Período de Informe		**Mayo**			
Nombre contratista	Diana Marcela Gallo Giraldo				
Tipo de documento	C.C.	**Numero de documento**	1036955178		
Liga					
Deporte / modalidad	Bolo – Sófbol - Tejo				
Numero Atletas a cargo por genero	**Femenino** Nro.	31	**Masculino** Nro.	36	
Supervisor del contrato	JAIRO DE JESUS JIMÉNES MORENO				
Número del contrato	210	**Informe de actividades No**	2		
Objeto del Contrato	Prestación de servicios de un entrenador para la realización del proceso de preparación física y condicional en deportes de bolo, softbol y tejo en las modalidades y categorías de Juegos Nacionales.				

Asistencias de los deportistas preselección o selección Antioquia					
Nro.	**Nombre**	**Volumen**	**Sesiones realizadas en el periodo**	**Asistencias del deportista**	**Porcentaje de cumplimiento (Asistencias / Sesiones)**
BOLO					
1	María José Rodríguez	360	3	3	100%
2	Sara Duque	360	3	3	100%
3	Verónica Cepeda	360	3	3	100%
4	Verónica Osorio	360	3	3	100%
5	María Camila Ferraro	360	3	3	100%
6	Deisy Molano	360	3	3	100%
7	Verónica Zarama	360	3	3	100%
8	Alejandra Salazar	360	3	3	100%
9	José Mora	360	3	3	100%
10	Edwar Rey	360	3	3	100%
11	Felipe Gil	360	3	3	100%
12	Juan David Álvarez	360	3	3	100%
13	Cristián Jiménez	360	3	3	100%

14	Daniel Romero	360	3	3	100%
15	Juan Pablo Tojanci	360	3	3	100%
16	Andrés Botero	360	3	3	100%
17	Mauricio José Bermejo	360	3	3	100%
18	Kevin David Ortega	360	3	3	100%
19	John Jaider Mena	360	3	3	100%
20	Jader Correa Barón	360	3	3	100%
SÓFTBOL					
1	Jeisson Andrés Correa Rodríguez	360	4	0	0%
2	Andrés Juan Galeano	360	4	1	25%
3	Carlos Daniel Machado	360	4	1	25%
4	Faiber Samir Cardona	360	4	0	0%
5	Gustavo Andrés Rodríguez	360	4	2	50%
6	Diego Luna Patermina	360	4	3	75%
7	Santiago Vieira Ceballos	360	4	3	75%
8	Juan Miguel Ávila	360	4	0	0%
9	Ender Enrique Pérez	360	4	2	50%
10	Jesús David Blanquicett	360	4	3	75%
11	Ronaldo David Galván	360	4	1	25%
12	Jhonathan Julio Hoyos	360	4	1	25%
13	Ronaldo Lemos Moguea	360	4	2	50%
14	Gerardo Restrepo Yépez	360	4	1	25%
15	Jeider Blanquicet	360	4	3	75%
16	Juan Alberto Posada Gómez	360	4	3	75%
17	Jhoan Julio Hoyos	360	4	1	25%
18	Edwin López Pérez	360	4	1	25%
19	José David Marín Moscote	360	4	3	75%
20	Camilo Rafael Pérez Chávez	360	4	3	75%
21	Juan Felipe Petro Sánchez	360	4	3	75%
22	Omar Julián Cardona	360	4	3	75%
23	Leonardo Luna Patermina	360	4	2	50%
24	Harold Stiven Ramírez Osorio	360	4	3	75%
25	Marianela Espitia Velásquez	360	4	1	25%

26	Yulis Patricia Nisperuza Yépez	360	4	1	25%
27	Danny Luz Toro Oyola	360	4	1	25%
28	Darlys Paola Pérez Begambre	360	4	1	25%
29	Estefanía Ortiz Osorio	360	4	2	50%
30	Jessica Marcela Martínez	360	4	1	25%
31	Nellys Ivon Nisperuza Córdoba	360	4	1	25%
32	Valentina Gómez Henao	360	4	2	50%
33	Natalia Yerena Alean	360	4	1	25%
34	Maira Alejandra Aguilar	360	4	2	50%
35	Karina García Cortes	360	4	1	25%
36	Adrey Cantero Bertel	360	4	1	25%
37	Ana Gisselle Díaz Martínez	360	4	1	25%
38	Daniela David Ibarra	360	4	1	25%
39	Saira Mardely Castañeda	360	4	1	25%
TEJO					
1.	Laura Cristina López	600	5	0	0%
2.	Merly Rubirian Meneces	600	5	5	100%
3	Sandra Janeth Osorio	600	5	5	100%
4.	Jaqueline Valencia	600	5	0	0%
5.	Karina Sierra Ortiz	600	5	5	100%
6.	Laura Ayala Cardona	600	5	0	0%
7.	Ana Sofía Bermúdez	600	5	0	0%
8.	Geraldine Betancur Espinosa	600	5	5	100%

