

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0349 - de 2024-11-25 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO Y DE ALTOS LOGROS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DE VOLEIBOL PLAYA, EN CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO: "DESARROLLO CONSTRUCCIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE -2024005850105

Yopal, 28 de Diciembre del 2024.

Señor(a)

LINA PAOLA AMAYA BAHAMON

PROFESIONAL UNIVERSITARIO DEPORTES

Supervisor

Ciudad

Ref: Informe de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0349 - de 2024-11-25.

Cordial Saludo,

En cumplimiento del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN de la referencia, relaciono a continuación las actividades realizadas desde: 28/11/2024 hasta 27/12/2024.

A. ANTECEDENTES:

CLASE DE CONTRATO	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN
NUMERO DE CONTRATO	0349
FECHA DE CONTRATO	2024-11-25.
NOMBRE DEL CONTRATISTA	RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES
NUMERO DE IDENTIFICACIÓN DE CONTRATISTA	74753085 de AGUAZUL
OBJETO DEL CONTRATO	PRESTAR LOS SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO Y DE ALTOS LOGROS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DE VOLEIBOL PLAYA, EN CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO: "DESARROLLO CONSTRUCCIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE -2024005850105
FECHA DE INICIO	2024-11-28
PLAZO DE EJECUCIÓN	Un (1) MES
FECHA DE TERMINACIÓN INICIAL	2024-12-27
FECHA DE INFORME	28 de Diciembre del 2024
PERIODO DE INFORME	28/11/2024 hasta 27/12/2024
NUMERO DE INFORME	1
DIRECCIÓN DE DOMICILIO	CARRERA 28 No. 9-18
CIUDAD	AGUAZUL
TELEFONO MOVIL	3118110826
CORREO ELECTRÓNICO	riancamo_747@hotmail.com
ADICION	
SUSPENSIÓN	
NUEVA FECHA DE TERMINACIÓN	

Dirección física: Transversal 18 No. 14 - 09 **Horario de atención al público:** Lunes a viernes: 8:00 A.M a 12:00 M - 2:00 P.M. a 6:00 P.M.

Yopal, Casanare, Colombia **Teléfono(s):** PBX (57) (8) 6353638 **Correo electrónico:** secretaria@indercas-casanare.gov.co

Facebook: INDERCAS instituto de deportes de Casanare

Página web: www.indercas-casanare.gov.co

Twitter: @indercas

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0349 - de 2024-11-25 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO Y DE ALTOS LOGROS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DE VOLEIBOL PLAYA, EN CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO: "DESARROLLO CONSTRUCCIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE -2024005850105

B. ESTADO FÍSICO:

Hasta la fecha 27/12/2024, el CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0349 presenta una ejecución del 100% contra una programada del 100%.

C. ESTADO FINANCIERO:

	Valor	Anticipo	
CONTRATO INICIAL	\$2.700.000,00	\$0,00	
ADICIONAL	\$0,00	\$0,00	
TOTAL CONTRATO	\$2.700.000,00	\$0,00	
	Valor Acta	Amortiza	Vr. Pagado
PRESENTE ACTA	\$2.700.000,00	\$0,00	\$2.700.000,00
POR EJECUTAR	\$0,00		
TOTAL	\$2.700.000,00	\$0,00	\$2.700.000,00

VALOR A PAGAR EN LA PRESENTE ACTA NO. 1: \$2.700.000,00 M.L.C.

D. ACTIVIDADES:

1. Prestar los servicios como entrenador, para orientar los procesos de enseñanza, aprendizaje, perfeccionamiento deportivo y de altos logros en el departamento de Casanare de acuerdo con los lineamientos propuestos por la Liga o Club deportivo correspondientes y aprobados por Indercas por intermedio del metodólogo de la disciplina, dejando constancia por escrito del hecho. 2. Presentar y sustentar el Plan metodológico de trabajo, incluyendo el cronograma y lugar donde desarrollará sus labores, que concuerde con el tiempo de su contratación al metodólogo asignado y/o equipo técnico metodológico. 3. Ajustar el Plan metodológico de trabajo y cronograma, en caso de que el metodólogo asignado lo solicite. 4. Presentar los resultados técnicos mensuales de acuerdo con lo programado en el Plan metodológico de trabajo. 5. En caso de participación en eventos deportivos deberá enviar información de los resultados obtenidos por su delegación al metodólogo y jefe de prensa. 6. Desarrollar un proceso técnico deportivo durante mínimo seis (6) horas al día de lunes a viernes y los días festivos cuando se requiera, para atender 40 niños, niñas y adolescentes por mes de ejecución del contrato. 7. Desarrollar procesos deportivos mediante competencias mínimo una vez al mes, para fortalecer la enseñanza, aprendizaje y fomento del deporte. 8. Asistir y participar de las reuniones, convocatorias y capacitaciones que se realicen por parte del Indercas, relacionadas con el objeto del contrato. 9. Llevar control de la asistencia de los deportistas beneficiados y presentar las correspondientes planillas en cada informe de actividades. 10. Apoyar de forma técnica deportiva el proceso de Juegos Intercolegiados de acuerdo con las necesidades de su disciplina deportiva. 11. Verificar que para las sesiones de adiestramiento los deportistas cumplan con los protocolos establecidos por el Centro Especializado del Deporte. 12. Presentar en medio magnético de manera mensual y con la liquidación del contrato, la base de datos estadística de la población beneficiada donde se incluyan los siguientes aspectos: a) Rango de edad: Primera infancia (0-5); Infancia (6-11); Adolescencia (12-17); b) Enfoque de género: masculino, femenino; c) Enfoque étnico: indígenas, Comunidades NARP, Población ROM, Ninguno; d) Enfoque diferencial: Víctimas del conflicto armado, habitante de calle, PPL-TD, PPR, población en pobreza extrema, personas con discapacidad, ninguno. 13. Apoyar las actividades lideradas o apoyadas por el Indercas a las cuales sea convocado, relacionadas con el objeto del contrato. 14. Presentar antes del primer pago, certificado a su nombre del curso

Dirección física: Transversal 18 No. 14 - 09 **Horario de atención al público:** Lunes a viernes: 8:00 A.M a 12:00 M - 2:00 P.M. a 6:00 P.M.

Yopal, Casanare, Colombia **Teléfono(s):** PBX (57) (8) 6353638 **Correo electrónico:** secretaria@indercas-casanare.gov.co

Facebook: Indercas instituto de deportes de Casanare

Página web: www.indercas-casanare.gov.co

Twitter: @indercas

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0349 - de 2024-11-25 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO Y DE ALTOS LOGROS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DE VOLEIBOL PLAYA, EN CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO: "DESARROLLO CONSTRUCCIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE -2024005850105

de Integridad, Transparencia y Lucha contra la corrupción, que se encuentra en: <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/es/cursos-virtuales-eva/curso-integridad.html> 15. Mantener informada al Indercas de los hechos o circunstancias que puedan constituir actos de corrupción o puedan poner o pongan en riesgo el cumplimiento del contrato, o cuando tal incumplimiento se presente;

E. ACTIVIDADES DESARROLLADAS:

ACTIVIDAD	ACTIVIDAD REALIZADA	PORCENTAJE (%)
01 PRESENTAR EL CRONOGRAMA, HORARIOS Y LUGARES DE TRABAJO POR CATEGORÍA Y RAMA.	PRESENTÓ EN ESTE PRIMER MES, EL CRONOGRAMA HORARIOS Y LUGARES DE TRABAJO POR CATEGORÍA Y RAMA AL METODÓLOGO DE APOYO DE DEPORTE EN CONJUNTO.	100
02 PRESENTAR Y SUSTENTAR EL PLAN DE ENTRENAMIENTO GRÁFICO Y ESCRITO DE LOS DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO ANTE EL CENTRO ESPECIALIZADO DEL DEPORTE, (EQUIPO TÉCNICO METODOLÓGICO), POR EQUIPO CATEGORÍA Y DEPORTISTAS SEGÚN CORRESPONDA.	SE REALIZO EL DÍA 29 DE NOVIEMBRE DE LAS 5:00 PM A LAS 6:00 P.M. DE 2024, EN LA SALA DE JUNTAS DEL INDERCAS, LA SUSTENTACIÓN Y SE PRESENTÓ EL PLAN DE ENTRENAMIENTO GRÁFICO Y ESCRITO DE LOS DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO ANTE EL CENTRO ESPECIALIZADO DEL DEPORTE (EQUIPO METODOLÓGICO) POR EQUIPO CATEGORÍA Y DEPORTISTAS SEGÚN CORRESPONDE	100
03 PRESENTAR LOS MESOCICLOS, MICROCIOS A DESARROLLAR MES A MES, DOS DÍAS ANTES DE TERMINAR EL ANTERIOR MESOCICLO.	FINALIZO EN ESTE PRIMER MES PRESENTANDO LOS MESOCICLOS, MICROCIOS A DESARROLLAR MES A MES DOS DÍAS ANTES DE TERMINAR EL ANTERIOR MESOCICLO AL METODÓLOGO LICENCIADO JONATHAN GARCIA.	100
04 VALORAR INDIVIDUALMENTE A LOS DEPORTISTAS A SU CARGO Y DILIGENCIAR LA FICHA DE INCORPORACIÓN, VALORACIÓN INICIAL Y AVANCES DE CADA DEPORTISTA Y/O EQUIPO, TEST REALIZADOS ENTRE OTROS. (PRESENTARLOS AL GRUPO TÉCNICO METODOLÓGICO Y ANEXAR EN EL INFORME MENSUAL).	HASTA LA FECHA EN ESTE PRIMER MES, SE EVALUARON A LOS DEPORTISTAS 1 VEZ, SE REALIZÓ LA PRIMERA VALORACIÓN MEDIANTE LOS TEST (FÍSICOS) A TODOS LOS DEPORTISTAS DE VOLEIBOL PLAYA PARTICIPANTES DEL PROGRAMA.	100
05 DESARROLLAR LOS PLANES DE ENTRENAMIENTO SEGÚN LAS CATEGORÍAS Y RAMAS CON EL PROPÓSITO DE MEJORAR EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LOS ENTRENADOS	FINALIZO DESARROLLANDO LOS PLANES DE ENTRENAMIENTO EN ESTE PRIMER MES EN LAS CATEGORÍAS U 15, U17, U19, U 21 Y MAYORES EN LAS RAMAS MASCULINA Y FEMENINA CON EL FIN DE MEJORAR EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE LOS ATLETAS DE VOLEIBOL PLAYA.	100
06 COORDINAR Y FACILITAR LA INTERVENCIÓN DE LOS PROFESIONALES DEL CENTRO ESPECIALIZADO DEL DEPORTE RESPECTO DE CADA UNO DE SUS DEPORTISTAS DE ACUERDO CON LAS NECESIDADES PUNTUALES.	COORDINANDO Y FACILITANDO EN ESTE PRIMER MES, LA INTERVENCIÓN DE LOS PROFESIONALES DEL CENTRO ESPECIALIZADO DEL DEPORTE (FISIOTERAPEUTA-NUTRICIONISTA Y DEPORTOLOGO) DÁNDOME HERRAMIENTAS PARA LA MEJORA DE MIS DEPORTISTAS DE VOLEIBOL DE PLAYA, ACATAR LAS RECOMENDACIONES PARA NUESTROS ATLETAS DE RENDIMIENTO.	100
07 APLICAR LOS FORMATOS Y PROTOCOLOS PARA MEDIR EL DESARROLLO DE CADA DEPORTISTA; ESTABLECIDOS POR EL GRUPO INTERDISCIPLINARIO O EQUIPO TÉCNICO METODOLÓGICO.	FINALIZO EN ESTE PRIMER MES, APLICANDO LAS RECOMENDACIONES DEL GRUPO METODOLÓGICO Y LOS FORMATOS PARA TAL FIN.	100
08 PRESENTAR AL GRUPO INTERDISCIPLINARIO O EQUIPO TÉCNICO METODOLÓGICO LOS PRONÓSTICOS DE PARTICIPACIÓN EN EVENTOS DEPARTAMENTALES, NACIONALES E INTERNACIONALES DE CADA UNO DE LOS SELECCIONADOS O DEPORTISTAS, LOS CUALES DEBEN	EN ESTE ÍTEM 8, PRIMER MES, NO HUBO PARTICIPACIÓN NACIONAL. EN VOLEIBOL PLAYA RAMA MASCULINA.	100

Dirección física: Transversal 18 No. 14 - 09 **Horario de atención al público:** Lunes a viernes: 8:00 A.M a 12:00 M - 2:00 P.M. a 6:00 P.M.

