INDEPORTES ANTIOQUIA	PLANILLA DE CONTROL TÉCNICO	F-AT-35	Version 10
			13/02/2023

Período de Informe	Septiembre				
Nombre contratista	KATISH HIDARI RECALDE CAMPOS				
Tipo de documento	C.C	**Número de documento**	52152664		
Liga	LIGA ANTIOQUEÑA DE GIMNASIA				
Deporte / modalidad	**GIMNASIA / TRAMPOLÍN**				
Número Atletas a cargo por género	**Femenino** Nro.	**4**	**Masculino** Nro.	**4**	
Supervisor del contrato	Jairo Jiménez Moreno				
Número del contrato	183-2023	**Informe de actividades No**	008		
Objeto del Contrato	Prestación de servicios de un entrenador principal para apoyar la preparación técnico-táctica, teórica y condicional de los atletas de la Liga Antioqueña de Gimnasia modalidad Trampolín.				

Asistencias de los deportistas preselección o selección Antioquia

Nro.	Nombre	Volumen horas	Sesiones realizadas en el periodo	Asistencias del deportista	Porcentaje de cumplimiento (Asistencias / Sesiones)
1	ANGEL HERNANDEZ RECALDE	72	24	24	100%
2	ALVARO CALERO RAMON	72	24	24	100%
4	MANUEL SIERRA	72	24	24	100%
5	KATISH HERNANDEZ RECALDE	72	24	24	100%

6	**PAULA OLIER**	72	24	24	88%
7	**VALERIA URIBE**	48	24	24	100%
8	**SOFIA PINEDA**	48	24	24	100%

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	RECUPERAR FÍSICAMENTE A LOS ATLETAS ALVARO CALERO Y KATISH HERNÁNDEZ PARA QUE EMPIECEN A TRABAJAR SOBRE SUS ESQUEMAS EN EL MES DE OCTUBRE, MEJORAR LAS MARCAS DE TIEMPO DE VUELO Y CONTINUA NUESTRO OBJETIVO DE PERFECCIONAR TÉCNICA DE SALIDA DE LOS ELEMENTOS ATRAS. ACUMULAR EL MAYOR NÚMERO DE ESQUEMAS HASTA JUEGOS NACIONALES. ESTE OBJETIVO SERÁ NUESTRO PRINCIPAL OBJETIVO HASTA NOVIEMBRE -
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	SEGUNDA SEMANA DE ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS, EL OBJETIVO SIGUE SIENDO QUE EL TRABAJO DE PERFECCIÓN DE TÉCNICA SE MEZCLE CON ACUMULACIÓN EN UNA SOLA SESIÓN ESTO NO ES DE ALTO VOLUMEN, UNO O DOS ESQUEMAS SERÁN SUFICIENTES PARA COMPLETAR EL OBJETIVO DEL DÍA. ME ENCUENTRO CON QUE NO RESULTA TAN FÁCIL PARA LA MAYORÍA DE LOS DEPORTISTAS EXCEPTO PARA PAULA OLIER Y ANGEL HERNÁNDEZ QUE NO SOLO ACUMULAN ESQUEMAS, SINO QUE ACUMULAN LO S ESQUEMAS QUE HARÁN EN SU ÚLTIMA COMPETENCIA DEL AÑO QUE SON LOS JUEGOS NACIONALES.
Semana 2	MANUEL: ENLACES DE TRES, TRABAJO DE EJECUCIÓN CON ENLACES DE: MILLER, FULL FULL, Y CHUKA RUDY. - ACUMULACION DE ESQUEMAS. ALVARO Y KATISH NO SE PROGRAMA ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA ELLOS. ESTAN EN SU FASE DE REHABILITACIÓN ANGEL HERNANDEZ: ENLACES DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. PAULA: ENLACES DE 3 Y DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. SOFIA Y VALERIA : TRABAJO DE EJECUCIÓN DE LA BASE, MONITOREO DE EL TIEMPO DE VUELO, REALIZAR ELEMENTOS QUE SE REQUIEREN EN EL OBLIGATORIO,
Semana 3	ANGEL HERNANDEZ: IRÁ AL CAMPEONATO SURAMERICANO EN ARGENTINA EN ESTA SEMANA MANUEL: ENLACES DE TRES, TRABAJO DE EJECUCIÓN CON ENLACES DE: MILLER, FULL FULL, Y CHUKA RUDY. - ACUMULACION DE ESQUEMAS. ALVARO ENTRARÁ EN CONTROL MÉDICO CON EL EQUIPO DE INDEPORTES PARA REHABILITAR SU ESPALDA. KATISH NO SE PROGRAMA ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA ELLOS. . PAULA: ENLACES DE 3 Y DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS.

