Período de Informe	AGOSTO				
Nombre contratista	RICHARD LEÓN VIZCAYA				
Tipo de documento	C.E / NIT	**Numero de documento**	1203364 / 7 0 0 2 6 9 7 3 3		
Liga	LIGA ANTIOQUEÑA DE JUDO				
Deporte / modalidad	**JUDO – COMBATE**				
Numero Atletas a cargo por genero	**Femenino** Nro.	**09**	**Masculino** Nro.	**14**	
Supervisor del contrato	JAIRO JIMÉNEZ				
Número del contrato	370	**Informe de actividades No**	03		
Objeto del Contrato	PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE UN ENTRENADOR INTERNACIONAL DE JUDO PARA INDEPORTES.				

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	NAYELI PEREZ	18	0	2800 min	0%
2	Nayerly Pajoy	18	14	2800 min	77 %
3	DARCY RESTREPO	18	14	2800 min	77%
4	DAVID RODRIGUEZ	18	06	2800 min	33%
5	DIEGO GUERRERO	18	09	2800 min	50%
6	EMMANUEL QUIROZ	18	18	2800 min	100%
7	ESTEFANIA GARCIA	18	18	2800 min	100%
8	Santiago Vázquez	18	18	2800 min	100%
9	FERNEY RUIZ	18	18	2800 min	100%
10	Camilo torres	18	18	2800 min	100%
11	Sara zapata	18	09	2800 min	50%
12	Roberto Rahamut	18	18	2800 min	100%
13	Laura gallego	18	09	2800 min	50%
14	Emily Sánchez	18	12	2800 min	66%

15	JERONIMO MIRA	18	18	2800 min	100%
16	JERONIMO PINO	18	18	2800 min	100%
17	JUAN P. HERNANDEZ	18	18	2800 min	100%
18	KAREN MURILLO	18	18	2800 min	100%
19	KEINER RUIZ	18	18	2800 min	100%
20	JHONATAN FIGUERO	18	18	2800 min	100%
21	KEYLA VASQUEZ	18	18	2800 min	100%
22	LUCAS GUERRERO	18	18	2800 min	100%
23	MATEO MEJIA	18	18	2800 min	90%

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	INICIO DE ETAPA ESPECIAL DE PREPARACION JUEGOS NACIONALES JUVENILES 2024
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	MESOCICLO BASICO DESARROLLADOR Ordinario • Trabajo aeróbico • Fuerza • Elementos básicos • Flexibilidad Acciones defensivas
Semana 2	MESOCICLO BASICO DESARROLLADOR Choque • AEROBIO • ANAEROBIO LACTACIDO • FUERZA • CONTRA ATAQUES • FLEXIBILIDAD • COMBATES CONTROL •
Semana 3	MESOCICLO BASICO DESARROLLADOR ORDINARIO • AEROBIO • ANAEROBIO LACTACIDO • FUERZA • ATAQUES COMBINADOS • FLEXIBILIDAD • COMBATES CONTROL • TOPES
Semana 4	MESOCICLO BASICO DESARROLLADOR CHOQUE • VIAJE A VENEZUELA

Semana 5	MESOCICLO BASICO ESTABILIZADOR RESTABLECIMIENTO • ATAQUES DIRECTOS • NEWAZA • ANALISIS DE VIDEOS • RECUPERACION HIDROMASAJES

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
SE TIENE PREVISTO LA PARTICIPACIÓN CAMPO DE ENTRENAMIENTO EN VENEZUELA Y OPEN PANAMERICANO JUNIOR EN REPUBLICA DOMINICANA Y OPEN DE ASUNCION

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporte asociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)
TODOS LOS ATLETAS PRIORIZADOS TUVIERON TOPES CONTROL – MOTORIZACION DE LA CARGA – 3 ATLETAS MEDICIONES MEDICAS Y FISICAS EM BOGOTA

OBJETIVO DEL *SIGUENTE* PERIODO	INICIO DE ETAPA ESPECIAL DE PREPARACION JUEGOS NACIONALES JUVENILES 2024 BASICO ESTABILIZADOR
Actividades planificadas para el siguiente periodo	
Semana 1	• RESTABLECIMIENTO • ANAEROBICO LACTATICO • FUERZA • FLEXIBILIDAD • ATAQUES DIRECTOS
Semana 2	• ORDINARIO • RAPIDEZ • FUERZA • CONTRA ATAQUES • ATAQUES COMBINADOS
Semana 3	• CHOQUE INTENSIVO • ANAEROBICO ALACTATICO • TOPES CONTROL • ATAQUES FAVORITOS • TRANSICIONES • NEWAZA
Semana 4	• CHOQUE INTENSIVO • ANAEROBICO ALACTATICO • RAPIDEZ • FUERZA • TACTICA Y CONTROL DE VIDEOS • NEWAZA
Semana 5	• RESTABLECIMIENTO • RRECREACION • ANALISIS DE VIDEOS • TACTICA Y CONTROLES DE CARGA

Observaciones del periodo
ETAPA - BÁSICO ESTABILIZADOR



FIRMA

NOMBRE: RICHARD LEON VIZCAYA

C.E. 1203364

NIT. - 7 0 0 2 6 9 7 3 3