Período de Informe	Agosto de 2024				
Nombre contratista	**Sebastián Parra Bedoya**				
Tipo de documento	CC	**Numero de documento**	1017179736		
Liga	Liga de Tenis de Campo de Antioquia				
Deporte / modalidad	Tenis de Campo				
Numero Atletas a cargo por genero	**Femenino** Nro.	**4**	**Masculino** Nro.	**4**	
Supervisor del contrato	Andrés Roberto Gómez Castaño				
Número del contrato	264	**Informe de actividades No**	005		
Objeto del Contrato	Prestación de servicios de un entrenador asistente para la realización del proceso de selección, reserva deportiva, entrenamiento y participación en competencias en la Liga de Tenis de Campo de Antioquia, en 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	Sara Orozco Sánchez	1800 MIN	20	19	95%
2	Celeste Rozo Arboleda	1800 MIN	20	18	90%
3	Violeta Forero Ortiz	1800 MIN	20	20	100%
4	Maximiliano Upegui Berrío	1800 MIN	20	20	100%
5	Federico Hernández Ramirez	1800 MIN	20	19	95%
6	Nicolás Piedrahita Ruiz	1800 MIN	20	16	80%
7	Monserrat Amézquita	1800 MIN	20	20	100%
8	Samuel Oliveros Jaramillo	1800 MIN	20	18	90%
9					
10					
11					
12					
13					
14					

15					
16					
17					
18					
19					
20					

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	- Trabajar en construcción y finalización de puntos desde el fondo de la cancha con las diferentes alternativas que se pueden presentar
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	- Servicio y opciones con la siguiente pelota - Apertura de cancha - Uso de fortalezas propias
Semana 2	- Utilización de juego cruzado - Búsqueda de debilidades del rival - Generación de bolas cortas y cómodas
Semana 3	- Golpes de definición - Manejo de zonas de la cancha - Toma de decisiones
Semana 4	- Golpes de aproximación - Juego de pies para ir a la red - Cobertura de la red
Semana 5	- Competencias en diferentes situaciones de juego, retroalimentación en construcción y finalización de puntos

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
En este período se tenían pocas competencias en el calendario para los jugadores de reserva deportiva, por esta razón se planearon cargas de entrenamiento con volumen alto y correcciones técnicas específicas, además se programaron algunos fogueos internos para mantener un buen ritmo en situaciones reales de juego. Varios de los deportistas igualmente estuvieron participando en torneos complementarios como preparación para las próximas semanas.

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporte asociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)
Reuniones con metodólogo, planeación de próximos eventos, proyectos de la liga con Indeportes, etc

OBJETIVO DEL *SIGUENTE* PERIODO	- Mejorar en la toma de decisiones y selección de golpes de acuerdo a tipo de bola, rival y situación de juego
Actividades planificadas para el siguiente periodo	
Semana 1	- Percepción y lectura de bola del rival (atacar, neutralizar, defender) - Reacción, tipos de ajustes y desplazamientos específicos
Semana 2	- Toma de decisiones (atacar, neutralizar, defender)
Semana 3	- Selección de golpes y cambios de ritmo (lento, rápido, pesado) - Drop shot

Semana 4	- Patrones de juego (servicio y segunda bola) - Patrones de juego (defensa) - Patrones de juego (ataque)
Semana 5	- Resolución de problemas - Variantes - Competencias condicionadas

Observaciones del periodo
A pesar de la baja cantidad de torneos de este último mes, donde algunos deportistas tuvieron unos días de descanso, hubo una buena asistencia y compromiso con las sesiones de entrenamiento, se realizaron test físicos y técnicos, se aumentaron cargas y correcciones individuales con el objetivo de optimizar el nivel de la mayoría para los próximos eventos.

_____

FIRMA: Sebastián Parra Bedoya.

NOMBRE: Sebastián Parra Bedoya