ANEXO NO 1. REGISTROS FOTOGRÁFICOS DE PARTICIPACION Y ASISTENCIA A JUEGOS PARANACIONALES BOLÍVAR 20019.









ANEXO No 2. MICROCICLOS, PLANES DE ENTRENAMIENTO, PLAN DE PREPARAION Y COMPETENCIAS.

CUNDINAMARCA
unidos podemos más

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE DE ALTOS LOGROS DE CUNDINAMARCA
MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO -2019-

INDEPORTES

Microciclo N°: 52 | De DOMINGO : 1 de DICIEMBRE a DOMINGO : 8 d | Disciplina deportiva: NATACION CARRERAS

Objetivo del Mesociclo: RESOLUCION

Objetivo del Microciclo: COMPETITIVO

DIA	OBJETIVO DE LA SESION	IO DE ENTRENAMIEN	INTENSI	V.T. SES	OBSERVACIONES DEL METODOLOG
DOMINGO	RECONOCIMIENTO DE LA PISCINA, SALIDAS VIRAJES Y LLEGADAS	PISCINA CARTAGENA	75%	3 KM	
Lunes GIMNASIO	INICIO CAMPEONATO JJPPNN 2019 BOLIVAR	PISCINA CARTAGENA	100%	4KM	
Martes	COMPETENCIAS JJPPNN 2019	PISCINA CARTAGENA	100%	4KM	
Miercoles GIMNASIO	COMPETENCIAS JJPPNN 2019	PISCINA CARTAGENA	100%	4KM	
Jueves	COMPETENCIAS JJPPNN 2019	PISCINA CARTAGENA	100%	4KM	
Viernes GIMNASIO	COMPETENCIAS JJPPNN 2019	PISCINA CARTAGENA	100%	4KM	
Sabado	DESCANSO DIA LIBRE	CARTAGENA			
Domingo	REGRESO DE CARTAGENA BOGOTA	BOGOTA			
TOTAL VOLUMEN SEMANAL					OBSERVACIONES GENERALES ME

Entrenador: MAURICIO MORENO P. Firma | Metodologo: JULIE ACEVEDO R

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE DE ALTOS LOGROS DE CUNDINAMARCA

MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO - 2019 -

Microciclo N°: 53	De LUNES: 9 de DICIEMBRE a DOMINGO: 15 de DIC	Disciplina deportiva: NATACION CARRERAS - P
Objetivo del Mesociclo: ACUMULACION		
Objetivo del Microciclo: GRADUAL		

DIA	OBJETIVO DE LA SESION	SITIO DE ENTRENAMIENTO	INTENSIDAD	V.T. SESION	OBSERVACIONES DEL METODOLOGO
Lunes GIMNASIO	DESCANSO ACTIVO	PISCINA CLUB DEL COMERCIO Y GIMNASIO UDEC			
Martes	TRABAJO AEROBICO EXTENSIVO 4 ESTILOS	SCINA CLUB DEL COMERC	75%	6 KM	
Miercoles GIMNASIO	AEROBICO POR TIEMPO 4 ESTILOS	PISCINA CLUB DEL COMERCIO Y GIMNASIO UDEC	70%	6 KM	
Jueves	TRABAJO RECREATIVO POLO ACUATICO	PISCINA CLUB MILITAR MELGAR	80%	5 KM	
Viernes GIMNASIO	TRABAJO AEROBICO EXTENSIVO 4 ESTILOS	PISCINA CLUB MILITAR MELGAR	75%	6 KM	
SABADO	CAMINATA INTEGRACION ECOLOGICA	PISCINA CLUB MILITAR MELGAR	65%	8 KM	
DOMINGO	DESCANSO ACTIVO	PISCINA CLUB MILITAR MELGAR	70%	5KM	
TOTAL VOLUMEN SEMANAL					OBSERVACIONES GENERALES METO

Entrenador: MAURICIO MORENO P. Firma:

Metodologo: JULIE ACEVEDO R. Fir Julie Acevedo Ramirez

ANEXO No 3.SE ADJUNTA PRESENTACIÓN DE ENVIÓ DE RESULTADOS DIARIOS A LA METODÓLOGA SEGÚN EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA.

