INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NII GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

INFORME No.	1		
FECHA DEL INFORME	**DD**	**MM**	**AAAA**
	30	4	2024

No. DEL CONTRATO Y FECHA
IDRD-CTO-0279-2024
No. DEL EXPEDIENTE VIRTUAL
2024800701600391E

1. INFORMACIÓN GENERAL

		Instrucciones
NOMBRE DEL CONTRATISTA	ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES	Registre nombre y apellidos completos
N° DE IDENTIFICACIÓN	1.010.170.346	Registre el número de identificación
OBJETO DEL CONTRATO	Prestar sus servicios como entrenador(a) de tecnificación 3.2 para diseñar, planificar, ejecutar y verificar los planes de entrenamiento y preparación de los atletas del registro de Bogotá en la disciplina asignada.	Registre el objeto del contrato
PLAZO DE EJECUCIÓN	8 MESES	Registre el plazo total de ejecución en letras y números
VALOR	$ 36,536.000	Registre el valor total del contrato
FECHA ACTA DE INICIO	04 / 04 / 2024	Registre la fecha de inicio del acta
ADICIÓN Y/O PRÓRROGA (solo cuando aplique)	N/A	Registre el tiempo, valor y plazo de la prorroga
SUSPENSIONES (solo cuando aplique)	N/A	Registre para cada suspensión efectuada, las fechas y plazo de la suspensión
FECHA DE TERMINACIÓN	03 / 12 / 2024	Registre fecha de terminación establecida luego de las suspensiones y/o prórrogas aprobadas si las hay.
PERIODO DE ACTIVIDADES DE ESTE INFORME	04 / 04 AL 30 / 04 / 2024	Registre las fechas entre las cuales se reportan las actividades

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NII GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

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 cumplimiento de la misma, así como enunciar las evidencias y su ubicación (actas, documentos, planillas, listados, etc.).

Obligaciones específicas	Actividades, evidencias y ubicación
Obligación No. 1: Planificar, direccionar, controlar y evaluar, la preparación de los deportistas asignados para la etapa de tecnificación (etapa rendimiento subetapa de rendimiento o/y tecnificación) por el equipo metodológico en coordinación con los organismos deportivos del registro de Bogotá, generando planes de entrenamiento a seguir durante esta vigencia, realizar los ajustes necesarios que sean requeridos, aportando los respectivos anexos. Cuando se realice una transición de atletas de su disciplina deportiva, el cual debe ser de acuerdo a los parámetros y criterios establecidos por el proyecto de inversión y en los planes pedagógicos.	ACTIVIDADES: Se realizó la planificación, dirección, y control, de la preparación de los deportistas del registro de Bogotá que me fueron asignados en la disciplina deportiva de LUCHA OLIMPICA; en la subetapa de tecnificación, a fin de procurar su mejor desempeño deportivo a nivel competitivo. Conforme a la planificación general de actividades para el periodo del reporte registrado en el presente informe, se relacionan los microciclos trabajados en el presente periodo. EVIDENCIAS: *Microciclo 4 al 7 *Microciclo 8 al 14 *Microciclo 15 al 21 *Microciclo 22 al 28 **UBICACIÓN: folio 1 al 24**
Obligación No. 2: Desarrollar estrategias de actualización, capacitación e implementación de los programas pedagógicos deportivos, criterios de transición, indicadores de rendimiento, test técnicos y pedagógicos de su especialidad deportiva del proyecto de inversión, talento y reserva, masificación e iniciación deportiva que le sean solicitados, así como, realizar el acompañamiento técnico y capacitación a los programas institucionales y de Ligas en las etapas de iniciación deportiva, talento y reserva y tecnificación.	ACTIVIDADES: Se dio cumplimiento de la obligación implementando las acciones deportivas planificadas, a fin de contribuir en el desarrollo y perfeccionamiento de las habilidades y cualidades físicas, técnicas y tácticas de los deportistas asignados correspondientes a la subetapa de tecnificación. Se acompaño y apoyo en la ejecución de los torneos - Campeonato distrital categoría U-9, U-12, U-17, U-20 - Campeonato nacional U-15 y U-23 EVIDENCIAS: *Registro fotográfico *Microciclos *Informes técnicos de competencia **UBICACIÓN: folio 1 al 24**

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NII GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Obligación No. 3: Dar Cumplimiento con el volumen de entrenamiento establecido en los planes de entrenamiento acordados y aprobados por el encargado de su disciplina deportiva y eventualmente Ligas Deportivas Distritales, garantizando un mínimo de ocho (8) sesiones semanales con los deportistas del registro de Bogotá, en el sitio de entrenamiento concertado con el IDRD.	ACTIVIDADES: Se dio cumplimiento de la obligación, realizando las sesiones estipuladas en la obligación, las cuales se programaron y sustentaron al área metodológica, realizándose semanalmente de la siguiente manera: Sesión 1: lunes 10am a 12pm Plaza de Artesanos o UCAD Sesión 2: lunes 5pm a 7pm Plaza de Artesanos Sesión 3: martes 5pm a 7pm Plaza de Artesanos Sesión 4: miércoles 10am a 12pm Plaza de Artesanos o UCAD Sesión 5: miércoles 5pm a 7pm Plaza de Artesanos Sesión 6: jueves 5pm a 7pm Plaza de Artesanos Sesión 7: viernes 10am a 12pm Plaza de Artesanos o UCAD Sesión 8: viernes 5pm a 7pm Plaza de Artesanos EVIDENCIAS: Formato de asistencia SIM UBICACIÓN: Folio 1 al 24
Obligación No. 4: Realizar seguimiento a los deportistas preseleccionados y seleccionados 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 establecido en el plan de entrenamiento vigente: así como Actuar en reuniones o eventos nacionales o internacionales, que le sean asignados por el Supervisor del Contrato, siempre y cuando estas guarden relación con el cumplimiento del objeto contractual. 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, en preferencia, en coordinación con el equipo metodológico y/o con las ligas deportivas del registro de Bogotá.	ACTIVIDADES: se proporcionó el direccionamiento y acompañamiento planificado en el plan de entrenamiento, a los deportistas asignados, avalados por el equipo técnico metodológico del IDRD en los entrenamientos, competencias realizadas en el presente periodo y valoraciones programadas con el metodólogo de la agrupación. EVIDENCIAS: Registro fotográfico UBICACIÓN: folio 1 al 24

