INDER PEÑOL0

Nit: 811.006.655

PRESUPUESTO CCPET 2025

COMPROBANTE DE EGRESO CE Nº 00064

Fecha edición: 05/03/2025

Documentos Asignados	
Num Doc.	Fecha Doc.
00057	05/03/2025

Nit ò Cedula:	15434714 - 8
Beneficiario:	ALVEIRO ANTONIO CASTAÑO GIL

Concepto de este Egreso

SEGUNDO PAGO CORRESPONDIENTE AL CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS CTT-PS 04-2025 DE APOYO A LA GESTION PARA LA ADMINISTRACIÓN Y COORDINACION DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA ZONA HÚMEDA DE LA UNIDAD DEPORTIVA DEL MUNICIPIO DEL PEÑOL, INCLUYENDO LAS FUNCIONES DE SALVAVIDAS, RESCATISMO E INTRUCTOR DE NATACIÓN. SE ANEXA SOPORTES.

Rubro		Descripción	Valor Rubro
2.3.2.02.02.009		**SERVICIOS PARA LA COMUNIDAD, SOCIALES Y PERSONALES**	**2.730.000,00**
CCPET01 - CPC V2.1 AC	96511	SERVICIOS DE PROMOCION DE EVENTOS DEPORTIVOS Y RECREATIVOS	2.730.000,00
CCPET02 - UNIDAD EJECUTORA	1.0	ENTIDADES DIFERENTES A ENTIDADES TERRITORIALES - GESTION GENERAL	2.730.000,00
CCPET05 - FUENTES DE FINANCIACIÓN	1.3.3.1.00	RECURSOS DEL BALANCE DE LIBRE DESTINACION	2.730.000,00
CCPET81 - CPI - CATÁLOGO DE PRODUCTOS INVERSIÓN	4301001	SERVICIO DE APOYO A LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE	2.730.000,00
CCPET83 - ATRIBUTO EJECUCIÓN CON / SIN SITUACIÓN DE FONDOS	C	CON SITUACION DE FONDOS	2.730.000,00
CCPET84 - ATRIBUTO DESTINACIÓN DE LA RENTA	120501	INGRESOS SIN DESTINACION ESPECIFICA	2.730.000,00
CCPET03 - CLASIFICADOR PROGRAMATICO DE LA INVERSION PUBLICA	2025054100001	SERVICIOS DEPORTIVOS Y PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA	2.730.000,00

Total de la Presente Orden	Total Retenciones	Total a Pagar
2.730.000,00	**144.690,00**	**2.585.310,00**

Valor en letras:

DOS MILLONES QUINIENTOS OCHENTA Y CINCO MIL TRESCIENTOS DIEZ PESOS M/L xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx

Detalle de Movimiento de Bancos y Caja			
Codigo	**Detalle**	**Documento**	**Valor**
211	1448-000-679-1 FONDOS COMUNES	00000PSE18	2.585.310,00

RETENCIONES		
DESCRIPCIÓN	**%**	**VALOR**
ESTAMPILLA PRO HOSPITAL	0,50	13.650,00
INDUSTRIA Y COMERCIO	0,80	21.840,00
ESTAMPILLA PROANCIANOS	4,00	109.200,00

Gerente

Firma del Interesado
Nit / C.C.

Desarrollado por Sistemas Aries S.A.S. Reservados todos los derechos - 19_ce_inderpeñol.rdlc - Versión AriesNet

Impreso por: HILDA PATRICIA ALZATE MARIN, el día: miércoles, 5 de marzo de 2025 siendo las: 13:12:14

INDER PEÑOL

Nit: 811.006.655

PRESUPUESTO CCPET 2025

ORDEN DE PAGO

OP Nº 00057

Documentos Asignados	
Num Doc.	Fecha Doc.
00014	17/01/2025

Fecha de Expedición: 05/03/2025

Nit ò Cedula:	15434714 - 8
Beneficiario:	ALVEIRO ANTONIO CASTAÑO GIL

Por Concepto de:

SEGUNDO PAGO CORRESPONDIENTE AL CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS CTT-PS 04-2025 DE APOYO A LA GESTION PARA LA ADMINISTRACIÓN Y COORDINACION DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN LA ZONA HÚMEDA DE LA UNIDAD DEPORTIVA DEL MUNICIPIO DEL PEÑOL, INCLUYENDO LAS FUNCIONES DE SALVAVIDAS, RESCATISMO E INTRUCTOR DE NATACIÓN. SE ANEXA SOPORTES.

Rubro		Descripción	Valor Rubro
2.3.2.02.02.009		**SERVICIOS PARA LA COMUNIDAD, SOCIALES Y PERSONALES**	**2.730.000,00**
CCPET01 - CPC V2.1 AC	96511	SERVICIOS DE PROMOCION DE EVENTOS DEPORTIVOS Y RECREATIVOS	2.730.000,00
CCPET02 - UNIDAD EJECUTORA	1.0	ENTIDADES DIFERENTES A ENTIDADES TERRITORIALES - GESTION GENERAL	2.730.000,00
CCPET05 - FUENTES DE FINANCIACIÓN	1.3.3.1.00	RECURSOS DEL BALANCE DE LIBRE DESTINACION	2.730.000,00
CCPET81 - CPI - CATÁLOGO DE PRODUCTOS INVERSIÓN	4301001	SERVICIO DE APOYO A LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE	2.730.000,00
CCPET83 - ATRIBUTO EJECUCIÓN CON / SIN SITUACIÓN DE FONDOS	C	CON SITUACION DE FONDOS	2.730.000,00
CCPET84 - ATRIBUTO DESTINACIÓN DE LA RENTA	120501	INGRESOS SIN DESTINACION ESPECIFICA	2.730.000,00
CCPET03 - CLASIFICADOR PROGRAMATICO DE LA INVERSION PUBLICA	2025054100001	SERVICIOS DEPORTIVOS Y PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA	2.730.000,00

Valor en letras:

DOS MILLONES SETECIENTOS TREINTA MIL PESOS M/L xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx

RETENCIONES		
DESCRIPCIÓN	**%**	**VALOR**
ESTAMPILLA PRO HOSPITAL	0,50	13.650,00
INDUSTRIA Y COMERCIO	0,80	21.840,00
ESTAMPILLA PROANCIANOS	4,00	109.200,00

Fuente de Financiación	Valor Fuente de Financiación	Valor Retención por Fuente de Financiación	Total: Fuente - Retenciones
1.3.3.1.00 - RECURSOS DEL BALANCE DE LIBRE DESTINACION	2.730.000,00	144.690,00	2.585.310,00

Total de la Presente Orden	Total Retenciones	Total a Pagar
2.730.000,00	**144.690,00**	**2.585.310,00**

Gerente

Desarrollado por Sistemas Aries S.A.S. Reservados todos los derechos - 19_op_inderpeñol.rdlc - Versión AriesNet

Impreso por: HILDA PATRICIA ALZATE MARIN, el día: miércoles, 5 de marzo de 2025 siendo las: 13:11:20

PCL XL Warning

IllegalMediaSize

DOCUMENTO SOPORTES EN ADQUISICIONES EFECTUADAS A NO OBLIGADOS A FACTURAR
(Articulo 1,6,1,4,12 Decreto 1625 de 2016 Único Reglamento en Materia Tributaria)

INDERPE
NIT: 811.006.655-3
Transv 6 Cr 20 - 12 Unidad deportiva El Peñol (Ant)

Autorización Numeración de Facturación 18764087924079
29 de enero de 2025 Rango Autorizado Prefijo INP
No 207 AL 10000

INP-213

Ciudad y Fecha: El Peñol, 28 de febrero de 2025
Proveedor: ALVEIRO CASTAÑO GIL
CEDULA O Nit: 15,434,714
Dirección: Barrio Conquistadores **Teléfono:** 319 323 68 59

CANTIDAD	V/ UNITARIO	CONCEPTO	VALOR/TOTAL
1		SEGUNDO PAGO CORRESPONDIENTE AL MES DE FEBRERO DEL CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS NO. 04-2025 **(CTT-PS 04-2025)** PARA LA ADMINISTRACION Y DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN AL ZONA HUMEDA DE LA UNIDAD DEPORTIVA DEL MUNICIPIO DE EL PEÑOL, INCLUYENDO LAS FUNCIONES DE SALVAVIDAS, RESCATISMO E INSTRUCTOR DE NATACION Y SUS AFINES.	**$2,730,000**

Declaro que por los servicios aquí facturados, cancelé en forma oportuna los aportes a la seguridad social establecidos en la Ley. Este valor será tenido en cuenta como disminución de la base gravable, para la retención en la fuente

