Yopal, julio 17 2023

Licenciada

LINA PAOLA AMAYA

Supervisión INDERCAS

L. C.

Atento saludo:

Para fines pertinentes me permito presentar a usted el informe de actividades realizadas dentro del contrato # 0239 de 22/10/2022, en el periodo comprendido entre el 08/06/2023 a 07/07/2023, dicho informe es el 8 de 8, correspondiente al mes de junio 2023.

Cordialmente



Lic. NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 8 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0239 - de 2022-10-22 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE MANERA AUTÓNOMA E INDEPENDIENTE COMO ENTRENADORES NIVEL II PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO: APOYO, FOMENTO, FORTALECIMIENTO Y DOTACIÓN AL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL DESARROLLO SALUDABLE, CON CALIDAD, EFICIENCIA Y EQUIDAD SOSTENIBLE EN CASANARE" BPIN 2022005850020.

Yopal, 17 de Julio del 2023.

Señor(a)
LINA PAOLA AMAYA BAHAMON
PROFESIONAL UNIVERSITARIO DEPORTES
Supervisor
Ciudad

Ref: Informe de Actividades No. 8 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0239 - de 2022-10-22.

Cordial Saludo,

En cumplimiento del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN de la referencia, relaciono a continuación las actividades realizadas desde: 08/06/2023 hasta 07/07/2023.

A. ANTECEDENTES:

CLASE DE CONTRATO	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN
NUMERO DE CONTRATO	0239
FECHA DE CONTRATO	2022-10-22.
NOMBRE DEL CONTRATISTA	NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA
NUMERO DE IDENTIFICACIÓN DE CONTRATISTA	9518668 de SOGAMOSO
OBJETO DEL CONTRATO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE MANERA AUTÓNOMA E INDEPENDIENTE COMO ENTRENADORES NIVEL II PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO: APOYO, FOMENTO, FORTALECIMIENTO Y DOTACIÓN AL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL DESARROLLO SALUDABLE, CON CALIDAD, EFICIENCIA Y EQUIDAD SOSTENIBLE EN CASANARE" BPIN 2022005850020.
FECHA DE INICIO	2022-11-08
PLAZO DE EJECUCIÓN	Ocho (8) MESES
FECHA DE TERMINACIÓN INICIAL	2023-07-07
FECHA DE INFORME	17 de Julio del 2023
PERIODO DE INFORME	08/06/2023 hasta 07/07/2023
NUMERO DE INFORME	8
DIRECCIÓN DE DOMICILIO	CARRERA 7B # 24 - 11
CIUDAD	YOPAL
TELEFONO MOVIL	3203039620
CORREO ELECTRÓNICO	nesae@hotmail.com
ADICION	
SUSPENSIÓN	

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 8 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0239 - de 2022-10-22 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE MANERA AUTÓNOMA E INDEPENDIENTE COMO ENTRENADORES NIVEL II PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO: APOYO, FOMENTO, FORTALECIMIENTO Y DOTACIÓN AL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL DESARROLLO SALUDABLE, CON CALIDAD, EFICIENCIA Y EQUIDAD SOSTENIBLE EN CASANARE" BPIN 2022005850020.

NUEVA FECHA DE TERMINACIÓN	

B. ESTADO FÍSICO:

Hasta la fecha 07/07/2023, el CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0239 presenta una ejecución del 100% contra una programada del 100%.

C. ESTADO FINANCIERO:

	Valor	Anticipo	
CONTRATO INICIAL	$21.306.392,00	$0,00	
ADICIONAL	$0,00	$0,00	
TOTAL CONTRATO	$21.306.392,00	$0,00	
	Valor Acta	Amortiza	Vr. Pagado
VALOR ACTA No. 1	$2.663.299,00	$0,00	$2.663.299,00
VALOR ACTA No. 2	$2.663.299,00	$0,00	$2.663.299,00
VALOR ACTA No. 3	$2.663.299,00	$0,00	$2.663.299,00
VALOR ACTA No. 4	$2.663.299,00	$0,00	$2.663.299,00
VALOR ACTA No. 5	$2.663.299,00	$0,00	$2.663.299,00
VALOR ACTA No. 6	$2.663.299,00	$0,00	$2.663.299,00
VALOR ACTA No. 7	$2.663.299,00	$0,00	$2.663.299,00
PRESENTE ACTA	$2.663.299,00	$0,00	$2.663.299,00
POR EJECUTAR	$0,00		
TOTAL	$21.306.392,00	$0,00	$21.306.392,00

VALOR A PAGAR EN LA PRESENTE ACTA NO. 8: $2.663.299,00 M.L.C.

D. ACTIVIDADES:

1. Presentar el cronograma, horarios y lugares de trabajo por categoría y rama. 2. Presentar y Sustentar el plan de entrenamiento gráfico y escrito de los deportistas de rendimiento ante el centro especializado del deporte, (equipo técnico metodológico), por equipo categoría y deportistas según corresponda. 3. Presentar los mesociclos, microciclos a desarrollar mes a mes, dos días antes de terminar el anterior mesociclo. 4 . Valorar individualmente a los deportistas a su cargo y diligenciar la ficha de incorporación, valoración inicial y avances de cada deportista y/o equipo, test realizados entre otros. (Presentarlos al grupo técnico metodológico y anexar en el informe mensual). 5. Desarrollar los planes de entrenamiento según las categorías y ramas con el propósito de mejorar el rendimiento deportivo de los entrenados. 6. Coordinar y facilitar la intervención de los profesionales del centro especializado del deporte respecto de cada uno de sus deportistas de acuerdo con las necesidades puntuales. 7. Aplicar los formatos y protocolos para medir el desarrollo de cada deportista; establecidos por el grupo interdisciplinario o equipo técnico metodológico. 8. Presentar al grupo interdisciplinario o equipo técnico metodológico los pronósticos de participación en eventos departamentales, nacionales e internacionales de cada uno de los seleccionados o deportistas, los cuales deben ser presentados como mínimo diez días antes de cada evento, para su respectivo análisis y aprobación por parte del grupo interdisciplinario y metodológico del Indercas. 9. Presentar el informe técnico de cada evento en el cual participo plazo máximo para la entrega tres días siguientes a la terminación de la competencia presentarlo al grupo interdisciplinario o equipo técnico metodológica y consolidarlo en el informe mensual y final. 10. Asistir a reuniones que convoque el instituto, liga, grupo interdisciplinario o equipo técnico metodológico relacionado

con el objeto del contrato o productos del proyecto. 11. Presentar la estadística de la población beneficiada mes a mes y durante el desarrollo del objeto contractual, y el consolidado final a la liquidación final del contrato en medio físico y magnético. Que incluya la base de datos de la población beneficiada por categoría y rama y enfoque diferencial. 12. Llevar el registro y consolidado de las diferentes participaciones que realicen los seleccionados de la liga a nivel departamental, nacional e internacional, presentarla en el informe mensual y consolidado en el informe final del contrato, en medio físico y magnético. 13. Tener a disposición permanente del instituto en el sitio de entrenamiento, el plan mensual y diario de trabajo y el listado actualizado de los deportistas a su cargo por categoría y rama. 14. Llevar control diario de la asistencia de los deportistas, por rango de edad, grupo poblacional, sector, género, categoría, entre otros 15. Apoyar los procesos deportivos en la población con discapacidad según su especialidad deportiva. 16 . Como entrenador departamental realizar una articulación con los diferentes municipios para detectar e involucrar los deportistas de rendimiento que puedan existir en cada uno de los municipios a los procesos deportivos. Además, realizar visitas a los diferentes municipios, una visita a cada municipio del departamento trimestralmente y diligenciar los formatos metodológicos establecidos por el Instituto. 17. Realizar en cada municipio un diagnóstico de la situación actual de deporte de rendimiento según su especialidad. 18. Mantener el número mínimo de deportistas según lo establecido por el instituto y realizar las prácticas o entrenamientos presenciales mininos de 6 horas diarias según el plan de entrenamiento. 19. Desarrollar, apoyar, diligenciar y facilitar los diferentes formatos, herramientas técnicas o actividades que le sean asignadas, para culminar la investigación producto del proyecto, plan departamental para el desarrollo del deporte, la recreación y la actividad física 2024-2033, censo de escenarios deportivos y demás labores vinculadas al proyecto y sus productos. 20. Desarrollar, apoyar y diligenciar los diferentes formatos o herramientas técnicas para la ejecución del estudio producto del proyecto. 21. Presentar mensualmente el informe de ejecución de actividades dentro de los tres (03) días hábiles siguientes al vencimiento del periodo a certificar, en el formato establecido por el Instituto, certificación de cumplimento firmada por el representante de la liga deportiva, original de los soportes del pago de salud, pensión y riesgos laborales, todo por duplicado y en medio magnético. 22. Presentar antes del primer pago, certificado a su nombre del curso de Integridad, Transparencia y Lucha contra la Corrupción, que se encuentra en: https://www.funcionpublica.gov.co/eva/es/cursos-virtuales-eva/curso-integridad.html. 23. Las demás asignadas por gerencia, supervisor y/o interventor de acuerdo con su objeto contractual. 24. Asistir durante la vigencia del contrato a un curso mínimo de 20 horas de educación no formal, dictado por una entidad debidamente reconocida por el estado, o en su defecto certificación de haber cursado 20 horas de educación formal expedida por la respectiva entidad, relacionados con el sector deporte y recreación y presentar el respectivo certificado a más tardar a la firma del acta de terminación.

E. ACTIVIDADES DESARROLLADAS:

ACTIVIDAD	ACTIVIDADA REALIZADA	PORCENTAJE (%)
ACTIVIDAD 01. Presentar el cronograma, horarios y lugares de trabajo por categoría y rama..	La documentación requerida se entrega al señor metodólogo asignado por el instituto, el día 15 de noviembre de 2022.	100
ACTIVIDAD 02. Presentar y Sustentar el plan de entrenamiento gráfico y escrito de los deportistas de rendimiento ante el centro especializado del deporte, (equipo técnico metodológico), por equipo categoría y deportistas según corresponda.	Con fecha 15 de noviembre de 2022, en la oficina de la liga de natación de Casanare y ante el señor metodólogo, Lic. John Ortiz, se presentó y sustento el plan de entrenamiento general de los nadadores del departamento.	100
ACTIVIDAD 03. Presentar los mesociclos, microciclos a desarrollar mes a mes, dos días antes de terminar el anterior mesociclo.	Se realiza la entrega del documento que contiene el desarrollo del octavo mesociclo, al metodólogo correspondiente a los deportes individuales.	100
ACTIVIDAD 04. Valorar individualmente a los deportistas a su cargo y diligenciar la ficha de incorporación, valoración inicial y avances de cada deportista y/o equipo,	De acuerdo con el plan de entrenamiento se realiza el test de control el día miércoles 5 de julio, teniendo en cuenta que se debe tratar de realizar el mismo protocolo. 8 repeticiones de 100 metros con descanso de 4 minutos, en el estilo libre, y se hace control de frecuencia cardiaca para	100

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 8 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0239 - de 2022-10-22 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE MANERA AUTÓNOMA E INDEPENDIENTE COMO ENTRENADORES NIVEL II PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO: APOYO, FOMENTO, FORTALECIMIENTO Y DOTACIÓN AL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL DESARROLLO SALUDABLE, CON CALIDAD, EFICIENCIA Y EQUIDAD SOSTENIBLE EN CASANARE" BPIN 2022005850020.

test realizados entre otros. (Presentarlos al grupo técnico metodológico y anexar en el informe mensual).	saber la recuperación del deportista. Se realiza este test de 100 metros, con el fin de evaluar la resistencia aeróbica y anaeróbica junto al poder de recuperación del deportista.	
ACTIVIDAD 05. Desarrollar los planes de entrenamiento según las categorías y ramas con el propósito de mejorar el rendimiento deportivo de los entrenados.	ACCIONES REALIZADAS. El plan de entrenamiento sigue su desarrollo con varias dificultades debido a la temporada de invierno y las actividades académicas de los deportistas. Los aspectos citados anteriormente han influenciado en alto porcentaje de asistencia a las prácticas y la disciplina de los deportistas. El rendimiento deportivo de los nadadores ha sido en algunos notorio, principalmente en los principiantes.	100
ACTIVIDAD 06. Coordinar y facilitar la intervención de los profesionales del centro especializado del deporte respecto de cada uno de sus deportistas de acuerdo con las necesidades puntuales.	Con visitas semanales del señor metodólogo asignado por el instituto, se coordinan actividades y ajustes al trabajo diario.	100
ACTIVIDAD 07. Aplicar los formatos y protocolos para medir el desarrollo de cada deportista; establecidos por el grupo interdisciplinario o equipo técnico metodológico.	De acuerdo con el plan de entrenamiento se realiza el test básico de control cada mesociclo, se realizó la prueba el día miércoles 5 de julio, 8 repeticiones de 100 metros con descanso de 4 minutos, manteniendo el mismo protocolo. Finalizada cada repetición se toma la frecuencia cardiaca en 10 segundos, para saber cómo está la recuperación del deportista después de una actividad intensa.	100
ACTIVIDAD 08. Presentar al grupo interdisciplinario o equipo técnico metodológico los pronósticos de participación en eventos departamentales, nacionales e internacionales de cada uno de los seleccionados o deportistas, los cuales deben ser presentados como mínimo diez días antes de cada evento, para su respectivo análisis y aprobación por parte del grupo interdisciplinario y metodológico del Indercas.	No se realizó ninguna participación deportiva	100
ACTIVIDAD 09. Presentar el informe técnico de cada evento en el cual participo plazo máximo para la entrega tres días siguientes a la terminación de la competencia presentarlo al grupo interdisciplinario o equipo técnico metodológica y consolidarlo en el informe mensual y final.	En el presente mesociclo no se participó en eventos deportivos.	100
ACTIVIDAD 10. Asistir a reuniones que convoque el instituto, liga, grupo interdisciplinario o equipo técnico metodológico relacionado con el objeto del contrato o productos del proyecto.	Se permanece atento a las indicaciones y convocaciones por parte del instituto.	100
ACTIVIDAD 11. Presentar la estadística de la población beneficiada mes a mes y durante el desarrollo del objeto contractual, y el consolidado final a la liquidación final del contrato en medio físico y magnético. Que incluya la base de datos de la población beneficiada por categoría y rama y enfoque diferencial.	Los formatos con la información requerida se adjuntan en presente informe, con lo pertinente al octavo mesociclo.	100
ACTIVIDAD 12. Llevar el registro y consolidado de las diferentes participaciones que realicen los seleccionados de la liga a nivel departamental, nacional e internacional,presentarla en el informe mensual y consolidado en el informe final	El consolidado de participación en la presente temporada se lleva en el informe presente.	100

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 8 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0239 - de 2022-10-22 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE MANERA AUTÓNOMA E INDEPENDIENTE COMO ENTRENADORES NIVEL II PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO: APOYO, FOMENTO, FORTALECIMIENTO Y DOTACIÓN AL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL DESARROLLO SALUDABLE, CON CALIDAD, EFICIENCIA Y EQUIDAD SOSTENIBLE EN CASANARE" BPIN 2022005850020.