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NII GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Obligación No. 5: Generar un informe técnico de competencia con la gestión, teniendo como objetivo desarrollar resultados de acuerdo al modelo implementado por el área de deportes, participando activamente en fogueos y competencias preparatorias y principales a nivel local, distrital, nacional e internacional máximo cinco (5) días hábiles después de cada competencia y anexarlo evidencias de seguimiento en el informe mensual.	ACTIVIDADES: se realizó el informe técnico de competencia de los siguientes eventos que se participaron. - Campeonato distrital categoría U-9, U-12, U-17, U-20 - Campeonato nacional U-15 y U-23 EVIDENCIAS: - Registro fotográfico - Informe técnico de competencia UBICACIÓN: folio 1 al 24
Obligación No. 6: Gestionar las herramientas digitales, tecnologías y/o ofimáticas necesarias para garantizar la ejecución del contrato de manera presencial y/o virtual contando con los medios tecnológicos para la constante comunicación con el supervisor del contrato, para el cumplimiento del objeto y obligaciones del contrato, así como a las reuniones misionales y eventos convocados por los componentes del proyecto, el IDRD y/o entidades aliadas.	ACTIVIDADES: Se realizó el reporte en la plataforma (SIM), estipulada para la actividad requerida en la presente obligación, correspondiente al registro de las asistencias de los deportistas del registro de Bogotá, asignados. Total, deportistas relacionados en formato de asistencia: 15 Se hizo uso de herramientas digitales con el propósito de usar y resguardar la información técnica creada para el proceso de planificación de los entrenamientos. EVIDENCIAS: - Formato reporte de asistencia SIM UBICACIÓN: folio 1 al 24
Obligación No. 7: El Contratista adoptará todas las medidas necesarias para evitar cualquier situación de conflicto de intereses conforme a lo estipulado en la resolución 424 de 2021, “Por medio de la cual se adopta la política sobre conflicto de Intereses en el Instituto Distrital de Recreación y Deporte-IDRD”, o la vigente. Esta situación se produce cuando, como consecuencia de intereses económicos, profesionales, afinidades políticas o nacionales, vínculos familiares, afectivos, o cualesquiera otros intereses compartidos, se ve comprometida la	ACTIVIDADES: Se dio cumplimiento de las actividades programadas sin afectaciones que involucraron eventuales conflictos de interés, considerando lo estipulado en la resolución 424 de 2021 o la vigente, “Por medio de la cual se adopta la política sobre conflicto de Intereses en el Instituto Distrital de Recreación y Deporte-IDRD”. EVIDENCIAS: formatos institucionales y demás adjuntos en el presente informe. UBICACIÓN: folios 1 al 24

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NII GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

ejecución imparcial y objetiva del Contrato.	
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	$
PAGO APORTES PENSIÓN	COLFONDOS	$
PAGO RIESGOS LABORALES	POSITIVA	$
	TOTAL	$

4. ANEXOS (Planilla de pago Seguridad Social, Certificación Cumplimiento Requisitos Tributarios, etc). *formatos de seguimiento técnico reportados en las evidencias de cada obligación.

Nota: Para la entrega del informe correspondiente al último periodo de actividades; es indispensable anexar adicionalmente: el documento expedido por el Almacén General y el Área de Sistemas donde se evidencie que el contratista se encuentra a paz y salvo con la entidad y el medio magnético con las evidencias de las actividades realizadas durante la ejecución contractual.

Firma Contratista

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

Conforme al visto bueno y aprobación emitido por el/la metodólogo/a asignado/a, el cual da fe de cumplimiento de las obligaciones según lo reportado en este documento de acuerdo con el seguimiento técnico; una vez verificado por parte de la gestora administrativa el correcto registro de la información registrada en hoja 1, se emite concepto de aprobación y la firma a lugar.

VoBo Supervisor del contrato
WILLIAM ARMANDO NIETO GUERRERO
CC 11´346.157
Profesional Especializado Código 222 Grado 09 del área de Alto Rendimiento

Señores:
INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
Ciudad.

CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO

(Articulos 330 al 336 del Estatuto Tributario Nacional)

Conozco que de acuerdo con el Inciso 6 del parágrafo 4 del artículo 1 del Decreto 1070 de 2013, el incumplimiento en la obligación de entregar esta información, ante la Entidad contratante, deberá ser informada a la U.A.E. Dirección de Impuestos y Aduanas Nacionales - DIAN, con el fin de que la administración tributaria me imponga las sanciones pertinentes.

De conformidad con la referencia me permito manifestar bajo la gravedad de juramento lo siguiente:

1	Nombre del Contratista	**ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES**										
2	Identificacion	CC	**X**	CE		**Numero**	**1010170346**	**N° contrato**		**0279-2024**		
3	Responsable del impuesto a las ventas							SI		NO	**X**	
4	Pertenece al Regimen Simple							SI		NO	**X**	
5	Residente en el país (Extranjeros)							SI		NO	**X**	
6	Mis ingresos totales en el año gravable 2023, fueron iguales o superiores a 1.400 UVT (2023), equivalentes a $59,376,800							SI		NO	**X**	

7	**Valor de los aportes obligatorios al Sistema de Seguridad Social correspondiente al 40% de los ingresos recibidos efectivamente en el MES ANTERIOR provenientes del contrato materia de pago sujeto a retención.**					
	Número de planilla	**0**	Fecha de pago	N/A	Valor pagado	$ -
	Aporte Obligatorio de Salud mensualizado $	**$ -**	Aporte Obligatorio de Pensión mensualizado $	**$ -**		
	Afiliación Aportes Riesgos Laborales ARL $	**$ -**	Nota: el valor pagado por ARL no disminuye la base de la retencion en la fuente			
8	**Ingresos no constitutivos de renta, ni de ganancia ocasional mensual**					
	AFC $		Ahorro Voluntario Pensión $			

9	Intereses en créditos de vivienda de habitación. Certificado expedido por la entidad vigilada por la Superfinanciera que indique el valor de los intereses pagados en el año inmediatamente anterior (2023). Indique el o los titulares del crédito de vivienda. Anexo	SI		NO	**X**
10	Pago medicina prepagada o planes complementarios de salud (para el titular, cónyuge y hasta dos hijos) Certificado expedido por la entidad vigilada por la Supersalud que indique el valor pagado en el año inmediatamente anterior (2023). Anexo	SI		NO	**X**

11	**DEPENDIENTES: Certifico bajo gravedad de juramento que las personas claramente identificadas con numero de identificación y vínculo de parentesco, las cuales soporto, tienen dependencia económica de mi.**				
	De acuerdo al Art. 7 de la ley 2277 del 2022 solo se podra deducir hasta un valor mensual de $282.390 por cada dependiente económico, y hasta un máximo de cuatro (4) dependientes. Certifico bajo la gravedad de juramento el numero de dependientes (si no tiene dependientes colocar (0))			**#**	**2**
	a) Hijos menores de 18 años (entregar registro civil de cada uno). Anexo	SI	**X**	NO	
	b) Hijos entre 18 y 23 años estudiantes (entregar registro civil de cada uno y recibo de pago de matrícula o certificado de pagos expedidos por la entidad aprobada por el ICFES). Anexo	SI		NO	**X**
	c) Hijos en situación de dependencia originada en factores físicos o psicológicos. (entregar registro civil de cada uno y certificado expedido por medicina legal ó EPS). Anexo	SI		NO	**X**
	d) Cónyuge o compañero permanente, en situación de dependencia sea por ausencia de ingresos o ingresos menores a 260 UVT (2023) $11.027.120 anuales (entregar certificado de Contador Público. Cuando sea dependencia factores físicos o psicológicos entregar Certificado de medicina legal ó EPS). Anexo	SI		NO	**X**
	e) Padres y los hermanos por situación de dependencia sea por ausencia de ingresos ó ingresos menores a 260 UVT (2023) $11.027.120 anuales (entregar certificado de Contador Público. Cuando sea dependencia factores físicos o psicológicos entregar certificado de medicina legal ó EPS). Anexo	SI		NO	**X**
12	Soy declarante del impuesto sobre la renta y complementarios.	SI	**x**	NO	
13	**(OPCIONAL)** Como declarante del impuesto de renta, solicito se me practique una retención en la fuente superior a la establecida en el (parágrafo 3 del Artículo 383 ET), la cual será de:	$			

Certifico bajo la gravedad del juramento que los documentos soportes del pago de aportes obligatorios al Sistema de de Seguridad Social en Salud y Pensión corresponde a los ingresos provenientes del contrato materia del pago sujeto a retención.

