Yopal, 11 de junio de 2025

Licenciado (a)
LINA PAOLA AMAYA BAHAMON
Supervisor Contrato Nº 085 de 2025
Yopal-Casanare

Cordial saludo,

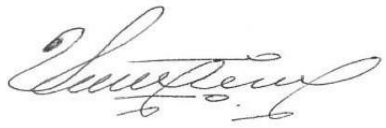
Me permito presentar el informe de actividades 2 de 4, del periodo comprendido del 11 de mayo al 10 de junio de 2025 del contrato de prestación de servicios profesionales N° 085-2025 cuyo objeto es: "PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA 2, EN CUMPLIMIENTO DE LA LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO**"**

Documentos Anexos:

- Informe de Actividades
- Anexo informe de actividades
- Mesociclo gráfico y escrito
- Horarios de entrenamiento
- Certificación expedida por el metodólogo
- Certificación expedida por la liga
- Formato Planilla de asistencia
- Formato población beneficiada
- Certificación de veracidad
- Formato Registro fotográfico
- Certificado de Deducciones FO-A-GFI-02
- Certificado decreto 1070 FO-A-GFI-08
- Certificado decreto 060-2023
- Copia del pago de Salud, pensión y riesgos Profesionales
- Certificación Bancaria
- Formato No obligado a facturar
- Copia del RUT

Lo anterior para efectos de cumplimiento de las cláusulas contractuales definidas por Indercas, dentro del contrato antes enunciado.

Atentamente,



NOMBRE: FREDY ALONSO URBANO TORRES
C.C. N.º 74860718 YOPAL-CASANARE
CELULAR: 3108649893

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

INFORME DE ACTIVIDADES
FO-A-GCC-15
16/02/2022
Versión 04

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 2 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0085 - de 2025-04-09 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA 2, EN CUMPLIMIENTO DE LA LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

Yopal, 12 de Junio del 2025.

Señor(a)
LINA PAOLA AMAYA BAHAMON
PROFESIONAL UNIVERSITARIO DEPORTES
Supervisor
Ciudad

Ref: Informe de Actividades No. 2 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0085 - de 2025-04-09.

Cordial Saludo,

En cumplimiento del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES de la referencia, relaciono a continuación las actividades realizadas desde: 11/05/2025 hasta 10/06/2025.

A. ANTECEDENTES:

CLASE DE CONTRATO	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES
NUMERO DE CONTRATO	0085
FECHA DE CONTRATO	2025-04-09.
NOMBRE DEL CONTRATISTA	FREDY ALONSO URBANO TORRES
NUMERO DE IDENTIFICACIÓN DE CONTRATISTA	74860718 de YOPAL
OBJETO DEL CONTRATO	PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA 2, EN CUMPLIMIENTO DE LA LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.
FECHA DE INICIO	2025-04-11
PLAZO DE EJECUCIÓN	Cuatro (4) MESES
FECHA DE TERMINACIÓN INICIAL	2025-08-10
FECHA DE INFORME	12 de Junio del 2025
PERIODO DE INFORME	11/05/2025 hasta 10/06/2025
NUMERO DE INFORME	2
DIRECCIÓN DE DOMICILIO	CALLE 55 # 34 - 05
CIUDAD	YOPAL
TELEFONO MOVIL	3108649893
CORREO ELECTRÓNICO	fredy_alonso24@hotmail.com
ADICION	
SUSPENSIÓN	
NUEVA FECHA DE TERMINACIÓN	

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 2 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0085 - de 2025-04-09 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA 2, EN CUMPLIMIENTO DE LA LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

B. ESTADO FÍSICO:

Hasta la fecha 10/06/2025, el CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0085 presenta una ejecución del 50% contra una programada del 100%.

C. ESTADO FINANCIERO:

	Valor	Anticipo	
CONTRATO INICIAL	$14.182.800,00	$0,00	
ADICIONAL	$0,00	$0,00	
TOTAL CONTRATO	$14.182.800,00	$0,00	
	Valor Acta	Amortiza	Vr. Pagado
VALOR ACTA No. 1	$3.545.700,00	$0,00	$3.545.700,00
PRESENTE ACTA	$3.545.700,00	$0,00	$3.545.700,00
POR EJECUTAR	$7.091.400,00		
TOTAL	$14.182.800,00	$0,00	$7.091.400,00

VALOR A PAGAR EN LA PRESENTE ACTA NO. 2: $3.545.700,00 M.L.C.

D. ACTIVIDADES:

ACTIVIDADES: 1. Prestar los servicios como entrenador, para orientar los procesos de formación, preparación y apoyo a deportistas de rendimiento deportivo en el departamento de Casanare de acuerdo con los lineamientos propuestos por la Liga deportiva correspondientes y aprobados por Indercas por intermedio del metodólogo de la disciplina, dejando constancia por escrito del hecho. 2. Presentar el cronograma, horarios y lugares de trabajo por categoría y rama. 3. Presentar y sustentar el Plan metodológico de entrenamiento, por equipo, categoría y deportistas según corresponda, relacionado con el tiempo de contratación ante el metodólogo asignado y/o equipo técnico metodológico. 4. Realizar los Ajustes al Plan metodológico de trabajo y cronograma, en caso de que el metodólogo asignado lo solicite. 5. Presentar los resultados técnicos mensuales de acuerdo con lo programado en el Plan metodológico de trabajo. 6. Presentar al metodólogo asignado por Indercas los pronósticos de participación a eventos departamentales, nacionales e internacionales de cada uno de las selecciones o deportistas, como mínimo diez días antes de cada evento, para su respectivo análisis y aprobación. 7. En caso de participación en eventos deportivos departamentales, nacionales e internacionales, deberá enviar información de los resultados obtenidos al jefe o responsable de prensa de Indercas y presentar el informe técnico de participación de cada uno de las selecciones o deportistas en un plazo máximo de tres días siguientes a la terminación de la competencia al metodólogo asignado por Indercas y consolidarlo en el informe mensual. 8. Desarrollar un proceso técnico, táctico y de planificación deportiva durante mínimo seis (6) horas al día de lunes a viernes y los días festivos cuando se requiera, para atender (En caso de deportes de conjunto 40 personas, deportes individuales 25 personas y deporte adaptado 15 personas) entre niños, niñas y adolescentes por mes de ejecución del contrato en la disciplina asignada. 9. Realizar visitas como estrategia de articulación con los diferentes municipios para detectar e involucrar los deportistas de rendimiento que puedan existir en cada uno a los procesos deportivos. 10. Desarrollar procesos deportivos mediante competencias mínimo una vez al mes, para fortalecer la enseñanza, aprendizaje y fomento del deporte. 11. Apoyar de forma técnica deportiva el proceso de Juegos Intercolegiados de acuerdo con las necesidades de su disciplina deportiva. 12. Verificar que para las sesiones de adiestramiento los deportistas cumplan con los protocolos establecidos por el Centro Especializado del Deporte. 13. Llevar control de la asistencia de los deportistas beneficiados y presentar las correspondientes planillas en cada informe de actividades. 14. Presentar en medio magnético de manera mensual y con la liquidación del contrato, la base de

datos estadística de la población beneficiada según formato de Indercas, 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. 15. Las demás asignadas por gerencia y/o supervisor de acuerdo con su objeto contractual. OBLIGACIONES: 1. Cargar mensualmente el informe de ejecución de actividades dentro de los tres (03) días hábiles siguientes al vencimiento del periodo a certificar, en la plataforma de acuerdo al formato establecido por el Instituto, con los respectivos anexos, planilla detallada y soporte de pago de salud, pensión y riesgos laborales en formato digital, y una vez aprobado por el supervisor presentarlo en medio físico. 2. Asistir y participar de las reuniones, convocatorias y capacitaciones que se realicen por parte del INDERCAS, relacionadas con el objeto del contrato. 3. Apoyar las actividades lideradas o apoyadas por el INDERCAS a las cuales sea convocado, relacionadas con el objeto del contrato. 4. 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/eva_/curso-integridad, de acuerdo con lo establecido en el artículo 11. SENSIBILIZACIÓN Y CAPACITACIÓN de la ESTRATEGIA PARA LA GESTIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES, aprobada mediante acta del Comité Institucional de Gestión y Desempeño de Indercas, el día 13 de octubre de 2020. 5. 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. 6. Cumplir con el objeto del presente contrato por sus propios medios, con plena autonomía técnica y administrativa.

