Pradera, octubre de 2024

Licenciada
MABEL GIRALDO NIETO
DIRECTORA EJECUTIVA IMDER PRADERA
E. S. M.

Referencia: Presentación Informe de Actividades.

Por medio del presente me permito informar a usted sobre las actividades desarrolladas como Entrenadora al instituto municipal para el deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre durante el período del 20 de septiembre al 20 de octubre de 2024

1) Planifique y ejecute el plan de entrenamiento de los deportistas a mi cargo en 2 jornada diarias, desarrollado en periodos, etapas, tipos de microciclos, cantidad de sesiones de entrenamientos ejecutadas, volúmenes e intensidades.













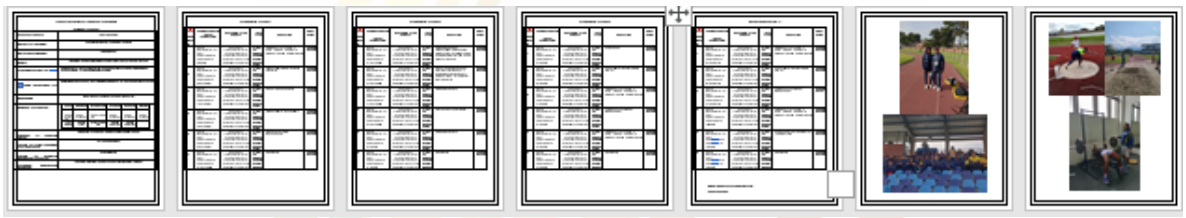







2) Desarrolle actividades que condujeron a descubrir nuevos talentos deportivos.

3) Formule un cronograma de las actividades que desarrollare el mes de octubre macrociclo donde comprendo etapas, periodos competencias preparatorias y fundamentales, además mesociclo y controles



De esta manera dejo rendido el informe de actividades correspondientes como entrenadora del instituto municipal para el deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre.

Cordialmente,

MARIA YOLANDA BELTRAN GUEJIA
C.C. 29.703.733
ENTRENADORA
CC. Archivo.-2