Período de Informe	Ultimo Pago				
Nombre contratista	John Alexander Alcaraz Cerón				
Tipo de documento	cc	**Numero de documento**	1.036.638.220		
Liga	Antioqueña de futbol de salón				
Deporte / modalidad	Futbol de salón				
Numero Atletas a cargo por genero	**Femenino** Nro.	**15**	**Masculino** Nro.		
Supervisor del contrato	Andrés Roberto Gómez Castaño				
Número del contrato	481	**Informe de actividades No**	05		
Objeto del Contrato	Prestación de servicios de un entrenador de futbol de salón 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	Paola Andrea Estrada Quintero	0 MIN	14	0	0%
2	Mariana Soto Bonilla	1260 MIN	14	14	100%
3	Alejandra Yasmin Salcedo Molina	1260 MIN	14	14	100%
4	Yamiled Graciano López	1260 MIN	14	14	100%
5	Ana María Castaño Peláez	1260 MIN	14	14	100%
6	Mariana Quintero Álvarez	1260 MIN	14	14	100%
7	Evelyn Vanessa Caro Peláez	1260MIN	14	14	100%
8	María Fernanda Montoya Gutierrez	1260 MIN	14	14	100%
9	Valentina Ríos Rodríguez	1260 MIN	14	14	100%
10	Sindy Johanna Rivera Úsuga	900 MIN	14	10	71%

11	María Camila Montoya San Martín	900 MIN	14	10	100%
12	María Camila Zuluaga Valencia	900 MIN	14	10	100%
13	Valeria Ríos Rodríguez	900 MIN	14	10	71%
14	Yenni Carolina López Franco.	900 MIN	14	10	71%
15	Maria Camila Ramírez Serna	630 MIN	14	14	50%

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	**Microciclo competitivo y de restablecimiento**
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	• Realizamos la última semana de trabajo de fuerza en el gimnasio, dejando a las deportistas a punto, para competir • Afrontamos las fases finales de un toneo local en el cual estamos compitiendo, mas precisamente la copa por la No violencia, de malalas. • La mayoría de deportistas, competirá con sus respectivos municipios, las eliminatorias zonales para el torneo departamental.
Semana 2	• Competimos en el torneo de barrio Antioquia, el cual es de nuestra modalidad deportiva, y nos permitirá terminar el calendario deportivo compitiendo. • Algunas deportistas compitieron en los juegos departamentales, los cuales se llevaran a cabo en Andes y Jardin. Realizamos seguimiento y acompañamiento a nuestras deportistas en su competencia.

Semana 3	• Realizamos trabajos físicos, con el fin de bajar cargas, y recuperar las deportistas que vienen de competencias departamentales • Realizamos sesiones de masoterapia, y estiramientos específicos, para terminar de recuperar a nuestras deportistas. • Realizamos test físicos, generales, para saber en qué condición terminan nuestras deportistas , y comparar los resultados de ciclos anteriores.
Semana 4	No Aplica
Semana 5	No Aplica

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
No Aplica

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporte asociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)
No Aplica

OBJETIVO DEL *SIGUENTE* PERIODO	**No Aplica.**
Actividades planificadas para el siguiente periodo	
Semana 1	No Aplica

Semana 2	No Aplica
Semana 3	No Aplica
Semana 4	No Aplica
Semana 5	No Aplica

Observaciones del periodo
• Varias deportistas estarán compitiendo y representando a sus respectivos municipios, en los zonales y final departamental. Realizaremos acompañamiento para estar pendientes de su desempeño en dichas competencias, y poder empalmar su recuperación y dosificación de cargas.



FIRMA:

NOMBRE: John Alexander Alcaraz Cerón