E. ACTIVIDADES DESARROLLADAS:

ACTIVIDAD	ACTIVIDADA REALIZADA	PORCENTAJE (%)
ACTIVIDAD 01. Prestar los servicios como entrenador, para orientar los procesos de formación, preparación y apoyo a deportistas de rendimiento deportivo en el departamento de Casanare de acuerdo con los lineamientos propuestos por la Liga deportiva correspondientes y aprobados por Indercas por intermedio del metodólogo de la disciplina, dejando constancia por escrito del hecho.	Para este segundo informe comprendido del 11 de mayo al 10 de junio, preste mis servicios profesionales a la liga de limitados visuales de Casanare, planificando y orientando los entrenamientos del grupo de deportistas integrantes de la selección Casanare de futbol 5 sonoro, siguiendo los lineamientos de la liga y del INDERCAS expuestos en la sustentación del plan de entrenamiento ante el metodólogo BLADIMIR BARRERA.	50
ACTIVIDAD 02. Presentar el cronograma, horarios y lugares de trabajo por categoría y rama.	En el primer informe presente y sustente el plan de entrenamiento, el cual contenía el cronograma, horarios y lugares de prácticas, para este periodo continuamos con los mismos horarios y lugares de entrenamiento expuestos en el primer informe. anexo horarios y escenarios para este segundo periodo.	50
ACTIVIDAD 03. Presentar y sustentar el Plan metodológico de entrenamiento, por equipo, categoría y deportistas según corresponda, relacionado con el tiempo de contratación ante el metodólogo asignado y/o equipo técnico metodológico.	En el desarrollo del primer periodo presente y sustente plan de entrenamiento ante el metodologo BLADIMIR BARRERA, especificando las competencias preparatorias y competitivas, fechas y grupo poblacional.	50
ACTIVIDAD 04. Realizar los Ajustes al Plan metodológico de trabajo y cronograma, en caso de que el metodólogo asignado lo solicite	Para este segundo periodo correspondiente del 11 de mayo al 10 de junio, no se realizaron ajusten al plan de entrenamiento ni al cronograma, se continua con lo expuesto en la sustentación, si se requiere realizar modificaciones las estaré plasmando en el informe correspondiente.	50
ACTIVIDAD 05. Presentar los resultados técnicos mensuales de acuerdo con lo programado en el Plan metodológico de trabajo.	Para este segundo periodo presento el mesociclo combinado en donde expongo los resultados técnicos trabajados y obtenidos según el plan de entrenamiento sustentado. En lo técnico: se fortaleció la técnica de conducción de balón, siendo esta acción la mas relevante de este deporte, mediante ejercicios individuales o sin oposición, fortalecimiento de la acción técnica de remates a portería de 6 y 8 metros, tiros de castigo cuando el equipo contario acumula por faltas. En lo físico:	50

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 2 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0085 - de 2025-04-09 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA 2, EN CUMPLIMIENTO DE LA LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

	mejoramos mediante ejercicios específicos la capacidad de resistencia y fuerza. Táctico: en este periodo fortalecimos los módulos defensivos-ofensivos, 1-3-1 y 1-2-2. buscando tener alternativas en cada situación que se presente en la competencia. En lo psicológico resaltamos el espíritu competitivo de Alex Martínez, quien fue convocado por la selección Colombia a competir en el mundial de clubes en OSAKA-JAPON del 22 al 28 de mayo.	
ACTIVIDAD 06. Presentar al metodólogo asignado por Indercas los pronósticos de participación a eventos departamentales, nacionales e internacionales de cada uno de las selecciones o deportistas, como mínimo diez días antes de cada evento, para su respectivo análisis y aprobación.	Para este segundo periodo comprendido del 10 de mayo al 11 de junio, no se presentaron pronósticos de competencia, de acuerdo al cronograma no se realizaron torneos departamentales ni nacionales. presentare cuando sea necesario.	50
ACTIVIDAD 07. En caso de participación en eventos deportivos departamentales, nacionales e internacionales, deberá enviar información de los resultados obtenidos al jefe o responsable de prensa de Indercas y presentar el informe técnico de participación de cada uno de las selecciones o deportistas en un plazo máximo de tres días siguientes a la terminación de la competencia al metodólogo asignado por Indercas y consolidarlo en el informe mensual.	Para este periodo se brindo información de la participación y asistencia del deportista ALEX ENRIQUE GUEVARA, al torneo COPA DE NACIONES, realizado en OSAKA-JAPON del 18 al 25 de mayo. Alex fue convocado por la selección Colombia de futbol 5 sonoro, obtuvieron el tercer lugar. medalla de bronce. información que se le brindo a la jefe de prensa del instituto y fue repicada por Facebook.	50
ACTIVIDAD 08. Desarrollar un proceso técnico, táctico y de planificación deportiva durante mínimo seis (6) horas al día de lunes a viernes y los días festivos cuando se requiera, para atender (En caso de deportes de conjunto 40 personas, deportes individuales 25 personas y deporte adaptado 15 personas) entre niños, niñas y adolescentes por mes de ejecución del contrato en la disciplina asignada.	Para este periodo comprendido del 11 de mayo al 10 de junio, desarrolle entrenamientos direccionados a los deportistas integrantes de la selección Casanare futbol 5 visual, (deporte adaptado) de lunes a viernes con una intensidad de 6 horas diarias. sesiones con contenidos técnicos, físicos y tácticos.	50
ACTIVIDAD 09. Realizar visitas como estrategia de articulación con los diferentes municipios para detectar e involucrar los deportistas de rendimiento que puedan existir en cada uno a los procesos deportivos.	Para este periodo de entrenamiento se realizo articulación con el licenciado LUIS ALFONSO PINILLA, quien trabaja para la secretaria de educación del departamento con niños de discapacidad visual, Luis es la persona mas cercana a esta población, de esta manera se logro acercar un niño de 12 años, quien d común acuerdo con su madre se comprometieron a ir al escenario de entrenamiento, de esta manera captamos deportistas para el grupo.	50
ACTIVIDAD 10. Desarrollar procesos deportivos mediante competencias mínimo una vez al mes, para fortalecer la enseñanza, aprendizaje y fomento del deporte.	En el desarrollo de este segundo periodo de entrenamientos, se realizaron competencias entre el mismo grupo, en el departamento solo existe este pequeño grupo de personas (15) practicantes del futbol 5. con estas competencia internas buscamos mejorar y evaluar el rendimiento de cada una de las capacidades planificadas y trabajadas en este periodo de esta manera poder hacer las correcciones que sean necesarias para el fortalecimiento del grupo en general. igualmente evaluamos que deportistas asimilan cada una de las indicaciones tácticas expuestas en los entrenamientos para que sean los inicialistas.	50
ACTIVIDAD 11. Apoyar de forma técnica deportiva el proceso de Juegos Intercolegiados de acuerdo con las necesidades de su disciplina deportiva.	Para este periodo comprendido del 11 de mayo al 10 de junio, no fui convocado a prestar apoyo a los juegos Intercolegiados, estaré en total disposición con sea requerido. Cuando den inicio en su fase municipal y departamental estaré atento a asistir a los escenarios con el fin de captar deportistas si en algún caso se presentar o promocionar este deporte del futbol 5 sonoro.	50
ACTIVIDAD 12. Verificar que para las sesiones de adiestramiento los deportistas cumplan con los protocolos establecidos por	Durante este periodo se verifico el cumplimiento por parte de cada uno de los deportistas en lo que tiene que ver con su indumentaria deportiva, la cual le permita desarrollar las sesiones sin exponerse a lesiones, de	50

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 2 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0085 - de 2025-04-09 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA 2, EN CUMPLIMIENTO DE LA LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

el Centro Especializado del Deporte. 13. Llevar control de la asistencia de los deportistas beneficiados y presentar las correspondientes planillas en cada informe de actividades.	acuerdo a las normas y reglas establecidas por la federación y las recomendaciones de la fisioterapeuta del instituto INDERCAS Alisson. presento planilla de asistencia correspondiente al periodo del 11 de mayo al 10 de junio, en el formato establecido por el instituto.	
ACTIVIDAD 13. Llevar control de la asistencia de los deportistas beneficiados y presentar las correspondientes planillas en cada informe de actividades.	Durante este periodo se llevo control de asistencia de cada uno de los integrantes de la selección de futbol 5 sonoro, presento planilla correspondiente al periodo del 11 de mayo al 10 de junio. llevo control diario de los 15 deportistas pertenecientes a la selección, les resalto a la obligación de cumplir puntualmente a los horarios establecidos para los entrenamientos planificados de lunes a viernes.	50
ACTIVIDAD 14. Presentar en medio magnético de manera mensual y con la liquidación del contrato, la base de datos estadística de la población beneficiada según formato de Indercas, 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.	Presento la base de datos estadística de la población beneficiada, selección futbol 5 sonoro, deporte adaptado, discriminando; 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. para el periodo correspondiente del 11 de mayo al 10 de junio.	50
ACTIVIDAD 15. Las demás asignadas por gerencia y/o supervisor de acuerdo con su objeto contractual	Para este periodo comprendido del 11 de mayo al 10 de junio, no fui convocado a prestar apoyo a los juegos Intercolegiados, estaré en total disposición con sea requerido. Cuando den inicio en su fase municipal y departamental estaré atento a asistir a los escenarios con el fin de captar deportistas si en algún caso se presentar o promocionar este deporte del futbol 5 sonoro.	50
OBLIGACION 01. Cargar mensualmente el informe de ejecución de actividades dentro de los tres (03) días hábiles siguientes al vencimiento del periodo a certificar, en la plataforma de acuerdo al formato establecido por el Instituto, con los respectivos anexos, planilla detallada y soporte de pago de salud, pensión y riesgos laborales en formato digital, y una vez aprobado por el supervisor presentarlo en medio físico	Para este periodo comprendido del 11 de mayo al 10 de junio, certifico que realice el informe y lo cargue en la plataforma contratista el día 11 de junio, un día después de cumplir con el periodo 2 de informes, con sus respectivos anexos en cada uno de los formatos establecidos por el INDERCAS, soportes planillas de seguridad social	50
OBLIGACION 02. Asistir y participar de las reuniones, convocatorias y capacitaciones que se realicen por parte del INDERCAS, relacionadas con el objeto del contrato.	Durante este periodo contractual no fui convocados a reuniones ni capacitaciones realizadas por el INDERCAS, estaré atento al momento que me sea llamado o convocado sabiendo que las reuniones y capacitaciones me proporcionan información y conocimiento que ayudara a mi formación profesional y al grupo de deportistas por esta razón no dudare en asistir cuando sea requerido.	50
OBLIGACION 03. Apoyar las actividades lideradas o apoyadas por el INDERCAS a las cuales sea convocado, relacionadas con el objeto del contrato.	Durante este segundo periodo contractual, no fui convocado a realizar apoyos a actividades extras lideradas por el INDERCAS, estaré presto a acompañar y apoyar cuando sea requerido. la presencia en estas actividades fortalece el nombre del instituto, resaltando el deporte departamental en cada una de las modalidades, es por esto que no dudare en asistir cuando sea convocado.	50
OBLIGACION 04. 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/eva_/curso-integridad, de acuerdo con lo establecido	En el primer informe de actividades presente el certificado: integridad, transparencia y lucha contra la corrupción.	50