SON: DOS MILLONES SETENCIENTOS TREINTA MIL PESOS M.L. ($2,730,000) **$2,730,000**

HILDA PATRICIA ALZATE MARIN
ELABORO

Alveiro Castaño G.
FIRMA PROVEEDOR

INDERPE INSTITUTO DE DEPORTES, EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA DE EL PEÑOL NIT: 811006655-3 ¡AVANCEMOS POR EL PEÑOL!	DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA MUNICIPIO DE EL PEÑOL	Código:
		Versión:
	INFORME DE SEGUIMIENTO DE SUPERVISIÓN	Fecha de aprobación
		Página:1 de 1

VIERNES	28	De:	FEBRERO	De:	2025

INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS 4 – 2025

Objeto del contrato: Contrato número 4, prestación de servicios y apoyo a la gestión para administración y desarrollo de las actividades realizadas en la Zona Húmeda de la unidad deportiva del Municipio del Peñol. Incluyendo las funciones de salvavidas, rescate acuático, e instructor de natación y sus afines durante la vigencia del primer semestre del año **2025.**

ASISTENTES A LA REUNIÓN			
SUPERVISOR:	JOHNEISON CASTAÑO BEDOYA		
Por parte del contratista:	ALVEIRO CASTAÑO		
Lugar donde se realiza la reunión	COLISEO MUNICIPAL		
Hora de inicio (a.m. /p.m.)		Hora de finalización(a.m./p.m.)	

VERIFICACIÓN DEL CUMPLIMIENTO DE LAS ACTIVIDADES CONTEMPLADAS EN EL CONTRATO		
OBLIGACIONES DEL CONTRATO ACTIVIDADES	**DESCRIPCIÓN DEL AVANCE**	**ESTADO DE CUMPLIMIENTO**
Estar pendiente de los requerimientos de la zona húmeda para ser utilizada por los deportistas y el público en general.	El contratista cumplió con solicitar la reparación de los pasamanos que separan las piscinas. Se solicita también atender algunas humedades que se están presentando en la plancha del salón y patio principal de las instalaciones. se solicita pegar la rejilla de fondo. Y reponer algunas baldosas rotas que hay en el fondo de las piscinas, hacerle un mantenimiento a la palmera, se recomienda revisar baños y duchas para hacer algunos resanes y corrección de fugas.se solicita guadañar las zonas verdes cada mes. Se solicita reparación urgente de moto-bomba de respaldo.se requiere organizar los alambrados. Se solicita personal de ayuda para lavar filtro de la piscina, se requiere pintar piso duro que conduce a las duchas, se necesitan 2 extintores.	El contratista hizo el requerimiento para la reparación de los pasamanos que separan las piscinas. Se solicitó reparación de humedades en la plancha de las instalaciones y reposición de rejillas de fondo, y reposición de algunas baldosas rotas que hay en las piscinas, hacer un mantenimiento a la palmera, se recomendó revisar baños que tiene perdida de agua Se recomendó guadañar las zonas verdes. Se solicitó de manera urgente la reparación de la motobomba de respaldo. Se Solicitó organizar alambrados Se pidió personal para lavar filtro de la piscina.se solicito 2 extintores
• Prestar apoyo a las actividades deportivas que se realicen en la zona húmeda, brindando condiciones de higiene, seguridad y excelente atención a los usuarios.(Requiere realizar la recuperación de salubridad de la piscina, mantenimiento preventivo de rejillas, baldosas y paredes, mantenimiento y aseo	Aplicar químicos en cantidades adecuadas dependiendo del clima y la cantidad de gente que llegue al entorno acuático. en general mantener la zona húmeda en buenas condiciones tanto el vaso acuático como sus alrededores y así mantener el escenario en Óptimas condiciones para el uso	El contratista aplicó químicos en cantidades suficientes de acuerdo a la cantidad de bañistas y al comportamiento del clima. Y se atendieron las actividades programadas, como aseo y mantenimiento preventivo de algunos daños

de baños, mantenimiento técnico de motores, filtros y zona de máquinas, aseo de la zona húmeda y en general aplicación de químicos en el agua, tratamiento y recuperación de la misma, adecuación de sillas, mesas y materiales para garantizar un buen servicio a los usuarios, lavado y cepillado de la piscina y sus alrededores, lavado de cunetas y extracción de arenas y sedimentos, lavado de arena de filtro, tobogán y cepillado de las escaleras de acceso al mismo, cepillado y desinfectado del rompeolas.	del público.	
• Asistir puntualmente a las capacitaciones que sean programadas	En este mes se asistió a reunión tema plan de acción 2025	Reunión plan de acción 2025 con gerente y coordinador deportivo
• Apoyar y acompañar las actividades • de labor social del INDERPE.	Durante este mes se programaron.4 hidroterapias y 2 ciclo paseos	Durante este mes se realizaron 4 hidroterapias y 2 ciclo paseos por las veredas del municipio
• Colaborar en las diferentes campañas educativas de los diversos proyectos lúdicos recreativos que realice el Inderpe	Se atendió un grupo de deportistas de canotaje los días martes y jueves se atendió un grupo de jóvenes en rehabilitación	El contratista facilitó las instalaciones para equipo de canotaje los días martes jueves 3:30 pm se atendió grupo de rehabilitación
• . Acatar los procedimientos administrativos indicados por la Gerencia.	se reciben todas las recomendaciones del gerente se colocan en práctica	el contratista realizó todas las actividades ordenadas por el gerente
• El contratista se compromete a estar al día por su cuenta al pago de la seguridad social.	Seguridad social al día de acuerdo a la norma	el contratista presentó el comprobante de pago del respectivo mes
• Acatar las recomendaciones hechas por la supervisión.	Se acatan todas las instrucciones realizadas por el supervisor y coordinador deportivo tratando de mejorar cada día la operación	el contratista ejecutó todas las instrucciones del supervisor y coordinador deportivo de acuerdo a la directriz
Preparar física y técnica a los deportistas de los diferentes seleccionados, en las diferentes categorías en el deporte de natación	Se entrenaron todos los estilos de la natación con objetivos competitivos en copa oriente	el contratista entreno todas las categorías de la natación con miras a copa oriente

Balance General del Contrato		Pagos realizados al contratista			
Concepto	Valor	Concepto (Anticipo, actas, pagos)	Compromiso de pago	Fecha	Valor
Valor inicial del contrato	**$16.380.000**	Pago	Acta N 1	ENERO	$2.730.000
		pago	Acta N 2	FEBRERO	$2.730.000
Valor pagado	**2.730.000**	pago	Acta N	MARZO	$2.730.000
Valor causado que no se ha pagado	**$2.730.000**	pago	Acta N	ABRIL	$2.730.000
Valor total ejecutado	**2.730.000**	pago	Acta N	MAYO	$2.730.000
Valor saldo por ejecutar	**13.650.000**	Pago	Acta N	JUNIO	$2.730.000
El valor a pagar por la presente acta es de **DOS MILLONES SETECIENTOS TREINTA MIL PESOS ($2.730.000)**					

OBSERVACIONES AL PERIODO DE EJECUCIÓN CONTRACTUAL QUE SE SUPERVISA.

El contrato de prestación de servicios No. 4 de 2025, se está ejecutando en los términos en que fue pactado, cumpliéndose con las actividades, entregables y obligaciones.

SUSPENSIONES, REANUDACIONES, MODIFICACIONES, REAJUSTES

El contrato no ha sido objeto de suspensiones, reanudaciones, modificaciones o reajustes.

VERIFICACIÓN DE PAGOS DE SEGURIDAD SOCIAL Y APORTES DE PARAFISCALES

El contratista presenta los documentos que acrediten que se encuentra a paz y salvo por concepto del pago de aportes a los sistemas de seguridad social en salud, pensiones y ARL, de conformidad con lo dispuesto en el artículo 50 de la ley 789 de 2002.

ANEXOS

- Informe de actividades
- Cuenta de cobro N°2
- Comprobante de pago al sistema de seguridad social pensiones, salud y ARL
- Declaración juramentada para disminuir la base gravamen de las retenciones en la fuente.

APROBACIÓN DEL PAGO

De acuerdo con el seguimiento efectuado y presentación de los informes, soportes y cuenta de cobro se constata que se cumplieron las actividades y obligaciones contractuales emanadas del contrato.

Por tanto, la supervisión aprueba y solicita realizar el respectivo pago de acuerdo con la cuenta de cobro y el balance financiero.