V Juegos Paranacionales Bolivar 2019 *Fecha:* Diciembre 02 *para-natación* *Sede*: Complejo acuático Modalidad 50 libre S3 Final
Valle
Cundinamarca Cristóbal Rincón
Santander

V Juegos Paranacionales Bolivar 2019 *Fecha:* Diciembre 02 *para-natación* *Sede*: Complejo acuático
Modalidad 50 libre S4 Final
Atlántico
Tolima
*Miguel quintero Cundinamarca

V Juegos Paranacionales Bolivar 2019 *Fecha:* Diciembre 02 *para-natación* *Sede*: Complejo acuático Modalidad 50 libre S11 Final
Casanare
Cundinamarca Julián Jara
Antioquia

V Juegos Paranacionales Bolivar 2019 *Fecha* diciembre 02 *para-natación* *Sede* complejo acuatico *Fase* final 50 libre S13 Resultados
Bogotá
Tolima
Yeison Peña Cundinamarca

ANEXO NO 4 REGISTROS FOTOGRAFICOS DE LA PREPARACION EVENTO DE JUEGOS PARANACIONALES BOLÍVAR 2019 Y LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS DEPORTISTAS DEL MES DE DICIEMBRE.









LISTADO ASISTENCIA DEPORTISTAS

NATACION PARALIMPICA

DICIEMBRE

SELECCIÓN	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D
DEPORTISTA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
SERGIO ANTONIO TOVAR CHÁVEZ		X		X		X	X	X		X	X		X		X
MARIA ALEJANDRA MACIAS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
YEISON PEÑA CASTELLANOS	X	X		X	X	X	X	X		X	X	X	X		X
MIGUEL ANGEL QUINTERO GIRALDO		X		X		X		X		X		X		X	X
CRISTOBAL RINCON ROJAS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
GISSELL NATALIA PRADA PACHON	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
LORENA DUARTE	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
JULIAN YESID JARA		X	X	X		X			X	X		X	X		X
RESERVA	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V
DEPORTISTA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
SOFIA ROJAS	X			X		X		X	X	X	X		X		X
DANIEL ARIZA MEDINA	X			X		X		X	X	X	X		X		X
MIGUEL ANGEL RODRIGUEZ RAMIREZ	X			X		X		X	X	X	X		X		X
EMMANUEL ALVAREZ ORTIZ	X			X		X		X	X	X	X		X		X
ELVER RODRIGUEZ MORENO	X			X		X		X	X	X	X		X		X
PAULA CAROLINA BOHORQUZ S.	X			X		X		X	X	X	X		X		X
CARLOS FABIAN RIOS H.	X			X		X		X	X	X	X		X		X

ENTRENADOR		FIRMA:	

ANEXO NO 5. REGISTROS FOTOGRAFICOS DE TRABAJO Y APOYO CON GRUPO BIOMÉDICO.









ANEXO NO 6. REGISTROS FOTOGRAFICOS DE ACOMPAÑAMIENTO A LOS DEPORTISTAS A LAS COMPETENCIAS OFICIALES.