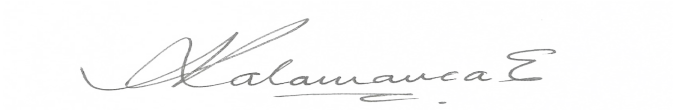
del contrato, en medio físico y magnético.		
ACTIVIDAD 13. Tener a disposición permanente del instituto en el sitio de entrenamiento, el plan mensual y diario de trabajo y el listado actualizado de los deportistas a su cargo por categoría y rama.	La documentación del desarrollo del programa permanece en el escenario de trabajo constantemente.	100
ACTIVIDAD 14. Llevar control diario de la asistencia de los deportistas, por rango de edad, grupo poblacional, sector, género, categoría, entre otros.	ACCIONES REALIZADAS. La asistencia a las sesiones de práctica deportiva se controla diariamente. Se nota una gran inasistencia debido a la temporada de vacaciones y la temporada invernal de la región.	100
ACTIVIDAD 15. Apoyar los procesos deportivos en la población con discapacidad según su especialidad deportiva.	Actualmente realiza prácticas de la natación en la piscina olímpica una persona con discapacidad física el cual es adulto mayor quien compite a nivel nacional.	100
ACTIVIDAD 16. Como entrenador departamental realizar una articulación con los diferentes municipios para detectar e involucrar los deportistas de rendimiento que puedan existir en cada uno de los municipios a los procesos deportivos. Además, realizar visitas a los diferentes municipios, una visita a cada municipio del departamento trimestralmente y diligenciar los formatos metodológicos establecidos por el Instituto.	La principal misión es la legalización de la liga de natación de Casanare, se realizan actividades con reunión de los tres clubes que cuentan con reconocimiento deportivo, cuyo fin es legalizar y conformar nuevamente el ente departamental de la natación.	100
ACTIVIDAD 17. Realizar en cada municipio un diagnóstico de la situación actual de deporte de rendimiento según su especialidad.	Se está pendiente de la realización de visitas a los diferentes municipios donde hay escenario deportivo para la práctica de la natación. Se espera legalizar la liga de natación del departamento	100
ACTIVIDAD 18. Mantener el número mínimo de deportistas según lo establecido por el instituto y realizar las prácticas o entrenamientos presenciales mininos de 6 horas diarias según el plan de entrenamiento.	ACCIONES REALIZADAS. Dentro del desarrollo de las actividades de entrenamiento y a consecuencia de la doble jornada o especialidad en las diferentes instituciones educativas, la época invernal de la región, los trabajos se han visto bajos en asistencia, dando como una solución de paso que los deportistas realicen sus prácticas en otros horarios y bajo su propia responsabilidad, pues lo hacen cuando se está realizando las prácticas de los procesos de formación con otros niños.	100
ACTIVIDAD 19. Desarrollar, apoyar, diligenciar y facilitar los diferentes formatos, herramientas técnicas o actividades que le sean asignadas, para culminar la investigación producto del proyecto, plan departamental para el desarrollo del deporte, la recreación y la actividad física 2024-2033, censo de escenarios deportivos y demás labores vinculadas al proyecto y sus productos.	Se participo en la elaboración de encuestas para la formulación del proyecto, de acuerdo a la solicitud hecha por el instituto.	100
ACTIVIDAD 20. Desarrollar, apoyar y diligenciar los diferentes formatos o herramientas técnicas para la ejecución del estudio producto del proyecto.	Con el trabajo diario que se realiza en los escenarios deportivos se desarrolla y ejecuta actividades de desarrollo del deporte en Casanare.	100
ACTIVIDAD 21. Presentar mensualmente el informe de ejecución de actividades dentro de los tres (03) días hábiles siguientes al vencimiento del periodo a certificar, en el formato establecido por el Instituto, certificación de cumplimento firmada por el representante de la liga deportiva, original de los soportes del pago de salud, pensión y riesgos laborales, todo por duplicado y en	De acuerdo a los formatos y obligaciones establecidas por el instituto se hace entrega del octavo informe de ocho.	100

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 8 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0239 - de 2022-10-22 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE MANERA AUTÓNOMA E INDEPENDIENTE COMO ENTRENADORES NIVEL II PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO: APOYO, FOMENTO, FORTALECIMIENTO Y DOTACIÓN AL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL DESARROLLO SALUDABLE, CON CALIDAD, EFICIENCIA Y EQUIDAD SOSTENIBLE EN CASANARE" BPIN 2022005850020.

medio magnético.		
ACTIVIDAD 22. Presentar antes del primer pago, certificado a su nombre del curso de Integridad, Transparencia y Lucha contra la Corrupción, que se encuentra en: https://www.funcionpublica.gov.co/eva/es/cursos-virtuales-eva/curso-integridad.html.	Con la documentación solicitada para la firma del presente contrato, dicho documento fue entregado.	100
ACTIVIDAD 23. Las demás asignadas por gerencia, supervisor y/o interventor de acuerdo con su objeto contractual.	Se permanece atento a las indicaciones que se realicen por parte de los directivos.	100
ACTIVIDAD 24. Asistir durante la vigencia del contrato a un curso mínimo de 20 horas de educación no formal, dictado por una entidad debidamente reconocida por el estado, o en su defecto certificación de haber cursado 20 horas de educación formal expedida por la respectiva entidad, relacionados con el sector deporte y recreación y presentar el respectivo certificado a más tardar a la firma del acta de terminación.	La continua capacitación es importante, se está atento a las programaciones se presenta respectivo certificado .	100

F. OBSERVACIONES:

Atentamente,



NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA
Contratista

INDERCAS	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

MODELO METODOLOGICO PARA LA PRESENTACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO

NOMBRE DEL ENTRENADOR:	**NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA**										
NATACION CARRERAS	**INFANTIL JUVENIL**				**MODALIDAD: CARRERAS**		**10 Y MAS**		**GENERO:**	**M. F.**	
MACROCICLO No 4	**FECHA: 05/06/2023**		**TIPO DE MESOCICLO: FASE DE PREPARACION GENERAL Y FASE DE PREPARACION ESPECIFICA..**						**FECHA: 11/08/2023**		
TIPO DE MICROCICLOS	**MICRO 31**		**MICRO 32**		**MICRO 33**		**MICRO 34**		**MICRO 35**		
	Carga		**Carga**		**Impacto**		**Carga**		**Carga**		
FECHAS DE MICROCICLO	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	
	5-jun	**10-jun**	**12-jun**	**17-jun**	**19-jun**	**24-jun**	**26-jun**	**1-jul**	**3-jul**	**8-jul**	
OBJETIVOS MESOCICLO	**FORTALECIMIENTO DE LA CAPACIDAD AEROBICA Y ANAEROBICA, R1,R2. PERFECCION DE ESTILOS, FRECUENCIA Y LONGITUD DE BRAZADA. RITMOS DE COMPETENCIA, ESTIMULOS A LOS UMBRALES. VELOCIDAD.**										
OBJETIVOS MICROCICLOS	**31**		**32**		**33**		**34**		**35**		
TECNICO	**VOL:37 Km**	**INT: 85%**	**VOL: 39 Km**	**INT: 70%**	**VOL: 30 Km**	**INT: 87%**	**VOL: 40 Km**	**INT: 80%**	**VOL: 38 Km**	**INT: 85%**	
VOL MIN: **INT FRECAR:**	**Posicion corporal en el agua, elevacion y giro de la cadera. flecha.**		**Eficacia y eficiencia de brazadas, ajustes a la posicion corporal.**		**Correcciones posicion corporal, numero de brazadas .flecha.**		**Frecuencia de brazadas, eficiencia en movimientos, numero de brazadas.**		**Frecuencia de brazadas, eficiencia en movimientos**		
TACTICO	**VOL: 4 km.**	**INT: 85%**	**VOL: 5 Km**	**INT: 70%**	**VOL: 6 Km**	**INT: 87%**	**VOL: 2 Km**	**INT: 80%**	**VOL: 4 Km**	**INT: 85%**	
VOL MIN: **INT FRECAR:**	**Mejoramiento de la resistencia aerobica. R1**		**rotacion de la cadera, mayor rotacion del cuerpo. Rolido.**		**R1, umbral aerobico, ritmos de competencia.**		**R1. umbral anaerobico, inicios de trabajos de cierta intensidad.**		**Trabajos de resistencia aerobica R1, R2. practicas de mayor volumen.**		
FISICOS	**3 km**	**85%**	**1 km**	**INT:70%**	**VOL: 2 km**	**87%**	**2 km**	**80%**	**2 km**	**85%**	
VOL MIN: **INT FRECAR:**	**FLEXIBILIDAD.**		**FLEXIBILIDAD, FUERZA**		**FLEXIBILIDAD, FUERZA**		**FLEXIBILIDAD, FUERZA**		**FLEXIBILIDAD, FUERZA**		
VOLUMEN TOTAL.	**44 Km.**		**45 Km**		**38 Km**		**44 Km**		**44 Km**		
INTENSIDAD	**85%**		**70%**		**87%**		**80%**		**85%**		
MEDIOS	**Piscina , partidores,tablas didacticas, aletas, bastones, paletas, flotadores.**		**Piscina , partidores,tablas didacticas, aletas, bastones, paletas, flotadores.**		**Piscina , partidores,tablas didacticas, aletas, bastones, paletas, flotadores.**		**Piscina , partidores,tablas didacticas, aletas, bastones, paletas, flotadores.**		**Piscina , partidores,tablas didacticas, aletas, bastones, paletas, flotadores.**		
METODOS	**Intervalos, repeticiones, fartlek.**		**Intervalos, repeticiones, fartlek**		**Intervalos, repeticiones, fartlek.ATR.**		**Intervalos, repeticiones, fartlek. ATR**		**Intervalos, repeticiones, fartlek. ATR**		
EVALUACION	**Cantidad de brazadas realizadas en los 50 metros en cada estilo.**		**Registros en tiempo de 50 metros, en estilo predilecto.**		**Cantidad de brazadas realizadas en los 50 metros en cada estilo.**		**Registros en tiempo de 50 metros brazada.**		**Cantidad de brazadas realizadas en los 50 metros en cada estilo.**		



FIRMA DE ENTRENADOR / INSTRUCTOR:

NOMBRES Y APELLIDOS: **Lic Nestor Salamanca E**

V°B° Metodologo de apoyo:



Nombres y apellidos Lic Jhon Jairo Ortiz Ramirez

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CERTIFICACION
FO-A-GDO-04
04-08-2017
Versión 02

EL SUSCRITO PROFESIONAL DE LA SUBGERENCIA DE DESARROLLO DEPORTIVO – INDERCAS - METODOLOGO

CERTIFICA Y/O DEJA CONSTANCIA QUE:

Que el entrenador, **NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA** , identificado con cedula de ciudadanía No.9.518.668 de Sogamoso, cumplió con las actividades metodológicas consignadas en el contrato de prestación de servicios 239 de 2022, el cual tiene como objeto PRESTAR LOS SERVICIOS DE MANERA AUTÓNOMA E INDEPENDIENTE COMO ENTRENADORES NIVEL II PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO: APOYO, FOMENTO, FORTALECIMIENTO Y DOTACIÓN AL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL DESARROLLO SALUDABLE, CON CALIDAD, EFICIENCIA Y EQUIDAD SOSTENIBLE EN CASANARE" BPIN 2022005850020.para el periodo comprendido entre 08-06-2023 al 07-07-2023.

La anterior se expide a los VEINTIOCHO (28) días del mes de Julio de 2023.

JONATHAN GARCIA DAZA

Profesional Universitario – Metodólogo

REVISO: JHON JAIRO ORTIZ RAMIREZ

PROYECTO: JHON JAIRO ORTIZ RAMIREZ

I PARTE

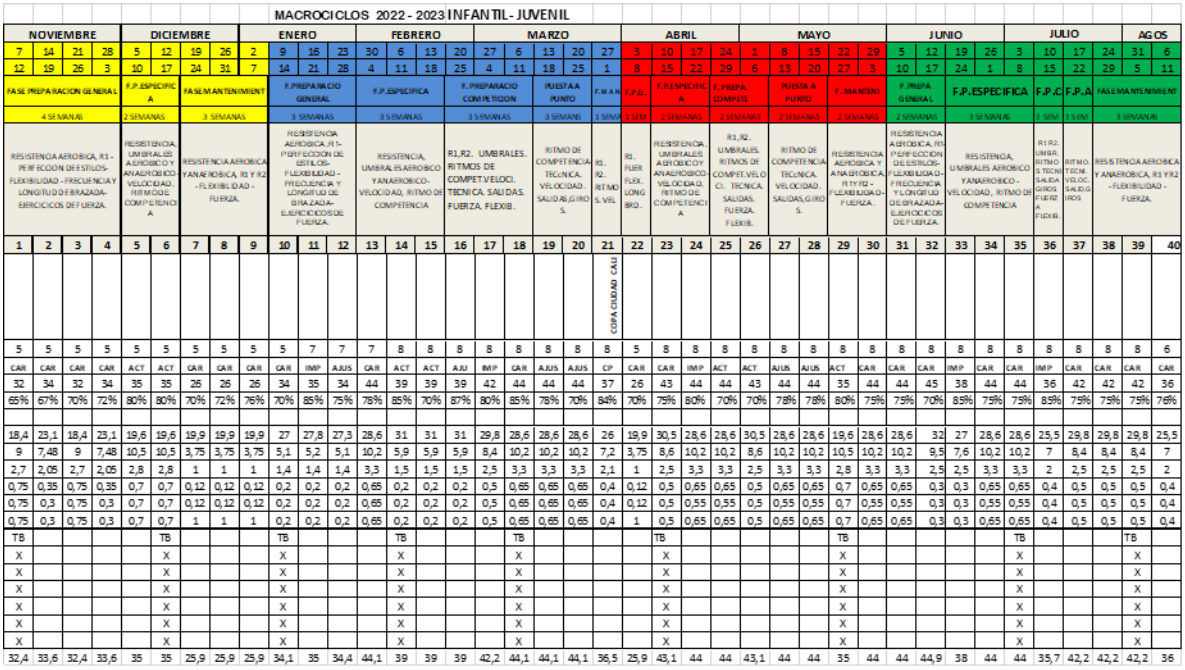
1. ACTIVIDADES DE ENTRENAMIENTO:

- **Selección trabajada**: Selección infantil y juvenil de Casanare.
- **Macrociclo en proceso**: Cuarto Macrociclo 2023.
- **Periodo**: Primeros Macrociclos del Cuarto Macrociclo.
- **Etapa:** Fase de Preparación General, microciclos 31,32; Fase de Preparación Específica, microciclos 33,34,35.
- **Tipo de Mesociclo:** Inicio del Cuarto Macrociclo, con las fases de preparación general y fase de preparación específica, compuesto por 5 microciclos.
- **Tipos de Microciclo.** Con el desarrollo del cuarto macrociclo, las capacidades aeróbicas de los deportistas se deben encontrar en un alto porcentaje de desarrollo. Los microciclos 31 y 32 son de carga donde finalizado el trabajo de agua, se realizan prácticas de ejercicio funcional con el peso propio del deportista. El micro 33 es de impacto donde se realizan repeticiones de alta intensidad, con ritmos de competición y repeticiones de velocidad. Y los micros 34 y 35 son de carga, es decir mayor volumen.
- **Objetivos planteados:** objetivos (físicos-técnicos-tácticos- en cada micro y mesociclo). Las prácticas de entrenamiento debido a la época vacacional y la época invernal en el sector se ven mermados, pues los deportistas en su mayoría, se han desplazado con sus familias a otras regiones. El trabajo con los pocos deportistas que permanecen en la ciudad se realiza normalmente en los mismos horarios. Se enfatiza en fortalecer algunas debilidades de cada deportista, en su estado físico con trabajos en tierra.
- **Horas trabajadas.** Durante el desarrollo del trabajo diario de lunes a viernes, los deportistas de rendimiento cumplieron jornadas de tres horas diarias y los dos grupos de formación, jornadas de hora y media de trabajo, los días sábado los nadadores realizaron trabajos de cuatro horas en la jornada de la mañana, para un total de 34 horas semanales de trabajo.
- **Unidades de entrenamiento: Planeadas Vs realizadas:** las actividades del plan de entrenamiento se continúan viendo reducidas, ante la época de vacaciones académicas y la temporada invernal. se recomienda a los deportistas la realización de trabajos en tierra en casa, como ejercicios para el fortalecimiento del Core, trabajos con caucho y bandas.

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE NIt. 844.003.345-1	**SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD**	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

- **Dificultades técnicas afrontadas y correctivos aplicados**: Ante la casi inasistencia de los deportistas de logros, se convoca a tres deportistas de formación a integrar el grupo de entrenamiento; se realiza reunión con algunos padres de familia buscando la manera de solucionar dicho impase y se asignaron practicas físicas en tierra a los deportistas de competición.

- **Plan de gráfico y escrito del MACROCICLO a desarrollar, MESOCICLO Y MICROCICLOS desarrollados.**



MACROCICLOS 2022 - 2023 INFANTIL - JUVENIL

NOVIEMBRE				DICIEMBRE				ENERO				FEBRERO				MARZO					ABRIL				MAYO				JUNIO				JULIO				AGOS	
7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31	6
12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	11
FASE PREPARACION GENERAL				F.P.ESPECIFICA		FASE MANTENIMIENT		F.PREPARACIO GENERAL				F.P.ESPECIFICA				F. PREPARACIO COMPETICION			PUESTA A PUNTO	F.MAN	F.P.G.	F.P.ESPECIFICA		F. PREPA. COMPETE		PUESTA A PUNTO	F. MANTENI		F.PREPA GENERAL			F.P.ESPECIFICA			F.P.C	F.P.A	FASE MANTENIMIENT		
4 SEMANAS				2 SEMANAS		3 SEMANAS		3 SEMANAS				3 SEMANAS				3 SEMANAS			3 SEMANAS	1 SEM	1 SEM	2 SEMANAS		2 SEMANAS		2 SEMANAS	2 SEMANAS		2 SEMANAS			3 SEMANAS			1 SEM	1 SEM	3 SEMANAS		
RESISTENCIA AEROBICA, R1 - PERFECCION DE ESTILOS- FLEXIBILIDAD - FRECUENCIA Y LONGITUD DE BRAZADA- EJERCICIOS DE FUERZA.				RESISTENCIA, UMBRALES AEROBICO Y ANAEROBICO - VELOCIDAD, RITMO DE COMPETENCIA		RESISTENCIA AEROBICA Y ANAEROBICA, R1 Y R2 - FLEXIBILIDAD - FUERZA.		RESISTENCIA AEROBICA, R1 - PERFECCION DE ESTILOS- FLEXIBILIDAD - FRECUENCIA Y LONGITUD DE BRAZADA- EJERCICIOS DE FUERZA.				RESISTENCIA, UMBRALES AEROBICO Y ANAEROBICO- VELOCIDAD, RITMO DE COMPETENCIA				R1,R2. UMBRALES. RITMOS DE COMPET.VELOCI. TECNICA. SALIDAS. FUERZA. FLEXIB.			RITMO DE COMPETENCIA. TECNICA. VELOCIDAD. SALIDAS,GIROS.	R1. R2. RITMOS. VEL	R1. FUER. FLEX. LONG. BKO.	R1,R2. UMBRALES. UMBRALES AEROBICO Y ANAEROBICO- VELOCIDAD. RITMO DE COMPETENCIA		R1,R2. UMBRALES. RITMOS DE COMPET.VELOCI. TECNICA. SALIDAS. FUERZA. FLEXIB.		RITMO DE COMPETENCIA. TECNICA. VELOCIDAD. SALIDAS,GIROS.	RESISTENCIA AEROBICA Y ANAEROBICA. R1 Y R2 - FLEXIBILIDAD - FUERZA.			RESISTENCIA AEROBICA, R1 PERFECCION DE ESTILOS- FLEXIBILIDAD. FRECUENCIA Y LONGITUD DE BRAZADA- EJERCICIOS DE FUERZA.			RESISTENCIA, UMBRALES AEROBICO Y ANAEROBICO - VELOCIDAD, RITMO DE COMPETENCIA			R1 R2. UMBR. RITMOS TECNI SALIDA GIROS. FUERZA. FLEXIB.	RITMO. TECNI. VELOC. SALIDAS		RESISTENCIA AEROBICA Y ANAEROBICA, R1 Y R2 - FLEXIBILIDAD - FUERZA.		
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	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
																				COPA CIUDAD CAU																			
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	7	7	7	8	8	8	8	8	8	8	8	5	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	6
CAR	CAR	CAR	CAR	ACT	ACT	CAR	CAR	CAR	CAR	IMP	AJUS	CAR	ACT	ACT	AJU	IMP	CAR	AJUS	AJUS	CP	CAR	CAR	IMP	ACT	ACT	AJUS	AJUS	ACT	CAR	CAR	CAR	IMP	CAR	CAR	IMP	CAR	CAR	CAR	CAR
32	34	32	34	35	35	26	26	26	34	35	34	44	39	39	39	42	44	44	44	37	26	43	44	44	43	44	44	35	44	44	45	38	44	44	36	42	42	42	36
65%	67%	70%	72%	80%	80%	70%	72%	76%	70%	85%	75%	78%	85%	70%	87%	80%	85%	78%	70%	84%	70%	75%	80%	70%	70%	78%	78%	80%	75%	75%	70%	85%	75%	75%	83%	75%	75%	75%	76%
18,4	23,1	18,4	23,1	19,6	19,6	19,9	19,9	19,9	27	27,8	27,3	28,6	31	31	31	29,8	28,6	28,6	28,6	26	19,9	30,5	28,6	28,6	30,5	28,6	28,6	19,6	28,6	28,6	32	27	28,6	28,6	25,5	29,8	29,8	29,8	25,5
9	7,48	9	7,48	10,5	10,5	3,75	3,75	3,75	5,1	5,2	5,1	10,2	5,9	5,9	5,9	8,4	10,2	10,2	10,2	7,2	3,75	8,6	10,2	10,2	8,6	10,2	10,2	10,5	10,2	10,2	9,5	7,6	10,2	10,2	7	8,4	8,4	8,4	7
2,7	2,05	2,7	2,05	2,8	2,8	1	1	1	1,4	1,4	1,4	3,3	1,5	1,5	1,5	2,5	3,3	3,3	3,3	2,1	1	2,5	3,3	3,3	2,5	3,3	3,3	2,8	3,3	3,3	2,5	2,5	3,3	3,3	2	2,5	2,5	2,5	2
0,75	0,35	0,75	0,35	0,7	0,7	0,12	0,12	0,12	0,2	0,2	0,2	0,65	0,2	0,2	0,2	0,5	0,65	0,65	0,65	0,4	0,12	0,5	0,65	0,65	0,5	0,65	0,65	0,7	0,65	0,65	0,3	0,3	0,65	0,65	0,4	0,5	0,5	0,5	0,4
0,75	0,3	0,75	0,3	0,7	0,7	0,12	0,12	0,12	0,2	0,2	0,2	0,65	0,2	0,2	0,2	0,5	0,65	0,65	0,65	0,4	0,12	0,5	0,55	0,55	0,5	0,55	0,55	0,7	0,55	0,55	0,3	0,3	0,55	0,55	0,4	0,5	0,5	0,5	0,4
0,75	0,3	0,75	0,3	0,7	0,7	1	1	1	0,2	0,2	0,2	0,65	0,2	0,2	0,2	0,5	0,65	0,65	0,65	0,4	1	0,5	0,65	0,65	0,5	0,65	0,65	0,7	0,65	0,65	0,3	0,3	0,65	0,65	0,4	0,5	0,5	0,5	0,4
TB					TB				TB				TB				TB					TB							TB						TB				TB	
X					X				X				X				X					X							X						X				X	
X					X				X				X				X					X							X						X				X	
X					X				X				X				X					X							X						X				X	
X					X				X				X				X					X							X						X				X	
X					X				X				X				X					X							X						X				X	
X					X				X				X				X					X							X						X				X	
32,4	33,6	32,4	33,6	35	35	25,9	25,9	25,9	34,1	35	34,4	44,1	39	39	39	42,2	44,1	44,1	44,1	36,5	25,9	43,1	44	44	43,1	44	44	35	44	44	44,9	38	44	44	35,7	42,2	42,2	42,2	36

MESOCICLO

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE	**SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD**	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

MODELO METODOLOGICO PARA LA PRESENTACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO

NOMBRE DEL ENTRENADOR:	**NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA**										
NATACION CARRERAS	**INFANTIL JUVENIL**				**MODALIDAD: CARRERAS**		**10 Y MAS**		**GENERO:**	**M. F.**	
MACROCICLO No 4	**FECHA: 05/06/2023**		**TIPO DE MESOCICLO: FASE DE PREPARACION GENERAL Y FASE DE PREPARACION ESPECIFICA..**						**FECHA: 11/08/2023**		
TIPO DE MICROCICLOS	**MICRO 31**		**MICRO 32**		**MICRO 33**		**MICRO 34**		**MICRO 35**		
	Carga		**Carga**		**Impacto**		**Carga**		**Carga**		
FECHAS DE MICROCICLO	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	
	5-jun	**10-jun**	**12-jun**	**17-jun**	**19-jun**	**24-jun**	**26-jun**	**1-jul**	**3-jul**	**8-jul**	
OBJETIVOS MESOCICLO	**FORTALECIMIENTO DE LA CAPACIDAD AEROBICA Y ANAEROBICA, R1,R2. PERFECCION DE ESTILOS, FRECUENCIA Y LONGITUD DE BRAZADA. RITMOS DE COMPETENCIA, ESTIMULOS A LOS UMBRALES. VELOCIDAD.**										
OBJETIVOS MICROCICLOS	**14**		**15**		**16**		**17**		**18**		
TECNICO	**VOL:40 Km**	**INT: 85%**	**VOL: 39 Km**	**INT: 70%**	**VOL: 32 Km**	**INT: 87%**	**VOL: 40 Km**	**INT: 80%**	**VOL: 38 Km**	**INT: 85%**	
VOL MIN: / **INT FRECAR:**	**Posicion corporal en el agua, elevacion y giro de la cadera. flecha.**		**Eficacia y eficiencia de brazadas, ajustes a la posicion corporal.**		**Correcciones posicion corporal, numero de brazadas .flecha.**		**Frecuencia de brazadas, eficiencia en movimientos, numero de brazadas.**		**Frecuencia de brazadas, eficiencia en movimientos**		
TACTICO	**VOL: 4 km.**	**INT: 85%**	**VOL: 6 Km**	**INT: 70%**	**VOL: 6 Km**	**INT: 87%**	**VOL: 4 Km**	**INT: 80%**	**VOL: 6 Km**	**INT: 85%**	
VOL MIN: / **INT FRECAR:**	**Mejoramiento de la resistencia aerobica. R1**		**rotacion de la cadera, mayor rotacion del cuerpo. Rolido.**		**R1, umbral aerobico, ritmos de competencia.**		**R1. umbral anaerobico, inicios de trabajos de cierta intensidad.**		**Trabajos de resistencia aerobica R1, R2. practicas de mayor volumen.**		
FISICOS	**VOL:**	**INT:**	**VOL:**	**INT:**	**VOL:**	**INT:**	**VOL:**	**INT:**	**VOL:**	**INT:**	
VOL MIN: / **INT FRECAR:**	**FLEXIBILIDAD.**		**FLEXIBILIDAD, FUERZA**		**FLEXIBILIDAD, FUERZA**		**FLEXIBILIDAD, FUERZA**		**FLEXIBILIDAD, FUERZA**		
VOLUMEN TOTAL.	**44 Km.**		**45 Km**		**38 Km**		**44 Km**		**44 Km**		
INTENSIDAD	**75%**		**70%**		**85%**		**75%**		**75%**		
MEDIOS	**Piscina , partidores,tablas didacticas, aletas, bastones, paletas, flotadores.**		**Piscina , partidores,tablas didacticas, aletas, bastones, paletas, flotadores.**		**Piscina , partidores,tablas didacticas, aletas, bastones, paletas, flotadores.**		**Piscina , partidores,tablas didacticas, aletas, bastones, paletas, flotadores.**		**Piscina , partidores,tablas didacticas, aletas, bastones, paletas, flotadores.**		
METODOS	**Intervalos, repeticiones, fartlek.**		**Intervalos, repeticiones, fartlek**		**Intervalos, repeticiones, fartlek.ATR.**		**Intervalos, repeticiones, fartlek. ATR**		**Intervalos, repeticiones, fartlek. ATR**		
EVALUACION	**Cantidad de brazadas realizadas en los 50 metros en cada estilo.**		**Registros en tiempo de 50 metros, en estilo predilecto.**		**Cantidad de brazadas realizadas en los 50 metros en cada estilo.**		**Registros en tiempo de 50 metros brazada.**		**Cantidad de brazadas realizadas en los 50 metros en cada estilo.**		

✪ Para los deportes individuales se debe proyectar los porcentajes de rendimiento en cada Mesociclo por cada deportista.