Para constancia, se firma la presente acta en el Municipio de El Peñol el 28 de febrero de 2025

ALVEIRO ANTONIO CASTAÑO GIL
CONTRATISTA

JOHNEISON CASTAÑO BEDOYA
SUPERVISOR

INSTITUTO DE DEPORTES, EDUCACIÓN FISICA, RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA DE EL PEÑOL

NIT: 811006655-3
¡AVANCEMOS POR EL PEÑOL!

El Peñol, 28 de febrero de 2025

Señor:
Johneison Castaño Bedoya
Coordinador Deporte
INDERPE

Asunto: Informe mensual de actividades

INFORME	**N.º 2**
NOMBRE:	ALVEIRO CASTAÑO GIL
CEDULA:	15434714
PERIODO DEL INFORME:	DEL 1 DE FEBRERO AL 28 DE FEBRERO 2025
OBJETO DEL CONTRATO:	**Objeto del contrato:** Contrato número 4, prestación de servicios y apoyo a la gestión para administración y desarrollo de las actividades realizadas en la Zona Húmeda de la unidad deportiva del Municipio del Peñol. Incluyendo las funciones de salvavidas, rescate acuático, e instructor de natación y sus afines durante la vigencia del primer semestre del año **2025.**
CARGO	ADMINISTRADOR ZONA HÚMEDA E INSTRUCTOR DE NATACIÓN

ASPECTOS GENERALES:

Se rinde informe de actividades en cumplimiento a mis obligaciones y responsabilidades en calidad de contratista, dejando evidencia física como constancia del trabajo realizado en el periodo comprendido del 1 de febrero de 2025 al 28 de febrero de 2025

PROCESOS TRABAJADOS											
SEMILLEROS		**ESCOLARES**		**INTERCOLEGIADOS (A)**		**INTERCOLEGIADOS (B)**		**HIDROTERAPIA**		**TOTAL**	
M	**F**	**M**	**F**	**M**	**F**	**M**	**F**	**M**	**F**	**M**	**F**
3	4	3	3	5	8	3	4	4	65	18	84

RELACIONAR LAS ACTIVIDADES REALIZADAS DURANTE EL PERIODO

N° Obligaciones del Contrato	Descripción - Desarrollo de la obligación
• Estar pendiente de los requerimientos de la zona húmeda para ser utilizada por los deportistas y el público en general.	El contratista hizo el requerimiento para la reparación de los pasamanos que separan las piscinas. Se solicitó reparación de humedades en la plancha de las instalaciones, la reposición de rejilla de fondo, y reposición de algunas baldosas rotas que hay en las piscinas, hacer un mantenimiento a la palmera, se recomendó revisar baños que tiene perdida de agua, Se solicitó guadañar las zonas verdes al menos cada mes. Se solicitó de manera urgente la reparación de la motobomba de respaldo. Se Solicitó organizar alambrados. Se pidió 2 extintores. Se solicitó personal de apoyo para lavar filtro.
• Prestar apoyo a las actividades deportivas que se realicen en la zona húmeda, brindando condiciones de higiene, seguridad y excelente atención a los usuarios. Requiere realizar la recuperación de salubridad de la piscina, mantenimiento preventivo de rejillas, baldosas y paredes, mantenimiento y aseo de baños, mantenimiento técnico de motores, filtros y zona de máquinas, aseo de la zona húmeda y en general aplicación de químicos en el agua, tratamiento y recuperación de la misma, adecuación de sillas, mesas y materiales para garantizar un buen servicios a los usuarios, lavado y cepillado de la piscina y sus alrededores, lavado de cunetas y extracción de arenas y sedimentos, lavado de arena de filtro, tobogán y cepillado de las escaleras de acceso al mismo, cepillado y desinfectado del rompeolas.	El contratista aplicó químicos en cantidades suficientes de acuerdo a la cantidad de bañistas y al comportamiento del clima. Y se atendieron las actividades programadas, como aseo y mantenimiento preventivo de algunos daños
• Asistir puntualmente a las capacitaciones que sean programadas.	Se asistió a capacitación tema: plan de acción 2025
• Apoyar y acompañar las actividades de labor social del INDERPE.	Durante este mes se realizaron 4 hidroterapias y 2 ciclo paseos por las veredas del municipio
• Colaborar en las diferentes campañas educativas de los diversos proyectos	El contratista facilitó las instalaciones para equipo de

lúdicos recreativos que realice el Inderpe.	canotaje los días martes jueves 3:30 pm se atendió grupo de rehabilitación
• Acatar los procedimientos administrativos indicados por la Gerencia.	se reciben todas las recomendaciones del gerente y coordinador deportivo se colocan en práctica
• El contratista se compromete a estar al día por su cuenta al pago de la seguridad social.	El contratista tiene la Seguridad social al día de acuerdo a la norma
• Acatar las recomendaciones hechas por la supervisión.	Se acatan todas las instrucciones realizadas por el supervisor tratando de mejorar cada día la operación
• Preparar en la parte física y técnica a los deportistas de los diferentes seleccionados, en las diferentes categorías en el deporte de natación, acuatlón y triatlón	el contratista entreno todas las categorías de la natación con miras a copa oriente

PLANEACIÓN, SIGUIENTE MES

	INSTITUTO DE DEPORTES, EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA DE EL PEÑOL **Plan mensual de entrenamiento 2025**					
Entrenador	ALVEIRO CASTAÑO GIL					
Disciplina	NATACIÓN					
Categoría	INTERCOLEGIADOS, DEPARTAMENTALES					
Mes	1 de marzo al 30 de marzo de 2025					
	DIA	**FISICA**	**TÉCNICA**	**TÁCTICA**	**TEÓRICA**	**PSICOLÓGICA**
Semana 1 **Objetivo: mejorar la técnica y la velocidad en todos los estilos de la natación fortalecer acuatlon y triatlón. inicio meso ciclo con objetivos competitivos**	**MARTES**	Trote y fortalecimiento	Trabajos de fuerza	Fortalecimiento muscular	Explicación del ejercicio a realizar	Tema inicio de meso ciclo deportivo
	MIÉRCOLES					,
	JUEVES	Movilidad art, activación muscular	Mejorar el gesto técnico del estilo principal	Iniciar proceso competitivo	Planificar proceso competitivo	Tema compromiso

INSTITUTO DE DEPORTES, EDUCACIÓN FISICA, RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA DE EL PEÑOL

NIT: 811006655-3

¡AVANCEMOS POR EL PEÑOL!

	VIERNES	Movilidad art, trote suave, payasos, escalera	Trabajos específicos en todos los estilos de la natación	Mejorar la técnica en todos los estilos	Explicación de la importancia de la técnica	Ciclo de motivación al compromiso
	SABADO	Movilidad art y saltos	Fortalecer los estilos a competir sobre todo el principal de cada nadador	Toques de llegada y giros en los estilos	Mejorar el tiempo en cada giro	Concentración durante el entreno
Semana 2 Objetivo: fortalecer la técnica y la resistencia En natación y acuatlon Objetivo copa oriente	**MARTES**	Trote largo trayecto velocidad lenta	Trabajo aeróbico	Mejorar el sistema cardio respiratorio	Explicación del objetivo del cardio	Reflexión sobre la salud
	MIERCOLES					
	JUEVES	Ejercicios de velocidad	Trabajos de velocidad progresivos en un largo de piscina	Remates o llegadas en los 4 estilos	Explicación de la técnica en los remates	Ciclo de motivación positiva
	VIERNES	Activación muscular, abdominales	Trabajos específicos de resistencia 400 metros libre	Fortalecer la resistencia	Explicación de la importancia de la resistencia	Ciclo de motivación inversa
	SABADO	Movilidad articular	Inicio fortalecimiento estilo principal	Mejorar la técnica de su estilo principal	Explicación de la técnica	Fin ciclo motivación inversa
Semana 3 Objetivo: semana de subir cargas	**MARTES**	Trote fortalecimiento abdominal	Trabajos aeróbicos	Mejorar la resistencia	Explicación del objetivo	Motivación positiva
	MIÉRCOLES					
	JUEVES	Movilidad articular saltos y payasos	Trabajo de técnica en los estilos	Ejercicios técnicos con palito	Explicación del ejercicio estirar brazo	La actitud como parte del éxito
	VIERNES	Activación muscular abdominales	Trabajo intenso de patada en los 4 estilos	Llegadas de los 4 estilos	Explicar la importancia técnica de las llegadas	Charla de motivación positiva
	SÁBADO	Movilidad articular	Cambios de ritmo en la prueba	Manejar los cambios de velocidad de acuerdo a la exigencia del rival	Explicación del objetivo	Video motivacional
Semana 4 Entrar a punto para iniciar procesos competitivos	**MARTES**	Trote suave	Mantenimiento físico	Mantener la resistencia	Explicación de la resistencia aeróbica	Charla sobre el campeón que cada uno tiene dentro
	MIÉRCOLES					
	JUEVES	Activación muscular	Salidas de todos los 2 estilos y deslizamiento largo	Mejorar la propulsión subacuática	Mejorar la técnica de patada en los 4 estilos	Comportamiento pre competencia
	VIERNES	Movilidad articular	Trabajo de mejora en el estilo principal	Mejorar la técnica del estilo de cada nadador	Explicar el ejercicio a realizar	Motivación pre competencia
	SÁBADO	Movilidad articular	Trabajos suaves de técnica	Trabajos de acondicionamiento	Charla acerca de responsabilidad	Comunicación entrenador deportista

INSTITUTO DE DEPORTES, EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA DE EL PEÑOL

NIT: 811006655-3

¡AVANCEMOS POR EL PEÑOL!