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 2 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0085 - de 2025-04-09 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA 2, EN CUMPLIMIENTO DE LA LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

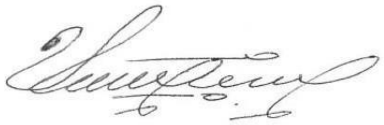
en el artículo 11. SENSIBILIZACIÓN Y CAPACITACIÓN de la ESTRATEGIA PARA LA GESTIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES, aprobada mediante acta del Comité Institucional de Gestión y Desempeño de Indercas, el día 13 de octubre de 2020.		
OBLIGACION 05. Mantener informada al Indercas de los hechos o circunstancias que puedan constituir actos de corrupción o puedan poner o pongan en riesgo el cumplimiento del contrato, o cuando tal incumplimiento se presente	Para este segundo informe de actividades comprendido del 11 de mayo al 10 de junio, no se presentaron hechos o circunstancias que en su momento afectaran el desarrollo del contrato, continuo desarrollando el proceso sin actos de corrupción. es necesario estar atento a los hechos de corrupción que se puedan presentar de esta manera contribuir al normal desarrollo del contrato.	50
OBLIGACION 06. Cumplir con el objeto del presente contrato por sus propios medios, con plena autonomía técnica y administrativa	Durante estos dos periodos contractuales, he cumplido con el objeto contractual, obligaciones y actividades con plena autonomía técnica y administrativa. Yo mismo planifico y desarrollo cada uno de los procesos de entrenamiento, estoy atento a cada uno de los requerimientos que me pide los deportistas, específicamente en ayudad de transporte, utilizo material adecuado y necesario para este deporte. Realizo la gestión administrativa cuando se requiere para apoyos de competencias nacionales.	50
OBLIGACION 07. Ejecutar idónea y oportunamente el objeto del contrato	Durante este segundo periodo contractual comprendido del 11 de mayo al 10 de junio, ejecute con total idoneidad y oportunamente cada una de mis obligaciones y cumplimento al 100% con el objeto contractual para e l cual fui contratado.	50
OBLIGACION 08. Desarrollar las actividades establecidas en la cláusula segunda del presente contrato.	En este periodo contractual desarrolle cada cada una de las actividades establecidas en la clausula segunda del presente contrato, cumpliendo a cabalidad e idoneidad cada una de las 15 actividades. una a una han sido desglosadas en la plataforma contratista. estas actividades fueron direccionadas principalmente al grupo de deportistas integrantes de la selección de futbol 5 sonoro del departamento. desarrollando en 50% del 100% establecido en el contrato 085.	50
OBLIGACION 09. Obrar con lealtad y buena fe en las distintas etapas contractuales	Durante este dos periodos contractuales he obrado con total lealtad y buena fe en cada una de mis obligaciones y actividades descritas en el contrato.	50
OBLIGACION 10. Avisar oportunamente al INDERCAS las situaciones previsibles que puedan afectar el equilibrio financiero del contrato.	Para este periodo comprendido del 11 de mayo al 10 de junio, no se presentaron situaciones que afecten el equilibrio financiero del contrato, si en algún momento se presenta estaré informando.	50
OBLIGACION 11. Atender las observaciones de quien ejerce la supervisión del contrato	En el desarrollo de este periodo contractual del 11 de abril al 10 de mayo, no se realizaron observaciones puntuales al proceso de entrenamiento por parte de la supervisión, estaré atento a atenderlas si en algún momento las realizan.	50
OBLIGACION 12. Presentar los informes específicos o extraordinario cuando le sean solicitados por el interventor o supervisor	Para este segundo periodo no me pidieron informes específicos o extraordinarios que tengan que ver con el proceso contractual, estaré presto a suministrarlo si son requeridos por el interventor o supervisión.	50
OBLIGACION 13. Presentar informes de actividades mensuales, detallando la actividad realizada en el periodo de ejecución, y anexando soporte del mismo, dentro de los cinco (05) días hábiles siguientes al vencimiento de cada periodo, así como acreditar el cumplimiento de las obligaciones al sistema de seguridad Social en Salud y aportes parafiscales, del correspondiente mes, según las normas vigentes en la materia	Presento el informe 2 de 4, que comprende el periodo del 11 de mayo al 10 de junio, informe de actividades que contiene especificaciones técnicas, físicas y tácticas planificadas y desarrolladas de acuerdo a lo planificado y las necesidades puntuales del grupo, selección de futbol 5 de Casanare. informe subido a la plataforma contratista para su correspondiente revisión y corrección, con fecha de presentación, 11 de junio. presento planillas de seguridad social correspondiente al periodo de mayo.	50
OBLIGACION 14. En caso de que el instituto le facilite algún elemento para el desarrollo del objeto contractual, deberá devolverlo en buen estado a la finalización	Durante este periodo contractual el instituto, no me suministro elementos para el desarrollo de entrenamientos, actualmente se desarrollan los entrenamientos con material que había sido entregado el año anterior. en el momento que me presten material, finalizando el contrato lo devolveré	50

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 2 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0085 - de 2025-04-09 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA 2, EN CUMPLIMIENTO DE LA LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

del contrato.	si es necesario.	
OBLIGACION 15. Allegar el certificado del examen pre-ocupacional dentro de los términos establecidos en el Decreto 0723 de 2013	En cada uno de los informes he anexado el examen pre ocupacional dentro de los términos establecidos en el decreto 07423 de 2013	50
OBLIGACION 16. Cumplir con todas las obligaciones derivadas de los Estudios Previos y del presente contrato	Para el presente periodo contractual, cumplí con las 16 obligaciones establecidas en el contrato, direccionadas a los integrantes de la selección de futbol 5 sonoro.	50

F. OBSERVACIONES:

Atentamente,



FREDY ALONSO URBANO TORRES
Contratista

1. ACTIVIDADES DE ENTRENAMIENTO:

- **Selección trabajada**: *FUTBOL 5 PARA CIEGOS*
- **Macrociclo en proceso**: *VII*
- **Periodo**: *PREPARATORIO*
- **Etapa**: *PREPARACION ESPECIFICA*
- **Tipo de Mesociclo**: *BASICO ESPECIAL*
- **Tipos de Microciclos**: *2 CORRIENTES, CHOQUE Y REGENERATIVO*

OBJETIVO MESOCICLO: *ESTABILIZAR CONCEPTOS ESPECÍFICOS EN LO TÉCNICO, FÍSICO Y TÁCTICO.*

MICROCICLO 1-CORRIENTE*. Desarrollar la técnica de conducción, capacidad de resistencia y saque de meta, jugando a las bandas.*

MICROCICLO 2-CHOQUE*. Mejorar la técnica de control de balones que rebotan desde las bandas y el posicionamiento en módulos defensivos - ofensivos.*

MICROCICLO 3-REGENERATIVO. *Fortalecer la técnica de remate a portería desde los tiros de castigo 6 y 8, mejorar en los duelos, (1vs1-1vs2 y 2vs1), fortalecimiento especifico de piernas, abdomen y brazos.*

MICROCICLO 4-CORRIENTE*. Fortalecer técnica combinada de conducción y remate a la portería, desarrollar acciones tácticas de pelota quieta, (tiros de esquina, tiros libres) Y mejorar la flexibilidad.*

- **Horas trabajadas**: *120 horas*
- **Unidades de entrenamiento**: *se planificaron 44, se realizaron 40 sesiones. (4 sesiones fueron canceladas por lluvia)*

✪ **Dificultades técnicas afrontadas y correctivos aplicados**.