Yopal, Casanare, Colombia **Teléfono(s):** PBX (57) (8) 6353638 **Correo electrónico:** secretaria@indercas-casanare.gov.co

Facebook: INDERCAS instituto de deportes de Casanare

Página web: www.indercas-casanare.gov.co

Twitter: @indercas

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0349 - de 2024-11-25 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO Y DE ALTOS LOGROS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DE VOLEIBOL PLAYA, EN CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO: "DESARROLLO CONSTRUCCIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE -2024005850105

SER PRESENTADOS COMO MÍNIMO DIEZ DÍAS ANTES DE CADA EVENTO, PARA SU RESPECTIVO ANÁLISIS Y APROBACIÓN POR PARTE DEL GRUPO INTERDISCIPLINARIO Y METODOLÓGICO DEL INDERCAS.		
09 PRESENTAR EL INFORME TÉCNICO DE CADA EVENTO EN EL CUAL PARTICIPO PLAZO MÁXIMO PARA LA ENTREGA TRES DÍAS SIGUIENTES A LA TERMINACIÓN DE LA COMPETENCIA PRESENTARLO AL GRUPO INTERDISCIPLINARIO O EQUIPO TÉCNICO METODOLÓGICA Y CONSOLIDARLO EN EL INFORME MENSUAL Y FINAL	PRESENTO AL METODÓLOGO DE APOYO EL INFORME TÉCNICO E INFORME MENSUAL	100
10. ASISTIR A REUNIONES QUE CONVOQUE EL INSTITUTO, LIGA, GRUPO INTERDISCIPLINARIO O EQUIPO TÉCNICO METODOLÓGICO RELACIONADO CON EL OBJETO DEL CONTRATO O PRODUCTOS DEL PROYECTO	ASISTO Y PARTICIPO EN REUNIONES CONVOCADAS POR LOS ENTES INTERDICLINARIOS	100
11. PRESENTAR LA ESTADÍSTICA DE LA POBLACIÓN BENEFICIADA MES A MES Y DURANTE EL DESARROLLO DEL OBJETO CONTRACTUAL, Y EL CONSOLIDADO FINAL A LA LIQUIDACIÓN FINAL DEL CONTRATO EN MEDIO FÍSICO Y MAGNÉTICO. QUE INCLUYA LA BASE DE DATOS DE LA POBLACIÓN BENEFICIADA POR CATEGORÍA Y RAMA Y ENFOQUE DIFERENCIAL.	FINALIZO CON LA PRESENTACIÓN DE LAS ESTADÍSTICAS DE LA POBLACIÓN BENEFICIADA DEL PRIMER MES DE ACTIVIDADES DE FECHA 28 DE NOVIEMBRE DE 2024 AL 27 DE DICIEMBRE DE 2024 DEL DEPORTE DEL VOLEIBOL DE PLAYA Y EL CONSOLIDADO GENERAL EN MEDIO FÍSICO Y MAGNÉTICO JUNTO CON LA BASE DE DATOS DE LA POBLACIÓN BENEFICIADA POR CATEGORÍA Y RAMA Y EL ENFOQUE DIFERENCIAL	100
12. LLEVAR EL REGISTRO Y CONSOLIDADO DE LAS DIFERENTES PARTICIPACIONES QUE REALICEN LOS SELECCIONADOS DE LA LIGA A NIVEL DEPARTAMENTAL, NACIONAL E INTERNACIONAL, PRESENTARLA EN EL INFORME MENSUAL Y CONSOLIDADO EN EL INFORME FINAL DEL CONTRATO, EN MEDIO FÍSICO Y MAGNÉTICO.	LLEVO REGISTRO Y CONSOLIDADO DE PARTICIPACIÓN DE NUESTRA SELECCIÓN CASANARE DE VOLEIBOL PLAYA	100
13. TENER A DISPOSICIÓN PERMANENTE DEL INSTITUTO EN EL SITIO DE ENTRENAMIENTO, EL PLAN MENSUAL Y DIARIO DE TRABAJO Y EL LISTADO ACTUALIZADO DE LOS DEPORTISTAS A SU CARGO POR CATEGORÍA Y RAMA.	TERMINO MANTENIENDO EN ESTE PRIMER INFORME MI PLAN DE ENTRENAMIENTO, EL PLAN DIARIO Y EL LISTADO DE LOS DEPORTISTAS QUE INTERVIENEN EN EL MISMO POR CATEGORÍA Y RAMA EN EL INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE AGUAZUL IDRA (ESCENARIO DE VOLEIBOL PLAYA) ESCENARIO DEPORTIVO DISPUESTO PARA LOS ENTRENAMIENTOS YA QUE CUMPLE CON LA ARENA Y REGLAMENTACIÓN ESPECIFICA.	100
14. LLEVAR CONTROL DIARIO DE LA ASISTENCIA DE LOS DEPORTISTAS, POR RANGO DE EDAD, GRUPO POBLACIONAL, SECTOR, GÉNERO, CATEGORÍA, ENTRE OTROS.	CULMINO LLEVANDO EL CONTROL DIARIO DE LA ASISTENCIA DE LOS ATLETAS DE VOLEIBOL PLAYA, CON RANGO DE EDAD, ESTADÍSTICA GENERAL POR GÉNERO Y AVANCES DEL MISMO EN ESTE PRIMER MES.	100
15. APOYAR LOS PROCESOS DEPORTIVOS EN LA POBLACIÓN CON DISCAPACIDAD SEGÚN SU ESPECIALIDAD DEPORTIVA.	ATENTO A RECIBIR POBLACIÓN DISCAPACITADA, EN LA DISCIPLINA DE VOLEIBOL DE PLAYA	100
16. COMO ENTRENADOR	EN ESTE PRIMER MES COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL,	100

Dirección física: Transversal 18 No. 14 - 09 **Horario de atención al público:** Lunes a viernes: 8:00 A.M a 12:00 M - 2:00 P.M. a 6:00 P.M.

Yopal, Casanare, Colombia **Teléfono(s):** PBX (57) (8) 6353638 **Correo electrónico:** secretaria@indercas-casanare.gov.co

Facebook: INDERCAS instituto de deportes de Casanare

Página web: www.indercas-casanare.gov.co

Twitter: @indercas

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0349 - de 2024-11-25 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO Y DE ALTOS LOGROS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DE VOLEIBOL PLAYA, EN CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO: "DESARROLLO CONSTRUCCIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE -2024005850105

DEPARTAMENTAL REALIZAR UNA ARTICULACIÓN CON LOS DIFERENTES MUNICIPIOS PARA DETECTAR E INVOLUCRAR LOS DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO QUE PUEDAN EXISTIR EN CADA UNO DE LOS MUNICIPIOS A LOS PROCESOS DEPORTIVOS. ADEMÁS, REALIZAR VISITAS A LOS DIFERENTES MUNICIPIOS, UNA VISITA A CADA MUNICIPIO DEL DEPARTAMENTO TRIMESTRALMENTE Y DILIGENCIAR LOS FORMATOS METODOLÓGICOS ESTABLECIDOS POR EL INSTITUTO.	TENENGO (1) UN MUNICIPIO INVOLUCRADO EN EL VOLEIBOL DE PLAYA DANDO GRANDES LOGROS Y CON LA FINALIDAD DE CAPTAR TALENTOS DEPORTIVOS, CABE RESALTAR QUE SE ESTÁ TRABAJANDO ARTICULADAMENTE PARA REALIZAR UN DIAGNÓSTICO EN OTROS MUNICIPIOS AL IGUAL VISITANDO EL ESCENARIO Y APOYAR A LOS PROCESOS QUE TENGAN Y PODER PRESELECCIONAR PARA TENER UNA BASE SÓLIDA DE LA REALIDAD DEL VOLEIBOL DE PLAYA EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE	
17. REALIZAR EN CADA MUNICIPIO UN DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ACTUAL DE DEPORTE DE RENDIMIENTO SEGÚN SU ESPECIALIDAD	EN ESTE PRIMER MES, TRABAJANDO EN ESTE DIAGNÓSTICO REALIZADO OTRO ESTE EL DÍA 13 DE DICIEMBRE DE 2024, PARA CONOCER Y DETERMINAR LOS NUEVOS ATLETAS Y TALENTOS DEL VOLEIBOL DE PLAYA EN LOS MUNICIPIOS PUES SE HACE IMPORTANTE YA QUE LOS ESCENARIOS CASI SIEMPRE SON DE VOLEIBOL ARENA DONDE SE TIENE PLAN DE TRABAJO, (AGUAZUL-CASANARE). GRAN APOORTE DEL MONITOR CONTRATADO A TRAVÉS DE LA INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y LA RECREACION DE AGUAZUL IDRA. SEGÚN EL ENTRENADOR ALEXIS LIEVANO.	100
18. MANTENER EL NÚMERO MÍNIMO DE DEPORTISTAS SEGÚN LO ESTABLECIDO POR EL INSTITUTO Y REALIZAR LAS PRÁCTICAS O ENTRENAMIENTOS PRESENCIALES MININOS DE 6 HORAS DIARIAS SEGÚN EL PLAN DE ENTRENAMIENTO.	TERMINO MANTENIENDO EN ESTE PRIMER MES BASTANTES ATLETAS POR UN MARGEN DE 41 DEPORTISTAS EN EL ESCENARIO DEPORTIVO DEL INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE AGUAZUL IDRA. CON UNOS MÁRGENES DE 6 HORAS DIARIAS INCLUIDOS SUS PLANES DE ENTRENAMIENTOS Y DE FUERZA ACORDES A SUS REQUERIMIENTOS DEPORTIVOS.	100
19. DESARROLLAR, APOYAR, DILIGENCIAR Y FACILITAR LOS DIFERENTES FORMATOS, HERRAMIENTAS TÉCNICAS O ACTIVIDADES QUE LE SEAN ASIGNADAS, PARA CULMINAR LA INVESTIGACIÓN PRODUCTO DEL PROYECTO, PLAN DEPARTAMENTAL PARA EL DESARROLLO DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA 2024-2033, CENSO DE ESCENARIOS DEPORTIVOS Y DEMÁS LABORES VINCULADAS AL PROYECTO Y SUS PRODUCTOS.	EN ESTE PRIMER MES SE CONSOLIDO LA INVESTIGACIÓN EN EL PLAN DEL DESARROLLO DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA 2024-2033 EN LA MODALIDAD DE VOLEIBOL DE PLAYA Y DEMÁS QUE DISPUSIERON SUS ACTORES PARA TAL FIN, PARA EL PROYECTO COMO TAL. HUBO REUNIÓN REALIZADA EN EL ESTADIO SANTIAGO DE LAS ATALAYAS SALA DE REUNIONES	100
20. DESARROLLAR, APOYAR Y DILIGENCIAR LOS DIFERENTES FORMATOS O HERRAMIENTAS TÉCNICAS PARA LA EJECUCIÓN DEL ESTUDIO PRODUCTO DEL PROYECTO.	APOYE Y PARTICIPE ACTIVAMENTE EN EL DESARROLLO Y DILIGENCIAMIENTO DE LOS FORMATOS PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO EL DÍA 09 DE FEBRERO DE 2024, DELEGADO COMO COORDINADOR DE LA MESA DEPARTAMENTAL DEL DEPORTE.	100
21. PRESENTAR MENSUALMENTE EL INFORME DE EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES DENTRO DE LOS TRES (03) DÍAS HÁBILES SIGUIENTES AL VENCIMIENTO DEL PERIODO A CERTIFICAR, EN EL FORMATO ESTABLECIDO POR EL INSTITUTO, CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO FIRMADA POR EL REPRESENTANTE DE LA LIGA DEPORTIVA, ORIGINAL DE LOS SOPORTES DEL PAGO DE SALUD,	FINALIZO PRESENTANDO MENSUALMENTE EL PRIMER INFORME DENTRO DE LO ESTABLECIDO POR EL INSTITUTO Y LOS FORMATOS PERTINENTES, JUNTO CON LA CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO FIRMADA POR LA DOCTORA DIANA LEAL PRESIDENTA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE Y A SU VEZ LOS SOPORTES DEL PAGO DE SALUD, PENSIÓN Y RIESGOS LABORALES POR DUPLICADO Y EN MEDIO MAGNÉTICO	100

Dirección física: Transversal 18 No. 14 - 09 **Horario de atención al público:** Lunes a viernes: 8:00 A.M a 12:00 M - 2:00 P.M. a 6:00 P.M.