DECLARO QUE LOS SOPORTES ADJUNTOS NO SERAN PRESENTADOS ANTE OTRA ENTIDAD PARA DEPURACION POR LOS MISMOS CONCEPTOS, RESPETANDO LOS TOPES ESTABLECIDOS EN LA NORMA Y CUALQUIER CAMBIO EN LAS CONDICIONES QUE IMPIDAN SU APLICACION LO NOTIFICARE DE INMEDIATO.

Dada en Bogotá D.C. a los: DD **30** MM **4** AA **2024**

Andres

FIRMA

BOGOTÁ
Instituto Distrital de Recreación y Deporte

ACTA DE INICIO

ESPACIO PARA COLOGAR EL STIKER DE RADICACIÓN

CONTRATO ☑ CONTRATO APROVECHAMIENTO ECONÓMICO ☐
CONVENIO ☐ CONTRATO INFERIOR AL 10% DE LA MENOR CUANTÍA ☐

No.: IDRD-CTO-0279-2024

NOMBRE DEL CONTRATISTA: TABORDA TORRES ANDRES GIOVANNY

☑ SUPERVISOR ☐ INTERVENTOR: WILLIAM ARMANDO NIETO GUERRERO

OBJETO: PRESTAR SUS SERVICIOS COMO ENTRENADOR(A) DE TECNIFICACIÓN 3.2 PARA DISEÑAR, PLANIFICAR, EJECUTAR Y VERIFICAR LOS PLANES DE ENTRENAMIENTO Y PREPARACIÓN DE LOS ATLETAS DEL REGISTRO DE BOGOTÁ EN LA DISCIPLINA ASIGNADA.

	Día	Mes	Año
FECHA DE INICIO	**4**	**4**	**2024**
FECHA DE TERMINACIÓN	**3**	**12**	**2024**

VALOR TOTAL 36.536.000,00 VALOR APORTE IDRD $

(Este espacio debe ser diligenciado únicamente para convenios)

DILIGENCIAR SOLO PARA CONTRATOS DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES Y APOYO A LA GESTIÓN

EL CONTRATISTA SE ENCUENTRA AFILIADO A UNA ADMINISTRADORA DE RIESGOS LABORALES SI __X__ NO _____

	Día	Mes	Año
FECHA DE INICIO COBERTURA	**31**	**3**	**2024**

NOTA: En caso que el contratista no se encuentre afiliado y no cuente con la cobertura de una Administradora de Riesgos Laborales, **NO** podrá dar inicio a la ejecución del contrato conforme a lo señalado en el articulo 6 del Decreto 723 de 2013.

Se firma la presente acta, en Bogotá D.C., a los 4 días del mes de ABRIL de 2024.

FIRMA

NOMBRE SUPERVISOR O INTERVENTOR: WILLIAM ARMANDO NIETO GUERRERO

CARGO SUPERVISOR O INTERVENTOR: PROFESIONAL ESPECIALIZADO 222 G09

FIRMA

NOMBRE CONTRATISTA: TABORDA TORRES ANDRES GIOVANNY

SEÑOR SUPERVISOR: INDICAR AL CONTRATISTA LA SIGUIENTE RUTA, PARA LA CONSULTA DE LA INFORMACIÓN CORRESPONDIENTE AL SISTEMA DE GESTIÓN DEL IDRD:

1. Ingresar al aplicativo ISOLUCION en la ruta: isolucion.idrd.gov.co
2. Digitar usuario: consultas
3. Digitar contraseña: consultas
4. Ubicarse sobre la pestaña que dice "documentación", hacer click en el ícono "Mapa de procesos".
5. Una vez ubicado en el mapa de procesos, dar click en el vínculo del proceso al cual usted hace parte
6, Cuando haga click sobre el proceso, se desplegará la caracterización en donde podrá consultar todos los documentos del mismo.

En mi calidad de contratista, dejo constancia que recibí por parte del supervisor del contrato las instrucciones para la consulta de la información general del Sistema de Gestión del Instituto Distrital de Recreación y Deporte – IDRD.

Igualmente, adjunto el certificado de afiliación a la Administradora de Riesgos Laborales. *(Solo aplica para contratos de prestación de servicios profesionales y de apoyo a la gestión).*

CONTRATISTA

1 Información general
2 Condiciones
3 Bienes y servicios
4 Documentos del Proveedor
5 Documentos del contrato
6 Información presupuestal
7 Ejecución del Contrato
8 Modificaciones del Contrato
9 Incumplimientos

Cancelar

Evaluación de la Entidad Estatal >

VER CONTRATO

Resumen

ID del contrato en SECOP	CO1.SLCNTR.12488634
Número del contrato	IDRD-CTO-0279-2024
Versión del contrato	1
Objeto del contrato	PRESTAR SUS SERVICIOS COMO ENTRENADOR(A) DE TECNIFICACIÓN 3.2 PARA DISEÑAR, PLANIFICAR, EJECUTAR Y VERIFICAR LOS PLANES DE ENTRENAMIENTO Y PREPARACIÓN DE LOS ATLETAS DEL REGISTRO DE BOGOTÁ EN LA DISCIPLINA ASIGNADA.
Tipo de contrato	Prestación de servicios
Fecha de inicio del contrato	8 días de tiempo transcurrido *(4/04/2024 7:00:00 AM(UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
Fecha de terminación del contrato	12/03/2024 23:59:00 *((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*
Duración del contrato	8 meses
Tiempo adiciones en días	0 días
Proveedor(es) seleccionado(s)	(•) Sí ( ) No
Estado del contrato	En ejecución
Liquidación	( ) Sí (•) No
Obligaciones Ambientales	( ) Sí (•) No
Obligaciones Pos Consumo	( ) Sí (•) No
Reversión	( ) Sí (•) No

Entidad Estatal

IDRD - ENTIDAD OFICIAL

COLOMBIA, Bogotá

1 Recomendación (es)

Proveedor Seleccionado

ANDRÉS GIOVANNY TABORDA TORRES

COLOMBIA, Bogotá

0 Recomendación(es)

Cuenta bancaria del proveedor

Proveedor	Nombre del banco	Tipo de cuenta	Número de cuenta
ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES			

