INFORME ACTIVIDADES CONTRATISTA INDEPORTES CUNDINAMARCA CONTRATO 593 DE 2023

Objeto del Contrato: PRESTACIÓN SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA", EN CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA.	**INFORME FINAL**
JUAN FRANCISCO MENDEZ –TECNICO OPERATIVO	SUPERVISOR

INFORMACIÓN FINAL

MUNICIPIO	CÁQUEZA
FECHA DEL INFORME	30 de Noviembre de 2023
PERIODO DEL INFORME	11 de Marzo del 2023 al 30 de Noviembre del 2023
CONTRATISTA	VICTOR ADRIAN ORTIZ ROMERO

PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL PERIODO.

Dando alcance al objeto contractual del contrato de Prestación de servicios No. 593 de 2023 me permito informar las actividades de mayor relevancia en el siguiente informe final.

Ejecución del contrato por el tiempo de 7 meses, adicionado 10 de Octubre de 2023 al 30 de Noviembre del 2023
En el transcurso del desarrollo del siguiente contrato estas son las actividades más relevantes durante el periodo 11 de Marzo del 2023 al 30 de Noviembre del 2023

1. Adelante el proceso de convocatoria en el mes de Marzo de 2023 en la vereda Mercadillo del municipio de Cáqueza durante el primer semestre del año, para lo cual me acerque a la Institución Educativa Rural Mercadillo primero el día 14 del mes mencionado, con previa autorización de la rectora de la Institución donde socialice en cada aula de clases los niveles de formación para los cuales se dirige el programa DEPORTE FORMATIVO.
2. Realice la inscripción y diligencie el formato de asistencia en las sesiones programadas para cada grupo durante la ejecución del contrato, las cuales se llevaron a cabo después de recolectar los formatos requeridos por Indeportes Cundinamarca dando cumplimiento a que cada deportista tuviera la debida autorización por parte de su acudiente, además de la ficha de datos del deportista para poder así consignar los datos de caracterización en el formato de seguimiento a beneficiarios

3-Presente ante el supervisor del contrato las respectivas Mallas Pedagógicas y el Plan Pedagógico los cuales se elaboraron conjuntamente con los formadores de la disciplina “futbol de salón” presentes en los municipios de la provincia de oriente
3- Desarrolle durante la ejecución del contrato las actividades contenidas en el plan pedagógico y la malla pedagógica, con los beneficiarios de la vereda mercadillo primero.

4- Desarrolle mes a mes durante la ejecución del contrato las actividades planteadas en el plan pedagógico y la malla pedagógica consignando las respectivas evidencias en en los medios dispuestos por Indeportes Cundinamarca con el fin de dar cuenta de los beneficiarios impactados en la vereda Mercadillo Primero del municipio de Cáqueza 2023.

5- Durante el proceso de convocatoria hasta el mes de Noviembre logre la inscripción de 45 deportistas los cuales se encuentran en el formato de seguimiento a beneficiarios

Numero de deportistas	Nivel de formación
13	FUNDAMENTACION 1
32	FUNDAMENTACION 2

6- Durante el tiempo de ejecución del contrato resalte la imagen y nombre de Indeportes Cundinamarca en la vereda mercadillo primero con los deportistas y padres de familia en cada una de las ocasiones que tuvimos la oportunidad de encontrarnos, resaltando así la excelente labor que desempeña tan importante instituto, el cual representamos los formadores

7- Prepare y ejecute las sesiones diarias por grupo desde el mes de marzo hasta el mes de septiembre, las cuales lleve a cabo en la vereda Mercadillo Primero del municipio de Cáqueza.

8-. Realice el cargue de documentos requeridos en el mes de mes a mes en el drive de la provincia para la revisión por parte de los supervisores del contrato y el gestor provincial.

9- Proyecte en el drive la planeación mensual y las sesiones diarias de entrenamiento correspondientes a cada mes del año 2023, como fue requerido por el supervisor del contrato.

10- Aplique los test requeridos y las medidas antropométricas en el primer y segundo semestre del 2023 cumpliendo con lo solicitado por Indeportes Cundinamarca, los resultados fueron tabulados y reposan en el drive de la provincia

-Medidas antropométricas (peso, estatura de pie, estatura sentado, envergadura y perímetro de cintura).
-20 metros lisos
-Salto largo sin impulso
-Salto vertical
- Shutter run 4 X10

11- Solicite al coordinador de deportes del municipio de Cáqueza la certificación de los días laborados de cada mes durante la ejecución del contrato, al recibirla la cargue al drive con la respectiva información de cada mes.

12- Realice los festivales deportivos junto con los formadores del municipio de Cáqueza, actividad que se llevó a cabo el dia 15 de Septiembre en el polideportivo German Rojas Urrego del municipio de Cáqueza.

13- Asistí durante la ejecución del contrato a las reuniones programadas por la coordinación del programa, las cuales se desarrollaron de la siguiente manera:

MARZO

1. Reunión virtual 15 de marzo de 2023
2. Reunión presencial en el municipio de Cáqueza para presentación de formadores
3. Reunión virtual 22 de marzo de 2023
4. Reunión presencial y apoyo a evento de Indeportes Cundinamarca en el municipio de Chipaque
5. Reunión y revisión de informes en el municipio de Cáqueza 28 de marzo del 2023

ABRIL

1.Reunión virtual socialización actividades de abril
2.Reunión virtual socialización test físicos
3.Revisión y entrega de informes mes de abril en Une Cundinamarca

MAYO

1.Capacitación virtual planeaciones diarias y actividades del mes
2.Reunión virtual formadores de la provincia
3.Entrega de documentos y presentación de informes

JUNIO

1.Capacitación virtual planeaciones diarias y actividades del mes

2.Reunión virtual formadores de la provincia
3.Entrega de documentos y presentación de informes

JULIO

1. Acompañamiento a la Dra. Liliana Ramírez al municipio de Quetame y posterior apoyo a entrega de ayudas a los damnificados de la vereda naranjal.
2. Reunión virtual formadores de la provincia de Oriente.

AGOSTO

1. Reunión virtual, socialización actividades del mes de Agosto.
2. Reunión presencial en el municipio de Chipaque, apoyo juegos intercolegiados.
3. Reunión virtual, socialización de entrega de informes.
4. Acompañamiento evento de la gobernación municipio de Quetame.
5. Reunión presencial para entrega de informes.

SEPTIEMBRE

1.Reunión virtual, socialización festivales deporte formativo
2.Capacitación ley 2210
3. Reunión presencial para entrega de informes.