Yopal, Casanare, Colombia **Teléfono(s):** PBX (57) (8) 6353638 **Correo electrónico:** secretaria@indercas-casanare.gov.co

Facebook: INDERCAS instituto de deportes de Casanare

Página web: www.indercas-casanare.gov.co

Twitter: @indercas

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0349 - de 2024-11-25 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO Y DE ALTOS LOGROS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DE VOLEIBOL PLAYA, EN CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO: "DESARROLLO CONSTRUCCIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE -2024005850105

PENSIÓN Y RIESGOS LABORALES, TODO POR DUPLICADO Y EN MEDIO MAGNÉTICO.		
22. PRESENTAR ANTES DEL PRIMER PAGO, CERTIFICADO A SU NOMBRE DEL CURSO DE INTEGRIDAD, TRANSPARENCIA Y LUCHA CONTRA LA CORRUPCIÓN, QUE SE ENCUENTRA EN: HTTPS://WWW.FUNCIONPUBLICA.GOV.CO/O/EVA/ES/CURSOS-VIRTUALES-EVA/CURSO-INTEGRIDAD.HTML .	PRESENTADO ESTE EN EL PRIMER MES, CERTIFICADO A MI NOMBRE (RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES) DEL CURSO DE INTEGRIDAD, TRANSPARENCIA Y LUCHA CONTRA LA CORRUPCIÓN	100
23. LAS DEMÁS ASIGNADAS POR GERENCIA, SUPERVISOR Y/O INTERVENTOR DE ACUERDO CON SU OBJETO CONTRACTUAL. PRESENTAR ANTES DEL PRIMER PAGO, CERTIFICADO A SU NOMBRE DEL CURSO VIRTUAL LENGUAJE CLARO PARA SERVIDORES Y COLABORADORES PÚBLICOS, QUE SE ENCUENTRA EN: HTTPS://ESCUELAVIRTUAL.DNP.GOV.CO/LOGIN/INDEX.PHP .	REALIZO Y RECIBO CERIFICADO DEL CURSO LENGUAJE CLARO	100
24. ASISTIR DURANTE LA VIGENCIA DEL CONTRATO A UN CURSO MÍNIMO DE 20 HORAS DE EDUCACIÓN NO FORMAL, DICTADO POR UNA ENTIDAD DEBIDAMENTE RECONOCIDA POR EL ESTADO, O EN SU DEFECTO CERTIFICACIÓN DE HABER CURSADO 20 HORAS DE EDUCACIÓN FORMAL EXPEDIDA POR LA RESPECTIVA ENTIDAD, RELACIONADOS CON EL SECTOR DEPORTE Y RECREACIÓN Y PRESENTAR EL RESPECTIVO CERTIFICADO A MÁS TARDAR A LA FIRMA DEL ACTA DE TERMINACIÓN	PARTICIPE ACTIVAMENTE EN LA SEGUNDA CAPACITACIÓN REGLAMENTACIÓN EN EL DEPORTE DEL VOLEIBOL PLAYA "JUZGAMIENTO" DIRIGIDA A PROMOTORES, JUECES, ENTRENADORES Y ÁRBITROS REALIZADA POR LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE EN EL INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y LA RECREACION DE AGUAZUL IDRA, REALIZADA EN LA CIUDAD DE AGUAZUL-CASANARE LOS DÍAS DEL 6 AL 8 DE DICIEMBRE DE 2024 EN LA SALA DE JUNTAS, CON INTENSIDAD HORARIA DE 40 HORAS.	100

F. OBSERVACIONES:

Atentamente,



RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES
Contratista

Yopal, 28 de diciembre 2024.

Licenciada

LINA PAOLA AMAYA BAHAMON

Supervisora Indercas Yopal

Asunto: **INFORME DE ACTIVIDADES 1-1 CONTRATO 0349-2024**

Por medio de la presente me permito presentar el informe mensual del contrato N ° 0080 de INDERCAS, cuyo objeto es; PRESTAR LOS SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO Y DE ALTOS LOGROS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DE VOLEIBOL PLAYA, EN CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO: "DESARROLLO CONSTRUCCIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE -2024005850105. de periodo comprendido entre el 28 de noviembre de 2024 al 27 de diciembre de 2024. Lo anterior para efectos de cumplimiento de las cláusulas contractuales definidas por el INDERCAS dentro del contrato anterior informado.

Sin otro particular y en espera de una pronta y positiva respuesta a nuestra petición nos suscribimos a usted, no sin antes desearle éxitos en sus labores diarias.

Atentamente;



RICARDO ANELFO CASTELLANOS MORALES

Entrenador

Departamental Voleibol

playa

CC 74.753.085

ACTA No. 15

TIPO: Sustentación presencial		TEMA: Sustentación plan metodológico del entrenador (a) Ricardo Andelfo Castellanos Morales, de la LIGA DE VOLEIBOL.			
FECHA:	29 de noviembre de 2024	HORA:	5:00 PM	a	6:00 PM
	Día Mes Año		Inicial		Final

LUGAR:	SALA DE JUNTAS DE LA ENTIDAD
OBJETIVO:	Socialización del plan metodológico escrito y grafico en relación con el contrato de prestación de servicios No. 349 - 2024 suscrito por el entrenador (a) Ricardo Andelfo Castellanos Morales.

ASISTENTES			
Nombre Completo	Entidad/Dependencia/Cargo	Correo / Tel.	Firma
Ricardo Andelfo Castellanos Morales	ENTRENADOR (A)	riancamo_747@hotmail.com	
JONATHAN GARCÍA DAZA	PROFESIONAL UNIVERSITARIO – METODÓLOGO.	Jmetodologia@indercas-casanare.gov.co 3045998223	

AGENDA / ACTIVIDADES	
1	Presentación
2	Revisión del Plan de Entrenamiento Escrito
3	Socialización y fortalecimiento de conceptos y temáticas del plan escrito.
4	Revisión del Plan de Entrenamiento gráfico
5	Socialización y fortalecimiento de conceptos y temáticas del plan gráfico.
6	Descripción de Test físicos, técnicos, tácticos, psicológicos y demás herramientas de valoración.
7	Solución de inquietudes
8	Temas varios
DESARROLLO DE LA REUNIÓN:	

ACTA No. 15

Se socializó el plan de entrenamiento gráfico y escrito, donde se evidencia que cumple con las condiciones y las fechas tentativas de eventos, para iniciar el proceso de preparación de los deportistas.

El entrenador describe las condiciones especiales de su deporte y socializa los diferentes test que serán la herramienta para valorar el progreso de los deportistas y analizar si el macrociclo genera efectos positivos en cada deportista.

El metodólogo recomienda la masificación de la disciplina deportiva y la realización de los diferentes test que permitan obtener datos que evidencien el estado actual de cada deportista, así mismo, seguir el plan de entrenamiento para que al final del mismo, establecer si las condiciones allí descritas generan estímulos positivos en cada deportista.

El macrociclo correspondiente a la fecha Noviembre 28 a diciembre 27 de 2024, contiene 1 mesociclo, (Preparatorio), con 5 microciclos (corriente), se proyecta la planificación para mantener los atletas no hay eventos federados

El entrenador, comenta sobre que deportistas de la liga ya terminaron los eventos y con el trabajo articulado con clubes para detectar promesas, por otro lado, realizará test (físicos)., Concretará los espacios para la realización de valoraciones con el personal del centro especializado del instituto que permitan una constante valoración del estado y desarrollo de los deportistas.

Se determina que, para la próxima reunión, se revise los resultados de los diferentes test y horarios de las sesiones de entrenamiento.

Acuerdos y Compromisos	Responsables	Fechas
Informar al metodólogo cualquier cambio en los horarios o lugar de realización de los entrenamientos y ajustes que se hagan al plan de entrenamiento.	Ricardo Andelfo Castellanos Morales	
Invitar al metodólogo en la realización de test y convocatorias que se realicen dentro del macrociclo sustentado.	Ricardo Andelfo Castellanos Morales	

Siendo las 5:50 p.m. y cumplido el objetivo, se dio por terminada la reunión en constancia firman:



JONATHAN GARCIA DAZA
Profesional Universitario - Metodólogo



Ricardo Andelfo Castellanos Morales
ENTRENADOR

	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

MODELO DE METODOLOGICOS PARA LA PRESENTACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO

NOMBRE DEL ENTRENADOR:			RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES										
DEPORTE: VOLEIBOL				CATEGORIA: U15, U17,U19. U21 Y M			MODALIDAD: PLAYA		EDAD: 14-30		GENERO:	(M.) (F.)	
MACROCICLO No 1		FECHA: 28 /11/2024			TIPO DE MESOCICLO: DESARROLLADOR						FECHA: 27/12/2024		
TIPO DE MICROCICLOS		MICRO 1		MICRO 2		MICRO 3		MICRO 4		MICRO 5			
		CORRIENTE		CORRIENTE		CORRIENTE		PREPARATORIO		COMPETITIVO			
FECHAS DE MICROCICLO		Ini	Fin	Ini	Fin	Ini	Fin	Ini	Fin	Ini	Fin		
		28/11/2024	30/11/2024	2/12/2024	7/12/2024	9/12/2024	14/12/2024	16/12/2024	21/12/2024		23/12/2024	27/12/2024	
OBJETIVOS MESOCICLO		COLOCAR EN PRACTICA Y DESARROLLAR HABILIDADES TECNICAS Y TACTICAS EN LOS COMPLEJOS DEPORTIVOS EN EL VOLEIBOL PLAYA											
OBJETIVOS MICROCICLOS		1		2		3		4		5			
TECNICO		VOL:70	INT: 40%	VOL:70	INT: 40%	VOL:70	INT: 40%	VOL:70	INT: 40%	VOL:70	INT: 40%		
VOL MIN: 216		Desarrollar en el jugador como controlar la dirección del balón tras recibirlo, facilitando así la transición a un ataque		determinar una sincronizacion en los atletas para el apoyo en ataque		Depurar La efectividad del bloqueo dependiendo de la sincronización y comunicación entre el bloqueador y el defensorintentando de bloqueo		Establecer una plataforma de contacto adecuada, para mejor la recepcion y el armado de los jugadores en el voleibol playa		Realizar ejercicios especificos que enfoquen en la recepción del saque y la defensa contra ataques. Esto incluye simulaciones de situaciones de juego donde los jugadores deben reaccionar a diferentes tipos de ataques			
INT FRECAR: 50 al 70 %													
TACTICO		VOL:70	INT: 40%	VOL:70	INT: 40%	VOL:70	INT: 40%	VOL:70	INT: 40%	VOL:70	INT: 40%		
VOL MIN: 288		determinar acciones concretas en el k3 para mantener la dinámica del juego y recuperar la posesión del balón.		mejorar el conjunto de acciones tácticas de equipo con el objetivo de neutralizar el saque del equipo contrario y ganar la posesión del balón para ejecutar un ataque efectivo		vincular los complejos 1 y2 para desarrollar acciones de juego tanto ofensivas como defensivamente.		buscar neutralizar el ataque del equipo contrario y ganar la posesión del balón para desarrollar una jugada ofensiva en las mejores condiciones posibles.		corregir los complejos tácticospues son fundamentales para estructurar el juego y mejorar la efectividad			
INT FRECAR: 50 al 70 %													
FISICOS		VOL:70	INT:40%	VOL:70	INT:40%	VOL:70	INT: 40%	VOL:70	INT: 40%	VOL:70	INT: 40%		
VOL MIN: 216		mejorar la capacidad de salto y la fuerza explosiva de los jugadores a traves de eejercios pliometricos		lograr en los atletas unos desplazamiento adecuado que permiten una mejor cobertura del campo y una respuesta más rápida a los ataques contrarios		desarrollar las capacidades físicas de resistencia, fuerza, velocidad y coordinación en atletas de voleibol playa, para un enfoque integral que contemple entrenamiento específico y ejercicios variados		Desarrollar la fuerza explosiva y el acondicionamiento fisico general de los atletas para una mejora continua en el redimiento fisico.		Desarrollo de habilidades deportivas, para prioriza la formación de una base sólida de capacidades físicas y motrices en el voleibol playa			
INT FRECAR: 20 al 70 %													
VOLUMEN TOTAL MIN		360		720		720		720		600			
INTENSIDAD		40%		40%		40%		40%		40%			
MEDIOS		CANCHA, BALONES, RED, FLEJES, PITO, ANTENAS		CANCHA, BALONES, RED, FLEJES, PITO, ANTENAS		CANCHA, BALONES, RED, FLEJES, PITO,		CANCHA, BALONES, RED, FLEJES, PITO, ANTENAS		CANCHA, BALONES, RED, FLEJES, PITO, ANTENAS			
METODOS		INTERVALOS		CONTINUO		CONTINUO		CONTINUO		CONTINUO			
EVALUACION		TEST FISICOS											