INSTITUTO DE DEPORTES, EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA DE EL PEÑOL

Plan mensual de entrenamiento
2025

Entrenador	ALVEIRO CASTAÑO GIL
Disciplina	NATACIÓN
Categoría	SEMILLERO Y ESCOLARES
Mes	1 de marzo al 30 de marzo de 2025

	DIA	FISICA	TÉCNICA	TÁCTICA	TEÓRICA	PSICOLÓGICA
Semana 1 Objetivo: ambientar los chicos en las bases técnicas de los 4 estilos de la natación	**MARTES**					
	MIÉRCOLES	Ejercicios de calentamiento	Mejorar los estilos libre y espalda	Confianza en los 2 estilos	Explicación técnica de espalda	Palabras que aumenten la confianza del niño nadador
	JUEVES					
	VIERNES	Activación muscular trote suave	Iniciar técnica de espalda	Salida de espalda	Explicación de la técnica de espalda	Afinar confianza al niño en el estilo espalda
	SÁBADO	Movilidad articular	Trabajo coordinativo de patada y brazada de libre y espalda	Salidas de libre y espalda	Explicación de la salida de espalda	Charla sobre puntualidad
Semana 2 Objetivo: fortalecer la mejora del rendimiento en el estilo libre, pecho, mariposa y espalda	**MARTES**					
	MIÉRCOLES	Movilidad articular	Horizontalidad en los 4 estilos	Mejorar el dominio de la patada de libre , espalda y pecho	Explicación de la patada de pecho	Reflexión sobre el respeto por los semejantes
	JUEVES					
	VIERNES	Activación muscular	Ejercicios de estiramiento	Trabajos de recuperación	Explicación de la recuperación	positiva para niños Motivación
	SÁBADO	Movilidad articular	Salidas y llegadas de libre, pecho, mariposa y espalda	Posición horizontal en los 4 estilos	Explicación de la horizontalidad	Motivación infantil
Semana 3 Objetivo: fortalecer el estilo espalda	**MARTES**					
	MIÉRCOLES	Movilidad articular	Como hacer la patada de espalda efectiva	Mejorar la ejecución del movimiento en los estilos espalda y libre	Explicación del trabajo	Charla sobre la puntualidad
	JUEVES					
	VIERNES	Movilidad articular	Patada de libre y espalda	Iniciación al estilo pecho y fortalecimiento de estilo espalda	Explicación de los 2 estilos	Charla sobre amor por el deporte
	SÁBADO	Movilidad articular	Velocidad en los 4 estilos de la natación	Posición del cuerpo en cada estilo	Explicación de tema	Charla humildad
	MARTES					

INSTITUTO DE DEPORTES, EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA DE EL PEÑOL

NIT: 811006655-3

¡AVANCEMOS POR EL PEÑOL!

Semana 4 Objetivo: mejorar los estilos libre y espalda	**MIÉRCOLES**	Salidas de libere y espalda	Brazada de espalda	Mejora técnica de brazos	Extender brazos	Motivación a la competencia
	JUEVES					
	VIERNES	Movilidad articular	Brazada y patada en todos los estilos	Mejorar los estilos	Mejorar la técnica	Charla responsabilidad
	SABADO	Activación abdominal	Nado los 4 estilos	Salidas libre y espalda	Explicación del tema	Charla sobre el mejor

OBSERVACIÓN: todo se desarrolló satisfactoriamente.

ENTRENADOR

ALVEIRO CASTAÑO GIL Alveiro Castaño Gil

C.C: 15434714

Número Celular: 31932368859

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

- ENTRENAMIENTOS, SALIDAS A COMPETENCIA Y ACTIVIDADES PROGRAMADAS.

PROGRAMAS O ACTIVIDADES REALIZADAS DESDE EL INDERPE

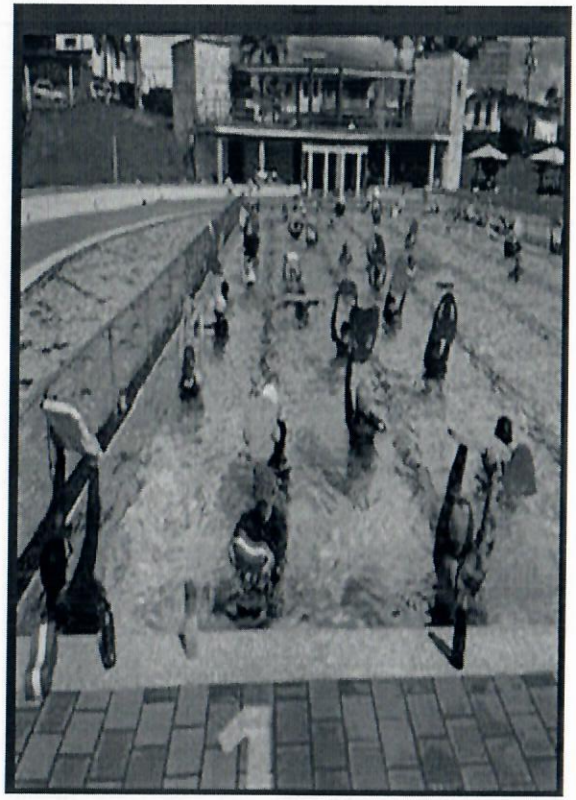
- ✔ Entrenamientos de Natación Club Delfenix
- ✔ Labores de mantenimiento
- ✔ Labores de reparación
- ✔ Atención a grupos externos
- ✔ hidroterapia
- ✔ Ciclo paseos