Aprobación del contrato

Aprobador – Proveedor

Aprobado por: *ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES*

Fecha de aprobación: *21/03/2024 11:38:36 AM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*

Aprobador – Entidad Estatal

Aprobado por:	*Laura Sin*	***Fecha de aprobación:***	*27/03/2024 20:10:01 ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)*

Contrato firmado: CO1_PCCNTR_6114262_Firmado

Contrato en ejecución: CO1_PCCNTR_6114262_En ejecución

Información del objeto

Tipo de proceso	Contratación directa.
Unidad de contratación	Subdirección Contratación
Proceso de Contratación	PRESTAR SUS SERVICIOS COMO ENTRENADOR(A) DE TECNIFICACIÓN 3.2 PARA DISEÑAR, PLANIFICAR, EJECUTAR YV
Título de la oferta	N / A
Cantidad del contrato	36.536.000,00 COP

© VORTAL 2019 Términos de uso Normativa Soporte Remoto Ayuda Español (Colombia) **018000-52-0808** www.colombiacompra.gov.co/soporte Lunes a Viernes 7:00 am a 7:00 pm

0211 INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE - IDRD

UNIDAD EJECUTORA 01

CERTIFICADO DE REGISTRO PRESUPUESTAL

Número : 4501

EL SUSCRITO RESPONSABLE DEL PRESUPUESTO CERTIFICA

GILBERTO AUGUSTO ALMANZA HERNANDEZ

RESPONSABLE PRESUPUESTO

Que se ha efectuado registro presupuestal para atender compromisos así:

RUBRO	DESCRIPCIÓN DEL RUBRO	CONCEPTO DEL GASTO	FONDO	VALOR
O230116012000000007850	Implementación de una estrategia para el desarrollo deportivo y competitivo de Bogotá	O232020200992912 Servicios de educación deportiva y de recreación	1-100-F001 VA-Recursos distrito	36.536.000
			Total	**36.536.000**

CDP :1722

Tipo y Número de Compromiso :12 CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS - 279

Objeto:

PRESTAR SUS SERVICIOS COMO ENTRENADOR A DE TECNIFICACION 3 2 PARA DISENAR PLANIFICAR EJECUTAR Y VERIFICAR LOS PLANES DE ENTRENAMIENTO Y PREPARACION DE LOS ATLETAS DEL REGISTRO DE BOGOTA EN LA DISCIPLINA ASIGNADA

Beneficiario : 1000224716 CC 1010170346 ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES

Modalidad de Selección :10 CONTRATACIÓN DIRECTA

Bogotá D.C. ABRIL 01 DE 2024

Documento firmado por:GILBERTO AUGUSTO ALMANZA HERNANDEZ / Cargo: RESPONSABLE PRESUPUESTO

Aprobó: GALMANZA 01.04.2024

Elaboró: JVILLAR 01.04.2024

Impresión:01.04.2024-12:08:40 GALMANZA 5000670597 0001

De conformidad con el Decreto 2150 de 1995, la firma mecánica aquí plasmada tiene plena validez para todos los efectos legales. Con el código de verificación puede constatar la autenticidad del Certificado en la entidad que expide dicho documento.

Banco Davivienda S.A.

CERTIFICADO

BOGOTA D.C., **12/04/2024**
DISTRITO
CAPITAL,
COLOMBIA,
A quién interese

Por medio de la presente hacemos constar que **el señor ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES** con **Cédula de Ciudadanía** número **1010170346**

Posee en el banco Davivienda:

CUENTA DE AHORROS FIJO DIARIO

Número	**002370179877**
Fecha de apertura	**15/04/2010**

Cordialmente,

BANCO DAVIVIENDA

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

EL PROGRAMA DE EPS DE LA CAJA DE COMPENSACIÓN FAMILIAR COMPENSAR
NIT 860.066.942-7

CERTIFICA QUE

Que el(la) señor(a) ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES identificado(a) con Cedula Ciudadania 1010170346, se encuentra Activo en el Plan de Beneficios de Salud PBS, de la EPS Compensar como cotizante Independiente contrato de prestación según información contenida a la fecha en nuestra base de datos.

Fecha Afiliación	Fecha Retiro
20170301	No Registrada

El presente certificado se expide a solicitud del (la) interesado(a), a los 12 días del mes de Abril de 2.024

Observaciones:

Con destino a:
A QUIÉN CORRESPONDA

Información sujeta a verificación por parte de COMPENSAR EPS, cualquier aclaración con gusto será atendida en la línea (601) 4441234 - Documento no válido como autorización de traslado ni aclaración de multiafiliación en el SGSSS..

Cordialmente,
COMPENSAR EPS.

Elaboró: PORTAL CORPORATIVO CER-AFI
24710491

VIGILADO Supersalud
VIGILADO SuperSubsidio

COLFONDOS S.A. PENSIONES Y CESANTIAS

CERTIFICA QUE:

El(la) Señor(a) ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES identificado(a) con C.C No. 1.010.170.346, se encuentra afiliado(a) al Fondo Pensiones Obligatorias NIT 800.227.940-6.

Se expide la presente certificación a solicitud del afiliado(a) el día 12 de abril del 2024.

El presente certificado es emitido como un archivo PDF y contiene una firma digitalizada válida para todos sus efectos de conformidad con lo dispuesto en la Ley 527 de 1999.

Cualquier inquietud adicional no dude en escribirnos a través de nuestro portal transaccional www.colfondos.com.co opción PQR's, o comuníquese con nuestro Contact Center a través de las siguientes líneas Bogotá 601 748 48 88, Barranquilla 605 386 98 88, Bucaramanga 607 698 58 88, Cali 602 489 98 88, Cartagena 605 694 98 88, Medellín 604 604 28 88 y en el resto del país 01 800 05 10000.



Leonardo Cáceres García
Gerente Cuentas y Recaudo
Colfondos S.A Pensiones y Cesantías

COLOMBIA POTENCIA DE LA VIDA

POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS

CERTIFICADO DE AFILIACIÓN

POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A.

HACE CONSTAR QUE:

Verificada la base de datos de afiliación en el Ramo de Riesgos Laborales se evidenció que, **ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES** identificado con **CC** No. **1010170346**, registra la siguiente información.

Datos del Contratante	Datos de la Relación Laboral
INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y DEPORTE - N. 860061099	**Fecha de inicio de cobertura:** 31/03/2024 **Estado Afiliación:** ACTIVO **Fecha de inicio de Contrato:** 30/03/2024 **Fecha fin de Contrato:** 04/12/2024 **Tipo Vinculación:** TRABAJADOR INDEPENDIENTE **Clase de Riesgo:** 3

Recuerde que una vez cumplida la fecha fin de contrato, el sistema aplica de forma automática la novedad de retiro, por lo anterior, en caso de tener un nuevo contrato o prorroga deberá realizar la correspondiente novedad a través de nuestro portal www.positivaenlinea.gov.co, para continuar con la cobertura.

Para validar la información emitida en este certificado, visite nuestra página web y seleccione la opción 'VALIDAR CERTIFICADOS'. Ingrese el siguiente código (válido por un mes): 202401013487709.