Para este periodo comprendido entre el 11 de mayo al 10 de junio, las dificultades más relevantes fueron:

El escenario de entrenamiento, cancha alterna 20 de julio en estos momentos no es acto para la práctica del deporte, se encuentra deteriorado en las bandas laterales, este deporte tiene unas especificaciones puntuales en el escenario que hacen que se pueda entrenar y competir sin correr riesgos de accidentes.

***Correctivos**:*

Se realizan entrenamientos con la mayor precaución, planificamos en otros escenarios, Canchas tercer tiempo. El instituto INDERCAS, asumirá la adecuación de este importante escenario, según información suministrada a la liga limitados visuales.

- ✪ Anexo el plan gráfico y escrito de futbol 5 sonoro. Macrociclo y mesociclo correspondiente al periodo 11 de mayo al 10 de junio 2025

2. COMPETENCIAS A LAS QUE ASISTIÓ

- ✪ Para este periodo no se asistió a competencias

3. REUNIONES INTERDISCIPLINARIAS

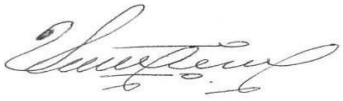
- ✪ Para este periodo no fui convocado a reuniones interdisciplinarias

4. TEST VALORACIONES:

- ✪ Durante este periodo se realizo valoración medica, al deportista JAIDER MECHE, quien viene manifestando molestias musculares en un brazo. Esta siendo atendido por la fisioterapeuta ALISSON.

5. ASISTENCIA

- ✪ Anexo planillas de asistencia población beneficiada periodo del 11 de mayo al 10 de junio 2025



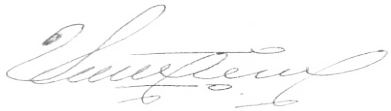
LIC. FREDY ALONSO URBANO TORRES (74860718)

MACROCICLO # VII. PLANIFICACION FUTBOL 5 LIMITADOS VISUALES

CATEGORIA: LIBRE **GENERO:** MASCULINO **FECHA DEL PLAN ANUAL:** DEL 3 DE FEBRERO AL 20 DE DICIEMBRE 2025

ENTRENADOR: FREDY ALONSO URBANO TORRES

1	MESES	FEBRERO			MARZO				ABRIL					MAYO					JUNIO				JULIO					AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE							DICIEM	TOTAL
2	Macrociclos	VII																																															1
3	Periodos	PREPARATORIO																						COMPETITIVO								PREPARATORIO				COMPETITIVO				PREPARATORIO								5
4	Etapas	PREPARACION ESPECIFICA																						COMPETITIVO					COMPETITIVO			PREP. ESPECIFICA				COMPETITIVO				TRANSITORIO								6
5	No Mesociclos	1												2									3	4			5		6			7			8				9			10	11							11
6	Tipos de Mesociclos	BASICO DESARROLADOR												BASICO ESPECIAL									APROX	COM			REG		COM			REG			APROX				COM			REG	BASICO DESARROLLADOR								11
7	No Microciclos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	45
8	Tendencia del Microciclo	CRR	CRR	CHO	REG	CRR	CRR	CHO	REG	CRR	CRR	CHO	REG	CRR	CRR	CHO	COM	REG	CRR	CRR	CHO	REG	APRO	PRE	COP	REG	CRR	CRR	APRX	COP	REG	REG	CRR	CRR	APRO	PRE	COP	REG	REG	CRR	CRR	CRR	CRR	CRR	CRR	CRR	
9	Fecha de inicio y final del micro	3	10	17	24	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	
		9	16	23	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	20	
10	Dias w microciclo	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	225
11	Sesiones del microciclo	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	225
12	Horas x sesion	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	135
13	Horas x microciclo	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	675
14	Competencias fundamentales																						CLASIFICATORIO A JUEGOS FEDELIV													JUEGOS FEDELIV-MEDELLIN DEL 6 AL 13 OCTUBRE														
15	Competencias Preparatorias																	INVITACIONAL-YOPAL 21 AL 23 DE JUNIO											INTERCLUBES- IBAGUE-AGOSTO																	2
16	Test Pedagogicos, fisicos y tecnicos				17 AL 23 DE MARZO TEST FISICOS DE ENTRADA-VALORACIONES																																TEST DE CONTROL 1 AL 7 DE SEPTIEMBRE-VALORACIONES												1
17	Pronostico																						UBICARNOS ENTRE LOS 4 PRIMEROS					UBICARNOS ENTRE LOS 4 PRIMEROS								UBICARNOS EN EL PODIUM												2
18	Volumen en minutos	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	900	40500
19	Preparacion técnica % Minutos	44%	39%	39%	44%	44%	44%	39%	44%	39%	39%	39%	38%	44%	39%	44%	44%	39%	44%	44%	38%	38%	38%	27%	33%	44%	39%	44%	38%	33%	44%	39%	44%	39%	38%	27%	33%	44%	44%	44%	39%	38%	39%	44%	39%	38%	
		400	350	350	400	400	400	350	400	350	350	350	350	400	350	400	400	350	400	400	350	350	350	250	300	400	350	400	350	300	400	350	400	350	350	250	300	400	400	400	350	350	400	350	350		16300
20	Preparacion tactica%Minutos	33%	33%	17%	33%	33%	33%	17%	33%	33%	33%	17%	50%	33%	33%	33%	33%	33%	33%	33%	50%	50%	50%	55%	33%	33%	33%	33%	50%	33%	33%	33%	33%	33%	50%	55%	33%	33%	33%	33%	33%	50%	33%	33%	33%	50%	
		300	300	150	300	300	300	150	300	300	300	150	450	300	300	300	300	300	300	300	450	450	450	500	300	300	300	300	450	300	300	300	300	300	450	500	300	300	300	300	300	450	300	300	300	450	14650
21	Preparacion física % Minutos	23%	27%	44%	23%	23%	23%	44%	23%	27%	27%	44%	12%	23%	27%	23%	23%	27%	23%	23%	12%	12%	12%	18%	33%	23%	27%	23%	12%	33%	23%	27%	23%	27%	12%	18%	33%	23%	23%	23%	27%	12%	27%	23%	27%	12%	
		200	250	400	200	200	200	400	200	250	250	400	100	200	250	200	200	250	200	200	100	100	100	150	300	200	250	200	100	300	200	250	200	250	100	150	300	200	200	200	250	100	250	200	250	100	9550



INDERCAS	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC62
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

MODELO DE METODOLOGICOS PARA LA PRESENTACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO

NOMBRE DEL ENTRENADOR:	FREDY ALONSO URBANO TORRES								
DEPORTE:	FUTBOL 5 SONORO	CATEGORIA:	LIBRE	MODALIDAD:				EDAD:	LIBRE
MACROCICLO No	VII	FECHA:	DEL 11/5/2025 AL 10/6/2025	TIPO DE MESOCICLO:	BASICO ESPECIAL			GENERO:	MASCULINO
TIPO DE MICROCICLOS	MICRO1		MICRO 2		MICRO3		MICRO 4		
	CORRIENTE		CHOQUE		REGENERATIVO		CORRIENTE		
FECHAS DE MICROCICLO	Ini	Fin	Ini	Fin	Ini	Fin	Ini	Fin	
	11-may	18-may	19-may	25-may	26-may	1-jun	2-jun	10-jun	
OBJETIVOS MESOCICLO	ESTABILIZAR CONCEPTOS ESPECIFICOS EN LO TECNICO-FISICO Y TACTICO								
MICROCICLOS #	1		2		3		4		5
TECNICO	VOL: 400	INT: 85 %	VOL: 300	INT: 85 %	VOL: 400	INT: 85 %	VOL: 350	INT: 85 %	
VOL MIN: 1450 / INT FRECAR:	EJERCICIOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS TECNICA DE CONDUCCION ESTATICO Y DESPLAZAMIENTO		EJERCICIOS COMBINADOS DE RECEPCION, PASE Y REMATE A PORTERIA		EJERCICIOS DE REMATE, BALONES QUIETOS Y EN MOVIMIENTO		EJERCICIOS DE PASE (FRONTAL Y DIAGONAL) RECEPCION DE BALON POSICION ESCUADRA		
TACTICO	VOL: 300	INT: 80 %	VOL: 250	INT: 85 %	VOL: 300	INT: 85 %	VOL: 350	INT: 80%	
VOL MIN: 1200 / INT FRECAR:	EJERCICIOS TACTITA FIJA, TIROS DE ESQUINA, LIBRES Y REMATES DE 6 Y 8 METROS		MODULO TACTICO 1-2-2 Y 1-3-1		PARTIDOS CORRECTIVOS. ESPECIFICO EN ZONA DEFENSIVA		EJERCICIOS DE LATERALIDAD Y UBICACIÓN TEMPORO ESPACIAL		
FISICOS	VOL: 200	INT: 100 %	VOL: 350	INT: 100%	VOL: 200	INT: 80 %	VOL: 200	INT: 100 %	
VOL MIN: 950 / INT FRECAR:	EJERCICIOS DE RESISTENCIA		EJERCICIOS DE FUERZA FUNCIONAL		EJERCICIOS DE COORDINACION Y FLEXIBILIDAD.		EJERCICIOS DE REACCION Y CAMBIO DE DIRECCION-FUERZA		
VOLUMEN TOTAL MIN	900		900		900		900		
INTENSIDAD	85%		90%		80%		85%		
MEDIOS	BALONES SONOROS		BALONES SONOROS		BALONES SONOROS		BALONES SONOROS		
METODOS	ANALITICO-GLOBAL		ANALITICO-GLOBAL		ANALITICO, GLOBAL		ANALITICO-GLOBAL		
EVALUACION	DIRECTA POR OBSERVACION		DIRECTA POR OBSERVACION		DIRECTA POR OBSERVACION		DIRECTA POR OBSERVACION		