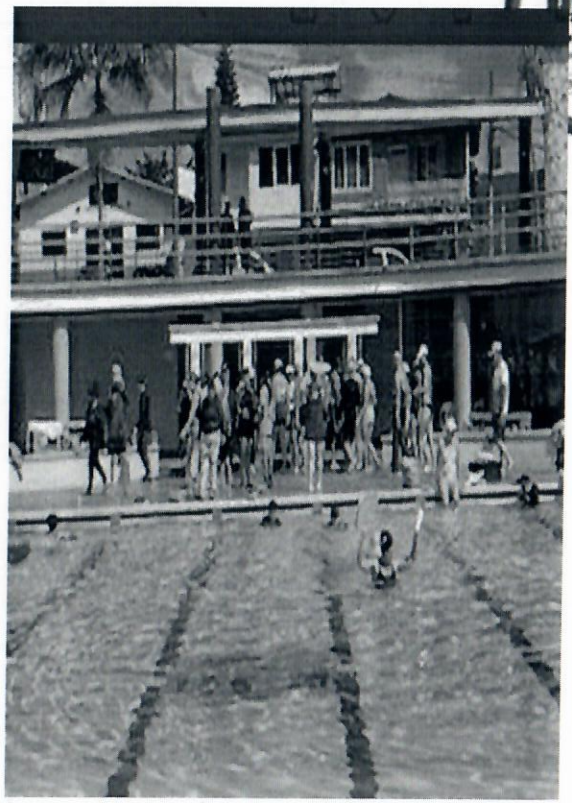




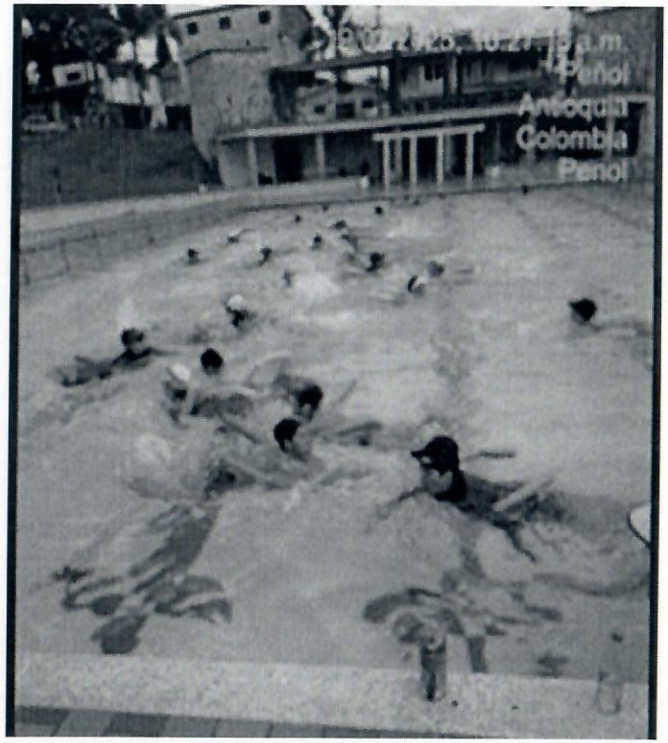
Hidroterapia diurna el 5 febrero 2025

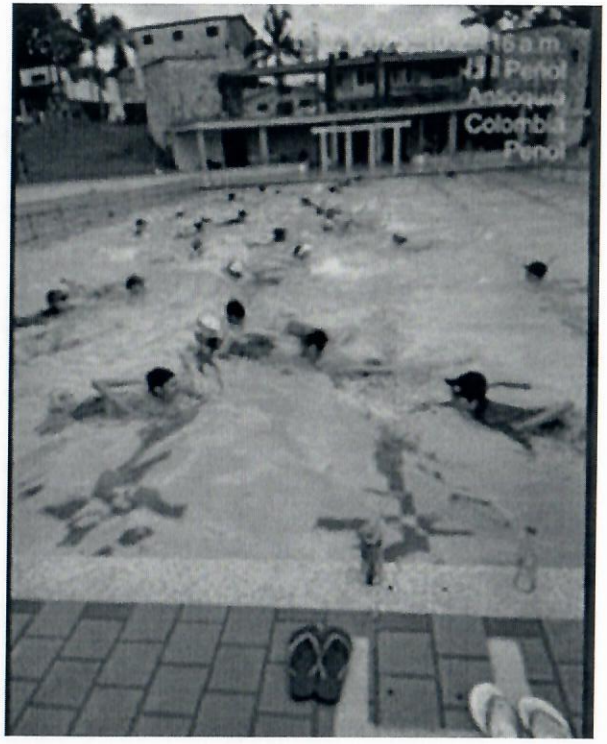


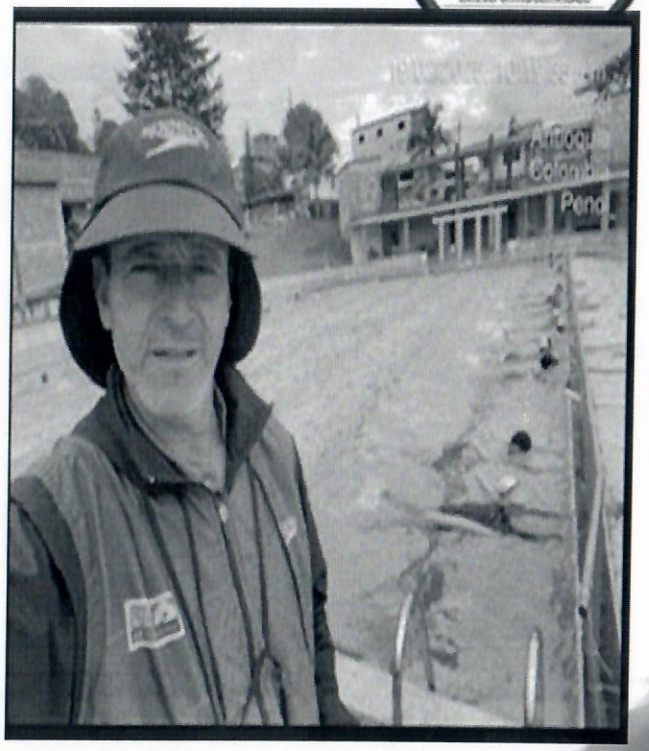




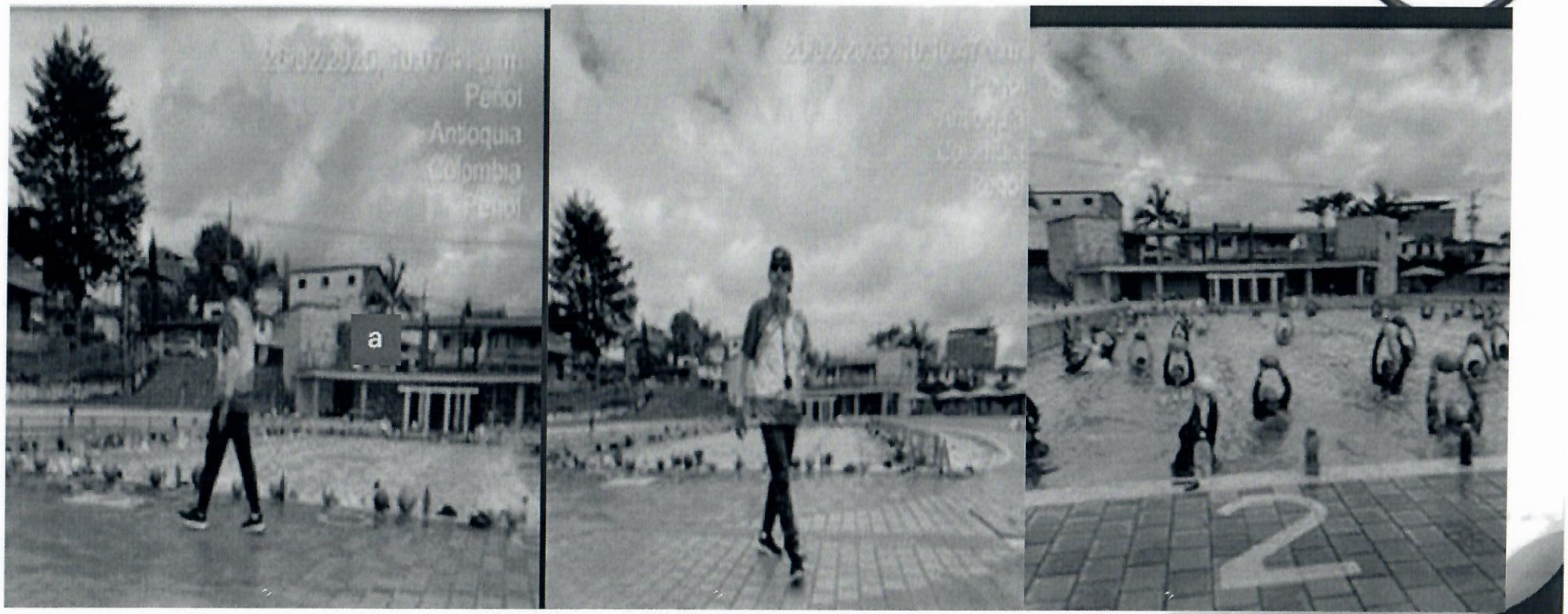
Hidroterapia diurna el 12 febrero 2025