FIRMA DE ENTRENADOR / INSTRUCTOR:

VºBº Metodologo de apoyo:

NOMBRES Y APELLIDOS: RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES

Nombres y apellidos

JONATHAN GARCIA DAZA



LIVOCAS
LIGA DE VOLLEYBALL CASANARE

LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE MACROCICLO 1 DE 2024

SELECCIÓN DE VOLEIBOL: U15, U17, U19, U21 Y MAYORES

PERIODO COMPETITIVO

ETAPA PREPARACION GENERAL

MESOCICLO: DESARROLLADOR

- Duración: del 28 de noviembre de 2024 al 27 de diciembre de 2024
- Microciclos: 1 corriente, 1 corriente, 1 corriente, 1 corriente y 1 corriente
- adaptación psicológica (cuerpo-mente) hacia la competencia real en juego y situaciones a resolver, antes, durante y después, como también los diferentes cambios fisiológicos y fortalecimiento de la concentración y habilidades de toma de decisiones en momentos de mayor dificultad.
- Desarrollo de una base aeróbica y anaeróbica de los atletas
- fortalecimiento de los diferentes grupos musculares

FISICOS

- preparación física y manejo distancias largas con tiempo, series de abdominales, dorsales, plan de fuerza.
- trabajos de propiocepción y fuerza con cargas a su peso y medida.
- Aumento de las capacidades condicionales básicas fuerza, resistencia, velocidad y

TECNICO

MICRO 1: voleo, antebrazo, ataque

MICRO 2: Apoyos en ataque

MICRO 3: Bloqueo, defensa en campo, contraataque

MICRO 4: recepción, armado y saque

MICRO 5: apoyos en defensa

TACTICO

MICRO 1: complejo 3

MICRO 2: complejo o k-1

MICRO 3: complejo 2-3

MICRO 4: complejo 1-2

MICRO 4: complejo 2 o k-2



RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES
ENTRENADOR VOLEIBOL PLAYA INDERCAS

**EL SUSCRITO PROFESIONAL DE LA SUBGERENCIA DE DESARROLLO DEPORTIVO
– INDERCAS - METODÓLOGO**

CERTIFICA Y/O DEJA CONSTANCIA QUE:

Que la (el) entrenador, **Ricardo Andelfo Castellanos Morales**, identificado con cedula de ciudadanía No. **74753085** de **Aguazul, Casanare**, cumplió con las actividades metodológicas consignadas en el contrato de prestación de servicios No. 00349 del 2024, el cual tiene como objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO Y DE ALTOS LOGROS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DE VOLEIBOL PLAYA, EN CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO: “DESARROLLO CONSTRUCCIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE - 2024005850105 Informe de actividades 1 de 1, comprendido en el periodo: desde el día 28 de noviembre de 2024 hasta el día 27 de diciembre de 2024.

La anterior se expide a los 24 de diciembre de 2024.


JONATHAN GARCÍA DAZA
Profesional Universitario – Metodólogo

PRUEBAS FISICAS (TEST DEPORTIVOS) ATLETAS DE VOLEBOL PLAYA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE-INDERCAS

FECHA 29 DE NOVIEMBRE DE 2024 CIUDAD AGUAZUL-CASANARE

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 80 kg. ESTAT 1.82 m
JHON CARLOS TELLO GARZON	1007747127	15/12/2000	23	3017150305	johnntello62@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	63	BUENO
Test dorsal 1 minuto	69	BUENO
Test flexo-extensión de brazos	44	MALO
Test de Wells	4 cm	REGULAR
Test saltabilidad estático	95 cm	REGULAR
Test saltabilidad en ataque	2.59 m	REGULAR

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 74 kg ESTAT 1.79 m
GIANCARLO VARGAS ALFONSO	1049656950	9/04/1999	26	3135828334	gian.vargas@usantoto.edu.co	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	72	MUY BUENO
Test dorsal 1 minuto	81	EXCELENTE
Test flexo-extensión de brazos	59	MUY BUENO
Test de Wells	15 cm	EXCELENTE
Test saltabilidad estático	2.13 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.68 m	MUY BUENO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 58 kg ESTAT 1.74 m
MERCY CAROLINA BELEÑO BELEÑO	1006443023	7/03/2003	21	3205672479	mercykarolinabeleno@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	69	MUY BUENO
Test dorsal 1 minuto	70	MUY BUENO
Test flexo-extensión de brazos	59	EXCELENTE
Test de Wells	17 cm	EXCELENTE
Test saltabilidad estático	1.34 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.46 m	MUY BUENO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 85 Kg ESTAT 1.90 m
JUAN SEBASTIAN RUEDA PAEZ	1.006.556.793	22/05/2003	21	3203414003	sebasrueda01@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	60	REGULAR
Test dorsal 1 minuto	64	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	47	REGULAR
Test de Wells	2 cm	MALO
Test saltabilidad estático	2.32 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.60 m	BUENO

PRUEBAS FISICAS (TEST DEPORTIVOS) ATLETAS DE VOLEBOL PLAYA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE-INDERCAS

FECHA 29 DE NOVIEMBRE DE 2024 CIUDAD AGUAZUL-CASANARE

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 72 kg ESTAT 1.82 m
EMILY GERALDINE CRUZ CHACON	1118528034	22/10/2003	21	3229283667	emilycruz1022@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	68	BUENO
Test dorsal 1 minuto	75	EXCELENTE
Test flexo-extensión de brazos	37	MUY BUENO
Test de Wells	4 cm	REGULAR
Test saltabilidad estático	2.10 m	REGULAR
Test saltabilidad en ataque	2.47 m	MUY BUENO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 56 kg ESTAT 1.72 m
EILEEN NICOLLE CARDENAS SALINAS	1029661598	29/06/2006	19	3137042880	riancomo747@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	65	BUENO
Test dorsal 1 minuto	67	BUENO
Test flexo-extensión de brazos	34	BUENO
Test de Wells	3 cm	REGULAR
Test saltabilidad estático	1.42 cm	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.37 m	BUENO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 68 kg ESTAT 1.79 m
JONATHAN ALEXANDER CARVAJAL CARDENAS	1013688107	6/05/1999	25	3143273907	jonathan16061@outlook.es	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	74	EXCELENTE
Test dorsal 1 minuto	78	EXCELENTE
Test flexo-extensión de brazos	57	MUY BUENO
Test de Wells	8 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	2.22 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.72 m	EXCELENTE

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 86 kg ESTAT 1.78 m
LEIVER SANTIAGO BALLESTEROS ROA	1.115.919.129	5/09/1999	25	3202176800	sballesteros614@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	74	EXCELENTE
Test dorsal 1 minuto	75	MUY BUENO
Test flexo-extensión de brazos	58	MUY BUENO
Test de Wells	7 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	2.20 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.69 m	EXCELENTE

PRUEBAS FISICAS (TEST DEPORTIVOS) ATLETAS DE VOLEBOL PLAYA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE-INDERCAS

FECHA 29 DE NOVIEMBRE DE 2024 CIUDAD AGUAZUL-CASANARE

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 80 kg ESTAT 1.77 m
ANGEL DAVID GUTIERREZ PRADA	1027401503	8/03/2006	18	3123358787	agutierrezprada@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	59	REGULAR
Test dorsal 1 minuto	64	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	39	MALO
Test de Wells	5 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	1.52 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.51 m	EXCELENTE

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 76 kg ESTAT 1.70 m
ANDERSON STIVEN GUTIERREZ PIRAGAUTA	1029662378	7/03/2007	17	3023603187	andersongutierrez5525@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	64	BUENO
Test dorsal 1 minuto	59	MALO
Test flexo-extensión de brazos	37	MALO
Test de Wells	8 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	2.0 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.46 m	MALO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 78 kg ESTAT 1.92 m.
DUWAN SANTIAGO CARVAJAL AMAYA	1037657064	14/06/1997	27	3003869464	duwan97.98@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	77	EXCELENTE
Test dorsal 1 minuto	78	EXCELENTE
Test flexo-extensión de brazos	68	EXCELENTE
Test de Wells	12 cm	EXCELENTE
Test saltabilidad estático	2.94 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.85 m	EXCELENTE

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 63 kg ESTAT 1.70 m
YAIRA DAYANA MIELES RIVERO	10.001.533.680	18/10/2002	22	3143789298	dayanamieles04@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	63	BUENO
Test dorsal 1 minuto	68	BUENO
Test flexo-extensión de brazos	47	EXCELENTE
Test de Wells	9 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	2.04 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.46 m	MUY BUENO

PRUEBAS FISICAS (TEST DEPORTIVOS) ATLETAS DE VOLEBOL PLAYA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE-INDERCAS

FECHA 29 DE NOVIEMBRE DE 2024 CIUDAD AGUAZUL-CASANARE

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 78 kg ESTAT 1.72 m
JUAN SEBASTIAN PEREZ LIZARAZO	1005327860	28/04/2002	22	3134202838	sebastianperez@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	79	EXCELENTE
Test dorsal 1 minuto	82	EXCELENTE
Test flexo-extensión de brazos	74	EXCELENTE
Test de Wells	10 cm	MUY BUENO
Test saltabilidad estático	2.22 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.66 m	MUY BUENO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 70 kg ESTAT 1.90 m
BRAYAN ESTIVEN SOLANO GARCIA	1026556928	15/07/2006	19	3133636815	brayansolano100@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	76	EXCELENTE
Test dorsal 1 minuto	78	EXCELENTE
Test flexo-extensión de brazos	58	MUY BUENO
Test de Wells	3 cm	REGULAR
Test saltabilidad estático	2.02 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.62 m	BUENO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 56 kg ESTAT 1.74 cm
LINSEYT VALENTINA ROJAS GALINDO	1116543552	16/11/2005	18	3025277866	jv9157696@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	59	BUENO
Test dorsal 1 minuto	65	BUENO
Test flexo-extensión de brazos	46	EXCELENTE
Test de Wells	2 cm	MALO
Test saltabilidad estático	1.51 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.53 m	EXCELENTE

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 68 kg ESTAT 1.64 m
YENCY KATHERINE MALAGON	1.118.530.820	22/04/2004	20	3116302241	katherinema@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	58	BUENO
Test dorsal 1 minuto	62	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	46	EXCELENTE
Test de Wells	8 cm	MUY BUENO
Test saltabilidad estático	1.32 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.25 m	MALO

PRUEBAS FISICAS (TEST DEPORTIVOS) ATLETAS DE VOLEBOL PLAYA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE-INDERCAS