LIC. FREDY ALONSO URBANO TORRES-ENTRENADOR



V°B° Metodologo. BLADIMIR BARRERA CORREDOR



DESARROLLO MESOCICLO. PLAN DE ENTRENAMIENTO DIRECCIONADO AL GRUPO INTEGRANTES DE LA SELECCIÓN DE FUTBOL 5 SONORO (LIMITADOS VISUALES)

- **Selección trabajada**: *FUTBOL 5 SONORO*
- **Tipo de Mesociclo**: *BASICO ESPECIAL*
- **Tipo de Microciclos**: *CORRIENTES 2, CHOQUE Y REGENERATIVO*

- **PERIODO DE ENTRENAMIENTO**: Del 11 de mayo al 10 de junio 2025

OBJETIVO GENERAL: ***ESTABILIZAR CONCEPTOS ESPECIFICOS EN LO TECNICO-FISICO Y TACTICO***

MICROCICLO 1, CORRIENTE DEL 11 AL 18 DE MAYO 2025

Objetivo específico*: MEJORAR TECNICA DE CONDUCCION*

En este microciclo los conceptos técnicos fueron encaminados en el perfeccionamiento de la técnica de conducción, mediante ejercicios estáticos y en movimiento, remates a portería individual con balones estáticos y en movimiento desde diferentes distancias y posiciones, en la condición táctica se profundizo en pelotas quietas, tiros libres, de esquina y remates de 6-8 metros buscando estrategias que nos permitan terminar de la mejor manera estas acciones de juego, finalmente en el aspecto físico se realizaron ejercicios de resistencia.

MICROCICLO 2, CHOQUE DEL 19 AL 25 DE MAYO 2025

Objetivo específico: *MEJORAR TECNICA GENERAL EN ACCIONES COMBINADAS*

En el desarrollo de este microciclo los conceptos técnicos se direccionaron en acciones combinadas de pase, recepción y remate a portería, buscando acciones en realidad de juego y de esta manera obtener un mayor rendimiento técnico, en el aspecto táctico se enfocó en el desarrollo de módulos defensivos y ofensivos con el fin de definir que sistemas serien los más adecuados a implementar en la próxima competencia, finalmente en el aspecto físico se realizaron ejercicios de reacción a estímulos auditivos.



MICROCICLO 3, REGENERATIVO DEL 26 DE MAYO AL 1 DE JUNIO 2025

Objetivo específico: *FORTALECER CONCEPTOS TACTICOS EN PARTIDOS*

En el desarrollo de este microciclo profundizamos en la técnica de remate a portería, mediante ejercicios de pelota quieta y en movimiento sin oposición, desde diferentes distancias, En el aspecto táctico se realizaron partidos entre el mismo grupo realizando correcciones en cada una de las acciones en la condición física se realizaron ejercicios de fuerza funcional.

MICROCICLO 4, CORRIENTE DEL 2 AL 10 DE JUNIO 2025

Objetivo específico: *FORTALECER TECNICA INDIVIDUAL DE PASE*

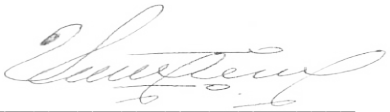
Durante el desarrollo de este microciclo se realizó entrenamientos técnicos enfocados en la técnica de pases frontal y diagonal con control de balón, realizando constantes movimiento a las bandas, en el aspecto táctico nos enfocamos en ejercicios de lateralidad y ubicación ten poro espacial con el fin de percibir distancias entre vallas y porterías, finalmente en el aspecto físico se profundizo en ejercicios de reacción y cambios de dirección bruscos Ejercicios individuales fortalecimiento muscular general.

- **MÉTODOS APLICADOS**: analítico (enfatizar en situaciones concretas) y global (repetición global de las acciones)

- **TOTAL VOLUMEN TÉCNICO…….1450**
- **TOTAL VOLUMEN TÁCTICO…….1200**
- **TOTAL VOLUMEN FISICO…….950**

- **MEDIOS:** balones, cancha alterna coliseo 20 de julio, canchas tercer tiempo

- **INTENSIDAD: 89%**



LIC. FREDY URBANO TORRES
Entrenador limitados visuales

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE Nit. 844.003.345-1	SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD	CODIGO	RAGCC54
	GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA	2/20/2013
	HORARIO DE CLASE	VERSIÓN	1

LIGA DE LIMITADOS VISUALES CASANARE					DEPORTE	FUTBOL 5 SONORO		
ENTRENADOR: FREDY ALONSO URBANO TORRES					PERIODO	ABRIL-MAYO		
HORA	CATEGORÍA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
6:30 A 9:30 AM	UNICA	X	X	X	X	X		
LUGAR:		GIMNASIO ESTADIO		CANCHAS TERCER TIEMPO				
6 A 9 PM	UNICA	X	X	X	X	X		
LUGAR:		CANCHA ALTERNA 20 DE JULIO						

HORARIOS CLASE JUNTA DE ACCION COMUNAL Y/O BARRIO

JUNTA DE ACCION COMUNAL Y/O BARRIO					DEPORTE	TENIS		
SEDE: CLUB CAMPESTRE EL ALCARAVAN					PERIODO	23/09/24 -- 22/10/24		
HORA	LUGAR	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO

FIRMA DEL CONTRATISTA

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CERTIFICACION
FO-A-GDO-04
04-08-2017
Versión 02

EL SUSCRITO PROFESIONAL DE LA SUBGERENCIA DE DESARROLLO DEPORTIVO – INDERCAS - METODOLOGO

CERTIFICA Y/O DEJA CONSTANCIA QUE:

Que el entrenador, **FREDY ALONSO URBANO TORRES**, identificado con cedula de ciudadanía No. 74860718 de YOPAL, cumplió con las actividades metodológicas, consignadas en el contrato de prestación de servicios No 085 de 2025, el cual tiene como objeto PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA 2, EN CUMPLIMIENTO DE LA LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO., para el periodo comprendido entre 11/05/2025 al 10/06/2025.

La anterior se expide a los diez (10) días del mes de junio de 2025.

BLADIMIR BARRERA CORREDOR

Profesional Universitario – Metodólogo

LIGA DE LIMITADOS VISUALES DE CASANARE
"LIVICAS"
PERSONERÍA JURÍDICA Nº 0007 DE 2009
RECONCIMIENTO DEPORTIVO Nº 001047 DE 2009

EL SUSCRITO PRESIDENTE DE LA LIGA DE LIMITADOS VISUALES DE CASANARE

CERTIFICA:

Que el entrenador, **FREDY ALONSO URBANO TORRES**, identificado con cedula de ciudadanía No. 74860718 de Yopal, cumplió con las actividades plasmadas en el plan de entrenamiento (MACROCICLO # VII) direccionado al grupo, integrantes de la selección de futbol 5 sonoro. para el periodo comprendido entre 11 de mayo al 10 de junio 2025

La anterior se expide a los once (11) días del mes de junio de 2025

MAURICIO NIÑO NIÑO
Representante legal livicas.