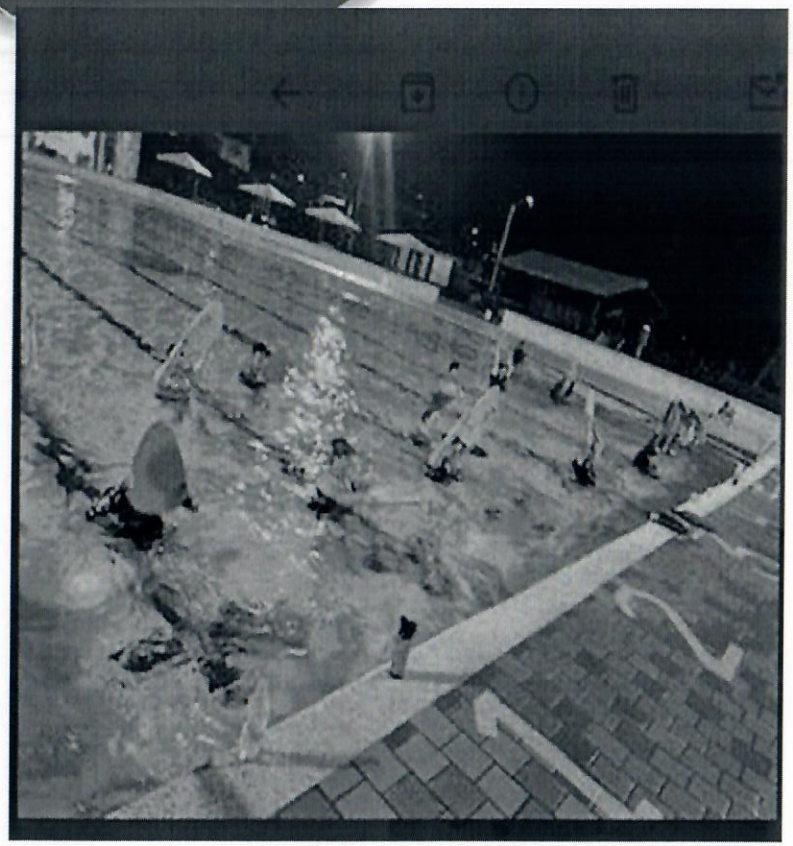




Hidroterapia diurna 19 de febrero 2025

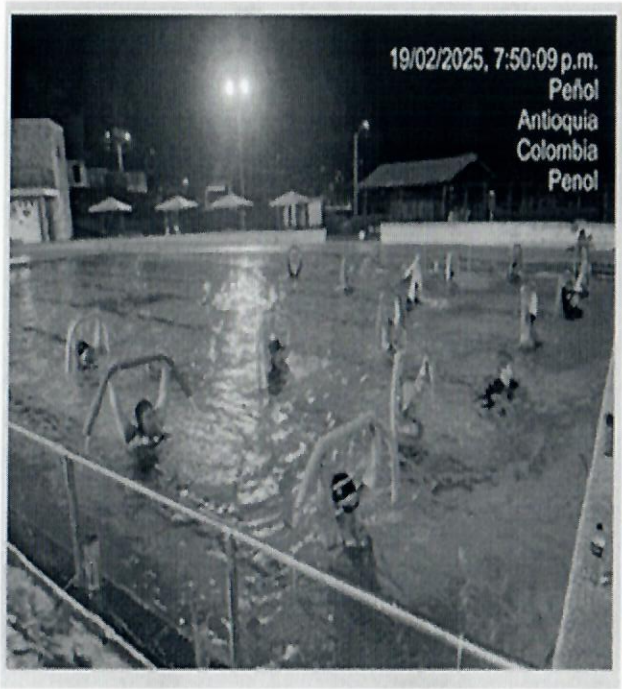


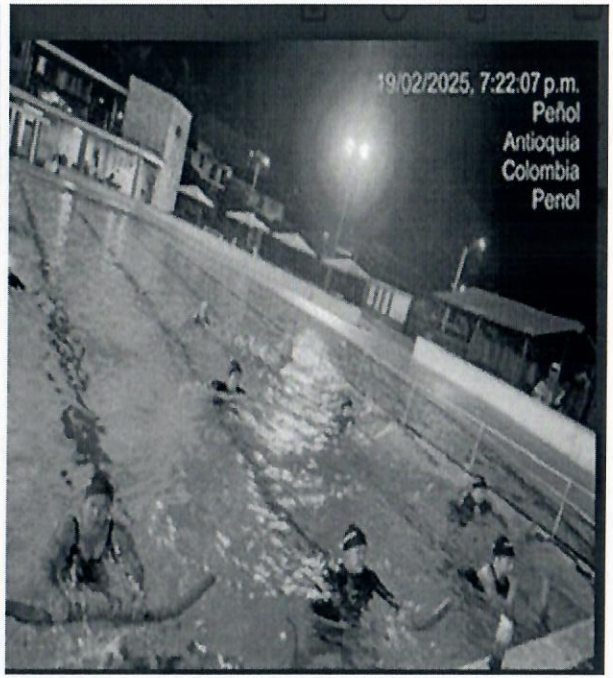
Hidroterapia diurna 26 de febrero 2025

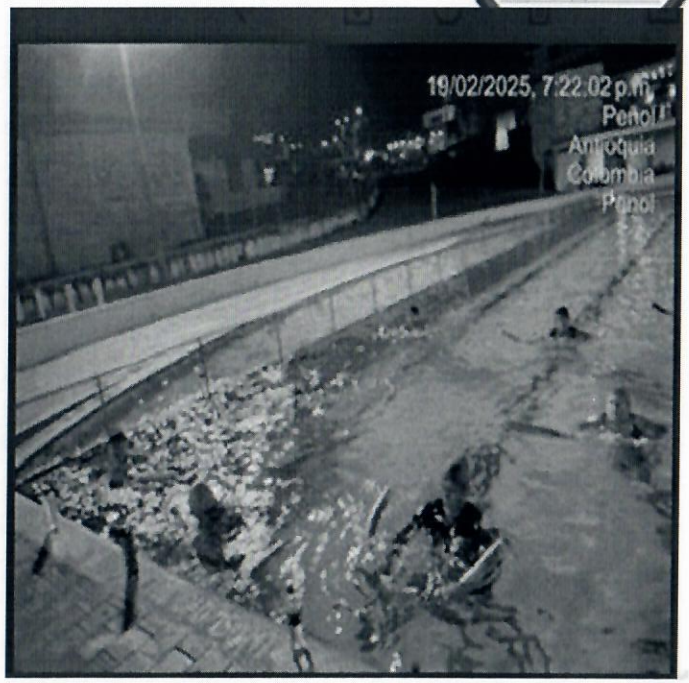




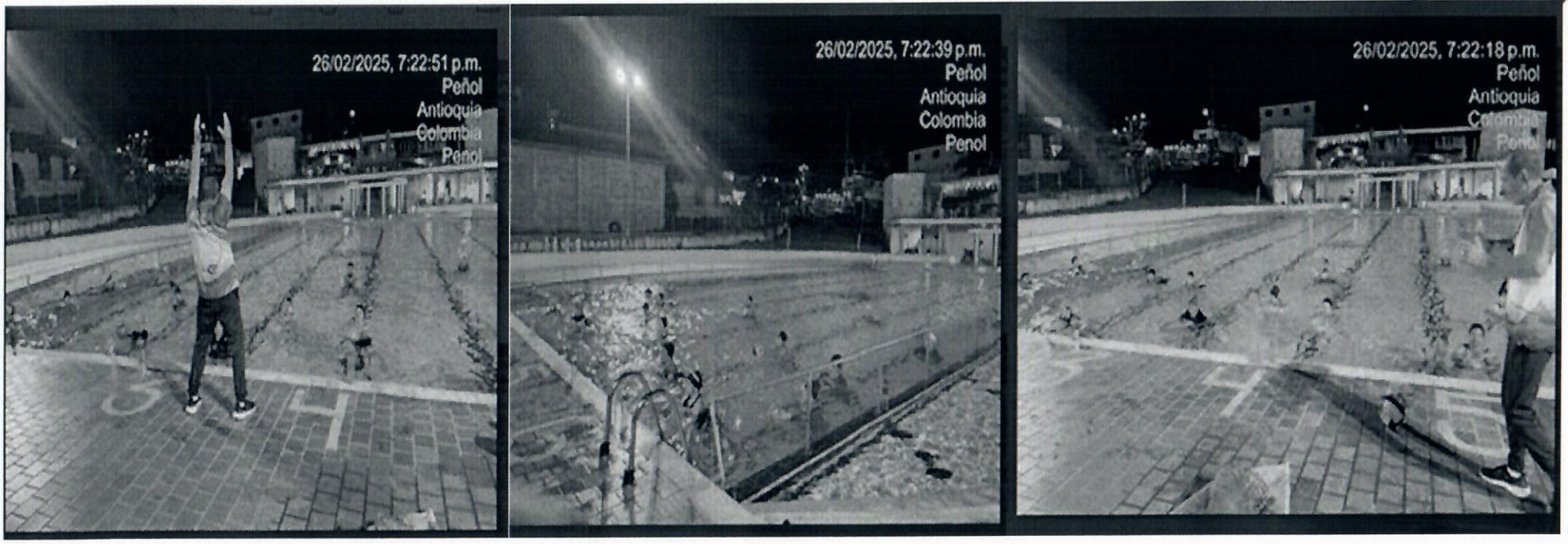
Hidroterapia nocturna el 12 febrero 2025