FECHA 29 DE NOVIEMBRE DE 2024 CIUDAD AGUAZUL-CASANARE

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 54 kg ESTAT 1.54 m
LAURA SOFIA CASTELLANOS	1029660385	29/04/2005	19	3209498341	laucastellanosh30@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	59	BUENO
Test dorsal 1 minuto	66	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	45	EXCELENTE
Test de Wells	11 cm	EXCELENTE
Test saltabilidad estático	1.08 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.27 m	MALO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 56 kg ESTAT 1.56 m
DANNA ANDREA CUEVAS ESQUIVEL	1015400436	7/05/2005	19	3227664027	dannacuevas57865@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	54	BUENO
Test dorsal 1 minuto	62	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	40	MUY BUENO
Test de Wells	10 cm	MUY BUENO
Test saltabilidad estático	1.2 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.23 m	MALO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 58 kg ESTAT 1.55 m
MARLEN TALIANA LEON VARGAS	1122925494	5/02/2007	17	3115905378	leontaliana5@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	67	MUY BUENO
Test dorsal 1 minuto	68	MUY BUENO
Test flexo-extensión de brazos	50	EXCELENTE
Test de Wells	9 cm	MUY BUENO
Test saltabilidad estático	1.12 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.28 m	MALO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 50 kg ESTAT 1.59 m.
DANNA VALENTINA RODRIGUEZ AGUIRRE	1.116.546.190	23/07/2008	16	3209214658	danavalentinaaguirre@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	56	BUENO
Test dorsal 1 minuto	64	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	39	MUY BUENO
Test de Wells	10 cm	EXCELENTE
Test saltabilidad estático	1.03 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.24 m	MALO

PRUEBAS FISICAS (TEST DEPORTIVOS) ATLETAS DE VOLEBOL PLAYA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE-INDERCAS

FECHA 29 DE NOVIEMBRE DE 2024 CIUDAD AGUAZUL-CASANARE

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 60 kg ESTAT1.70 m
SHARICK NICOLLE RICO SALCEDO	1053445599	3/10/2009	15	3143529495	riancamo747@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	59	BUENO
Test dorsal 1 minuto	64	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	57	EXCELENTE
Test de Wells	8 cm	MUY BUENO
Test saltabilidad estático	1.14 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.28 m	MALO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 56 kg ESTAT 1.60 m
SHARITH JULIANA PUCHIGAI GUINA	1116545724	16/02/2008	16	3103277645	riancamo747@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	52	REGULAR
Test dorsal 1 minuto	64	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	48	EXCELENTE
Test de Wells	13 cm	EXCELENTE
Test saltabilidad estático	1.09 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.26 cm	MALO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 60 kg ESTAT1.71 m.
NICOLE SOFIA ROMERO SUAREZ	1029663544	29/04/2008	16	3212852152	romeronicolesofia@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	67	MUY BUENO
Test dorsal 1 minuto	61	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	39	MUY BUENO
Test de Wells	10 cm	MUY BUENO
Test saltabilidad estático	1.05 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.26 m	MALO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 86 kg ESTAT 1.92 m
JAIDER CAMILO PERILLA SANCHEZ	1.006.556.012	22/03/2003	21	3214316319	jcperilla2003@hotmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	66	MUY BUENO
Test dorsal 1 minuto	65	BUENO
Test flexo-extensión de brazos	57	MUY BUENO
Test de Wells	2 cm	REGULAR
Test saltabilidad estático	2.41 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.67 m	EXCELENTE

PRUEBAS FISICAS (TEST DEPORTIVOS) ATLETAS DE VOLEBOL PLAYA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE-INDERCAS

FECHA 29 DE NOVIEMBRE DE 2024 CIUDAD AGUAZUL-CASANARE

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 52 kg ESTAT 1.58 m
ZAILY MIKEL JARRO JIMENEZ	1029647161	28/07/2007	17	3124093051	zailykijimemenezi@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	59	BUENO
Test dorsal 1 minuto	62	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	32	MUY BUENO
Test de Wells	8 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	1.01 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.28 m	MALO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 50 kg ESTAT 1.68 m
DEIBY STEVEN PEREZ OJEDA	1116544577	19/01/2007	17	3118498810	dstevenp019@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	54	MALO
Test dorsal 1 minuto	55	MALO
Test flexo-extensión de brazos	36	MALO
Test de Wells	5 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	1.02 m	BUENO
Test saltabilidad en ataque	2.46 m	MALO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 56 kg ESTAT 1.65 m
ADRIAN FELIPE CALIXTO MONTENEGRO	1029645927	11/01/2007	17	3133355013	adrianfelipe9362@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	65	BUENO
Test dorsal 1 minuto	64	BUENO
Test flexo-extensión de brazos	49	REGULAR
Test de Wells	4 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	1.11 m	BUENO
Test saltabilidad en ataque	2.58 m	BUENO

NOMBRES Y APELLIDOS	N. D.I	FECHA NAC	EDAD	TELEFONO	E-MAIL	PESO 62 kg ESTAT 1.72 m
ESTEBAN MATEO SANDOVAL	1.029.642.231	4/08/2005	19	3202812386	estebanmateosandovalspinel@gmail.com	

TEST FISICOS	CANTIDAD	EVALUACION
Test abdominal 1 minuto	68	BUENO
Test dorsal 1 minuto	71	MUY BUENO
Test flexo-extensión de brazos	59	MUY BUENO
Test de Wells	4 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	1.17 m	MUY BUENO
Test saltabilidad en ataque	2.63 m	MUY BUENO

PRUEBAS FISICAS (TEST DEPORTIVOS) ATLETAS DE VOLEBOL PLAYA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE-INDERCAS

FECHA 29 DE NOVIEMBRE DE 2024 CIUDAD AGUAZUL-CASANARE

NOMBRES Y APELLIDOS **N. D.I** **FECHA NAC** **EDAD** **TELEFONO** **E-MAIL** **PESO 43 kg ESTAT 1.58 m**

PAULA ALEJANDRA ROJAS GUERRERO	1116543953	1/05/2006	18	3006218314	rojasg.paula1@gmail.com
--------------------------------	------------	-----------	----	------------	--

TEST FISICOS **CANTIDAD** **EVALUACION**

Test abdominal 1 minuto	64	BUENO
Test dorsal 1 minuto	55	MALO
Test flexo-extensión de brazos	44	EXCELENTE
Test de Wells	7 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	1.2 m	EXCELENTE
Test saltabilidad en ataque	2.30 m	REGULAR

NOMBRES Y APELLIDOS **N. D.I** **FECHA NAC** **EDAD** **TELEFONO** **E-MAIL** **PESO 65 kg ESTAT 1.78 m**

JIMMY ALEJANDRO CRUZ URREGO	1118528603	25/11/2003	20	3107634567	jimmyalejandrocruzurrego4@gmail.com
-----------------------------	------------	------------	----	------------	--

TEST FISICOS **CANTIDAD** **EVALUACION**

Test abdominal 1 minuto	66	BUENO
Test dorsal 1 minuto	64	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	56	MUY BUENO
Test de Wells	3 cm	REGULAR
Test saltabilidad estático	1.14 m	MUY BUENO
Test saltabilidad en ataque	2.56 m	REGULAR

NOMBRES Y APELLIDOS **N. D.I** **FECHA NAC** **EDAD** **TELEFONO** **E-MAIL** **PESO 48 kg ESTAT 1.69 m**

YHILBER ALEXIS ALFARO OLMOS	1029662472	20/04/2007	17	3125225083	yhilberalfaro13@gmail.com
-----------------------------	------------	------------	----	------------	--

TEST FISICOS **CANTIDAD** **EVALUACION**

Test abdominal 1 minuto	59	REGULAR
Test dorsal 1 minuto	64	BUENO
Test flexo-extensión de brazos	50	REGULAR
Test de Wells	5 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	1.04 m	BUENO
Test saltabilidad en ataque	2.47 m	MALO

NOMBRES Y APELLIDOS **N. D.I** **FECHA NAC** **EDAD** **TELEFONO** **E-MAIL** **PESO 70 kg ESTAT 1.64 m**

DANIEL JOSUA DIAZ SALAS	1.029.643.519	23/12/2005	18	3229138068	danieljosuadiaszalas3@gmail.com
-------------------------	---------------	------------	----	------------	--

TEST FISICOS **CANTIDAD** **EVALUACION**

Test abdominal 1 minuto	67	BUENO
Test dorsal 1 minuto	62	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	55	BUENO
Test de Wells	5 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	1.13 m	MUY BUENO
Test saltabilidad en ataque	2.53 m	REGULAR

PRUEBAS FISICAS (TEST DEPORTIVOS) ATLETAS DE VOLEBOL PLAYA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE-INDERCAS

FECHA 29 DE NOVIEMBRE DE 2024 CIUDAD AGUAZUL-CASANARE

NOMBRES Y APELLIDOS **N. D.I** **FECHA NAC** **EDAD** **TELEFONO** **E-MAIL** **PESO 62 kg ESTAT 1.72 m**

MARIANA VALENTINA RAVELO JIMENEZ	1029649057	10/05/2008	16	3127956259	mariless1017@gmail.com
----------------------------------	------------	------------	----	------------	--

TEST FISICOS **CANTIDAD** **EVALUACION**

Test abdominal 1 minuto	58	BUENO
Test dorsal 1 minuto	49	MALO
Test flexo-extensión de brazos	35	MUY BUENO
Test de Wells	4 cm	REGULAR
Test saltabilidad estático	57 cm	MALO
Test saltabilidad en ataque	2.35 m	REGULAR

NOMBRES Y APELLIDOS **N. D.I** **FECHA NAC** **EDAD** **TELEFONO** **E-MAIL** **PESO 78 kg ESTAT 1.90 m**

YUBAN DAVID LAVERDE LEON	1029643576	28/01/2006	18	3168664056	riancamo747@gmail.com
--------------------------	------------	------------	----	------------	--

TEST FISICOS **CANTIDAD** **EVALUACION**

Test abdominal 1 minuto	74	EXCELENTE
Test dorsal 1 minuto	65	BUENO
Test flexo-extensión de brazos	58	MUY BUENO
Test de Wells	5 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	1.10 m	BUENO
Test saltabilidad en ataque	2.60 m	BUENO

NOMBRES Y APELLIDOS **N. D.I** **FECHA NAC** **EDAD** **TELEFONO** **E-MAIL** **PESO 55 kg ESTAT 1.69 m**

MAY YEFFREY MARTINEZ GIRALDO	1116545964	1/06/2008	16	3124949608	riancamo747@gmail.com
------------------------------	------------	-----------	----	------------	--

TEST FISICOS **CANTIDAD** **EVALUACION**

Test abdominal 1 minuto	61	BUENO
Test dorsal 1 minuto	55	MALO
Test flexo-extensión de brazos	45	REGULAR
Test de Wells	6 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	1.02 m	BUENO
Test saltabilidad en ataque	2.45 cm	REGULAR

NOMBRES Y APELLIDOS **N. D.I** **FECHA NAC** **EDAD** **TELEFONO** **E-MAIL** **PESO 48 kg ESTAT 1.63 m**

SHOPIE FERNANDA PEREZ RIAÑO	1.118.543.110	23/02/2008	16	3026166088	shoperperi@gmail.com
-----------------------------	---------------	------------	----	------------	--

TEST FISICOS **CANTIDAD** **EVALUACION**

Test abdominal 1 minuto	62	BUENO
Test dorsal 1 minuto	60	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	33	MUY BUENO
Test de Wells	5 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	59 cm	MALO
Test saltabilidad en ataque	2,26 m	MALO

PRUEBAS FISICAS (TEST DEPORTIVOS) ATLETAS DE VOLEBOL PLAYA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE-INDERCAS

FECHA 29 DE NOVIEMBRE DE 2024 CIUDAD AGUAZUL-CASANARE

NOMBRES Y APELLIDOS N. D.I FECHA NAC EDAD TELEFONO E-MAIL PESO 56 kg ESTAT 1.65 m

FREYDDERSON JESUS CASTAÑEDA TOLOZA 1115726325 5/10/2006 18 3118560099 freyddersonjesus@autlook.com**TEST FISICOS CANTIDAD EVALUACION**

Test abdominal 1 minuto	58	REGULAR
Test dorsal 1 minuto	55	MALO
Test flexo-extensión de brazos	48	REGULAR
Test de Wells	5 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	59 cm	MALO
Test saltabilidad en ataque	2.47 m	MALO

NOMBRES Y APELLIDOS N. D.I FECHA NAC EDAD TELEFONO E-MAIL PESO 47 kg ESTAT 1.56 m

MAICOL STIVEN PEREZ VANEGAS 1029648263 19/12/2007 16 3108044091 maicolvanegas419@gmail.com**TEST FISICOS CANTIDAD EVALUACION**