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	Preparar física y condicionalmente a los deportistas de los equipos de bolo, softbol y tejo, en las modalidades y categorías de Juegos Nacionales, a partir de la caracterización del deporte y los deportistas.
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1 **22 al 27 de abril**	• Se identifican las necesidades y expectativas del personal técnico en cuanto a la preparación física y condicional. • Se elabora un plan de preparación física y condicional específico para cada modalidad y categoría. • Entrenamiento equipo de Bolo • Entrenamiento equipo de Sóftbol masculino • Entrenamiento equipo tejo femenino

	• Entrenamiento sóftbol femenino • Entrenamiento Bolo mixto • Reunión Andrés Gómez • Reunión Capacitación preparadores físicos • Elaboración informe semanal • Entrenamiento equipo de tejo femenino
Semana 2 **29 de abril al 4 de mayo**	• Entrenamiento equipo de Bolo • Entrenamiento equipo de Sóftbol masculino • Entrenamiento equipo tejo femenino • Entrenamiento sóftbol femenino • Entrenamiento Bolo mixto • Reunión Andrés Gómez • Reunión Lina Vargas Álzate, monitorización del entrenamiento
Semana 3 **06 al 11 de mayo**	• Entrenamiento equipo Sóftbol masculino • Entrenamiento equipo de Tejo femenino • Entrenamiento sóftbol femenino • Entrenamiento Bolo mixto • Puesta en escena de la monitorización del entrenamiento con la selección de Judo
Semana 4 **13 al 19 de mayo**	• Entrenamiento equipo Sóftbol masculino • Entrenamiento equipo de Tejo femenino • Entrenamiento sóftbol femenino • Entrenamiento Bolo mixto • Reunión Alejandro Navarro, monitorización del entrenamiento y horarios de entrenamiento.
Semana 5 **20 al 25 de mayo**	• Entrenamiento equipo Sóftbol masculino • Entrenamiento equipo de Tejo femenino • Entrenamiento sóftbol femenino • Entrenamiento Bolo mixto • Reunión Alejandro Navarro, monitorización del entrenamiento. • Reunión Juan Manuel preparador físico del equipo de Voleibol • Acercamiento a los entrenamientos del equipo de voleibol

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
No aplica.

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporte asociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)
Reuniones de acercamiento con los preparadores físicos: Viernes 26 abril: Metodólogo Andrés Roberto Gómez y entrenadores Rugby (2:00 pm) Viernes 3 de mayo: Preparadora física Lina Vargas Álzate (3:30 pm) Lunes 6 de mayo: Encuentro con metodólogo, subgerente, entrenadores y preparadores físicos de softbol, fútbol sala, beisbol y judo. (7:00 pm) Viernes 17 de mayo: Reunión Alejandro Navarro, horarios y monitorización del entrenamiento (2:00 pm) Martes 21 de mayo: Reunión preparador físico selección de voleibol (10:00 am)

OBJETIVO DEL *SIGUENTE* PERIODO	Se espera las indicaciones de los metodólogos para plantear el objetivo del siguiente periodo.
Actividades planificadas para el siguiente periodo	
Semana 1	Se espera las indicaciones de los metodólogos para plantear el objetivo del siguiente periodo.
Semana 2	
Semana 3	

Semana 4	
Semana 5	

Observaciones del periodo
• La información obtenida en la caracterización del primer mes es fundamental para el diseño del plan de preparación física y condicional para los meses siguientes. • Es importante que el entrenamiento se base en principios científicos y que se adapte a las necesidades individuales de cada deportista. • La comunicación y la colaboración entre los entrenadores y los deportistas son esenciales para el éxito del programa de entrenamiento.



FIRMA:
NOMBRE: Diana Marcela Gallo Giraldo