	SOFÍA Y VALERIA: TRABAJO DE EJECUCIÓN DE LA BASE, MONITOREO DE EL TIEMPO DE VUELO, REALIZAR ELEMENTOS QUE SE REQUIEREN EN EL OBLIGATORIO.
Semana 4	ANGEL HERNÁNDEZ: ESTARÁ EN SEMANA DE TRANSICIÓN, DESPUÉS DEL CAMPEONATO SURAMERICANO, SESIONES DE RECUPERACIÓN, TRABAJO FÍSICO Y UN ENTRENAMIENTO TÉCNICO DE MUY BAJA INTENSIDAD. MANUEL: ENLACES DE TRES, TRABAJO DE EJECUCIÓN CON ENLACES DE: MILLER, FULL FULL, Y CHUKA RUDY. - ACUMULACION DE ESQUEMAS. ALVARO ENTRARÁ EN CONTROL MÉDICO CON EL EQUIPO DE INDEPORTES PARA REHABILITAR SU ESPALDA. KATISH SE PROGRAMARÁ ENCUENTRO MÉDICO PARA SU VALORACIÓN. . PAULA: ENLACES DE 3 Y DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. SOFÍA Y VALERIA : TRABAJO DE EJECUCIÓN DE LA BASE, MONITOREO DE EL TIEMPO DE VUELO, REALIZAR ELEMENTOS QUE SE REQUIEREN EN EL OBLIGATORIO,
Semana 5	ANGEL HERNÁNDEZ: AQUÍ EL DEPORTISTA EMPEZARÁ A RECUPERAR LA PARTE DE 3 Y 4 ELEMENTOS SEGUIDOS, PERO SIN CARGA DE ESQUEMAS. MANUEL: ENLACES DE TRES, TRABAJO DE EJECUCIÓN CON ENLACES DE: MILLER, FULL FULL, Y CHUKA RUDY. - ACUMULACION DE ESQUEMAS. ALVARO ENTRARÁ EN CONTROL MÉDICO CON EL EQUIPO DE INDEPORTES PARA REHABILITAR SU ESPALDA. KATISH SE PROGRAMARÁ ENCUENTRO MÉDICO PARA SU VALORACIÓN. . PAULA: ENLACES DE 3 Y DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. SOFÍA Y VALERIA : TRABAJO DE EJECUCIÓN DE LA BASE, MONITOREO DE EL TIEMPO DE VUELO, REALIZAR ELEMENTOS QUE SE REQUIEREN EN EL OBLIGATORIO.

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
CAMPEONATO SURAMERICANO ANGEL HERNANDEZ PASA A LA FINAL EN PRIMERA POSICIÓN CON 58.950 MUY CERCA DE LA NOTA QUE TENEMOS COMO OBJETIVO DE 59 PUNTOS.

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporte asociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)
NO SE REALIZARON DURANTE EL PERIODO

OBJETIVO DEL *SIGUIENTE* PERIODO	MEJORAR LAS SALIDAS DE LOS ELEMENTOS ATRÁS ACUMULAR EL MAYOR NÚMERO DE ESQUEMAS HASTA JUEGOS NACIONALES. ESTE OBJETIVO SERÁ NUESTRO PRINCIPAL OBJETIVO HASTA NOVIEMBRE
Actividades planificadas para el siguiente periodo	
Semana 1	ALVARO: ELEMENTOS SUELTOS DESDE UN MORTAL ATRÁS. MANUEL: ENLACES DE TRES, TRABAJO DE EJECUCIÓN CON ENLACES DE: MILLER, FULL, Y CHUKA RUDY. - ACUMULACION DE ESQUEMAS. KATISH NO SE PROGRAMA ENTRENAMIENTO TÉCNICO PARA ELLA. ANGEL HERNANDEZ: ENLACES DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. PAULA: ENLACES DE 3 Y DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. SOFIA Y VALERIA : TRABAJO DE EJECUCIÓN DE LA BASE, MONITOREO DE EL TIEMPO DE VUELO, REALIZAR ELEMENTOS QUE SE REQUIEREN EN EL OBLIGATORIO,
Semana 2	ALVARO: PAREJAS DE ELEMENTOS DESDE UN MORTAL. MANUEL: ENLACES DE TRES, TRABAJO DE EJECUCIÓN CON ENLACES DE: MILLER, FULL, Y CHUKA RUDY. - ACUMULACION DE ESQUEMAS KATISH NO SE PROGRAMA ENTRENAMIENTO TÉCNICO POR AHORA. ANGEL HERNANDEZ: ENLACES DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. PAULA: ENLACES DE 3 Y DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. SOFIA Y VALERIA : TRABAJO DE EJECUCIÓN DE LA BASE, MONITOREO DE EL TIEMPO DE VUELO, REALIZAR ELEMENTOS QUE SE REQUIEREN EN EL OBLIGATORIO,

Semana 3	ANGEL HERNANDEZ: ENLACES DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. MANUEL: ENLACES DE TRES, TRABAJO DE EJECUCIÓN CON ENLACES DE: MILLER, FULL, Y CHUKA RUDY. - ACUMULACION DE ESQUEMAS. KATISH ENTRENAMIENTO DE BASE Y DE DOBLES SUELTO ALVARO: ENLACES DE TES ELEMENTOS NADA DE ESQUEMAS AÚN PAULA: ENLACES DE 3 Y DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. SOFÍA Y VALERIA: TRABAJO DE EJECUCIÓN DE LA BASE, MONITOREO DE EL TIEMPO DE VUELO, REALIZAR ELEMENTOS QUE SE REQUIEREN EN EL OBLIGATORIO,
Semana 4	ANGEL HERNANDEZ: ENLACES DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. MANUEL: ENLACES DE TRES, TRABAJO DE EJECUCIÓN CON ENLACES DE: MILLER, FULL, Y CHUKA RUDY. - ACUMULACION DE ESQUEMAS. KATISH ENTRENAMIENTO DE BASE Y DE DOBLES SUELTO ALVARO: ENLACES DE TES ELEMENTOS NADA DE ESQUEMAS AÚN PAULA: ENLACES DE 3 Y DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. SOFÍA Y VALERIA: TRABAJO DE EJECUCIÓN DE LA BASE, MONITOREO DE EL TIEMPO DE VUELO, REALIZAR ELEMENTOS QUE SE REQUIEREN EN EL OBLIGATORIO,
Semana 5	ANGEL HERNÁNDEZ: ESTARÁ YENDO A SU CUARTA COPA DEL AÑO EN BULGARIA ENLACES DE 4 ELEMENTOS Y SIMULACRO DE COMPETENCIADE ESQUEMAS. MANUEL: ENLACES DE TRES, TRABAJO DE EJECUCIÓN CON ENLACES DE: MILLER, FULL, Y CHUKA RUDY. - ACUMULACION DE ESQUEMAS. KATISH ENTRENAMIENTO DE BASE Y DE DOBLES SUELTO ALVARO: ENLACES DE TES ELEMENTOS NADA DE ESQUEMAS AÚN PAULA: ENLACES DE 3 Y DE 4 ELEMENTOS Y ACUMULACIÓN DE ESQUEMAS. SOFÍA Y VALERIA: TRABAJO DE EJECUCIÓN DE LA BASE, MONITOREO DE EL TIEMPO DE VUELO, REALIZAR ELEMENTOS QUE SE REQUIEREN EN EL OBLIGATORIO,

Observaciones del periodo
No se tienen observaciones para este periodo



_____

FIRMA

NOMBRE: KATISH HIDARI RECALDE CAMPOS