Test abdominal 1 minuto	65	BUENO
Test dorsal 1 minuto	64	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	58	MUY BUENO
Test de Wells	5 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	56 cm	MALO
Test saltabilidad en ataque	2.46 cm	MALO

NOMBRES Y APELLIDOS N. D.I FECHA NAC EDAD TELEFONO E-MAIL PESO 52 kg ESTAT 1.78 m

JUAN SEBASTIAN VARGAS ALFONSO 1029663995 12/12/2008 15 3209890343 carlosvargas2@gmail.com**TEST FISICOS CANTIDAD EVALUACION**

Test abdominal 1 minuto	59	REGULAR
Test dorsal 1 minuto	63	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	51	BUENO
Test de Wells	6 cm	BUENO
Test saltabilidad estático	1.05 m	BUENO
Test saltabilidad en ataque	2.57 m	BUENO

NOMBRES Y APELLIDOS N. D.I FECHA NAC EDAD TELEFONO E-MAIL PESO 58 kg ESTAT 1.67 m

FRANK ALEXANDER META CUEVAS 1.029.644.370 24/05/2006 18 3204598977 frankmeta@gmail.com**TEST FISICOS CANTIDAD EVALUACION**

Test abdominal 1 minuto	63	BUENO
Test dorsal 1 minuto	63	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	60	REGULAR
Test de Wells	3 cm	REGULAR
Test saltabilidad estático	1.04 m	BUENO
Test saltabilidad en ataque	2.57 m	BUENO

PRUEBAS FISICAS (TEST DEPORTIVOS) ATLETAS DE VOLEBOL PLAYA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE-INDERCAS

FECHA 29 DE NOVIEMBRE DE 2024 CIUDAD AGUAZUL-CASANARE

NOMBRES Y APELLIDOS **N. D.I** **FECHA NAC** **EDAD** **TELEFONO** **E-MAIL** **PESO 72 kg ESTAT 1.64 m**

PAULA ALEJANDRA CASTELLANOS HERRERA	1116553434	20/09/1997	27	3204760427	pacasatellanos@gmail.com
-------------------------------------	------------	------------	----	------------	--

TEST FISICOS

CANTIDAD

EVALUACION

Test abdominal 1 minuto	58	BUENO
Test dorsal 1 minuto	60	REGULAR
Test flexo-extensión de brazos	30	MUY BUENO
Test de Wells	5 cm	REGULAR
Test saltabilidad estático	57 cm	MALO
Test saltabilidad en ataque	2.37 m	REGULAR

NOMBRES Y APELLIDOS **N. D.I** **FECHA NAC** **EDAD** **TELEFONO** **E-MAIL** **PESO _____ ESTAT _____**

**ESCALA DE CONCEPTOS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN TEST FÍSICO
VOLEIBOL PLAYA INDERCAS-LIVOCAS**

Excelente	5	Puntaje máximo	Nivel de exigencia
Muy Bueno	4	30 puntos	60%
Bueno	3	Puntaje Mínimo	
Regular	2	5 puntos	
Malo	1		

	VARONES				
Controles Físicos	Excelente	Muy Bueno	Bueno	Regular	Malo
Abdominales	71 y mas	66-70	60-65	55-59	50-54 o menos
Dorsal	75 y mas	70-74	64-69	59-63	54-58 o menos
Flexoextensiones de Brazos	60 y mas	55-59	50-54	45-49	40-44 o menos
Wells	12-10 cm	9-7 cm	6-4 cm	3- 1 cm	-10- 0 cm o menos
Saltabilidad estático	1.31 m y mas	1.11-1.30 m	91-1.10 m	71-90 cm	50-70 cm o menos
Saltabilidad en ataque	2.66 m y mas	2.61-2.65 m	2.56-2.60 m	2.49-2.55 m	2.43-2.48 m o menos

	DAMAS				
Controles Físicos	Excelente	Muy Bueno	Bueno	Regular	Malo
Abdominales	71 y más	70 y 61	60 - 51	50 - 40	40 o menos
Dorsal	71 y mas	67-70	63-66	59-62	54-58 o menos
Flexoextensiones de Brazos	41 y más	40 - 31	30 - 21	20 - 10	10 o menos
Wells	12-10 cm	9-7 cm	6-4 cm	3- 1 cm	-10- 0 cm o menos
Saltabilidad estático	1.01 m y mas	81-90 cm	71-80 cm	61-70 cm	50-60 cm o menos
Saltabilidad en ataque	2.51 m y mas	2.41-2.45 m	2.36-2.40 m	2.29-2.35 m	2.24-2.28 m o menos

DIAGNOSTICO DEPARTAMENTAL	
ENTRENADOR	RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES
DEPORTE	VOLEIBOL ´PLAYA
FECHA DE VISITA	13 DE DICIE. DE 2024
MUNICIPIO	AGUAZUL CASANARE

ITEM	#	DIAGNOSTICO
# DE ESCUELAS DEPORTIVAS EN EL MUNICIPIO	1	OBSERVACIONES: 1 SE CUENTA VOLEIBOL PLAYA
# DE ESCUELAS ACTIVAS	1	OBSERVACIONES: 1 TIENE AVAL RECONOCIMIENTO
# DE CLUBES EN EL MUNICIPIO	3	OBSERVACIONES: SOLO 1 TIENE AVAL POR PARTE LEGAL
CANTIDAD DE DEPORTISTAS ATENDIDOS	60	OBSERVACIONES: CATEGORIAS INFANTIL, MENORES Y JUVENIL EN EL
DEPORTISTAS CANALIZADOS A PROCESOS DEPORTIVOS DEPARTAMENTALES	2	OBSERVACIONES: 10 DEPORTISTAS, DAMAS 4 Y 6 DEPORTISTAS HOMBRES
MONITORES/ENTRENADORES TRABAJANDO	1	OBSERVACIONES: MONITORES CONTRATADO POR EL IDRA

ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN ACTUAL: EN AGUAZUL SE CUENTA CON PROCESOS DE VOLEIBOL PLAYA, Y CON LA INTENCION DE REALIZAR Y PARTICIPAR EN EVENTOS.

RECOMENDACIONES: QUE EL ENTE DEPARTAMENTAL Y LA LIGA CONTRATEN PUEDAN IMPULSAR O GESTIONAR LA CONTRATACION DE MONITORES ENTRENADORES E IMPLEMENTACION PARA EL DEPORTE EN MENCIÓN.



FIRMA DEL ENTRENADOR DEPARTAMENTAL: _____



Función Pública

Verificados los resultados del participante en el curso virtual
Función Pública certifica que:

Ricardo andelfo Castellanos Morales

C.C 74.753.085

Participó y completó el curso virtual:

Integridad, transparencia y lucha contra la corrupción.

Con una duración de 20 horas.

Bogotá D.C., 26 de septiembre 2024

Aura Isabel Mora

Código: 761229287000

Directora de Participación, Transparencia y Servicio al Ciudadano

I
N
T
E
G
R
I
D
A
D

P
Ú
B
L
I
C
A
D



Departamento Nacional
de Planeación - DNP

CERTIFICADO DE PARTICIPACIÓN

LA DIRECCIÓN DE GOBIERNO, DERECHOS HUMANOS Y PAZ

CERTIFICA A:

RICARDO CASTELLANOS MORALES

C.C.: 74753085

Por haber completado exitosamente el curso:

**LENGUAJE CLARO PARA SERVIDORES Y
COLABORADORES PÚBLICOS DE COLOMBIA**

11 de septiembre de 2024

Intensidad de 35 horas
en modalidad virtual

300.04.05- **337**

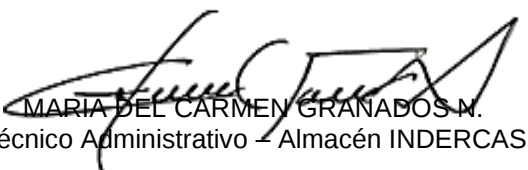
Yopal, 26 de diciembre de 2024

LA SUSCRITA TECNICO ADMINISTRATIVO – ALMACEN DEL INSTITUTO PARA LA RECREACIÓN, EL DEPORTE, LA EDUCACION EXTRAESCOLAR Y EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE – INDERCAS

C E R T I F I C A :

Que, una vez consultado el sistema SISOFIT y archivos oficiales generados por el paquete de programas ofimáticos de esta entidad, se constató que RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES en calidad de Contratista, identificado(a) con cédula de ciudadanía N° 74753085 a la fecha se encuentra a Paz y salvo con el Almacén del instituto, según el contrato número 0349-2024 CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN de fecha 2024-11-26 cuyo objeto es “PRESTAR LOS SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO Y DE ALTOS LOGROS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DE VOLEIBOL PLAYA, EN CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO: “DESARROLLO CONSTRUCCIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE -2024005850105.

En constancia se firma a solicitud del solicitante



MARIA DEL CARMEN GRANADOS M.
 Técnico Administrativo – Almacén INDERCAS



LIVOCAS
LIGA DE VOLLEYBALL CASANARE

NIT.900018876-9

LA PRESIDENTA DE LA LIGA DE VOLEIBOL DE CASANARE

CERTIFICA:

Que el entrenador departamental RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES identificado con cedula de ciudadanía N° 74.753.085 expedida en el Aguazul-Casanare, participó activamente en la SEGUNDA CAPACITACIÓN REGLAMENTACIÓN EN EL DEPORTE DEL VOLEIBOL PLAYA "JUZGAMIENTO" DIRIGIDA A PROMOTORES, JUECES, ENTRENADORES Y ÁRBITROS realizada por la liga de voleibol de Casanare y el IDRA, realizada en la ciudad de Aguazul-Casanare los días del viernes 6 de diciembre al domingo 8 de 2024 en la sala de juntas, con intensidad horaria de 40 horas.

Para constancia se firma a los ocho (08) días del mes de diciembre de 2024

Atentamente,

DIANA LEAL ALVAREZ
Presidente



PLANILLA DE ASISTENCIA

SELECCIÓN: U15,U17,U19,U21 Y MAYORES
DEPORTE: VOLEIBOL PLAYA
ENTRENADOR:RICARDO CASTELLANOS MORALES
DIRECCIÓN:IDRA-AGUAZUL (CANCHA VOLEIBOL PLAYA)
TELEFONO: 3118110826

FECHA: DESDE: DIA:28 MES:NOVIEMBRE AÑO: 2024 HASTA: DIA: 27 MES:DICIEMBRE AÑO: 2024
HORARIO:LUNES A SABADO 6:00 AM-9:00 A.M 3:00 P.M A 6:00 PM
EADAES: 14-30 AÑOS

Nº-	NOMBRE Y APELLIDOS																												ASIST. %	OBSERVACIONES
		28	29	30	2	3	4	5	6	7	9	10	11	12	13	14	16	17	18	19	20	21	23	24	25	26	27	GENERALES		
1	JHON CARLOS TELLO GARZON	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	98	ATLETA DE RENDIMIENTO	
2	GIANCARLO VARGAS ALFONSO	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA DE RENDIMIENTO	
3	MERCY CAROLINA BELEÑO BELEÑO	A	A	A	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	97	ATLETA DE RENDIMIENTO	
4	JUAN SEBASTIAN RUEDA PAEZ	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA DE RENDIMIENTO	
5	EMILY GERALDINE CRUZ CHACON	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA DE RENDIMIENTO	
6	EILEEN NICOLLE CARDENAS SALINAS	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA DE RENDIMIENTO	
7	JONATHAN ALEXANDER CARVAJAL CARDENAS	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA DE RENDIMIENTO	
8	LEIVER SANTIAGO BALLESTEROS ROA	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	99	ATLETA DE RENDIMIENTO	
9	ANGEL DAVID GUTIERREZ PRADA	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA DE RENDIMIENTO	
10	ANDERSON STIVEN GUTIERREZ PIRAGAUTA	A	A	A	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	97	ATLETA DE RENDIMIENTO	
11	DUWAN SANTIAGO CARVAJAL AMAYA	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	98	ATLETA DE RENDIMIENTO	
12	YAIRA DAYANA MIELES RIVERO	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
13	JUAN SEBASTIAN PEREZ LIZARAZO	A	A	A	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	97	ATLETA EN FORMACION	
14	BRAYAN ESTIVEN SOLANO GARCIA	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA DE RENDIMIENTO	
15	LINSEYT VALENTINA ROJAS GALINDO	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
16	YENCY KATHERINE MALAGON	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
17	LAURA SOFIA CASTELLANOS	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
18	JEISSON STIVEN SOTO MARTINEZ	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	99	ATLETA EN FORMACION	
19	MARLEN TALIANA LEON VARGAS	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
20	DANNA VALENTINA RODRIGUEZ AGUIRRE	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
21	SHARICK NICOLLE RICO SALCEDO	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
22	SHARITH JULIANA PUCHIGAI GUINA	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
23	NICOLE SOFIA ROMERO SUAREZ	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
24	JAIDER CAMILO PERILLA SANCHEZ	A	A	A	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	97	ATLETA EN FORMACION	
25	ZAILY MIKEL JARRO JIMENEZ	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
26	DEIBY STEVEN PEREZ OJEDA	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
27	ADRIAN FELIPE CALIXTO MONTENEGRO	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
28	ESTEBAN MATEO SANDOVAL	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA DE RENDIMIENTO	
29	PAULA ALEJANDRA ROJAS GUERRERO	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	99	ATLETA EN FORMACION	
30	JIMMY ALEJANDRO CRUZ URREGO	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	
31	YHILBER ALEXIS ALFARO OLMOS	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION	

32	DANIEL JOSUA DIAZ SALAS	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION
33	MARIANA VALENTINA RAVELO JIMENEZ	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION
34	YUBAN DAVID LAVERDE LEON	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	99	ATLETA EN FORMACION
35	MAY YEFFREY MARTINEZ GIRALDO	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION
36	SHOPIE FERNANDA PEREZ RIAÑO	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION
37	FREYDDERSON JESUS CASTAÑEDA TOLOZA	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION
38	MAICOL STIVEN PEREZ VANEGAS	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION
39	JUAN SEBASTIAN VARGAS ALFONSO	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	99	ATLETA EN FORMACION
40	FRANK ALEXANDER META CUEVAS	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION
41	PAULA ALEJANDRA CASTELLANOS HERRERA	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	100	ATLETA EN FORMACION

CONVENCIONES:

R: LLEGADA TARDE

E: EXCUSA

F: NO ASISTIO

FIRMA DEL ENTRENADOR: 

J.R.C.

Nota: Los días de trabajo van de acuerdo a la fecha de inicio

 INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE Nit. 844.003.345-1	SISTEMA DE GESTIÓN - CALIDAD														POBLACION BENEFICIADA	
	DEPORTES														FO-M-DRA-10	
	POBLACIÓN BENEFICIADA														04/05/2022	
															Version 02	

BASE DE DATOS																
CONTRATO No:		0349	FECHA DEL CONTRATO:		26/11/2024	OBJETO CONTRACTUAL:				PRESTAR LOS SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO Y DE ALTOS LOGROS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DE VOLEIBOL PLAYA, EN CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO: "DESARROLLO CONSTRUCCION Y CONSOLIDACION DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE -2024005850105						
NOMBRES Y APELLIDOS:			RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES			N° CELULAR:		3118110826			DEPORTE:		VOLEY PLAYA			
PERIODO QUE REPORTA:			Fecha Inicio	28/11/2024	Fecha Fin	27/12/2024		MUNICIPIO		Aguazul			CORREO ELECTRONICO:		riancamo_747@hotmail.com	
NOTA: SIGLA PPL-TD : POBLACION PRIVADA DE LA LIBERTAD SIGLA PPR: POBLACION EN PROCEO DE REINSERCIION																

									ENFOQUE DE GENERO			ENFOQUE ETNICO				ENFOQUE DIFERENCIAL / POBLACIONAL							SECTOR	
N°-	NOMBRE Y APELLIDOS	Tipo de Documento	N° D.I.	FECHA DE NACIMIENTO dd/mm/aaaa	EDAD	TELEFONO	E- MAIL	GRUPO SISBEN	F	M	LBGTI	Indigenas	Comunidades Negras - Afro - Raizales - Palenqueras	Pueblo ROM o Gitano	NingunoEE	Victimas del Conflicto Armado	Habitante de Calle	PPL-TD	PPR	Personas con Discapacidad	Población Extranjera	NingunoED	U	R
38	MAICOL STIVEN PEREZ VANEGAS	TI	1029648263	19/12/2007	17	3108044091	maicolvanegas419@gmail.com			X					X							X	X	
39	JUAN SEBASTIAN VARGAS ALFONSO	TI	1029663995	12/12/2008	16	3209890343	carlosvargas2@gmail.com			X					X							X	X	
40	FRANK ALEXANDER META CUEVAS	TI	1029644370	24/05/2006	18	3204598977	frankmeta@gmail.com			X					X							X	X	
41	PAULA ALEJANDRA CASTELLANOS HERRERA	CC	1116553434	20/09/1997	27	3204760427	pacasatellanosh@gmail.com		X						X							X	X	
					-																			



NOMBRES Y APELLIDOS: RICARDO CASTELLANOS

 INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE HORARIO 2024 								
DEPORTE	ENTRENADOR	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
VOLEIBOL PLAYA	Nombre: RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES Telefono: 3118110826 Correo:Riancamo747@gmail.com	Hora: 6:00 a.m a 9 :00 a.m Categoria: U15,U17,U19, U21 Y MAYORES Edades: 15-30 AÑOS PLAN DE PESAS Y PLAN FISICO Lugar: IDRA	Hora: 6:00 a.m a 9 :00 a.m Categoria: U15,U17,U19, U21Y MAYORES Edades: 15-30 AÑOS PLAN DE PESAS Y PLAN FISICO Lugar: IDRA	Hora: 6:00 a.m a 9 :00 a.m Categoria: U15,U17,U19, U21Y MAYORES Edades: 15-30 AÑOS PLAN DE PESAS Y PLAN FISICO Lugar: IDRA	Hora: 6:00 a.m a 9 :00 a.m Categoria: U15,U17,U19, U21Y MAYORES Edades: 15-30 AÑOS PLAN DE PESAS Y PLAN FISICO Lugar: IDRA	Hora: 6:00 a.m a 9 :00 a.m Categoria: U15,U17,U19, U21 Y MAYORES Edades: 15-30 AÑOS PLAN DE PESAS Y PLAN FISICO Lugar: IDRA	Hora: 3:30 p.m a 6:30p.m Categoria: U15,U17,U19, U21 Y MAYORES Edades: 15-30 AÑOS Lugar: IDRA CANCHA 1 FORMATIVO	TORNEOS, SALIDAS Y/O DESCANSO
		Hora: 3:00 pm a 6:00 pm Categoria: U15,U17,U19, U21 Y MAYORES Edades: 15-30 AÑOS Lugar: IDRA	Hora: 3:00 pm a 6:00 pm Categoria: U15,U17,U19, U21Y MAYORES Edades: 15-30 AÑOS Lugar: IDRA	Hora: 3:00 pm a 6:00 pm Categoria: U15,U17,U19, U21Y MAYORES Edades: 15-30 AÑOS Lugar: IDRA	Hora: 3:00 pm a 6:00 pm Categoria: U15,U17,U19, U21Y MAYORES Edades: 15-30 AÑOS Lugar: IDRA	Hora: 3:00 pm a 6:00 pm Categoria: U15,U17,U19, U21 Y MAYORES Edades: 15-30 AÑOS Lugar: IDRA	Hora: 3:30 p.m a 6:30p.m Categoria: U15,U17,U19, U21 Y MAYORES Edades: 15-30 AÑOS Lugar: IDRA CANCHA 2 COMPETITIVO	



RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES
ENTRENADOR DEPARTAMENTAL VOLEIBOL PLAYA
contratista

DEPARTAMENTO	CASANARE		MUNICIPIO(S)	AGUAZUL		
NOMBRES Y APELLIDOS	RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES		No. CÉDULA	74.753.085		
No. CONTRATO	0349		FECHA INICIO DE CONTRATO	28/11/2024	PLAZO DE EJECUCIÓN	UN (1) MES
PERIODO DEL INFORME	28/11/2024 AL 27/12/2024	INFORME	1 DE 1	FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME		28/12/2024
DATOS CONTACTO	TELEFONO CELULAR	3118110826		CORREO ELECTRONICO	riancamo_747@hotmail.com o riancamo747@gmail.com	

REGISTRO FOTOGRÁFICO					
					
ACCION	PRIMER MES DE ENTRENES TEAM CASANARE BEACH U15. U17. U19 Y MAYORES		FECHA	28 DE NOVIEMBRE DE 2024	
					
ACCION	FUNDAMENTACION ENTRENAMIENTO VOLEIBOL PLAYA MIXTO CONTROL		FECHA	11 DE DICIEMBRE DE 2024	
					
ACCION	TRABAJO DE MOVILIDAD Y DESPLAZAMINTO EN LA ARENA.CONTROL DE BALON		FECHA	21 DE DICIEMBRE DE 2024	

					
ACCION	DEPORTISTA Y ENTRENADOR REALIZANDOLE SUGERENCIAS A MEJORAR EN DEFENSA		FECHA	5 DE DICIEMBRE DE 2024	
					
ACCION	PREPARACION TECNICA ATLETAS REMATE DE BALON GRUPO MIXTO		FECHA	17 DE DICIEMBRE DE 2024	
					
ACCION	LATERALIDAD Y COMO DESPLAZARSE EN LA ARENA RANA FEMENINO		FECHA	27 DE DICIEMBRE DE 2024	

EL SUSCRITO CONTRATISTA

RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES

CERTIFICA QUE

Es de total veracidad, confiabilidad y responsabilidad absoluta, que toda la información presentada en el desarrollo y ejecución de las actividades suscritas dentro del contrato No. 0349 de 2024 cuyo objeto es "PRESTAR LOS SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO Y DE ALTOS LOGROS DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DE VOLEIBOL PLAYA, EN CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO: "DESARROLLO CONSTRUCCIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE -2024005850105, para el proceso de verificación como son: informe de actividades, panillas de asistencia, participaciones en eventos, registros fotográficos y demás formatos establecidos por el INDERCAS, durante el periodo de labores 28 de noviembre del 2024 al 27 de diciembre del 2024 son legítimas y tomadas durante la ejecución.

Con la firma de la presente certificación acepto y doy fe de la veracidad de la información y me acuso a las implicaciones legales que tienen la falsedad de información.

Se expide en el municipio de Yopal, a los 28 días del mes de diciembre del 2024.

Firma:



Nombre: RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES
No. Cédula: 74.753.085 de aguazul
No. Contacto: 3118110826
Correo electrónico: riancamo_747@hotmail.com
Contratista

Yopal, 28 de diciembre de 2024

Señores

INDERCAS

La ciudad

REF. Certificado de deducciones

Yo, Ricardo Andelfo Castellanos Morales, identificado con Cédula de Ciudadanía número 74.753.085 de Aguazul-Casanare, teniendo en cuenta la reforma Tributaria estructural, ley 1819 del 29 de diciembre de 2016, **CERTIFICO QUE:**

- Mis ingresos percibidos por el INDERCAS en los años 2024, corresponden a la prestación de servicios por honorarios, en el que contraté o vinculé por al menos noventa (90) días continuos o discontinuos, dos (2) o más trabajadores o contratistas asociados a la actividad. **SI** ☐ **NO** ☒

Por lo anterior, solicito que sean aplicadas las siguientes deducciones para depurar de mi base de Retención en la Fuente del periodo comprendido entre el **28 de noviembre de 2024** al **27 de diciembre de 2024**, de acuerdo a los siguientes factores:

DESCRIPCIÓN	VALOR
Deducción por intereses préstamos adquisición vivienda o costo financiero leasing habitacional pagados en el año 2023-2024 (Hasta 100 UVT mensuales). <i>Art 387 ET-DR 4713/05</i>	\$ 0,00
Deducción por pagos de medicina prepagada o seguros de salud. (Hasta 16 UVT mensuales). <i>Art 387 ET</i>	\$ 0,00

Además, Manifiesto libre y voluntariamente que la(s) persona(s) relacionada(s) a continuación depende (n) económicamente de mí, situación que me otorga el derecho a tomar la deducción del 10% sobre mis ingresos brutos, hasta un máximo de 32 UVT mensuales Art 387 ET.de 2022

IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	APELLIDO 1	APELLIDO 2	PARENTESCO	EDAD
24,228.653	Adriana Consuelo	Herrera		esposa	47
1029660385	Laura Sofia	castellanos	Herrera	hija	19
1116553434	Paula Alejandra	Castellanos	Herrera	hija	27

El pago de aportes de la seguridad social correspondiente al periodo de cobro del cual anexo soporte, fue por:

DESCRIPCIÓN	VALOR
1. Aportes obligatorios a Pensión. (Art. 55 Estatuto Tributario)	\$ 256,000,00
2. Aportes obligatorios a salud. (Art. 56 Estatuto Tributario)	\$ 200,000,00

Adicionalmente solicito se tengan en cuenta los siguientes aportes como rentas exentas, sin exceder el 30% del ingreso laboral y hasta un máximo de 317 UVT mensuales.

DESCRIPCIÓN	VALOR
Aportes voluntarios fondos de pensiones	\$ 0,00
Aportes en cuentas AFC	\$ 0,00

Finalmente informo que las actividades desarrollas dentro contrato No. 0349 de fecha 26 de noviembre de 2024, fueron ejecutadas en el municipio de Yopal del Departamento de Casanare, y me comprometo a comunicar cualquier cambio que puede modificar los beneficios obtenidos.

Cordialmente,


RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES

C.C. 74.753.085 de Aguazul-Casanare

Dirección física: Transversal 18 No. 14 – 09 **Horario de atención al público:** Lunes a viernes: 8:00 A.M a 12:00 M - 2:00 P.M. a

6:00 P.M. Yopal, Casanare, Colombia **Teléfono(s):** PBX (57) (8) 6353638 **Correo electrónico:** [secretaria@indercas-](mailto:secretaria@indercas-casanare.gov.co)

casanare.gov.co Facebook: INDERCAS instituto de deportes de Casanare

Página web: www.indercas-casanare.gov.co

Twitter: @indercas

**CERTIFICADO DECRETO 1070**

FO-A-GFI-08

27/04/2020

Versión 02

Yopal, 28 de diciembre de 2024

Empresa INDERCAS

Ref.: Certificación Decreto 1070 de 2013, Clasificación de Personas Naturales**CERTIFICACIÓN**

Yo Ricardo Andelfo Castellanos Morales, identificada con cédula de ciudadanía No. 74.753.085 expedida en Aguazul-Casanare, para efectos de dar cumplimiento con el artículo 1 del decreto 1070 del 28 de mayo de 2013 y su modificación a través del decreto 3032 de 2013, certifico lo siguiente:

- Mis ingresos en el año gravable inmediatamente anterior provienen de la prestación de servicios de manera personal o del desarrollo de una actividad económica por cuenta y riesgo del empleador o contratante, mediante una vinculación laboral o legal y reglamentaria, en una proporción igual o superior a un ochenta por ciento (80%) del total de los ingresos percibidos por dicho periodo fiscal: SI (X) NO ()
- Mis ingresos en el año inmediatamente anterior provienen de la prestación de servicios personales mediante el ejercicio de profesiones liberales o de la prestación de servicios técnicos que no requieran la utilización de materiales o insumos especializados, o de maquinaria o equipo especializado, en una proporción igual o superior a un ochenta por ciento (80%) del total de los ingresos percibidos en dicho periodo fiscal: SI (X) NO ()
- Estoy obligado (a) a presentar declaración de renta por el año gravable inmediatamente anterior: SI () NO (X)
- Los ingresos totales en el año gravable inmediatamente anterior superaron los mil cuatrocientas (1.400) UVT. SI () NO (X)
- En el año gravable inmediatamente anterior no desarrolle una de las actividades señaladas en el artículo 340 del Estatuto Tributario o que si la desarrolle no generó más del veinte por ciento (20%) de mis ingresos totales. SI (X) NO ()
- Durante el año gravable inmediatamente anterior no preste servicios técnicos que requieran de materiales o insumos especializados, o maquinaria o equipo especializado, cuyo costo representa más del veinticinco por ciento (25%) del total de los ingresos percibidos por concepto de tales servicios técnicos. SI () NO (X)

Cordialmente

RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES

C.C. 74.753.085 de Aguazul-Casanare

Dirección física: Transversal 18 No. 14 – 09 **Horario de atención al público:** Lunes a viernes: 8:00 A.M a 12:00 M - 2:00 P.M. a 6:00 P.M.
 Yopal, Casanare, Colombia **Teléfono(s):** PBX (57) (8) 6353638 **Correo electrónico:** secretaria@indercas-casanare.gov.co
 Facebook: INDERCAS instituto de deportes de Casanare
 Página web: www.indercas-casanare.gov.co
 Twitter: @indercas

Yopal, 28 de diciembre de 2024

INDERCAS

Referencia: Certificación Decreto 060 del 12 de abril de 2023 Municipio de Yopal

Por medio del cual se compila en un solo cuerpo normativo las disposiciones vigentes contenidas en los acuerdos 013-2012, 007 de 2014, 001 de 2015, 001 de 2017, 022 de 2020, 032 de 2020, 022 de 2021 y 020 de 2022 y según lo dispuesto en sus artículos 26, 36, 42 y 52

CERTIFICO QUE:

1. Mi actividad económica desarrollada en el municipio de Yopal según lo estipulado en el Artículo 36 decreto 060-2023 (Art 31 del Acuerdo 032 de 2020, modificado por el Artículo 18 y 19 del Acuerdo 022 de 2021 y artículos 11 y 12 del acuerdo 020 de 2022, es: **(317) - Actividades de Servicio no Clasificada.**
2. SI () NO (X) tengo expuestos avisos y tableros según lo establecido en el artículo 42 del decreto 060-2023 (Artículo 37 del Acuerdo 032 de 2020).
3. Mis ingresos para efecto de la aplicación de la Retención en la fuente a título de Industria y Comercio, Avisos y Tableros y Sobretasa Bomberil en el Municipio de Yopal se encuentran clasificados: **Desde 750 hasta 1.000 UVT.** (UVT 2024 -\$47.065). según la siguiente tabla artículo 26 del decreto 060-2023:

RANGO DE INGRESOS BRUTOS GRAVABLES EN EL MUNICIPIO EN UVT		TARIFA EN UVT (para el año 2024 está en \$47.065)	RANGO DE INGRESOS BRUTOS GRAVABLES EN VALORES
0	HASTA 50	0	\$2.120.600
MÁS DE 50	HASTA 250	1	\$2.120.601 - \$10.603.000
MÁS DE 250	HASTA 500	2	\$10.603.001 - \$21.206.000
MÁS DE 500	HASTA 750	3	\$21.206.001 - \$31.809.000
MÁS DE 750	HASTA 1.000	5	\$31.809.001 - \$42.412.000
MÁS DE 1.000	HASTA 3.500	Determina el impuesto aplicando la tarifa que corresponda a la actividad realizada.	\$42.412.001 - \$148.442.000



Nombre Completo Contratista: RICARDO ANELFO CASTELLANOS MORALES
No. Identificación: 74.753.085 de aguazul
No. móvil: 3118110826



CERTIFICADO DE AFILIACIÓN AL POS DE EPS SANITAS

La **EPS SANITAS** en desarrollo de su programa especial para la garantía y prestación del Plan Obligatorio de Salud denominado EPS **SANITAS**,

CERTIFICA

Que Ricardo Andelfo Castellanos Morales, identificado(a) con CC número 74753085, está registrado(a) en el POS DE EPS SANITAS con la siguiente información:

TIPO Y NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CC 74753085
NOMBRES Y APELLIDOS	Ricardo Andelfo Castellanos Morales
TIPO DE AFILIADO	Titular
PARENTESCO	Titular
FECHA DE NACIMIENTO	17/11/1976
ESTADO DE LA AFILIACIÓN	0 Tiene Derecho A Cobertura Integral
CAUSA ESTADO DE AFILIACIÓN	10 - Cobertura Integral
FECHA DE INGRESO A EPS SANITAS	17/03/2022
FECHA DE RETIRO LABORAL / EPS SANITAS	Activo(a)
SEMANAS COTIZADAS EN EPS SANITAS	Sin semanas reportadas en EPS SANITAS
SEMANAS COTIZADAS EN OTRA EPS	Sin semanas reportadas en EPS SANITAS
SEMANAS COTIZADAS EN ÚLTIMO AÑO	Sin semanas reportadas en EPS SANITAS
RÉGIMEN	Contributivo
FECHA DE AFILIACIÓN AL RÉGIMEN	17/03/2022
NIVEL SISBEN	No aplica
EMPLEADOR(ES)*	

CEDULA DE CIUDADANIA 74753085 RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES Desde 01/07/2024 - Vigente N.I.T.
800152840 UNISANGIL Desde 01/07/2024 - Vigente N.I.T.
800152840 UNISANGIL Desde 01/05/2024 Hasta 30/06/2024
CEDULA DE CIUDADANIA 74753085 RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES Desde 01/08/2023 Hasta 30/04/2024
N.I.T. 800152840 UNISANGIL Desde 01/04/2022 Hasta 30/04/2024



CERTIFICADO

**AGUAZUL,
CASANARE,
COLOMBIA,
A quién interese**

28/12/2024

Por medio de la presente hacemos constar que **el señor RICARDO ANDELFO CASTELLANOS MORALES** con **Cédula de Ciudadanía** número **74753085**

Posee en el banco Davivienda:

CUENTA DE AHORROS DAMAS

Número	091600049729
Fecha de apertura	22/02/2018

Cordialmente,

BANCO DAVIVIENDA

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 74753085		CASTELLANOS MORALES RICARDO ANDELFO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	cra 12 34 31	AGUAZUL-CASANARE	6387471	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION								
Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago	
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Valor
2024-11	2024-11	9477714885	9477714885	I	2024/12/19	2024/11/25	BANCO DE BOGOTA	\$495,000

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES																					
EMPLEADO				PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES	
No.	Identificación	Nombres	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	IBC	Aporte
1	CC 74753085	CASTELLANOS RICARDO	25-14	30	\$1,600,000	\$256,000	EPS005	30	\$1,600,000	\$200,000		0	\$0	\$0	14-23	30	\$1,600,000	\$39,000	0	\$0	\$0
Total Afiliados(1)					\$1,600,000	\$256,000			\$1,600,000	\$200,000			\$0	\$0			\$1,600,000	\$39,000		\$0	\$0

RESUMEN DE PAGO									
RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR	
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$256,000	\$0	\$0	\$256,000	
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	1	\$256,000	\$0	\$0	\$256,000	
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$39,000	\$0	\$0	\$39,000	
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	\$39,000	\$0	\$0	\$39,000	
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$200,000	\$0	\$0	\$200,000	
SANITAS	EPS005	800,251,440	6	1	\$200,000	\$0	\$0	\$200,000	
TOTAL				1	\$495,000	\$0	\$0	\$495,000	

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 74753085		CASTELLANOS MORALES RICARDO ANDELFO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	cra 12 34 31	AGUAZUL-CASANARE	6387471	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION								
Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago	
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Valor
2024-12	2024-12	1154387447	9478248467	I	2025/01/22	2024/12/26	BANCO BBVA COLOMBIA S.A.	\$495,000

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES																						
EMPLEADO				PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación	Nombres	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	IBC	Aporte	
1	CC	74753085	CASTELLANOS MORALES RICARDO ANDELFO	25-14	30	\$1,600,000	\$256,000	EPS005	30	\$1,600,000	\$200,000		0	\$0	\$0	14-23	30	\$1,600,000	\$39,000	0	\$0	\$0
Total Afiliados(1)						\$1,600,000	\$256,000			\$1,600,000	\$200,000			\$0	\$0			\$1,600,000	\$39,000		\$0	\$0

RESUMEN DE PAGO									
RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR	
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$256,000	\$0	\$0	\$256,000	
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	1	\$256,000	\$0	\$0	\$256,000	
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$39,000	\$0	\$0	\$39,000	
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	\$39,000	\$0	\$0	\$39,000	
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$200,000	\$0	\$0	\$200,000	
SANITAS	EPS005	800,251,440	6	1	\$200,000	\$0	\$0	\$200,000	
TOTAL				1	\$495,000	\$0	\$0	\$495,000	