITAL: ADULTO MAYOR
FORMADOR: MARTHA CONSUELO RODRIGUEZ CHOLO	HORARIO: 3:00 - 4:00 PM	ESCENARIO: SALON COMUNAL	COMUNA/BARRIO: SANTA ISABEL

Registro de asistencia y firmas

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	L M M J V S D	CELULAR	L M M J V S D	CEDULA	L M M J V S D	FIRMA	L M M J V S D	L M M J V S D
1	MARIA ESTELA BIERNES	✓	3114626409	✓	21168534	✓	[signature]	✓	✓
2	MARIA LUISA PEÑA	✓	3108722879	x	23484844	✓		x	x
3	MARIA LUISA SANCHEZ	✓	3118499006	✓	35404004	✓	[signature]	✓	✓
4	MARIANA DIAZ	✓	3118211820	✓	21163975		MariaDiaz	x	x
5	MARTHA DELGADO	✓	3133865299	x	35400347	✓		x	x
6	MARTHA RAMIREZ	✓	3172376112	✓	35409487	✓	Martha Ram	✓	✓
7	ROSA MARINA PARDO	✓	3123327830	✓	31162990		[signature]	✓	✓
8	ROSALBA ESPINOSA	✓	3506223578	✓	41403611		Rosalba Esp	✓	✓
9	ROSALBA ARIZA	✓	3125180018	✓	35402159		Rosalba A	✓	x
10	RITA ARIAS	✓	3202376843	✓	41355172		[signature]	✓	x
11	TERESA POSADA	✓	3214478282	✓	20985051		uteresa pos	✓	✓
12	TULIA CHIQUIZA	✓	3213343470	✓	41416644		Tulia	x	✓
13	DANIEL MALAGON	✓		x	183091			x	✓
14	DAVID MOLINA	✓	3005197188	✓	3266433		DA	x	x
15	BLANCA CECILIA MALAVER	x	3133798668	x	21168720			x	x
16	MARIA INES PINZON	✓	3138347413	✓	35402465	✓	[signature]	✓	x
17	MARINA CERINZA	✓	3132359092	✓	21163737		[signature]	x	✓
18	ANA CECILIA RINCON	x	3103551828	✓	35402589			x	x

PM-FT-0402-02 Vers. 02

No.	Nombre	Teléfono	Documento	Firma
19	BLANCA LUCINDA RIOS	3024694044	2164035	Blanca lucinda Rios
20	ALICIA GOMEZ			Alicia Gomez
21	BLANCA STELLA GONZALES			
22	NOHORA ISABEL RODRIGUEZ	3124278026	35402513	[illegible]
23	LUIS ANGEL POSADA CANO	8512710	326434	+
24	HELENA VALENTIN	3132310233	35400673	[illegible]
25	ELIZABETH VALENTIN	3144864639	35403355	[illegible]
26	ERNESTINA LEON	8809394	21165748	
27	FABIOLA ZABALA	3125609370	21165722	[illegible]
28	GLADYS DE SALINAS			Gladys de Salinas
29	MARIA STELLA PALACIOS			[illegible]
30	BLANCA CECILIA RODRIGUEZ			[illegible]
31	NOHORA BELLO			
32	ANA DOLORES GARZON			[illegible]
33	MARIA INES GARZON	31436504	21168021	Inés Garzon [illegible]
34	MARINA CONTRERAS	3103273346	41580216	
35	MARLEN VICTORIA ALDANA	31085021733	35405556	[illegible]
36	EDELMIRA RODRIGUEZ	3205338187	21157685	

Convenciones diligenciamiento de asistencia: Día no trabajado | - Falla | Asistencia | A Retirado | R Permiso | P

* La asistencia debe tener un soporte fotográfico diario el cual se plasmará en el formato "Registro fotográfico mensual" dispuesto para ello en el SGC de la entidad.

FIRMA FORMADOR: ____________________

Vobo. SUPERVISOR: ____________________

	REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FISICA								
	BLANCA LUCINDA ROS								
	ALICIA GOMEZ								
	BLANCA STELLA CERCIELLO								
	NORMA ISABEL RODRIGUEZ								
	LUIS ANGEL POSADA CANO								
	HELENA VALENTIN								
	ELIZABETH VALENTIN								
	CRISTINA LEON								
	FABIOLA ZABALA								
	GLADYS DE SALINAS								
	MARIA STELLA PALACIOS								
	BLANCA CECILIA RODRIGUEZ								
	NORMA BELLO								
	ANA DOLORES GARZON								
	MARIA INES GARZON								
	MARINA CONTRERAS								
	MARLEN VICTORIA ALDANA								
	EDELMIRA RODRIGUEZ								

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

NOMBRE ACTIVIDAD:		DISCIPLINA O SUBPROYECTO:				
PUNTO:	HORARIO:	5:00 - 6:00 PM	ATENCIÓN (Si las Ajdres colocar N.A)	N.A	CICLO VITAL:	ADULTO MAYOR
COORDINADOR:	MARTHA CONSUELO RODRIGUEZ / CHOLO		ESCENARIO:	SALON COMUNAL	COMUNA/CORREG:	SANTA ISABEL

Registro de asistencia y firmas

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	L	M	M	J	V	S	D	CEDULA	L	M	M	J	V	S	D	CEDULA	L	M	M	J	V	S	D	FIRMA	L	M	M	J	V	S	D	FIRMA	L	M	M	J	V	S	D	FIRMA
1	ANA CECILIA GARCIA			✓					3134532410			✓					21167847			✓					Cecilia G.			✓												
2	ARGEMIRA RAMIREZ			X					3105631989			X					20336075			✓								X												
3	ANA RITA MEDINA			✓					3114892454			✓					41660238			✓								✓												
4	ARAMINTA CAÑON			✓					3052475964			✓					35402250			X								✓												
5	ANA BELSU FARFAN			✓					3007177106			✓					41436709			✓								X												
6	ANA BEATRIZ RODRIGUEZ			✓					3114932961			✓					21165879			X								✓												
7	ALICIA RODRIGUEZ			✓					3223422474			✓					35401519			✓								✓												
8	ANA MARIA GUTIERREZ			✓					3005645614			✓					20420548			X								✓												
9	BLANCA CECILIA POSADA			X					8512710			X					21164514			X								X												
10	BENILDA PERDOMO			✓					3132633889			✓					20314483			X								X												
11	BERSABE NOVA			✓					3214660894			X					20625024			X								X												
12	BLANCA CECILIA MENDEZ			✓					3204209165			X					21162035			✓								X												
13	BLANCA LILIA RODRIGUEZ			✓					3103385183			✓					35401434			X								✓												
14	CARMEN ESPINOSA			X					3112387472			X					20982856			X								X												
15	CECILIA CAMARGO			✓					3143127902			✓					35412245			✓					Ana Cecilia.			✓												
16	DORA MONTAÑO			✓					3142968667			✓					35401155			X								X												
17	ELENA GUZMAN			✓					3158901225			✓					21166929			✓					Elena Guzman			✓												
18	ELVIRA ALVAREZ			✓					3102708684			✓					21166855			✓					Elvira A.			✓												

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

Nombre		Teléfono		Documento		Firma	
EUGENIA VEGA PACHÓN	✓	3144074931	✓	35402471	x	Eugenia Vega	x
EVA JULIA PINZÓN	x	3007267996	x	35404536	x		x
EVELIA SEPULVEDA	x	3153055794	x	21167466	x		✓
FLOR MARIA RODRIGUEZ	✓	3114951542	✓	21163474	x	Flor R.	✓
FLOR SALGADO	x	3133740891	x	21163573	x		✓
GLADYS CARDENAS	x	3118449334	x	20624983	x		x
GLORIA NOSA	✓	3123218434	✓		✓	Gloria Nosa	✓
GRACIELA NOSA	✓	32049333936	✓	35400068	x	Graciela Nosa	✓
INES TRIVIÑO	✓	3004574562	✓	3540682	✓	Maria [illegible]	x
JOSE SANDOVAL	x	3138506767	x	1141776	x		x
JOSE MANUEL MURCIA	x	3124762154	x	3222732	x		✓
JUDIT TORRES	✓	3118174588	✓	41373734	x	Judit Torres	✓
JUAN PACHÓN	✓	3142228442	✓	3284440	✓	[illegible]	✓
LUZ MARINA PINZON	✓	3134995055	✓	35403090	x	[illegible]	✓
MARIA EDUVIGES GARCIA	✓	3142883338	✓	21168912	✓	Maria Garcia	✓
MARIA TRANSITO BENAVIDES	✓	3106783332	✓	21162882	x	[illegible]	✓
MARIA NELY LATORRE	✓	3112654743	✓	41462863	x	Nely Latorre	x
MARIA ETELBINA MARTINEZ	✓	3133910287	x	21165107	✓		x

* La asistencia debe tener un soporte fotográfico diario el cual se plasmará en el formato "Registro fotográfico mensual" dispuesto para ello en el SIG de la entidad.

FIRMA FORMADOR: ______________________ Visto SUPERVISOR: ______________________

PM-FT-0402-02 Vers. 02

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

Registro de asistencia y firmas

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	L	M	M	J	V	S	D	CELULAR	L	M	M	J	V	S	D	CÉDULA	L	M	M	J	V	S	D	FIRMA	L	M	M	J	V	S	D	FIRMA	L	M	M	J	V	S	D	FIRMA
1	LUIS ALFONSO GARCIA			✓					3132156295			✓					11333856			✓					[signature]			✓													
2	MARINA BOLIVAR			✓					3118332101			✓					21165867			X					[signature]			✓													
3	BELEN CHOLO			✓								✓					21162918			X					Belen Cholo			✓													
4	EDELMIRA VELASQUEZ			✓					3124396072			✓					35403111			✓					[signature]			✓													
5	BLANCA RODRIGUEZ			X					3103385183			X					35401434			X								✓													
6	Maria Eliza Luengas								3125575740								41383661			X					[signature]			X													
7	Maria del Carmen Rincon								3112276180								35401833								[signature]			✓													
8	Alicia Rincon de Vera								3005517187								21165529								Alicia R de Vera																
9																																									
10																																									
11																																									
12																																									
13																																									
14																																									
15																																									
16																																									
17																																									
18																																									

Bolivar 83

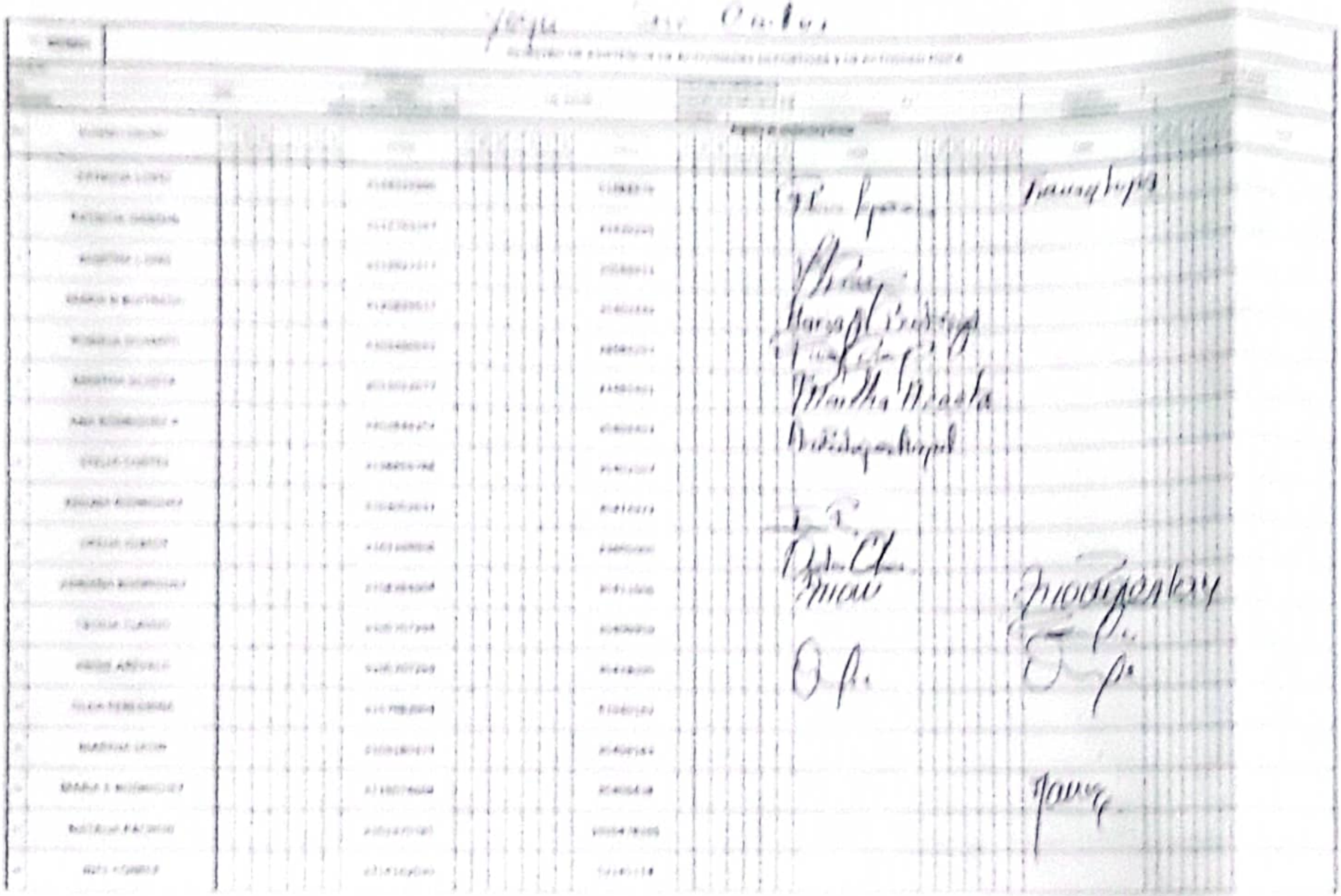
Junio

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	L M M J V S D	CELULAR	L M M J V S D	CÉDULA	L M M J V S D	FIRMA	L M M J V S D	FIRMA	L M M J V S D	FIRMA
1	ANA FRANCISCA ESQUINAS	✓	31333719793		3504051		Ana Esquinas			✓ X	
2	BELLANIRA BELTRAN	✓	3132766240				Bellanira B.			✓	
3	BLANCA OFELIA AHUMADA	✓	3203197979		35415291		Blanca Ahumada			✓	
4	CARLOS ORLANDO RODRIGUEZ	✓	3502147378		80548744		[illegible]			✓	
5	CARMENZA CRISTANCHO	✓	3107865280		35403116		Carmenza Cristancho			✓	
6	BLANCA ESTELLA RIVEROS	✓	3158354999		39632712		Stella Riveros			✓	
7	DORA MATILDE ARDILA	✓	3202069340		28190746		Dora Matilde			✓	
8	ELSA MURCIA	✓	3144697598		35407738		Elsa Murcia			✓	
9	ELOISA POVEDA	X	3195048175							✓	
10	ELDER CUERVO	X	3227207732		20290458		Gloria Nieto			✓	
11	GLORIA ISABEL NIETO		3118230340		35403043					✓	
12	ISABELINA AHUMADA		3112895389		20792678		[illegible]			✓	
13	ISAAC LUQUE LONDOÑO		3144697598		311331059		[illegible]			✓	
14	JOSE REINALDO GARCIA	X	3123211979		11337211					✓	
15	JOSE ALADINO TRIANA	X	3107198751		11334478		Aladino			✓	
16	LUZ MERY TORRES		3023328495		35404350		Luz Mery Torres			✓	
17	MARIA LUISA BARAHONA		3144799753		35408797		[illegible]			✓	
18	MARIA ELVIA ALDANA		3204429706		24059150		María Elvia Aldana			✓	

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

1	MARIA TERESA RODRIGUEZ	1	3138407576	35401608	
2	MARIA ELIZA SANTANA	2	3002278145	21168910	
3	MARTHA LUZ ESPITIA	3	3155279843	35407276	
4	MAGDALENA TRIANA	4	3208268176	35404096	
5	RAMIRO MANCIPE	5	3204629706	1143578	
6	RUTH MAGDALENA CHAVEZ	6	3208085460	51721051	
7	ALBERTO ARUMADA	7	3134884841		
8	MIRYAN STELLA VICENTES	8	3108000988		
9	ELVIA ROMERO	9	3134660243		
10	CARMEN ROSA BELTRAN	10	3183719793	35404051	
11	LUZ MARINA QUINTANA	11	3182635392	35403014	
12	ENA SILVA	12	3229079702	20676951	
13	OLGA PATRICIA SANCHEZ	13		40185700	
14	SONIA ROMERO	14	3128748781	35404097	
15					
16					
17					
18					



REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

9	MARTHA VENEGAS	3135466259	35402480		
10	MARIBEL DIAS	3125250350	35407285		
11	ALINA MARIA CHAPARRO	3142404862	41499306		
12	EMILCE MUÑOS	3106885791	51955393		
13	LUZ STELLA TRUJILLO	3046223744	35402223		
14	AMELIA AREVALO	3124128144	35402833		
15	CLAUDIA CASTIBLANCO	3165441711	35416550		
16	ALBA LUZ PACHON	3134217959	20865791		
17	MARCELA TORRES	3016000474	35416692		
18	ELIZABETH LOPEZ	3229007648	51827500		
19	LIGIA VARGAS	3142412091	24217477		
20	BETTY GIL	3102462470	3544242		
21	NADHORA GARCIA	3132450184	35419332		
22	MARITZA ACOSTA	3012022077	23489491		
23	DIANA RAMIREZ	3144233902	52079297		
24	HELEN HERRERA	32288846	26449882		
25	LUZ D BUITRAGO	3139809722	35510226		
26	NOHORA MARLEN GARZON	3154186356	20585245		

FR-IT-042V02 Vers. 02

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

PROYECTO:	ACTIVIDAD FÍSICA		DISCIPLINA O SUBPROYECTO:			
MES: JUNIO	SEMANA	7:00 - 8:00 AM	CATEGORÍA EN No Aplica (marcar N.A)	N.A	CICLO VITAL	ADULTO JOVEN
FORMADOR:	MARTHA CONSUELO RODRIGUEZ [illegible]		ESCENARIO:	HANGAR	COMUNA/BARRIO	SAN CARLOS

Registro de asistencia y firmas

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	L	M	M	J	V	S	D		L	M	M	J	V	S	D	CÉDULA	L	M	M	J	V	S	D	FIRMA	L	M	M	J	V	S	D	FIRMA	L	M	M	J	V	S	D	FIRMA
1	ALCIRA LOBO								3103290920								27766264																								
2	LUZ DARY AREVALO								3112377094								35417961								Luz Dary																
3	MERCEDES SUAREZ								3115712795								35906008								Mercedes																
4	MERY ROJAS								3156176843								41415771								[illegible]																
5	ANA GUACANEME								313833403								35408408																								
6	CECILIA RAMOS								3114943964								35401282																								
7	DORA CONTRERAS								3105869824								35413905								F.																
8	AURORA CARDENAS								3224121505								35407681								[illegible]																
9	AMANDA ROJAS								3125192042								35408000																								
10	MARIA ELIZA AVILA								3125162042								23483693																								
11	ALCIRA LOBO								3103290920								27766264																								
12	LUZ SANCHEZ								3219961267								35425813																								
13	Lida Ulloa								3212159276								51857080																								
14	Nidia Torres								3012250880								35413837								Nidia Torres																
15	Berenice Montaña								3108806471								35409371								[illegible]																
16	Piedad Roa								3142955918								41520392								[illegible]																
17	Lucia Vargas								3142411091								24'217.497								[illegible]																
18																																									

yoga Cultivando

REGISTRO DE ASISTENCIA EN ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

Nombre	Teléfono	Documento	Firma	Firma
LILIANA ROJAS	[illegible]	[illegible]	[illegible]	
ROSA ROJAS	[illegible]	[illegible]	[illegible]	
[illegible] BARBOSA	[illegible]	[illegible]	[illegible]	
ROSA SALAMANCA	[illegible]	[illegible]		
ALBA INES ALFONSO	[illegible]	[illegible]	[illegible]	
LAURA LILIANA BOLAÑOS	[illegible]	[illegible]	[illegible]	
GRACE [illegible] RINCON	[illegible]	[illegible]		
DIVA MARLESSA MALDONADO	[illegible]	[illegible]		
PATRICIA LOPEZ	[illegible]	[illegible]		
ELIZABETH LOPEZ	[illegible]	[illegible]	[illegible]	
GRACIELA [illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
YOLANDA MENDEZ	[illegible]	[illegible]		
FLOR ALBA RINCON	[illegible]	[illegible]		
MARTHA TORRES	[illegible]	[illegible]	[illegible]	
BETTY GIL	[illegible]	[illegible]	[illegible]	
[illegible] SUAREZ	[illegible]	[illegible]	[illegible]	
NUBIA ESPERANZA GARZON	[illegible]	[illegible]		
VICTORIA LOZANO	[illegible]	[illegible]		
Liliana Zambrano	3008141093	1001242234	[illegible]	Liliana Z
Rosa Fernandez	3112497852		[illegible]	
[illegible]	[illegible]	25406760	[illegible]	[illegible]

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

EDILMA PEÑA	3138507645	35410127		
EMILCE CRISTANCHO	3016961199	35427486		
KELLY CHAPARRO	3213105567	35425236		
ANGIE CRISTANCHO	3102843916	1075689303		
MAGDIEL PERDOMO	3166258223	3166258223		
ANA SOFIA MORA	3002680794	1025146043		
LUZ ADRIANA RODRIGUEZ	3002650794	35418987		
ESPERANZA PERDOMO	3166258223			
PAULA NATALY VEGA	3102545827	1075675413		
MARIA EUGENIA RODRIGUEZ	3115074668	35406438		
GLADYS CUERVO	3212071183	35404062		
MONICA LUQUE	32145334799	35419511		
LUZ MARINA VELASQUEZ	3124802772	20758949		
VICTORIA QUICENO	310462912	35404473		
LADY HERNANDEZ	3046720875	52867194		
MARIA NIETO	3134417670	35410247		
GLORIA LUZ IZAZA	3118953893	41723536		
MIREYA BERNAL	3112329000	35407697		

Sandra Guacaneme 35418585

Maria Ribero
Gladys Villamarin.
Martha Patricia Sanchez cc 41601639 Tel. 3105730420

REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CELULAR	CÉDULA	FIRMA	FIRMA	FIRMA
1	ROSA SALAMANCA	3203753435	41727798	Rosa Salamanca		
2	OLGA SEGURA	3115435076	35405620			
3	LUZ MARINA GARZON	3163016735	35408302	Luz Marina V		
4	CONSUELO GUANTIVA	3124312024	35409935			
5	MARTHA ISABEL VANEGAS	3138467592	35402480			
6	MARTA GUTIERREZ	3057361751	52021287	Martha Gutierrez		
7	LUZ MARINA MENDEZ	3118599806	351901815			
8	MARLENY GUERRERO	3202019186	51739778			
9	SONIA STELLA CORDERO	3006668053	51976294	SONIA STELLA CORREDOR		
10	CLAUDIA PATRICIA GIL ROJAS	3154524237	35472382			
11	SANDRA GUZMAN SANCHEZ	3186930764	1075659625	Sandra Guzman S.		
12	MARTHA GUTIERREZ	3057361757	52021287			
13	GLADYS ~~NOVA~~ Nava	3213076384	35408138			
14	JULIANY ZAMBRANO	3002911091	1076242234			
15	MARIA ELIZA TRIVIÑO	3103463889	35410197			
16	MYRIAN DONATO	3212231471				
17	ANA DELIA AVILA	3012782552	41795591			
18	CARMEN CANASTERO	3124698283	35411945			
	Patricia Nava	~~35410234~~ 3103213596	35410234			
	Nathaly Choque	3019182093	40442574			

Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá

PLANEACION SEMANAL DE ACTIVIDAD FISICA EN LAS IEM Y JAC

PROYECTO: Adulto mayor siempre activos	**PROGRAMA: MUEVETE POR TU BIENESTAR**		**DISCIPLINA O SUBPROYECTO: Personas que acceden a actividad fisica y recreación.**
FECHA- SEMANA: 28 - 30 de Junio	**DOCENTE: MARTHA CONSUELO RODROGUEZ CHOLO**		**MES: Junio**

OBJETIVO GENERAL: Mejorar la condición fisica y emocional de los practicante**s**

OBJETIVO ESPECIFICO: Aumentar la fuerza en brazos

N°SESION	PUNTO	DIA Y HORA	MODALIDAD	OBJETIVO DE LA SESION	ACTIVIDADES POR FACES INICIAL CENTRAL Y FINAL	RECURSOS	ESTRATEGIA METODOLOGICA	VOLUMEN
1	Santa Isabel	28/06 2:00 - 3:00 PM	SUPERMACH	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica, microfono y parlante	METODO: comando directo, trabajo por grupos y asiganción de tareas. ESTILO DE ENSEÑANZA: Enseñanza guiada y reciproca.	INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
2	San carlos	30/06 9:00 - 10:00 AM	CARDIO	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica, microfono y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos

OBSERVACIONES:

FIRMA DEL FORMADOR:	**REVISADO O REVISADO POR COORDIANDOR O PROMOTOR:**

Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá

PLANEACION SEMANAL DE ACTIVIDAD FISICA EN LAS IEM Y JAC

PROYECTO: Adulto mayor siempre activos	**PROGRAMA: MUEVETE POR TU BIENESTAR**		**DISCIPLINA O SUBPROYECTO: personas que acceden a la actividad fisica y a la recreación.**
FECHA- SEMANA: 4 - 7 de Julio	**DOCENTE: MARTHA CONSUELO RODROGUEZ CHOLO**		**MES: Julio**

OBJETIVO GENERAL: Mejorar la condición fisica y emocional de los

OBJETIVO ESPECIFICO: Mejorar fuerza en piernas

N°SESION	PUNTO	DIA Y HORA	MODALIDAD	OBJETIVO DE LA SESION	ACTIVIDADES POR FACES INICIAL CENTRAL Y FINAL	RECURSOS	ESTRATEGIA METODOLOGICA	VOLUMEN

3	San carlos	4/07 2:00 - 3:00 PM	BASTÓN	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica , microfono, banda y parlante	METODO: comando directo, trabajo por grupos y asiganción de tareas. ESTILO DE ENSEÑANZA: Enseñanza guiada y reciproca.	INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
4	Comuneros	4/07 4:00 - 5:00 PM	BASTÓN	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica , microfono, banda y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
5	Santa Isabel	5/07 2:00 - 3:00 PM	BASTÓN	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica , microfono, pesas, colchoneta, banda, aros, escalera, balón, palo de escoba y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
6	San carlos	7/07 9:00 - 10:00 AM	TONO TREN SUPERIOR	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica, microfono y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
OBSERVACIONES:								
FIRMA DEL FORMADOR:					**REVISADO O REVISADO POR COORDIANDOR O PROMOTOR:**			

Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá

PLANEACION SEMANAL DE ACTIVIDAD FISICA EN LAS IEM Y JAC

PROYECTO: Adulto mayor siempre activos	**PROGRAMA: MUEVETE POR TU BIENESTAR**		**DISCIPLINA O SUBPROYECTO: Personas que acceden a actividad fisica y recreación.**
FECHA- SEMANA: 10 -14 de Julio	**DOCENTE: MARTHA CONSUELO RODROGUEZ CHOLO**		**MES: Julio**
OBJETIVO GENERAL: Mejorar la condición fisica y emocional de los	**OBJETIVO ESPECIFICO:** Mejorar fuerza en piernas		

N°SESION	PUNTO	DIA Y HORA	MODALIDAD	OBJETIVO DE LA SESION	ACTIVIDADES POR FACES INICIAL CENTRAL Y FINAL	RECURSOS	ESTRATEGIA METODOLOGICA	VOLUMEN

7	Bolivar 83	10/07 2:00 - 3:00 PM	BALÓN	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica , microfono, banda y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
8	San carlos	11/07 2:00 - 3:00 PM	BALÓN	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica , microfono, banda y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
9	Comuneros	11/07 4:00 - 5:00 PM	BALÓN	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica , microfono, pesas, colchoneta, banda, aros, escalera, balón, palo de escoba y parlante	METODO: comando directo, trabajo por grupos y asiganción de tareas. ESTILO DE ENSEÑANZA: Enseñanza guiada y reciproca.	INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
10	Santa Isabel	12/07 2:00 - 3:00 PM	BALÓN	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica, microfono, pesas o botellas de agua y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
11	San carlos	14/07 9:00 - 10:00 AM	TONO TREN INFERIOR	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica, microfono y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
OBSERVACIONES:								
FIRMA DEL FORMADOR:					**REVISADO O REVISADO POR COORDIANDOR O PROMOTOR:**			

Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá

PLANEACION SEMANAL DE ACTIVIDAD FISICA EN LAS IEM Y JAC

PROYECTO: Adulto mayor siempre activos	**PROGRAMA: MUEVETE POR TU BIENESTAR**		**DISCIPLINA O SUBPROYECTO: Personas que acceden a actividad fisica y recreación.**
FECHA- SEMANA: 17 - 21 de Julio	**DOCENTE: MARTHA CONSUELO RODROGUEZ CHOLO**		**MES: Julio**

OBJETIVO GENERAL: Mejorar la condición fisica y emocional de los					**OBJETIVO ESPECIFICO:** Mejorar fuerza en piernas			
N°SESION	PUNTO	**DIA Y HORA**	**MODALIDAD**	**OBJETIVO DE LA SESION**	**ACTIVIDADES POR FACES INICIAL CENTRAL Y FINAL**	**RECURSOS**	**ESTRATEGIA METODOLOGICA**	**VOLUMEN**
12	Bolivar 83	17/07 2:00 - 3:00 PM	RUMBA	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica , microfono, banda y parlante	METODO: comando directo, trabajo por grupos y asiganción de tareas. ESTILO DE ENSEÑANZA: Enseñanza guiada y reciproca.	INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
13	San carlos	18/07 2:00 - 3:00 PM	RUMBA	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica , microfono, banda y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
14	Comuneros	18/07 4:00 - 5:00 PM	RUMBA	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica , microfono, pesas, colchoneta, banda, aros, escalera, balón, palo de escoba y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
15	Santa Isabel	19/07 2:00 - 3:00 PM	RUMBA	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica, microfono y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
16	San carlos	21/07 9:00 -10:00 AM	CIRCUITO	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica, microfono y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
OBSERVACIONES:								
FIRMA DEL FORMADOR:					**REVISADO O REVISADO POR COORDIANDOR O PROMOTOR:**			

Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá

PLANEACION SEMANAL DE ACTIVIDAD FISICA EN LAS IEM Y JAC

PROYECTO: Adulto mayor siempre activos			**PROGRAMA: MUEVETE POR TU BIENESTAR**				**DISCIPLINA O SUBPROYECTO: Personas que acceden a actividad fisica y recreación.**	
FECHA- SEMANA: 24 - 27 de Julio			**DOCENTE: MARTHA CONSUELO RODROGUEZ CHOLO**				**MES: julio**	
OBJETIVO GENERAL: Mejorar la condición fisica y emocional de los				**OBJETIVO ESPECIFICO:** Mejorar fuerza en piernas				
N°SESION	PUNTO	**DIA Y HORA**	**MODALIDAD**	**OBJETIVO DE LA SESION**	**ACTIVIDADES POR FACES INICIAL CENTRAL Y FINAL**	**RECURSOS**	**ESTRATEGIA METODOLOGICA**	**VOLUMEN**
17	Bolivar 83	24/07 2:00 - 3:00 PM	BANDA ELASTICA	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica , microfono, banda y parlante	METODO: comando directo, trabajo por grupos y asigancón de tareas. ESTILO DE ENSEÑANZA: Enseñanza guiada y reciproca.	INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
18	San carlos	25/07 2:00 - 3:00 PM	BANDA ELASTICA	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica , microfono, banda y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
19	Comuneros	25/07 4:00 - 5:00 PM	BANDA ELASTICA	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica , microfono, pesas, colchoneta, banda, aros, escalera, balón, palo de escoba y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
20	Santa Isabel	26/07 2:00 - 3:00 PM	BANDA ELASTICA	Mejorar la coordinación y las capacidades temporo espaciales.	**INICIAL**: Saludo inicial, calentamiento y movimiento articular. **CENTRAL:** Ejercicios de coordinación y rotación por cuatro frentes. **FINAL:** Vuelta a la calma y estiramiento. **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:**	Musica, microfono, pesas o botellas de agua y parlante		INICIAL: 10 minutos CENTRAL: 40 minutos FINAL: 10 minutos
OBSERVACIONES:								
FIRMA DEL FORMADOR:					**REVISADO O REVISADO POR COORDIANDOR O PROMOTOR:**			

Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá

REGISTRO DE ESTADÍSTICAS Y RESULTADOS MENSUALES DE ACTIVIDADES CULTURALES, DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

Nombre del profesor/formador/ instructor:	MARTHA CONSUELO RODRIGUEZ CHOLO	Mes:	JUNIO	Señale con una X según corresponda:	Cultura:_____ Deportes_____ Actividad Física:___X____

			TOTAL		1ra. INFANCIA (0 a 5 años)		INFANCIA (6 a 11 años)		ADOLESCENCIA (12 a 17 años)			JUVENTUD (18 a 28 años)			ADULTO (29 a 59 años)			ADULTO MAYOR (60 en adelante)			TOTAL		PARTICIPACIÓN EN EVENTO CULTURAL/DEPORTIVO /ACTIVIDAD FÍSICA	RESULTADOS (solo aplica para deportes)								
																									Deptal.			Nacional			Internal.		
DISCIPLINA / o ACTIVIDAD	TIPO DE POBLACIÓN	LUGAR DONDE SE DESARROLLO	Comuna	Corregimiento	Fem.	Masc	Fem	Masc	Fem	Masc	LGBTIQ+	Fem	Masc	LGBTIQ+	Fem	Masc	LGBTIQ+	Fem	Masc	LGBTIQ+	Centralizado	Desconcentración	NOMBRE EVENTO - LUGAR	Oro	Plata	Bronce	Oro	Plata	Bronce	Oro	Plata	Bronce
Actividad fisica	Convencional	Bolivar 83	0	1														25	7		0	32	Salon comunal								
Actividad fisica	Convencional	San Carlos	3	0														88	4		0	92	Polideportivo								
Yoga	Convencional	Comuneros Sector II	3	0														56	4		0	60	Hangar								
	Seleccione	Santa Isabel El Rodeo	3	0														75	5		0	80	Salon comunal								
	Seleccione	Seleccione	0	0																	0	0										
	Seleccione	Seleccione	0	0																	0	0										
	Seleccione	Seleccione	0	0																	0	0										
	Seleccione	Seleccione	0	0																	0	0										
	Seleccione	Seleccione	0	0																	0	0										
	Seleccione	Seleccione	0	0																	0	0										
	Seleccione	Seleccione	0	0																	0	0										
	Seleccione	Seleccione	0	0																	0	0										
					0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	244	20	0	0	264										

TOTAL COBERTURA	264

REPORTE DE NOVEDADES

INSTITUCIÓN EDUCATIVA MUNICIPAL	NUEVOS INSCRITOS EN EL MES	BENEFICIARIOS RETIRADOS EN ESTE MES	MOTIVO DE RETIRO