CARRERA 11A - # 27-28

CEL. 313 3193104 - coodisca@hotmail.com

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD

GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN

PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS

CÓDIGO:	RAGCC53
FECHA	10/02/2013
VERSION	01

NOMBRE DEL ENTRENADOR: FREDY ALONSO URBANO TORRES
DEPORTE: FUTBOL 5 SONORO
EDADES: CATEGORIA MAYORES
PERIODO: DEL 11 MAYO AL 10 DE JUNIO 2025
CONTRATO: 85
FECHA: 11-jun-25

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	SEMANA N°: 1 DIAS DE TRABAJO 11	12	13	14	15	16	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	SEMANA N°: 2 DIAS DE TRABAJO 19	20	21	22	23	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	ALEX ENRIQUE MARTINEZ GUEVARA		X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100		✓	✓	✓	✓	✓	100		
2	JAIDER MECHE CALDERON		X	✓	X	✓	✓	X	✓	64		✓	X	✓	✓		80		
3	HEMERSON RODRIGUEZ GARZON		X	✓	✓	X	X	X	✓	48		✓	✓	✓	✓	✓	100		
4	HERNEY HUERTAS TEJEDOR		X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100		✓	✓	✓	✓	✓	100		
5	GERMAN EDUARDO EREU ARAQUE		X	✓	X	✓	✓	✓	X	64	German	✓	✓	X	✓	✓	80		German.
6	VICTOR ALFONSO GALAN PIRABAN		X	✓	✓	X	X	✓	✓	64		✓	✓	✓	✓	✓	100		
7	MAURICIO NIÑO NIÑO		X	X	X	X	✓	✓	✓	48		✓	✓	X	X	X	40		
8	WILMER FRANCISCO NAVARRO		X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100		✓	✓	✓	✓	✓	100		
9	EVER ALBARRACION RODRIGUEZ		X	✓	X	X	X	✓	✓	48		✓	X	✓	✓	X	60		
10	YORDY ALBARRACIN RODRIGUEZ		X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100		✓	✓	✓	✓	✓	100		
11	ORLANDO AROCA GIL		X	X	X	X	✓	✓	✓	48		✓	✓	✓	✓	✓	100		
12	FREDY DANIEL LEON		X	✓	X	X	X	X	✓	32		✓	✓	✓	X	X	60		
13	JOHAO URBANO MOJICA		X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100	Johao U.	✓	✓	✓	✓	✓	100		Johao U.
14	LUIS ALFONSO PINILLA		X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100		✓	✓	✓	✓	✓	100		
15	OSCAR JHOVANY FONSECA IBAÑEZ		X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	100		✓	✓	✓	✓	✓	100		
ASISTENCIA %										#DIV/0!							#DIV/0!		

CONVENCIONES	A: ASISTIO		R:LLEGADA TARDE		E:EXCUSA		F:NO ASISTIO	

FREDY URBANO TORRES. 74860718

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD

GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN

PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS

CÓDIGO:	RAGCC53
FECHA	10/02/2013
VERSION	01

NOMBRE DEL ENTRENADOR: FREDY ALONSO URBANO TORRES
DEPORTE: FUTBOL 5 SONORO
EDADES: CATEGORIA MAYORES
PERIODO: DEL 11 MAYO AL 10 DE JUNIO 2025
CONTRATO: 85
FECHA: 11/06/2025

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	SEMANA Nº: 3 DIAS DE TRABAJO 26	27	28	29	30			ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	SEMANA Nº: 4 DIAS DE TRABAJO 3	4	5	6	9	10		ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	ALEX ENRIQUE MARTINEZ GUEVARA		X	✓	✓	✓	✓	✓			100		✓	✓	✓	✓	✓	✓		100		
2	JAIDER MECHE CALDERON		X	✓	✓	✓	✓	X			80		✓	✓	✓	X	✓	✓		84		
3	HEMERSON RODRIGUEZ GARZON		X	✓	✓	X	X	X			40		✓	✓	✓	✓	✓	✓		100		
4	HERNEY HUERTAS TEJEDOR		X	✓	✓	✓	✓	✓			100		✓	✓	✓	✓	✓	✓		100		
5	GERMAN EDUARDO EREU ARAQUE		X	✓	✓	✓	✓	✓			100	German	✓	✓	✓	✓	✓	✓		100		German.
6	VICTOR ALFONSO GALAN PIRABAN		X	✓	✓	✓	✓	✓			100		✓	✓	✓	✓	✓	✓		100		
7	MAURICIO NIÑO NIÑO		X	✓	X	✓	X	✓			60		✓	X	✓	✓	X			68		
8	WILMER FRANCISCO NAVARRO		X	✓	✓	✓	X	✓			80		✓	✓	✓	✓	✓	✓		100		
9	EVER ALBARRACION RODRIGUEZ		X	✓	✓	✓	✓	✓			100		✓	✓	X	✓	✓			84		
10	YORDY ALBARRACIN RODRIGUEZ		X	✓	✓	✓	✓	X			80		X	✓	✓	✓	✓	X		68		
11	ORLANDO AROCA GIL		X	✓	X	✓	✓	X			60		X	✓	✓	X	✓	✓		68		
12	FREDY DANIEL LEON		X	✓	X	✓	X	X			40		X	✓	✓	X	X	X		36		
13	JOHAO URBANO MOJICA		X	✓	✓	✓	✓	✓			100	Johao U.	✓	✓	✓	✓	✓	✓		100		Johao
14	LUIS ALFONSO PINILLA		X	✓	✓	✓	✓	✓			100		✓	✓	✓	✓	✓	✓		100		
15	OSCAR JHOVANY FONSECA IBAÑEZ		X	✓	✓	✓	✓	✓			100		✓	✓	✓	✓	✓	✓		100		
ASISTENCIA %											#DIV/0!									#DIV/0!		

CONVENCIONES — A: ASISTIO | R:LLEGADA TARDE | E:EXCUSA | F:NO ASISTIO

FREDY URBANO TORRES

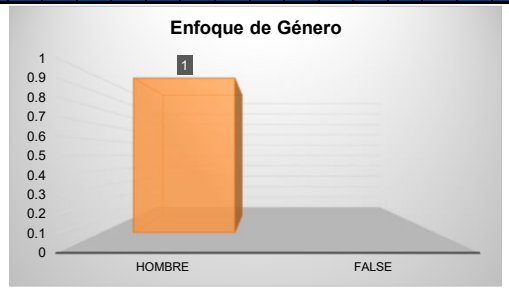
INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE	SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD DEPORTES POBLACIÓN BENEFICIADA	POBLACION BENEFICIADA FO-M-DRA-10 04/05/2022 Version 02

NOMBRES Y APELLIDOS:	FREDY ALONSO URBANO TORRES	CONTRATO:	85
PERIODO:	11/05/2025 al 10/06/2025	MUNICIPIO:	YOPAL
TELEFONO:	3108649893	CORREO ELECTRONICO:	fredy_alonso24@hotmail.com

POBLACION

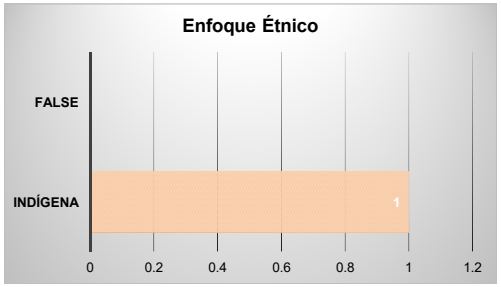
RANGO DE EDAD / POBLACION	AREA URBANA/RURAL		ENFOQUE DE GENERO			GRUPO SISBEN												ENFOQUE ETNICO												ENFOQUE DIFERENCIAL / POBLACIONAL																					TOTAL
						A (Pobreza Extrema)			B (Pobreza Moderada)			C (Población Vulnerable)			D (No pobre, No vulnerable)			Indígenas			Comunidades Negras - Afro - Raizales - Palenqueras			Pueblo ROM o Gitano			Ninguno			Víctimas del Conflicto Armado			Habitante de Calle			PPL-TD			PPR			Personas con Discapacidad			Población Extranjera			Ninguno			
	U	R	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	
PRIMERA INFANCIA 0-5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
INFANCIA 6 A 11 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ADOLESCENCIA 12 A 17 AÑOS	2	0	0	2	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	2
JUVENTUD 18 A 28 AÑOS	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1
ADULTO 29 A 60	12	0	0	12	0	0	4	0	0	4	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	12	0	0	1	0	0	12
ADULTO MAYOR - >60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
TOTALES	**15**	**0**	**0**	**15**	**0**	**0**	**5**	**0**	**0**	**6**	**0**	**0**	**4**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**15**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**15**	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**15**

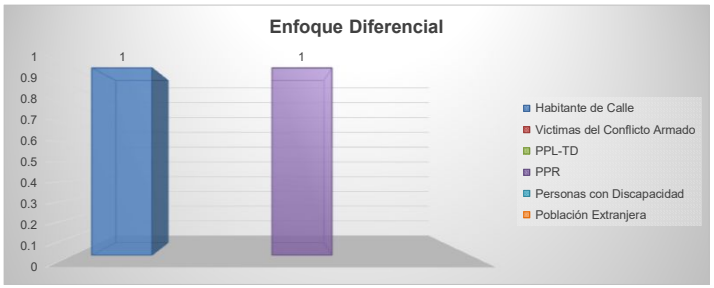












FIRMA : _____

NOMBRES Y APELLIDOS:

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

BASE DE DATOS

CONTRATO No:	85	FECHA DEL CONTRATO:	4/9/2025	OBJETO CONTRACTUAL:	PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA 2, EN CUMPLIMIENTO DE LA LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO			
NOMBRES Y APELLIDOS:	FREDY ALONSO URBANO TORRES			N° CELULAR:	3108649893		DEPORTE:	FUTBOL 5 SONORO	
PERIODO QUE REPORTA:	Fecha Inicio	5/11/2025	Fecha Fin	6/10/2025	MUNICIPIO	YOPAL		CORREO ELECTRONICO:	fredy_alonso24@hotmail.com