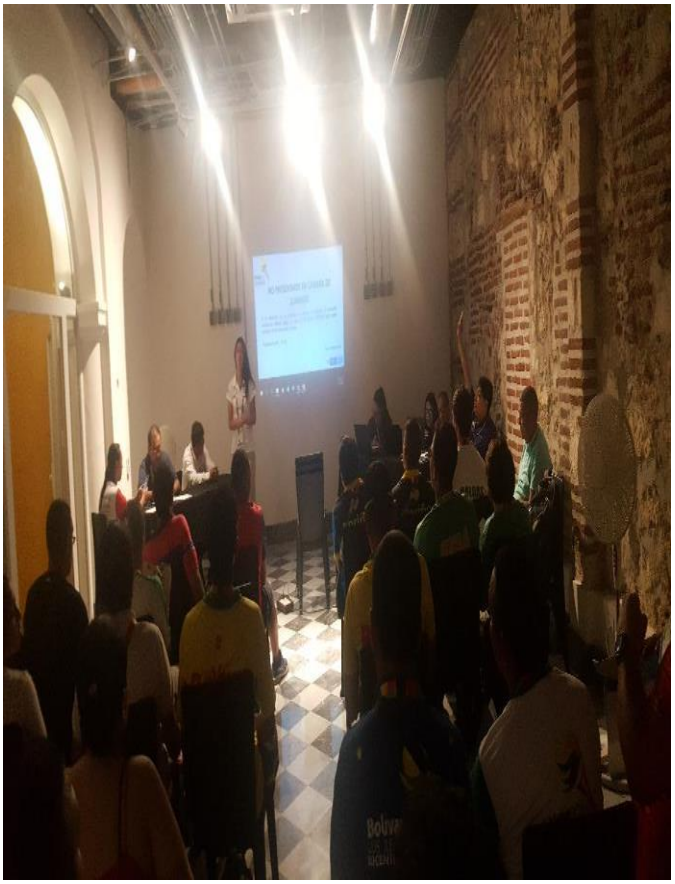


ANEXO NO 7. REGISTROS FOTOGRAFICOS DE REUNIONES DE CADA NOCHE DURANTE LAS COMPETENCIAS OFICIALES.









ANEXO No 9. LISTADO DE PROHIBICIONES. WADA 2019.



CERTIFICACIÓN METODÓLOGA DICIEMBRE 2019.

INDEPORTES

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

PROGRAMA ALTOS LOGROS

LA METODOLOGA DE TIEMPO MARCA Y COMBATE PARALIMPICO

CERTIFICA QUE:

El señor MAURICIO MORENO POVEDA identificado con cédula de ciudadanía 11.382.449 de Fusagasugá, quien se desempeña como entrenador encargado de la formulación, ejecución, seguimiento y control de los planes de entrenamiento de los deportistas de Natación del Sistema Paralímpico de Cundinamarca. Tiene como objeto de contrato PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION COMO ENTRENADOR DEL SISTEMA PARALIMPICO DE LOS DEPORTISTAS DEL INSTITUTO (NATACION), a través del contrato número 078 de 2019, ha cumplido satisfactoriamente con las obligaciones contractuales durante el 1 de diciembre al 15 de diciembre de 2019.

Dada en Bogotá, a los 16 días del mes de diciembre de 2019.

Cordialmente,

Jesus Acevedo Ramirez

JESUS JOAN ACEVEDO RAMIREZ

CC. 1030553397 de Bogotá

Metodóloga Tiempo, marca y combate paralímpico

Indeportes Cundinamarca

CUNDINAMARCA

CERTIFICACIÓN LIGA FÍSICOS

Liga Deportiva de Limitados Físicos de Cundinamarca
Reconocimiento Deportivo: 000556 del 21-Marzo-2018
Personería Jurídica: 361 del 23-Junio-2004

Fusagasugá, 15 de diciembre de 2019

LA LIGA DEPORTIVA DE LIMITADOS FÍSICOS DE CUNDINAMARCA

CERTIFICA QUE:

Que el señor **MAURICIO MORENO POVEDA**, identificado con C.C 11.382.449 de Fusagasugá, quien se desempeña como entrenador departamental de Para-natación, vinculado por el Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca "INDEPORTES CUNDINAMARCA" mediante contrato por prestación de servicios N°078 de 2019, HA CUMPLIDO con las obligaciones contractuales, entrenamientos presenciales y horarios, con los deportistas del departamento vinculados al registro de la Liga Deportiva de Limitados Físicos de Cundinamarca "LIDELFISCUN".