NOMBRES Y APELLIDOS	FECHA DE MESOCICLO	PORCENTAJE DE RENDIMIENTO
Nicolás Quijano	8/06/23---07/07/23.	60%
Oscar Julián Dueñas	8/06/23---07/07/23.	88%
Daniel Fco Naranjo.	8/06/23---07/07/23.	85%
Esteban Contreras	8/06/23---07/07/23.	75%
Martin Correa.	8/06/23---07/07/23.	85%
Martin Perez O.	8/06/23---07/07/23.	80%

2. COMPETENCIAS A LAS QUE ASISTIÓ:

✪ Nombre del evento, fecha, sede, resultados generales, puesto, medallero, etc.
No se asistió a competiciones.

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE	**SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD**	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

✪ Anexar formato consolidado de participaciones.

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

CONSOLIDADO DE PARTICIPACIONES
DEPARTAMENTALES, NACIONALES E INTERNACIONALES

DEPORTE: NATACION CARRERAS — ENTRENADOR Lic. NESTOR SALAMANCA E

								RESULTADOS						
		INTER			LISTADO DE			MEDALLAS			PUESTO			
Nº-	EVENTO	CLUBES	LIGAS	OTROS	DEPORTISTAS PARTICIPANTES	FECHA	CATEGORIA	ORO	PLATA	BRONCE	1RO	2DO	3RO	OTROS
	I VALIDA DEPARTAMENTAL LIGA BOYACA 2023	X			OSCAR JULIAN DUEÑAS	14/04/2023	JUV B.	1	4					
					NICOLAS QUIJANO	14/04/2023	JUV A	6						
					MARTIN PEREZ	14/04/2023	INFAN						1	4
					JOHAN CONTRERAS	14/04/2023	INFAN		3	1				5
					MARTIN CORREA	14/04/2023	INFAN		3	2				
					DANIEL NARANJO	14/04/2023	INFAN	1	2	1				5

Firma del Entrenador: Salamanca E — V/Bº LIGA Liliana Saavedra Sierra

✪

3. REUNIONES INTERDISCIPLINARIAS

✪ Programadas Vs Realizadas, especificando fecha, objetivo, temas tratados, y tipo de reunión según el perfil de asistencias así: Metodológicas, medicas, y de ciencias aplicadas, comisiones técnicas, comités ejecutivos desarrollo psicosocial, capacitaciones, otros (anexar actas de reunión.)
No se realiza ninguna actividad relacionada.

4. TEST VALORACIONES:

✪ Físicos, técnico - tácticos, pruebas médicas, pruebas teóricas, test pedagógicos (anexar)

TEST BASICO

Ciudad y fecha; Yopal 5/07/23.

DATOS PERSONALES:

Nombre. OSCAR JULIAN DUEÑAS. N° DOC. 1029647784

Fecha de nacimiento. 02/11/2007 edad: 15 años

Dirección. Carrera 21 A # 21-40. Teléfono. 3217064144

Correo. oscarduenastorres@gmail.com

Estatura. 1.63 cm. Estatura sentada. 76 cm

Envergadura (arriba). 2.08 cm Envergadura (lateral). 1.68 cm

Peso. 48kg.

TEST PISCINA

8X100/4' Tiempo(T') Frecuencia cardiaca (FC)

70% 80% 90% 100% 100% 90% 80% 70%

Estilo. PECHO. Tiempo personal.

70%		80%		90%		100%		100%		90%		80%		70%		Velocidad mejor tiempo
T'	FC	T'	FC	T'	FC	T'	FC	T'	FC	T'	FC	T'	FC	T'	FC	
1.43.86	25	1.34.64	28	1.29.23	32	1.28.17	37	1.37.39	30	1.35.66	32	1.39.05	29	1.41.33	27	

Observaciones:

Ciudad y fecha; Yopal 5/07/23

DATOS PERSONALES:

Nombre. MARTIN PEREZ OVALLE N° DOC. 1222113742

Fecha de nacimiento. 15/12/2012 edad: 11 años

Dirección. Carrera 46 Nª 38-25 Teléfono. 3222550729

Correo: tecnovialwe1501@gmail.com

Estatura. 1.56 cm. Estatura sentada. 65 cm

Envergadura (arriba). 1.72 cm Envergadura (lateral). 1.62 cm

Peso. 42 kg.

TEST PISCINA

8X100/4’ Tiempo(T’) Frecuencia cardiaca (FC)

70% 80% 90% 100% 100% 90% 80% 70%

Estilo. LIBRE Tiempo personal.

70%		80%		90%		100%		100%		90%		80%		70%		Velocidad mejor tiempo
T’	FC	T’	FC	T’	FC	T’	FC	T’	FC	T’	FC	T’	FC	T’	FC	
1.42.08	26	1.33.86	27	1.28.45	25	1.23.81	31	1.23.81	31	1.35.09	28	1.41.75	27	1.42.18	22	

Observaciones_:

Ciudad y fecha; Yopal 5/07/23.

DATOS PERSONALES:

Nombre. MARTIN CORREA CORREA N° DOC. 1029664499

Fecha de nacimiento. 07/08/2009 edad: 13 años

Dirección. Transv.23 # 37-87. T3. Apto 412 Teléfono. 3124255652

Correo. Correamartin2009@gmail.com

Estatura. 1.65 cm. Estatura sentada. 78 cm

Envergadura (arriba). 2.12 cm Envergadura (lateral). 1.72 cm

Peso. 48kg.

TEST PISCINA

8X100/4’ Tiempo(T’) Frecuencia cardiaca (FC)

70% 80% 90% 100% 100% 90% 80% 70%

Estilo. LIBRE Tiempo personal.

70%		80%		90%		100%		100%		90%		80%		70%		
T'	FC	T'	FC	T'	FC	T'	FC	T'	FC	T'	FC	T'	FC	T'	FC	
1.23.18	26	1.18.03	28	1.16.17	27	1.11.25	31	1.14.60	27	1.27.67	25	1.22.53	27	1.21.92	20	

Observaciones:

Ciudad y fecha; Yopal 5/07/23.

DATOS PERSONALES:

Nombre. JOHAN ESTEBAN CONTRERAS CUTA. N° DOC. 1029664284

Fecha de nacimiento. 21/05/2009 edad: 13 años

Dirección. San Marcos. T.3. Apto 401 Teléfono. 3102509275

Correo. licethcuta@gmail.com

Estatura. 1.73 cm. Estatura sentada. 85 cm

Envergadura (arriba). 2.22 cm Envergadura (lateral). 1.81 cm

Peso. 52 kg.

TEST PISCINA

8X100/4' Tiempo(T') Frecuencia cardiaca (FC)

70% 80% 90% 100% 100% 90% 80% 70%

Estilo. LIBRE Tiempo personal.

	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC52
INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

70%		80%		90%		100%		100%		90%		80%		70%		
T’	FC	T’	FC	T’	FC	T’	FC	T’	FC	T’	FC	T’	FC	T’	FC	
1.27.86	25	1.24.66	26	1.19.60	34	1.16.14	37	1.15.60	35	1.24.00	32	1.24.31	30	1.34.27	26	

Observaciones:

Ciudad y fecha; Yopal 5/07/23.

DATOS PERSONALES:

Nombre. DANIEL FRANCISCO NARANJO MARIÑO N° DOC. 1029663638

Fecha de nacimiento. 12/06/2008 edad: 12 años

Dirección. Carrera 21 A # 21-40. Teléfono. 3217064144

Correo.

Estatura. 1.75 cm. Estatura sentada. 90 cm

Envergadura (arriba). 2.31 cm Envergadura (lateral). 1.83 cm

Peso. 48kg.

TEST PISCINA

8X100/4’ Tiempo(T’) Frecuencia cardiaca (FC)

70% 80% 90% 100% 100% 90% 80% 70%

Estilo. LIBRE Tiempo personal.

70%	80%	90%	100%	100%	90%	80%	70%	

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE	**SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD**	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

T'	F C	T'	F C	T'	F C	T'	F C	T'	F C	T'	F C	T'	F C	T'	F C	
1.25.32	26	1.20.03	28	1.18.89	27	1.13.56	32	1.15.71	32	1.29.65	25	1.29.35	28	1.32.58	25	

Observaciones:

ASISTENCIA

Relacionar detalladamente en el formato 1.1 Control de asistencia a los entrenamientos, especifique en los espacios apropiados el porcentaje de asistencia y los motivos de las ausencias.

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

PLANILLA DE ASISTENCIA

SELECCIÓN: CASANARE, INFANTIL-JUVENIL — **FECHA: DESDE: DIA: 08 MES: 06 AÑO: 2023 HASTA: DIA: 07 MES:07 AÑO: 2023.**

DEPORTE: NATACION CARRERAS. — **HORARIO: LUNES A VIERNES - 3:00--8:00 PM.**

ENTRENADOR: NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA — **EDADES: MENORES,INFANTILES,JUVENILES,ADULTOS.**

DIRECCIÓN: CARRERA 7B # 24-11.

TELEFONO: 3203039620

N°-	NOMBRE Y APELLIDOS	JUNIO 8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	JULIO 26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	ASIST. %	OBSERVACIONES GENERALES
1	NARANJO MARIÑO DANIEL FRANCISCO	A	A	A			A	A	F	A	A			A	A	A	F	A		A	F	A	A	F	A			A	F	A		75%	
2	MEDINA LESMES SIMON ALEJANDRO	F	F	A			A	F	A	A	F			A	A	A	F	A		A	A	F	A	A	A			A	A	A		71%	
3	CORREA CORREA MARTIN	A	A	A			A	A	A	A	F			A	A	A	F	A		A	A	A	A	A	A			A	A	A		100%	
4	FUENTES CHAPARRO CRISTIAN DAVID	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	F	F	F		F	F	F	A	F	F			A	F	A		42%	
5	ACERO PEREZ MAYRA	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	F	F	F		F	F	F	A	F	F			A	F	A		38%	
6	CHIVATA PINEDA SANTIAGO	A	A	A			F	F	A	A	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	A		38%	
7	OLIVARES J FRANCISCO	A	A	A			A	A	A	A	F			A	F	A	F	A		A	A	F	A	F	A			A	F	A		46%	
8	SALAMANCA RODRIGUEZ SAMUEL	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	A	F	A		A	A	F	F	F	A			A	F	A		71%	
9	MONTAÑEZ G SCHAROLL VALENTINA	A	F	A			F	F	A	F	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	A	F	38%	
10	LOPEZ RODRIGUEZ ARIANA LUCIA	A	A	A			A	F	A	A	A			A	A	A	A	F		A	F	A	A	A	A			A	A	A		38%	
11	RAMIREZ ROJAS MARIA JOSE	F	F	A			F	F	F	F	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	F	F	88%	
12	OCAMPO MARTINEZ SAMUEL ANDRES	F	F	A			A	A	F	F	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	F	F	33%	
13	CONTRERAS CUTA JOHN ESTEBAN	F	A	F			A	A	F	A	A			F	A	F	A	A		F	A	A	F	A	F			A	A	F	A	38%	
14	MURILLO MARIA PAULA	A	A	A			F	F	F	A	F			F	F	F	F	A		F	F	F	F	F	F			F	F	F	A	83%	
15	ARANGO PINEDA CAMILO ALEJANDRO	A	A	A			F	F	A	A	F			F	F	F	F	A		F	F	F	F	F	F			F	F	A	A	42%	
16	MONTAÑES JENNY	A	F	A			A	F	A	A	F			F	F	F	F	F		F	F	F	A	F	F			A	F	A	A	46%	
17	SAMANIEGO MORENO PABLO DANIEL	A	A	A			F	F	A	A	F			F	F	A	F	A		A	F	F	A	F	A			F	F	A	A	33%	
18	LESMES SANA LILIANA PAOLA	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	A	F	F		A	F	F	A	F	A			A	F	A	A	54%	
19	TRIBIÑO Q JACQUELINE	A	A	A			A	A	F	A	A			A	A	A	F	A		A	F	A	A	F	A			A	A	F	A	42%	
20	ALFONSO ALEJANDRA	F	F	A			A	F	A	A	F			A	A	A	F	A		A	A	F	A	A	A			A	A	A	A	88%	
21	NUÑEZ DAVID	A	A	A			A	A	A	A	F			A	A	A	F	A		A	A	A	A	A	A			A	A	A	A	63%	
22	PEDRAZA DURAN ALEJANDRO	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	F	F	F		F	F	F	A	F	F			A	F	A	A	96%	
23	YATE LOPEZ SAILVANA	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	F	F	F		F	F	F	A	F	F			A	F	A	A	42%	
24	ROJAS DIAZ SALOME	A	A	A			F	F	A	A	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	A	A	38%	
25	CABIRRIAN SUAREZ DYLAN EMANUEL	A	A	A			A	A	A	A	F			A	F	A	F	A		A	A	F	A	F	A			A	F	A	A	46%	
26	PALACIOS BAYONA MAYRA ALEJANDRA	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	A	F	A		A	A	F	F	F	A			A	F	A	A	71%	
27	POSADA CORTES DANIEL SEBASTIAN	A	F	A			F	F	A	F	F			A	F	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	A	F	38%	
28	RAMIREZ CORTES SAMUEL DAVID	A	A	A			A	F	A	A	A			A	A	A	A	F		A	F	A	A	A	A			A	A	A	A	38%	
29	ALFEREZ CRISTANCHO SARA DANIELA	A	A	A			A	A	A	A	F			A	F	A	F	A		A	A	F	A	F	A			A	F	A	A	88%	
30	CORTES BARRERA ESTEBAN	F	F	A			A	A	A	A	F			A	F	A	F	A		A	A	F	F	F	A			A	F	A	A	50%	
31	CASTIBLANCO C. LEAM	F	F	A			A	A	A	A	F			A	F	A	F	A		A	A	F	A	F	A			A	F	A	A	50%	
32	MEDINA MEDINA ANDRES JULIAN	A	A	A			A	A	F	A	A			A	A	A	F	A		A	F	A	A	F	A			A	A	F	A	50%	
33	RODRIGUEZ LOMBANA ADRIEL FARID	F	F	A			A	F	A	A	F			A	A	A	F	A		A	A	F	A	A	A			A	A	A	A	83%	
34	CASTILBLANCO CORREDOR YAGO	A	A	A			A	A	A	A	F			A	A	A	F	A		A	A	A	A	A	A			A	A	A	A	63%	
35	VELANDIA ZAMBRANO MARIANA LUCIA	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	F	F	F		F	F	F	A	F	F			A	F	A	A	96%	
36	DUEÑAS OSCAR JULIAN	A	A	A			A	A	A	A	A			A	A	A	A	A		A	A	A	A	A	A			A	A	A	A	100%	
37	SUAREZ PIRAGAUTA MARCOS	A	A	A			F	F	A	A	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	A	A	38%	
38	QUIJANO R. NICOLAS.	A	A	A			A	A	A	A	F			A	F	A	F	A		A	A	F	A	F	A			A	F	A	A	46%	
39	OICATA ARIADNA	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	A	F	A		A	A	F	F	F	A			A	F	A	A	71%	
40	MARTINEZ GINA.	A	F	A			F	F	A	F	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	A	F	38%	

CONVENCIÓNES: **A: ASISTIO** — **R: LLEGADA TARDE** — **E: EXCUSA** — **F: NO ASISTIO**

5. Escuelas De Formación:

Número de escuelas apoyadas, capitaciones realizadas, número de niños beneficiados, número de trabajos teórico – prácticos realizados, especificando las horas y lugares, temas tratados entre otros (anexar planillas de asistentes y presentación del temario y desarrollo de la capacitación) Se trabaja coordinadamente con la formación de nadadores con el club Acuarios de Yopal, con niños desde los 7 años, procesos los cuales se desarrollan con material didáctico del club y en asesoría a los dos monitores de dicho club.

Firma:



LIC. NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA
C.C. 9518668
Contratista

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

PLANILLA DE ASISTENCIA

SELECCIÓN: CASANARE, INFANTIL-JUVENIL
DEPORTE: NATACION CARRERAS.
ENTRENADOR: NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA
DIRECCIÓN: CARRERA 7B # 24-11.
TELEFONO: 3203039620

FECHA: DESDE: DIA: 08 MES: 06 AÑO: 2023 HASTA: DIA: 07 MES:07 AÑO: 2023.
HORARIO: LUNES A VIERNES - 3:00--8:00 PM.
EDADES: MENORES,INFANTILES,JUVENILES,ADULTOS.

N°-	NOMBRE Y APELLIDOS	JUNIO												JULIO																ASIST. %	OBSERVACIONES GENERALES
		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7		
1	NARANJO MARIÑO DANIEL FRANCISCO	A	A	A			A	A	F	A	A			A	A	A	F	A		A	F	A	A	F	A			A	A	F	A	75%	
2	MEDINA LESMES SIMON ALEJANDRO	F	F	A			A	F	A	A	F			A	A	A	F	A		A	A	F	A	A	A			A	A	A	A	71%	
3	CORREA CORREA MARTIN	A	A	A			A	A	A	A	F			A	A	A	F	A		A	A	A	A	A	A			A	A	A	A	100%	
4	FUENTES CHAPARRO CRISTIAN DAVID	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	F	F	F		F	F	F	A	F	F			A	F	A	A	42%	
5	ACERO PEREZ MAYRA	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	F	F	F		F	F	F	A	F	F			A	F	A	A	38%	
6	CHIVATA PINEDA SANTIAGO	A	A	A			F	F	A	A	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	A	A	38%	
7	OLIVARES J FRANCISCO	A	A	A			A	A	A	A	F			A	F	A	F	A		A	A	F	A	F	A			A	F	A	A	46%	
8	SALAMANCA RODRIGUEZ SAMUEL	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	A	F	A		A	A	F	F	F	A			A	F	A	A	71%	
9	MONTAÑEZ G SCHAROLL VALENTINA	A	F	A			F	F	A	F	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	A	F	38%	
10	LOPEZ RODRIGUEZ ARIANA LUCIA	A	A	A			A	F	A	A	A			A	A	A	A	F		A	F	A	A	A	A			A	A	A	A	38%	
11	RAMIREZ ROJAS MARIA JOSE	F	F	A			F	F	F	F	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	F	F	88%	
12	OCAMPO MARTINEZ SAMUEL ANDRES	F	F	A			A	A	F	F	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	F	F	33%	
13	CONTRERAS CUTA JOHN ESTEBAN	F	A	F			A	A	F	A	A			F	A	F	A	A		F	A	A	F	A	F			A	A	F	A	38%	
14	MURILLO MARIA PAULA	A	A	A			F	F	F	A	F			F	F	F	F	A		F	F	F	F	F	F			F	F	F	A	83%	
15	ARANGO PINEDA CAMILO ALEJANDRO	A	A	A			F	F	A	A	F			F	F	F	F	A		F	F	F	F	F	F			F	F	A	A	42%	
16	MONTAÑES JENNY	A	F	A			A	F	A	A	F			F	F	F	F	F		F	F	F	A	F	F			A	F	A	A	46%	
17	SAMANIEGO MORENO PABLO DANIEL	A	A	A			F	F	A	A	F			F	F	A	F	A		A	F	F	A	F	A			F	F	A	A	33%	
18	LESMES SANA LILIANA PAOLA	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	A	F	F		A	F	F	A	F	A			A	F	A	A	54%	
19	TRIBIÑO Q JACQUELINE	A	A	A			A	A	F	A	A			A	A	A	F	A		A	F	A	A	F	A			A	A	F	A	42%	
20	ALFONSO ALEJANDRA	F	F	A			A	F	A	A	F			A	A	A	F	A		A	A	F	A	A	A			A	A	A	A	88%	
21	NUÑEZ DAVID	A	A	A			A	A	A	A	F			A	A	A	F	A		A	A	A	A	A	A			A	A	A	A	63%	
22	PEDRAZA DURAN ALEJANDRO	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	F	F	F		F	F	F	A	F	F			A	F	A	A	96%	
23	YATE LOPEZ SAILVANA	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	F	F	F		F	F	F	A	F	F			A	F	A	A	42%	
24	ROJAS DIAZ SALOME	A	A	A			F	F	A	A	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	A	A	38%	
25	CABIRRIAN SUAREZ DYLAN EMANUEL	A	A	A			A	A	A	A	F			A	F	A	F	A		A	A	F	A	F	A			A	F	A	A	46%	
26	PALACIOS BAYONA MAYRA ALEJANDRA	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	A	F	A		A	A	F	F	F	A			A	F	A	A	71%	
27	POSADA CORTES DANIEL SEBASTIAN	A	F	A			F	F	A	F	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	A	F	38%	
28	RAMIREZ CORTES SAMUEL DAVID	A	A	A			A	F	A	A	A			A	A	A	A	F		A	F	A	A	A	A			A	A	A	A	38%	
29	ALFEREZ CRISTANCHO SARA DANIELA	A	A	A			A	A	A	A	F			A	F	A	F	A		A	A	F	A	F	A			A	F	A	A	88%	
30	CORTES BARRERA ESTEBAN	F	F	A			A	A	A	A	F			A	F	A	F	A		A	A	F	F	F	A			A	F	A	A	50%	
31	CASTIBLANCO C. LEAM	F	F	A			A	A	A	A	F			A	F	A	F	A		A	A	F	A	F	A			A	F	A	A	50%	
32	MEDINA MEDINA ANDRES JULIAN	A	A	A			A	A	F	A	A			A	A	A	F	A		A	F	A	A	F	A			A	A	F	A	50%	
33	RODRIGUEZ LOMBANA ADRIEL FARID	F	F	A			A	F	A	A	F			A	A	A	F	A		A	A	F	A	A	A			A	A	A	A	83%	
34	CASTILBLANCO CORREDOR YAGO	A	A	A			A	A	A	A	F			A	A	A	F	A		A	A	A	A	A	A			A	A	A	A	63%	
35	VELANDIA ZAMBRANO MARIANA LUCIA	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	F	F	F		F	F	F	A	F	F			A	F	A	A	96%	
36	DUEÑAS OSCAR JULIAN	A	A	A			A	A	A	A	A			A	A	A	A	A		A	A	A	A	A	A			A	A	A	A	100%	
37	SUAREZ PIRAGAUTA MARCOS	A	A	A			F	F	A	A	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	A	A	38%	
38	QUIJANO R. NICOLAS.	A	A	A			A	A	A	A	F			A	F	A	F	A		A	A	F	A	F	A			A	F	A	A	46%	
39	OICATA ARIADNA	A	A	A			A	F	A	A	F			F	F	A	F	A		A	A	F	F	F	A			A	F	A	A	71%	
40	MARTINEZ GINA.	A	F	A			F	F	A	F	F			F	A	A	F	F		A	F	F	A	F	A			F	F	A	F	38%	

CONVENCIÓNES: **A: ASISTIO** **R: LLEGADA TARDE** **E: EXCUSA** **F: NO ASISTIO**

FIRMA DEL ENTRENADOR: Salamanca E

Nota: Los dias de trabajo van de acuerdo a la fecha de inicio

J.R.C.

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

HORARIO 2023

Gobernación de Casanare
Es el Tiempo de Casanare

DEPORTE	ENTRENADOR	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
NATACION CARRERAS	Nombre: **NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA** Telef:**3203039620** **nesae@hotmail.com**	Hora: **3:00 a 5:00 PM** Categoria: infantil-juvenil Edades: 11 a 17 años Lugar:piscina olimpica.	Hora: **3:00 a 5:00 PM**: Categoria: infantil-juvenil Edades: 11 a 17 años Lugar:piscina olimpica.	Hora: **3:00 a 5:00 PM**: Categoria: infantil-juvenil Edades: 11 a 17 años Lugar:piscina olimpica.	Hora: **3:00 a 5:00 PM**: Categoria: infantil-juvenil Edades: 11 a 17 años Lugar:piscina olimpica.	Hora: **3:00 a 5:00 PM**: Categoria: infantil-juvenil Edades: 11 a 17 años Lugar:piscina olimpica.	
		Hora:**5:00 A 6:00 PM** Categoria: MENORES. Edades: 7 A 10 años. Lugar: piscina olimpica.	Hora:**5:00 A 6:00 PM** Categoria: MENORES. Edades: 7 A 10 años. Lugar: piscina olimpica.	Hora:**5:00 A 6:00 PM** Categoria: MENORES. Edades: 7 A 10 años. Lugar: piscina olimpica.	Hora:**5:00 A 6:00 PM** Categoria: MENORES. Edades: 7 A 10 años. Lugar: piscina olimpica.	Hora:**5:00 A 6:00 PM** Categoria: MENORES. Edades: 7 A 10 años. Lugar: piscina olimpica.	
		Hora:**6:00 a 7:00 PM** Categoria: menores. Edades: 7 a 10 años. Lugar: piscina olimpica	Hora:**6:00 a 7:00 PM** Categoria: menores. Edades: 7 a 10 años. Lugar: piscina olimpica	Hora:**6:00 a 7:00 PM** Categoria: menores. Edades: 7 a 10 años. Lugar: piscina olimpica	Hora:**6:00 a 7:00 PM** Categoria: menores. Edades: 7 a 10 años. Lugar: piscina olimpica	Hora:**6:00 a 7:00 PM** Categoria: menores. Edades: 7 a 10 años. Lugar: piscina olimpica	
		Hora: **7:00 a 8:00 PM.** Categoria: adultos. Edades: 18 y mas. Lugar: piscina olimpica.	Hora: **7:00 a 8:00 PM.** Categoria: adultos. Edades: 18 y mas. Lugar: piscina olimpica.	Hora: **7:00 a 8:00 PM.** Categoria: adultos. Edades: 18 y mas. Lugar: piscina olimpica.	Hora: **7:00 a 8:00 PM.** Categoria: adultos. Edades: 18 y mas. Lugar: piscina olimpica.	Hora: **7:00 a 8:00 PM.** Categoria: adultos. Edades: 18 y mas. Lugar: piscina olimpica.	

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CONSOLIDADO DE PARTICIPACIONES
DEPARTAMENTALES, NACIONALES E INTERNACIONALES

DEPORTE: NATACION CARRERAS **ENTRENADOR Lic. NESTOR SALAMANCA E**

								RESULTADOS						
		INTER			LISTADO DE			MEDALLAS			PUESTO			
N°-	EVENTO	CLUBES	LIGAS	OTROS	DEPORTISTAS PARTICIPANTES	FECHA	CATEGORIA	ORO	PLATA	BRONCE	1RO	2DO	3RO	OTROS
	I VALIDA DEPARTAMENTAL LIGA BOYACA 2023	X			OSCAR JULIAN DUEÑAS	14/04/2023	JUV B.	1	4					
					NICOLAS QUIJANO	14/04/2023	JUV A	6						
					MARTIN PEREZ	14/04/2023	INFAN						1	4
					JOHAN CONTRERAS	14/04/2023	INFAN		3	1				5
					MARTIN CORREA	14/04/2023	INFAN		3	2				
					DANIEL NARANJO	14/04/2023	INFAN	1	2	1				5

Firma del Entrenador: __ Salamanca E

V/Bº LIGA__ Liliana Saavedra Sierra ___

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE CASANARE	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD DEPORTES POBLACIÓN BENEFICIADA		POBLACION BENEFICIADA FO-M-DRA-10 04/05/2022 Version 02

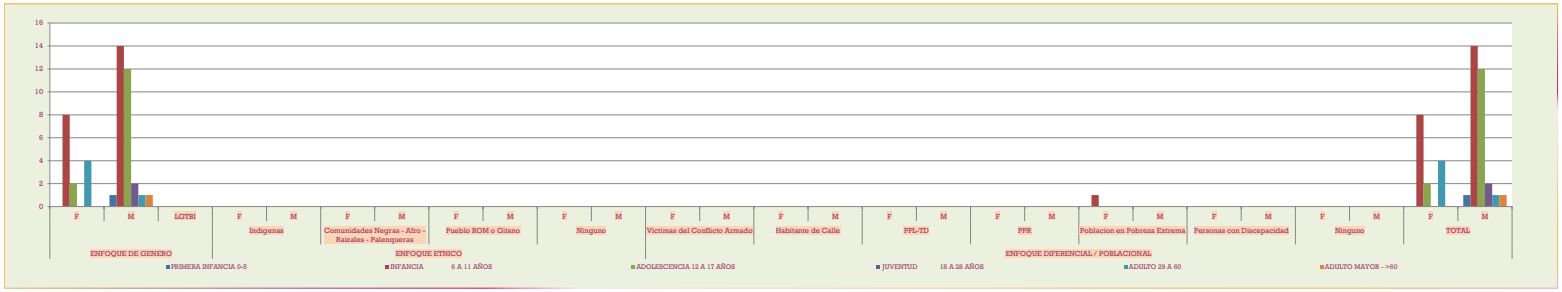
NOMBRE DEL CONTRATISTA: Lic. NESTOR SALAMANCA E

PERIODO: 08/06/2023 AL 07/07/2023 | MUNICIPIO: YOPAL | SEDE DE TRABAJO: piscina olimpica Pierre Lora muñoz

TELEFONO: 3203039620 | CORREO ELECTRONICO: nesae@hotmail.com

POBLACIÓN

RANGO DE EDAD / POBLACION	ind	AREA URBANA/RURAL		ENFOQUE DE GENERO			ENFOQUE ETNICO								ENFOQUE DIFERENCIAL / POBLACIONAL												TOTAL		GRAN TOTAL
							Indigenas		Comunidades Negras - Afro - Raizales - Palenqueras		Pueblo ROM o Gitano		Ninguno		Victimas del Conflicto Armado		Habitante de Calle		PPL-TD		PPR		Poblacion en Pobreza Extrema		Personas con Discapacidad		Ninguno				
		U	R	F	M	LGTBI	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	
PRIMERA INFANCIA 0-5	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
INFANCIA 6 A 11 AÑOS	2	0	0	8	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	8	14	22
ADOLESCENCIA 12 A 17 AÑOS	3	0	0	2	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	12	14
JUVENTUD 18 A 28 AÑOS	4	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2
ADULTO 29 A 60	5	0	0	4	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	1	5
ADULTO MAYOR - >60	6	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
TOTALES		**0**	**0**	**14**	**31**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**14**	**31**	**45**



FIRMA : _____

NOMBRES Y APELLIDOS: Lic NESTOR SALAMANCA E

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

SISTEMA DE GESTIÓN - CALIDAD
DEPORTES
POBLACIÓN BENEFICIADA

POBLACION BENEFICIADA
FO-M-DRA-10
04/05/2022
Version 02

BASE DE DATOS

CONTRATO No: 0329	FECHA: 17/07/2023	OBJETO: PRESTAR LOS SERVICIOS DE MANERA AUTONOMA E INDEPENDIENTE COMO ENTRENADORES NIVEL II PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO: APOYO, FOMENTO,FORTALECIMIENTO Y DOTACION AL DEPORTE, LA RECREACION Y LA ACTIVIDAD FISICA PARA EL DESARROLLO SALUDABLE, CON CALIDAD, EFICIENCIA Y EQUIDAD SOSTENIBLE EN CASANARE. BPIN2022005850020
NOMBRES Y APELLIDOS: Lic NESTOR SALAMANCA E	N° CELULAR: 320 3039620	DEPORTE: NATACION
MES DE INFORME: 08/06/2023 al 07/07/2023	MUNICIPIO YOPAL	CORREO ELECTRONICO: nesae@hotmail.com

NOTA: SIGLA PPL-TD : POBLACION PRIVADA DE LA LIBERTAD
SIGLA PPR: POBLACION EN PROCEO DE REINSERCION

							ENFOQUE DE GENERO			ENFOQUE ETNICO				ENFOQUE DIFERENCIAL / POBLACIONAL							SECTOR	
N°-	MOMBRE Y APELLIDOS	N° D.I.	FECHA DE NACIMIENTO dd/mm/aaaa	EDAD	TELEFONO	E- MAIL	F	M	LGTBI	Indigenas	Comunidades Negras - Afro - Raizales - Palenqueras	Pueblo ROM o Gitano	Ninguno	Victimas del Conflicto Armado	Habitante de Calle	PPL-TD	PPR	Poblacion en Pobreza Extrema	Personas con Discapacidad	Ninguno	U	R
1	OSCAR JULIAN DUEÑAS TORRES	1029647784	2/11/2007	15	3114794241	oscar-duenas75@hotmail.com		x														
2	NARANJO MARIÑO DANIEL FRANCISCO	1029663638	12/06/2008	15	3114408740	maranjoariza@gmail.com		x														
3	MEDINA LESMES SIMON ALEJANDRO	1052385577	23/08/2006	16	3202603486	simonale14medles@gmail.com		x														
4	CORREA CORREA MARTIN	1029664499	7/08/2009	13	3114799451	correamartin2009@gmail.com		x														
5	FUENTES CHAPARRO CRISTIAN DAVID	1222130098	24/08/2017	5	3134851316	vinethchaparro@gamil.com		x														
6	BETANCOURT GARCIA JERONIMO	1029668131	11/01/2013	10	3123350939	leden.garcia@gmail.com		x														
7	LOPEZ GOMEZ EMILIANO	1118562333	13/08/2013	9	3142940069	harolluga@gmail.com		x														
8	CARDENA GUATIBONZA JHON ALEXANDER	1144149234	21/01/1991	32	3022273360	jacardenasgua@gamil.com		x														
9	PEREZ LUZ MARINA	47427861	19/03/1965	58	3144718670	luzmarinapz2020@gmail.com	x															
10	ACERO PEREZ MAYRA	1118555953	2/10/1993	29	3125230755	mayraaceroperez02@gmail.com	x															
11	CHIVATA PINEDA SANTIAGO	1032469264	21/01/2013	10	3212517107	u1701231@gamil.com		x														
12	OLIVARES J FRANCISCO	1029668766	2/02/2014	9	3105746129	soloac@hotmail.com		x														
13	SALAMANCA RODRIGUEZ SAMUEL	1029654711	20/10/2010	12	3182573739	lubierpeluqueria@gmail.com		x														
14	MONTAÑEZ G SCHAROLL VALENTINA	1222115670	26/07/2013	9	3102705628	mary426garcia@gmail.com	x															
15	LOPEZ RODRIGUEZ ARIANA LUCIA	1222128141	1/02/2017	6	3143090430	quim_gusanote@yahoo.es	x															
16	CARDENAS MARTINEZ RAFAEL	1029678543	4/12/2012	10	3125512607	melienamz2016@gamil.com		x														
17	RAMIREZ ROJAS MARIA JOSE	1011103263	24/12/2008	14	3102941344	pamesioparrapio@gmail.com	x															
18	OCAMPO MARTINEZ SAMUEL ANDRES	1222118127	17/04/2014	9	3214881880	analudy22@hotmail.com		x														
19	GERRERO LEYVA MARIA JOSE	1034529014	11/09/2014	8	3118586420	narda_vineth@hotmail.com	X															
20	DURAN JIMENEZ SANTIAGO	1094274607	23/03/2013	10	3204286657	jkalaja@hotmail.com		X														
21	CONTRERAS CUTA JOHN ESTEBAN	1029664284	21/05/2009	14	3102509275	licethcuta@gmail.com		X														
22	PARRA BELTRAN RAFEL GERARDO	1222115540	17/06/2013	10	3214225095	raparrarincon@hotmail.com		X														
23	ARANGO PINEDA CAMILO ALEJANDRO	1029663056	9/10/2007	15	3213432967	Japw-89@hotmai		X														
24	NARVAEZ LAITON DYLAN LEONARDO	1222119260	9/08/2014	8	3115931915	Japw-89@hotmai		X														
25	SAMANIEGO MORENO PABLO DANIEL	1057980031	22/06/2007	16	3138269562	iztaiton20@gmail.com		X														
26	LESMES SANA LILIANA PAOLA	46682242	16/04/1981	42	3202603486	pdsm2007r@gmail.com	X															
27	TRIBIÑO Q JACQUELINE	52903239	23/05/1982	41	3138299136	lilianapaola50@gmail.com	X															
28	PEDRAZA DURAN ALEJANDRO	1067620331	8/11/2012	10	3213888846	dentisonrie@gmail.com		X														
29	YATE LOPEZ SILVANA	1110584313	26/12/2012	10	3103144041	dafendi2004@hotamil.com	X															
30	ROJAS DIAZ SALOME	1054289063	30/12/2013	9	3117779367	malili25@hotmail.com	X															
31	ESTACIO VARGAS JUAN FELIPE	1029668315	8/03/2013	10	3107290119	gloekligo@hotmail.com		X														
32	ZABALA CAMARGO MARIA FERNANDA	1222128426	13/02/2017	6	3227171567	megafarmayopal@gmail.com	X															

33	ROJAS CAICEDO PEDRO JOSE	1029664493	1/08/2009	13	3208293396	linac8309@gmail.com		X													
34	CABIRRIAN SUAREZ DYLAN EMANUEL	1118550967	8/05/2010	13	3142124072	jrrca_414@gmail.com		X													
35	GOMEZ RONDON JUAN PABLO	1013119309	11/01/2008	15	3102629559	cabirris@gmail.com		X													
36	RODRIGUEZ LOMBANA ADRIEL FARID	1029667182	3/03/2012	11	3508120538	diannyrondon2526@gmail.com		X													
37	CASTILBLANCO CORREDOR YAGO	1014889651	18/07/2015	7	3107649689	lombanamonica28@gmail.com		X													
38	SUAREZ PIRAGAUTA MARCOS	9527869	20/06/1958	65	3046288454	yagoliam@gamil.com		X													
39	CASTIBLANCO BERNAL ISABELLA	1022400708	4/11/2012	10	3203438639	marlu28@hotmail.com	X											x			
40	QUIJANO NIÑO NICOLAS	1054282966	1/01/2005	18	3102497669	nicoquijano2005@gmail.com		X													
41	NUÑES DAVID RICARDO	1025324388	3/03/2008	15	3208472269	davidricanun@gmail.com		X													
42	GORDILLO MATIAS	1051075613	23/05/2017	6	3103067776	latianamariño19@gmail		X													
43	TRIANA LAURA	1222121349	16/03/2015	8	3504462406	fanny.rodrig519@gmail.com	X														
44	MUÑOZ JUAN DAVID	1037661153	12/03/1998	25	3138655741	juandavidmuñozc@hotmail.com		X													
45	CRISTANCHO MARIA ALEJANDRA	1057981499	1/07/2009	14	3124484134	alexromancg@hotmail.com	X														
46	SANDY VALERIA BARREÑO TELLEZ	1029668256	25/02/2013	10	3145750056	bareñosuperfruver@hotmail.com	X														

FIRMA : _____

NOMBRES Y APELLIDOS Lic NESTOR SALAMANCA E

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

REGISTRO FOTOGRAFICO
FO-A-GCC-18
24-09-2018
Version 02

DEPARTAMENTO	Casanare			MUNICIPIO(S)	**Yopal**
NOMBRES Y APELLIDOS	Lic Nestor Salamanca E			No. CÉDULA	**9,518,668**
No. CONTRATO	#0239			FECHA INICIO DE CONTRATO	22/10/2022
PERIODO DEL INFORME	8/06/2023 al 7/07/2023	INFORME	8 de 8	FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME	17/07/2023
DATOS CONTACTO	TELEFONO CELULAR	**3203039620**		CORREO ELECTRONICO	nesae@hotmail.com

REGISTRO FOTOGRÁFICO



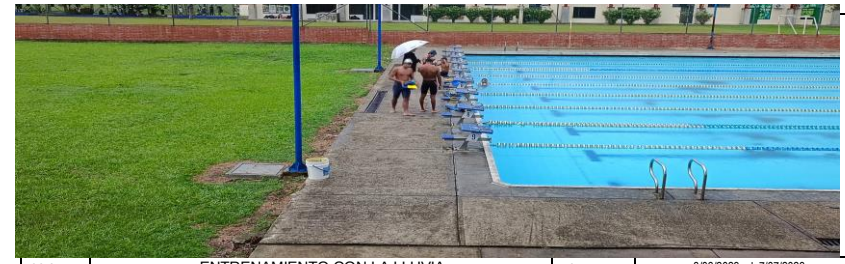
ACCION	ENTRENAMIENTO	FECHA	8/06/2023 al 7/07/2023



ACCION	ENTRENAMIENTO CON LA LLUVIA	FECHA	8/06/2023 al 7/07/2023



ACCION	ENTRENAMIENTO	FECHA	8/06/2023 al 7/07/2023



ACCION	ENTRENAMIENTO CON LA LLUVIA	FECHA	8/06/2023 al 7/07/2023



ACCION	ESTILO LIBRE	FECHA	8/06/2023 al 7/07/2023



ACCION	ENTRENAMIENTO	FECHA	8/06/2023 al 7/07/2023

EL SUSCRITO CONTRATISTA

NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA

CERTIFICA QUE

Es de total veracidad, confiabilidad y responsabilidad absoluta, que toda la información presentada en el desarrollo y ejecución de las actividades suscritas dentro del contrato No. 0239 de 2022-10-22, cuyo objeto es “PRESTAR LOS SERVICIOS DE MANERA AUTONOMA E INDEPENDIENTE COMO ENTRENADORES NIVEL II PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO: APOYO, FOMENTO, FORTALECIMIENTO Y DOTACION AL DEPORTE, LA RECREACION Y LA ACTIVIDAD FISICA PARA EL DESARROLLO SALUDABLE, CON CALIDAD,EFICIENCIA Y EQUIDAD SOSTENIBLE EN CASANARE” BPIN 2022005850020, para el proceso de verificación como son: informe de actividades, panillas de asistencia, participaciones en eventos, registros fotográficos y demás formatos establecidos por el INDERCAS, durante el periodo de labores 08 de 06 del 2023 a 07 de 07 del 2023 son legítimas y tomadas durante la ejecución.

Con la firma de la presente certificación acepto y doy fe de la veracidad de la información y me acuso a las implicaciones legales que tienen la falsedad de información.

Se expide en el municipio de Yopal a los 17 dias del mes julio 2023.

Firma:



Nombre: NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA
No. Cédula: 9.518.668
No. Contacto: 3203039620
Correo electrónico: nesae@hotmail.com
Contratista

COLOMBIA POTENCIA DE LA VIDA

Función Pública

INTEGRIDAD PÚBLICA

Verificados los resultados del participante en el curso virtual

Función Pública certifica que:

Nestor Salamanca Echeverria

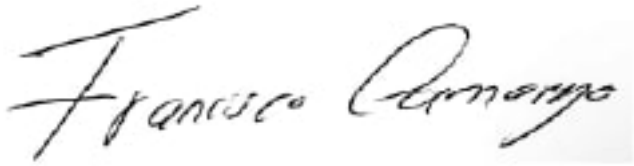
C.C 9.518.668

Participó y completó el curso virtual:

Integridad, transparencia y lucha contra la corrupción.

Con una duración de 20 horas.

Bogotá D.C., 18 de agosto 2023



Francisco Camargo Salas

Director de Empleo Público

Código: 76938807000

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

CERTIFICACION
FO-A-GDO-04
04-08-2017
Nit 844.003.345-1
Versión 02

300.04.05- **136**

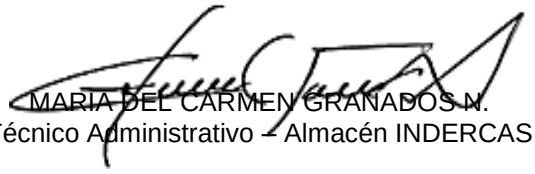
Yopal, 10 de julio de 2023

LA SUSCRITA TECNICO ADMINISTRATIVO – ALMACEN DEL INSTITUTO PARA LA RECREACIÓN, EL DEPORTE, LA EDUCACION EXTRAESCOLAR Y EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE – INDERCAS

C E R T I F I C A:

Que, una vez consultado el sistema SISOFT y archivos oficiales generados por el paquete de programas ofimáticos de esta entidad, se constató NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA en calidad de Contratista, identificado(a) con cédula de ciudadanía Nº. 9518668 a la fecha se encuentra a Paz y Salvo con el Almacén del Instituto, según el contrato número 0239 de 2022 PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN de fecha 2022-10-22 cuyo objeto PRESTAR LOS SERVICIOS DE MANERA AUTÓNOMA E INDEPENDIENTE COMO ENTRENADORES NIVEL II PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO: APOYO, FOMENTO, FORTALECIMIENTO Y DOTACIÓN AL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL DESARROLLO SALUDABLE, CON CALIDAD, EFICIENCIA Y EQUIDAD SOSTENIBLE EN CASANARE" BPIN 2022005850020.

En constancia se firma a solicitud del solicitante



MARIA DEL CARMEN GRANADOS N.
Técnico Administrativo – Almacén INDERCAS

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit: 844.003.345-1

Certificado de Capacitación

Por medio de la presente, el **Instituto para el Deporte y la Recreación de Casanare (INDERCAS)**

CERTIFICA QUE:

Néstor Salamanca Echeverría

C.C. No. **9518668**

Asistió y participó activamente del ciclo educativo y de capacitación:
"Tendencias modernas pedagógicas y metodológicas para el desarrollo del deporte formativo y competitivo en el departamento de Casanare."
Realizado los días 02, 03 y 04 de Noviembre de 2022, con una intensidad de veinticuatro (24) horas.

Casanare

Es el Tiempo de Casanare

Fredy Garcia

FREDY ANDRES GARCIA CIRALDO
Capacitador

GUSTAVO ALFREDO BUSTOS PINTO
Capacitador

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

CERTIFICACIÓN
FO-A-GDO-04
04-08-2017
Versión 02

Yopal, 19/4/2023

EL SUSCRITO LIDER DE PROYECTO: FORTALECIMIENTO A LA GESTIÓN Y DIRECCIÓN DEL SECTOR DEPORTE Y RECREACIÓN ESTABLECIDAS EN EL PROYECTO: APOYO, FOMENTO, FORTALECIMIENTO Y DOTACIÓN AL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA EL DESARROLLO SALUDABLE, CON CALIDAD, EFICIENCIA Y EQUIDAD SOSTENIBLE EN CASANARE" BPIN 2022005850020.

CERTIFICA:

Que, se revisaron las funciones del Contrato 239 Contratista Nestor Salamanca Echeverria

relacionadas con la actividad: Desarrollar, apoyar, diligenciar y facilitar los diferentes formatos, herramientas técnicas o actividades que le sean asignadas, para culminar la investigación producto del proyecto, POLÍTICA PÚBLICA PARA EL DESARROLLO DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE 2024 - 2038, censo de escenarios deportivos y demás labores vinculadas al proyecto y sus productos.

Realizando las siguientes acciones: Diligenciamiento de la Encuesta de Actividad Física asi:

GRUPO POBLACIONAL	CANTIDAD
Comunidades Negras Afro Raizales Palenquera	3
General	8
Habitante de Calle	
Indigena	7
LGTBIQ+ Diversa	5
Personas con Discapacidad	4
Pobreza Extrema	4
Victimas del Conflicto Armando	2
TOTAL	33

La presente certificación se expide, el día 19/4/2023

Atentamente,

NATHALY MANOSALVA
OPS 0134-2022

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CERTIFICADO DECRETO 1070
FO-A-GFI-08
27/04/2020
Versión 02

Yopal julio 17 de 2023

Empresa INDERCAS

Ref.: Certificación Decreto 1070 de 2013, Clasificación de Personas Naturales

CERTIFICACIÓN

Yo, Néstor Salamanca Echeverria, identificado con cédula de ciudadanía No. 9.518.668 expedida en Sogamoso, para efectos de dar cumplimiento con el artículo 1 del decreto 1070 del 28 de mayo de 2013 y su modificación a través del decreto 3032 de 2013, certifico lo siguiente:

- Mis ingresos en el año gravable inmediatamente anterior provienen de la prestación de servicios de manera personal o del desarrollo de una actividad económica por cuenta y riesgo del empleador o contratante, mediante una vinculación laboral o legal y reglamentaria, en una proporción igual o superior a un ochenta por ciento (80%) del total de los ingresos percibidos por dicho periodo fiscal: SI (x) NO ( )

- Mis ingresos en el año inmediatamente anterior provienen de la prestación de servicios personales mediante el ejercicio de profesiones liberales o de la prestación de servicios técnicos que no requieran la utilización de materiales o insumos especializados, o de maquinaria o equipo especializado, en una proporción igual o superior a un ochenta por ciento (80%) del total de los ingresos percibidos en dicho periodo fiscal: SI (x) NO ( )

- Estoy obligado (a) a presentar declaración de renta por el año gravable inmediatamente anterior: SI ( ) NO (x)

- Los ingresos totales en el año gravable inmediatamente anterior superaron los mil cuatrocientas (1.400) UVT. SI ( ) NO (x)

- En el año gravable inmediatamente anterior no desarrolle una de las actividades señaladas en el artículo 340 del Estatuto Tributario o que si la desarrolle no generó más de veinte por ciento (20%) de mis ingresos totales. SI ( ) NO (X)

- Durante el año gravable inmediatamente anterior no preste servicios técnicos que requieran de materiales o insumos especializados, o maquinaria o equipo especializado, cuyo costo representa más del veinticinco por ciento (25%) del total de los ingresos percibidos por concepto de tales servicios técnicos. SI ( ) NO (X)

Cordialmente

NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA.
C.C. 9.518.668 de Sogamoso.

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CERTIFICADO DE DEDUCCIONES
FO-A-GFI-02
31/07/2019
Versión 01

Yopal, julio 17 2023

Señores
INDERCAS
La ciudad

REF. Certificado de deducciones

Yo, Néstor Salamanca Echeverria, identificado con Cédula de Ciudadanía número 9.518.668 de Sogamoso, teniendo en cuenta la reforma Tributaria estructural, ley 1819 del 29 de diciembre de 2016, **CERTIFICO QUE**:

- Mis ingresos percibidos por el INDERCAS en el año 2023 corresponden a la prestación de servicios por honorarios, en el que contraté o vinculé por al menos noventa (90) días continuos o discontinuos, dos (2) o más trabajadores o contratistas asociados a la actividad. **SI ☐ NO X**

Por lo anterior, solicito que sean aplicadas las siguientes deducciones para depurar de mi base de Retención en la Fuente del periodo comprendido entre el **8/06/2023** y el **7/07/2023**, de acuerdo a los siguientes factores:

DESCRIPCIÓN	VALOR
Deducción por intereses préstamos adquisición vivienda o costo financiero leasing habitacional pagados en el año 2023 (Hasta 100 UVT mensuales). *Art 387 ET-DR 4713/05*	$ 0,00
Deducción por pagos de medicina prepagada o seguros de salud. (Hasta 16 UVT mensuales). *Art 387 ET*	$ 0,00

Además, Manifiesto libre y voluntariamente que la(s) persona(s) relacionada(s) a continuación depende (n) económicamente de mí, situación que me otorga el derecho a tomar la deducción del 10% sobre mis ingresos brutos, hasta un máximo de 32 UVT mensuales Art *387 ET*.

IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	APELLIDO 1	APELLIDO 2	PARENTESCO	EDAD
46.362.548	Martha Lucia	Diaz	Hernández	Cónyuge	58

El pago de aportes de la seguridad social correspondiente al periodo de cobro del cual anexo soporte fue por:

DESCRIPCIÓN	VALOR
1. Aportes obligatorios a Pensión. (Art. 55 Estatuto Tributario)	$ 0,00
2. Aportes obligatorios a salud. (Art. 56 Estatuto Tributario)	$ 178.900

Adicionalmente solicito se tengan en cuenta los siguientes aportes como rentas exentas, sin exceder el 30% del ingreso laboral y hasta un máximo de 317 UVT mensuales.

DESCRIPCIÓN	VALOR
Aportes voluntarios fondos de pensiones	$ 0,00
Aportes en cuentas AFC	$ 0,00

Finalmente informo que las actividades desarrollas dentro contrato No. 0239 de fecha 22/10/2022, fueron ejecutadas en el municipio de Yopal del Departamento de Casanare, y me comprometo a comunicar cualquier cambio que puede modificar los beneficios obtenidos.

Cordialmente,



Lic. NESTOR SALAMANCA
C.C. 9.518.668 de Sogamoso

Yopal, 17 de julio de 2023

INDERCAS

Referencia: Certificación Decreto 060 del 12 de abril de 2023 Municipio de Yopal

Por medio del cual se compila en un solo cuerpo normativo las disposiciones vigentes contenidas en los acuerdos 013-2012, 007 de 2014, 001 de 2015, 001 de 2017, 022 de 2020, 032 de 2020, 022 de 2021 y 020 de 2022 y según lo dispuesto en sus artículos 26, 36, 42 y 52

CERTIFICO QUE:

1. Mi actividad económica desarrollada en el municipio de Yopal según lo estipulado en el Artículo 36 decreto 060-2023 (Art 31del Acuerdo 032 de 2020, modificado por el Artículo 18 y 19 del Acuerdo 022 de 2021 y artículos 11 y 12 del acuerdo 020 de 2022, es: (**317) - Actividades de Servicio no Clasificadas**.

2. SI ( ) NO (x) tengo expuestos avisos y tableros según lo establecido en el artículo 42 del decreto 060-2023 (Artículo 37 del Acuerdo 032 de 2020).

3. Mis ingresos para efecto de la aplicación de la Retención en la fuente a título de Industria y Comercio, Avisos y Tableros y Sobretasa Bomberil en el Municipio de Yopal se encuentran clasificados: **Desde 500 hasta 750 UVT.,** (UVT 2023 -$42.412). según la siguiente tabla artículo 26 del decreto 060-2023:

RANGO DE INGRESOS BRUTOS GRAVABLES EN EL MUNICIPIO EN UVT		**TARIFA EN UVT** (para el año 2023 está en $42.412)	**RANGO DE INGRESOS BRUTOS GRAVABLES EN VALORES**
0	HASTA 50	0	$2.120.600
MÁS DE 50	HASTA 250	1	$2.120.601 - $10.603.000
MÁS DE 250	HASTA 500	2	$10.603.001 - $21.206.000
MÁS DE 500	HASTA 750	3	$21.206.001 – $31.809.000
MÁS DE 750	HASTA 1.000	5	$31.809.001 - $42.412.000
MÁS DE 1.000	HASTA 3.500	Determina el impuesto aplicando la tarifa que corresponda a la actividad realizada.	$42.412.001 – $148.442.000



Nombre Completo Contratista: Lic. Néstor Salamanca Echeverria
No. Identificación: 9.518.668
No. móvil: 320 303 96 20

PAGOSIMPLE | Informe Histórico Detallado

Periodo Cotización 202306 **Número planilla** 1056138305
Periodo Servicio 202306
Tipo Planilla I: PLANILLA INDEPENDIENTES

Período de consulta del Informe: 202306
Pagada 12/07/2023

Fecha de Creación del Informe: miércoles, 12 de julio de 2023 02:10:47 PM

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA				
Documento	CC9518668	**Dirección**	CL 16 #17 - 11		
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	6341138		
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	1
Ciudad	YOPAL	**Departamento**	CASANARE		
Representante Legal		**Identificación**			

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 9518668		
Tipo de Cotizante	59	02	
Extranjero		**Residente**	

Días AFP	0	**Días EPS**	30
Días ARP	30	**Días CCF**	0

Salario	$ 1.160.000

Nombres y Apellidos	**(Cod) Ciudad - Departamento**
SALAMANCA ECHEVERRIA NESTOR	85001000 85

Novedades

ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP
	X														

III. APORTES POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO

Código AFP	NIN-AF
Código AFP Traslado	
NINGUNA AFP	
IBC AFP	$ 0
Total Cotización AFP	$ 0
Fondo de Solidaridad Pensional	$ 0
Fondo de Subsistencia Pensional	$ 0

Código CCF	NIN-CC
NINGUNA CCF	
IBC CCF	$ 0
Aporte CCF	$ 0

Código EPS	MIN001
Código EPS Traslado	
ADMINISTRADORA DE LOS RECURSOS SS ADRES	
IBC EPS	$ 1.160.000
Aporte EPS	$ 145.000
Aporte UPC	$ 0

ARP - POSITIVA COMPAÑIA DE SEG	
IBC ARP	$ 1.160.000
Aporte ARP	$ 28.300

IV. Parafiscales

Aporte Ministerio	$ 0
Aporte ICBF	$ 0
Aporte SENA	$ 0
Aporte ESAP	$ 0

Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 601 4446634 - Cali: 602 5540577 - Medellín: 604 5146669 - Bucaramanga: 607 6438000 - Cartagena: 605 6945444 - Pereira: 606 3402582 - Barranquilla: 605 3618850 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

¡El Poder de lo SIMPLE!