NOTA: SIGLA PPL-TD : POBLACION PRIVADA DE LA LIBERTAD
SIGLA PPR: POBLACION EN PROCEO DE REINSERCION

									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
1	ALEX ENRRIQUE MARTINEZ GUEVARA	CC	1118534855	2/7/1987	38	3203758059	COODISCA@HOTMAIL.COM	B		x					X					X			x	
2	JAIDER MECHE CALDERON	CC	1006449230	7/28/1984	40	3203598260	COODISCA@HOTMAIL.COM	A		X					X					X			X	
3	HEMERSON HERNEY RODRIGUEZ GARZON	CC	7819343	10/19/1975	49	3123770694	COODISCA@HOTMAIL.COM	B		X					X					X			X	
4	HENRY EZEQUIEL RODRIGUEZ TEJEDOR	CC	1118558967	6/8/1994	30	3208786226	COODISCA@HOTMAIL.COM	C		X					X					X			X	
5	GERMAN EDUARDO EREU ARAQUE	TI	1029400356	12/22/2008	16	3219167779	COODISCA@HOTMAIL.COM	A		X					X					X			X	
6	VICTOR ALFONSO GALAN PIRABAN	CC	1118533372	7/2/1982	42	3123332994	COODISCA@HOTMAIL.COM	C		X					X					X			X	
7	MAURICIO NIÑO NIÑO	CC	74860552	9/16/1978	46	3133193104	COODISCA@HOTMAIL.COM	C		X					X					X			X	
8	WILMER FRANCISCO NAVARRO	CC	16880268	11/4/1980	44	3228702989	COODISCA@HOTMAIL.COM	B		X					X					X	X		X	
9	EVER ALBARRACIN RODRIGUEZ	CC	74859351	11/14/1974	50	3134352047	COODISCA@HOTMAIL.COM	A		X					X					X			X	
10	YORDY ALBARRACIN RODRIGUEZ	CC	9430590	11/11/1981	43	3122428873	COODISCA@HOTMAIL.COM	A		X					X					X			X	
11	ORLANDO AROCA GIL	CC	74857892	6/24/1976	48	3143208889	COODISCA@HOTMAIL.COM	A		X					X					X			X	
12	FREDY DANIEL LEON	CC	74819947	11/30/1980	44	3132519767	COODISCA@HOTMAIL.COM	C		X					X					X			X	
13	JOHAO ALEXANDER URBANO MOJICA	TI	1029664098	2/21/2009	16	3108166001	COODISCA@HOTMAIL.COM	B		X					X					X			X	
14	LUIS ALFONSO PINILLA	CC	79686793	8/7/1971	53	3156392855	COODISCA@HOTMAIL.COM	B		X					X					X			X	
15	OSCAR JHOVANY FONSECA IBAÑEZ	CC	1007766786	9/4/2000	24	3144903456	COODISCA@HOTMAIL.COM	B		X					X					X			X	
					-																			
					-																			
					-																			
					-																			
					-																			

FIRMA : _____

NOMBRES Y APELLIDOS; FREDY ALONSO URBANO TORRES

EL SUSCRITO CONTRATISTA

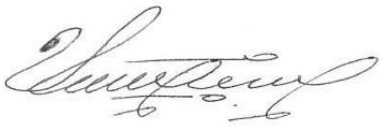
FREDY ALONSO URBANO TORRES

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. 085 de 2025 cuyo objeto es "PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA 2, EN CUMPLIMIENTO DE LA LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO, 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 del **11 de mayo al 10 de junio**, 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 11 días del mes junio de del 2025.



Nombre: Fredy Alonso urbano torres
No. Cédula: 74860718
No. Contacto: 3108649893
Correo electrónico: Fredy_alonso24@hotmail.com
Contratista

DEPARTAMENTO	CASANARE			**MUNICIPIO(S)**	YOPAL		
NOMBRES Y APELLIDOS	FREDY ALONSO URBANO TORRES			**No. CÉDULA**	74,860,718		
No. CONTRATO	85			**FECHA INICIO DE CONTRATO**	4/10/2025	**PLAZO DE EJECUCIÓN**	4 MESES
MES DEL INFORME	11 MAYO AL 10 JUNIO	**INFORME**	2 DE 4	**FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME**	11 DE JUNIO 2025		
DATOS CONTACTO	**TELEFONO CELULAR**	3108649893		**CORREO ELECTRONICO**	fredy_alonso24@hotmail.com		

REGISTRO FOTOGRÁFICO



ACCION	ENTRE. FISICO. CAPACIDAD DE RESISTENCIA AEROBICA	**FECHA**	**13/5/2025**



ACCION	ASISTENCIA VALORACION POR FISIOTERAPIA LESION MUSCULAR JAIDER MECHE	**FECHA**	**16/5/2025**



ACCION	EJERCICIOS TACTICOS, INICIO-FINALIZACION TIROS DE ESQUINA CON OPOSICION PASIVA-ACTIVA	**FECHA**	20/**5/2025**



ACCION	SOCIALIZACION Y DEMOSTRACION DEL FUTBOL 5 PARA CIEGOS.COLEGIO ITEY	**FECHA**	**22/5/2025**

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

REGISTRO FOTOGRAFICO
FO-A-GCC-18
24-09-2018
Version 02

DEPARTAMENTO	CASANARE			**MUNICIPIO(S)**	YOPAL		
NOMBRES Y APELLIDOS	FREDY ALONSO URBANO TORRES			**No. CÉDULA**	74,860,718		
No. CONTRATO	85			**FECHA INICIO DE CONTRATO**	4/10/2025	**PLAZO DE EJECUCIÓN**	4 MESES
MES DEL INFORME	11 MAYO AL 10 JUNIO	**INFORME**	2 DE 4	**FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME**	11 DE JUNIO 2025		
DATOS CONTACTO	**TELEFONO CELULAR**	3108649893		**CORREO ELECTRONICO**	fredy_alonso24@hotmail.com		



ACCION	ACTIVIDAD LUDICO-DEPORTIVA. JUEGOS PREDEPORTIVOS	**FECHA**	27/**5/2025**



ACCION	ACCION TECNICA, REMATES A PORTERIA DESDE 6 Y 8 METROS.	**FECHA**	4/**6/2025**



ACCION	EJERCICIOS DE CONDUCCION EN TRIANGULO, ROMBO Y LINEA RECTA	**FECHA**	**9/6/2025**





ACCION	ALEX MARTINEZ, SELECCIÓN COLOMBIA, ASISTIO AL TORNEO COPA DE NACIONES.OSAKA-JAPON. TERCER PUESTO	**FECHA**	**18 AL 25/05/2025**

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CERTIFICADO DE DEDUCCIONES
FO-A-GFI-02
31/07/2019
Versión 01

Yopal, 11 de junio 2025

Señores
INDERCAS
La ciudad

REF. Certificado de deducciones

Yo, FREDY ALONSO URBANO TORRES, identificado con Cédula de Ciudadanía número 74860718 de YOPAL , teniendo en cuenta la reforma Tributaria estructural, ley 1819 del 29 de diciembre de 2016, **CERTIFICO QUE**:

- Mis ingresos percibidos por el INDERCAS en el año 2025, 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 X**

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 **11 de mayo 2025** y el **10 de junio 2025**, de acuerdo a los siguientes factores:

DESCRIPCIÓN	VALOR
Deducción por intereses préstamos adquisición vivienda o costo financiero leasing habitacional pagados en el año 2025 (Hasta 100 UVT mensuales). *Art 387 ET-DR 4713/05*	$ 0,00
Deducción por pagos de medicina prepagada o seguros de salud. (Hasta 16 UVT mensuales). *Art 387 ET*	$ 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*.

IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	APELLIDO 1	APELLIDO 2	PARENTESCO	EDAD
23740395	ANA CECILIA	TORRES		MADRE	70
1118532335	YEIMI PAOLA	MOJICA	HERNANDEZ	ESPOSA	38
1222134130	JUANA VALENTINA	URBANO	MOJICA	HIJA	6
1029664098	JOHAO ALEXANDER	URBANO	MOJICA	HIJO	16

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)	$ 238.200
2. Aportes obligatorios a salud. (Art. 56 Estatuto Tributario)	$ 186.100

Adicionalmente solicito se tengan en cuenta los siguientes aportes como rentas exenta, 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. 85 de fecha 9 de ABRIL 2025, 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,
FREDY ALONSO URBANO TORRES
C.C. 74860718 DE YOPAL

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CERTIFICADO DECRETO 1070
FO-A-GFI-08
27/04/2020
Versión 02

Yopal, 11 de junio del 2025

Empresa INDERCAS

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

CERTIFICACIÓN

Yo **FREDY ALONSO URBANO TORRES**, identificada con cédula de ciudadanía No.**74860718** expedida en YOPAL, 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 ( ) NO (**X)**

- Estoy obligado (a) a presentar declaración de renta por el año gravable inmediatamente anterior:
  SI (**X**) NO ( )

- 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 ( ) NO (**X**)

- 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

FREDY ALONSO URBANO TORRES
C.C. 74860718 DE YOPAL

Yopal, 11 de junio 2025

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

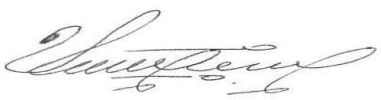
CERTIFICO QUE:

1. Mi actividad económica desarrollada en el municipio de Yopal según lo estipulado en el Artículo 36 decreto 060-2023 (Art 31del 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 Clasificadas**.

