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

MEMORANDO

Radicado IDRD No. 20195100808653

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-2065-2019
Expediente virtual No20198002011018666E

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

INF 9 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: 17 folios – NA
Copia: N/A

Elaboró: Paola Andrea Angulo Zapata- Contratista- Área de Deportes
Proyectó: N/A
Revisó: Apoyo a la Supervisión-John Alejandro Salgado Rozo
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

Scanned by TapScanner

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.	9		
FECHA DEL INFORME	dd	mm	aa
	25	11	2019

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

1. INFORMACIÓN GENERAL

		Instrucciones
NOMBRE DEL CONTRATISTA	OSWALDO ALBERTO SANTOS CRUZ	Registre nombre y apellidos completos
N° DE IDENTIFICACIÓN	19.257.736	Registre el número de identificación
OBJETO DEL CONTRATO	Organizar, planificar, orientar, dirigir, controlar y evaluar la preparación de los deportistas del registro de Bogotá D.C., que hacen parte de la etapa de perfeccionamiento deportivo que hacen parte en la disciplina asignada entregando con la firma del acta de inicio físico y magnético el plan de entrenamiento a seguir durante esta vigencia anexando los ajustes cada vez que sea solicitado.	Registre el objeto del contrato
PLAZO DE EJECUCIÓN	Diez (10) meses	Registre el plazo total de ejecución en letras y números
VALOR	$ 30.130.000.00	Registre el valor total del contrato
FECHA ACTA DE INICIO	14 de Marzo de 2019	Registre la fecha de inicio del acta
FECHA PREVISTA DE TERMINACIÓN	13 de Enero de 2020	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 al 25 de Noviembre de 2019	Registre las fechas entre las cuales se reportan las actividades

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

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

Scanned by TapScanner

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.

Obligaciones específicas	Avance, evidencias y ubicación
Obligación No. 1 Organizar, planificar, orientar, dirigir, controlar y evaluar la preparación de los deportistas del registro de Bogotá D.C., que hacen parte de la etapa de perfeccionamiento deportivo que hacen parte en la disciplina asignada entregando con la firma del acta de inicio físico y magnético el plan de entrenamiento a seguir durante esta vigencia anexando los ajustes cada vez que sea solicitado	**Avance:** Durante el periodo se realiza el proceso de planificación, orientación, dirección, control y evaluación de los deportistas de perfeccionamiento de la Liga de Triatlón de Bogotá, con una intensidad de 4 sesiones de Natación en el horario institucional asignado de 4:00 a 6:00 pm en las Instalaciones del complejo Acuático Simón Bolívar, 4 de Carrera a pie en el horario de 6:00 pm a 7:30 pm en la Zona Dura del Complejo Acuático Simón Bolívar y 3 de ciclismo a la semana, una de ciclosimuladores, propiedad de la Liga de Triatlón de Bogotá y en los alrededores de la ciudad de Bogotá (Autopista Norte ó Calle 80) más 2 complementarias de preparación física general, que se desarrollan en las instalaciones del Centro de Acondicionamiento del complejo Acuático Simón Bolívar. **Evidencia:** Se adjunta Plan gráfico de entrenamiento, microciclos del periodo y planillas de asistencia como evidencia del cumplimiento de mi obligación **Ubicación:** Plan Gráfico Folio: 8 Microciclos de entrenamiento Folios: 9 a 13 Planilla de asistencia Folio: 14
Obligación No. 2 Participar en la elaboración, actualización e implementación de los programas pedagógicos deportivos indicadores de rendimiento, tests técnicos y pedagógicos de su especialidad deportiva.	**Avance:** Se desarrollaron los planes propuestos desde del Plan Pedagógico del programa camino al Rendimiento para los deportistas, actualizándolos según las necesidades de cada uno, acompañando el día a día con la correspondiente retroalimentación desde/hacia el deportista. **Evidencia:** Se adjunta Plan gráfico de entrenamiento, microciclos del periodo y planillas de asistencia como evidencia del cumplimiento de mi obligación **Ubicación:** Plan Gráfico Folio: 8 Microciclos de entrenamiento Folios: 9 a 13 Planilla de asistencia Folio: 14

Scanned by TapScanner

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

INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN DE CONTRATOS DEL IDRD

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

Obligación No. 3 Cumplir con el volumen de entrenamientos establecido en los planes de preparación acordados y aprobados por el encargado de su disciplina deportiva cumpliendo con un mínimo de (6) sesiones semanales con sus deportistas del registro de Bogotá avalados por el equipo técnico metodológico del IDRD en coordinación con las ligas deportivas distritales en las unidades de acondicionamiento físico, evaluaciones médicas y de ciencias aplicadas al deporte en los entrenamientos, fogueos, competencias preparatorias y principales de acuerdo a lo planificado en el plan de entrenamiento vigente siempre y cuando estas guarden relación con el objeto contractual	**Avance:** Se cumple con el volumen de entrenamiento establecido en los planes de entrenamiento, socializados con el metodólogo, Ronal Fonseca, realizando 4 sesiones de Natación en el horario institucional asignado de 4:00 a 6:00 pm en las Instalaciones del complejo Acuático Simón Bolívar, 4 de Carrera a pie en el horario de 6:00 pm a 7:30 pm en la Zona Dura del Complejo Acuático Simón Bolívar y 3 de ciclismo a la semana, una de ciclosimuladores, propiedad de la Liga de Triatlón de Bogotá y en los alrededores de la ciudad de Bogotá (Autopista Norte ó Calle 80) más 2 complementarias de preparación física general, que se desarrollan en las instalaciones del Centro de Acondicionamiento del complejo Acuático Simón Bolívar. **Evidencia:** Se programaron en total 48 sesiones de entrenamiento, tal como se indica en la planilla de asistencia del periodo y los microciclos correspondientes. **Ubicación:** Microciclos de entrenamiento Folios: 9 a 13 Planilla de asistencia Folio: 14
Obligación No. 4 Acompañar y dirigir a los deportistas preseleccionados y seleccionados del registro de Bogotá, avalados por el equipo técnico metodológico del IDRD en coordinación con las Ligas deportivas Distritales, en las unidades de acondicionamiento físico, evaluaciones médicas y de ciencias aplicadas al deporte, en los entrenamientos, fogueos, competencias preparatorias y principales, de acuerdo con lo planificado en el plan de entrenamiento vigente, siempre y cuando estas guarden relación con el cumplimiento del objeto contractual.	**Avance:** Durante el periodo de este informe los siguientes deportistas de perfeccionamiento del registro de la Liga de Triatlón de Bogotá no tuvieron participación en eventos deportivos. Durante el periodo de este informe no se realizaron evaluaciones médicas o de ciencias aplicadas al deporte. **Evidencia:** **Ubicación:**
Obligación No. 5 Presentar el informe técnico de competencia con la gestión y resultados deportivos, máximo tres (3)	**Avance:** Durante el periodo de este informe los siguientes deportistas de perfeccionamiento del registro de la Liga de Triatlón de Bogotá no tuvieron participación en eventos deportivos.

Scanned by TapScanner

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.

días después de cada participación y anexar copia del mismo en el informe mensual.	Durante el periodo de este informe no se realizaron evaluaciones médicas o de ciencias aplicadas al deporte. **Evidencia:** **Ubicación:**
Obligación No. 6 Asistir y participar a las reuniones convocadas por el área de rendimiento deportivo, el encargado técnico/metodológico, el equipo multidisciplinario o los organismos del sistema nacional del deporte para evaluar el cumplimiento de los resultados obtenidos en competencia y de los indicadores de rendimiento de los deportistas de su disciplina deportiva según la etapa del proceso.	**Avance:** Durante este periodo no se citó a reunión alguna por parte de la Subdirección Técnica de deportes. **Evidencia:** **Ubicación:**
Obligación No. 7: Dar cumplimiento a lo señalado en la Resolución 406 de 2013 del IDRD, o la que se encuentre vigente, que reglamenta el Programa de Rendimiento Deportivo.	**Avance:** Se realiza el seguimiento a los deportistas del grupo de perfeccionamiento para dar cumplimiento a los requisitos de la resolución 406, mediante el acompañamiento diario, control de la asistencia de los deportistas y sus resultados en competencia, según consta en las planillas de asistencia y resultados de competencia anexos. **Evidencia:** Planillas de asistencia, microciclos del periodo y resultados de competencia. **Ubicación:** Planilla Asistencia Folio: 14 Microciclos Folios: 9 a 13
Obligación No. 8: Apoyar la organización y realización de los eventos deportivos que le sean asignados de acuerdo con la programación establecida por el supervisor del contrato, con cargo al proyecto Rendimiento Deportivo al 100x100.	**Avance:** Durante este periodo no se asignaron estas responsabilidades por parte del supervisor del contrato. **Evidencia:** **Ubicación:**
Obligación No. 9:	

Scanned by TapScanner

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.

Participar en eventos locales, distritales, nacionales o internacionales que le sean programados por el Supervisor del Contrato, para la representación de la entidad o para apoyar el desarrollo de actividades relacionadas con la misión de la entidad y con su objeto contractual o para el acompañamiento de las delegaciones conformadas para dichos eventos. Parágrafo: La participación en los eventos Nacionales o Internacionales deben ser autorizados por la Dirección General o por la Subdirección Técnica de Recreación y Deportes del IDRD.	**Avance:** Durante el periodo de este informe los siguientes deportistas de perfeccionamiento del registro de la Liga de Triatlón de Bogotá no tuvieron participación en eventos deportivos. Durante el periodo de este informe no se realizaron evaluaciones médicas o de ciencias aplicadas al deporte. **Evidencia:** **Ubicación:**
Obligación No. 10: Solicitar de manera formal (correo electrónico u oficio) al Supervisor del contrato, indicando la fecha de inicio y de terminación, con mínimo ocho (8) días de antelación, la suspensión y ampliación de suspensión del contrato de acuerdo con las causales establecidas por la normatividad vigente y los lineamientos de la entidad. En caso de que la causal de suspensión no permita la antelación establecida, el contratista deberá solicitar dicha suspensión de forma inmediata mediante correo electrónico al Supervisor del contrato. Así mismo deberá realizar oportunamente la transacción de suspensión, ampliación de suspensión y reinicio en la plataforma SECOP II y verificar su publicación.	**Avance:** Durante el periodo no se ha solicitado la suspensión o ampliación del contrato. **Evidencia:** **Ubicación:**
Obligación No. 11: En caso de presentarse una terminación anticipada realizar oportunamente la transacción y verificar su publicación en la plataforma transaccional SECOP II	**Avance:** No se ha presentado novedad alguna durante el periodo de este informe. **Evidencia:** **Ubicación:**
Obligación No. 12: Registrar en el informe mensual de actividades, la gestión adelantada referente a los documentos asignados en el Sistema de Gestión Documental ORFEO.	**Avance:** Para este informe no se cuenta con usuario y contraseña que permita el ingreso al sistema mencionado, se registrará la información solicitada en la obligación cuando se tenga acceso a la plataforma. **Evidencia:** **Ubicación:**

Scanned by TapScanner

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

INFORME DE ACTIVIDADES Y SUPERVISIÓN DE CONTRATOS DEL IDRD

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

Obligación No. 13: Elaborar y cargar mensualmente a la plataforma SECOP II, el informe de ejecución de la gestión adelantada debidamente firmado por el supervisor, que evidencie el cumplimiento de las obligaciones pactadas en el contrato, en las fechas establecidas en el mismo	**Avance:** Se registra la información solicitada en la plataforma SECOP II, estando a la fecha cargados 6 informes de lo transcurrido del contrato suscrito. **Evidencia:** Se anexa a este informe seguimiento de la plataforma (pantallazo) con la última actualización realizada, donde se encuentra cargado el informe No. 8 del contrato, dando cumplimiento a la obligación. **Ubicación:** Informe seguimiento SECOP II Folio: 15
Obligación No. 14: Elaborar, revisar y actualizar las bases de datos de los deportistas y entrenadores. En caso de requerirse, registrar las acciones del programa a través de la plataforma del Sistema de Información Misional SIM.	**Avance:** Para este informe no se cuenta con usuario y contraseña que permita el ingreso al sistema mencionado, se registrará la información solicitada en la obligación cuando se tenga acceso a la plataforma. **Evidencia:** **Ubicación:**
Declaración: Manifiesto que he cumplido con las obligaciones derivadas del contrato y que las actividades mencionadas en el presente informe corresponden a las labores efectivamente desarrolladas en el período indicado, declarando que seré responsable por las afirmaciones contenidas en el presente documento, que sirve como soporte para certificar el cumplimiento del objeto del contrato.	

3. INFORMACIÓN APORTES PRESTACIONES SOCIALES

DESCRIPCIÓN DEL APORTE	NOMBRE EMPRESA	VALOR APORTE PAGADO
PAGO APORTES SALUD	COMPENSAR	$ 156.700.00
PAGO APORTES PENSIÓN	PROTECCIÓN	$ 200.600.00
PAGO RIESGOS PROFESIONALES	POSITIVA SEGUROS	$ 6.600.00
	TOTAL	$ 363.900.00

4. ANEXOS:

A. Plan Gráfico — Folio: 8
B. Microciclos de entrenamiento — Folios: 9 a 13

Scanned by TapScanner

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.

C. Planilla de asistencia	Folio: 14
D. Informe seguimiento SECOP II	Folio: 15
E. Planilla pago Seguridad Social	Folios: 16 a 17

Firma Contratista

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

El entrenador cumple con sus obligaciones durante el periodo del presente informe.

VoBo Supervisor del contrato
Nombre: Lic. William Armando Nieto Guerrero
C.C. 11.364.157
Cargo: Profesional Especializado grado 09

Scanned by TapScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

PLAN GRÁFICO DE ENTRENAMIENTO

DEPORTISTA O EQUIPO : Categorías Sub 19

DEPORTE : Triatlón

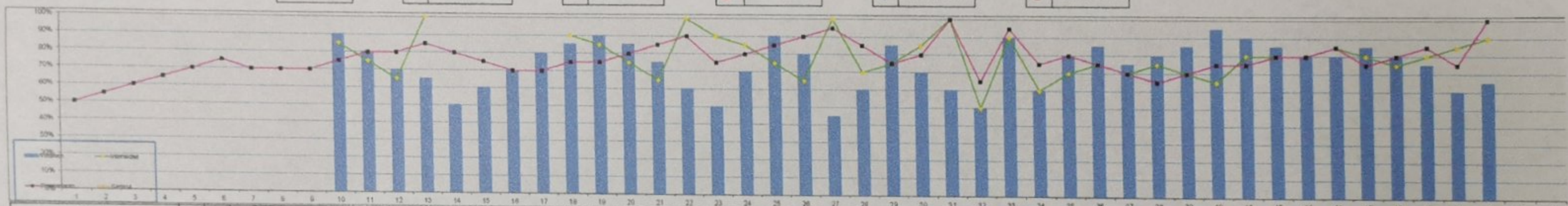
ENTRENADOR: Oswaldo A. Santos Cruz

MODALIDAD: Sprint

DURACIÓN DEL MACRO

DESDE 14 03 2019 **HASTA** 30 12 2019

CONVENCIONES: ▲ CONTROL MÉDICO · ◎ CONTROL FÍSICO · © CONT TÉCNICO · C CONCENTRACIÓN · L CONTROL LÁCTICO



	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
CONTROLES	◎													▲ ◎			©				©		©			
SEMANA	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
INICIO SEMANA	Enero																									
MES	Ene					Feb				Mar				Abr					May				Jun			
PERIODO / BLOQUE	PFG			PFG				PFG				PFG				PFE				COM		COM				COM
ETAPA / MESOCICLO																										
VOLUMEN %																										
INTENSIDAD %										90%	80%	70%	65%	50%	65%	70%	50%	65%	90%	85%	75%	60%	50%	70%	90%	80%
RENDIMIENTO %										85%	75%	65%	100%					90%	85%	75%	65%	100%	90%	85%	75%	65%
ONDULACIÓN	50%	55%	60%	65%	70%	75%	70%	70%	70%	75%	85%	80%	85%	80%	75%	70%	70%	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
TENDENCIA MICRO												AP	C	I	D	C	C	CH	R	C	AP	CAP	I	CH	D.A	AP
COMPETENCIAS PRINCIPALES													San Andrés									Santa Marta				
COMPETENCIAS PREPARATORIAS																										
CAMPAMENTOS																				Girardot						
VOLUMEN NAT Mts (km)												2	12	16	16	18	14	20	16	16	12	12				
VOLUMEN (horas o minutos)																										
VOLUMEN Cicl Kms (rep)												30	36	44	49	64	40	68	60	60	48	28				
VOLUMEN CaP Kms (kg)												16	12	16	14	18	20	16	18	14	12	14				
SUMATORIA VOLUMEN																										
MEDIOS (u.m.)																										

	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	TOTALES
CONTROLES		▲			C	C	C	©			C	C	C	©							▲			C	C	©	
SEMANA	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	
MES	Jul				Ago				Sep				Oct					Nov					Dic				
INTENSIDAD %	45%	50%	85%	70%	60%	50%	90%	60%	50%	65%	75%	80%	95%	95%	90%	85%	60%	90%	95%	90%	75%	80%	95%				
RENDIMIENTO %	100%	70%	75%	85%	100%	50%	90%	80%	70%	75%	70%	75%	70%	55%	80%	90%	80%	55%	85%	75%	80%	85%	90%				
ONDULACIÓN	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]				
TENDENCIA MICRO	C																										
COMPETENCIAS PRINCIPALES	Guatapé				triBog		T.T																POPAYAN				

COMPONENTE TÉCNICO (semanas 1–50)

COMPONENTE TÁCTICO

COMPONENTE FÍSICO

COMPONENTE ARTÍSTICO / COREOGRÁFICO

COMPONENTE PSICOLÓGICO

COMPONENTE TEÓRICO

OBJETIVOS	
GENERAL	[illegible]
COMPETITIVO	[illegible]
ESPECÍFICO	[illegible]
TÉCNICO	[illegible]
FÍSICO ATLÉTICO	[illegible]
TEÓRICO	[illegible]

TENDENCIA DE MICROS

CH	CHOQUE	PC	PRECOMPETITIVO
C	CORRIENTE	R	REGULAR
A	APROXIMACIÓN	D	DESARROLLADOR
C	COMPETITIVO	I	INTRODUCTORIO - AJUSTE
D.A.	DESCANSO ACTIVO		

Scanned by TapScanner

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES
AREA DE DEPORTES
RENDIMIENTO DEPORTIVO

1. INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

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

PERIODO REPORTADO **MES:** NOVIEMBRE **AÑO:** 2019

1.1. ACTIVIDADES DE ENTRENAMIENTO

Para los deportistas del grupo de perfeccionamiento de la LIGA DE TRIATLÓN DE BOGOTÁ se programaron para el mes de NOVIEMBRE 48 sesiones de entrenamiento.

Estas se desarrollaron en el COMPLEJO ACUÁTICO SIMÓN BOLÍVAR y la ciclo ruta del PARQUE BIBLIOTECA VIRGILIO BARCO.

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

1.2. LUGAR Y HORARIOS DE ENTRENAMIENTO

MEDIO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
CaP	DESCANSO	CASB		CASB		VIRGILIO BARCO	
CICLISMO	DESCANSO		TRABAJO DE POTENCIA			TRABAJO DE FONDO	TRABAJO DE FONDO
NATACIÓN	DESCANSO	CASB	CASB	CASB	CASB		
ESPACIO PSICINA		4:00 – 6:00 PM	4:00 – 6:00 PM	4:00 – 6:00 PM	4:00 – 6:00 PM	4:00 – 6:00 PM	
NUMERO DE CARRILES		2	2	2	2		
HORARIO ENTRENAMIENTO		4:00 – 7:30 PM	4:00 – 7:30 PM	4:00 – 7:30 PM	4:00 – 7:30 PM	2:00 – 6:00 PM	7:00 – 10:00 AM
NUMERO DE SESIONES		2	2	2	2	2	1
FORTALECIMIENTO		1		1			

Scanned by TapScanner

LIGA DE TRIATHLON DE BOGOTA
MICROCICLO

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
	21	22	23	24	25	26	27
NATACIÓN	Descanso				C(200 L z2 + 200 C.I. + 200 8brD/ 8br Iz + 200 Patada Lado) P.C. 1° 800 Pull Buoy z3 2° 10x200 R/30" Impar: Progr Par: EE 3° 200 Z3 Afl. 200 Espalda		
CaP	Descanso				C(1 z2) P.C. 1° 2k EE 2° 2k Progr x 1k 3° 2k EE Afl. 1 z2	T-2 CaP 14k	
CICLISMO	Descanso					C(5k z2 +5k z3) P.C. 1° 20k EE 2° 5k z3 3° 20k Interv x 5k = (40k/h - 33 k/ 44k/h - 36 k/h) 4° 5k z3 5° 20k EE	Ruta, terreno mixto 70 Kms Promedio z3
GYM	Descanso						

Scanned by TapScanner

LIGA DE TRIATHLON DE BOGOTA
MICROCICLO

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
	28	29	30	29	31	1	2
NATACIÓN	Descanso	C(200L. z2 resp al frente + 200 Patada Libre Patada + 200 4br/b/ 4br lz + 200 progr de 3 a 3) P.C. 1' 400L. z3 Pull Buoy 2' 4 x 100 Prog/1 3' 8 x 50 z4 R/15" 4' 400 EE Pull Buoy 5' 8x100 EE/1 6' 8x50L z4/30" 7' 400 z3 Pull Buoy Afl. 200 Espalda	C(200 Espalda + 200 Br Pecho Patada Libre + 200 Lbr Mariip/ 2 Br Libre + 200 Libre Progr 2 a 3) P.C. 1' 600L. Continuo + 200 z3 + 200 Progr + 200 EE 2' 10 x 50 z4 (1/10 Remos)/30" 3' 500cont. "bolita" 4' 10 x 50 z40/15" 5' 500 EE "BOLITA" Afl. 200 Espalda	C(200 C.A.M.U + 200 Pecho + 200 L. Resp al frente + 200 Libre Progr 2 a 3) P.C. 1' 400L. Continuo + 200 z3 + 200 Progr + 200 EE + 1k CaP 2' 8 x 50 z4 Remos/30" + 500 CaP EE 3' 400cont. z3"bolita" + CaP 1k z3 4' 8 x 50 z40/15" + 500 Mtrs CaP z4 5' 400 EE "BOLITA" Afl. 200 Espalda	C(100 L.. Resp 3x1 + 100 Resp al frente + 100 4br D/ 4br lz + 100 resp al lado contrario) P.C. 1' 1000 Continuo + 300z3+ 400Prog x 100 + 300 EE 2' 10 x 100 /1' = impar Progr - Par z4 3' 300 z3 Pull Buoy Afl. 100 Espalda		
CaP	Descanso	C(1.5z2) P.C. 1' 2k z3 2' 5 x 400 z4/1 Afl. 1.5 z2		C(1.5 z2) P.C. 1' 2k Progr 2' 8 x 500mtrs/1' (impar Pprogr - Par; z4) 3' 2k z3 Afl. 1.5 z2			
CICLISMO	Descanso		Plan A Velódromo: C(1k z2) P.C. 1' 5k EE T-2 1k EE CaP 2' 5k Progr x 1k T-2 1k Progr CaP 3' 5k EE T-2 1k Progr CaP 4' 5k z3 Afl. 2k CaP EE 1k CaP z2 Plan B Simuladores: C(5' z2) P.C. 1' 10"z3 + 5 ascensos escalera z3 2' 8"Progr x 2' + 4 subidas Progr 3' 6"EE + 3 subidas z4 4' 4"z4 + 2 Subidas z3 Afl. 5'z2			Ciclorruta Virgilio B. TRANSICIONES 4 x 5k + 1k	
GYM	Descanso						

LIGA DE TRIATHLON DE BOGOTA
MICROCICLO

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
	3	4	5	6	7	8	9
NATACIÓN	DESCANSO	C(200 L. z2 + 200 = Bir D /Bir Izq + 200 Progr +200 d i p. c-) P.C. ALETAS 1' 500 Patada Lado 2' 5 x 100 L. Progr Aletas/30" 3' 5 x 100 L. EE/30" 4' 500 Pull Buoy z3 5' 5x100 Remos Progr/30" 6' 500 EE Afl. 200 Espalda	C(200 Espalda + 200 Br Mar- Pat Lib + 200 C.L. + 200 Progr) P.C. 1' 200 Pull Buoy z3 2' 200 Progr x 50 3' 200 EE 4' 200 Pull Buoy z3 5' 200 EE 6' 10 x 50 Progr sale y toca 7' 5 x 100 R- P.BUOY Progr 8' 10 x 50 FL. EE 9' 500 p. Buoy Afl. 200 Espalda t-3 Cal	C(200 Espalda + 200 Br M/ Pat Libre + 200 = 8 Br d/ 8 Br Izq + 200 Patada Lado) P.C. 1' 500 Pull Buoy z3 2' 6 x 150 Progr R/30" 3' 400 Pull Buoy z3 4' 6 x 100 EE- R./15" 5' 600 Pull Buoy z3 Afl. 200 Espalda	C(200 Espalda + 200 Resp al frente Progr 2-3 + 200) P.C. 1' 800L. CONT = 200z2= 400z3 = 200 EE 2' 8 X 100 R/30"= impar : Progr / Par : EE 3' 400 Pull Buoy EE 4' 8 x 50 z4 R/15" Afl. 200		
CaP	DESCANSO	C(1k z2) P.C. 1' 2k z3 2' 2 x 1k Progr cont. 3' 1k EE Afl. 1 z2		C(1.5 z2) P.C. 1' 3k Progr x 1k 2' 2k z3 Afl. 1.5 x z2		C(1k z2) P.C. 1' 2k z3 2' 4 x 1k EE/30" Afl. 1k z2	
CICLISMO	DESCANSO		C(5k z2) P.C. 1' 10k Intervx 2k = (34-32-24-24-38) 2' 5k Progr x 1k = 30-32-24-36-38 t-2 CaP 1k EE 3' C(d 5k 40 k/h t-2 CaP 1k EE 4' 5k Ctd. T-2 CaP 5k 1 vta P. S. Bolivar		C(5k z2) P.C. 1' 10k z3 2' 10k Intervx 5k = (34-32-36-32-38-32= 3' 10k EE Afl. 5k z2	C(5k z2) P.C. 1' 10k z3 2' 10EE 3' 10k z3 Afl.5k z2 CaP
GYM	DESCANSO						

Scanned by TapScanner

LIGA DE TRIATHLON DE BOGOTA
MICROCICLO

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
	10	11	12	13	14	15	16
NATACIÓN	Descanso	C)100 Espalda + 100 Br.Crillo lz + 100 Resp al Frente + 300 1x1 resp c/U) P.C. RETAT 1° 800 Libre Alertas + 200 r2 + 200 r3 + 200 Progr + 100 + 200 EE 2° 400 Pateada, brazos extendidos al frente Progr + 100 3° 16x50 EE/15" 4° 400 Pull Buoy c3 "bolita" Afl. 200 Espalda		C)100 D-I-P-C + 100 Resp al frente + 100 Pull, esperando al frente + 100 B (Cr D /B Br D) P.C. 1° 400 c3 Pull Buoy 2° 4x100 Progr/90" 3° 400 EE 4° 8x50 (4 B/ Pull Buoy/15" /1' 5° 8x50 r4 P./15" /1' 6° 8x50 r4/15" 7° 400 c3 .... rate a CaP ----	C (200 r2 + 200 Esperando cerca) PC 1 ° 500 c3 Boya de tracción 2 ° 2x200 Progr / 30 ° 3 ° 6x50 r4 B / 15" 3 ° 200 EE 4 ° 2x50 r4 5 ° 500 EE Boya de tracción 6 ° 10 x 50 r4 Afl. 100 Espalda		
CaP	Descanso	C) L 5k r2) P.C. 1° 1k r3 /1' 2° 2k Prog + 1k /1' 3° 4x1k EE/15" Afl. L 5 r2	1° 1k r3 /1' 2° 2k EE /1' 3° 2k Prog + 1k Afl. 1k r2	Transición 24 1° 3k CaP r3 2° 1k Prog 3° 2 x 600 (4/30" 4° 1000 Prog + 400- 2-1-4 Afl. 1k r2		... VIENE DE CICLISMO TODO CONTINUO Llega a casa y T-2 C(2k r2) P.C 1° 1k r3 2° 5k core + 500 EE+200 r2 c/6m Afl. 1k r2	C(2k r2) P.C. Recomendado terreno ondulado 1° 2k r3 2° 2k Prog Afl. 2k r2
CICLISMO	Descanso		C(5L r2) P.C. 1° 1k r3 2° 20k continuos + 4 bloques 5k (Prog + 1h/10/r4/r3/All) T-2 CaP ----			50k Continuo terreno mixto con buen tramo de terreno llano y también buen tramo de ascenso, recomendado vuelta al norte o paseodo o adicionar Guasquira y terminar en Patios, llega a la casa o CaP	
GYM	Descanso				30 Min Fortalecimiento articular general + Tonificación muscular general (1x40/1 Abdominales		

LIGA DE TRIATHLON DE BOGOTA
MICROCICLO

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
	17	18	19	20	21	22	23
NATACIÓN	Descanso	C)200 Espalda + 200 (br/D/ Br lz + 200 resp al frente + 200 Pateada Lado) P.C. 1° 500 continuos, + 100 Patada/Table Lado Progr 2° 400 I. Tabla c3 3° 10x50 Pateada Lado EE/10" 4° 300 Pull Buoy c3 5° 10x50 R-P.Buoy/r4 6° 5x100 R, EE/15" 7° 500 EE Afl. (200 Espalda)	C(400 Pull Buoy r2 + 200 d-i-p-c-< 200 10br/D/10 bR (2 (9-8, 8-8,...1-1-2-2-10-10) P.C 1° 400 Pull Buoy c3 2° 8x100 Progr R/15" 3° 400 "bolita" EE 4° 8x50 eR/10" 5° 4x200 c/c Pretende 2:0 con aceleración en 25metros (1°-2°-3°-4°) SALIDA INMEDIATA A PEDALEAR INTERVALOS	C)200 r2 + 200 di-p-c- + 200 Progr 2 a 3 + 200 resp 1x1) P.C. 1° 1000 EE- Registrar Tiempo 2° 500 c3 Pull Buoy 3° 10x50 Progr R 4° 5x200 EE/1' Afl. 200 Espalda	C) 200 Espalda + 200 c-e-m-u + 200 C.I. + 200 (Ir 2 el) P.C. 1° 500L Pull Buoy c3 2° 5x100 Progr A/P Buoy 3° 10x50 (eR/10" 4° 5x100r4/90" 5° 10x50r4/10" Afl. 200 Espalda		
CaP	Descanso	C)1 r2) P.C. 1° 2k r3 2° 2k Prog + 1k Afl. 1r2		C)1k r2) P.C. 1° 1k EE 2° 2k r3 3° 5 x 200 r4/90" Afl. 1k r2		4 km	...viene de Ciclismo 1° 2k r3 2° 1k Prog 3° 1k r3 Afl. 1k r2
CICLISMO	Descanso		Simulador Bloques x 6' x 1' de descanso			Terreno Mixto Sugerido Siberia- Dubachoque- La Pradera C(5k r2) P.C. 1° 5k r3 P. Pradera 2° 26k a Subachoque (Bloques de 3k + r3 y Progr) 3° C.R.L 10k (Subachoque- 5k vuelta Pradera y regreso a Subachoque) CaP 5k + 4k r3 + 4k EE T/ Ordinario P.P. r3 A Siberia EE ESTIRAMIENTOS REGISTRAR DATOS	Tarea sugerida 60 k Terreno Mixto
GYM	Descanso	30' 100 Abdominales 60 Sentadilla 60 dorsales 40 Pies Brazos 20 Elevación rodillas		100 Cuerpo introducción 1hr Libre 80 Abdominales 60 Elevación de Talones 40 Pull Ups (4 x 10) 20 Fondos (triceps, apoyo sentado			

Scanned by TapScanner

LIGA DE TRIATHLON DE BOGOTA
MICROCICLO

	LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28	SABADO 29	DOMINGO 30
NATACIÓN	Descanso	C(200 Espalda + 200 Ondulaciones + 200 Br Pecho+ Par Libre+ 200 Libre) P.C. ALETAS 1* 4 x 100 Patada+ Aletas, Impar Ondulación, Par.: Patada Libre lado 2* 4 x 100 ALETAS Impar: Mariposa Par: Libre 3* 8 x 50 L. Progr /15" 4* 400 cont L. Aletas z3 PULL BUOY 5* 400 Pull Buoy z3 6* 8 x 50 R. P. Buoy Progr/15" REMOS 7* 8 x 50 R #4/15" 8* 200 z3					
Carr	Descanso	Afl. 200 Espalda C(1 z2) P.C. 1* 1k z3 2* 2k Progr x 1k 3* 1k cont EE Afl. 1z2					
CICLISMO	Descanso						
GYM	Descanso	30' 100 Abdominales 80 Sentadilla 60 dorsales 40 Flex Brazos 20 Elevación rodillas					

Scanned by TapScanner

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

REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS

ENTRENADOR: OSWALDO SANTOS C.

LUGAR DE ENTRENAMIENTO: COMPLEJO ACUATICO SIMON BOLÍVAR

DEPORTE / MODALIDAD: TRIATLON

HORA INICIO _____ **HORA FIN** _____

Año 2019

Meses Ene | Feb | Mar | Abr | May | Jun | Jul | Ago | Sep | Oct | Nov | Dic

No.	ATLETAS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	DIRECCIÓN	TELÉFONO	DIAS						DIAS																									TOTAL SESIONES		
					26	27	28	29	30	31	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	PLAN	REAL	% Ot
1	DANIEL CHETHUAN ESGUERRA	T-CO-1000795282	Cra 11 140-87	3219089493	2	1	NP	2	2	1	1	2	NP	2	2	2	1	2	1	NP	2	F	2	2	2	1	NP	3	2	2	2	2	2	NP	3	48	46	
2	JUAN ESTEBAN CARDENAS MORENO	T-CO-1000273391	Cll 128 C Bis No 51-03	3138701924	2	1	NP	2	2	1	1	2	NP	2	2	2	1	2	1	NP	2	2	2	2	2	1	NP	3	2	2	2	2	2	NP	3	48	48	
3	NICOLAS GOMEZ LOZANO	T-CO-1023362758	Carrera 70#22-75	3102985943	2	1	NP	2	2	1	1	2	NP	2	2	2	1	2	1	NP	2	F	2	2	2	1	NP	3	2	2	2	2	2	NP	3	48	46	
4	PETER WILLY MADSEN VELASQUEZ	T-CO-1000612961			2	1	NP	2	2	1	1	2	NP	2	2	2	1	2	1	NP	2	F	2	2	2	1	NP	3	2	2	2	2	2	NP	3	48	46	
5	DAVID SANTIAGO REYES SARMIENTO	T-CO-1001297927	cl 68a bis # 68c10	3118988758	2	1	NP	2	2	1	1	2	NP	2	2	2	1	2	1	NP	2	2	2	2	2	1	NP	3	2	2	2	2	2	NP	3	48	48	
6	DANIEL ALEJANDRO ORDOÑEZ CORTES	T-CO-1000591090	CRA87A#129-27	3155712	2	1	NP	2	2	1	1	2	NP	2	2	2	1	2	2	NP	2	2	2	2	2	1	NP	3	2	2	2	2	2	NP	3	48	49	
7	LAURA CAMILA CORTES FORERO	T-CO-1011320872	CRA 51 44 C 27	3228588685	2	1	NP	2	2	1	1	2	NP	2	2	2	1	2	1	NP	2	2	2	2	2	1	NP	3	2	2	2	2	2	NP	3	48	48	
8	DIANA YOSCUA MARTINEZ	T-CO-1031803779	CALLE 144 No.141A-50		2	1	NP	2	2	1	1	2	NP	2	2	2	1	2	1	NP	2	F	2	2	2	1	NP	3	2	2	2	2	2	NP	3	48	46	
9	ESTEFANIA GAVIRIA CORREA	T-CO-1000697211	CALLE 126 No.11-23	3118131783	2	1	NP	2	2	1	1	2	NP	2	2	2	1	2	1	NP	2	F	2	2	2	1	NP	3	2	2	2	2	2	NP	3	48	48	
10	SANTIAGO FUENTES TRUJILLO	T-CO-1016594116	Cra. 93 # 72a-60	3107567691	2	1	NP	2	2	1	1	2	NP	2	2	2	1	2	1	NP	2	F	2	2	2	1	NP	3	2	2	2	2	2	NP	3	48	46	
11	JUNIOR CASTRO PÁJARO			3184533194	2	1	NP	2	2	1	1	2	NP	2	2	2	1	2	1	NP	2	2	2	2	2	1	NP	3	2	2	2	2	2	NP	3	48	48	
12																																					0		
13																																					0		
14																																					0		
15																																					0		
16																																					0		
17																																					0		
18																																					0		
19																																					0		
20																																					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

Scanned by TapScanner

Datos guardados

Cancelar

< Evaluación de la Entidad Estatal >

VER CONTRATO

Ejecución del Contrato

Porcentaje Recepción de artículos

Plan de Pagos

¿Se requieren emisiones de códigos de autorización? Sí No

Id de pago	Número de factura	Fecha de emisión	Fecha de recepción	Valor total de la factura	Estado

No existen resultados que cumplan con los criterios de búsqueda especificados

Crear

Documentos de ejecución del contrato

	Descripción	Nombre del archivo	Cargado por	
	RP CTO 2065.pdf	RP CTO 2065.pdf	Comprador	Descargar
	2065-2019-ACTA DE INICIO ALCANCE.pdf	2065-2019-ACTA DE INICIO ALCANCE.pdf	Comprador	Descargar
	INF 1 SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO.pdf	INF 1 SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO.pdf	Proveedor	Descargar
	INF 2 SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO.pdf	INF 2 SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO.pdf	Proveedor	Descargar
	INF 3 SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO.pdf	INF 3 SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO.pdf	Proveedor	Descargar
	INFORME 4_OSWALDO ALBERTO SANTOS.pdf	INFORME 4_OSWALDO ALBERTO SANTOS.pdf	Proveedor	Descargar
	INF. JULIO.pdf	INF. JULIO.pdf	Proveedor	Descargar
	INFO 7 OSWALDO SANTOS.pdf	INFO 7 OSWALDO SANTOS.pdf	Proveedor	Descargar
	INF 7 OSWALDO SANTOS.pdf	INF 7 OSWALDO SANTOS.pdf	Proveedor	Descargar
	INF 8 SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO.pdf	INF 8 SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO.pdf	Proveedor	Descargar

Borrar Cargar nuevo

Cancelar

< Evaluación de la Entidad Estatal >

Scanned by TapScanner

compensar | miplanilla.com

PLANILLA INTEGRADA DE AUTOLIQUIDACION DE APORTES

PAG 1 DE 1

DATOS GENERALES

TIPO	NUMERO	NOMBRE O RAZON SOCIAL	TIPO PRESENTACION U C S D	SUCURSAL / DEPENDENCIA	CODIGO	PERIODOS DE COTIZACION SALUD MES	SALUD AÑO	PENSIONES, RIESGOS LAB, CCF, SENA, ICBF MES	PENSIONES, RIESGOS LAB, CCF, SENA, ICBF AÑO	NUMERO RADICACION	TIPO EMPRESA PUBLICA / PRIVADA / MIXTA	CLASE DE APORTANTE PEQUEÑO / GRANDE / INDEPENDIENTE	CODIGO ARL	CODIGO OPERADOR
CC	19257736-	oswaldo alberto santos cruz				2019	11	2019	2019 10			INDEPENDIENTE	14-23	83

DIRECCION	CIUDAD/MUNICIPIO	CODIGO	DEPARTAMENTO	CODIGO	TELEFONO	FAX	CORREO ELECTRONICO	ACTIVIDAD ECONOMICA	VALOR NOMINA	TOTAL EMPLEADOS	FECHA DE PAGO (aaaa/mm/dd)	No. AUTORIZACION
calle 220 No. 68F-73 In 9 Ap 101	BOGOTÁ, D.C.	11001	BOGOTÁ, D. C.	11	4167288	3016199018	oswaldosantosc@hotmail.com	7490	0	1	2019/12/06	371147081

TOTAL APORTES DEL PERIODO A SALUD POR ADMINISTRADORA

COD EPS	NIT EPS	COTIZACION OBLIGATOR	UPC ADICIONAL	INCAPACIDADES No.AUTOR	INCAPACIDADES VALOR	LIC.MATERNIDAD No.AUT.	LIC.MATERNIDAD VALOR	NETO COTIZAC	DIAS MORA	INTERESES MORA DEL	INTERESES MORA UPC	SUBTOTAL COTIZACION	SUBTOTAL UPC ADIC.	No. RADIC. SALDO A FAVOS	SALDO A FAVOR COTIZ OBLIG	SALDO A FAVOR UPC ADICIONAL	TOTAL A PAGAR	No. AFIL
EPS008	860066942-7	156.700	0		0		0	156.700	0	0	0	156.700	0		0	0	156.700	1

TOTAL APORTES DEL PERIODO A PENSIONES POR ADMINISTRADORA

COD AFP	NIT AFP	COTIZ OBLIGAT	COTIZ VOL AFILIADO	COTIZ VOL APORTANT	FONDO SOLI PENS	DIAS MORA	INTERES MORA COTIZ	INTERES MORA FONDO	TOTAL A PAGAR	No. AFIL
230201	800229739-0	200.600	0	0	0	0	0	0	200.600	1

TOTAL APORTES DEL PERIODO A CAJAS POR ADMINISTRADORA

COD CCF	NIT CCF	VALOR APORTE	DIAS MORA	INTERESES MORA	TOTAL A PAGAR	No. AFIL

TOTAL APORTES DEL PERIODO A ICBF Y SENA

CONC	VALOR	DIAS MORA	INT MORA	TOTAL A PAGAR	No. AFIL
ICBF					
1	0	0	0	0	0
SENA					
1	0	0	0	0	0

TOTAL APORTES DEL PERIODO A RIESGOS LABORALES

COD ARL	NIT ARL	COTIZ OBLIGAT	INCAPACIDADES No.AUTORIZ	INCAPACIDADES VALOR	APORTES OTROS RIESG	VALOR NETO COTIZACION
14-23	860011153-6	5.600		0	0	5.600
DIAS MORA	**INTERES MORA COTI**	**SUBTOTAL APORT COTIZ**	**No. RADICAC SALDO A FAVOR**	**SALDO A FAVOR**	**FONDO SOLIDARIDAD**	**TOTAL A PAGAR**
0	0	5.600		0	66	5.600

TOTAL APORTES DEL PERIODO A MIN. EDUCACION

VALOR	DIAS MORA	INT MORA FONDO	TOTAL A PAGAR

TOTAL APORTES DEL PERIODO A ESAP

VALOR	DIAS MORA	INT MORA FONDO	TOTAL A PAGAR

NUMERO DE ADMINISTRADORAS REPORTADAS

PENSIONES	1
SALUD	1
RIESGOS LABORALES	1
CAJAS DE COMPENSACION	0
OTRAS	0
TOTAL	3

TOTAL A PAGAR POR TIPO ADMINISTRADORA

TOTAL A PAGAR POR TIPO ADMINISTRADORA	VALOR ANTES DE INTERESES MORA Y MORA	VALOR TOTAL
PENSIONES	200.600	200.600
SALUD	156.700	156.700
RIESGOS LABORALES	5.600	5.600
CCF	0	0
SENA	0	0
ICBF	0	0
ESAP	0	0
MINISTERIO DE EDUCACION	0	0
GRAN TOTAL	363.900	363.900

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

Scanned by TapScanner

compensar | miplanilla.com

LIQUIDACIÓN DETALLADA DE APORTES

DATOS DEL AFILIADO							NOVEDADES															VALOR IBC							LIQUIDACIÓN DE APORTES				
No.	TIPO	NÚMERO	APELLIDOS Y NOMBRES	COD EPS	COD AFP	COD CAJA	VSP	IGE	TDE	TAE	TDP	TAP	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	NUEVA EPS	NUEVA AFP	IBC SALUD	IBC PENSIÓN	IBC CAJAS	IBC RIESGOS	VOLUNTARIOS	ESTRATEGIA	TARIFA ESPECIAL	COTIZ PENSIÓN	FONDO SOLIDAR. PENSIÓN	APORTE VOLUNT. PENSIÓN	COTIZ SALUD	UPC ADICIONAL
1	CC	16257730	SANTOS CRUZ OSWALDO ALBERTO	EPS009	230301																		1,253,600	1,253,600	0	1,253,600	0			209,600	0	0	109,700	0

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

Scanned by TapScanner