Esta certificación se expide en la ciudad de Bogotá D.C. a los 30 días del mes de marzo de 2024.

Cordialmente,

GERENCIA DE AFILIACIONES Y NOVEDADES
POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A.

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

MIS_4_1_3_FR15 v_07

DIAN

Formulario del Registro Único Tributario

001

2. Concepto 1 3 Actualización de oficio

4. Número de formulario 14624810824

(415)7707212489984(8020) 000001462481082 4

5. Número de Identificación Tributaria (NIT)	6. DV	12. Dirección seccional	14. Buzón electrónico
1 0 1 0 1 7 0 3 4 6	9	Impuestos de Bogotá 3 2	

IDENTIFICACIÓN

24. Tipo de contribuyente	25. Tipo de documento	26. Número de Identificación	27. Fecha expedición
Persona natural o sucesión ilíquida 2	Cédula de Ciudadanía 1 3	1 0 1 0 1 7 0 3 4 6	2 0 0 5 0 5 1 6

Lugar de expedición / 28. País	29. Departamento	30. Ciudad/Municipio
COLOMBIA 1 6 9	Bogotá D.C. 1 1	Bogotá, D.C. 0 0 1

31. Primer apellido	32. Segundo apellido	33. Primer nombre	34. Otros nombres
TABORDA	TORRES	ANDRES	GIOVANNY

35. Razón social

36. Nombre comercial	37. Sigla

UBICACIÓN

38. País	39. Departamento	40. Ciudad/Municipio
COLOMBIA 1 6 9	Bogotá D.C. 1 1	Bogotá, D.C. 0 0 1

41. Dirección principal: DG 74 SUR 78 I 14 BRR BOSA

42. Correo electrónico: leogars19@hotmail.com

43. Código postal	44. Teléfono 1	45. Teléfono 2
	3 1 6 7 5 7 3 0 4 1	3 1 8 3 8 7 7 3 4 5

CLASIFICACIÓN

Actividad económica

Actividad principal		Actividad secundaria		Otras actividades		
46. Código	47. Fecha inicio actividad	48. Código	49. Fecha inicio actividad	50. Código	1	2
9 3 1 9	2 0 1 1 0 2 0 1	8 2 9 9	2 0 1 1 0 2 0 1			

Ocupación

51. Código	52. Número establecimientos

Responsabilidades, Calidades y Atributos

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
53. Código 4 9																									

49 - No responsable de IVA

Usuarios aduaneros

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
54. Código									

11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Exportadores

55. Forma	56. Tipo	Servicio	1	2	3
		57. Modo			
		58. CPC			

IMPORTANTE: Sin perjuicio de las actualizaciones a que haya lugar, la inscripción en el Registro Único Tributario -RUT-, tendrá vigencia indefinida y en consecuencia no se exigirá su renovación

Para uso exclusivo de la DIAN

59. Anexos SI [ ] NO [X] 60. No. de Folios: 0 61. Fecha 2019 - 06 - 18

La información suministrada a través del formulario oficial de inscripción, actualización, suspensión y cancelación del Registro Único Tributario (RUT), deberá ser exacta y veraz; en caso de constatar inexactitud en alguno de los datos suministrados se adelantarán los procedimientos administrativos sancionatorios o de suspensión, según el caso, Parágrafo del artículo 1.6.1.2.6 del Decreto 1625 del 2016. De igual manera al formalizar el trámite el usuario fue informado y acepta la política de tratamiento de datos ley 1581 de 2012.

Firma del solicitante:

Sin perjuicio de las verificaciones que la DIAN realice.

Firma autorizada:

984. Nombre ACTUACIÓN DE OFICIO AUTOMÁTICA

985. Cargo

COPIA CERTIFICADO DOCUMENTO SIN COSTO

ORGANIZACIÓN ELECTORAL
REGISTRADURÍA NACIONAL DEL ESTADO CIVIL
DIRECCIÓN NACIONAL DE REGISTRO CIVIL

NUIP 1011238250

REGISTRO CIVIL DE NACIMIENTO

Indicativo Serial 55666270

•55666270•

Datos de la oficina de registro - Clase de oficina
Registraduría [ ] Notaría [X] Número 50 Consulado [ ] Corregimiento [ ] Inspección de Policía [ ] Código 1 1 H
COLOMBIA - CUNDINAMARCA - BOGOTA D.C

Datos del inscrito
Primer Apellido: TABORDA
Segundo Apellido: CIFUENTES
Nombre(s): CIAM ANIREY
Fecha de nacimiento: Año 2015 Mes MAY Día 13
Sexo (en letras): MASCULINO
Grupo sanguíneo: A
Factor RH: POSITIVO
Lugar de nacimiento (Vereda - Departamento - Municipio - Corregimiento o/o Inspección): COLOMBIA-CUNDINAMARCA-BOGOTA
Tipo de certificado presentado o boletín de nacido vivo: CERTIFICADO DE NACIDO VIVO
Número certificado de nacido vivo: 52137077-1

Datos de la madre
Apellidos y nombres completos: CIFUENTES CARRANZA LEIDY CATERINE
Documento de identificación (Clase y número): C.C. 1012391928
Nacionalidad: COLOMBIANA

Datos del padre
Apellidos y nombres completos: TABORDA TORRES ANDRES BIOVANNY
Documento de identificación (Clase y número): C.C. 1010170346
Nacionalidad: COLOMBIANA

Datos del declarante
Apellidos y nombres completos: TABORDA TORRES ANDRES BIOVANNY
Documento de identificación (Clase y número): C.C. 1010170346
Firma: Andres GT

Datos primer testigo
Apellidos y nombres completos:
Documento de identificación (Clase y número):
Firma:

Datos segundo testigo
Apellidos y nombres completos:
Documento de identificación (Clase y número):
Firma:

Fecha de inscripción: Año 2015 Mes MAY Día 14
Nombre y firma del funcionario que autoriza: LUZ AMANDA GARAVITO RODRIGUEZ

Reconocimiento paterno
Firma: Andres GT
Nombre y firma del funcionario ante quien se hace el reconocimiento: LUZ AMANDA GARAVITO RODRIGUEZ

ESPACIO PARA NOTAS

- ORIGINAL PARA LA OFICINA DE REGISTRO -

NOTARIA 50 DE BOGOTÁ, D.C.
REGISTRO CIVIL
El presente Registro es copia/fotocopia auténtica tomada del original que reposa en nuestros archivos de Registro Civil de Nacimiento. Válido para acreditar parentesco
Se expide a solicitud de Andres Giovanny Taborda
Bogotá D.C. 20 MAYO 2015

Scanned by CamScanner

REGISTRADURÍA
NACIONAL DEL ESTADO CIVIL

NUIP 1011253821

REGISTRO CIVIL DE NACIMIENTO

Indicativo Serial 59706115

Datos de la oficina de registro - Clase de oficina

Registraduría [ ] Notaría [X] Número 50 Consulado [ ] Corregimiento [ ] Inspección de Policía [ ] Código 4 1 H