OCTUBRE

1.Dias 5, 6 y 7 de octubre apoyo a los juegos interalcaldias en el municipio de Chipaque

NOVIEMBRE

1.Capacitacion en el municipio de Mosquera deporte formativo 01 de noviembre
2.Reunion virtual de formadores de la provincia de oriente 14 de noviembre
3.Reunion virtual de formadores de la provincia de oriente 22 de noviembre
4.Festivales deporte formativo en el municipio de Une 25 de noviembre

14. Durante la ejecución del contrato no fue requerido el Formato Único de Inventario Documental (FUID).

15. Presente la información requerida mes a mes durante la ejecución del contrato en la plataforma secop ll para su posterior revisión y aprobación por parte de los supervisores del contrato

1. **Cuenta de cobro**
2. **Informe de gestión contractual**
3. **Informe de Supervisión**

4. **Planilla aportes a seguridad social.**
5. **Formato de evidencias**
6. **(documentos o planillas requeridas según las actividades del mes)**

16. Entregue al supervisor los documentos requeridos durante los nueve meses de ejecución del contrato, con formatos modificables, estudios y demás productos elaborados.

17. En calidad de contratista indico que las obligaciones con el sistema Seguridad social, salud y pensiones se han efectuado de la siguiente manera:

Periodo	IBC	Salud	Pensión	ARL	Planilla
Marzo	$773.334	$96.700	$123.800	$18.900	9449212627
Abril	$1,160,000	$145,000	$185,600	$28,300	9450004738
Mayo	$1,160,000	$145,000	$185,600	$28,300	9451509230
Junio	$1,160,000	$145,000	$185,600	$28,300	9452731432
Julio	$1,160,000	$145,000	$185,600	$28,300	9454034734
Agosto	$1,160,000	$145,000	$185,600	$28,300	9455430452
Septiembre	$1,160,000	$145,000	$185,600	$28,300	9456754142
Octubre	$1,160,000	$145,000	$185,600	$28,300	9458084368
Noviembre	$1,160,000	$145,000	$185,600	$28,300	9459436823
Totales	**$10,053.334**	**$1,256.700**	**$1,608.600**	**$245.300**	

Cobertura total a la finalización del contrato

Numero de deportistas	Nivel de formación
13	Fundamentación 1
32	Fundamentación 2

Modalidad de contratación	CPS	Valor contrato	Plazo	Registro No
SECOP II	593	$16.340.133	8 MESES Y 20 DIAS	**No. De Registro Presupuestal.** RES-2023000856 DEL 11/03/2023 **Registro Presupuestal de la adición.** RES- 2023000542 DEL 29/08/2023

Confirmo, como contratado que a la fecha INDEPORTES queda a paz y salvo por todo concepto con el profesional abajo firmante.

CONTRATISTA:	
Nombre:	VICTOR ADRIAN ORTIZ ROMERO



Firma

RELACIÓN DE ANEXOS

Cobertura por meses de trabajo

Categoría	Cantidad estudiantes	Mes
Fundamentación 1	10	MARZO
Fundamentación 2	31	
Categoría	Cantidad estudiantes	Mes
Fundamentación1	10	ABRIL
Fundamentación 2	31	
Categoría	Cantidad estudiantes	Mes
Fundamentación1	12	MAYO
Fundamentación 2	31	
Categoría	Cantidad estudiantes	Mes
Fundamentación1	12	JUNIO
Fundamentación 2	33	
Categoría	Cantidad estudiantes	Mes
Fundamentación1	12	JULIO
Fundamentación 2	33	
Categoría	Cantidad estudiantes	Mes
Fundamentación1	12	AGOSTO
Fundamentación 2	33	

Categoría	Cantidad estudiantes	Mes
Fundamentación1	13	SEPTIEMBRE
Fundamentación 2	32	
Categoría	Cantidad estudiantes	Mes
Fundamentación1	13	OCTUBRE
Fundamentación 2	32	
Categoría	Cantidad estudiantes	Mes
Fundamentación1	13	NOVIEMBRE
Fundamentación 2	32	