La presente se expide a solicitud del entrenador para el periodo correspondiente del 01 al 15 de diciembre del 2019; en el municipio de Fusagasugá Cundinamarca a los quince (15) días del mes de diciembre (12) del dos mil diecinueve (2019).

Damian Bulla

DAMIAN ARTURO BULLA ZAMORA
Presidente
Liga Deportiva de Limitados Físicos de Cundinamarca

INDEPORTES
INSTITUTO DE RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

PAZ Y SALVO ALMACÉN

En Bogotá D.C. el **16 de diciembre de 2019**, en mi calidad de encargado del almacén, manifiesto que los siguientes contratistas se encuentran a paz y salvo en almacén.

CELIS TORRES HENRY	GONZALEZ BALAGUERA JORGE IVAN	PINTO OSORIO PEDRO CESAR
PEÑA WILLIAM ORLANDO	VANEGAS MORENO CRISTIAN ROLANDO	SANCHEZ PATIÑO YOLIMAN
GUZMAN LOZANO CAMPO ELIAS	GONZALEZ TORRES ROBERTO CARLOS	MUNEVAR GARZON MARCO ANTONIO
ESPINOSA CACERES FREDDY ERNESTO	GARCIA CUELLAR MARIA INES	MOLINA ALVAREZ LAURA ANDREA
DIAZ ESPINEL DIEGO ARMANDO	QUEVEDO RODRIGUEZ DIANA FLAIBEY	GUAYACUNDO ROJAS ANDRES
TORRES MARTIN FERNANDO	JIMENEZ SUAREZ JAIME ORLANDO	NIÑO TAMAYO LELIO HORACIO
CANTOR GARCIA JOSE LEONARDO	BURBANO MANJARRES FREDY RODRIGO	MORA CHAVES MILLER ANTONIO
PARRA ARDILA ESNEYDER	CAMELO TALERO JEISON ALBERTO	TOBON RODRIGUEZ CESAR AUGUSTO
SANCHEZ LOZANO PEDRO DAVID	CASTAÑEDA VARGAS JUAN CARLOS	ARREGOCES ALVAREZ CESAR AUGUSTO
GOMEZ AGUIRRE ALBERTO	MARTINEZ CAMARGO JEAN ALBERTH	TINOCO HERRERA OSCAR GEOVANI
VALENCIA GIRALDO LUIS CARLOS	CANTOR LOPEZ LEIDY PAOLA	NIÑO GIRALDO ARTURO
SIERRA TORRES ESTIVEN	SOTELO GOMEZ JAVIER ANDRES	LOVERA GAITAN RAMIRO ALONSO
DIAZ PEREZ TOMAS	VENEGAS LEAÑO NICOLAS DANILO	NORIEGA ORTEGA RAFAEL ROBERTO
ROMERO CARRILLO JAIRO ARTURO	SOLER HARO LUIS ARTURO	
TORRES AREVALO JULIAN CAMILO	ALARCON GUTIERREZ ESTEBAN DAVID	
DIAZ RODRIGUEZ GERMAN ENRIQUE	AGUDELO MOSQUERA JOSE ALEJANDRO	
PAIPA MILLAN PEDRO ERNESTO	SERRANO SICHACA FREDY ALEJANDRO	
ESCOBAR SANCHEZ NUBIA YANETH	MORENO POVEDA MAURICIO	
GUTIERREZ ANCINES DORA INES	ACERO ORJUELA RICARDO	
JIMENEZ VARGAS NELSON DARIO	MAYORGA MUÑOZ HECTOR JULIO	
LOPEZ CORREAL JESUS MARIA	RODRIGUEZ LUIS ANTONIO	
CASTILLO PINZON JAIRO ANTONIO	MUÑOZ ROJAS GLORIA MILENA	

La presente se expide por solicitud de los contratistas

CARLOS IVAN BOHORQUEZ VARON
COORDINADOR ALMACÉN

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

PAZ Y SALVO

CINDY LORENA SANABRIA PEREZ identificado con cedula de ciudadania **No 1.013.634.288** expedida en **BOGOTA D.C.,** encargado de la Coordinación a la gestión documental, señalo que el funcionario/a Los siguientes Contratistas donde según su objeto de contrato con Indeportes Cundinamarca figuran como entrenadores y asistentes del sistema convencional y paralímpico del programa de altos logros. Los anteriores se encuentra a PAZ Y SALVO con el archivo de gestión documental 2019 de la dependencia del Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca **INDEPORTES.**

NOMBRE	NOMBRE	NOMBRE
CELIS TORRES HENRY	GUTIERREZ ANCINES DORA INES	ALARCON GUTIERREZ ESTEBAN DAVID
PEÑA WILLIAM ORLANDO	JIMENEZ VARGAS NELSON DARIO	AGUDELO MOSQUERA JOSE ALEJANDRO
GUZMAN LOZANO CAMPO ELIAS	LOPEZ CORREAL JESUS MARIA	SERRANO SICHACA FREDY ALEJANDRO
ESPINOSA CACERES FREDDY ERNESTO	CASTILLO PINZON JAIRO ANTONIO	MORENO POVEDA MAURICIO
DIAZ ESPINEL DIEGO ARMANDO	GONZALEZ BALAGUERA JORGE IVAN	ACERO ORJUELA RICARDO
TORRES MARTIN FERNANDO	VANEGAS MORENO CRISTIAN ROLANDO	MAYORGA MUÑOZ HECTOR JULIO
CANTOR GARCIA JOSE LEONARDO	GONZALEZ TORRES ROBERTO CARLOS	RODRIGUEZ LUIS ANTONIO
PARRA AROLA ESNEYDER	GARCIA CUELLAR MARIA INES	MUÑOZ ROJAS GLORIA MILENA
SANCHEZ LOZANO PEDRO DAVID	QUEVEDO RODRIGUEZ DIANA FLAIBEY	PINTO OSORIO PEDRO CESAR
GOMEZ AGUIRRE ALBERTO	JIMENEZ SUAREZ JAIME ORLANDO	SANCHEZ PATIÑO YOLMAN
VALENCIA GIRALDO LUIS CARLOS	BURBANO MANJARRES FREDY RODRIGO	MUNEVAR GARZON MARCO ANTONIO
SIERRA TORRES ESTIVEN	CAMELO TALERO JEISON ALBERTO	MOLINA ALVAREZ LAURA ANDREA
DIAZ PEREZ TOMAS	CASTAÑEDA VARGAS JUAN CARLOS	GUAYACUNDO ROJAS ANDRES
ROMERO CARRILLO JAIRO ARTURO	MARTINEZ CAMARGO JEAN ALBERTH	NIÑO TAMAYO LELIO HORACIO
TORRES AREVALO JULIAN CAMILO	CANTOR LOPEZ LEIDY PAOLA	MORA CHAVES MILLER ANTONIO
DIAZ RODRIGUEZ GERMAN ENRIQUE	SOTELO GOMEZ JAVIER ANDRES	TOBON RODRIGUEZ CESAR AUGUSTO
PAIPA MILLAN PEDRO ERNESTO	VENEGAS LEAÑO NICOLAS DANILO	ARREGOCES ALVAREZ CESAR AUGUSTO
ESCOBAR SANCHEZ NUBIA YANETH	SOLER HARO LUIS ARTURO	TINOCO HERRERA OSCAR GEOVANI
NORIEGA ORTEGA RAFAEL ROBERTO	LOVERA GAITAN RAMIRO ALONSO	NIÑO GIRALDO ARTURO

El presente **PAZ Y SALVO se** expide a solicitud del interesado en la ciudad de Bogotá el **DICIEMBRE** de 2019.

CINDY LORENA SANABRIA PEREZ
Administradora Del Área Gestión Documental
INDEPORTES CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA
"EL DORADO"

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205
@CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co