País - Departamento - Municipio - Corregimiento o/o Inspección de Policía

COLOMBIA - CUNDINAMARCA - BOGOTA D.C

Datos del inscrito

Primer Apellido	Segundo Apellido
TABORDA	CIFUENTES

Nombre(s): LORENTH MARIANA

Fecha de nacimiento	Sexo (en letras)	Grupo sanguíneo	Factor RH
Año 2018 Mes SEP Día 10	FEMENINO	A	POSITIVO

Lugar de nacimiento (País - Departamento - Municipio - Corregimiento o/o Inspección)

COLOMBIA-CUNDINAMARCA-BOGOTA

Tipo de documento antecedente o Declaración de testigos	Número certificado de nacido vivo
CERTIFICADO DE NACIDO VIVO	14788455-3

Datos de la madre o padre (Para casos de pueblos indígenas con línea materfocal, o parejas del mismo sexo, anotar el progenitor que indiquen los declarantes para el primer apellido del inscrito)

Apellidos y nombres completos: CIFUENTES CARRANZA LEIDY CATERINE

Documento de identificación (Clase y número)	Nacionalidad
C.C. 1012391928	COLOMBIANA

Datos de la madre o padre (Para casos de pueblos indígenas con línea materfocal, o parejas del mismo sexo, anotar el progenitor que indiquen los declarantes para el segundo apellido del inscrito)

Apellidos y nombres completos: TABORDA TORRES ANDRES GIOVANNY

Documento de identificación (Clase y número)	Nacionalidad
C.C. 1010170346	COLOMBIANA

Datos del declarante

Apellidos y nombres completos: TABORDA TORRES ANDRES GIOVANNY

Documento de identificación (Clase y número)	Firma
C.C. 1010170346	

Datos primer testigo

Apellidos y nombres completos:

Documento de identificación (Clase y número)	Firma

Datos segundo testigo

Apellidos y nombres completos:

Documento de identificación (Clase y número)	Firma

Fecha de inscripción	Nombre y firma del funcionario que autoriza
Año 2018 Mes SEP Día 20	GABRIEL URIBE ROLDAN

Reconocimiento paterno	Nombre y firma del funcionario ante quien se hace el reconocimiento
Andres	GABRIEL URIBE ROLDAN
Firma	Nombre y firma

ESPACIO PARA NOTAS

ANOTADO EN EL LIBRO DE VARIOS 182 FOLIO 298

NOTARIA 50 DE BOGOTA, D.C.
REGISTRO CIVIL

El presente Registro es copia(fotocopia) auténtica tomada del original que reposa en nuestros archivos de Registro Civil de Nacimiento. Válido para acreditar parentesco.

Se expide a solicitud de Andies Giovanny Taborda

Bogotá D C 20 SET. 2018

THOMAS GREG & SONS

- ORIGINAL PARA LA OFICINA DE REGISTRO -

Scanned by CamScanner

Registro fotográfico









Reporte de asistencia

BOGOTÁ
Instituto Distrital de Recreación y Deporte

REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS

ENTRENADOR: Andres Taborda

LUGARES DE ENTRENAMIENTO: Lugar: Virtual,Nacional . Escenarios: SIMON BOLIVAR (SECTOR PLAZA DE ARTESANOS)

DEPORTE / MODALIDAD:

FECHA DE REPORTE Periodo 2024-04-01 a 2024-04-30

No.	ATLETAS (Nombre y apellido)	SEXO	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	DIRECCIÓN	TELÉFONO	ETAPA	DÍAS			TOTAL SESIONES		
							Asistencias	Fallas	Excusa Médica	PLAN	REAL	% DE ASISTENCIA
1	Yamir Santiago Madariaga Yanquen	Hombre	1016945523	TV 70D 63-49	3213398445	Tecnificación	33	1	0	34	33	97,1
2	Cristopher Alexander Verastegui Aguilar	Hombre	1000937242	Carrera 71 # 64 -44	3058164966	Tecnificación	34	0	0	34	34	100,0
3	Jorge Eliecer Sanchez Reales	Hombre	1233499631	Carrera 26 a#31 a 16 sur	3228005084	Tecnificación	33	1	0	34	33	97,1
4	Lorenth Mariana Taborda Cifuentes	Hombre	1011253821	calle 63a #63 f 28	3167573041	Iniciación	27	0	0	27	27	100,0
5	Liam Andres Taborda Cifuentes	Hombre	1011238258	calle 63a #63 fe 28	3167573041	Iniciación	27	0	0	27	27	100,0
6	Eidan Andres Hernandez Taborda	Hombre	1025554474	calle 63a #63 fe 28	3167573041	Iniciación	26	0	0	26	26	100,0
7	Kevin Santiago Hernandez Taborda	Hombre	1025546032	calle 63a #63 f 28	3167573041	Iniciación	27	0	0	27	27	100,0
8	Diego Fernando Leon Porras	Hombre	1001287805	Calle49a #68-99	3132917149	Tecnificación	30	1	0	31	30	96,8
9	CESAR ANDRES ENCISO MARIÑO	Hombre	1000218262	Carrera 26 a#31 a 16 sur	3213398445	Tecnificación	22	10	0	32	22	68,8
10	Jerson Javier Ceron Castro	Hombre	1193075845	calle 63a #63 f 28	3058164966	Tecnificación	14	18	0	32	14	43,8
11	FREDDY JOSUE LOZADA BARRETO	Hombre	7578755	Carrera 26 a#31 a 16 sur	3228005084	Tecnificación	9	23	0	32	9	28,1
12	Jeferson Ferney Ceron Castro	Hombre	1000623294	calle 63a #63 f 28	3167573041	Tecnificación	13	18	0	31	13	41,9
13	SIMON GOMEZ CHAMAH	Hombre	1000794687	TV 70D 63-49	3167549345	Tecnificación	7	26	0	33	7	21,2
14	Micell Steven Hurtado Ordoñez	Hombre	1233488600	Calle 42 B sur #93 C-11	3134510504	Tecnificación	29	2	0	31	29	93,5
15										0	0	

Microciclos

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES

FECHA:	04/04/2024	**AL**	07/04/2024	**DEPORTE:**	LUCHA OLIMPICA
ENTRENADOR:	ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES			**CONTRATO N°:**	0279 de 2024
MICROCICLO N°:	1	**TENDENCIA MICRO:**	carga	**OBJETIVO MICRO:**	desarrollo y aumento de la carga general y estabilacion de componentes basico tecnicos

SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1ª	**Hora:** 10:00am **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **CALENTAMIENTO** -4x10 barras con disco -4x12 fondos con disco -2x4 remo polea ida y vuelta -5x10-70% combinado desplazamiento peso muerto y alon quijada -4x10-70% press banca plana -2x4 Ida y vuelta remo polea -2x 30´´abdomen con disco, 30´´plancha abdominal sin disco frontal -2x 30´´lumbar con disco, 30´´plancha lumbar sin disco frontal		**Hora:** 10:00am **Contenidos de la sesión:** desarrollo de capacidades fisicas en funcion a la componetetes tecnicos basicos **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **CALENTAMIENTO** -4x10 barras con disco -4x12 fondos con disco -2x4 remo polea ida y vuelta -1x5 press banca ida y vuelta -2x 30´´abdomen con disco, 30´´plancha abdominal sin disco frontal -2x 30´´lumbar con disco, 30´´plancha lumbar sin disco frontal		**Hora:** 10:00am **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **CALENTAMIENTO** -3x12-65%, 3x10-75%, 3x8-80%, sentadilla profunda -5x8-60% combinado, alon barra, press empuje, sentadilla frontal -3x10-100% peso muerto con peso de carga -2´mancuerna -2´disco -2x 40´´abdomen, 40´´plancha abdominal frontal -2x 40´´lumbar, 40´´plancha lumbar frontal		
2ª	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** trabajo cardiovascular de larga duracion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **calentamiento** -7 minutos de técnica individual arriba- solo toma favorita con técnicas a voluntad -5 minutos técnica piso -3x20 desplazamiento en sombra -3x20 segundo desplazamientos con compañero encima -6x30´´ lucha en piso, los 4 primeros libre los dos últimos corbata o turca, cambio de pareja 5 veces para completar 15min -5x2´lucha de pie continuos -3x10 despegue arrodillado	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** trabajo tecnico-tactico en posiciones de pie, lucha en posicion de piso **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** 15´ calentamiento 10´ tecnica libre 10´ tecnica en posicion de= dos brazos a uno, control por debajo de axila, toma cerrada a la cintura 10x30´´ lucha en piso en posiciones 7´carrera continua 7´estiramiento	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **calentamiento** -7 minutos de técnica individual arriba- solo toma favorita con técnicas a voluntad -5 minutos técnica piso -3x20 desplazamiento en sombra -3x20 segundo desplazamientos con compañero encima -6x30´´ lucha en piso, los 4 primeros libre los dos últimos corbata o turca, cambio de pareja 5 veces para completar 15min -4x1´lucha en trio de pie para	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** fundamentacion tecnica, trabajo tactico apartir de presiones y braceos , auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **Campo de entrenamiento** -3x10 despegue simple con desplazamiento -3x10 despegue turca con desplazamiento -2x10 turca golpe de cadera -2x10 reverencia -3x10 despegue arrodillado toma suplex -3x10 despegue arrodillado toma turca -2x 1´Sostenido de sentadilla toma suplex	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** EN TRIOS		

Pagina 1

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES

FECHA:	08/04/2024	**AL**	14/04/2024	**DEPORTE:**	LUCHA OLIMPICA
ENTRENADOR:	ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES			**CONTRATO N°:**	0279 de 2024
MICROCICLO N°:	2	**TENDENCIA MICRO:**	competitivo	**OBJETIVO MICRO:**	evento fundamental de los deportistas de la categoria sub-23 ejecucuion de esquema tactico de control en posicion de pie, situacion ofenciva en posicion de piso

SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1ª	**Hora:** 10:00am **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **CALENTAMIENTO** - 4x10 barras con disco -4x12 fondos con disco -2x4 remo polea ida y vuelta -5x10-70% combinado desplazamiento peso muerto y alon quijada -4x10-70% press banca plana -2x4 Ida y vuelta remo polea -2x 30´´abdomen con disco, 30´´plancha abdominal sin disco frontal -2x 30´´lumbar con disco, 30´´plancha lumbar sin disco frontal	**COMPETENCIA**	**COMPETENCIA**	**COMPETENCIA**	**COMPETENCIA**	**COMPETENCIA**	**COMPETENCIA**
2ª	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** trabajo cardiovascular de larga duracion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **calentamiento** -7 minutos de técnica individual arriba- solo toma favorita con técnicas a voluntad -5 minutos técnica piso -3x20 desplazamiento en sombra -3x20 segundo desplazamientos con compañero encima -6x30´´ lucha en piso, los 4 primeros libre los dos últimos corbata o turca, cambio de pareja 5 veces para completar 15min -5x2´lucha de pie continuos -3x10 despegue arrodillado toma suplex -3x10 despegue arrodillado toma turca -Tres series de disco	**COMPETENCIA**	**COMPETENCIA**	**COMPETENCIA**	**COMPETENCIA**	**COMPETENCIA**	**COMPETENCIA**

Página 1

	FECHA:	15/04/2024	**AL**	21/04/2024	**DEPORTE:**	LUCHA OLIMPICA	
	ENTRENADOR:	ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES			**CONTRATO N°:**	0279 de 2024	
	MICROCICLO N°:	3	**TENDENCIA MICRO:**	recuperatorio	**OBJETIVO MICRO:**	disminucion de la carga especifica, desarrollo de las capacidades fisicas y capacidad aerobica	
SESIONES	**LUNES**	**MARTES**	**MIERCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SABADO**	**DOMINGO**
1ª	**Hora:** 10:00am **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** 15´ calentamiento 15´tecnica en piso 3x16´divididos = 6´ pikes, pikes rechazos, pike burpis 2´descanso 6´ fuerza tren inferior y superior 2´descanso 7´zona media 7´ fuerza tren superior 7´estiramiento 2´ de descanso entre bloque		**Hora:** 10:00am **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** 15´ calentamiento 15´de gradas 3x16´divididos 0 6´ pikes, pikes rechazos, pike burpis 2´descanso 6´ fuerza tren inferior y superior 2´descanso 7´zona media 7´ fuerza tren superior 7´estiramiento 2´ de descanso entre bloque tiempo de la sesion 1 hora 28 min.		**Hora:** 10:00am **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** 15´ calentamiento 15´tecnica en piso 3x16´divididos = 6´ pikes, pikes rechazos, pike burpis 2´descanso 6´ fuerza tren inferior y superior 2´descanso 7´zona media 7´ fuerza tren superior 7´estiramiento 2´ de descanso entre bloque		
2ª	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** 15´ calentamiento 10´ tecnica individual 12´lucha con cambios de 2´ 15´trabajo funcional con pareja 7´carrera continua	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** fundamentacion tecnica, trabajo tactico apartir de presiones y braceos , auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** 15´ calentamiento 10´tecnica en tomas cerradas 3x10 proyeccion de despegue simple 3x10 de laszamiento de suplex en 4 puntos 3x10 de lanzamiento en seis puntos 3x10 lazamiento de turca 8x30´´de lucha en piso	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** crecuperacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **sauna**	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** fundamentacion tecnica, trabajo tactico apartir de presiones y braceos , auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** 15´ calentamiento 10´tecnica en tomas cerradas 3x10 proyeccion de despegue simple 3x10 de laszamiento de suplex en 4 puntos 3x10 de lanzamiento en seis puntos 3x10 lazamiento de turca 8x30´´de lucha en piso	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** resistencia especial y general **Desarrollo/Ejercicios:** 10´ calentamiento 10´tecnica individual 3 topes de competencia		