Planes mensuales

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES DE MARZO				**MUNICIPIO:**	**CÁQUEZA**	
LUGAR: VEREDA MERCADILLO 1				**HORARIO DE PRACTICA:**	**1:30 PM A 5:30 PM**	
				NIVEL		
DESARROLLO MENSUAL				**INICIACIÓN**	**FUNDAMENTACIÒN**	
				6 A 8 AÑOS	**9 A 12 AÑOS**	**13- 17 AÑOS**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	
			RESPONSABILIDAD			
			COMPAÑERISMO		TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO	TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO
			JUSTICIA			
			COOPERACION			
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO			
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			
			OBEDIENCIA	SEGUIR LAS INDICACIOINES		
			AUTODISCIPLINA			
			PARTICIPACIÓN			
			PERSEVERANCIA		SUPERAR ADVERSIDADES	SUPERAR ADVERSIDADES
			AUTODOMINIO			
			RECOMPENSA			
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	ACERCAMIENTO AL FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION TECNICA	FUNDAMENTACION TECNICA
			MOVILIDAD ARTICULAR	JUEGOS Y RONDAS	PRE DEPORTIVOS	PREDEPORTIVOS
			CALENTAMIENTO	EJERCICIOS GUIADOS	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	ADAPTACION AL FUTBOL DE SALON		
			RITMO			
			EQUILIBRIO			
			ORIENTACION			
			DIFERENCIACION			
			REACCIÓN		VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION	VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION
			ADAPTACIÓN			
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			
			VELOCIDAD		TRABAJOS DE FONDO	TRABAJOS DE FONDO
			FLEXIBILIDAD	MEJORAR RENDIMIENTO BIOMECANICO		
			RESISTENCIA			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE		GESTO TECNICO ADECUADO	GESTO TECNICO ADECUADO
			CONTROL		DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO	DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO
			DESPLAZAMIENTOS	UBICACIÓN TEMPOROESPACIAL		
		ELEMENTOS TACTICOS				
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	RONDAS Y COMPETENCIAS	COMPETENCIAS	COMPETENCIAS
			JUEGOS TRADICIONALES			
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS			
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES DE ABRIL				**MUNICIPIO:**	**CÁQUEZA**	
LUGAR: VEREDA MERCADILLO 1				**HORARIO DE PRACTICA:**	**1:30 PM A 5:30 PM**	
					NIVEL	
				INICIACIÓN	**FUNDAMENTACIÒN**	
DESARROLLO MENSUAL				**6 A 8 AÑOS**	**9 A 12 AÑOS**	**13- 17 AÑOS**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	
			RESPONSABILIDAD			
			COMPAÑERISMO		TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO	TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO
			JUSTICIA			
			COOPERACION			
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO			
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			
			OBEDIENCIA	SEGUIR LAS INDICACIOINES		
			AUTODISCIPLINA			
			PARTICIPACIÓN			
			PERSEVERANCIA		SUPERAR ADVERSIDADES	SUPERAR ADVERSIDADES
			AUTODOMINIO			
			RECOMPENSA			
	PARTE INICIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	ACERCAMIENTO AL FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION TECNICA	FUNDAMENTACION TECNICA
			MOVILIDAD ARTICULAR	JUEGOS Y RONDAS	PRE DEPORTIVOS	PREDEPORTIVOS
			CALENTAMIENTO	EJERCICIOS GUIADOS	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	ADAPTACION AL FUTBOL DE SALON		
			RITMO			
			EQUILIBRIO			
			ORIENTACION			
			DIFERENCIACION			
			REACCIÓN		VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION	VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION
			ADAPTACIÓN			
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			
			VELOCIDAD		TRABAJOS DE FONDO	TRABAJOS DE FONDO
			FLEXIBILIDAD	MEJORAR RENDIMIENTO BIOMECANICO		
			RESISTENCIA			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE		GESTO TECNICO ADECUADO	GESTO TECNICO ADECUADO
			CONTROL		DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO	DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO
			DESPLAZAMIENTOS	UBICACIÓN TEMPOROESPACIAL		
		ELEMENTOS TACTÍCOS				
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	RONDAS Y COMPETENCIAS	COMPETENCIAS	COMPETENCIAS
			JUEGOS TRADICIONALES			
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS			
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES DE MAYO				**MUNICIPIO:**	**CÁQUEZA**	
LUGAR: VEREDA MERCADILLO 1				**HORARIO DE PRACTICA:**	**1:30 PM A 5:30 PM**	
				NIVEL		
				INICIACIÓN	**FUNDAMENTACIÒN**	
DESARROLLO MENSUAL				**6 A 8 AÑOS**	**9 A 12 AÑOS**	**13- 17 AÑOS**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	
			RESPONSABILIDAD			
			COMPAÑERISMO		TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO	TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO
			JUSTICIA			
			COOPERACION			
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO			
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			
			OBEDIENCIA	SEGUIR LAS INDICACIOINES	SEGUIR LAS INDICACIOINES	SEGUIR LAS INDICACIOINES
			AUTODISCIPLINA			
			PARTICIPACIÓN			
			PERSEVERANCIA		SUPERAR ADVERSIDADES	SUPERAR ADVERSIDADES
			AUTODOMINIO			
			RECOMPENSA			
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	ACERCAMIENTO AL FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION TECNICA	FUNDAMENTACION TECNICA
			MOVILIDAD ARTICULAR	JUEGOS Y RONDAS	PRE DEPORTIVOS	PREDEPORTIVOS
			CALENTAMIENTO	EJERCICIOS GUIADOS	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	ADAPTACION AL FUTBOL DE SALON		
			RITMO			
			EQUILIBRIO			
			ORIENTACION			
			DIFERENCIACION			
			REACCIÓN		VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION	VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION
			ADAPTACIÓN			
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			
			VELOCIDAD		TRABAJOS DE FONDO	TRABAJOS DE FONDO
			FLEXIBILIDAD	MEJORAR RENDIMIENTO BIOMECANICO		
			RESISTENCIA			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE		GESTO TECNICO ADECUADO	GESTO TECNICO ADECUADO
			CONTROL		DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO	DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO
			DESPLAZAMIENTOS	UBICACIÓN TEMPOROESPACIAL	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO
		ELEMENTOS TACTÍCOS				
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	RONDAS Y COMPETENCIAS	COMPETENCIAS	COMPETENCIAS
			JUEGOS TRADICIONALES			
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS			
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION

FIRMA FORMADOR: VICTOR ADRIAN ORTIZ R.

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES DE JUNIO				**MUNICIPIO:**	**CÁQUEZA**	
LUGAR: VEREDA MERCADILLO 1				**HORARIO DE PRACTICA:**	**1:30 PM A 5:30 PM**	
					NIVEL	
				INICIACIÓN	**FUNDAMENTACIÒN**	
DESARROLLO MENSUAL				**6 A 8 AÑOS**	**9 A 12 AÑOS**	**13- 17 AÑOS**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	
			RESPONSABILIDAD			
			COMPAÑERISMO		TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO	TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO
			JUSTICIA			
			COOPERACION		TRABAJO EN PRO DE MEJORAR COMO EQUIPO	TRABAJO EN PRO DE MEJORAR COMO EQUIPO
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO			
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			
			OBEDIENCIA	SEGUIR LAS INDICACIONES	SEGUIR LAS INDICACIONES	SEGUIR LAS INDICACIONES
			AUTODISCIPLINA			
			PARTICIPACIÓN			
			PERSEVERANCIA		SUPERAR ADVERSIDADES	SUPERAR ADVERSIDADES
			AUTODOMINIO			
			RECOMPENSA			
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	ACERCAMIENTO AL FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION TECNICA	FUNDAMENTACION TECNICA
			MOVILIDAD ARTICULAR	JUEGOS Y RONDAS	PRE DEPORTIVOS	PREDEPORTIVOS
			CALENTAMIENTO	EJERCICIOS GUIADOS	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	ADAPTACION AL FUTBOL DE SALON		
			RITMO			
			EQUILIBRIO			
			ORIENTACION	POSICIONAMIENTO EN CAMPO DE JUEGO	POSICIONAMIENTO EN CAMPO DE JUEGO	
			DIFERENCIACION			
			REACCIÓN		VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION	VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION
			ADAPTACIÓN			
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			
			VELOCIDAD		TRABAJOS DE FONDO	TRABAJOS DE FONDO
			FLEXIBILIDAD	MEJORAR RENDIMIENTO BIOMECANICO		
			RESISTENCIA			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE		GESTO TECNICO ADECUADO	GESTO TECNICO ADECUADO
			CONTROL		DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO	DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO
			DESPLAZAMIENTOS	UBICACIÓN TEMPOROESPACIAL	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO
		ELEMENTOS TACTÍCOS				
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	RONDAS Y COMPETENCIAS	COMPETENCIAS	COMPETENCIAS
			JUEGOS TRADICIONALES			
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS			
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION

FIRMA FORMADOR: VICTOR ADRIAN ORTIZ R.

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES DE JULIO			**MUNICIPIO:**	**CÁQUEZA**	
LUGAR: VEREDA MERCADILLO 1			**HORARIO DE PRACTICA:**	**1:30 PM A 5:30 PM**	
				NIVEL	
			INICIACIÓN	**FUNDAMENTACIÒN**	
DESARROLLO MENSUAL			**6 A 8 AÑOS**	**9 A 12 AÑOS**	**13- 17 AÑOS**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR
			RESPONSABILIDAD		
			COMPAÑERISMO	TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO	TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO
			JUSTICIA		
			COOPERACION	TRABAJO EN PRO DE MEJORAR COMO EQUIPO	TRABAJO EN PRO DE MEJORAR COMO EQUIPO
			LEALTAD		
			TRABAJO EN EQUIPO		
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD		
			OBEDIENCIA	SEGUIR LAS INDICACIOINES	SEGUIR LAS INDICACIOINES
			AUTODISCIPLINA		
			PARTICIPACIÓN		
			PERSEVERANCIA	SUPERAR ADVERSIDADES	SUPERAR ADVERSIDADES
			AUTODOMINIO		
			RECOMPENSA		
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	ACERCAMIENTO AL FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION TECNICA	FUNDAMENTACION TECNICA
			MOVILIDAD ARTICULAR	JUEGOS Y RONDAS	PRE DEPORTIVOS	PREDEPORTIVOS
			CALENTAMIENTO	EJERCICIOS GUIADOS	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	ADAPTACION AL FUTBOL DE SALON		
			RITMO			
			EQUILIBRIO			
			ORIENTACION	POSICIONAMIENTO EN CAMPO DE JUEGO	POSICIONAMIENTO EN CAMPO DE JUEGO	
			DIFERENCIACION			
			REACCIÓN		VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION	VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION
			ADAPTACIÓN			
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA		TRABAJOS PLIOMETRICOS E ISOMETRICOS	
			VELOCIDAD		TRABAJOS DE FONDO	TRABAJOS DE FONDO
			FLEXIBILIDAD	MEJORAR RENDIMIENTO BIOMECANICO	FLEXIBILIDAD BALISTICA	FLEXIBILIDAD PASIVA
			RESISTENCIA			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE		GESTO TECNICO ADECUADO	GESTO TECNICO ADECUADO
			CONTROL		DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO	DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO
			DESPLAZAMIENTOS	UBICACIÓN TEMPOROESPACIAL	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO
		ELEMENTOS TACTÍCOS				
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	RONDAS Y COMPETENCIAS	COMPETENCIAS	COMPETENCIAS
			JUEGOS TRADICIONALES			
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS			
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION

FIRMA FORMADOR: VICTOR ADRIAN ORTIZ R.

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES DE AGOSTO				**MUNICIPIO:**	**CÁQUEZA**	
LUGAR: VEREDA MERCADILLO 1				**HORARIO DE PRACTICA:**	**1:30 PM A 5:30 PM**	
					NIVEL	
				INICIACIÓN	**FUNDAMENTACIÒN**	
DESARROLLO MENSUAL				**6 A 8 AÑOS**	**9 A 12 AÑOS**	**13- 17 AÑOS**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	
			RESPONSABILIDAD			
			COMPAÑERISMO		TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO	TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO
			JUSTICIA			
			COOPERACION		TRABAJO EN PRO DE MEJORAR COMO EQUIPO	TRABAJO EN PRO DE MEJORAR COMO EQUIPO
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO			
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			
			OBEDIENCIA	SEGUIR LAS INDICACIOINES	SEGUIR LAS INDICACIOINES	SEGUIR LAS INDICACIOINES
			AUTODISCIPLINA			
			PARTICIPACIÓN			
			PERSEVERANCIA		SUPERAR ADVERSIDADES	SUPERAR ADVERSIDADES
			AUTODOMINIO			
			RECOMPENSA			
	PARTE INICIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	ACERCAMIENTO AL FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION TECNICA	FUNDAMENTACION TECNICA
			MOVILIDAD ARTICULAR	JUEGOS Y RONDAS	PRE DEPORTIVOS	PREDEPORTIVOS
			CALENTAMIENTO	EJERCICIOS GUIADOS	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	ADAPTACION AL FUTBOL DE SALON		
			RITMO			
			EQUILIBRIO			
			ORIENTACION	POSICIONAMIENTO EN CAMPO DE JUEGO	POSICIONAMIENTO EN CAMPO DE JUEGO	
			DIFERENCIACION			
			REACCIÓN		VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION	VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION
			ADAPTACIÓN			
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA		TRABAJOS PLIOMETRICOS E ISOMETRICOS	
			VELOCIDAD		TRABAJOS DE FONDO	TRABAJOS DE FONDO
			FLEXIBILIDAD	MEJORAR RENDIMIENTO BIOMECANICO	FLEXIBILIDAD BALISTICA	FLEXIBILIDAD PASIVA
			RESISTENCIA			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE		GESTO TECNICO ADECUADO	GESTO TECNICO ADECUADO
			CONTROL		DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO	DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO
			DESPLAZAMIENTOS	UBICACIÓN TEMPOROESPACIAL	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO
		ELEMENTOS TACTÍCOS				
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	RONDAS Y COMPETENCIAS	COMPETENCIAS	COMPETENCIAS
			JUEGOS TRADICIONALES			
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS			
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION

FIRMA FORMADOR: VICTOR ADRIAN ORTIZ R.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES DE SEPTIEMBRE				MUNICIPIO:	CÁQUEZA	
LUGAR: VEREDA MERCADILLO 1				HORARIO DE PRACTICA:	1:30 PM A 5:30 PM	
DESARROLLO MENSUAL				NIVEL		
				INICIACIÓN	FUNDAMENTACIÒN	
				6 A 8 AÑOS	9 A 12 AÑOS	13- 17 AÑOS
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	
			RESPONSABILIDAD			
			COMPAÑERISMO		TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO	TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO
			JUSTICIA			
			COOPERACION		TRABAJO EN PRO DE MEJORAR COMO EQUIPO	TRABAJO EN PRO DE MEJORAR COMO EQUIPO
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO			
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			
			OBEDIENCIA	SEGUIR LAS INDICACIOINES	SEGUIR LAS INDICACIOINES	SEGUIR LAS INDICACIOINES
			AUTODISCIPLINA			
			PARTICIPACIÓN			
			PERSEVERANCIA		SUPERAR ADVERSIDADES	SUPERAR ADVERSIDADES
			AUTODOMINIO			
			RECOMPENSA			
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	ACERCAMIENTO AL FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION TECNICA	FUNDAMENTACION TECNICA
			MOVILIDAD ARTICULAR	JUEGOS Y RONDAS	PRE DEPORTIVOS	PREDEPORTIVOS
			CALENTAMIENTO	EJERCICIOS GUIADOS	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	ADAPTACION AL FUTBOL DE SALON		
			RITMO			
			EQUILIBRIO			
			ORIENTACION	POSICIONAMIENTO EN CAMPO DE JUEGO	POSICIONAMIENTO EN CAMPO DE JUEGO	
			DIFERENCIACION			
			REACCIÓN		VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION	VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION
			ADAPTACIÓN			
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA		TRABAJOS PLIOMETRICOS E ISOMETRICOS	
			VELOCIDAD		TRABAJOS DE FONDO	TRABAJOS DE FONDO
			FLEXIBILIDAD	MEJORAR RENDIMIENTO BIOMECANICO	FLEXIBILIDAD BALISTICA	FLEXIBILIDAD PASIVA
			RESISTENCIA			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE		GESTO TECNICO ADECUADO	GESTO TECNICO ADECUADO
			CONTROL		DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO	DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO
			DESPLAZAMIENTOS	UBICACIÓN TEMPOROESPACIAL	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO
		ELEMENTOS TACTÍCOS				
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	RONDAS Y COMPETENCIAS	COMPETENCIAS	COMPETENCIAS
			JUEGOS TRADICIONALES			
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS			
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION

FIRMA FORMADOR: VICTOR ADRIAN ORTIZ R.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES DE OCTUBRE				**MUNICIPIO:**	**CÁQUEZA**	
LUGAR: VEREDA MERCADILLO 1				**HORARIO DE PRACTICA:**	**1:30 PM A 5:30 PM**	
					NIVEL	
				INICIACIÓN	**FUNDAMENTACIÒN**	
DESARROLLO MENSUAL				**6 A 8 AÑOS**	**9 A 12 AÑOS**	**13- 17 AÑOS**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	
			RESPONSABILIDAD			
			COMPAÑERISMO		TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO	TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO
			JUSTICIA			
			COOPERACION		TRABAJO EN PRO DE MEJORAR COMO EQUIPO	TRABAJO EN PRO DE MEJORAR COMO EQUIPO
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO			
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			
			OBEDIENCIA	SEGUIR LAS INDICACIOINES	SEGUIR LAS INDICACIOINES	SEGUIR LAS INDICACIOINES
			AUTODISCIPLINA			
			PARTICIPACIÓN			
			PERSEVERANCIA		SUPERAR ADVERSIDADES	SUPERAR ADVERSIDADES
			AUTODOMINIO			
			RECOMPENSA			
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	ACERCAMIENTO AL FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION TECNICA	FUNDAMENTACION TECNICA
			MOVILIDAD ARTICULAR	JUEGOS Y RONDAS	PRE DEPORTIVOS	PREDEPORTIVOS
			CALENTAMIENTO	EJERCICIOS GUIADOS	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	ADAPTACION AL FUTBOL DE SALON		
			RITMO			
			EQUILIBRIO			
			ORIENTACION	POSICIONAMIENTO EN CAMPO DE JUEGO	POSICIONAMIENTO EN CAMPO DE JUEGO	
			DIFERENCIACION			
			REACCIÓN		VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION	VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION
			ADAPTACIÓN			
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA		TRABAJOS PLIOMETRICOS E ISOMETRICOS	
			VELOCIDAD		TRABAJOS DE FONDO	TRABAJOS DE FONDO
			FLEXIBILIDAD	MEJORAR RENDIMIENTO BIOMECANICO	FLEXIBILIDAD BALISTICA	FLEXIBILIDAD PASIVA
			RESISTENCIA			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE		GESTO TECNICO ADECUADO	GESTO TECNICO ADECUADO
			CONTROL		DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO	DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO
			DESPLAZAMIENTOS	UBICACIÓN TEMPOROESPACIAL	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO
		ELEMENTOS TACTICOS				
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	RONDAS Y COMPETENCIAS	COMPETENCIAS	COMPETENCIAS
			JUEGOS TRADICIONALES			
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS			
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION

FIRMA FORMADOR: VICTOR ADRIAN ORTIZ R.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES DE NOVIEMBRE				**MUNICIPIO:**	**CÁQUEZA**	
LUGAR: VEREDA MERCADILLO 1				**HORARIO DE PRACTICA:**	**1:30 PM A 5:30 PM**	
					NIVEL	
				INICIACIÓN	FUNDAMENTACIÒN	
DESARROLLO MENSUAL				6 A 8 AÑOS	9 A 12 AÑOS	13- 17 AÑOS
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	RESPETO POR LOS COMPAÑEROS Y EL FORMADOR	
			RESPONSABILIDAD			
			COMPAÑERISMO		TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO	TRABAJAR EN PRO DEL GRUPO
			JUSTICIA			
			COOPERACION		TRABAJO EN EQUIPO PARA LOGRAR OBJETIVOS	TRABAJO EN EQUIPO PARA LOGRAR OBJETIVOS
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO		TRABAJO EN PRO DE MEJORAR COMO EQUIPO	TRABAJO EN PRO DE MEJORAR COMO EQUIPO
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			
			OBEDIENCIA	SEGUIR LAS INDICACIOINES	SEGUIR LAS INDICACIOINES	SEGUIR LAS INDICACIOINES
			AUTODISCIPLINA			
			PARTICIPACIÓN			
			PERSEVERANCIA		SUPERAR ADVERSIDADES	SUPERAR ADVERSIDADES
			AUTODOMINIO			
			RECOMPENSA			
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	ACERCAMIENTO AL FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION TECNICA	FUNDAMENTACION TECNICA
			MOVILIDAD ARTICULAR	JUEGOS Y RONDAS	PRE DEPORTIVOS	PREDEPORTIVOS
			CALENTAMIENTO	EJERCICIOS GUIADOS	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO	ACTIVACION Y ESTIRAMIENTO
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	ADAPTACION AL FUTBOL DE SALON		TRABAJO DE POSISIONAMIENTO
			RITMO			
			EQUILIBRIO			
			ORIENTACION	POSICIONAMIENTO EN CAMPO DE JUEGO	POSICIONAMIENTO EN CAMPO DE JUEGO	
			DIFERENCIACION			
			REACCIÓN		VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION	VELOCIDAD DE REACCION Y EJECUCION
			ADAPTACIÓN			
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA		TRABAJOS PLIOMETRICOS E ISOMETRICOS	
			VELOCIDAD		TRABAJOS DE FONDO	TRABAJOS DE FONDO
			FLEXIBILIDAD	MEJORAR RENDIMIENTO BIOMECANICO	FLEXIBILIDAD BALISTICA	FLEXIBILIDAD PASIVA
			RESISTENCIA			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE		GESTO TECNICO ADECUADO	GESTO TECNICO ADECUADO
			CONTROL		DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO	DOMINIO SOBRE EL ELEMENTO
			DESPLAZAMIENTOS	UBICACIÓN TEMPOROESPACIAL	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO	DESPLAZAMIENTO CON ELEMENTO
		ELEMENTOS TACTÍCOS				
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	RONDAS Y COMPETENCIAS	COMPETENCIAS	COMPETENCIAS
			JUEGOS TRADICIONALES			
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS			
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	RELAJACION Y VUELTA A LA CALMA	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION	RETROALIMENTACION

FIRMA FORMADOR: VICTOR ADRIAN ORTIZ R.

Registro fotográfico

Fundamentación 1 Y 2




















TEST DE VALORACIÓN Y MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: INICIACION-FUNDAMENTACION

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	EDWIN DAVID ROJAS NOVOA	17	23-10-2005	futbol de salon	61,23	1,79	92	1,82	77
2	MIGUEL ANGEL ROJAS ORTIZ	14	03-10-2007	futbol de salon	48,22	1,63	81	1,72	68
3	SEBASTIAN RAMIREZ PEÑA	16	17-10-2006	futbol de salon	52,25	1,64	84	1,68	66
4	WILLIAM QUEVEDO GARAY	15	21-06-2007	futbol de salon	52,32	1,71	88,5	1,82	69
5	HECTOR YADIR GOMEZ AGUDELO	15	25-01-2008	futbol de salon	56,49	1,71	86,5	1,78	76
6	EDDY SANTIAGO CALDERON CLAVIJO	14	27-03-2009	futbol de salon	54,11	1,62	78	1,64	74
7	JEISSON STIVEN RUIZ MORA	16	31-12-2006	futbol de salon	55,68	1,69	88	1,76	76
8	DUVAN ALEXANDER GARZON LAGUNA	13	09-04-2010	futbol de salon	44,72	1,51	78,5	1,55	73
9	JUAN ESTEBAN PARRADO URIZA	15	26-08-2007	futbol de salon	54,12	1,71	87	1,69	71
10	CRISTIAN STIVEN GONZALEZ BUITRAGO	15	08-11-2007	futbol de salon	53,66	1,76	89	1,79	69
11	OSCAR JAVIER VILLALBA	16	25-03-2006	futbol de salon	55,54	1,75	88	1,81	71
12	BRIYITH JULIETH PRIETO NOVOA	16	13-02-2007	futbol de salon	51,48	1,59	81	1,75	64
13	MARIA FERNANDA AMORTEGUI RIOS	17	25-12-2005	futbol de salon	43,11	1,45	77	1,46	65
14	KAROL DANIELA AMORTEGUI RIOS	15	24-03-2008	futbol de salon	40,35	1,49	78	1,48	63
15	LINA MARCELA CHINGATE RODRIGUEZ	14	04-06-2008	futbol de salon	47,12	152	79	1,62	66
16	ANGI MARICELI GARZON LAGUNA	14	16-12-2008	futbol de salon	51,53	1,52	81,5	1,51	71
17	LINA MARIA HUERFANO ACEVEDO	13	25-11-2009	futbol de salon	52,29	1,55	82	1,59	80
18	KENIA SOFIA LOPEZ CATAÑO	14	05-08-2008	futbol de salon	47,08	1,58	81	1,61	68
19	DANNA ERLIN GUTIERREZ DELGADO	16	06-12-2006	futbol de salon	50,11	1,63	84	1,74	72
20	JOHAN CORRALES RUIZ	14	22/02/2009	futbol de salon	53,71	1,64	87	1,69	72
21	MARIANA GUTIERREZ NOVOA	14	11/01/2009	futbol de salon	43,85	1,49	74	1,62	69
22	KAREN DAYANNA ROMERO ROMERO	17	22/03/2005	futbol de salon	51,68	1,68	76	1,58	76
23	LINA PATRICIA REINA MICAN	15	08/07/2007	futbol de salon	48,76	1,49	79	1,54	74
24	ERIKA VANESA MANCERA AGUILAR	16	11/01/2007	futbol de salon	57,22	1,63	82	1,63	82
25	JUAN DAVID CUBILLOS CESPEDES	15	17/07/2007	futbol de salon	59,33	1,75	88	1,79	76
26	ALEXANDER TUMIÑA CANTERO	15	02/08/2007	futbol de salon	56,12	1,63	85	1,65	73
27	MICHELL DAYANA BUITRAGO GUZMAN	13	24/07/2009	futbol de salon	46,21	1,41	82	1,62	65
28	JOEL ENRIQUE BUITRAGO NIÑO	15	25/06/2007	futbol de salon	50,78	1,65	86	1,78	65
29	ALBA ILIA TUMIÑA CANTERO	17	03/10/2005	futbol de salon	57,89	1,54	81	1,63	82
30	NANCY LUZDARY PRIETO NOVOA	17	03/10/2005	futbol de salon	50,15	1,52	79	1,54	69
31	ANDRES FABIAN CASTRO CHINGATE	17	27/11/2005	futbol de salon	67,23	1,81	95,5	1,82	78
32	KEINER DARYANY QUEVEDO BOGOTA	12	29-06-2010	futbol de salon	42,81	1,56	79	1,56	72
33	JONATHAN ALEJANDRO RUEDA GUTIERREZ	12	12-08-2011	futbol de salon	44,23	1,52	78	1,55	69
34	JUAN DAVID ROJAS ORTIZ	12	03-09-2010	futbol de salon	37,89	1,48	71	1,48	62
35	JOHAN ANDRES VILLALBA ROJAS	12	03-10-2010	futbol de salon	45,78	1,53	77	1,56	69
36	JULIAN RICARDO CASTILLO MICAN	12	08-06-2010	futbol de salon	48,22	1,61	78	1,62	72
37	JULIAN ARTURO ROMERO CASTRO	10	22-06-2012	futbol de salon	35,87	1,39	72,5	1,42	72
38	KEIDY YELIANY QUEVEDO BOGOTA	9	21-06-2013	futbol de salon	35,12	1,43	74	1,41	61
39	MIGUEL ANGEL BUITRAGO SUAREZ	12	24-02-2011	futbol de salon	49,51	1,53	76	1,5	68
40	PAULA DANIELA CALDERON CLAVIJO	12	18-12-2010	futbol de salon	33,74	1,58	74	1,49	62
41	URIEL SANTIAGO CASTRO RIVEROS	12	03/05/2010	futbol de salon	53,92	1,64	84	1,73	81
42	M AIRA XIOMARA CASTRO GUTIERREZ	11	27/08/2011	futbol de salon	34,75	1,41	75	1,43	68
43	LUIS EDUARDO SOLER RIOS	9	26/03/2014	futbol de salon	20,89	1,15	62	1,15	51
44									
45									

MUNICIPIO EVALUADO:	**CÁQUEZA**
FORMADOR:	**VICTOR ADRIAN ORTIZ ROMERO**

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

SEGUNDO SEMESTRE

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA 9 A 12 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	KEINER DARYANY QUEVEDO BOGOTA	12	29-06-2010	futbol de salon	4,85	4,85	1,32	1,26		**1,32**	2,31	2,28		2,31	16,84	16,84
2	JONATHAN ALEJANDRO RUEDA GUTIERREZ	12	12-08-2011	futbol de salon	4,66	4,66	1,14	1,41		1,41	2,31	2,35		2,35	15,08	15,08
3	JUAN DAVID ROJAS ORTIZ	12	03-09-2010	futbol de salon	4,22	4,22	1,32	1,36		1,36	2,15	2,16		2,16	13,41	13,41
4	JOHAN ANDRES VILLALBA ROJAS	12	03-10-2010	futbol de salon	4,69	4,69	1,17	1,26		1,26	2,32	2,38		2,38	14,05	14,05
5	JULIAN RICARDO CASTILLO MICAN	12	08-06-2010	futbol de salon	5,23	5,23	1,45	1,33		1,45	2,31	2,22		2,31	15,06	15,06
6	JULIAN ARTURO ROMERO CASTRO	10	22-06-2012	futbol de salon	4,52	4,52	1,24	1,39		1,39	2,07	2,09		2,09	14,61	14,61
7	KEIDY YELIANY QUEVEDO BOGOTA	9	21-06-2013	futbol de salon	5,06	5,06	1,25	1,18		1,25	2,12	2,14		2,14	16,23	16,23
8	MIGUEL ANGEL BUITRAGO SUAREZ	12	24-02-2011	futbol de salon	4,72	4,72	1,39	1,41		1,41	2,25	2,21		2,25	14,92	14,92
9	PAULA DANIELA CALDERON CLAVIJO	12	18-12-2010	futbol de salon	4,91	4,91	1,12	1,16		1,16	2,19	2,22		2,22	15,26	15,26
10	URIEL SANTIAGO CASTRO RIVEROS	12	03/05/2010	futbol de salon	4,22	4,22	1,51	1,61		1,61	2,45	2,47		2,47	14,11	14,11
11	M AIRA XIOMARA CASTRO GUTIERREZ	11	27/08/2011	futbol de salon	4,01	4,01	1,11	1,15		1,15	2,03	2,05		2,05	14,22	14,22
12	LUIS EDUARDO SOLER RIOS	9	26/03/2014	futbol de salon	5,87	5,87	81	86		86	1,59	1,67		1,67	17,21	17,21
13																

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

SEGUNDO SEMESTRE

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 13 A 17 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
					1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	EDWIN DAVID ROJAS NOVOA	17	23-10-2005	futbol de salon	4,14	4,14	1,92	1,87		**1,92**	2,79	2,72		**2,79**	12,16	12,16
2	MIGUEL ANGEL ROJAS ORTIZ	14	03-10-2007	futbol de salon	4,85	4,85	1,61	1,48		1,61	2,24	2,23		2,24	13,05	13,05
3	SEBASTIAN RAMIREZ PEÑA	16	17-10-2006	futbol de salon	4,03	4,03	1,62	1,65		1,65	2,41	2,46		2,46	12,29	12,29
4	WILLIAM QUEVEDO GARAY	15	21-06-2007	futbol de salon	4,05	4,05	1,84	1,89		1,89	2,55	2,59		2,59	12,48	12,48
5	HECTOR YADIR GOMEZ AGUDELO	15	25-01-2008	futbol de salon	4,09	4,09	1,58	1,57		1,58	2,57	2,51		2,57	13,15	13,15
6	EDDY SANTIAGO CALDERON CLAVIJO	14	27-03-2009	futbol de salon	4,68	4,68	1,61	1,65		1,65	2,26	2,24		2,26	13,16	13,16
7	JEISSON STIVEN RUIZ MORA	16	31-12-2006	futbol de salon	4,05	4,05	1,52	1,62		1,62	2,55	2,51		2,55	13,42	13,42
8	DUVAN ALEXANDER GARZON LAGUNA	13	09-04-2010	futbol de salon	4,52	4,52	1,85	1,95		1,95	2,33	2,37		2,37	12,98	12,98
9	JUAN ESTEBAN PARRADO URIZA	15	26-08-2007	futbol de salon	4,11	4,11	1,98	1,96		1,98	2,48	2,49		2,49	12,36	12,36
10	CRISTIAN STIVEN GONZALEZ BUITRAGO	15	08-11-2007	futbol de salon	3,41	3,41	1,67	1,62		1,67	2,61	2,65		2,65	12,42	12,42
11	OSCAR JAVIER VILLALBA	16	25-03-2006	futbol de salon	4,12	4,12	1,71	1,74		1,74	2,52	2,56		2,56	12,16	12,16
12	BRIHYTH JULIETH PRIETO NOVOA	16	13-02-2007	futbol de salon	4,96	4,96	1,22	1,28		1,28	2,21	2,26		2,26	13,22	13,22
13	MARIA FERNANDA AMORTEGUI RIOS	17	25-12-2005	futbol de salon	4,45	4,45	1,11	1,18		1,17	2,14	2,17		2,17	14,36	14,36
14	KAROL DANIELA AMORTEGUI RIOS	15	24-03-2008	futbol de salon	3,87	3,87	1,38	1,46		1,46	2,22	2,25		2,25	13,18	13,18
15	LINA MARCELA CHINGATE RODRIGUEZ	14	04-06-2008	futbol de salon	4,65	4,65	1,11	1,13		1,13	2,16	2,18		2,18	14,18	14,18
16	ANGI MARICELI GARZON LAGUNA	14	16-12-2008	futbol de salon	4,25	4,25	1,62	1,54		1,62	2,27	2,24		2,27	13,22	13,22
17	LINA MARIA HUERFANO ACEVEDO	13	25-11-2009	futbol de salon	4,57	4,57	1,22	1,36		1,36	2,35	2,29		2,35	14,96	14,96
18	KENIA SOFIA LOPEZ CATAÑO	14	05-08-2008	futbol de salon	4,56	4,56	1,42	1,38		1,42	2,24	2,19		2,24	14,24	14,24
19	DANNA BRUN GUTIERREZ DELGADO	16	06-12-2006	futbol de salon	4,38	4,38	1,27	1,31		1,31	2,26	2,19		2,26	13,92	13,92
20	JOHAN CORRALES RUIZ	14	22/02/2009	futbol de salon	3,54	3,54	2,17	2,09		2,17	2,51	2,47		2,51	12,07	12,07
21	MARIANA GUTIERREZ NOVOA	14	11/01/2009	futbol de salon	4,98	4,98	1,34	1,36		1,36	2,18	2,14		2,18	14,11	14,11
22	KAREN DAYANNA ROMERO ROMERO	17	22/02/2005	futbol de salon	4,78	4,78	1,21	1,25		1,25	2,18	2,19		2,19	14,22	14,22
23	LINA PATRICIA REINA MICAN	15	08/07/2007	futbol de salon	4,25	4,25	1,05	1,12		1,12	2,09	2,13		2,13	13,05	13,05
24	ERIKA VANESA MANCERA AGUILAR	16	11/01/2007	futbol de salon	4,84	4,84	1,15	1,11		1,15	2,25	2,23		2,25	14,16	14,16
25	JUAN DAVID CUBILLOS CESPEDES	15	17/07/2007	futbol de salon	4,13	4,13	1,55	1,57		1,57	2,54	2,56		2,56	13,16	13,16
26	ALEXANDER TUMIÑA CANTERO	15	02/08/2007	futbol de salon	4,22	4,22	1,78	1,85		1,85	2,42	2,46		2,46	12,28	12,28
27	MICHELL DAYANA BUITRAGO GUZMAN	13	24/07/2009	futbol de salon	4,61	4,61	1,16	1,11		1,16	2,11	2,15		2,15	13,74	13,74
28	JOEL ENRIQUE BUITRAGO NIÑO	15	25/06/2007	futbol de salon	4,02	4,02	1,65	1,68		1,68	2,52	2,46		2,52	12,52	12,52
29	ALBA ILIA TUMIÑA CANTERO	17	03/10/2005	futbol de salon	4,32	4,32	1,14	1,21		1,21	2,14	2,16		2,16	13,29	13,29
30	NANCY LUZDARY PRIETO NOVOA	17	03/10/2005	futbol de salon	4,19	4,19	1,29	1,22		1,22	2,14	2,18		2,18	13,66	13,66
31	ANDRES FABIAN CASTRO CHINGATE	17	27/11/2005	futbol de salon	3,88	3,88	1,93	2,01		1,88	2,67	2,71		2,71	12,24	12,24

Certificado de pago de planillas de seguridad social desde Marzo hasta Noviembre

aportes en línea

Certificado de Aportes

Se certifica que VICTOR ADRIAN ORTIZ ROMERO identificado(a) con CC 1074133145 realizó los siguientes aportes al Sistema de Seguridad Social.

APORTANTE: ORTIZ ROMERO VICTOR ADRIAN CC 1074133145

Clave Planilla	Clave Pago	Tipo Planilla	Fecha Pago	Riesgo	Código	Administradora	Concepto	Periodo	Días	Novedades															
										ing	ret	tde	tae	tdp	tap	vsp	cor	vst	sln	ige	lma	vac	avp	vct	irl	vip
9460392878	9460392878	N	2023-12-14	EPS	EPS037	NUEVA E.P.S.	COTIZACION OBLIGATORIA	2023-11	30								A									
9460392878	9460392878	N	2023-12-14	EPS	EPS037	NUEVA E.P.S.	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-11	30		X						C									
9460392878	9460392878	N	2023-12-14	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACION OBLIGATORIA	2023-11	30								A									
9460392878	9460392878	N	2023-12-14	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-11	30		X						C									
9460392878	9460392878	N	2023-12-14	ARL	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-11	30								A									
9460392878	9460392878	N	2023-12-14	ARL	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-11	30		X						C									
9459436823	1000001190	I	2023-12-07	EPS	EPS037	NUEVA E.P.S.	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-11	30																	
9459436823	1000001190	I	2023-12-07	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACION OBLIGATORIA	2023-11	30																	
9459436823	1000001190	I	2023-12-07	ARL	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-11	30																	
9458084368	1000001175	I	2023-12-07	EPS	EPS037	NUEVA E.P.S.	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-10	30																	
9458084368	1000001175	I	2023-12-07	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-10	30																	
9458084368	1000001175	I	2023-12-07	ARL	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-10	30																	
9456754142	57988476	I	2023-10-09	EPS	EPS037	NUEVA E.P.S.	COTIZACION OBLIGATORIA	2023-09	30																	
9456754142	57988476	I	2023-10-09	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-09	30																	
9456754142	57988476	I	2023-10-09	ARL	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-09	30																	
9455430452	98211971	I	2023-09-11	EPS	EPS037	NUEVA E.P.S.	COTIZACION OBLIGATORIA	2023-08	30																	
9455430452	98211971	I	2023-09-11	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-08	30																	
9455430452	98211971	I	2023-09-11	ARL	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-08	30																	

aportes en línea

Certificado de Aportes

APORTANTE: ORTIZ ROMERO VICTOR ADRIAN CC 1074133145

Clave Planilla	Clave Pago	Tipo Planilla	Fecha Pago	Riesgo	Código	Administradora	Concepto	Periodo	Días	Novedades															
										ing	ret	tde	tae	tdp	tap	vsp	cor	vst	sln	ige	lma	vac	avp	vct	irl	vip
9454034734	85488362	I	2023-08-02	EPS	EPS037	NUEVA E.P.S.	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-07	30																	
9454034734	85488362	I	2023-08-02	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-07	30																	
9454034734	85488362	I	2023-08-02	ARL	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-07	30																	
9452731432	1000000591	I	2023-06-30	EPS	EPS037	NUEVA E.P.S.	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-06	30																	
9452731432	1000000591	I	2023-06-30	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-06	30																	
9452731432	1000000591	I	2023-06-30	ARL	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-06	30																	
9451509230	1000001269	I	2023-06-01	EPS	EPS037	NUEVA E.P.S.	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-05	30																	
9451509230	1000001269	I	2023-06-01	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-05	30																	
9451509230	1000001269	I	2023-06-01	ARL	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-05	30																	
9450004738	1000001204	I	2023-05-02	EPS	EPS037	NUEVA E.P.S.	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-04	30																	
9450004738	1000001204	I	2023-05-02	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-04	30																	
9450004738	1000001204	I	2023-05-02	ARL	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-04	30																	
9449212627	1000001912	I	2023-04-03	EPS	EPS037	NUEVA E.P.S.	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-03	20	X																
9449212627	1000001912	I	2023-04-03	AFP	230301	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-03	20	X																
9449212627	1000001912	I	2023-04-03	ARL	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-03	20	X																

Este certificado se expide el día 2023-12-16 a las 06:12.