Período de Informe	JULIO				
Nombre contratista	Jaime Alonso Restrepo Estrada				
Tipo de documento	C.C	**Numero de documento**	98530582		
Liga	Liga antioqueña de tenis de campo				
Deporte / modalidad	**Tenis de campo sencillos dobles y por equipos**				
Numero Atletas a cargo por genero	**Femenino** Nro.	**3**	**Masculino** Nro.	**2**	
Supervisor del contrato	JAIRO DE JESUS JIMENEZ MORENO				
Número del contrato	129	**Informe de actividades No**	6		
Objeto del Contrato	Prestación de servicios de un entrenador principal para la realización del proceso de selección, entrenamiento deportivo y participación en competencias en la Liga Antioqueña de Tenis de Campo, en deportes 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)**
1	Nicole Agudelo	5040 min	21	21	100%
2	Jerónimo Arango	5040 min	21	21	100%
3	Santiago López	5040 min	21	21	100%
4	Isabela Mejía	3150 min	21	21	100%
5	Valeria Vargas	3150 min	21	21	100%
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					

14					

15					
16					
17					
18					
19					
20					

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	Desarrollar y mejorar los conceptos técnicos, tácticos, físicos y psicológicos y aumentar el volumen de los entrenamientos para lograr obtener el mejor rendimiento posible para afrontar los torneos programados por la (FCT,COSAT, ITF) en los próximos meses se desarrollaran trabajos de drive, revés, servicio, devolución voleas trabajos de consistencia con diferentes direcciones, alturas y profundidad ejecutar charlas en los entrenamientos con el psicólogo sobre la respiración y la concentración realizar partidos en los entrenamientos para fortalecer parte tácticas en sencillos y dobles
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	De lunes a viernes de 8:15 a 10:30 am y de 12:45 a 7:00 pm Hacer trabajos de consistencia haciendo énfasis en trabajos de mejora en la profundidad y direcciones ejecutando peloteos largos y realizar patrones de juego con énfasis en servicio abierto y jugar el segundo golpe al espacio libre Hacer trabajos con variantes técnico-tácticas Servicio y devolución
Semana 2	De lunes a viernes de 8:15 a 10:30 am y de 12:45 a 7:00 pm Hacer trabajos de Realizar trabajos de consistencia de derecha y revés con diferentes efectos Y alturas, paralelo y cruzado sobre la carrera realizar trabajos con puntos con saque y devoluciones cruzada paralelo y libre Realizar trabajos de drilles haciendo énfasis en juego de pies y ajustes técnicos derecha y revés trabajos de servicio y segunda pelota Realizar trabajos de los golpes especiales como tos ping slice swing vóley
Semana 3	De lunes a viernes de 8:15 a 10:30 am y de 12:45 a 7:00 pm Realizar trabajos de consistencia con diferentes direcciones y alturas Paralelo cruzado slice de derecha y revés (drilles) con bolas viva sobre la carrera de derecha y revés y derecha invertida trabajar los pasos de ajuste Trabajos de fondo y red voleas de derechas revés y Smash hacer trabajos de swing vóley de mitad de cancha servicio y devolución con puntos reales de partido
Semana 4	De 8:15 a 10:30 am y de 12:45 a 7:00 pm Hacer trabajos de consistencia de fondo de la cancha haciendo énfasis en mantener la pelota largo tiempo y así mejorar el control de la bola en la cancha con diferentes alturas y direcciones realizar trabajos drilles con bola viva sobre la carrera para buscar el pasing chop realizar trabajaos de aproximaciones y golpes en la red Hacer partidos reales tanto en sencillos como en dobles

Semana 5	

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
La semana del 17 al al 22 de junio se jugó el torneo nacional interligas en la ciudad de Risaralda en este torneo Antioquia ocupo el puesto 11 La semana del 24 al 29 de junio el entrenador JAIME RESTREPO viajo a asunción Paraguay con la selección Colombia de 12 años masculino al suramericano por equipos donde ocupo el 3 puesto y clasifico al mundial que se realizara en santa cruz Bolivia en el mes de noviembre La semana del 8 al 13 de julio se realizo en la ciudad de Medellín los torneos ITFJ100 Y COSAT grado 3 se destacaron los jugadores en ITF SARA LUNA RENDON SANTIAGO LOPEZ MANUEL LONDOÑO PABLO SUAREZ y EMILIO CARDONA jugaron clasificación y clasificaron al cuadro principal

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporteasociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)

PRUEBAS FISICAS LIGA ANTIOQUEÑA DE TENIS						
	Edad	Velocidad 10* 5 metros		Test wells	Test legger	Test cooper
		1	2			
Nombre completo						
Santiago López		19,15	19,01	0	10	2,8
Isabella Mejía		21,91	21,75	17	3,5	1,9
Valeria Vargas		20,42	20,15	2	6,5	2,06

OBJETIVO DEL *SIGUENTE* PERIODO	Desarrollar y mejorar los conceptos técnicos, tácticos, físicos y psicológicos y aumentar el volumen de los entrenamientos para lograr obtener el mejor rendimiento para afrontar los torneos programados por la (FCT,COSAT, ITF) en los próximos dos meses se desarrollarán trabajos técnicos y físicos
Actividades planificadas para el siguiente periodo	

Semana 1	De lunes a viernes de 8:15 a 10:30 am y de 12:45 a 7:00 pm realizar trabajos de consistencia haciendo énfasis en mejorar la profundidad ejecutando peloteos largos y trabajar la concentración para lograrlo jugar puntos con golpes cruzados y paralelos con saque por debajo Hacer trabajos con variantes técnico-tácticas Servicio y devolución
Semana 2	De lunes a viernes de 8:15 a 10:30 am y de 12:45 a 7:00 pm Realizar trabajos de consistencia de derecha y revés con diferentes efectos y alturas, paralelo y cruzado sobre la carrera realizar trabajos de drilles con pelota muerta para mejor la aceleración realizar trabajos de fondo con aproximación a la red con voleas de derecha revés y remates de smasch Realizar trabajos de servicio y segunda pelota

Semana 3	De 8:15 a 10:30 am y de 12:45 a 7:00 pm Realizar trabajos de consistencia con diferentes direcciones y alturas Paralelo cruzado slice de derecha y revés (drilles) con bolas viva sobre la carrera de derecha y revés y derecha invertida para mejorar los pasos de ajuste Trabajos de los golpes especiales slice top volley derecha y revés servicio y devolución con puntos reales departido
Semana 4	De lunes a viernes de 8:15 a 10:30 am y de 12:45 a 7:00 pm Hacer trabajos de consistencia de fondo de la cancha haciendo énfasis en mantener la pelota largo tiempo y así mejorar el control de la bola en la cancha con diferentes alturas y direcciones hacer trabajos de drilles de fondo de la cancha de derecha revés y derecha invertida aproximaciones golpes en la red de derecha y revés Hacer partidos reales tanto en sencillos como en dobles para trabajar servicio y devolución
Semana 5	

Observaciones del periodo
La semana del 08 al 13 de julio se jugará el torneo internacional J100 y cosat grado 3 en la ciudad de Medellín La semana del 15 al 20 de julio se jugará el torneo internacional J200 y cosat grado 2 en la ciudad de Bogotá La semana del 22 al 27 de julio se jugará el torneo internacional J100 y cosat grado 2 en la ciudad de Cali La semana del 29 de junio al 3 de agosto se jugara el torneo internacional cosat grado 3 en la ciudad de barranquilla



FIRMA:
NOMBRE: Jaime Alonso Restrepo Estrada