PAGOSIMPLE | Informe Histórico Resumido

Fecha de Creación del Informe: miércoles, 12 de julio de 2023 02:10:49 PM

Período del informe: 202306

Pagada 12/07/2023

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA		
Documento	CC9518668	**Dirección**	CL 16 #17 - 11
Tipo de Empresa		**Teléfono**	6341138
Tipo Persona		**Forma Presentación**	
Ciudad	YOPAL	**Departamento**	CASANARE
Representante Legal		**Identificación**	

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado		Información del Pago				Novedades																Administradoras								IBC				Liquidación de Aportes								
Identificación del Cotizante	Apellidos y Nombres	Referencia pago (PIN) / Número planilla	Fecha de Pago	Período de Cot.	Período Serv.	ING	RET	RET P	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF	AFP	EPS	ARP	CCF	IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Caja	Aporte Pensión	Aporte Salud	Aporte Riesgos	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	Aporte ESAP	Aporte Ministerio	TOTAL
CC 9518668	SALAMANCA ECHEVERRIA NESTOR	1056138305	12/07/2023	202306	202306		X																0	30	30	0	NIN-AF	MIN001	14-23	NIN-CC	$0	$1.160.000	$1.160.000	$0	$0	$145.000	$28.300	$0	$0	$0	$0	$0	$173.300

Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 601 4446634 - Cali: 602 5540577 - Medellín: 604 5146669 - Bucaramanga: 607 6438000 - Cartagena: 605 6945444 - Pereira: 606 3402582 - Barranquilla: 605 3618850 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!

¡El Poder de lo SIMPLE!

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

PAGOSIMPLE | Informe Histórico Resumido

Fecha de Creación del Informe: jueves, 10 de agosto de 2023 03:34:16 PM

Período del informe: 202307

Pagada 10/08/2023

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA		
Documento	CC9518668	**Dirección**	CL 16 #17 - 11
Tipo de Empresa		**Teléfono**	6341138
Tipo Persona		**Forma Presentación**	
Ciudad	YOPAL	**Departamento**	CASANARE
Representante Legal		**Identificación**	

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado		Información del Pago				Novedades																Administradoras								IBC				Liquidación de Aportes								
Identificación del Cotizante	Apellidos y Nombres	Referencia pago (PIN) / Número planilla	Fecha de Pago	Período de Cot.	Período Serv.	ING	RET	RET P	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF	AFP	EPS	ARP	CCF	IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Caja	Aporte Pensión	Aporte Salud	Aporte Riesgos	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	Aporte ESAP	Aporte Ministerio	TOTAL
CC 9518668	SALAMANCA ECHEVERRIA NESTOR	1056792679	10/08/2023	202307	202307		X																0	7	7	0	NIN-AF	MIN001	14-23	NIN-CC	$0	$270.667	$270.667	$0	$0	$33.900	$6.600	$0	$0	$0	$0	$0	$40.500

Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 601 4446634 - Cali: 602 5540577 - Medellín: 604 5146669 - Bucaramanga: 607 6438000 - Cartagena: 605 6945444 - Pereira: 606 3402582 - Barranquilla: 605 3618850 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!

¡El Poder de lo SIMPLE!

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

PAGOSIMPLE | Informe Histórico Detallado

Periodo Cotización 202307 **Número planilla** 1056792679
Periodo Servicio 202307
Tipo Planilla I: PLANILLA INDEPENDIENTES

Período de consulta del Informe: 202307
Pagada 10/08/2023

Fecha de Creación del Informe: jueves, 10 de agosto de 2023 03:34:22 PM

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA				
Documento	CC9518668	**Dirección**	CL 16 #17 - 11		
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	6341138		
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	1
Ciudad	YOPAL	**Departamento**	CASANARE		
Representante Legal		**Identificación**			

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 9518668		
Tipo de Cotizante	59	02	
Extranjero		**Residente**	

Días AFP	0	**Días EPS**	7
Días ARP	7	**Días CCF**	0

Salario	$ 1.160.000

Nombres y Apellidos	**(Cod) Ciudad - Departamento**
SALAMANCA ECHEVERRIA NESTOR	85001000 85

Novedades

ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP
	X														

III. APORTES POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO

Código AFP	NIN-AF
Código AFP Traslado	
NINGUNA AFP	
IBC AFP	$ 0
Total Cotización AFP	$ 0
Fondo de Solidaridad Pensional	$ 0
Fondo de Subsistencia Pensional	$ 0

Código EPS	MIN001
Código EPS Traslado	
ADMINISTRADORA DE LOS RECURSOS SS ADRES	
IBC EPS	$ 270.667
Aporte EPS	$ 33.900
Aporte UPC	$ 0

ARP - POSITIVA COMPAÑIA DE SEG	
IBC ARP	$ 270.667
Aporte ARP	$ 6.600

Código CCF	NIN-CC
NINGUNA CCF	
IBC CCF	$ 0
Aporte CCF	$ 0

IV. Parafiscales

Aporte Ministerio	$ 0
Aporte ICBF	$ 0
Aporte SENA	$ 0
Aporte ESAP	$ 0

Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 601 4446634 - Cali: 602 5540577 - Medellín: 604 5146669 - Bucaramanga: 607 6438000 - Cartagena: 605 6945444 - Pereira: 606 3402582 - Barranquilla: 605 3618850 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!

¡El Poder de lo SIMPLE!

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

ALCALDIA MUNICIPAL DE YOPAL	SISTEMAN INTEGRADO DE GESTION PROCESO GESTION DOCUMENTAL RESOLUCIÓN	CÓDIGO: AP4-R10 VERSIÓN: 3 FECHA DE APROBACION: 22/03/2013 Página 1 de 3

130.54

RESOLUCION No. ***0568*** de 2014

"Por medio de la cual se Re-liquida una Pensión Vitalicia de Jubilación".

EL SUSCRITO SECRETARIO DE EDUCACION Y CULTURA MUNICIPAL DE YOPAL
En Nombre y representación de la NACION – Fondo Nacional de Prestaciones Sociales del Magisterio, en ejercicio de las facultades que le confiere, Artículo 3 de la Ley 91 de 1989, el Decreto 2831 de 2005, el Art. 56 de la Ley 962 de 2005, Decreto Municipal No 100 de 2010 y la Resolución Municipal No 002 de 2012 y

CONSIDERANDO:

Que mediante Resolución No 10702 del 29 de Diciembre de 2009, el Ministerio de Educación Nacional reconoció el cumplimiento de los requisitos del Municipio de Yopal, para asumir la administración del servicio público educativo, de tal suerte se ordenó al Departamento de Casanare la entrega de su administración al mismo, como efectivamente se hizo mediante acta de fecha de enero 25 de 2010.

Que de acuerdo a los Artículos 7º de la ley 715 de 2001, 106 y 153 de la ley 115 de 1994 corresponde al Municipio de Yopal, la administración del personal docente, directivo docente y administrativo, facultad otorgada al Secretario de Educación y Cultura Municipal, mediante decreto Municipal No 100 de 2010.

Que mediante Decreto No. 012 del 29 de enero de 2010, se adoptó la Planta de empleos del personal docente, Directivo Docente y Administrativo para la prestación del Servicio Educativo en el Municipio de Yopal, financiada con recursos del Sistema General de Participaciones, modificada mediante Decreto No. 0040 del 14 de mayo de 2012, Decreto No. 0009 del 11 de febrero de 2013, Decreto No. 0035 del 27 de marzo de 2013 y Decreto No. 0002 del 09 de mayo de 2013.

Que mediante solicitud radicada bajo el número 2014-PENS-007423 de fecha 18 de abril de 2014, el docente *NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA*, identificado con la cédula de ciudadanía No. 9.518.668 de Sogamoso, solicita el reconocimiento y pago de la Re-liquidación de la Pensión Vitalicia de Jubilación, reconocida mediante resolución No. 0851 del 25 de julio de 2013, expedida por la Secretaría de Educación y Cultura del Municipio de Yopal, debido a que no se tuvo en cuenta en la liquidación el sobresueldo como Coordinador, de vinculación NACIONALIZADO – SITUADO FISCAL, quien prestó sus servicios como docente en la Institución Educativa ITEY del Municipio de Yopal Casanare.

Que el beneficiario aportó los siguientes documentos:

1. Hoja de radicación página web
2. Índice de contenido del expediente
3. Formato de Solicitud debidamente diligenciado
4. Fotocopia ampliada y legible de la Cédula de Ciudadanía
5. Fotocopia del acto administrativo de retiro definitivo del servicio
6. Certificado de tiempo de servicio.
7. Certificado de salarios del último año laborado
8. Copia de la resolución con que lo pensiono el Fondo del Magisterio
9. Copia del comprobante de pago de la última mesada pensional

ALCALDÍA MUNICIPAL DE YOPAL
EL PRESENTE ES FIEL COPIA DEL QUE REPOSA EN ESTE DESPACHO
FECHA: 09 JUN/14 FIRMA:

Continuación resolución No. ***0568*** de 2014.

Que el retiro definitivo se produjo mediante resolución No. 0069 del 16 de enero de 2014, *a partir del 20 de enero de 2014.*

Que los factores que sirvieron como base de liquidación son:

FACTOR	VALOR
Asignación Básica	2.538.450
Sobresueldo como Coordinador	474.001
Prima de Clima 30%	761.535
Prima de Grado	200
Prima de Escalafón	100
Auxilio de Movilización	25.386
12ava de Prima de Vacaciones	160.257
12ava de Prima de Navidad	333.861
Ingreso Base de Liquidación	4.293.790
Valor de la mesada pensional	**3.220.343**

Que el valor de la mesada re-liquidada es de **$3.220.343** correspondiente al 75% del promedio de los factores salariales devengados en el último año de servicio.

Que la re-liquidación de la Pensión de Jubilación se hace efectiva a partir del 20 de enero de 2014.

Que la mesada re-liquidada se reajustará anualmente de conformidad con lo dispuesto en la ley 71 de 1988, artículo 14 de la Ley 100 de 1993, aplicable en virtud de la ley 238 de 1995.

Que el proyecto de acto administrativo fue aprobado el 06 de mayo de 2014, por la Entidad Fiduciaria que administra los recursos del Fondo Nacional de Prestaciones Sociales del Magisterio, recibida en este Despacho el 19 de mayo de 2014, radicado 2014PQR3713.

Que son normas aplicables entro otras, Ley 6 de 1945, Ley 71 de 1988, Decreto 1160 de 1989, Ley 33 de 1985, Ley 91 de 1989, Ley 812 de 2003 y el Decreto 3752 de 2003.

En virtud de lo expuesto la Secretaría de Educación y Cultura Municipal de Yopal,

RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO: Reconocer y pagar a favor del docente *NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA*, identificado con la cédula de ciudadanía No. 9.518.668 de Sogamoso, la suma de *$***3.220.343** , por concepto de re-liquidación de la Pensión de Jubilación, a partir del 20 de enero de 2014, como Docente de Aula, de vinculación NACIONALIZADO-SITUADO FISCAL.

ARTICULO SEGUNDO: En el pago de esta prestación, intervendrán las mismas entidades que concurrieron en el reconocimiento de la pensión de jubilación.

Continuación resolución No. ***0568*** de 2014

ARTICULO TERCERO: El Fondo Nacional de Prestaciones Sociales del Magisterio, pagará al interesado las sumas a las que se refieren los artículos anteriores, a través de la Entidad Fiduciaria, previa las deducciones ordenadas por la ley.

PARAGRAFO Cuando el cobro lo realice por intermedio de tercera persona, deberá comprobar su supervivencia.

ARTICULO CUARTO: El Fondo Nacional de Prestaciones Sociales del Magisterio descontará del valor de cada mesada pensional para efectos de la prestación del servicio médico asistencial en beneficio del jubilado, el 12% en virtud de la Ley 1250 de 2008.

ARTICULO QUINTO: Contra el presente acto administrativo procede el recurso de reposición el cual podrá interponerse por escrito en la diligencia de notificación personal, o dentro de los diez (10) días siguientes a ella, o a la notificación por aviso, o al vencimiento del término de publicación, ante la Secretaría de Educación Municipal de Yopal Casanare.

ARTICULO SEXTO: La presente resolución rige a partir de la fecha de su ejecutoria.

COMUNÍQUESE, NOTIFÍQUESE Y CÚMPLASE,

Dada en el Despacho del Secretario de Educación y Cultura a los, 19 MAY 2014

YESID JIMENEZ SILVA
Secretario de Despacho(C)
Secretaría de Educación Y Cultura

Elaboro: Zaida Gisela Zambrano Chaparro
Prestaciones Sociales y Económicas

Revisó: Olga Lucía Abril Abril
Profesional Universitario

ALCALDIA MUNICIPAL
DE YOPAL
DOCUMENTO ES FIEL COPIA
DEL QUE REPOSA EN ESTA
DEPENDENCIA
FECHA 04-06-14 FIRMA:

Banco de Occidente
NIT. 890.300.279-4

OFI - 505

CERTIFICADO

Mediante la presente **CERTIFICAMOS** que nuestro cliente **NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA** identificado con **CC: 9,518,668** es cuentahabiente del Banco de Occidente desde el día 19 de Septiembre de 2016 con la **CUENTA DE AHORRO No 505827220**, la cual se encuentra **ACTIVA** y VIGENTE .

Por lo anterior podemos afirmar que la mejor carta de presentación de **NESTOR SALAMANCA ECHEVERRIA .** es ser un "Cliente activo del Banco de Occidente".

Expedimos esta certificación hoy **18** de OCTUBRE de 2016, dirigida a **INDERCAS**

Cordialmente,

DANIELA POLANIA
AUXILIAR DE SERVICIOS
OFICINA YOPAL

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA