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

MEMORANDO

Radicado IDRD No. 20195100808953

Bogotá D.C. 13-12-2019

PARA: JHAIR FERNANDO ORREGO PEREIRA
Subdirector de Contratación

DE: SUPERVISOR CONTRATO

ASUNTO: Remisión informes de gestión C.P.S. No.IDRD-CTO-0193-2019
Expediente virtual No2019800201100181E

Como Supervisor del contrato enunciado en el asunto, suscrito entre el IDRD y RAMIREZ BERNAL JAIME de manera atenta me permito remitir el informe de gestión correspondiente al periodo:

INF 10 DEL 26 DE OCTUBRE AL 25 DE NOVIEMBRE

Lo anterior con el fin que reposen en la carpeta correspondiente

Cordialmente,

WILLIAM ARMANDO NIETO GUERRERO
Profesional Especializado 09
Supervisor Contrato

Anexos: 19 folios – 1 CD
Copia: N/A

Elaboró: Paola Andrea Angulo Zapata- Contratista- Área de Deportes
Proyectó: N/A
Revisó: Apoyo a la Supervisión-Carlos Andres Ardila Pulido
Aprobó: William Armando Nieto Guerrero- Profesional Especializado grado 09

Calle 63 No. 59A - 06
Tel: 660 54 00
www.idrd.gov.co
Info: Línea 195

ISO 9001 icontec SC 5155-1

BOGOTÁ MEJOR PARA TODOS

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

INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORIA, GUARDIANES, PROFESORES DE ACTIVIDAD FISICA QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN Y RECREADORES QUE REPORTAN SUS ACTIVIDADES EN EL FORMATO BITACORA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.

INFORME No.	10		
FECHA DEL INFORME	dd	Mm	aa
	25	11	2019

No. DEL CONTRATO Y FECHA
IDRD-CTO-0193-2019
No. DEL EXPEDIENTE VIRTUAL
20198002011001 81E

1. INFORMACIÓN GENERAL

		Instrucciones
NOMBRE DEL CONTRATISTA	**JAIME RAMIREZ BERNAL**	Registre nombre y apellidos completos
N° DE IDENTIFICACIÓN	**CC: 1.072.650.972**	Registre el número de identificación
OBJETO DEL CONTRATO	Prestar sus servicios acompañando los procesos de entrenamiento en la etapa de perfeccionamiento deportivo para mejorar el nivel técnico de los deportistas del registro de Bogotá a través de la preparación, control y evaluación de sus entrenamientos y competencias en el deporte asignado.	Registre el objeto del contrato
PLAZO DE EJECUCIÓN	DIEZ (10) MESES	Registre el plazo total de ejecución en letras y números
VALOR	$ 30.130.000	Registre el valor total del contrato
FECHA ACTA DE INICIO	FEBRERO 11 DEL 2019	Registre la fecha de inicio del acta
FECHA PREVISTA DE TERMINACIÓN	DICIEMBRE 10 DEL 2019	Registre fecha de terminación establecida en el contrato suscrito
ADICIÓN Y/O PRÓRROGA (solo cuando aplique)		Registre el tiempo valor y plazo de la prorroga
SUSPENSIONES (solo cuando aplique)		Registre para cada suspensión efectuada, las fechas y plazo de la suspensión
PERIODO DE ACTIVIDADES DE ESTE INFORME	26 de Octubre del 2019 al 25 de Noviembre del 2019	Registre las fechas entre las cuales se reportan las actividades

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

INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORIA, GUARDIANES, PROFESORES DE ACTIVIDAD FISICA QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN Y RECREADORES QUE REPORTAN SUS ACTIVIDADES EN EL FORMATO BITACORA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Enunciar cada una de las obligaciones específicas establecidas en el contrato y describir las actividades realizadas en el período para el cumplimiento de la misma, así como enunciar las evidencias y su ubicación (actas, documentos, planillas, listados, etc.).

Obligaciones específicas	Avance, evidencias y ubicación
1.Organizar, planificar, orientar, dirigir, controlar y evaluar la preparación de los deportistas del registro de Bogotá D.C. que hacen parte de la etapa de perfeccionamiento y semillero deportivo, en la disciplina deportiva asignada, entregando con la firma del acta de inicio, en físico y magnético el plan de entrenamiento a seguir durante esta vigencia, anexando los ajustes cada vez sea solicitado.	**Avance**: Durante este periodo los días de entrenamiento fueron los siguientes: lunes, miércoles, viernes y sábado en la ruta en las vías de Cundinamarca. Martes y jueves se realiza entrenamiento en el velódromo Luis Carlos Galán sarmiento de 2:00pm a 5:00pm, la duración del entrenamiento de estos días varía según el periodo, meso ciclo y micro ciclo en el cual estemos trabajando. **EVIDENCIA:** • Micro ciclos • Planillas de asistencia **UBICACIÓN:** CD Físico carpeta obligación 1
2.Participar en la elaboración, actualización e implementación de los programas pedagógicos deportivos, indicadores de rendimiento, test técnicos y pedagógicos de su especialidad deportiva	**Avance**: Se participará y apoyará en la construcción e implementación de los programas pedagógicos integrales para dar cumplimiento a esta obligación y entregarlos cuando el supervisor de contrato lo solicite Durante el periodo se realizó test técnicos a varios deportistas como estrategia de detección de talentos en ciclismo **EVIDENCIA:** Test técnico **UBICACIÓN:** CD físico carpeta obligación 2
3.Cumplir con el volumen de entrenamiento establecido en los planes de preparación acordados y aprobados por el encargado de su disciplina deportiva, cumpliendo con un mínimo seis (6) sesiones semanales con sus deportistas del registro de Bogotá, de conformidad con el sitio de entrenamiento concertado con el IDRD.	**Avance**: Durante este periodo los días de entrenamiento fueron los siguientes: lunes, miércoles, viernes y sábado en la ruta en las vías de Cundinamarca. Martes y jueves se realiza entrenamiento en el velódromo Luis Carlos Galán sarmiento de 2:00pm a 5:00pm, la duración del entrenamiento de estos días varía según el periodo, meso ciclo y micro ciclo en el cual estemos trabajando. Se aclara que se incluyen en la planilla de asistencia a Milena Salcedo, Carlos Alerto Uran, Jessica Parra, Camila Valbuena, Edwin Alcibíades Ávila y Jordán Parra siendo deportistas estratégicos para JJNN2019 ya que ellos por compromisos con sus equipos de marca o viven fueran de la ciudad realizan sus entrenamientos con el equipo de marca y se incluyen

INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORIA, GUARDIANES, PROFESORES DE ACTIVIDAD FISICA QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN Y RECREADORES QUE REPORTAN SUS ACTIVIDADES EN EL FORMATO BITACORA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.

	en la planilla de asistencia para mantenerlos con su apoyo y con la póliza del IDRD. **EVIDENCIA:** • Micro ciclos • Planillas de asistencia **UBICACIÓN:** CD físico carpeta obligación 3
4.Acompañar y dirigir a los deportistas preseleccionados y seleccionados del registro de Bogotá, avalados por el equipo técnico metodológico del IDRD en coordinación con las Ligas deportivas Distritales, en las unidades de acondicionamiento físico, evaluaciones médicas y de ciencias aplicadas al deporte, en los entrenamientos, fogueos, competencias preparatorias y principales, de acuerdo a lo planificado en el plan de entrenamiento vigente, siempre y cuando estas guarden relación con el cumplimiento del objeto contractual.	**Avance**: Durante este periodo se reporta 1 competencia, juegos nacionales 2019 en la ciudad de cali del 17 al 20 de noviembre del 2019 **EVIDENCIA:** informe técnico de competencia **UBICACION:** CD físico en carpeta obligación 4
5.Presentar el informe técnico de competencia con la gestión y resultados deportivos, máximo tres (3) días después de cada participación y anexar copia del mismo en el informe mensual.	**Avance**: Durante este periodo se reporta 1 competencia, juegos nacionales 2019 en la ciudad de cali del 17 al 20 de noviembre del 2019 **EVIDENCIA:** informe técnico de competencia **UBICACION:** CD físico en carpeta obligación 4
6.Asistir y participar de las reuniones convocadas por el área de rendimiento deportivo, el encargado técnico/metodológico, el equipo multidisciplinario o los organismos del sistema nacional del deporte del deporte para evaluar el cumplimiento de los resultados obtenidos en competencia y de los indicadores de rendimiento de los deportistas de su disciplina deportiva según la etapa del proceso.	**Avance**: Durante este periodo no se realizó ninguna reunión **EVIDENCIA:** No hay evidencia ya que no se realizó ninguna reunión **UBICACION:** Al no haber evidencia no hay ubicación
7.Dar cumplimiento a lo señalado en la resolución 406 de 2013 del IDRD, o la que se encuentre vigente que reglamenta el Programa de Rendimiento Deportivo	**AVANCE:** Se da cumplimiento a lo señalado en la resolución 406 de 2013 del IDRD con los siguientes deportistas apoyados: • Angie Tatiana Orjuela • Jessica Parra • Milena Salcedo • Lina Mabel Rojas • Tatiana Dueñas • Camila Valbuena

INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORIA, GUARDIANES, PROFESORES DE ACTIVIDAD FISICA QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN Y RECREADORES QUE REPORTAN SUS ACTIVIDADES EN EL FORMATO BITACORA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.

	• Edwin Avila • Jordan Parra • Carlos Uran • Wilmar Molina • Juan Nicolás **EVIDENCIA:** Carpeta de apoyados de la resolución 406 **UBICACIÓN:** Reposa en el archivo de rendimiento deportivo en la carpeta de deportistas apoyados.
8.Apoyar la organización y realización de los eventos deportivos que le sean asignados de acuerdo con la programación establecida por el supervisor del contrato, con cargo al proyecto Rendimiento Deportivo al 100x100.	**AVANCE:** Para este periodo se dio el apoyo en la concentración a juegos nacionales 2019. **EVIDENCIA:** fotos de la concentración **UBICACIÓN:** CD Físico carpeta obligación 8
9.Participar en eventos locales, distritales, nacionales o internacionales que le sean programadas por el supervisor de contrato, para la representación de la entidad o para apoyar el desarrollo de actividades relacionadas con misión de la entidad y con su objeto contractual o para el acompañamiento de las delegaciones conformadas para dichos eventos. Parágrafo: la participación en eventos nacionales o internacionales deben ser autorizados por la dirección general o la subdirección técnica de recreación y deporte del IDRD.	**Avance**: Durante este periodo se reporta 1 competencia, juegos nacionales 2019 en la ciudad de cali del 17 al 20 de noviembre del 2019 **EVIDENCIA:** fotografías **UBICACION:** CD físico en carpeta obligación 9
10.Solicitar de manera formal (correo electrónico u oficio al supervisor de contrato, indicando la fecha de inicio y de terminación con mínimo (8) días de antelación, la suspensión y ampliación de suspensiones del contrato de acuerdo con las causales establecidas por la normatividad vigente y los lineamientos de la entidad. En caso de que la causal de suspensión no permita la antelación establecida el contratista deberá solicitar dicha suspensión de forma inmediata mediante correo electrónico al supervisor de contrato. Así mismo deberá realizar oportunamente la transacción de suspensión, Ampliación de suspensión y	**AVANCE:** En este periodo no se solicitó suspensión del contrato **EVIDENCIA:** No hay evidencia porque no se solicitó suspensión del contrato **UBICACIÓN:** Al no haber evidencia no hay ubicación

INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORIA, GUARDIANES, PROFESORES DE ACTIVIDAD FISICA QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN Y RECREADORES QUE REPORTAN SUS ACTIVIDADES EN EL FORMATO BITACORA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.

reinicio en la plataforma SECOP II y verificar su publicación.	
11.En caso de presentarse una terminación anticipada realizar oportunamente la transacción y verificar su publicación en la plataforma transaccional de SECOP II.	**AVANCE:** En este periodo no se solicitó terminación del contrato **EVIDENCIA:** No hay evidencia porque no se solicitó terminación del contrato **UBICACIÓN:** Al no haber evidencia no hay ubicación
12.Registrar en el informe mensual de actividades, la gestión adelantada referente a los documentos asignados en sistema de gestión ORFEO.	**AVANCE:** Para este informe mensual no se cuenta con usuario ni contraseña de la plataforma ORFEO, se registrará la información solicitada en la obligación cuando se tenga acceso a la plataforma. **EVIDENCIA:** No se relaciona evidencia ya que para este informe no se cuenta con usuario y contraseña en la plataforma ORFEO **UBICACIÓN:** Al no haber evidencia no hay ubicación.
13.Elaborar y cargar mensualmente a la plataforma SECOP II, el informe de ejecución del a gestión adelantada debidamente firmado por el supervisor de contrato, que evidencie el cumplimiento de la obligaciones pactadas en el contrato, en la fechas establecidas en el mismo.	**AVANCE:** Se registrará la información solicitada en la obligación cuando el informe del presente mes sea firmado por el supervisor del contrato para posteriormente subirlo a la plataforma SECOP II. Por el momento se ha subido el informe # 8 como lo estipula la obligación, evidencia de ello el anexo relacionado en este informe mensual. Ya que el informe #9 no ha sido aún firmado por el supervisor de contrato **EVIDENCIA:** Pantallazo de ejecución del presente contrato SECOP II **UBICACIÓN:** • CD Físico carpeta obligación 13 SECOP II en ejecución del Contrato No 0193
14.Elaborar, revisar y actualizar la bases de datos de los deportistas y entrenadores, en caso de requerirse, registrar las acciones del programa a través de la plataforma del sistema de información misional SIM.	**AVANCE:** La base de datos se actualiza con las planillas de asistencia, deportista que no esté relacionado en este informe será retirado de la póliza ya que no hace parte del registro. Estas planillas de asistencia se entregan en el informe mensual y una copia la conserva el área metodológica como seguimiento de los deportistas a sus sesiones de entrenamiento. **EVIDENCIA:** La evidencia son las planillas de asistencia como evidencia del cumplimiento de mi obligación **UBICACIÓN:** CD Físico carpeta obligación 14
Declaración: Manifiesto que he cumplido con las obligaciones derivadas del contrato y que las actividades mencionadas en el presente informe corresponden a las labores efectivamente desarrolladas en el período indicado, declarando que seré responsable por las afirmaciones contenidas en el presente documento, que sirve como soporte para certificar el cumplimiento del objeto del contrato.	

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

INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORIA, GUARDIANES, PROFESORES DE ACTIVIDAD FISICA QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN Y RECREADORES QUE REPORTAN SUS ACTIVIDADES EN EL FORMATO BITACORA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS.

3. INFORMACIÓN APORTES PRESTACIONES SOCIALES

DESCRIPCIÓN DEL APORTE	NOMBRE EMPRESA	VALOR APORTE PAGADO
PAGO APORTES SALUD	FAMISANAR	$150,700
PAGO APORTES PENSIÓN	PORVENIR	$192,900
PAGO RIESGOS PROFESIONALES	POSITIVA	$12,600
	TOTAL	$ 356,200

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

5. ANEXOS:

Planilla de asistencia de Atletas a entrenamiento	2 folios
Informe técnico de competencias	1 folio
Microciclos de entrenamiento	5 folios
Pantallazo SECOP II	0 folio
Planilla de asistencia capacitación	3 folio
Pago seguridad social	2 folio

Firma Contratista

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

El contratista cumple con las obligaciones estipuladas en su contrato

VoBo Supervisor del contrato
Nombre: WILLIAM ARMANDO NIETO GUERRERO
N° de Identificación: 11.346.157 de Zipaquirá
Cargo: Profesional especializado grado 09

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACION Y DEPORTES
AREA DE DEPORTES

ENTRENADOR(A): JAIME RAMIREZ BERNAL
DEPORTE / MODALIDAD CICLISMO - PISTA
PLAN SEMANAL DEL: 26/10/19 **AL** 27/10/900
MICRO # 35

PRINCIPALES TAREAS TECNICAS DESCARGAR EL ORGANISMO

PRINCIPALES TAREAS FISICAS DESCARGAR EL ORGANISMO

MICROCICLOS									TOTAL	
Total de minutos planificados	120	150	100	100	120	150	0		740	
DÍAS	Ls	Mt	Ms	Js	Vs	Sab.	Dom.	T	TOTAL	%
CALENTAMIENTO (minutos)						30	Descanso	30	30	15%
RESISTENCIA AEROBICA (Minutos)						120	Descanso	120	120	62%
CAPACIDAD ANAEROBICA (Minutos)						20	Descanso	20	20	10%
VUELTA A LA CALMA (Minutos)						15	Descanso	15	15	8%
FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos)						10	Descanso	10	10	5%
								0	0	0%
								0	0	0%
PORCENTAJE FÍSICA GENERAL	0%	0%	0%	0%	0%	100%	0%	195	195	100%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	0	0	0	0	0	195	0	195	195	
RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.)						20	Descanso	20	20	100%
VELOCIDAD DE REACCION (Min.)						0	Descanso	0	0	0%
RESISTENCIA A LA VELOCIDAD(Min)						0	Descanso	0	0	0%
FUERZA MAXIMA (Min.)						0	Descanso	0	0	0%
FUERZA EXPLOSIVA (Min.)						0	Descanso	0	0	0%
								0	0	
								0	0	0%
PORCENTAJE FÍSICA ESPECIAL	0%	0%	0%	0%	0%	100%		20	20	100%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	0	0	0	0	0	20	0	20	20	
APRENDIZAJE TACTICO (Min.)						0	Descanso	0	0	0%
TECNICA EN BICICLETA. (Min.)						20	Descanso	20	20	36%
POSICION SOBRE LA BICILETA(Min.)						25	Descanso	25	25	45%
REPETICIONES GESTO TECNICO (Min.)						10	Descanso	10	10	18%
								0	0	0%
								0	0	0%
								0	0	0%
PORCENTAJE TECNICO	0%	0%	0%	0%	0%	100%		55	55	100%
TOTAL TIEMPO TECNICO	0	0	0	0	0	55	0	55	55	
REGLAMENTACION (Min.)						10	Descanso	10	10	40%
RETROALIMENTACION (Min)						15	Descanso	15	15	60%
ANALISIS VIDEOS (Min)						0	Descanso	0	0	0%
CHARLAS Y VISUALIZACIÓN (Min)						0	Descanso	0	0	0%
PORCENTAJE TEORÍA	0%	0%	0%	0%	0%	100%		25	25	100%
TOTAL TIEMPO TEORÍA	0	0	0	0	0	25	0	25	25	
TOTAL	0	0	0	0	0	295	0	295	295	0%
Diferencia					120	-175		-55		

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACION Y DEPORTES

AREA DE DEPORTES

ENTRENADOR(A): JAIME RAMIREZ BERNAL

DEPORTE / MODALIDAD CICLISMO - PISTA

PLAN SEMANAL DEL: 28//2019 **AL** 03/11/19

MICRO # 36

PRINCIPALES TAREAS TECNICAS MEJORA REVELO PERSECUCION

PRINCIPALES TAREAS FISICAS aumento trabajo aerobico

MICROCICLOS									TOTAL	
Total de minutos planificados	120	230	250	200	150	120	0		1070	
DÍAS	Ls	Mt	Ms	Js	Vs	Sab.	Dom.	T	TOTAL	%
CALENTAMIENTO (minutos)	20	50	25	50	20	10	Descanso	175	175	1%
RESISTENCIA AEROBICA (Minutos)	120	180	20050	150	130	110	Descanso	20740	20740	1666%
CAPACIDAD ANAEROBICA (Minutos)	0	120	10	0	120	20	Descanso	270	270	1%
VUELTA A LA CALMA (Minutos)	20	20	20	10	20	20	Descanso	110	110	9%
FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos)	10	10	10	10	10	15	Descanso	65	65	0%
								0	0	0%
								0	0	0%
PORCENTAJE FÍSICA GENERAL	14%	31%	0%	18%	24%	14%	0%	21360	21360	1677%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	170	380	0	220	300	175	0	1245	1245	
RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.)	0	0	0	0	0	10	Descanso	10	10	13%
VELOCIDAD DE REACCION (Min.)	0	10	0	0	10	0	Descanso	20	20	27%
RESISTENCIA A LA VELOCIDAD(Min)	0	10	0	0	10	0	Descanso	20	20	27%
FUERZA MAXIMA (Min.)	0	10	5	0	10	0	Descanso	25	25	33%
FUERZA EXPLOSIVA (Min.)	0	0	0	0	0	0	Descanso	0	0	0%
								0	0	0%
	0%	40%	7%	0%	40%	13%		75	75	100%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	0	30	5	0	30	10	0	75	75	
APRENDIZAJE TACTICO (Min.)	0	0	0	0	0	0	Descanso	0	0	0%
TECNICA EN BICICLETA. (Min.)	10	30	40	0	30	20	Descanso	130	130	42%
POSICION SOBRE LA BICILETA(Min.)	20	20	40	0	20	20	Descanso	120	120	39%
REPETICIONES GESTO TECNICO (Min.)	0	0	40	0	0	20	Descanso	60	60	19%
								0	0	0%
								0	0	0%
								0	0	0%
PORCENTAJE TECNICO	10%	16%	39%	0%	16%	19%		310	310	100%
TOTAL TIEMPO TECNICO	30	50	120	0	50	60	0	310	310	
REGLAMENTACION (Min.)	0	0	0	0	0	10	Descanso	10	10	18%
RETROALIMENTACION (Min)	10	15	10	0	10	0	Descanso	45	45	82%
ANALISIS VIDEOS (Min)	0	0	0	0	0	0	Descanso	0	0	0%
CHARLAS Y VISUALIZACIÓN (Min)	0	0	0	0	0	0	Descanso	0	0	0%
PORCENTAJE TEORÍA	18%	27%	18%	0%	18%	18%		55	55	100%
TOTAL TIEMPO TEORÍA	10	15	10	0	10	10	0	55	55	
TOTAL	210	475	135	220	390	255	0	1685	1685	0%
Diferencia	-90				-270	-135		-495		

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACION Y DEPORTES

AREA DE DEPORTES

ENTRENADOR(A): JAIME RAMIREZ BERNAL

DEPORTE / MODALIDAD CICLISMO - PISTA

PLAN SEMANAL DEL: 04/11/20191 **AL** 10/11/209

MICRO # 37

PRINCIPALES TAREAS TECNICAS mejorar tecnica de pedaleo

PRINCIPALES TAREAS FISICAS trabajo aerobico

MICROCICLOS									TOTAL	
Total de minutos planificados	120	220	150	180	220	250			1140	
DÍAS	Ls	Mt	Ms	Js	Vs	Sab.	Dom.	T	TOTAL	%
CALENTAMIENTO (minutos)	20	20	50	50	20	20	descanso	#¡REF!	#¡REF!	#¡REF!
RESISTENCIA AEROBICA (Minutos)	120	200	100	150	130	130	descanso	#¡REF!	#¡REF!	#¡REF!
CAPACIDAD ANAEROBICA (Minutos)	0	120	10	0	120	20	descanso	#¡REF!	#¡REF!	#¡REF!
VUELTA A LA CALMA (Minutos)	20	20	20	10	20	20	20	#¡REF!	#¡REF!	#¡REF!
FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos)	10	10	10	10	10	15	15	#¡REF!	#¡REF!	#¡REF!
								0	0	0%
								0	0	#¡REF!
PORCENTAJE FÍSICA GENERAL	13%	28%	0%	17%	23%	16%	3%	#¡REF!	#¡REF!	#¡REF!
TOTAL TIEMPO FÍSICA	170	370	0	220	300	205	35	1300	1300	
RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.)	0	0	0	20	0	40	descanso	60	60	48%
VELOCIDAD DE REACCION (Min.)	0	10	0	0	15	0	descanso	25	25	20%
RESISTENCIA A LA VELOCIDAD(Min)	0	10	0	0	0	0	descanso	10	10	8%
FUERZA MAXIMA (Min.)	0	10	5	0	0	0	descanso	15	15	12%
FUERZA EXPLOSIVA (Min.)	0	0	0	0	15	0	descanso	15	15	12%
								0	0	0%
	0%	24%	4%	16%	24%	32%		125	125	100%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	0	30	5	20	30	40	0	125	125	
APRENDIZAJE TACTICO (Min.)	0	0	0	10	10	10	descanso	30	30	10%
TECNICA EN BICICLETA. (Min.)	10	30	40	10	10	10	descanso	110	110	36%
POSICION SOBRE LA BICILETA(Min.)	20	20	40	15	15	15	descanso	125	125	41%
REPETICIONES GESTO TECNICO (Min.)	0	0	40	0	0	0	descanso	40	40	13%
								0	0	0%
								0	0	0%
								0	0	0%
PORCENTAJE TECNICO	10%	16%	39%	11%	11%	11%		305	305	100%
TOTAL TIEMPO TECNICO	30	50	120	35	35	35	0	305	305	
REGLAMENTACION (Min.)	0	0	0	0	0	0	descanso	0	0	0%
RETROALIMENTACION (Min)	10	15	10	20	25	10	descanso	90	90	100%
ANALISIS VIDEOS (Min)	0	0	0	0	0	0	descanso	0	0	0%
CHARLAS Y VISUALIZACIÓN (Min)	0	0	0	0	0	0	descanso	0	0	0%
PORCENTAJE TEORÍA	11%	17%	11%	22%	28%	11%		90	90	100%
TOTAL TIEMPO TEORÍA	10	15	10	20	25	10	0	90	90	
TOTAL	210	465	135	295	390	290	35	1820	1820	0%
Diferencia	-90				-270	-170		-530		

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACION Y DEPORTES

AREA DE DEPORTES

ENTRENADOR(A): JAIME RAMIREZ BERNAL

DEPORTE / MODALIDAD CICLISMO - PISTA

PLAN SEMANAL DEL: 11/11/19 **AL** 17/11/19

MICRO # 38

PRINCIPALES TAREAS TECNICAS PUESTA A PUNTO

PRINCIPALES TAREAS FISICAS decargar el organismo

MICROCICLOS									TOTAL	
Total de minutos planificados	80	150	120	150	60	60	0		620	
DÍAS	Ls	Mt	Ms	Js	Vs	Sab.	Dom.	T	TOTAL	%
CALENTAMIENTO (minutos)	20	20	20	20	20	0	JJNN	100	100	10%
RESISTENCIA AEROBICA (Minutos)	80	120	100	140	60	60	JJNN	560	560	58%
CAPACIDAD ANAEROBICA (Minutos)	0	30	20	10	0	40	JJNN	100	100	10%
VUELTA A LA CALMA (Minutos)	20	20	20	20	20	20	JJNN	120	120	12%
FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos)	15	15	15	15	15	15	JJNN	90	90	9%
								0	0	0%
								0	0	0%
PORCENTAJE FÍSICA GENERAL	14%	21%	18%	21%	12%	14%	0%	970	970	100%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	135	205	175	205	115	135	0	970	970	
RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.)	20	0	40	0	0	0	JJNN	60	60	38%
VELOCIDAD DE REACCION (Min.)	15	15	0	15	0	0	JJNN	45	45	28%
RESISTENCIA A LA VELOCIDAD(Min)	0	25	0	0	0	0	JJNN	25	25	16%
FUERZA MAXIMA (Min.)	0	0	10	0	10	10	JJNN	30	30	19%
FUERZA EXPLOSIVA (Min.)	0	0	0	0	0	0	JJNN	0	0	0%
	0									
								0	0	0%
	22%	25%	31%	9%	6%	6%		160	160	100%
TOTAL TIEMPO FÍSICA	35	40	50	15	10	10	0	160	160	
APRENDIZAJE TACTICO (Min.)	10	0	20	20	20	20	JJNN	90	90	25%
TECNICA EN BICICLETA. (Min.)	0	15	10	10	10	10	JJNN	55	55	15%
POSICION SOBRE LA BICILETA(Min.)	10	15	30	30	30	30	JJNN	145	145	40%
REPETICIONES GESTO TECNICO (Min.)	0	10	15	15	15	15	JJNN	70	70	19%
								0	0	0%
								0	0	0%
								0	0	0%
PORCENTAJE TECNICO	6%	11%	21%	21%	21%	21%		360	360	100%
TOTAL TIEMPO TECNICO	20	40	75	75	75	75	0	360	360	
REGLAMENTACION (Min.)	0	0	0	15	20	0	JJNN	35	35	23%
RETROALIMENTACION (Min)	0	10	15	15	15	15	JJNN	70	70	45%
ANALISIS VIDEOS (Min)	0	0	20	0	0	0	JJNN	20	20	13%
CHARLAS Y VISUALIZACIÓN (Min)	0	10	5	5	5	5	JJNN	30	30	19%
PORCENTAJE TEORÍA	0%	13%	26%	23%	26%	13%		155	155	100%
TOTAL TIEMPO TEORÍA	0	20	40	35	40	20	0	155	155	
TOTAL	190	305	340	330	240	240	0	1645	1645	0%
Diferencia	-70				-120	-120		-310		

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACION Y DEPORTES

AREA DE DEPORTES

ENTRENADOR(A): JAIME RAMIREZ BERNAL

DEPORTE / MODALIDAD CICLISMO - PISTA

PLAN SEMANAL DEL: 18/11/19 **AL** 24/11/19

MICRO # 39

PRINCIPALES TAREAS TECNICAS tecinca en cambios en al pista

PRINCIPALES TAREAS FISICAS incio adaptacion a aumento de carga anaerobico

MICROCICLOS									TOTAL	
Total de minutos planificados	180	200	220	120			0		720	
DÍAS	Ls	Mt	Ms	Js	Vs	Sab.	Dom.	T	TOTAL	%
CALENTAMIENTO (minutos)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
RESISTENCIA AEROBICA (Minutos)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
CAPACIDAD ANAEROBICA (Minutos)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
VUELTA A LA CALMA (Minutos)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
FLEXIBILIDAD GENERAL (Minutos)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
								0	0	#¡DIV/0!
								0	0	#¡DIV/0!
PORCENTAJE FÍSICA GENERAL	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	0	0	#¡DIV/0!
TOTAL TIEMPO FÍSICA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
RESISTENCIA A LA FUERZA (Min.)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
VELOCIDAD DE REACCION (Min.)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
RESISTENCIA A LA VELOCIDAD(Min)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
FUERZA MAXIMA (Min.)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
FUERZA EXPLOSIVA (Min.)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
								0	0	#¡DIV/0!
	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!		0	0	#¡DIV/0!
TOTAL TIEMPO FÍSICA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
APRENDIZAJE TACTICO (Min.)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
TECNICA EN BICICLETA. (Min.)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
POSICION SOBRE LA BICILETA(Min.)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
REPETICIONES GESTO TECNICO (Min.)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
								0	0	#¡DIV/0!
								0	0	#¡DIV/0!
								0	0	#¡DIV/0!
PORCENTAJE TECNICO	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!		0	0	#¡DIV/0!
TOTAL TIEMPO TECNICO	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
REGLAMENTACION (Min.)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
RETROALIMENTACION (Min)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
ANALISIS VIDEOS (Min)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
CHARLAS Y VISUALIZACIÓN (Min)	JJNN	JJNN	JJNN	DESCANSO				0	0	#¡DIV/0!
PORCENTAJE TEORÍA	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!	#¡DIV/0!		0	0	#¡DIV/0!
TOTAL TIEMPO TEORÍA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
TOTAL	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0%
Diferencia	120				120	120		360		

REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS

ENTRENADOR: JAIME RAMIREZ BERNAL
LUGAR DE ENTRENAMIENTO: VELODROMO LUIS CARLOS GALAN
DEPORTE / MODALIDAD: CICLISMO PISTA
HORA INICIO 2:00 p. m. HORA FIN 5:00 p. m.

Año 2019

Meses

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	X	X	Dic
Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago		X	X	Dic

No.	ATLETAS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	DIRECCIÓN	TELÉFONO	DIAS					DIAS																						TOTAL SESIONES		
					26	27	28	29	30	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	CM	CM	CM	CM	21	22	23	24	25	PLAN	REAL	% DE ASISTENCIA
1	JUAN RICARDO LUGO	1000954371	Kra 111a # 152c 2	3057351262	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	17	18	105,9
2	YESI TATIANA DUEÑAS GOMEZ	1015474197	K 69C # 65-25	4678709	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
3	SANTIAGO BUSAQUILLO PACHON	1007645255	Calle 22c sur 11 - 64	3123447866	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	17	18	105,9
4	LINA MABEL ROJAS	1007297408	Carrera 74f # 58-46 sur	3163494057	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
5	JORDAN ARLEY PARRA ARIAS	1.030.639.120	calle 7 # 87b-90	312 3431399	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
6	EDWIN ALCIBIADES AVILA VANEGAS	1.030.564.794	1.030.564.794	3013367357	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
7	WILMAR MOLINA RICO	1072752643	Calle 134 #93-19	3212371869	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
8	JANNIE MILENA SALCEDO ZAMBRANO	1014192518	Cra 73 # 63 - 87	3112943024	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
9	CARLOS ALBERTO URAN ARROYAVE	71312339	Calle 34 # 78-39 Medellin	3113537615	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
10	JESSICA MARCELA PARRA ROJAS	1.014.268.403	Carrera 118 # 83 a 45 casa 138	3007355804	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
11	JUAN ESTEBAN GUERRERO ARIAS	1072752643	Cra 82 # 150 75	3012346470	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
12	CAMILA ANDREA VALBUENA ROA	97.021.803.654	Calle150a#101-20	3123786134	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
13	PEDRO NELSON TORRES	80811194	CARRERA 7#34-10SUR	3195075942	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
14																																			0	#¡DIV/0!
20																																			0	#¡DIV/0!

NOTA: De acuerdo a la situación presentada utilizar las siguientes convenciones en la casilla del día correspondiente.
CONVENCIONES: 1: Asistió F: Falla M: Médica (anexar soporte) K: Calamidad Doméstica CM: Competencia NP: No programado

12

REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS

ENTRENADOR: JAIME RAMIREZ BERNAL
LUGAR DE ENTRENAMIENTO: VELODROMO LUIS CARLOS GALAN
DEPORTE / MODALIDAD: CICLISMO PISTA
HORA INICIO 2:00 p. m. **HORA FIN** 5:00 p. m.

Año 2019

Meses

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	X	X	Dic
Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago		X	X	Dic

No.	ATLETAS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	DIRECCIÓN	TELÉFONO	DIAS					DIAS																									TOTAL SESIONES		
					26	27	28	29	30	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	CM	CM	CM	CM	21	22	23	24	25	PLAN	REAL	% DE ASISTENCIA
1	JUAN RICARDO LUGO	1000954371	Kra 111a # 152c 2	3057351262	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	17	18	105,9
2	YESI TATIANA DUEÑAS GOMEZ	1015474197	K 69C # 65-25	4678709	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
3	SANTIAGO BUSAQUILLO PACHON	1007645255	Calle 22c sur 11 - 64	3123447866	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	17	18	105,9
4	LINA MABEL ROJAS	1007297408	Carrera 74f # 58-46 sur	3163494057	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
5	JORDAN ARLEY PARRA ARIAS	1.030.639.120	calle 7 # 87b-90	312 3431399	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
6	EDWIN ALCIBIADES AVILA VANEGAS	1.030.564.794	1.030.564.794	3013367357	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
7	WILMAR MOLINA RICO	1072752643	Calle 134 #93-19	3212371889	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
8	JANNIE MILENA SALCEDO ZAMBRANO	1014192518	Cra 73 # 63 - 87	3112943024	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
9	CARLOS ALBERTO URAN ARROYAVE	71312339	Calle 34 # 78-39 Medellin	3113537615	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
10	JESSICA MARCELA PARRA ROJAS	1.014.268.403	Carrera 118 # 83 a 45 casa 138	3007355804	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
11	JUAN ESTEBAN GUERRERO ARIAS	1072752643	Cra 82 # 150 75	3012346470	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
12	CAMILA ANDREA VALBUENA ROA	97.021.803.654	Calle150a#101-20	3123786134	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1	17	16	94,1
13	PEDRO NELSON TORRES	80811194	CARRERA 7#34-10SUR	3195075942	1	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	NP	NP	1	1	NP	1	1	CM	CM	CM	CM	NP	1	1	NP	1		0	#¡DIV/0!
14																																			0	#¡DIV/0!
20																																				

NOTA: De acuerdo a la situación presentada utilizar las siguientes convenciones en la casilla del día correspondiente.
CONVENCIONES: 1: Asistió F: Falla M: Médica (anexar soporte) K: Calamidad Doméstica CM: Competencia NP: No programado

en línea

OS GENERALES DEL APORTANTE

entificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
072650972		RAMIREZ BERNAL JAIME	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CR 101 82 52 IN 2 AP 411	BOGOTA-BOGOTA D.E.	7777777	No

OS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
nsión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
-10	2019-10	1000002124	8498693911	I	2019/11/20	2019/11/08	BANCO BOGOTA	0	$356,200

UIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO					PENSION		SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES			
	Identificación	Nombres	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Dias	IBC	Aporte
rsal: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,205,200	$192,900			$1,205,200	$150,700			$0	$0			$1,205,200	$12,600		$0	$0
ro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,205,200	$192,900			$1,205,200	$150,700			$0	$0			$1,205,200	$12,600		$0	$0
id: BOGOTA Depto: BOGOTA D.E. (1 Afiliados)					$1,205,200	$192,900			$1,205,200	$150,700			$0	$0			$1,205,200	$12,600		$0	$0
CC	1072650972	RAMIREZ JAIME	230301	30	$1,205,200	$192,900	EPS017	30	$1,205,200	$150,700		0	$0	$0	14-23	30	$1,205,200	$12,600	0	$0	$0
al Afiliados(1)					$1,205,200	$192,900			$1,205,200	$150,700			$0	$0			$1,205,200	$12,600		$0	$0

en línea

OS GENERALES DEL APORTANTE

entificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
072650972		RAMIREZ BERNAL JAIME	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CR 101 82 52 IN 2 AP 411	BOGOTA-BOGOTA D.E.	7777777	No

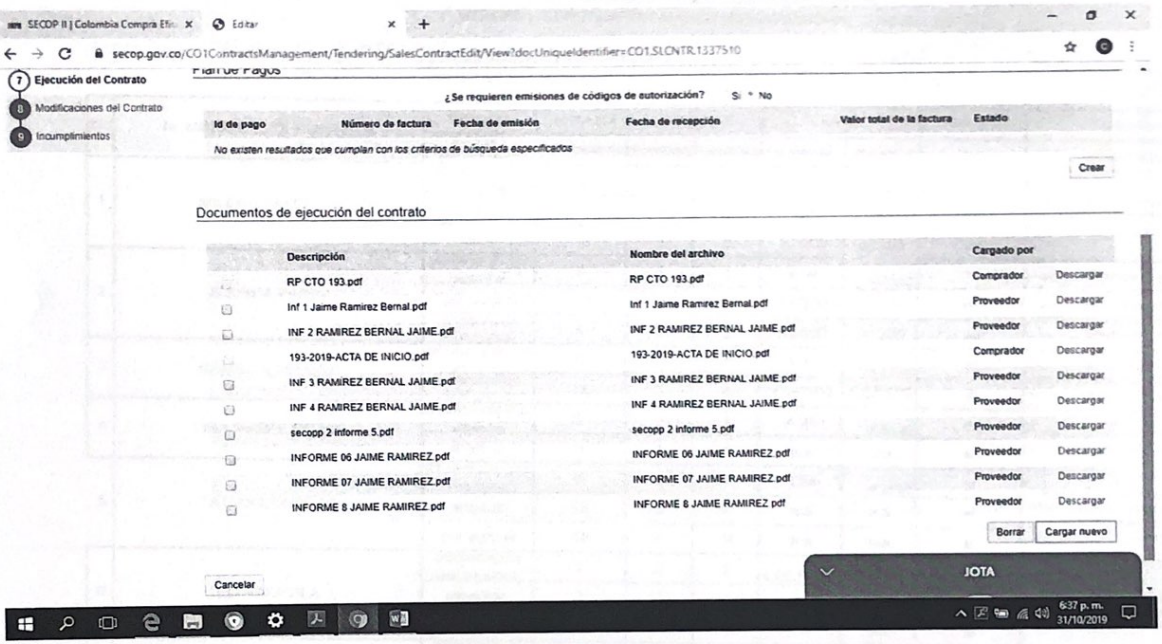
OS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
nsión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
-10	2019-10	1000002124	8498693911	I	2019/11/20	2019/11/08	BANCO BOGOTA	0	$356,200

SUMEN DE PAGO

SGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
(ADMINISTRADORAS: 1)				1	$192,900	$0	$0	$192,900
ORVENIR	230301	800,224,808	8	1	$192,900	$0	$0	$192,900
(ADMINISTRADORAS: 1)				1	$12,600	$0	$0	$12,600
OSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$12,600	$0	$0	$12,600
(ADMINISTRADORAS: 1)				1	$150,700	$0	$0	$150,700
AMISANAR	EPS017	830,003,564	7	1	$150,700	$0	$0	$150,700
TAL				1	$356,200	$0	$0	$356,200

5


SECOP II | Colombia Compra Efic
Editar
secop.gov.co/CO1ContractsManagement/Tendering/SalesContractEdit/View?docUniqueIdentifier=CO1.SLONTR.1337510
Ejecución del Contrato
Modificaciones del Contrato
Incumplimientos
Plan de Pagos
¿Se requieren emisiones de códigos de autorización? Si * No
Id de pago
Número de factura
Fecha de emisión
Fecha de recepción
Valor total de la factura
Estado
No existen resultados que cumplan con los criterios de búsqueda especificados
Crear
Documentos de ejecución del contrato
Descripción
Nombre del archivo
Cargado por
RP CTO 193.pdf
Comprador
Descargar
Inf 1 Jaime Ramirez Bernal.pdf
Proveedor
INF 2 RAMIREZ BERNAL JAIME.pdf
193-2019-ACTA DE INICIO.pdf
INF 3 RAMIREZ BERNAL JAIME.pdf
INF 4 RAMIREZ BERNAL JAIME.pdf
secopp 2 informe 5.pdf
INFORME 06 JAIME RAMIREZ.pdf
INFORME 07 JAIME RAMIREZ.pdf
INFORME 8 JAIME RAMIREZ.pdf
Borrar
Cargar nuevo
Cancelar
JOTA
6:37 p. m.
31/10/2019

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

INFORME TÉCNICO DE COMPETENCIA
DEPORTES DE TIEMPO Y MARCA (CONVENCIONAL Y PARALIMPICO)

CAMPEONATO: **JUEGOS NACIONALES DE PISTA 2019** LUGAR / FECHA: CALI 17 AL 20 DEL 2019

ENTRENADOR: **JAIME RAMIREZ BERNAL** DEPORTE / MODALIDAD: CICLISMO - PISTA

No	NOMBRE DEL DEPORTISTA	CATEGORÍA PRUEBA / DISCAPACIDAD	CANTIDAD DE PARTICIPANTES	LUGAR PLANEADO	LUGAR OCUPADO	MARCA PLANEADA	MARCA REALIZADA	CUMPLIMIENTO SI / NO	OBSERVACIONES SOBRE EL DESARROLLO DE COMPETENCIA
1	MILENA SALCEDO	persecucio por equipos	5	1	1	4:34	4.38.32	si	Llega en buena condicion fisica, la persecucion por equipos estaba muy fuerte y en el scratch gano con autoridad pero gracias la trabajo de tatiana dueñas
		scratch	15	1	1	n.a	n.a	si	
		keirin	13	3	9	37:000	39:221	no	
2	JESSICA PARRA	persecucio por equipos	5	1	1	4:34	4.38.32	si	llega en una condicion buena, la persecucion por equipos estaba muy bien y en la persecucion individual igual, en la prueba por puntos corrio para ayudarle a tatiana dueñas pero por estrategia de la otras ligas hacen que tatiana pierda y le apostamos a jessica haciendo un bronce
		por puntos	11	2	10	12"300	13"020	no	
		persecucion indiviadual	4	2	3	36:500	38:209	no	
3	CAMILA VABUENA	persecucio por equipos	5	1	1	4:34	4.38.32	si	Llega en una condición muy buena,el deportista acato las ordenes del entrenador, en la persecucion individual estaba muy anciosa lo que le afecto mucho el resultado
		persecucion individual	14	3	4	1'06"500	1'07"579	SI	
4	LINA MABEL ROJAS	persecucio por equipos	5	1	1	4:34	4.38.32	si	llega en optima condicion fisica y obtiene dos medallas de oro, acato muy bien la estrategia brindada por en entrenador
		omnium	8	1	1	n.a	n.a	si	
5	TATIANA DUEÑAS	persecucio por equipos	5	1	1	4:34	4.38.32	si	llega en con conidcion fisica excelente ayuda condicional mente a milena a ganar el sacratch y ayuda a jessica hacer bronce ne la puntos, se aclara que sin el trabajo de ella el resultado seria otro
		scratch	15	8	11	n.a	n.a	si	
		por puntos	16	1	9	n.a	n.a	si	
6	EDWIN AVILA	persecucion por equipos	7	2	2	4.05.500	4.10.85	si	se recupero en la concetracion pero de igual forma le falto llega en mejor condicion fisia ya que estaba muy cansado
		madison	7	1	1	n.a	n.a	si	
		omium	11	2	3	n.a	n.a	si	
7	JORDNA PARRA	persecucion por equipos	7	2	2	4.05.500	4.10.85	si	llega en buena condicion fisica pero no a contado con suerte y en el scratch le falto un corredro mas fuerte quien le ayudara
		scratch	24	1	2	n.a	n.a		
		madison	7	1	3	n.a	n.a	si	
8	ESTEBAN GUERRERO	scratch	24	8	15	n.a	n.a	no	en la concetracion llego en una forma muy mal pero llega al nacional de en una condicion aceptable
9	CALOR URAN	persecucion por equipos	7	2	2	4.05.500	4.10.85	si	de este año es mejor conodicion fisica hqa tenido pero igual mente falto mucho ritmo de competencia con el
		por puntos	24	2	7	n.a	n.a	no	
10	WILMAR MOLINA	persecucion por equipos	7	2	2	4.05.500	4.10.85	si	ando muy bien el a persecucion y punto pero la por equepso entro en concetrcion
		perse individual	19	3	3	4.32.500	4.29.500	si	
		por puntos	24	2	15	n.a	n.a	no	

FIRMA ENTRENADOR (A)

FECHA ENTREGA 25/01/2019

Señores:
INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
Ciudad.

CERTIFICACION DE CUMPLIMIENTO

(Articulos 330 al 336 del Estatuto Tributario Nacional -Ley 1819 de 2016.)

Conozco que esta información debo entregarla a la entidad contratante antes de cualquier pago que se tramite en dicho mes, en los términos establecidos en el Decreto 1070 de 2013.

Conozco que de acuerdo con el párrafo 6 del artículo 1 del Decreto 1070 de 2013, el incumplimiento en la obligación de entregar esta información, ante la Entidad contratante, deberá ser informada a la U.A.E. Dirección de Impuestos y Aduanas Nacionales - DIAN, con el fin de que la administración tributaria me imponga las sanciones pertinentes.