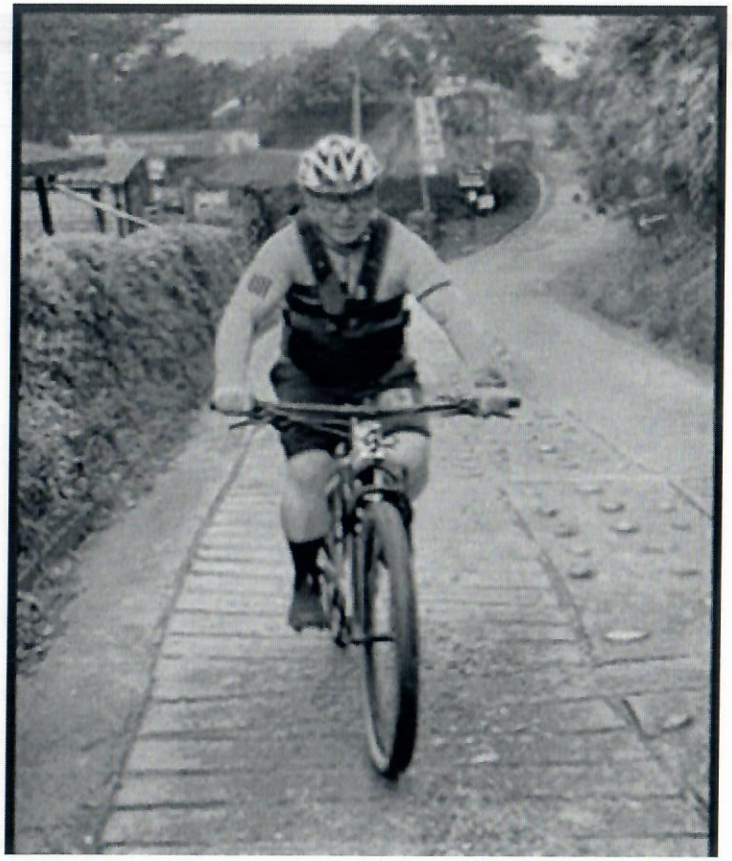


Hidroterapia Nocturna 19 de febrero 2025

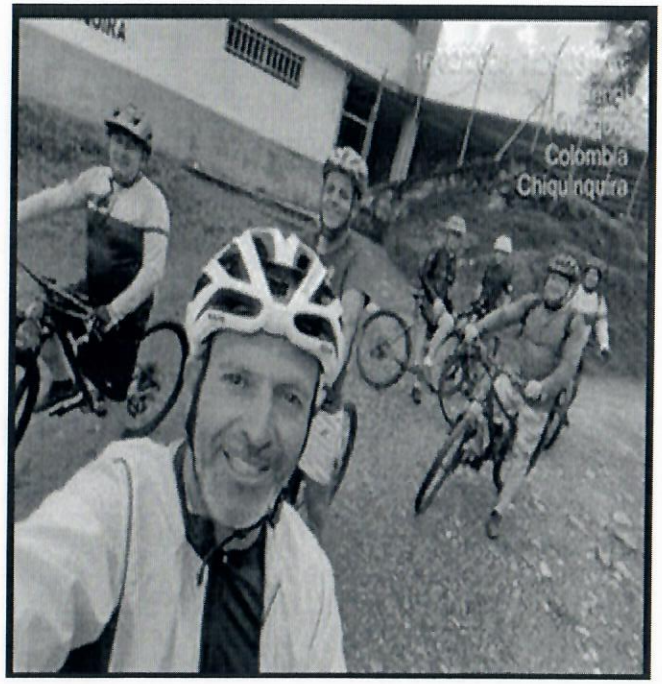


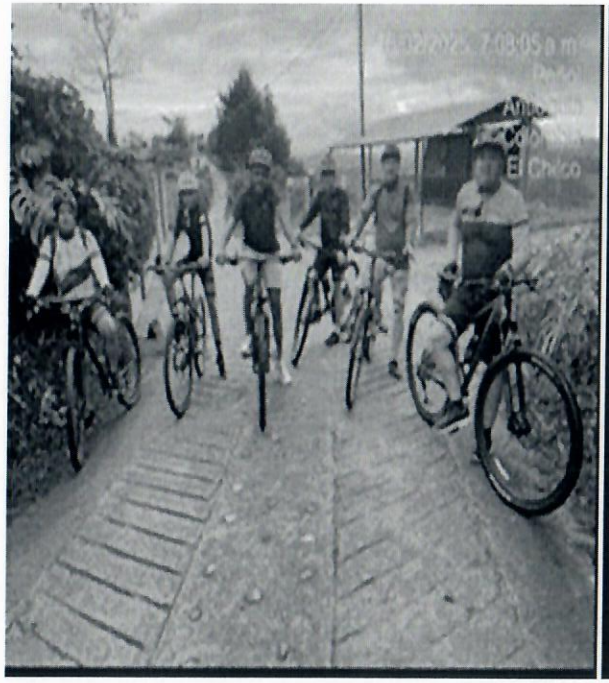
Hidroterapia Nocturna 26 de febrero 2025

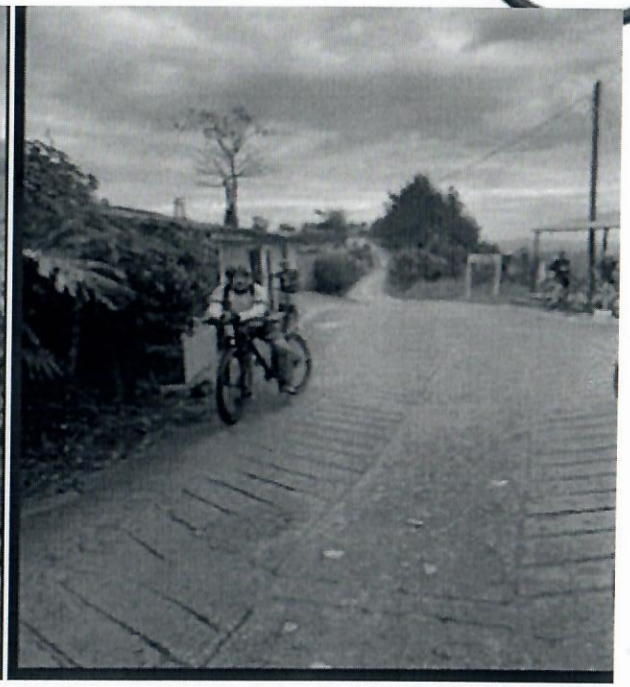




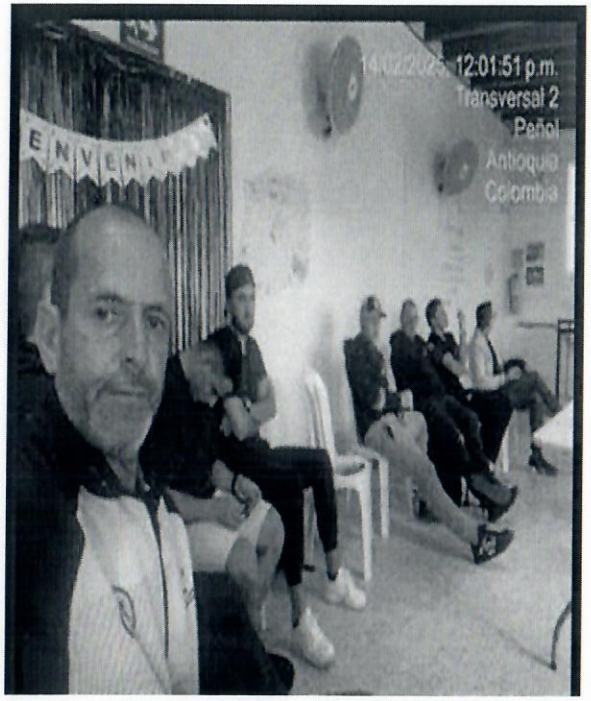
Ciclo paseo 9 febrero 2025

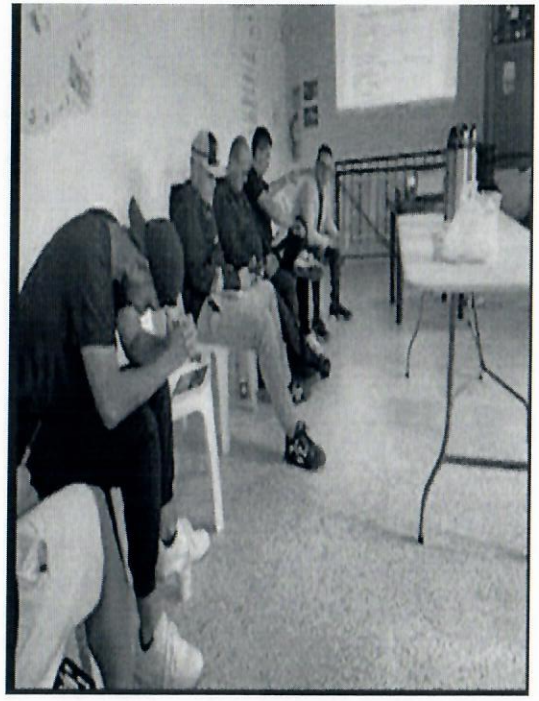






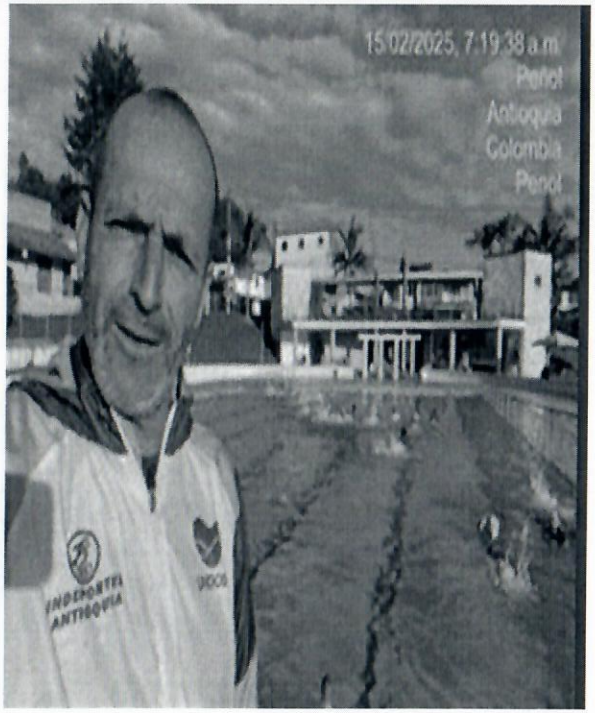
Ciclo paseo 16 febrero 2025

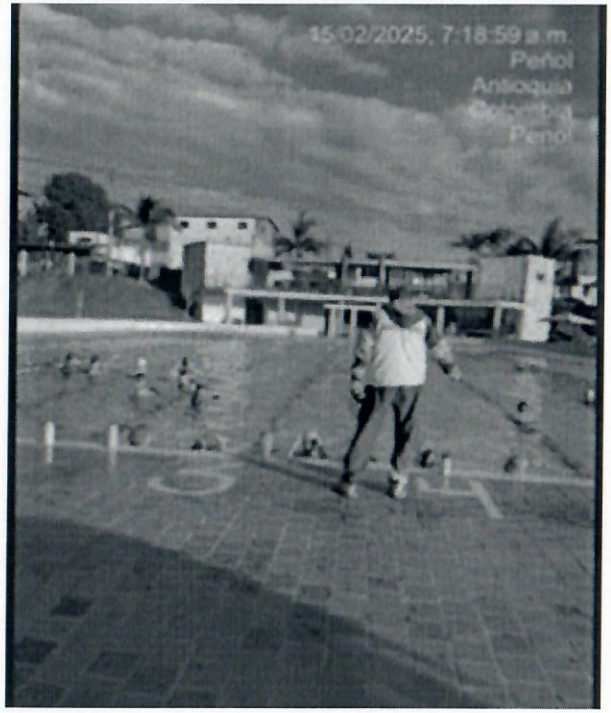






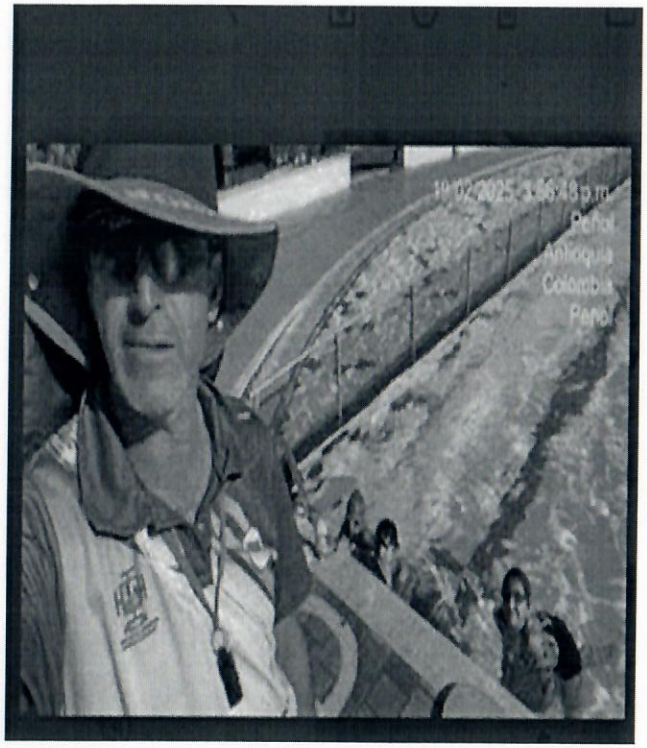
Capacitación plan de acción 14 febrero 2025

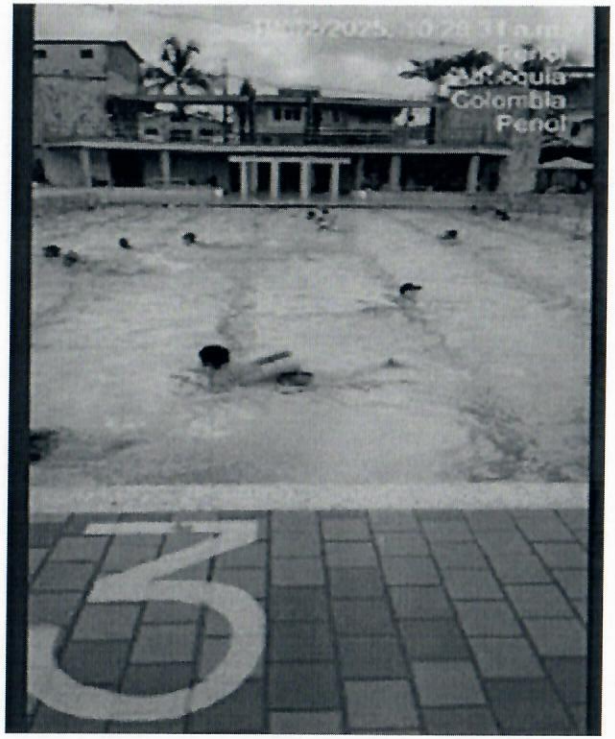






Entrenamiento todas categorías 15 febrero 2025







Entrenamiento escolares 19 de febrero 2025





Integración fundación refugio de la fe en Dios 20 febrero 2025





Entrenamiento intercolegiados 22 febrero 2025

ASOPAGOS s.a.

RAZÓN SOCIAL :	ALVEIRO ANTONIO CASTAAO GIL
IDENTIFICACIÓN:	CC-15434714
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
FECHA GENERACIÓN REPORTE:	2025-02-26
FECHA LÍMITE DE PAGO:	2025-03-05
FECHA DE PAGO:	2025-02-26
ENTIDAD DE PAGO:	BANCOLOMBIA
PERÍODO PENSIÓN:	2025-02
PERÍODO SALUD:	2025-02
NÚMERO PLANILLA:	32350394
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	32350394
TIPO DE PLANILLA:	I

CÓDIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NÚMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGA SIN INTERES
EPS002	800130907	SALUD TOTAL	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 17
230201	800229739	PROTECCION	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 22
14-23	860011153	POSITIVA	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 3
CCF03	890900842	COMFENALCOANTIOQUIACCF	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 2
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 0	$ 46

PAGADO

FECHA DE PAGO DEL SIGUIENTE MES:	03/04/2025

Archivar Eliminar Marcar como favorito Marcar como no leído Bloquear Etiqueta S

Aviso de transferencia interbancaria

cc: GERENCIA <GERENCIA@INDERLENGE.COM>; TESORERIA <TESORERIA@INDERLE.COM.CO>; gerencia <ge

Banco Agrario de Colombia

Aviso de transferencia interbancaria

:: Cuenta Origen	
Titular:	**INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTES EDUCACION FISICA Y RECREACION**
Número de cuenta:	******6791**
Moneda:	**$**
Tipo:	**Cuenta corriente**
:: Cuenta Destino	
Titular:	**ALVEIRO CASTAÑO**
Número de cuenta:	******2011**
Moneda:	**$**
Tipo:	**Cuenta de ahorros**
:: Datos de la operación	
Operador:	**ANGEL NORBEY GARCIA GIRALDO**
Concepto:	**SEGUNDOPAGOCONT R04ALVEIR**
Monto:	**$ 2585310,00**
Fecha:	**05/03/2025**
:: Resultado	
Estado:	**Aprobada**
Referencia:	**40745351**
Código:	**23629341**
Mensaje:	**Se aprobó la transacción correctamente**

Búsqueda