Período de Informe	OCTUBRE				
Nombre contratista	DIEGO ALEXANDER LOPERA GIRALDO				
Tipo de documento	CC	**Numero de documento**	1020470234		
Liga	BADMINTON				
Deporte / modalidad	**BADMINTON**				
Numero Atletas a cargo por genero	**Femenino** Nro.	**7**	**Masculino** Nro.	**7**	
Supervisor del contrato	ALEJANDRO NAVARRO				
Número del contrato	286	**Informe de actividades No**	9		
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 Bádminton				

Asistencias de los deportistas preselección o selección Antioquia					
Nro.	**Nombre**	**Volumen**	**Sesiones realizadas en el periodo**	**Asistencias del deportista**	**Porcentaje de cumplimiento (Asistencias / Sesiones)**
1	Ana Sofia Higuita Mendoza	7920 min	22	20	100%
2	Cristina Ramirez Morales	7920 min	22	20	100%
3	Estefania Tamayo Zuluaga	7920 min	22	20	100%
4	Laura Valenatina Londoño Londoño	7920 min	22	20	100%
5	Manuela Restrepo Franco	7920 min	22	20	100%
6	Sara Julieth Avila Tirado	7920 min	22	20	100%
7	Sara Hurtado Metaute	7920 min	22	20	100%
8	Dainne Marulanda Cano	7920 min	22	20	100%
9	Daniel Borja Aleans	7920 min	22	20	100%
10	Emerson Alexis Barrientos Morales	7920 min	22	20	100%

11	Jhon Fernnando Berdugo Palacio	7920 min	22	20	100%
12	Juan Felipe Noguera Quintero	7920 min	22	20	100%
13	Juan Manuel Noguera Quintero	7920 min	22	20	100%
14	Miguel Angel Quirama Tuberquia	7920 min	22	20	100%

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	Realizar algunas correcciones técnico-tacticas dentro del juego, de acuerdo a lo analizado en el campamento de Guatemala y Mantener la parte física para llegar de en forma deportiva de cara a juegos nacionales.
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	Volumen: 2 Intensidad: 1 Tecnica: Secuencias individualizadas defensa total Tactica: Transiciones de defensa-Ataque Flexibilidad 5 sesiones Resistencia: Anaerobica alac de capacidad 2 sesiones Fuerza: Fuerza-Circuito Resistencia Fuerza 2 sesiones
Semana 2	Volumen: 2 Intensidad: 3 Tecnica: Secuencias individualizadas contraataque Tactica: Transiciones de zona neutra a ataque Flexibilidad 7 sesiones Resistencia: Anaerobica alac de capacidad 2 sesiones Fuerza: Fuerza-Circuito Resistencia Fuerza 2 sesiones
Semana 3	Volumen: 2 Intensidad: 4 Tecnica: Secuencias individualizadas Iniciativa control Tactica: Transiciones de ataque a defensa Flexibilidad 7 sesiones Resistencia: Anaerobica láctica en potencia 2 sesiones Fuerza: Fuerza-Circuito Resistencia Fuerza 2 sesiones
Semana 4	Volumen: 3 Intensidad: 4 Tecnica: Secuencias individualizadas fortalezas en el juego Tactica: Consistencia de estilo de juego por mejorar Flexibilidad 7 sesiones Resistencia: Anaerobica láctica en potencia

	2 sesiones Fuerza: Fuerza-Circuito Resistencia Fuerza 2 sesiones
Semana 5	Volumen: 4 Intensidad: 4 Chequeo de liguilla interno o si estamos por fuera en la concentración en Oviedo-España

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
Los deportistas se encuentran realizando su preparación en Oviedo-España y Teresina-Brasil donde se llevan los seguimientos tanto de la parte física con mediciones de salto, como la parte técnico táctica con los entrenadores en comunicación con los entrenadores de los diferentes centro y los deportistas.

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporte asociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)
La deportista Cristina Ramirez Morales asiste a recuperación en fisioterapia, después de su cirugía de ligamento cruzado

OBJETIVO DEL *SIGUENTE* PERIODO	Mantener la forma deportiva de los deportistas después de los campamentos internacionales de la parte técnico táctica trabajando en sus fortalezas en las diferentes modalidades en las que se especializan para llegar al 100% a los Juegos Deportivos Nacionales.
Actividades planificadas para el siguiente periodo	
Semana 1	Volumen: 3 Intensidad: 3 Tecnica: fortalezas de red Tactica: Transiciones de defensa-Ataque Flexibilidad Resistencia: Anaerobica alac de potencia Fuerza: Fuerza-Circuito Resistencia Fuerza
Semana 2	Volumen: 2 Intensidad: 4 Técnica: fortaleza desde la red-media pista Táctica: Pasar de neutro-Ataque Flexibilidad Resistencia: Anaeróbica a láctica de potencia Fuerza: Fuerza-Circuito Resistencia Fuerza
Semana 3	Volumen: 3 Intensidad: 4 Técnica: fortalezas de media pista al fondo Táctica: Sostener la iniciativa control Flexibilidad Resistencia: Anaeróbica a láctica en potencia Fuerza: Fuerza-Circuito Resistencia Fuerza
Semana 4	Volumen: 4 Intensidad: 4 Tecnica: Secuencias individualizadas fortalezas en el juego Tactica: Partidos modelados a los rivales de competencia. Flexibilidad Resistencia: Anaeróbica a láctico en potencia Fuerza: Fuerza-Circuito Resistencia Fuerza
Semana 5	Volumen: 4 Intensidad: 5 Partidos: Partidos modelados a los rivales de competencia.

Observaciones del periodo
N/A

Diego Lopera G.

FIRMA

NOMBRE: Diego Alexander Lopera Giraldo