De conformidad con la referencia me permito manifestar bajo la gravedad de juramento lo siguiente:

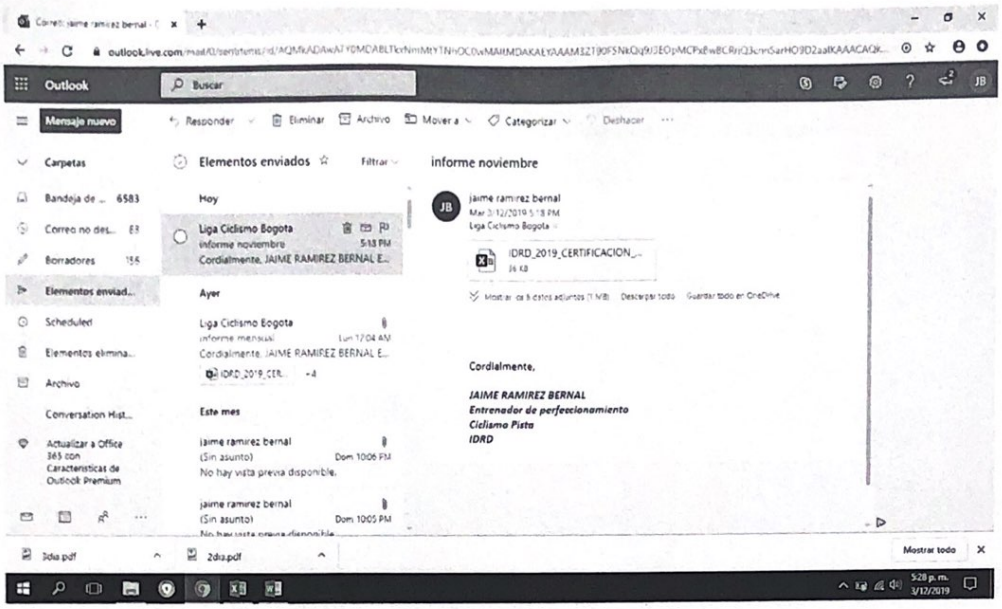
1	Contrato No.			0193-2019											
2	Nombre del Contratista			JAIME RAMIREZ BERNAL											
3	Identificación	CC	X	CE				1.072.650.972							
4	Régimen del impuesto a las ventas							Simplificado	X			Común			
5	Residente en el país (Extranjeros)									SI		NO			
6	Tengo contratadas dos o mas personas para realizacion de las actividades que se requieren en cumplimiento del objeto del presente contrato (artículo 340 del Estatuto Tributario Nacional -Ley 1819 de 2016.)									SI		NO	X		
7	Declaración de ingresos c) Mis ingresos totales en el año gravable 2018, fueron iguales o superiores a 1.400 UVT (2018), equivalentes a $46.418.000									SI		NO	X		
8	Valor de los aportes obligatorios al Sistema de Seguridad Social correspondiente al 40% de los ingresos recibidos efectivamente en el **MES ANTERIOR** provenientes del contrato materia de pago sujeto a retención.														
	Aporte Obligatorio de Salud mensualizado $			150.700,00				Aporte Obligatorio de Pensión mensualizado $				192.900,00			
	Afiliación Aportes Riesgos Laborales ARL $			12.600,00				Nota: el valor pagado por ARL no disminuye la base de la retencion en la fuente							
9	Ingresos no constitutivos de renta, ni de ganancia ocasional mensual														
	AFC $							Ahorro Voluntario Pensión $							
10	Intereses en créditos de vivienda de habitación. Certificado expedido por la entidad vigilada por la Superfinanciera que indique el valor de los intereses pagados en el año inmediatamente anterior (2018). Indique el o los titulares del crédito de vivienda. Anexo									SI		NO	X		
11	Pago medicina prepagada o planes complementarios de salud (para el titular, cónyuge y hasta dos hijos) Certificado expedido por la entidad vigilada por la Supersalud que indique el valor pagado en el año inmediatamente anterior (2018). Anexo									SI		NO	X		
12	Dependientes: Certifico bajo gravedad de juramento que las personas claramente identificadas con numero de identificación y vínculo de parentesco, las cuales soporto, tienen dependencia económica de mi.														
	a) Hijos menores de 18 años (entregar registro civil). Anexo									SI		NO	X		
	b) Hijos entre 18 y 23 años estudiantes (entregar registro civil y recibo de pago de matrícula o certificado de pagos expedidos por la entidad aprobada por el ICFES). Anexo									SI		NO	X		
	c) Hijos en situación de dependencia originada en factores físicos o psicológicos. (entregar registro civil y certificado expedido por medicina legal ó EPS). Anexo									SI		NO	X		
	d) Cónyuge o compañero permanente, en situación de dependencia sea por ausencia de ingresos o ingresos menores a 260 UVT (2019) $8.910.200 (entregar certificado de Contador Público. Cuando sea dependencia factores físicos o psicológicos entregar Certificado de medicina legal ó EPS). Anexo									SI		NO	X		
	e) Padres y los hermanos por situación de dependencia sea por ausencia de ingresos ó ingresos menores a 260 UVT (2019) $8.910.200. (entregar certificado de Contador Público. Cuando sea dependencia factores físicos o psicológicos entregar certificado de medicina legal ó EPS). Anexo									SI		NO	X		
13	Soy declarante del impuesto sobre la renta y complementarios.									SI		NO	X		
14	**(OPCIONAL)** Como declarante del impuesto de renta, solicito se me practique una tarifa de retención en la fuente superior a la establecida en el parágrafo 3° del Artículo 3° del Decreto 0099 de 2013, la cual será por un porcentaje de:											%			

Certifico bajo la gravedad del juramento que los documentos soportes del pago de aportes obligatorios al Sistema de de Seguridad Social en Salud y Pensión corresponde a los ingresos provenientes del contrato materia del pago sujeto a retención.

DECLARO QUE LOS SOPORTES ADJUNTOS NO SERAN PRESENTADOS ANTE OTRA ENTIDAD PARA DEPURACION POR LOS MISMOS CONCEPTOS, RESPETANDO LOS TOPES ESTABLECIDOS EN LA NORMA Y CUALQUIER CAMBIO EN LAS CONDICIONES QUE IMPIDAN SU APLICACION LO NOTIFICARE DE INMEDIATO.

Dada en Bogotá D.C. a los: DD 25 MM 11 AA 2019

FIRMA


Outlook
Buscar
Mensaje nuevo
Responder
Eliminar
Archivo
Mover a
Categorizar
Deshacer
Carpetas
Elementos enviados
Filtrar
Bandeja de ... 6583
Correo no des... 83
Borradores 155
Elementos enviad...
Scheduled
Elementos elimina...
Archivo
Conversation Hist...
Actualizar a Office 365 con Características de Outlook Premium
Hoy
Liga Ciclismo Bogota
informe noviembre
5:13 PM
Cordialmente, JAIME RAMIREZ BERNAL E...
Ayer
Liga Ciclismo Bogota
informe mensual
Lun 1/04 AM
Cordialmente, JAIME RAMIREZ BERNAL E...
IDRD_2019_CER...
+4
Este mes
jaime ramirez bernal
(Sin asunto)
Dom 10/06 PM
No hay vista previa disponible.
jaime ramirez bernal
(Sin asunto)
Dom 10/05 PM
informe noviembre
JB
jaime ramirez bernal
Mar 3/12/2019 5:13 PM
Liga Ciclismo Bogota
IDRD_2019_CERTIFICACION_...
36 KB
Mostrar los 3 datos adjuntos (1 MB)
Descargar todo
Guardar todo en OneDrive
Cordialmente,
JAIME RAMIREZ BERNAL
Entrenador de perfeccionamiento
Ciclismo Pista
IDRD
3dia.pdf
2dia.pdf
Mostrar todo
5:28 p. m.
3/12/2019