Período de Informe	Agosto				
Nombre contratista	Juan Camilo Giraldo Álvarez				
Tipo de documento	C.C	**Numero de documento**	1.017.236.440		
Liga	Liga de Tenis de Mesa de Antioquia				
Deporte / modalidad	**Tenis de Mesa: Equipos – Dobles – Mixtos – Individuales**				
Numero Atletas a cargo por genero	**Femenino** Nro.	1	**Masculino** Nro.	2	
Supervisor del contrato	Alejandro Navarro				
Número del contrato	337	**Informe de actividades No**	4		
Objeto del Contrato	Prestación de servicios de un entrenador de Tenis de Mesa para Indeportes Antioquia				

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	Emanuel Otalvaro García	27	27	27	100%
2	Sebastián Bedoya Urquijo	27	27	27	100%
3	Ana María Isaza	27	27	27	100%

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	Desarrollar la planificación del mes de agosto con miras a tareas generales del entrenamiento para los deportistas Emanuel Otalvaro, Sebastián Bedoya y Ana Isaza, con miras al objetivo competitivo con los eventos que se realizarán del 27 de agosto al 03 de septiembre del año en curso. Las semanas del mes de agosto se realizaron trabajos pre competitivos y simulaciones de partidos.
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	**Agosto 05 al 10 2024:** **Emanuel Otalvaro – Sebastián Bedoya:** Ejercicios semirregulares con servicio y recepción, incluyendo pelota libre, simulando la competencia. Y en las horas de la tarde, multipelotas para estabilizar la técnica general. **Ana Isaza:** Ejercicios semirregulares con servicio y recepción, incluyendo pelota libre, simulando la competencia. Y en las horas de la tarde, multipelotas para estabilizar la técnica general. Durante todas las sesiones de entrenamiento, se enfatizo en mejorar las secuencias de la goma del revés, para ganar confianza y estabilización.
Semana 2	**Agosto 12 al 17 2024:** **Emanuel Otalvaro – Sebastián Bedoya:** Se bajo la carga con análisis de principales rivales a enfrentar, durante 3 turnos a la semana, ya que se va acercando las fechas de la competencia en Croacia, del 27 de agosto al 03 de septiembre 2024. Y en las tardes se realizaron muchos partidos y situaciones de competencia. **Ana Isaza:** Se bajo la carga con análisis de principales rivales a enfrentar, durante 3 turnos a la semana, ya que se va acercando las fechas de la competencia en Croacia, del 27 de agosto al 03 de septiembre 2024. Y en las tardes se realizaron muchos partidos y situaciones de competencia. Sin dejar de entrenar las secuencias generales del caucho granulado en el revés.
Semana 3	**Agosto 19 al 24 2024:** **Emanuel Otalvaro – Sebastián Bedoya:** Se bajo la carga con análisis de principales rivales a enfrentar, durante 3 turnos a la semana, ya que se va acercando las fechas de la competencia en Croacia, del 27 de agosto al 03 de septiembre 2024. Y en las tardes se realizaron muchos partidos y situaciones de competencia. Esta semana se hicieron ejercicios de recuperación en gimnasio para ajustar la carga técnico – física y estar en condiciones de asumir la próxima competencia. **Ana Isaza:** Se bajo la carga con análisis de principales rivales a enfrentar, durante 3 turnos a la semana, ya que se va acercando las fechas de la competencia en Croacia, del 27 de agosto al 03 de septiembre 2024. Y en las tardes se realizaron muchos partidos y situaciones de competencia. Sin dejar de entrenar las secuencias generales del caucho granulado en el revés. Esta semana se hicieron ejercicios de recuperación en gimnasio para ajustar la carga técnico – física y estar en condiciones de asumir la próxima competencia.

Semana 4	**Agosto 26 al 31 de 2024.** **Emanuel Otalvaro – Sebastián Bedoya – Ana Isaza:** Participación en el WTT Youth Contender de Varazdin Croacia y Otocec Eslovenia. Agosto 26 al 03 de septiembre de 2024.

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
Emanuel Otalvaro – Sebastián Bedoya – Ana Isaza: Tuvieron participación del evento WTT Youth Contender de Croacia y Eslovenia, del 27 de agosto al 03 de septiembre de 2024, per la presentación de los resultados se notificarán en el mes de septiembre, cuando se haya terminado la competencia.

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

OBJETIVO DEL *SIGUENTE* PERIODO	Continuar con el desarrollo de los entrenamientos en las etapas generales del entrenamiento para el mes de Septiembre. Con la finalidad de ir subiendo el nivel de los deportistas progresivamente.
Actividades planificadas para el siguiente periodo	
Semana 1	**Septiembre 04 al 07 2024:** **Emanuel Otalvaro:** Participación del Campamento Internacional ITTF Tailandia. Del 03 al 09 de 2024. Viaje programado una vez finalice los eventos de Croacia y Eslovenia. **Sebastián Bedoya – Ana Maia Isaza:** Descanso regenerativo después de las competencias de Croacia y Eslovenia. Finalizaran el 03 de Septiembre de 2024 y descansaran el resto de la semana.

Semana 2	**Septiembre 09 al 14 de 2024** **Emanuel Otalvaro:** Participación del WTT Youth Contender de Bangkok del 09 al 13 de Septiembre de 2024, después de haber participado en el Campamento Internacional ITTF. **Sebastián Bedoya – Ana Maia Isaza:** Entrenamiento general en Mirandela, con el objetivo de aumentar mejorar las falencias y aspectos por mejorar que dejaron los torneos de Croacia y Eslovenia. Y de nuevo incrementando las cargas habituales de entrenamiento en Mirandela Portugal.
Semana 3	**Septiembre 16 al 21 de 2024** **Emanuel Otalvaro:** Participación del WTT Youth Contender de Vientiane del 16 al 22 de Septiembre de 2024, después de haber participado en Tailandia. **Sebastián Bedoya – Ana Maia Isaza:** Entrenamiento general en Mirandela, con el objetivo de aumentar mejorar las falencias y aspectos por mejorar que dejaron los torneos de Croacia y Eslovenia. Y de nuevo incrementando las cargas habituales de entrenamiento en Mirandela Portugal.
Semana 4	**Septiembre 26 al 30 de 2024** **Emanuel Otalvaro:** Regreso a Mirandela Portugal el día 25 – 26 después de realizar la gira en los torneos. Descanso de algunos días y retomar los entrenamientos, con miras a los siguientes objetivos del mes de Octubre. **Sebastián Bedoya – Ana Maia Isaza:** Entrenamiento general en Mirandela, con el objetivo de aumentar mejorar las falencias y aspectos por mejorar que dejaron los torneos de Croacia y Eslovenia. Y de nuevo incrementando las cargas habituales de entrenamiento en Mirandela Portugal.
Semana 5	

Observaciones del periodo
Se continúa acompañando los deportistas de la Liga de Tenis de Mesa de Antioquia, que se encuentran en Europa, para la vigencia 2024. Especialmente se resalta el proceso deportivo con los deportistas Emanuel Otalvaro Ana Isaza y Sebastián Bedoya. Potencial deportivo del departamento y del País, a los cuales se les está invirtiendo para que sean jugadores profesionales de Tenis de Mesa, en un futuro cercano.

FIRMA: 

NOMBRE: JUAN CAMILO GIRALDO ALVAREZ