Página 1

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES

FECHA:	22/04/2024	**AL**	28/04/2024	**DEPORTE:**	LUCHA OLIMPICA
ENTRENADOR:	ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES			**CONTRATO N°:**	0279 de 2024
MICROCICLO N°:	4	**TENDENCIA MICRO:**	carga	**OBJETIVO MICRO:**	desarrollo de capacidades fisicas y cadenas tecnicas ofencivas en posicion de piso

SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1ª	**Hora:** 10:00am **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **CALENTAMIENTO** - 4x10 barras con disco -4x12 fondos con disco -2x4 remo polea ida y vuelta -5x10-70% combinado desplazamiento peso muerto y alon quijada -4x10-70% press banca plana -2x4 Ida y vuelta remo polea -2x 30´´abdomen con disco, 30´´plancha abdominal sin disco frontal -2x 30´´lumbar con disco, 30´´plancha lumbar sin disco frontal		**Hora:** 10:00am **Contenidos de la sesión:** desarrollo de capacidades fisicas en funcion a la componetetes tecnicos basicos **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **CALENTAMIENTO** -4x10 barras con disco -4x12 fondos con disco -2x4 remo polea ida y vuelta -1x5 press banca ida y vuelta -2x 30´´abdomen con disco, 30´´plancha abdominal sin disco frontal -2x 30´´lumbar con disco, 30´´plancha lumbar sin disco frontal		**Hora:** 10:00am **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **CALENTAMIENTO** -3x12-65%, 3x10-75%, 3x8-80%, sentadilla profunda -5x8-60% combinado, alon barra, press empuje, sentadilla frontal -3x10-100% peso muerto con peso de carga -2´mancuerna -2´disco -2x 40´´abdomen, 40´´plancha abdominal frontal -2x 40´´lumbar, 40´´plancha lumbar frontal		Página 2
2ª	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** trabajo cardiovascular de larga duracion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **calentamiento** -7 minutos de técnica individual arriba- solo toma favorita con técnicas a voluntad -5 minutos técnica piso -3x20 desplazamiento en sombra -3x20 segundo desplazamientos con compañero encima -6x30´´ lucha en piso, los 4 primeros libre los dos últimos corbata o turca, cambio de pareja 5 veces para completar 15min -5x2´lucha de pie continuos -3x10 despegue arrodillado toma suplex -3x10 despegue arrodillado toma turca -Tres series de disco	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** trabajo tecnico-tactico en posiciones de pie, lucha en posicion de piso **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** 15´ calentamiento 10´ tecnica libre 10´ tecnica en posicion de= dos brazos a uno, control por debajo de axila, toma cerrada a la cintura 10x30´´ lucha en piso en posiciones 7´carrera continua 7´estiramiento	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **calentamiento** -7 minutos de técnica individual arriba- solo toma favorita con técnicas a voluntad -5 minutos técnica piso -3x20 desplazamiento en sombra -3x20 segundo desplazamientos con compañero encima -6x30´´ lucha en piso, los 4 primeros libre los dos últimos corbata o turca, cambio de pareja 5 veces para completar 15min -4x1´lucha en trio de pie para cada uno -3x10 despegue simple con desplazamiento -3x10 despegue turca con desplazamiento	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** fundamentacion tecnica, trabajo tactico apartir de presiones y braceos , auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **Campo de entrenamiento** -3x10 despegue simple con desplazamiento -3x10 despegue turca con desplazamiento -2x10 turca golpe de cadera -2x10 reverencia -3x10 despegue arrodillado toma suplex -3x10 despegue arrodillado toma turca -2x 1´Sostenido de sentadilla toma suplex	**Hora:** 5:00pm **Contenidos de la sesión:** capacidad y potencia aerobica, fuierza funcional, auto control y regulacion **Link:** **Desarrollo/Ejercicios:** **Campo de entrenamiento** -3x10 despegue simple con desplazamiento -3x10 despegue turca con desplazamiento -2x10 turca golpe de cadera -2x10 reverencia -3x10 despegue arrodillado toma suplex -3x10 despegue arrodillado toma turca -2x 1´Sostenido de sentadilla toma suplex		

Página 1

INFORME TÉCNICO DE COMPETENCIA
DEPORTES DE COMBATE

NOMBRE DEL CAMPEONATO: CAMPEONATO NACIONAL INTERLIGAS U-23
FECHA DEL CAMPEONATO: 11 al 15 de abril
NACIONAL __X__ INTERNACIONAL _____
SEDE: Bogota
ENTRENADOR(A) Y/O METODÓLOGO(A): ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES
DEPORTE / MODALIDAD: Lucha - Greco

No	NOMBRE DEL DEPORTISTA	CATEGORÍA DIVISION PESO	MODALIDAD PRUEBAS	CLASIFICACIÓN FUNCIONAL	CANTIDAD DE PARTICIPANTES	LUGAR		CUMPLIMIENTO SI / NO	COMBATES REALIZADOS	OBSERVACIONES
						PLANEADO	OCUPADO			
1	CRISTOPHER ALEXANDER VERASTEGUI	55kg	Greco	Convencional	11	1	1	SI	4	Muestra buen rendimiento, pero se evidencia las complicaciones en su control con el peso, deportistas estrategico para juegos nacionales juveniles
	YAMIR SANTIAGO MADIRRIAGA YANQUEN	60kg	Greco	Convencional	9	3	5	NO	2	Deportista U-20 participa como preparacion a su campeonato fundamental
	DIEGO FERNANDO LEON PORRAS	63kg	Greco	Convencional	10	5	7	NO	2	Deportista que esta retomando sus actividades deportivas debido a actividades laborales
	CESAR ENCISO MARINO	92kg	Greco	Convencional	6	5	5	SI	2	Deportista que participa como proyeccion a juegos nacionales jueveniles

FIRMA ENTRENADOR(A) Y/O METODÓLOGO(A)

FECHA ENTREGA: 30/04/2024

Página 1

INFORME TÉCNICO DE COMPETENCIA
DEPORTES DE COMBATE

NOMBRE DEL CAMPEONATO: Campeonato distrital categoría U-9, U-12, U-17, U-20
FECHA DEL CAMPEONATO: 09 de abril
NACIONAL __X__ INTERNACIONAL _____
SEDE: Bogota
ENTRENADOR(A) Y/O METODÓLOGO(A): ANDRES GIOVANNY TABORDA TORRES
DEPORTE / MODALIDAD: Lucha - Greco

No	NOMBRE DEL DEPORTISTA	CATEGORÍA DIVISION PESO	MODALIDAD PRUEBAS	CLASIFICACIÓN FUNCIONAL	CANTIDAD DE PARTICIPANTES	LUGAR		CUMPLIMIENTO SI / NO	COMBATES REALIZADOS	OBSERVACIONES
						PLANEADO	OCUPADO			
	YAMIR SANTIAGO MADIRRIAGA YANQUEN	60kg	Greco	Convencional	3	1	1	SI	3	Clasificatorio al nacional interligas

FIRMA ENTRENADOR(A) Y/O METODÓLOGO(A)

FECHA ENTREGA: 30/04/2024

Página 1