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 50 hasta 250 UVT.,** (UVT 2025 -$49.799. 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 2025 está en $49.799)	**RANGO DE INGRESOS BRUTOS GRAVABLES EN VALORES**
0	HASTA 50	0	$2.490.000
MÁS DE 50	HASTA 250	1	$2.490.001 - $12.450.000
MÁS DE 250	HASTA 500	2	$12.450.001 - $24.900.000
MÁS DE 500	HASTA 750	3	$24.900.001 – $37.349.000
MÁS DE 750	HASTA 1.000	5	$37.349.001 - $47.799.000
MÁS DE 1.000	HASTA 3.500	Determina el impuesto aplicando la tarifa que corresponda a la actividad realizada.	$47.799.001 – $174.297.000



Nombre Completo Contratista: FREDY ALONSO URBANO TORRES
No. Identificación:74860718
No. móvil: 3108649893

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
COMPROBANTE DE PAGO

Bancoomeva

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CÉDULA DE CIUDADANÍA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	74860718
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:			FREDY ALONSO URBANO TORRES
CIUDAD/MUNICIPIO:	YOPAL	DEPARTAMENTO:	CASANARE
DIRECCIÓN:	CALLE 26B N.29A-81	TELÉFONO:	3108649
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Enseñanza deportiva y recreativa.
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:	**4603198456**		TIPO DE PLANILLA:		I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN	MES:	mayo	PERIODO COTIZACIÓN	MES:	mayo
OTROS SUBSISTEMAS:	AÑO:	2025	SALUD:	AÑO:	2025
DÍAS DE MORA:		0			
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):		2025/06/03	NÚMERO AUTORIZACIÓN:		9992836039

NOVEDADES

ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP

LIQUIDACIÓN GENERAL

			TOTALES	
			COTIZANTES	TOTAL PAGADO
PENSIÓN				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8002248088	230301	230301-PORVENIR	1	$ 238.200
		SUBTOTAL:	1	**$ 238.200**
SALUD				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
9001562642	EPS037	EPS037-NUEVA EPS	1	$ 186.100
		SUBTOTAL:	1	**$ 186.100**
RIESGOS PROFESIONALES				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8600111536	14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	1	$ 36.300
		SUBTOTAL:	1	**$ 36.300**

VALOR SIN MORA:	**$ 460.600**
VALOR MORA:	**$ 0**
TOTAL PAGADO:	**$ 460.600**

Planilla Pagada

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CÉDULA DE CIUDADANÍA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	74860718
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:			FREDY ALONSO URBANO TORRES
CIUDAD/MUNICIPIO:	YOPAL	DEPARTAMENTO:	CASANARE
DIRECCIÓN:	CALLE 26B N.29A-81	TELÉFONO:	3108649
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Enseñanza deportiva y recreativa.
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:	**4603198456**			TIPO DE PLANILLA:	I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES mayo AÑO 2025			PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES mayo AÑO 2025
DÍAS DE MORA:	0				
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):	2025/06/03			NÚMERO AUTORIZACIÓN:	9992836039

TOTAL APORTES A PENSIÓN

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	COTIZACIÓN	APORTES VOLUNTARIOS		FSP		MORA		TOTALES		
CÓDIGO	NOMBRE			EMPLEADOR	COTIZANTE	SOLIDARIDAD	SUBSISTENCIA	COTIZACIÓN	FSP	APORTES	MORA	VALOR PAGADO
230301	230301-PORVENIR	1	$ 238.200	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 238.200	$ 0	$ 238.200
SUBTOTALES:										**$ 238.200**	**$ 0**	**$ 238.200**

TOTAL APORTES A SALUD

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD POR ENFERMEDAD		LICENCIA MATERNIDAD		SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN		MORA		TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
EPS037	EPS037-NUEVA EPS	1		$ 0		$ 0		$ 0	$ 186.100	$ 0	$ 0	$ 0	$ 186.100	$ 0	$ 0	$ 186.100
SUBTOTALES:													**$ 186.100**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 186.100**

TOTAL APORTES A RIESGOS PROFESIONALES

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD IRP			SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN	TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PAGO A OTROS RIESGOS	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	1		$ 0	$ 0		$ 0	$ 36.300	$ 36.300	$ 0	$ 0	$ 36.300
SUBTOTALES:									**$ 36.300**	**$ 0**	**$ 0**	**$ 36.300**

LIQUIDACIÓN DETALLADA APORTES

DATOS DEL COTIZANTE										NOVEDADES																SEGURIDAD SOCIAL																				PARAFISCALES						
																										PENSIÓN								SALUD					ARP														
Nº	IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	TIPO COTIZANTE	SUBTIPO COTIZANTE	SALARIO BÁSICO	TIPO DE SALARIO	COLOMBIANO	EXTRANJERO	REFORMA TRIBUTARIA	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	FSP SUBSISTENCIA	FSP SOLIDARIDAD	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADOR	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADO	INDICADOR TARIFA ESPECIAL	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	CENTRO DE TRABAJO	TOTAL APORTE	DÍAS COT	IBC	CCF ADMIN	CCF TOTAL APORTE	SENA TOTAL APORTE	ICBF TOTAL APORTE	ESAP TOTAL APORTE	MINEDU TOTAL APORTE
1	CC 74860718	URBANO TORRES FREDY ALONSO	INDEPENDIENTE CONTRATO PRESTACIÓN DE SERVICIOS		$ 1.488.400				NO																	230301-PORVENIR	30	$ 1.488.400	$ 238.200	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 238.200	EPS037-NUEVA EPS	30	$ 1.488.400	$ 186.100	$ 0	$ 186.100	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A.	30	$ 1.488.400	74860718	$ 36.300		$ 0		$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

TOTAL PAGADO: $ 460.600

Cruz Roja Colombiana

CRUZ ROJA COLOMBIANA

F CR IPS 021
Versión 03

Cod. Seguridad
66458

CERTIFICADO DE APTITUD LABORAL CON ENFASIS OSTEOMUSCULAR
EXAMEN DE INGRESO



DATOS DEL TRABAJADOR

Fecha	20/06/2024
Nombre	URBANO TORRES FREDY ALONSO
Documento	74860718
Empresa	INDERCAS
Cargo	ENTRENADOR LIGA VISUALES

EXAMENES PARACLÍNICOS REALIZADOS

Espirometria	Optometria	Glicemia	Koh	Coprológico	HCG	ECG
Audiometria	Cuadro Hemático	Serologia	Frotis de garganta	Basciloscopia	RX de columna	
Visiometria	Perfil lipidico	Parcial de Orina	Cultivo de garganta	Hemoclasificación	RX de torax	
Transaminasas	Bun	Creatinina	Abuso de drogas	Alcohol en saliva	Ex. psicosensometrico	

Otros examenes

CONCEPTO

APTO PARA EL CARGO CON PATOLOGIA QUE NO LIMITA LA LABOR

OBSERVACIONES

TRABAJOS ESPECIALES

NA

RECOMENDACIONES

Ocupacionales	Médicas	Vigilancia Epidemiológica	Hábitos	Restricciones
X Uso elementos Protección Personal X Seguir Protocolos de Seguridad X Uso de correción óptica próxima X Pausas activas X Protección UV	X VALORACIÓN EPS X Consulta Externa	X Incluir PVE Visual X Incluir PVE Ergonomico	X Actividad Física 3 veces por semana X Buena Postura	

Otras recomendaciones CONTROL POR OPTOMETRIA, PROTECCION OCULAR UV..

Carlos Eduardo López Casallas
Especialista en Salud Ocupacional
Licencia SO 0646/20
R.M 85806/07

URBANO TORRES FREDY ALONSO
TRABAJADOR

CARLOS EDUARDO LOPEZ CASALLAS
LIC S.O 0646-20

BBVA

Creando Oportunidades

BBVA Colombia
NIT 860.003.020-1
Certifica

Que nuestro(a) cliente FREDY ALONSO URBANO TORRES, identificado(a) con cédula de ciudadanía número 74,860,718 se encuentra vinculado(a) a nuestra entidad a través de la CUENTA DE AHORROS LIBRETON No. 981428766 aperturada el 22 de febrero de 2016 cuenta ACTIVA y que a la fecha ha presentado un manejo conforme a lo establecido contractualmente.

Esta certificación se expide a solicitud del titular con destino a quien interese, el 28 de marzo de 2025.

Para trámites de nómina,legales,internacionales y otros,también puedes usar las siguientes opciones de número de cuenta:

Cuenta de 10 dígitos:	0981428766
Cuenta de 16 dígitos:	0981000200428766
Cuenta de 20 dígitos:	00130981000200428766

Firma autográfica



Responsable servicio al cliente
BBVA Colombia

Nota: el saldo no incluye valores de cheques en proceso de canje.

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA