ANEXO 1.1

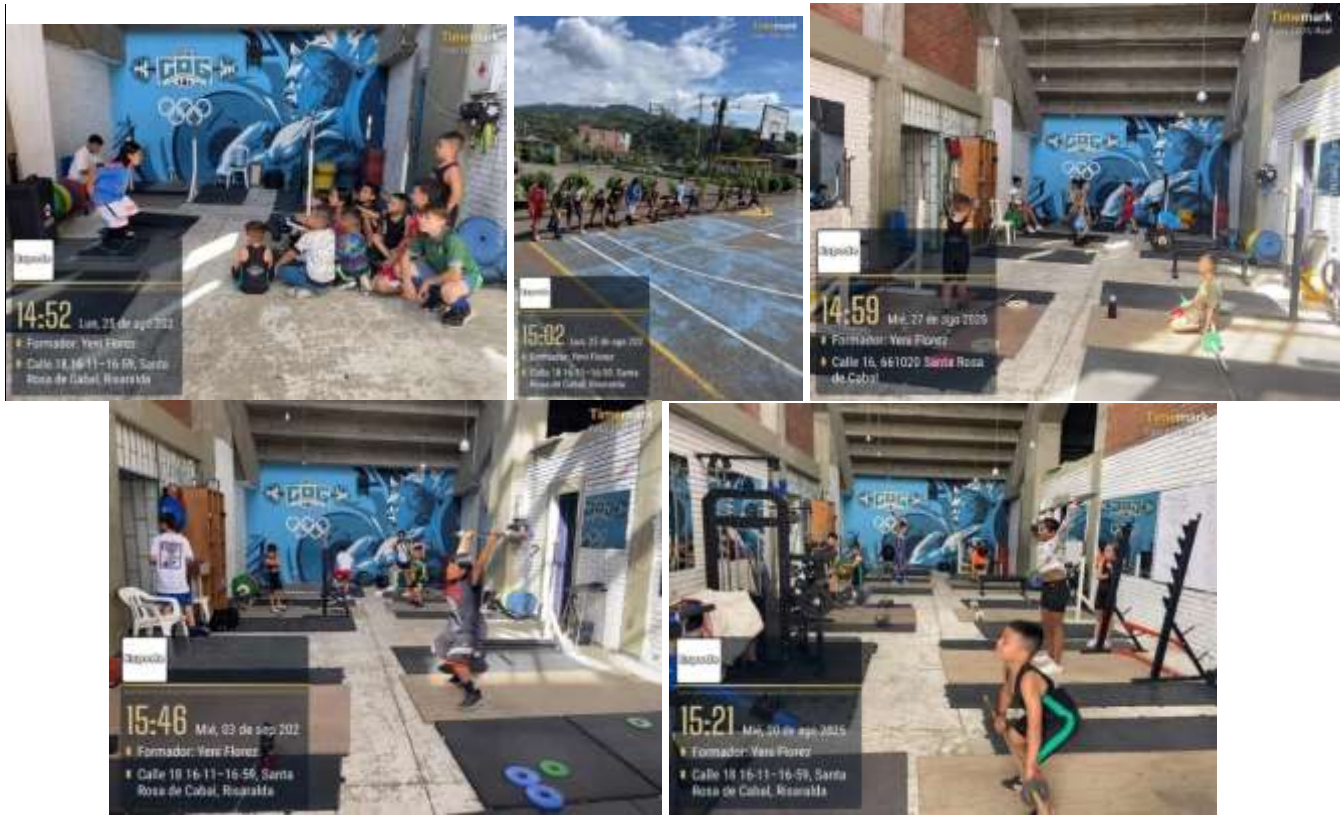
Evidencia fotográfica de las prácticas de levantamiento de pesas de los 3 grupo intervenidos en el coliseo municipal

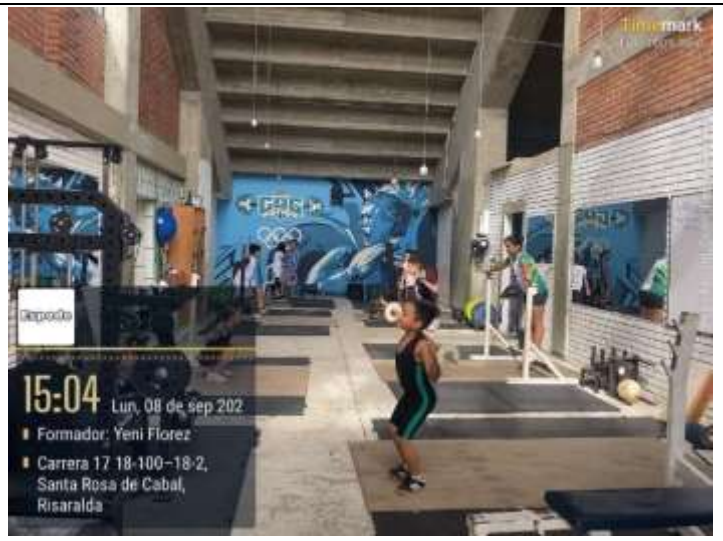
Grupo 1: 13 niños (7 a 14 AÑOS INICIACION)

Grupo 2: 15 niños (10 a 17 AÑOS FORMACION)

Grupo 3: 9 niños (10 a 17 AÑOS FORMACION)

GRUPO 1



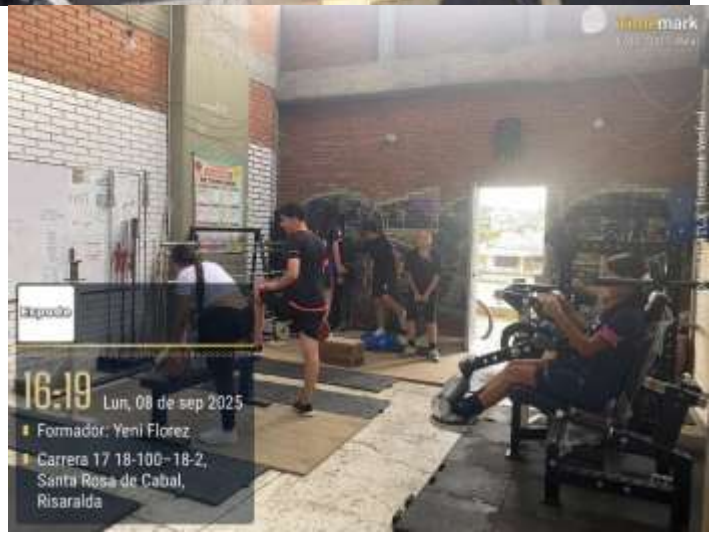

Timemark
15:04
Lun, 08 de sep 202
Formador: Yeni Florez
Carrera 17 18-100–18-2, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


Timemark
Foto 100% Real
14:52
01/09/2025
Carrera 16 18-1–18-99, Santa Rosa de Cabal, Risaralda
Tiempo verificado por Timemark Camera

GRUPO 2


Timemark
16:43
Mié, 20 de ago 2025
Formador: Yeni Florez
Carrera 16 18-1-18-99, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


Timemark
REGISTRO DE TRABAJO
16:24
Lun, 25 de ago 202
Formador: Yeni Florez
Calle 18 16-11-16-59, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


16:19
Lun, 08 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Carrera 17 18-100-18-2, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


16:27
Mié, 10 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Carrera 17 18-3, Santa Rosa de Cabal, Risaralda

GRUPO 3


Timemark
18:23 Lun, 25 de ago 202
Formador: Yeni Florez
Carrera 17 18-100-18-2, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


17:06 Mié, 27 de ago 2025
Formador: Yeni Florez
Calle 18 16-11-16-59, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


Timemark
17:15 Lun, 08 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Carrera 16 18-1-18-99, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


Timemark
17:19 Mié, 10 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Calle 18 16-11-16-59, Santa Rosa de Cabal, Risaralda

ANEXO 1.2

Evidencia fotográfica de la tabla con los horarios de intervención de los 4 grupos intervenidos en el coliseo municipal y colegio industrial

CRONOGRAMA SEMANAL ESPODE

DEPORTE		LEVANTAMIENTO DE PESAS			SEMANA	16 de agosto al 15 de septiembre		2025
ENTRENADOR		YENI LORENA FLOREZ FLOREZ						
JORNADA Y HORA		CENTRO DE FORMACION DEPORTIVA						
MAÑANA		LUNES COLISEO	MARTES INDUSTRIAL	MIERCOLES COLISEO	JUEVES INDUSTRIAL	VIERNES COLISEO	SABADO	DOMINGO
6:00 a.m.	7:00 a.m.							
7:00 a. m.	8:00 a. m.							
8:00 a. m.	9:00 a. m.							
9:00 a. m.	10:00 a. m.							
11:00 a. m.	12:00:00 p.m.							
TARDE								
12:00 p. m.	1:00 p. m.							
1:00 p. m.	2:00 p. m.							
2:30 p. m.	3:00 p. m.	GRUPO 1		GRUPO 1				
3:00 p. m.	3:40 p. m.	GRUPO 1		GRUPO 1				
3:40 p. m.	4:00 p. m.	GRUPO 2	GRUPO 4	GRUPO 2	GRUPO 4			
4:00 p. m.	4:30 p. m.	GRUPO 2	GRUPO 4	GRUPO 2	GRUPO 4			
4:30 p. m.	5:00 p. m.	GRUPO 2	GRUPO 4	GRUPO 2	GRUPO 4			
5:00 p. m.	5:30 p. m.	GRUPO 3		GRUPO 3				
5:30 p. m.	6:15 p. m.	GRUPO 3		GRUPO 3				
7:00 p. m.	8:00 p. m.							
8:00 p. m.	9:00 p. m.							
9:00 p. m.	10:00 p. m.							

YENI LORENA FLOREZ FLOREZ

NOMBRE Y FIRMA CONTRATISTA

ANEXO 2.1

Evidencia fotográfica de las prácticas de levantamiento de pesas del grupo 4 intervenido en el colegio Industrial

Grupo 4: 8 niños (10 a 17 años formación)

GRUPO 4


16:20
19/08/2025
Instituto Técnico Industrial Marillac, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


16:19 Mar, 09 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Instituto Técnico Industrial Marillac, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


Timemark
16:05 Mar, 26 de ago 2025
Formador: Yeni Florez
Instituto Técnico Industrial Marillac, Santa Rosa de Cabal, Risaralda

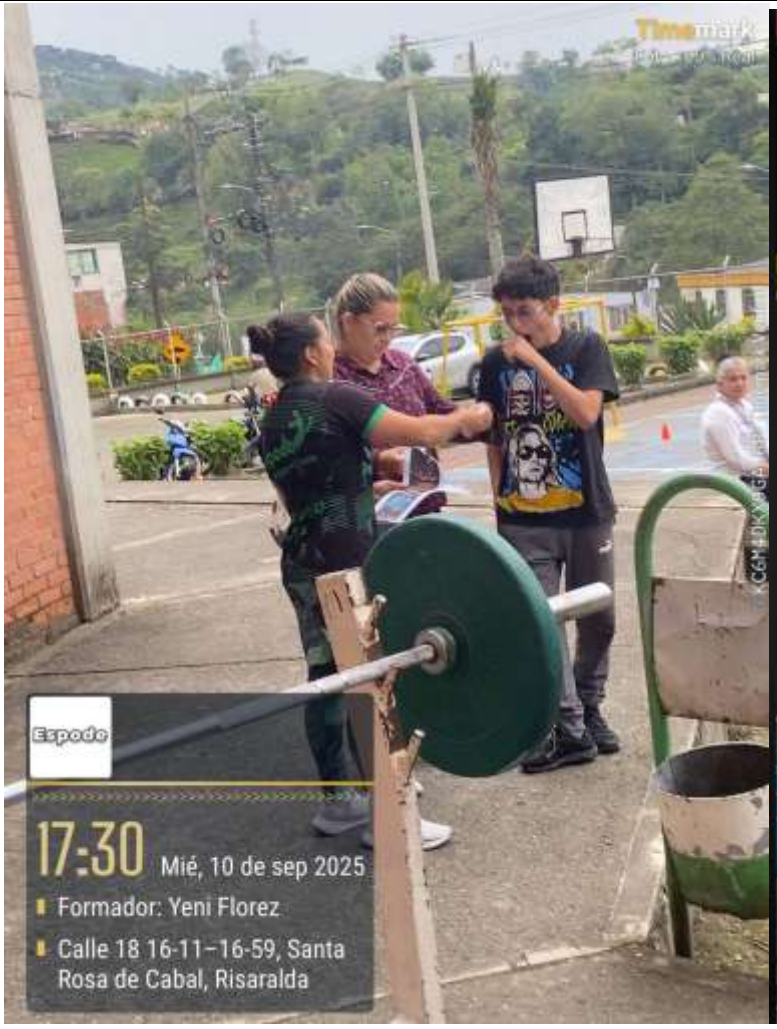

16:51 Jue, 28 de ago 2025
Formador: Yeni Florez
Instituto Técnico Industrial Marillac, Santa Rosa de Cabal, Risaralda

ANEXO 3.1

Evidencia fotográfica del acompañamiento al proceso de las inscripciones de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes del programa ESPODE 2025 en la modalidad de levantamiento de pesas






Espodo
17:30 Mié, 10 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Calle 18 16-11–16-59, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


ESPODE
Santa Rosa de Cabal
Escuelas Populares del Deporte
LEVANTAMIENTO DE PESAS
CLASES TOTALMENTE GRATUITAS
HORARIO
LUNES,MIERCOLES Y VIERNES
COLISEO MUNICIPAL
MARTES Y JUVES
3207765478

ANEXO 4.1

Evidencia fotográfica del plan semanal con las 8 sesiones de entrenamiento desarrolladas en este periodo del 16 de agosto hasta el 15 de septiembre y cuadro del plan pedagógico de los grupos de iniciación y formación según lineamientos dados por la subsecretaria de deporte y recreación

ÁREA: SUBSECRETARÍA DE DEPORTE Y RECREACIÓN	**FECHA: Del 16 al 24 de agosto**
PROGRAMA: Fortalecimiento de la promoción y de los procesos de formación e iniciación de la actividad deportiva y hábitos de vida saludables para el uso adecuado del tiempo comunidad de Santa Rosa de Cabal.	**SEMANA N°: 1 SESION 1**

ACTIVIDAD	GRUPO/ HORARIO	LUGAR	L	M	M	J	V	S	D	TAREAS ESPECÍFICAS PARA DESARROLLAR EN ESTA SEMANA
ENTRENAMIENTO INICIACION Y FORMACION DEPORTIVA	GRUPO 1 2:20 A 3:40 PM GRUPO 2 3:40 A 5:00 PM GRUPO 3 5:00 A 6:30 PM GRUPO 4 3:30 A 5:00 PM	COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLEGIO INDUSTRIAL	X X X	X	X X X	X				**INICIACIÓN** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA (juego) ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Piques de 30 metros en la cancha 4 series **Fuerza** Sentadilla con barra **RESISTENCIA (enfoque cardiovascular)** **100 subidas al cajón** **PARTE FINAL** Técnica arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **FORMACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Arranque alto **Fuerza** Sentadilla, despegue y press militar **RESISTENCIA (enfoque muscular)** **Abdominales, flexiones de pecho, extensiones** **PARTE FINAL** Arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **Habilidades para la vida:** **Vuelta a la calma** • EMPATIA: como debemos ponernos en el lugar del compañero cuando presenta situaciones difíciles
Observaciones:										
Nombre y Firma Monitor Yani Lorena Flórez **Vo. Bo. Coordinador:** Elizabeth B.G.										

ÁREA: SUBSECRETARÍA DE DEPORTE Y RECREACIÓN	**FECHA: Del 16 al 24 de agosto**
PROGRAMA: Fortalecimiento de la promoción y de los procesos de formación e iniciación de la actividad deportiva y hábitos de vida saludables para el uso adecuado del tiempo comunidad de Santa Rosa de Cabal.	**SEMANA N°: 1 SESION 2**

ACTIVIDAD	GRUPO/ HORARIO	LUGAR	L	M	M	J	V	S	D	TAREAS ESPECÍFICAS PARA DESARROLLAR EN ESTA SEMANA
ENTRENAMIENTO INICIACION Y FORMACION DEPORTIVA	GRUPO 1 2:20 A 3:40 PM GRUPO 2 3:40 A 5:00 PM GRUPO 3 5:00 A 6:30 PM GRUPO 4 3:30 A 5:00 PM	COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLEGIO INDUSTRIAL	x x x	x	x x x	x				**INICIACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA (juego) ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Lanzamiento de balón de peso **Fuerza** Despegue con barra **RESISTENCIA (enfoque cardiovascular)** **200 saltos a la cuerda** **PARTE FINAL** Técnica arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **FORMACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Cargada alta **Fuerza** Sentadilla, despegue y press militar **RESISTENCIA (enfoque muscular)** **Tijeras, sostener a la pared** **PARTE FINAL** Arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **Habilidades para la vida:** **Vuelta a la calma** ● RELACIONES INTERPERSONALES, importancia de la convivencia con los compañeros (s eles da la charla de 0 tolerancia al contacto físico, siempre con el dialogo y el respeto al compañero siempre dirigiéndose con el nombre propio y no apodos
Observaciones:										

	ANEXOS	Fecha: 09/11/2016 Versión 2.0 Página 4 de 4

Nombre y Firma Monitor Yani Lorena Flórez

Vo. Bo. Coordinador: Elizabeth B.A.

ÁREA: SUBSECRETARÍA DE DEPORTE Y RECREACIÓN	**FECHA: Del 25 al 31 de agosto**
PROGRAMA: Fortalecimiento de la promoción y de los procesos de formación e iniciación de la actividad deportiva y hábitos de vida saludables para el uso adecuado del tiempo comunidad de Santa Rosa de Cabal.	**SEMANA N°: 2 SESION 1**

ACTIVIDAD	GRUPO/ HORARIO	LUGAR	L	M	M	J	V	S	D	TAREAS ESPECÍFICAS PARA DESARROLLAR EN ESTA SEMANA
ENTRENAMIENTO INICIACION Y FORMACION DEPORTIVA	GRUPO 1 2:20 A 3:40 PM GRUPO 2 3:40 A 5:00 PM GRUPO 3 5:00 A 6:30 PM GRUPO 4 3:30 A 5:00 PM	COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLEGIO INDUSTRIAL	x x x	x	x x x	x				**INICIACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA (juego) ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Salto horizontal **Fuerza** Sentadilla con mancuernas **RESISTENCIA (enfoque cardiovascular)** **50 burpes** **PARTE FINAL** Técnica arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **FORMACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Halones **Fuerza** Sentadilla, despegue y press militar **RESISTENCIA (enfoque muscular)** **Hip trust con barra 4/20** **PARTE FINAL** Arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **Habilidades para la vida:** **Vuelta a la calma** ● TOMA DE DECISIONES: importancia de tomar las decisiones estando relajados.

Observaciones:

	ANEXOS	Fecha: 09/11/2016 Versión 2.0 Página 4 de 4

Nombre y Firma Monitor Yani Lorena Flórez

Vo. Bo. Coordinador: Elizabeth B.H.

ÁREA: SUBSECRETARÍA DE DEPORTE Y RECREACIÓN	**FECHA: Del 25 al 31 de agosto**
PROGRAMA: Fortalecimiento de la promoción y de los procesos de formación e iniciación de la actividad deportiva y hábitos de vida saludables para el uso adecuado del tiempo comunidad de Santa Rosa de Cabal.	**SEMANA N°: 2 SESION 2**

ACTIVIDAD	GRUPO/ HORARIO	LUGAR	L	M	M	J	V	S	D	TAREAS ESPECÍFICAS PARA DESARROLLAR EN ESTA SEMANA
ENTRENAMIENTO INICIACION Y FORMACION DEPORTIVA	GRUPO 1 2:20 A 3:40 PM GRUPO 2 3:40 A 5:00 PM GRUPO 3 5:00 A 6:30 PM GRUPO 4 3:30 A 5:00 PM	COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLEGIO INDUSTRIAL	X X X	X X	X X	X				**INICIACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA (juego) ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Salto vertical **Fuerza** Despegue con barra y discos **RESISTENCIA (enfoque cardiovascular)** **10 vueltas a la cancha** **PARTE FINAL** Técnica arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **FORMACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Cargada alta **Fuerza** Sentadilla, despegue y press militar **RESISTENCIA (enfoque muscular)** **Flexiones de pecho, bíceps con barra** **PARTE FINAL** Arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **Habilidades para la vida:** **Vuelta a la calma** ● PENSAMIENTO CREATIVO: se les pregunta que hubieran hecho si no habrían asistido a clase, y que repercusiones hubieran tenido, como los hubiera afectado el proceso que llevan

	ANEXOS	Fecha: 09/11/2016 Versión 2.0 Página 4 de 4

Observaciones:
Nombre y Firma Monitor Yani Viera Flórez **Vo. Bo. Coordinador:** Elizabeth B.H.

ÁREA: SUBSECRETARÍA DE DEPORTE Y RECREACIÓN	**FECHA: Del 1 al 7 de septiembre**
PROGRAMA: Fortalecimiento de la promoción y de los procesos de formación e iniciación de la actividad deportiva y hábitos de vida saludables para el uso adecuado del tiempo comunidad de Santa Rosa de Cabal.	**SEMANA N°: 3 SESION 1**

ACTIVIDAD	GRUPO/ HORARIO	LUGAR	L	M	M	J	V	S	D	TAREAS ESPECÍFICAS PARA DESARROLLAR EN ESTA SEMANA

ENTRENAMIENTO INICIACION Y FORMACION DEPORTIVA	GRUPO 1 2:20 A 3:40 PM GRUPO 2 3:40 A 5:00 PM GRUPO 3 5:00 A 6:30 PM GRUPO 4 3:30 A 5:00 PM	COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLEGIO INDUSTRIAL	x x x	x	x x x	x				**INICIACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA (juego) ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Sentadilla con salto **Fuerza** Arranque de fuerza **RESISTENCIA (enfoque cardiovascular)** **Skipinng, payasos 30 segundos 5 rondas** **PARTE FINAL** Técnica arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **FORMACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Arranque alto **Fuerza** Sentadilla, despegue y press militar **RESISTENCIA (enfoque muscular)** **Trabajo de glúteo con banda (cangrejo, patada)** **PARTE FINAL** Arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **Habilidades para la vida:** **Vuelta a la calma** MANEJO DE TENSIONES Y ESTRÉS ; como es de importante reconocer cuáles son las fuentes de ese estrés, qué efectos tiene sobre nuestras vidas (cuando realizan los entrenos en el momento de botar movimientos se les recomienda tomarse unos minutos para respirar y poder buscar la fuente del error
Observaciones:										•

Nombre y Firma Monitor Yani Lorena Flórez

Vo. Bo. Coordinador: Elizabeth B.H.

PROGRAMA: Fortalecimiento de la promoción y de los procesos de formación e iniciación de la actividad deportiva y hábitos de vida saludables para el uso adecuado del tiempo comunidad de Santa Rosa de Cabal.	**SEMANA N°: 3 SESION 2**

ACTIVIDAD	GRUPO/ HORARIO	LUGAR	L	M	M	J	V	S	D	TAREAS ESPECÍFICAS PARA DESARROLLAR EN ESTA SEMANA
ENTRENAMIENTO INICIACION Y FORMACION DEPORTIVA REUNION DE PADRES	GRUPO 1 2:20 A 3:40 PM GRUPO 2 3:40 A 5:00 PM GRUPO 3 5:00 A 6:30 PM GRUPO 4 3:30 A 5:00 PM	COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLEGIO INDUSTRIAL COLISEO MUNICIPAL	x x x 	 x 	x x x 	 x 				**INICIACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA (juego) ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Tijeras con salto **Fuerza** Sentadilla con barra y una subida de peso **RESISTENCIA (enfoque cardiovascular)** **10 vueltas a la cancha** **PARTE FINAL** Técnica arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **FORMACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Halon y cargada colgante **Fuerza** Sentadilla, despegue y press militar **RESISTENCIA (enfoque muscular)** **100 abdominales, plancha 10 series de 30 segundos** **PARTE FINAL** Arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **Habilidades para la vida:** **Vuelta a la calma** ● • MANEJO DE PROBLEMAS Y CONFLICTOS, durante los entrenamientos debemos afrontar y solucionarlos mediante el dialogo y no con el contacto físico, ● Si es alguno problema externo al escenario , siempre halarlo con el padre de familia

Observaciones:

Nombre y Firma Monitor Yani Lorena Flórez

Vo. Bo. Coordinador: Elizabeth B.H.

ÁREA: SUBSECRETARÍA DE DEPORTE Y RECREACIÓN	**FECHA: Del 8 al 15 de septiembre**

PROGRAMA: Fortalecimiento de la promoción y de los procesos de formación e iniciación de la actividad deportiva y hábitos de vida saludables para el uso adecuado del tiempo comunidad de Santa Rosa de Cabal.	**SEMANA N°: 4 SESION 1**

ACTIVIDAD	GRUPO/ HORARIO	LUGAR	L	M	M	J	V	S	D	TAREAS ESPECÍFICAS PARA DESARROLLAR EN ESTA SEMANA
ENTRENAMIENTO INICIACION Y FORMACION DEPORTIVA	GRUPO 1 2:20 A 3:40 PM GRUPO 2 3:40 A 5:00 PM I GRUPO 3 5:00 A 6:30 PM GRUPO 4 3:30 A 5:00 PM	COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLEGIO INDUSTRIAL	x x x	x	x x x	x				**INICIACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA (juego) ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Salto horizontal recorriendo la cancha **Fuerza** Despegue con barra y una subida de peso **RESISTENCIA (enfoque cardiovascular)** **10 vueltas a la cancha** **PARTE FINAL** Técnica arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **FORMACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Arranque alto **Fuerza** Sentadilla, despegue y press militar **RESISTENCIA (enfoque muscular)** **Remo con barra 4/15, flexiones de pecho 50 Rep., dominadas 30 Rep.** **PARTE FINAL** Arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **Habilidades para la vida:** **Vuelta a la calma** ● PENSAMIENTO CRITICO: la habilidad de analizar objetivamente la información y experiencias que ocurren en nuestra vida, se realiza un juego de cazador, presa , que consiste en ser muy veloces para elegir y poder ganar
Observaciones:										
Nombre y Firma Monitor Yani Lorena Flórez **Vo. Bo. Coordinador:** Elizabeth B.H.										

ÁREA: SUBSECRETARÍA DE DEPORTE Y RECREACIÓN	**FECHA: Del 8 al 15 de septiembre**

PROGRAMA: Fortalecimiento de la promoción y de los procesos de formación e iniciación de la actividad deportiva y hábitos de vida saludables para el uso adecuado del tiempo comunidad de Santa Rosa de Cabal.	**SEMANA N°: 4 SESION 2**

ACTIVIDAD	GRUPO/ HORARIO	LUGAR	L	M	M	J	V	S	D	TAREAS ESPECÍFICAS PARA DESARROLLAR EN ESTA SEMANA
ENTRENAMIENTO INICIACION Y FORMACION DEPORTIVA	GRUPO 1 2:20 A 3:40 PM GRUPO 2 3:40 A 5:00 PM GRUPO 3 5:00 A 6:30 PM GRUPO 4 3:30 A 5:00 PM	COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLISEO MUNICIPAL COLEGIO INDUSTRIAL	x x x	x	x x x	x				**INICIACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA (juego) ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Sentadilla con salto y piques **Fuerza** Sentadilla con barra y una subida de peso **RESISTENCIA (enfoque cardiovascular)** **Carrera de obstáculos (cajón, chapetas, aros)** **PARTE FINAL** Técnica arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **FORMACION** . **PARTE INICIAL** ● Movimiento articular 10 MINUTOS DE MANERA DINAMICA ● Ejercicios de aspecto general o específico para elevar la frecuencia cardiaca **PARTE CENTRAL** **Velocidad** Cargada alta sobre tacos **Fuerza** Sentadilla, despegue y press militar **RESISTENCIA (enfoque muscular)** **Tijeras con barra 100 rep, peso muerto con copa 4/15** **PARTE FINAL** Arranque y envión **Flexibilidad** Estiramiento. **Habilidades para la vida:** **Vuelta a la calma** ● TOMA DE DECISIONES: Tomar buenas decisiones implica saber escoger, comportarse de una forma proactiva, con iniciativa, decidida y ser capaces de anticiparnos a problemas o necesidades que pueden surgir durante los entrenos y en casa, se realiza una actividad de piedra papel y tijera y el perdedor hace alguna prueba física que el ganador le ponga
Observaciones:										
Nombre y Firma Monitor Yani Lorena Flórez **Vo. Bo. Coordinador:** Elizabeth B.A.										

MÉTODO DE ENSEÑANZA		**HORARIO**	
FORMADOR (A)	**YENI LORENA FLOREZ**	**DEPORTE**	LEVANTAMIENTO DE PESAS
GRUPO	**INICIACIÓN DEPORTIVA**	**MUNICIPIO**	**SANTA ROSA DE CABAL**

PLAN PEDAGOGICO

CAPACIDADES FÍSICAS				HABILIDADES MOTRICES			EXPRESIÓN CORPORAL	
VELOCIDAD	**FUERZA**	**RESISTENCIA**	**FLEXIBILIDAD**	**LOCOMOTRICES**	**NO LOCOMOTRICES**	**PROYECCIÓN**	**CAPACIDADES COORDINATIVAS**	**HABILIDADES PARA LA VIDA**
Desarrollar los gestos técnicos con elementos y sin elementos en el menor tiempo posible.	Estimular la capacidad de tensión de los grupos musculares buscando que puedan vencer u oponerse a la resistencia con el propio peso o con pesos libres.	Generar adaptaciones musculares y cardiovasculares que permitan desarrollar los movimientos técnicos de manera eficiente con velocidad intermitente por un tiempo prolongado.	Mejorar el rango de movilidad articular permitiendo un desarrollo más eficaz de los gestos técnicos propios del deporte para prevenir lesiones deportivas a edades tempranas.	Afianzar los patrones motrices básicos buscando que estos sirvan como base sólida para luego incorporar patrones más complejos de manera progresiva.	Estimular el manejo y dominio del cuerpo en el espacio propio de ejecución práctica del deporte, según deporte y medidas del escenario deportivo.	Estimular la coordinación dovlo manual y fortalecer las habilidades motoras básicas para crear una base sólida que permita agrupar de manera más eficiente los elementos técnicos y coordinativos más complejos.	Desarrollar la capacidad de corrector diferentes movimientos corporales o técnicas. Con o sin elementos, en corto tiempo y en espacios reducidos o amplios.	1. Autoconocimiento. 2. Empatía. 3. Comunicación asertiva. 4. Relaciones interpersonales. 5. Toma de decisiones. 6. Manejo de problemas y conflictos. 7. Pensamiento creativo. 8. Pensamiento crítico. 9. Manejo de las emociones y sentimientos. 10. Manejo de las tensiones y el estrés. https://psicologiamente.com/

MÉTODO DE ENSEÑANZA	**FORMACION**	**HORARIO**	
FORMADOR (A)	**YENI LORENA FLOREZ**	**DEPORTE**	LEVANTAMIENTO DE PESAS
GRUPO	**FORMACIÓN DEPORTIVA**	**MUNICIPIO**	**SANTA ROSA DE CABAL**

PLAN PEDAGOGICO

CAPACIDADES FÍSICAS				HABILIDADES CONDICIONALES Y COORDINATIVAS			EXPRESIÓN CORPORAL	
VELOCIDAD	**FUERZA**	**RESISTENCIA**	**FLEXIBILIDAD**	**TÉCNICA**	**TÁCTICA**	**FÍSICA**	**CAPACIDADES COORDINATIVAS**	**HABILIDADES PARA LA VIDA**
Desarrollar los gestos técnicos simples y complejos, con elementos y sin elementos en el menor tiempo posible. En diferentes distancias.	Estimular el desarrollo potenciaescular con ejercicios de resistencia a la fuerza, con el propio peso o con pesos libres según género.	Generar adaptaciones musculares y cardiovasculares que permitan desarrollar los movimientos técnicos de manera eficiente con velocidad intermitente por un tiempo prolongado y en diferentes distancias.	Mejorar el rango de movilidad articular por grupos musculares, permitiendo un desarrollo más eficaz de los gestos técnicos propios del deporte para prevenir lesiones deportivas.	*Afianzar patrones de movimiento *Aplicación de Técnica general y específica. *Técnica Defensiva y ofensiva *Aplicación Reglamento de juego. *Consolidación de la técnica general y específica. *Afianzar la Técnica Defensiva y ofensiva	*Entrenamiento especial de las funciones específicas del deporte. *Aplicación de juegos tácticos individuales y grupales. *Participación en eventos deportivos, con medidas acordes a su categoría. *Acciones de juego o gestos técnicos, en espacio reducido. "ofensivo-defensivo". *Consolidación de juegos tácticos individuales y	*Desarrollo de la flexibilidad, agilidad y velocidad de reacción. *Progresión de la flexibilidad, agilidad y velocidad de reacción. *Resistencia.	Desarrollar funciones simples y complejas; de coordinación, agilidad, reacción-acción y equilibrio.	1. Autoconocimiento. 2. Empatía. 3. Comunicación asertiva. 4. Relaciones interpersonales. 5. Toma de decisiones. 6. Manejo de problemas y conflictos. 7. Pensamiento creativo. 8. Pensamiento crítico. 9. Manejo de las emociones y sentimientos. 10. Manejo de las tensiones y el estrés. https://psicologiamente.com/

ANEX0 5.1:

Evidencia fotográfica de la tabla informativa en la cual se basó la realización del test específico en la modalidad de levantamiento de pesas

Patrón de movimiento de la sentadilla profunda

¿POR QUÉ EL PATRÓN DE LA BIPEDESTACIÓN SIMÉTRICA?

La habilidad para hacer una sentadilla es una habilidad de movimiento fundamental. Aparece pronto en la secuencia de desarrollo y es tanto una postura como un patrón de movimiento. Con la sentadilla, bajamos nuestro centro de masa desde la bipedestación simétrica. Puede ser también una posición de descanso.

El mundo del ejercicio nos ha enseñado un tipo de sentadilla que es en realidad una manera poco usual o fuera de lo normal. Este tipo de sentadilla está diseñado para proteger nuestra columna con objeto de sobrecargar el cuerpo con cargas o volumen excepcionalmente pesados para manipular nuestro entorno para metas específicas de entrenamiento. Esta no es una sentadilla fundamental y cotidiana, pero la hemos adaptado para propósitos específicos de entrenamiento. Esta no es la sentadilla que vería si estuviera con sus amigos alrededor de un fuego de campamento. Así que, por un momento sustituyamos la idea de nuestro ejercicio de sentadilla por nuestra sentadilla del movimiento humano.

En los deportes, hacer sentadillas nos permite cargar la parte inferior del cuerpo para producir fuerza de forma rápida y explosiva, y para absorber fuerza durante el aterrizaje. Un salto vertical, por ejemplo, como se usa en vóleibol, baloncesto o muchos otros deportes y actividades es un ejemplo del patrón de la sentadilla en acción. Bajar el centro de masa para resistir a un contrincante que intenta empujarle de su posición es un ejemplo del uso de la absorción de fuerza en el patrón de la sentadilla.

Algunos entornos laborales requieren que los empleados realicen tareas especializadas o manuales, incluyendo posiciones que requieren elevar y bajar nuestro centro de masa usando el patrón de la sentadilla. Cuando se construye una casa, los obreros se levantan y se agachan para poner los cimientos, colocar las baldosas y montar los armarios con los detallados toques finales. Para los bomberos, la habilidad de levantarse y agacharse en un fuego puede ser la estrategia para salvar vidas. Se necesita hacer sentadillas de forma saludable para mantener funcionando bien en el trabajo a empleados importantes como estos.

Cuando alguien no puede realizar el patrón de la sentadilla es imperativo analizar su estilo de vida y/o actividad para determinar qué podría estar causando el patrón deficiente. Hay factores demasiado duros en su entorno? Como hacer sentadillas con forma deficiente y cargando mucho peso o saltar de forma repetitiva con una mecánica inadecuada. O hay factores demasiado suaves en su entorno? Como no usar nunca la sentadilla y estar siempre sentado en una silla confortable que nunca les sitúa en una posición más profunda.

¿POR QUÉ EL CRIBADO DE LA SENTADILLA PROFUNDA?

Elegimos evaluar el patrón de movimiento de la bipedestación simétrica usando la sentadilla profunda (SP). Este cribado muestra si la persona puede moverse de forma simétrica en un rango de movimiento completo de los tobillos, las rodillas y las caderas. El mantener la posición de los brazos por encima de la cabeza nos dice si el individuo puede acceder de forma completa la movilidad de la parte inferior del cuerpo sin quitar movimiento del torso y las extremidades superiores. La SP le coloca en una posición repetible de forma consistente que requiere un alto nivel de movilidad y control. Los pies dirigidos hacia delante y la barra por encima de la cabeza colocan al individuo en los extremos de movilidad de la parte inferior del cuerpo contra la posición de las extremidades superiores. Esto hace que se vean fácilmente las compensaciones.

Copyright 2021 Functional Movement Systems

Sentadilla profunda

DESCRIPCIÓN

El participante adopta la posición inicial a base de colocar el borde interno de los pies en alineación vertical con el pliegue de la axila para establecer la posición del ancho de los hombros. Los pies deben estar en el plano sagital sin girar los dedos de los mismos hacia fuera. El participante coloca la barra en la parte superior de la cabeza para ajustar la posición de las manos de modo que resulte un ángulo de 90 grados en la articulación de los codos. No manipule manualmente la posición inicial, pero colabore activamente en la seguridad y preste atención a cualquier alteración posible del equilibrio que pueda poner a la persona en riesgo.

A continuación, el participante eleva la barra sobre la cabeza con los hombros flexionados y abducidos, y los codos totalmente extendidos. Indique al participante que descienda lentamente todo lo posible hasta la posición de sentadilla profunda con los talones en el suelo, la cabeza y el pecho hacia delante, y la barra elevada todo lo posible sobre la cabeza. Las rodillas deben estar alineadas con los pies sin colapso en valgo.

Se pueden realizar un máximo de tres repeticiones, pero si el primer movimiento está dentro del criterio para una calificación de tres, no es necesaria otra repetición. Si no cumple cualquiera de los criterios para una calificación de dos al usar la barra de FMS, el participante recibe una puntuación de uno.

INSTRUCCIONES VERBALES

Se inicia el cribado con la siguiente declaración y se aplica a las siete pruebas.

Por favor, dígame si siente dolor durante la realización de cualquiera de los siguientes movimientos. Y si en cualquier momento no entiende las instrucciones, interrúmpame para pedir aclaraciones. Vamos a realizar cada movimiento de uno en uno, de una forma fluida y controlada. Por favor, espere a que le confirme que su posición inicial es adecuada y, a continuación, le indicaré que empiece el movimiento.

Para mantener la consistencia en todas las cribas, se debe usar siempre este guion. Las indicaciones en negrita, incluidas a continuación, son lo que se debe decir al participante.

- Póngase bien erguido con los pies separados la anchura de los hombros y los dedos de los pies apuntando hacia adelante.
- Agarre la barra con las dos manos y colóquesela encima de la cabeza de modo que los hombros y los codos formen un ángulo de 90 grados.
- Levante la barra de manera que quede por encima de su cabeza.
- Mientras mantiene el dorso erguido y los talones y la barra en posición, baje todo lo posible hasta completar la sentadilla.
- Mantenga la posición de sentadilla durante un segundo y después, vuelva a la posición inicial.

Copyright 2021 Functional Movement Systems

Puntuar la sentadilla profunda

3

- El torso está paralelo a la tibia o casi vertical.
- El fémur está por debajo de la horizontal.
- Las rodillas no se meten hacia adentro.
- La barra está alineada con los pies.



2

- El torso está paralelo a la tibia o casi vertical.
- El fémur está por debajo de la horizontal.
- Las rodillas no se meten hacia adentro.
- La barra está alineada con los pies.
- Los talones están elevados.



1

- La tibia y el torso no están paralelos.
- El fémur no está por debajo de la horizontal.
- Las rodillas se meten hacia adentro.
- La barra no está alineada con los pies.



Si hay dolor asociado con cualquier parte de la prueba, el individuo recibe una puntuación de cero. Un profesional sanitario debe realizar una evaluación exhaustiva del área con dolor.

FMS Copyright 2021 Functional Movement Systems

ANEX0 5.2:

Evidencia fotográfica de las valoraciones realizadas los días 3 y 4 de septiembre, para los grupos 1,2,y 4 test específicos y el grupo 3 los test completos



TEST PEDAGÓGICOS ESPODE

DEPORTE	LEVNATAMIENTO DE PESAS	**CENTRO DE FORMACION**	COLISEO E INDUSTRIAL			**AÑO**	**2025**			**FECHA APLICACIÓN**		
FORMADOR	YENI LORENA FLOREZ	**GRUPO**	1-2-3-4			**RANGO EDAD**	7 a 17 años			4/09/2025		

No.	NOMBRE COMPLETO	SEXO	FECHA DE NACIMIENTO	EDAD	PESO (kg)	TALLA (cm)	IMC	SALTO LARGO (cm)	TEST 4X10 m (seg)	TEST WELLS (cm)	ABDOMINALES (30 seg)	TEST Cooper Ml/min	TEST ESPECIFICO cantidad de arranque
1	Steven forero barco	M	30/05/2008	17	74	180	22,84	233	11,92	-8,00	20,00	19	
2	Daniel Montenegro Garcia	M	21/09/2008	16	75	168	26,57	193	12,20	7,00	26,00	19	3
3	Jhon Jairo Salazar Orozco		14/03/2009	17	57	168	20,20	190	11.25	3	20	16	2
4	José Alejandro Mejía Vargas		7/03/2008	18	68	169	23,81	255	10,99	11	25	21	3
5	Yostin Rendon mora		24/10/2008	17	61	163	22,96	164	13,90	2	34	19	2
6	Erick David Marulanda ospina		13/01/2008	18	70	177	22,34	223	12,56	1	30	24	2
7	María Fernanda Medina	F	2/07/2007	17	60	160	23,44	155	12,96	-8,00	18,00	17	
8	Jesus leonardo devia		14/06/2008	17	60	180	18,52	170	10.27	4,00	28,00	20	
9													
10													

Coordinador / Director cuando la ejecución sea en instituciones educativas

Nombre y firma: Yeni lorena Florez


Timemark
Espodo
Test específico
16:14
Mié, 03 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Calle 18 16-11-16-59, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


Timemark
Espodo
Test específico
16:15
Mié, 03 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Calle 18 16-11-16-59, Santa Rosa de Cabal, Risaralda

TEST PEDAGÓGICOS ESPODE

DEPORTE	LEVNATAMIENTO DE PESAS	CENTRO DE FORMACION	COLISEO			AÑO	2025		FECHA APLICACIÓN			
FORMADOR	YENI LORENA FLOREZ	GRUPO	2			RANGO EDAD	7 a 17 años		03/09/2025 (test especifico)			

No.	NOMBRE COMPLETO	SEXO	FECHA DE NACIMIENTO	EDAD	PESO (kg)	TALLA (cm)	IMC	SALTO LARGO (cm)	TEST 4X10 m (seg)	TEST WELLS (cm)	ABDOMINALES (30 seg)	TEST Cooper Ml/min	TEST ESPECIFICO sentadilla de arranque
1	Nicolás Garcia	M	21/05/2011	14	89	165	32,69	129	14.36	-5	19	15	1
2	Ana Valeria Quiceno Gómez	F	25/05/2010	15	46	151	20,17	135	14,36	-14	15	16	
3	Jhensy Nicole ocampo osorio	F	22/04/2009	16	47	151	20,61	120	13,56	2	20	17	
4	michel motato	F		15	57	153	24,35	160	12,25	4	19	16	3
5	libardo ocampo moreno	M	14/01/2012	13	69	173	23,05	125	15,25	-14	23	16	2
6	yeni fernanda marin	F	27/01/2010	15	50	168	17,72	105	12,30	2	18	15	2
7	sofia rios tejada	F	3/06/2009	16	54	167	19,36	120	12,54	4	20	18	2
8	samuel arias rojas	M	18/06/2009	16	54	163	20,32	130	14,25	1	15	17	
9	mateogarcia suarez	M	25/10/2011	14	49	158	19,63	140	12,35	1	19	16	1
10	emanuel cardenaz	M	7/09/2011	14	47	160	18,36	135	12,28	0	15	15	1
11	Laura Sofia	F		14	50	156	20,55	114	13,54	10	16,00	15	
12													

Coordinador / Director cuando la ejecución sea en instituciones educativas

Nombre y firma: _____


Test especifico
15:05 Mié, 03 de sep 202
Formador: Yeni Florez
Carrera 17 18-100–18-2, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


Test especifico
15:05 Mié, 03 de sep 202
Formador: Yeni Florez
Carrera 17 18-100–18-2, Santa Rosa de Cabal, Risaralda

TEST PEDAGÓGICOS ESPODE

_ NOMBRE?

DEPORTE	LEVANTAMIENTO DE PESAS	**CENTRO DE FORMACION**	COLISEO	**AÑO**	**2025**		**FECHA APLICACIÓN**
FORMADOR	YENI LORENA FLOREZ	**GRUPO**	1	**RANGO EDAD**	**7 a 17 años**		03/09/2025 (test espcifico)

No.		NOMBRE COMPLETO	SEXO	FECHA DE NACIMIENTO	EDAD	PESO (kg)	TALLA (cm)	IMC	SALTO LARGO (cm)	TEST 4X10 m (seg)	TEST WELLS (cm)	ABDOMINALES (30 seg)	TEST Cooper Ml/min	TEST ESPECIFICO sentadilla de arranque
1	1	Angel Andrey Motato Duque	M	26/12/2018	6	25	118	17,95	118	15,60	1	12	6	2
5	2	Mailen gañan Guacheta	F	17/09/2014	10	54	153	23,07	120	15,53	0	16	13	1
8	3	Jhoel Esteban romero Beltran	M	10/09/2014	10	45	144	21,70	161	15,25	-4	21	14	1
11	4	Nelson Matias castaño marin	M	9/12/2014	10	33	138	17,33	197	13,20	-2	24	16	2
12	5	Keilly sofia castaño Marin	F	26/03/2017	8	25	133	14,13	146	14,33	10	23	12	3
15	6	Miguel Santiago Gonzales	M	19/07/2012	13	38	159	15,03	151	14,00	-10	25	16	2
19	7	Tomas Rios Correa	M	4/05/2012	13	44	158	17,63	182	10,96	0	23	16	2
	8	jeicob Rincon Echeverry	M	10/11/2016	8	37	134	20,61	152	11,58	2	16	15	2
	9	Cesar Enrique Rodriguez	M		12	37	154	15,60	197	13,00	-3	27	15	2
	10	Juan David Giraldo	M	14/02/2015	10	50	147	23,14	139	13,45	-7	20	14	2
	11	Maximiliano Escobar	M	2/07/2017	8	25	118	17,95	145	12,25	0	22	12	2
	12	Miguel Angel Gomez	M	29/03/2016	9	33	136	17,84	125	13,25	-1	15	10	2
	13	Rafael Gomez	M	5/12/2017	7,00	20	118	14,36	130	11,00	2	23,00	10	2
	14													

Coordinador / Director cuando la ejecución sea en instituciones educativas

Nombre y firma: _____ Yeni lorena Florez _____


Espode
17:14 Mié, 03 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Calle 18 16-11-16-59, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


Espode
17:14 Mié, 03 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Calle 18 16-11-16-59, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


Espode
17:15 Mié, 03 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Calle 18 16-11-16-59, Santa Rosa de Cabal, Risaralda


17:21 Mié, 03 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Calle 18 16-11-16-59, Santa Rosa de Cabal, Risaralda
17:25 Mié, 03 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Calle 18 16-11-16-59, Santa Rosa de Cabal, Risaralda
17:40 Mié, 03 de sep 2025
Formador: Yeni Florez
Calle 18 16-11-16-59, Santa Rosa de Cabal, Risaralda

TEST PEDAGÓGICOS ESPODE

DEPORTE	LEVNATAMIENTO DE PESAS		**CENTRO DE FORMACION**	COLISEO			**AÑO**	**2025**			**FECHA APLICACIÓN**	
FORMADOR	YENI LORENA FLOREZ		**GRUPO**	3			RANGO EDAD	7 a 17 años			4/09/2025	

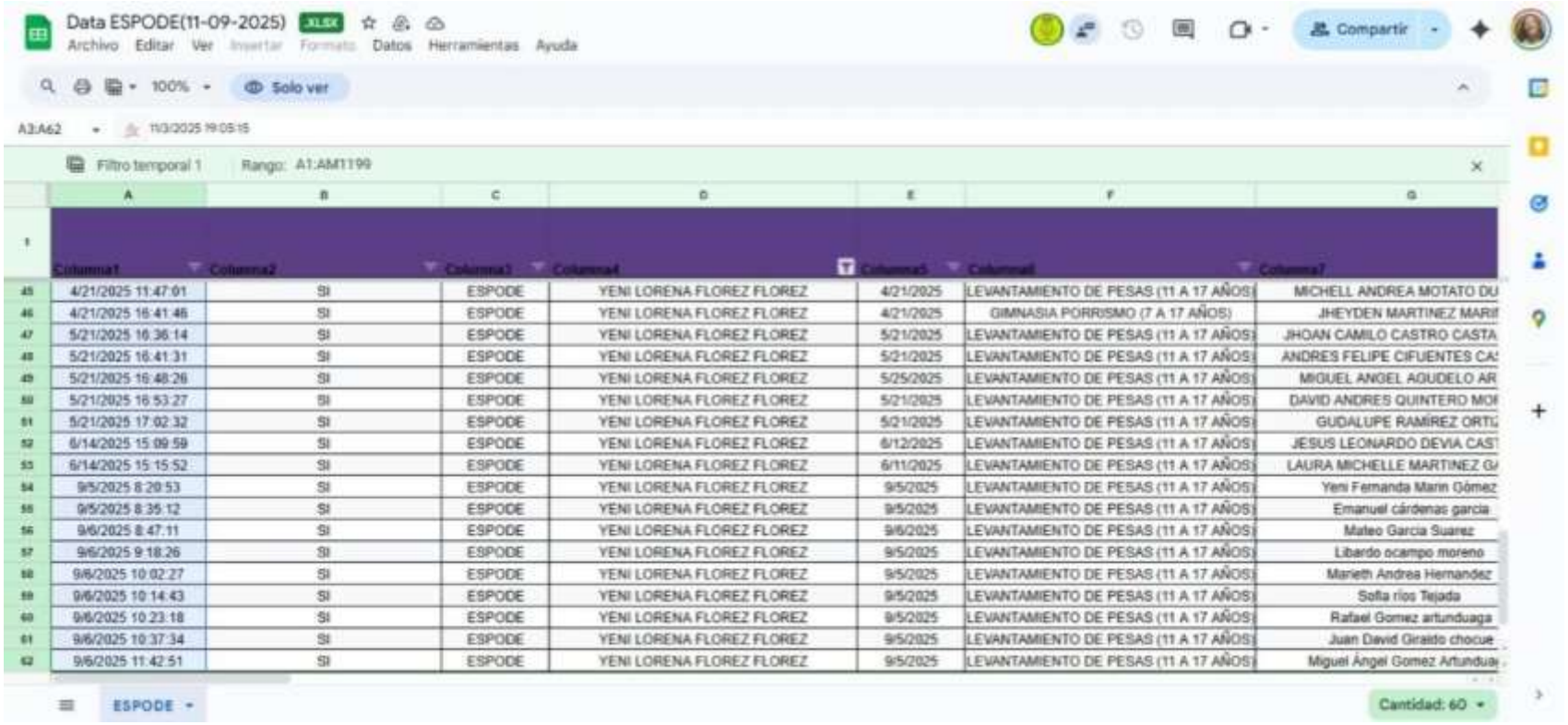
No.	NOMBRE COMPLETO	SEXO	FECHA DE NACIMIENTO	EDAD	PESO (kg)	TALLA (cm)	IMC	SALTO LARGO (cm)	TEST 4X10 m (seg)	TEST WELLS (cm)	ABDOMINALES (30 seg)	TEST Cooper Ml/min	TEST ESPECIFICO sentadilla de arranque
1	Juan Jose Ríos Correa	M	20/03/2011	14	54	162	20,58	222	11,49	3	23	22	3
2	Brítany Saray Saenz	F	3/08/2010	15	44	156	18,08	152	12,86	9	24	16	2
3	DAVID ANDRES QUINTERO	M	1/12/2008	16	72	178	22,72	165	11,59	-3	25	19	2
4	Jacobo Téllez yepez	M	26/07/2012	13	60	168	21,26	180	13,50	-14	31	18	1
5	Jean Carlo Castañeda león	M	9/09/2008	17	68	175	22,20	215	11.11	-4	26	19	2
6	MATIAS FLOREZ	M	16/08/2008	17	65	173	21,72						
7	Salome correa Leon	F	14/07/2010	15	64	164	23,80	155	12.15	5	19	17	2
8	Jerónimo corrales arco	M	30/10/2015	10	35	140	17,86	180	10.06	9	19	16	3
9	Paula Andrea cespedes cardona	F	8/01/2011	15	47	160	18,36	160	11.35	10	18	17	3
10	Juan Anderson Vargas	M	14/04/2010	15	42	159	16,61	172	12.33	2	19	19	2

Coordinador / Director cuando la ejecución sea en instituciones educativas

Nombre y firma: Yeni Lorena Flórez

ANEXO 6.1:

Evidencia fotográfica del total de inscritos en plataforma Espode



Data ESPODE(11-09-2025) XLSX

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Ayuda

Compartir

100% Solo ver

A3:A62 11/3/2025 19:05:15

Filtro temporal 1 Rango: A1:AM1199

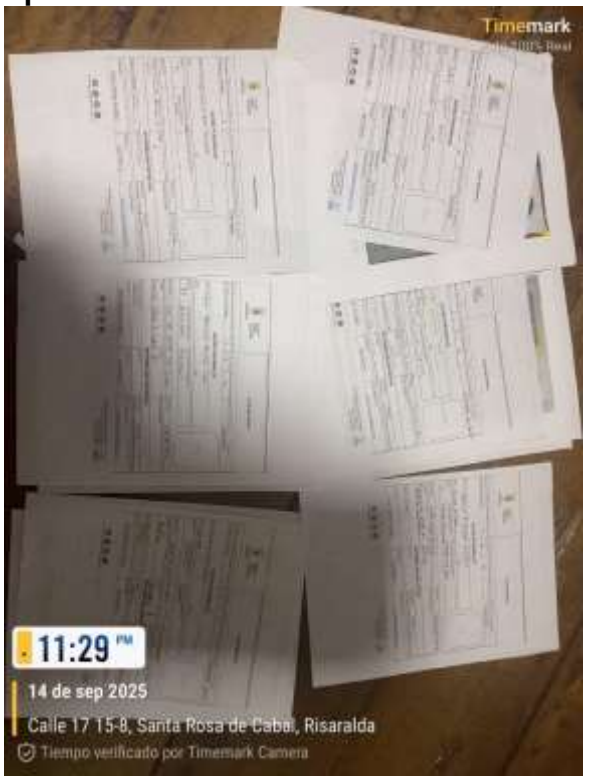
	A	B	C	D	E	F	G
1	Columna1	Columna2	Columna3	Columna4	Columna5	Columna6	Columna7
45	4/21/2025 11:47:01	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	4/21/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	MICHELL ANDREA MOTATO DU
46	4/21/2025 16:41:46	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	4/21/2025	GIMNASIA PORRISMO (7 A 17 AÑOS)	JHEYDEN MARTINEZ MARI
47	5/21/2025 16:36:14	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	5/21/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	JHOAN CAMILO CASTRO CASTA
48	5/21/2025 16:41:31	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	5/21/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	ANDRES FELIPE CIFUENTES CA
49	5/21/2025 16:48:26	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	5/25/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	MIGUEL ANGEL AGUDELO AR
50	5/21/2025 16:53:27	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	5/21/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	DAVID ANDRES QUINTERO MO
51	5/21/2025 17:02:32	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	5/21/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	GUDALUPE RAMIREZ ORTI
52	6/14/2025 15:09:59	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	6/12/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	JESUS LEONARDO DEVIA CAS
53	6/14/2025 15:15:52	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	6/11/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	LAURA MICHELLE MARTINEZ G
54	9/5/2025 8:20:53	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	9/5/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	Yeni Fernanda Marin Gómez
55	9/5/2025 8:35:12	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	9/5/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	Emanuel cárdenas garcia
56	9/6/2025 8:47:11	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	9/6/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	Mateo Garcia Suarez
57	9/6/2025 9:18:26	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	9/5/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	Libardo ocampo moreno
58	9/6/2025 10:02:27	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	9/5/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	Marieth Andrea Hernandez
59	9/6/2025 10:14:43	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	9/5/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	Sofia ríos Tejada
60	9/6/2025 10:23:18	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	9/5/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	Rafael Gomez artunduaga
61	9/6/2025 10:37:34	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	9/5/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	Juan David Giraldo chocue
62	9/6/2025 11:42:51	SI	ESPODE	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ	9/5/2025	LEVANTAMIENTO DE PESAS (11 A 17 AÑOS)	Miguel Ángel Gomez Artundua

ESPODE

Cantidad: 60

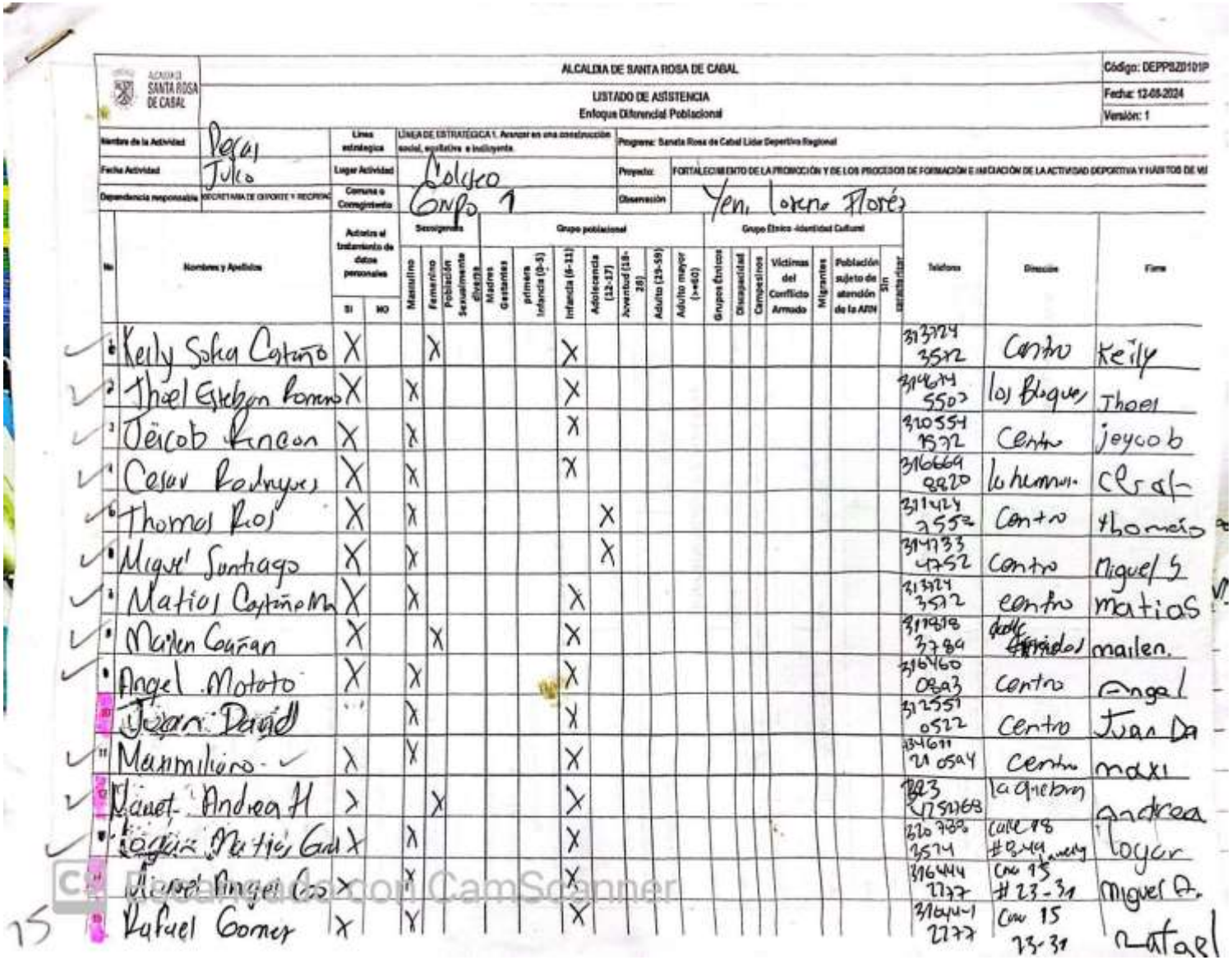
ANEXO 6.2:

Evidencia fotográfica de las fichas deportivas y recolección de documentos que están para subir en la plataforma ESPODE en la modalidad de levantamiento de ´pesas un total de 6 fichas



ANEXO 6.3:

Evidencia fotográfica del formato de focalización y listados de asistencia de este periodo en la modalidad de levantamiento de pesas
grupos 1 iniciación (13 deportistas),
grupo 2 formación (15 deportistas),
grupo 3 formación (9 deportistas) y
grupo 4 (8 deportistas)



ALCALDIA DE SANTA ROSA DE CABAL

Código: DEPPSZD101P

LISTADO DE ASISTENCIA
Enfoque Diferencial Poblacional

Fecha: 12-08-2024

Versión: 1

Nombre de la Actividad: Pegaj Julio

Línea estratégica: LINEA DE ESTRATEGICA 1. Avanzar en una construcción social, equitativa e incluyente

Programa: Santa Rosa de Cabal Líder Deportivo Regional

Fecha Actividad

Lugar Actividad: Coliseo

Proyecto: FORTALECIMIENTO DE LA PROMOCIÓN Y DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN E INICIACIÓN DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA Y HABITOS DE VI

Dependencia responsable: SECRETARIA DE DEPORTE Y RECREAC

Comuna o Corregimiento

Observación: Grupo 1 Yen. Lorena Florez

No	Nombres y Apellidos	Autoriza el tratamiento de datos personales SI	NO	Sexogenero: Masculino	Femenino	Población Sexualmente diversa	Grupo poblacional: Madres Gestantes	primera infancia (0-5)	Infancia (6-11)	Adolescencia (12-17)	Juventud (18-28)	Adulto (29-59)	Adulto mayor (>=60)	Grupo Etnico -Identidad Cultural: Grupos Étnicos	Discapacidad	Campesinos	Victimas del Conflicto Armado	Migrantes	Población sujeto de atención de la ATCH	Sin caracterizar	Telefono	Direccion	Firma
1	Keily Sofia Cataño	X			X				X												313724 3512	Centro	Keily
2	Thoel Esteban Ramos	X		X					X												314614 5507	los Bloques	Thoel
3	Jeicob Rincon	X		X					X												310554 1572	Centro	jeycob
4	Cesar Rodrigues	X		X					X												316669 8820	la humus	Cesar
5	Thomas Rios	X		X						X											311424 2552	Centro	thomas
6	Miguel Santiago	X		X						X											3147133 4752	Centro	Miguel S
7	Matias Cataño Ma	X		X					X												313724 3512	centro	matias
8	Mailen Cañan	X			X				X												3179318 3784	Barrio Arriadel	mailen.
9	Angel Mototo	X		X					X												316460 0893	Centro	Angel
10	Juan David			X					X												3125551 0522	Centro	Juan Da
11	Maximiliano	X		X					X												314611 21 0584	Centro	maxi
12	Manuel Andrea H	X			X				X												323 4751168	la quebra	andrea
13	Logan Matias Gal	X		X					X												320 738 3574	Calle 18 #8-49	Logan
14	Miguel Angel Co	X		X					X												316444 2777	Cra 15 #23-31	miguel A.
15	Rafael Gomez	X		X					X												316444-1 2777	Cra 15 23-31	rafael

Digitalizado con CamScanner



ALCALDÍA DE SANTA ROSA DE CABAL

LISTADO DE ASISTENCIA

Enfoque Diferencial Poblacional

Código: DEPPSZ01FO

Fecha: 12-03-2024

Versión: 1

Nombre de la Actividad: Rejos Julio

Línea estratégica: LINEA DE ESTRATÉGICA 1. Avanzar en una construcción social, equitativa e incluyente.

Programa: Santa Rosa de Cabal Ldar Deportivo Regional

Fecha Actividad

Lugar Actividad: Colyco

Proyecto: FORTALECIMIENTO DE LA PROMOCIÓN Y DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN E INICIACIÓN DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA Y HABITOS DE VI

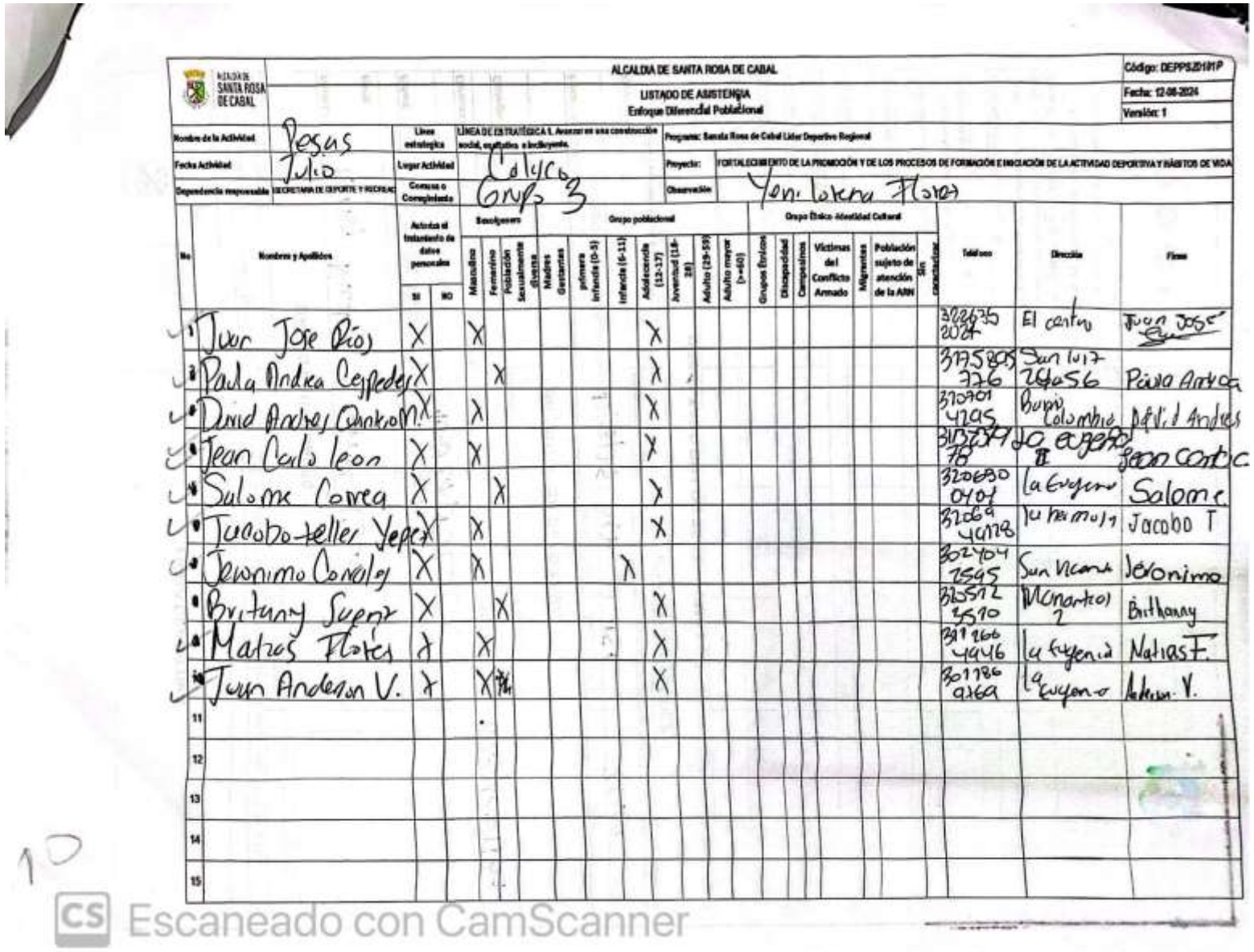
Dependencia responsable: SECRETARIA DE DEPORTE Y RECREAC

Cantidad o Corregimiento: Grupo 2

Observación: Yeni Lorena Florez

No	Nombres y Apellidos	Autoriza el tratamiento de datos personales: SI	NO	Sexo: Masculino	Femenino	Población Sexualmente Diversa	Grupo poblacional: Mujeres Gestantes	primera infancia (0-5)	Infancia (6-11)	Adolescencia (12-17)	Juventud (18-28)	Adulto (29-59)	Adulto mayor (>=60)	Grupo Étnico-Identidad Cultural: Grupos Étnicos	Discapacidad	Campesinos	Victimas del Conflicto Armado	Migrantes	Población sujeto de atención de la ADR	Sin escolaridad	Telefono	Direccion	Firma
1	Mateo Garcia Suarez	X		X						X											3147714837	Cra 23 B #29-60	Mateo
2	Emanuel Cardenas	X		X						X											3116827551	Lincares Cra 25a N 27-03	Emanuel
3	Libardo Ocampo Moreno	X		X						X											3242517 68	Calle 11 Bis Barrio Rojo	
4	Nicolas Garcia	X		X						X											315679 2677	los Bloques	Nicolas G.A
5	Samuel Arias Rojas	X		X						X											310409 3552	Portal del Prado	Samuel
6	Nikol Ocampo Ca.	X			X					X											5234xxl. 39	Vereda Sancancadno	Nikol Ocampo
7	Valeria Orozco G	X			X					X											323430 6133	Calle 9 11 B 27	Valeria
8	Michel Motato	X			X					X											3234xx113	Sanfernandino	Michell. M.
9	Laura Sofia Silvera	X			X					X											31488701-90	Cra 16 #8-61	Laura
10	Yenny Fernanda Mejia	X			X					X											310383 • 8999	La hermida Cra 23 #19A20	Fernanda Mejia
11																							
12	Sofia Rios Tejada	X			X					X											3148563 °01.	Bulevar del cafe calle 29a	Sofia
13																							
14																							
15																							

Escaneado con CamScanner



ALCALDIA DE SANTA ROSA DE CABAL

LISTADO DE ASISTENCIA
Enfoque Diferencial Poblacional

Código: DEPPSJD101P
Fecha: 12-06-2024
Versión: 1

Nombre de la Actividad: Jesus Julio
Línea estratégica: LÍNEA DE ESTRATÉGICA 1. Avanzar en una construcción social, equitativa e incluyente.
Programa: Santa Rosa de Cabal Líder Deportivo Regional
Fecha Actividad: Lugar Actividad: Calyca
Proyecto: FORTALECIMIENTO DE LA PROMOCIÓN Y DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN E INICIACIÓN DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA Y HÁBITOS DE VIDA
Dependencia responsable: SECRETARIA DE DEPORTE Y RECREAC. Comuna o Corregimiento: Grupo 3
Observación: Yeni Lorena Florez

No	Nombres y Apellidos	Autoriza el tratamiento de datos personales SI	NO	Sexo/genero: Masculino	Femenino	Población Sexualmente diversa	Grupo poblacional: Madres Gestantes	primera infancia (0-5)	Infancia (6-11)	Adolescencia (12-17)	Juventud (18-28)	Adulto (29-59)	Adulto mayor (>=60)	Grupo Étnico- Identidad Cultural: Grupos Étnicos	Discapacidad	Campesinos	Victimas del Conflicto Armado	Migrantes	Población sujeto de atención de la ARN	Sin caracterizar	Teléfono	Dirección	Firma
1	Juan Jose Rios	X		X						X											3226735 2024	El centro	Juan Jose
2	Paula Andrea Cepeda	X			X					X											3175805 776	San Luis 24056	Paula Andrea
3	David Andres Cankon	X		X						X											320901 4795	Buga Colombia	D.A.V.I.D Andres
4	Jean Carlo leon	X		X						X											3137377 78	Jo eugenio II	Jean Carlo C.
5	Salome Correa	X			X					X											320690 0407	La Eugenia	Salome.
6	Jacobo Teller Yepez	X		X						X											3206 9 46178	La Herradura	Jacobo T
7	Jeronimo Corrales	X		X					X												302404 7595	San Vicente	Jeronimo
8	Britany Suenz	X			X					X											320572 3510	Monaster 1	Brithanny
9	Matias Florez	X		X						X											321966 4946	La Eugenia	Matias F.
10	Juan Anderson V.	X		X						X											301786 9169	La Eugenia	Anderson V.
11																							
12																							
13																							
14																							
15																							

10

Escaneado con CamScanner



ALCALDIA DE SANTA ROSA DE CABAL

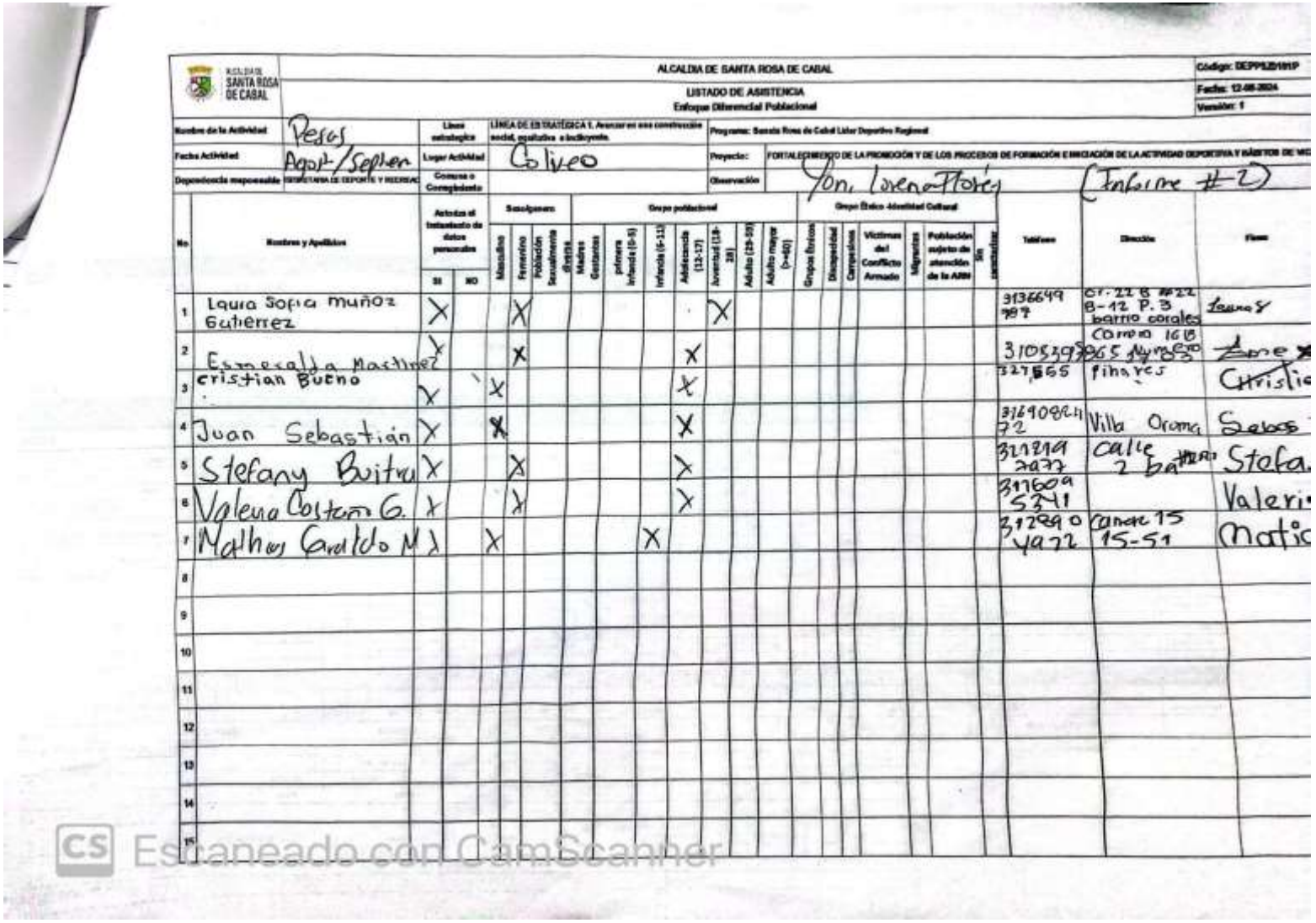
LISTADO DE ASISTENCIA
Enfoque Diferencial Poblacional

Código: DEPPSZDIMP
Fecha: 12-08-2024
Versión: 1

Nombre de la Actividad: Relax Julio
Línea estratégica: LÍNEA DE ESTRATÉGICA 1. Avanzar en una construcción social, equitativa e incluyente.
Programa: Santa Rosa de Cabal Líder Deportivo Regional
Fecha Actividad:
Lugar Actividad: Industrial Grupo 4
Proyecto: FORTALECIMIENTO DE LA PROMOCIÓN Y DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN E INICIACIÓN DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA Y HÁBITOS DE VI
Dependencia responsable: SECRETARIA DE DEPORTE Y RECREAC
Compra o Complemento:
Observación: Yeni Lorena Florez

No	Nombres y Apellidos	Autoriza el tratamiento de datos personales: SI	NO	Sexo/genero: Masculino	Femenino	Población Sexualmente diversa	Grupo poblacional: Madres Gestantes	primera infancia (0-5)	Infancia (6-11)	Adolescencia (12-17)	Juventud (18-28)	Adulto (29-59)	Adulto mayor (>=60)	Grupo Etnico-Identidad Cultural: Grupos étnicos	Discapacidad	Campesinos	Victimas del Conflicto Armado	Migrantes	Población sujeto de atención de la ANN	Sin especificar	Telefono	Dirección	Firma
1	Yostin Rendon	X		X						X											3122313[illegible]	La hernandez - Linares	Yostin Rendon
2	Alejandro Mejia	X		X						X											3[illegible]5345 5182	Cancha 14 #26-74	[illegible]
3	Steven Forero	X		X						X											3234[illegible]	calle 16 #12-58	Steven Forero
4	Daniel Montenegro	X		X						X											314514 9486	Calle 9 #11-44	DanielMontenegro
5	Erick David Morales	X		X						X											317625 6506	calle 30 #77-75	Erick David
6	Thon Jow Salazar	X		X						X											3208994[illegible]	Londres	Jhon Jow C
7	Nano Fernando M	X			X						X										3152673[illegible]	calle 9 #93	Maria F
8	Jesus Leonardo Der	X		X						X											324328 5902	calle 23 cerca 76	Leonardo D
9																							
10																							
11																							
12																							
13																							
14																							
15																							

Escaneado con CamScanner



ALCALDIA DE SANTA ROSA DE CABAL

LISTADO DE ASISTENCIA
Enfoque Diferencial Poblacional

Código: DEPPSJD1910P
Fecha: 12-08-2024
Versión: 1

Nombre de la Actividad: Pesas
Fecha Actividad: Agost/Septiembre
Dependencia responsable: SECRETARIA DE DEPORTE Y RECREAC

Línea estratégica
Lugar Actividad: Coliseo
Comuna o Corregimiento

LÍNEA DE ESTRATÉGICA 1. Avanzar en una construcción social, equitativa e incluyente.

Programa: Santa Rosa de Cabal Líder Deportivo Regional

Proyecto: FORTALECIMIENTO DE LA PROMOCIÓN Y DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN E INICIACIÓN DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA Y HÁBITOS DE VI

Observación: Yon. Lorena Flórez (Informe #2)

No	Nombres y Apellidos	Autoriza el tratamiento de datos personales SI	Autoriza el tratamiento de datos personales NO	Sexo: Masculino	Sexo: Femenino	Sexo: Población Sexualmente diversa	Grupo poblacional: Madres Gestantes	Grupo poblacional: primera infancia (0-5)	Grupo poblacional: Infancia (6-11)	Grupo poblacional: Adolescencia (12-17)	Grupo poblacional: Juventud (18-28)	Grupo poblacional: Adulto (29-59)	Grupo poblacional: Adulto mayor (>=60)	Grupo Étnico -Identidad Cultural: Grupos Étnicos	Grupo Étnico -Identidad Cultural: Discapacidad	Grupo Étnico -Identidad Cultural: Campesinos	Grupo Étnico -Identidad Cultural: Victimas del Conflicto Armado	Grupo Étnico -Identidad Cultural: Migrantes	Grupo Étnico -Identidad Cultural: Población sujeto de atención de la ARN	Grupo Étnico -Identidad Cultural: Sin pertenencia	Teléfono	Dirección	Firma
1	Laura Sofia Muñoz Gutierrez	X			X						X										3136649787	Cr. 22 B #22 B-12 P. 3 barrio corales	Laura S
2	Esmeralda Martinez	X			X					X											3105399365	Como 168 Numero 1485	Esme
3	cristian Bueno	X		X						X											327565	Pinares	Christia
4	Juan Sebastian	X		X						X											3169082472	Villa Orama	Sebas
5	Stefany Buitru	X			X					X											3113192977	Calle 2 ba	Stefa
6	Valeria Costan G.	X			X					X											3176095341		Valeri
7	Mathias Garaldo M	X		X					X												3178904972	Carrera 15 15-51	Matia
8																							
9																							
10																							
11																							
12																							
13																							
14																							
15																							

CS Escaneado con CamScanner

CONTROL DE ASISTENCIA ESPODE

DEPORTE	LEVANTAMIENTO DE PESA	MES	agosto/septiembre	AÑO	2025
ENTRENADOR	YENI LORENA FLOREZ	GRUPO	GRUPO 1 (Informe #2)	RANGO EDAD	7 a 14 años
LUGAR	COLISEO MUNICIPAL	RAMA	F - M	SESIONES ENTTO	9

Nº	NOMBRE Y APELLIDO	DIA DEL MES	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	TOTAL
		FIRMA																															
1	Maximiliano Escobar Rodriguez	maxi			X		X					X		X				X		X					X		X				X	a
2	Jeycob rincón Echevani	Jeycob			0		X					X		X				X		X					X		X				X	a
3	Mailen gañan Guachsta	mailen			X		X					X		X				X		X					X		X				X	a
4	Kelly sofia castaño Marin	Keily			X		X					X		X				X		X					X		X				X	a
5	Nelson Matias castaño marin	matias			X		X					X		X				X		X					X		X				X	a
6	Angel Andrey Duque	Angel			X		X					X		X				X		X					X		X				X	a
7	Jhoel Esteban Romero	Jhoel			X		X					X		X				X		X					X		X				X	a
8	Cesar Enrique Rodriguez	Cesar			X		X					X		X				X		X					X		X				X	a
9	Logan Matias Giraldo	logan			X		X					X		X				X		X					X		X				X	a
10	Miguel Angel Gomez	Miguel A.			X		X					X		X				X		X					X		X				X	a
11	Juan David Giraldo	Juan D			X		X					X		X				X		X					X		X				X	a
12	Rafael Gomez	Rafael			X		X					X		X				X		X					X		X				X	a
13	Mathias Giraldo	Matias			X		X					X		X				X		X					X		X				X	a
14																																	
15																																	

Yeni Lorena Flórez

NOMBRE Y FIRMA CONTRATISTA

Coordinador / Director cuando la ejecición sea en instituciones educativas

Nombre y firma: _____

Escaneado con CamScanner



CONTROL DE ASISTENCIA ESPODE

DEPORTE	LEVANTAMIENTO DE PESAS	MES	agosto/septiembre	AÑO	2025
ENTRENADOR	YENI LORENA FLOREZ	GRUPO	GRUPO 2 (informe #2)	RANGO EDAD	10 a 17 años
LUGAR	COLISEO MUNICIPAL	RAMA	F - M	SESIONES ENTTO	9

Nº	NOMBRE Y APELLIDO	DIA DEL MES / FIRMA	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	TOTAL
1	Nicolás García	Nicolas G.			X		X					X		X				X		X												X	7
2	Sofia Ríos Tejada	Sofia			X		X											X		X							X					X	6
3	Yeni Fernanda Marin	Fernanda Marín			X		X					X		X				X		X							X					X	8
4	Libardo Ocampo Moreno				X		X					X		X				X		X					X		X					X	9
5	Michel Motato	Michell M.			X		X					X		X				X		X					X		X						8
6	Emanuel Cardona Garcia	Emanuel					X							X				X							X							X	5
7	Mateo Garcia Suarez	Mateo					X							X				X							X							X	5
8	Laura Sofia Muñoz	Laura S																									X						1
9	Esmeralda Martinez	Esme*																									X					X	2
10	Cristian Mauricio Bueno	Cristian																									X					X	2
11	Juan Sebastian Martinez	Sebas*																									X					X	2
12	Valeria Castaño Garcia	Valeria C.																									X					X	2
13	Estefany Buitrago	Stefany																									X					X	2
14	Tomas Ríos Correa	Thomas			X		X					X		X				X		X					X		X						8
15	miguel santiago gonzalez valencia	Miguel S			X		X					X		X				X		X					X		X						8

Yeni lorena Florez

Escaneado con CamScanner



CONTROL DE ASISTENCIA ESPODE

DEPORTE	LEVANTAMIENTO DE PESAS	MES	agosto/septiembre
ENTRENADOR	YENI LORENA FLOREZ	GRUPO	GRUPO 3 (Informe #3)
LUGAR	COLISEO MUNICIPAL	RAMA	F - M

AÑO	2025
RANGO EDAD	10 a 17 años
SESIONES ENTTO	9

Nº	NOMBRE Y APELLIDO	CIA DEL MES / FIRMA	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	TOTAL
1	Britany Saenz	Brithanny			X		X					X		X				X		X					X		X				X	9
2	Salome correa Leon	Salome.			X		X					X		X				X		X					X		X				X	9
3	Jacobo Téllez yepez	Jacobo T			X		X					X		X				X		X					X		X				X	9
4	Juan Jose Rios Correa	Juan Jose			X		X					X		X				X		X					X		X				X	9
5	Juan Anderson Vargas	Anderson V.			X		X					X		X				X		X					X		X				X	9
6	Jean Carlo Castaño Leon	Jean Carlo			X		X					X		X				X		X					X		X				X	9
7	Jerónimo corrales arco	Jeronimo			X		X					X		X				X		X					X		X				X	9
8	Paula Andrea cespedes cardona	Paula An			X		X					X		X				X		X					X		X				X	9
9	David Andres Quintero Moreno	David Andres			X		X					X		X				X		X					X		X				X	9
10																																	
11																																	
12																																	
13																																	
14																																	

Yeni Lorena Flórez

NOMBRE Y FIRMA CONTRATISTA

Coordinador / Director cuando la ejecición sea en instituciones educativas

Nombre y firma: _____

Escaneado con CamScanner



CONTROL DE ASISTENCIA ESPODE

DEPORTE	LEVANTAMIENTO DE PESA	MES	agosto/septiembre	AÑO	2025
ENTRENADOR	YENI LORENA FLOREZ	GRUPO	GRUPO 4 Infantil #2	RANGO EDAD	10 a 17 años
LUGAR	INDUSTRIAL	RAMA	F - M	SESIONES ENTTO	8

Nº	NOMBRE Y APELLIDO	DIA DEL MES	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	TOTAL
		FIRMA																																
1	José Alejandro Mejia Vargas	José Alejandro				X		X					X		X					X		X					X		X					8
2	Yostin Rendon mora	Yostin Rendon				X		X					X		X					X		X					X		X					8
3	Erick David Marulanda ospina	Erick David				X		X					X		X					X		X					X		X					8
4	Steven forero barco	Steven Forero				X		X					X		X					X		X					X		X					8
5	Daniel Montenegro Garcia	Daniel Mo				X		X					X		X					X		X					X		X					8
6	Jesus Leonardo Devia Castaño	Leonardo				X		X					X		X					X		X					X		X					8
7	Maria Fernanda Medina	Maria F.				X		X					X		X					X		X					X		X					8
8	Jhon Jairo Salazar Orozco	Jhon Jairo				X		X					X		X					X		X					X		X					8
9																																		
10																																		
11																																		
12																																		
13																																		
14																																		

NOMBRE Y FIRMA CONTRATISTA

Coordinador / Director cuando la ejecición sea en instituciones educativas

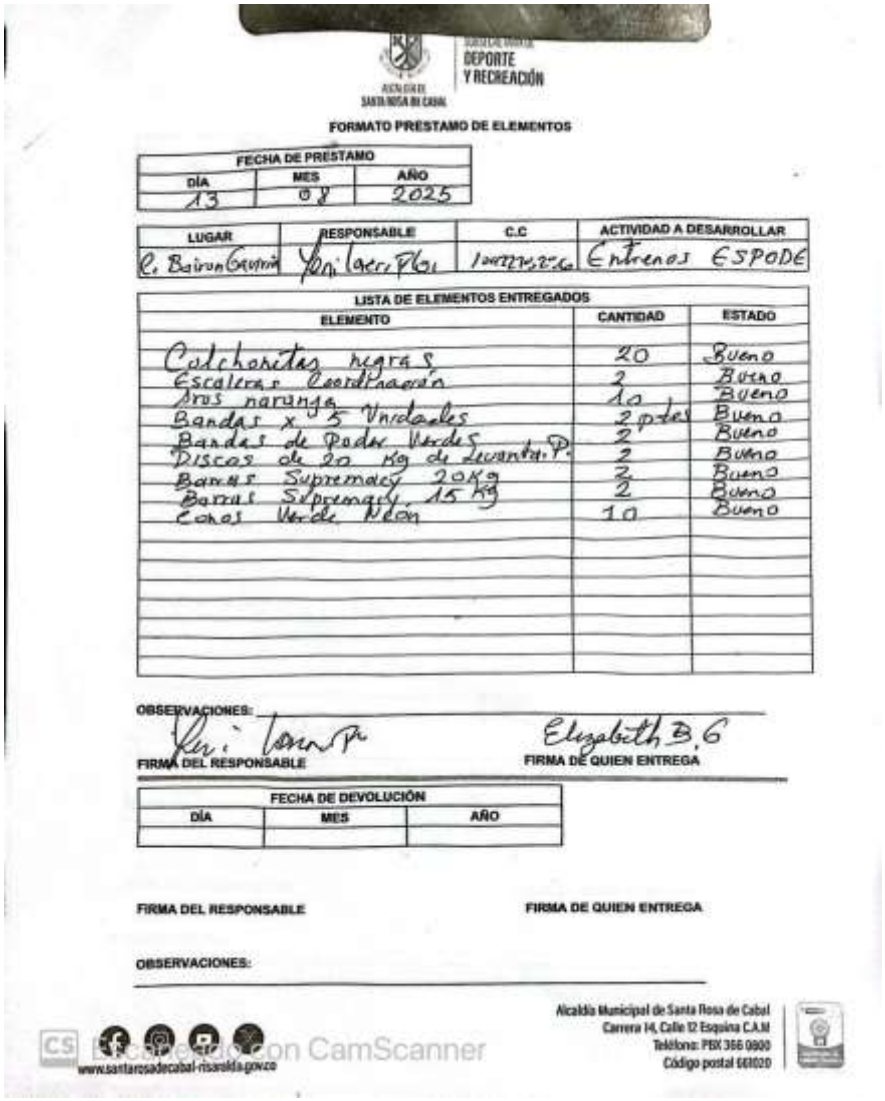
Nombre y firma: _____

Escaneado con CamScanner

ANEXO 7.1

Evidencia fotográfica de la implementación deportiva recibida para el desarrollo de las clases en la modalidad de levantamiento de pesas del programa de las ESPODE 2025, evidenciando su estado actual (bueno)





DEPORTE Y RECREACIÓN

FORMATO PRESTAMO DE ELEMENTOS

FECHA DE PRESTAMO		
DÍA	MES	AÑO
13	08	2025

LUGAR	RESPONSABLE	C.C	ACTIVIDAD A DESARROLLAR
C. Bairon Gaviria	Yeri Tapias Pla	1088275276	Entrenos ESPODE

LISTA DE ELEMENTOS ENTREGADOS

ELEMENTO	CANTIDAD	ESTADO
Colchonetas negras	20	Bueno
Escaleras Coordinación	3	Bueno
Aros naranja	10	Bueno
Bandas x 5 Unidades	2 pctes	Bueno
Bandas de Poder Verdes	2	Bueno
Discos de 20 Kg de Levanta. P.	2	Bueno
Barras Supremacy 20Kg	2	Bueno
Barras Supremacy 15 Kg	2	Bueno
Conos Verde Neón	10	Bueno

OBSERVACIONES:

Yeri Tapias Pla — FIRMA DEL RESPONSABLE

Elizabeth B.G — FIRMA DE QUIEN ENTREGA

FECHA DE DEVOLUCIÓN		
DÍA	MES	AÑO

FIRMA DEL RESPONSABLE

FIRMA DE QUIEN ENTREGA

OBSERVACIONES:

Escaneado con CamScanner

www.santarosadecabal-risaralda.gov.co

Alcaldía Municipal de Santa Rosa de Cabal
Carrera 14, Calle 12 Esquina C.A.M
Teléfono: PBX 366 0800
Código postal 661020

ANEXO 8.1

Evidencia fotográfica y Acta de la asistencia de la reunión realizada el 20 de agosto por parte de la subsecretaria de deporte y recreación, para la socialización de los test físicos y festival espode



ACTA N° 009	
FECHA: 20/08/2025	**HORA: 9:35 AM**

LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación

OBJETIVO: organizar la metodología del FESTIVAL ESPODE y capacitar en el registro de los test de los lineamientos ESPODE.

RESPONSABLE: Elizabeth Barrero y Marcela Monroy Herrera

DESARROLLO:

Saludo y bienvenida

TEMAS

1- METODOLOGÍA DEL FESTIVAL ESPODE.
2- REGISTO DE LOS TEST.
3- DUDAS O PROPUESTAS

Se inicia proponiendo que el Festival ESPODE se realice el día 8 de noviembre en toda la Unidad Deportiva de la Hermosa desde la pista de patinaje hasta la cancha cubierta, incluyendo los escenarios nuevos.

Respecto a la metodología, se planteó tres posibilidades.

1- Hacer el Festival según deporte.
2- Invitar a otros grupos externos de municipios cercanos, si el presupuesto lo permite.
3- Realizar una rotación de todos los grupos según deporte de interés de los usuarios.

De acuerdo a los aportes de los asistentes, se acordó que se les pasará un formato de propuesta para que cada formador la diligencie y así compilar las necesidades según deporte.

Con relación al registro de los test, se explicó que uno de los objetivos para este semestre es disminuir el error estándar. Con el fin de, mejorar la veracidad de los datos registrados según test a evaluar.

Además, se planteó que la medida de la talla debe ser bajo parámetros adecuados al igual que las mediciones que los test de Cooper y de salto largo.

En el caso del test especifico se hará una modificación, la cual cada formador según su disciplina deportiva, debe establecer un test que mida la técnica para formación deportiva y

ACTA N° 009	
FECHA: 20/08/2025	**HORA: 9:35 AM**

LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación

de habilidades para iniciación deportiva. Pero, antes de aplicar el test, se validar con la Coordinación a cargo la viabilidad del mismo.

Se puso a modo de ejemplo, el gesto técnico en gimnasia y el gesto técnico de lanzamiento de jabalina en atletismo.

Una vez se resuelven las dudas de los formadores, se pasó a la parte práctica que consistió en realizar un juego predeportivo en equipos y realizar el TEST DE FUERZA ABDOMINAL O "CURL-UP". Cuya finalidad de este test es evaluar la fuerza-resistencia dinámica de los músculos abdominales, para adultos en 1 minuto la mayor cantidad posible de repeticiones.

Una vez se realizó el test en parejas y se revisó la puntuación de cada formador, se da por finalizado el encuentro, dado que no hubo preguntas finales, ni más propuestas adicionales.

COMPROMISOS:

Pasar la propuesta para el Festival ESPODE según deporte en el formador correspondiente que pasará la Coordinadora Elizabeth Barrero

Enviar dirección de la página para el calculo del IMC en menores de edad, la enviará Marcela Monroy al grupo general.

	ACTA DE REUNIÓN	Código: DSDC5002F Versión: 0 Fecha: 03/2015 Página 3 de 5	

ACTA N° 009

FECHA: 20/08/2025 **HORA: 9:35 AM**

LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS:





	ACTA DE REUNIÓN	Código: DSDC5002F Versión: 0 Fecha: 03/2015 Página 4 de 5	

ACTA N° 009

FECHA: 20/08/2025 **HORA: 9:35 AM**

LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación





ANEXO 8.2

Evidencia fotográfica y de la participación (virtual) de la reunión realizada el 12 de septiembre en horas de la mañana, por parte de la subsecretaria de deporte y recreación





	ACTA DE REUNIÓN	Código: DSDC5002F Versión: 0 Fecha: 03/2015 Página 1 de 5

ACTA N° 010	
FECHA: 12/09/2025	**HORA: 10:00 AM**
LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación	
OBJETIVO: Planear el Festival ESPODE y socializar cronograma de eventos.	
RESPONSABLE: Elizabeth Barrero y Marcela Monroy Herrera	

DESARROLLO:

Saludo y bienvenida

TEMAS

1- PLANEACIÓN DEL FESTIVAL ESPODE
2- AGENDAMIENTO DE REUNIONES DE PADRES DE FAMILIA
3- ESPODE AL PARQUE (23 DE SEPTIEMBRE)
4- CRONOGRAMA DE EVENTOS SEPTIEMBRE Y OCTUBRE
5- PROPOSICIONES Y VARIOS

Se inicia socializando que el lugar del Festival ESPODE se realice el día 6 de diciembre en el parque Recreacional la Hermosa.

Propuestas de los formadores:

1- Fútbol propone hacerlo por categorías, dividiendo la cancha sintética de Fútbol.
2- Atletismo y Rugby plantean hacerlo por categorías dividiendo la cancha de arena de Fútbol.
3- Hapkido propone hacerlo por modalidades y que el tiempo estimado, será 4 horas en la cancha cubierta.
4- Ajedrez se realizará por categorías en el parque familiar usando las mesas existentes de ajedrez y, además, poner carpas.
5- Ciclismo plantea hacerlo tipo YIN CANA.
6- Boxeo propone organizarlo por categorías de peso.
7- Baloncesto propone hacerlo por categorías.
8- Voleibol plantea hacerlo por categorías en dos canchas.
9- Gimnasia-porrismo propone hacerlo por categorías y que requiere el Tatami.

Yesica expone a manera general que requiere saber la cantidad e usuarios participantes por deportes y a su vez el total general; porque para el festival se plantea dar medallas, refrigerios, hidratación y posiblemente transporte para algunos grupos rurales; pero, todo depende de la

	ACTA DE REUNIÓN	Código: DSDC5002F Versión: 0 Fecha: 03/2015 Página 2 de 5

ACTA N° 010	
FECHA: 12/09/2025	**HORA: 10:00 AM**
LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación	

propuesta que pase las coordinadoras compilando la información enviada por los formadores, así mismo, se debe plantear muy bien los espacios que ocuparan sobre todo los deportes individuales como: Boxeo, Hapkido, pesas e incluyendo porrismo porque se requiere un espacio cubierto. Por ende, se debe hacer la solicitud de carpas grandes de otras entidades para suplir esa necesidad de espacios y poder hacerlo todos en simultánea.

Respecto al agendamiento de reuniones de padres de familia en compañía de la Psicóloga, las reuniones se programaron de la siguiente manera:



	ACTA DE REUNIÓN	Código: DSDC5002F
		Versión: 0
		Fecha: 03/2015
		Página 4 de 5

ACTA N° 010	
FECHA: 12/09/2025	**HORA: 10:00 AM**
LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación	

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS:





	ACTA DE REUNIÓN	Código: DSDC5002F
		Versión: 0
		Fecha: 03/2015
		Página 3 de 5

ACTA N° 010	
FECHA: 12/09/2025	**HORA: 10:00 AM**
LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación	

En relación al cronograma de eventos se agendan a los formadores:

ESPODE Escuelas Populares del Deporte — **EVENTOS SEPTIEMBRE 2025**

RESPONSABLES DEL APOYO			
ACTIVIDAD	FORMADORES	FECHA	HORA
ESPODE AL PARQUE	TODOS	23	3:00 p.m
RECREOVÍA	NICOLÁS CADAVID-SANTIAGO MAYA	26	POR DEFINIR
RECREOVÍA BARRIOS UNIDOS	JOSÉ SANTA	27	POR DEFINIR
EVENTO EN EL ESPAÑOL	JUAN VARGAS	27	POR DEFINIR
RECREOVÍA	CARLOS GIRALDO-DANIEL GARCÉS	28	POR DEFINIR
APOYOS JUEGOS INTERCOLEGIADOS DEPOR INDIVIDUALES	TODOS		POR DEFINIR

ESPODE Escuelas Populares del Deporte — **EVENTOS OCTUBRE 2025**

RESPONSABLES DEL APOYO			
ACTIVIDAD	FORMADORES	FECHA	HORA
EVENTO DE PATINAJE	JOSÉ SANTA	5	
FINAL TORNEO DE FUTBOL 6	NICOLAS CADAVID	6	8:00-8:30 p.m
TENIS DE CAMPO	GERMAN-CARLOS GIRALDO	8--9	MEDIA JORNADA
TORNEO DE VOLEIBOL	ISABEL MEDINA-GUBERNEY	11--12--13	MEDIA JORNADA
	TODOS		

COMPROMISOS:

- Los formadores deben pasar la planeación del festival según deportes y la lista de necesidades, con fecha la 30 de septiembre.
- La coordinación debe compilar en el menos tiempo posible el total de las necesidades y la logística que se requiere para el desarrollo del Festival ESPODEA con la información que pasen los formadores.

	ACTA DE REUNIÓN	Código: DSDC5002F Versión: 0 Fecha: 03/2015 Página 5 de 5

ACTA N° 010

FECHA: 12/09/2025 **HORA: 10:00 AM**

LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación

FIRMAS:



ANEXO 9.1

Evidencia fotográfica del post realizado como medio de difusión para la reunión de padres programada a realizarse el día viernes 3 de octubre 2025 en el coliseo municipal y el cronograma de agenda

CRONOGRAMA REUNION DE PADRES ESPODE / SEPTIEMBRE 12-2025

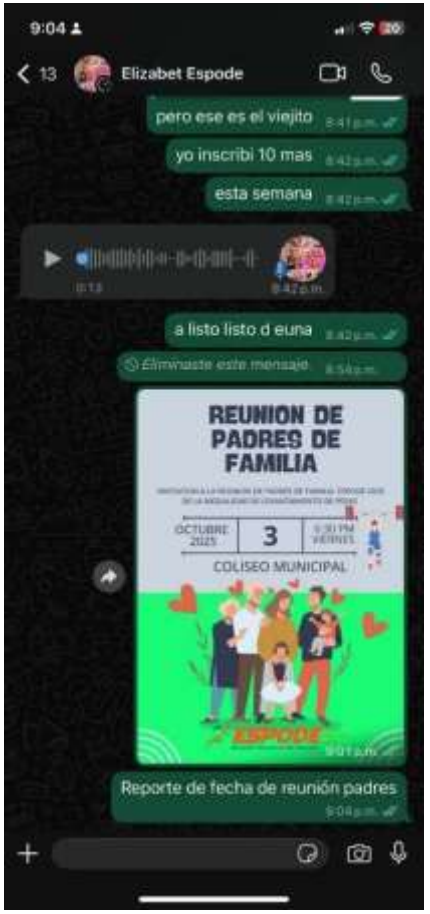
TALLER PSICOLOGA DIANA CAROLINA CASTAÑO - Celular 311 702 26 48

ESPODE Santa Rosa de Cabal – Escuelas Populares del Deporte

No.	DEPORTE	FORMADOR	MES	FECHA REUNION PADRES	LUGAR
1	LEVANTAMIENTO DE PESAS	YENI FLOREZ FLOREZ - **320 776 54 78**	OCTUBRE	Viernes 3	*6:30 pm /Coliseo Bairon Gaviria*
2	ATLETISMO	KEVIN OCAMPO MAYA -**322 634 65 34**	OCTUBRE	Miercoles 1	*4:00 p. m.*
3	HAPKIDO	DANIEL GARCES FRANCO - **311 769 30 23**	OCTUBRE	Miercoles 29	*6:00 pm-Coliseo Bairon Gaviria*
4	AJEDREZ	LUIS ALBERTO MARTINEZ GAVIRIA -**311 735 17 45**	NOVIEMBRE	Martes 18	*3:00:00 p. m. / Casa Ajedrez*
5	PATINAJE	GERMAN ANDRES BUSTAMANTE -**317 790 67 28**			
6	CICLISMO	SANTIAGO MAYA ARBELAEZ -**314 729 67 78**	NOVIEMBRE	Miercoles 5	*4:30 p. m.*
7	BOXEO	LUIS FERNANDO GUERRERO -**315 575 47 13**	NOVIEMBRE	Jueves 20	*6:00:00 p. m./ Coliseo Bairon G*
8	TENIS DE MESA				
9	DESARROLLO PSICOMOTOR				
10					
	Elizabeth Barrero Gomez -Coordinadora Deportes Individuales / Celular 3506008828				

No.	DEPORTE	FORMADOR	MES	FECHA REUNION PADRES	LUGAR
1	VOLEIBOL	JUAN DAVID MEDINA- **320 655 11 90**	OCTUBRE	Jueves 30	*3:30 p. m.*
2	BALONCESTO	MARTHA ISABEL RENDON - **311 300 61 18**	NOVIEMBRE	Viernes 7	*6:30 p. m.*
3	RUGBY	NICOLAS CADAVID -**311 420 19 53**	OCTUBRE	Martes 14	
4	PORRISMO Y GIMNASIA	CARLOS URIEL GIRALDO -**320 788 35 24**	OCTUBRE	Viernes 24	*6:00 PM-Coliseo*
5	FUTBOL DE SALON	GERMAN HINCAPIE GARZON - **311 717 36 61**	OCTUBRE	Lunes 27	*6:30 PM- Coliseo La Eugenia*
6	FUTBOL	JUAN PABLOE VARGAS ALZATE -**322 544 36 84**	NOVIEMBRE	Jueves 13	*4:00 p. m.*
7	FUTBOL	JOSE DE JESUS SANTA- **321 853 35 25**	NOVIEMBRE	Martes 11	*4:30:00 p. m./Pinos*
8			NOVIEMBRE	Miercoles 12	*4:00:00 p. m./La Reina*
9	VOLEIBOL	DUBERNEY GARCIA ZULUAGA- **315 245 12 91**	NOVIEMBRE	Sabado 15	*12:00 MD*
10					
	Sandra Marcela Monroy -Coordinadora Deportes Conjunto / Celular: 3217678842				


REUNION DE PADRES DE FAMILIA
INVITACION A LA REUNION DE PADRES DE FAMILIA ESPODE 2025
DE LA MODALIDAD DE LEVANTAMIENTO DE PESAS
OCTUBRE 2025
3
6:30 PM VIERNES
COLISEO MUNICIPAL
ESPODE
Escuelas Populares del Deporte


9:04
13
Elizabet Espode
pero ese es el viejito
yo inscribi 10 mas
esta semana
a listo listo d euna
Eliminaste este mensaje
REUNION DE PADRES DE FAMILIA
COLISEO MUNICIPAL
Reporte de fecha de reunión padres


9:04
13
Grupo 2 Levantamient...
Eliminaste a thomas Espode Hermano De Juan rios.
Eliminaste a Laura ESpode.
Eliminaste a Ana Valeria Espode.
Hoy
Hola buen dia les recuerdo que el dia de hoy no hay clase
REUNION DE PADRES DE FAMILIA
COLISEO MUNICIPAL
HOLA BUENA NOCHE, PARA QUE SE VAYAN AGENDANDO ELIZ NOCHE

ANEXO 10.1

Evidencia fotográfica de la participación de las dos reuniones del 20 de agosto y 12 de septiembre, donde se habló sobre planeación, ejecución y evaluación) del Festival recreo-deportivo de las ESPODE 2025



ACTA N° 009	
FECHA: 20/08/2025	**HORA: 9:35 AM**

LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación

OBJETIVO: organizar la metodología del FESTIVAL ESPODE y capacitar en el registro de los test de los lineamientos ESPODE.

RESPONSABLE: Elizabeth Barrero y Marcela Monroy Herrera

DESARROLLO:

Saludo y bienvenida

TEMAS

1- METODOLOGÍA DEL FESTIVAL ESPODE.
2- REGISTO DE LOS TEST.
3- DUDAS O PROPUESTAS

Se inicia proponiendo que el Festival ESPODE se realice el día 8 de noviembre en toda la Unidad Deportiva de la Hermosa desde la pista de patinaje hasta la cancha cubierta, incluyendo los escenarios nuevos.

Respecto a la metodología, se planteó tres posibilidades.

1- Hacer el Festival según deporte.
2- Invitar a otros grupos externos de municipios cercanos, si el presupuesto lo permite.
3- Realizar una rotación de todos los grupos según deporte de interés de los usuarios.

De acuerdo a los aportes de los asistentes, se acordó que se les pasará un formato de propuesta para que cada formador la diligencie y así compilar las necesidades según deporte.

Con relación al registro de los test, se explicó que uno de los objetivos para este semestre es disminuir el error estándar. Con el fin de, mejorar la veracidad de los datos registrados según test a evaluar.

Además, se planteó que la medida de la talla debe ser bajo parámetros adecuados al igual que las mediciones que los test de Cooper y de salto largo.

En el caso del test especifico se hará una modificación, la cual cada formador según su disciplina deportiva, debe establecer un test que mida la técnica para formación deportiva y

ACTA N° 009	
FECHA: 20/08/2025	**HORA: 9:35 AM**

LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación

de habilidades para iniciación deportiva. Pero, antes de aplicar el test, se validar con la Coordinación a cargo la viabilidad del mismo.

Se puso a modo de ejemplo, el gesto técnico en gimnasia y el gesto técnico de lanzamiento de jabalina en atletismo.

Una vez se resuelven las dudas de los formadores, se pasó a la parte práctica que consistió en realizar un juego predeportivo en equipos y realizar el TEST DE FUERZA ABDOMINAL O "CURL-UP". Cuya finalidad de este test es evaluar la fuerza-resistencia dinámica de los músculos abdominales, para adultos en 1 minuto la mayor cantidad posible de repeticiones.

Una vez se realizó el test en parejas y se revisó la puntuación de cada formador, se da por finalizado el encuentro, dado que no hubo preguntas finales, ni más propuestas adicionales.

COMPROMISOS:

Pasar la propuesta para el Festival ESPODE según deporte en el formador correspondiente que pasará la Coordinadora Elizabeth Barrero

Enviar dirección de la página para el calculo del IMC en menores de edad, la enviará Marcela Monroy al grupo general.



ACTA DE REUNIÓN | Código: DSDC5002F | Versión: 0 | Fecha: 03/2015 | Página 3 de 5

ACTA N° 009

FECHA: 20/08/2025 | **HORA: 9:35 AM**

LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS:



ACTA DE REUNIÓN | Código: DSDC5002F | Versión: 0 | Fecha: 03/2015 | Página 4 de 5

ACTA N° 009

FECHA: 20/08/2025 | **HORA: 9:35 AM**

LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación

recreación

	ACTA DE REUNIÓN	Código: DSDC5002F Versión: 0 Fecha: 03/2015 Página 1 de 5

ACTA N° 010	
FECHA: 12/09/2025	**HORA: 10:00 AM**
LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación	
OBJETIVO: Planear el Festival ESPODE y socializar cronograma de eventos.	
RESPONSABLE: Elizabeth Barrero y Marcela Monroy Herrera	

DESARROLLO:

Saludo y bienvenida

TEMAS

1- PLANEACIÓN DEL FESTIVAL ESPODE
2- AGENDAMIENTO DE REUNIONES DE PADRES DE FAMILIA
3- ESPODE AL PARQUE (23 DE SEPTIEMBRE)
4- CRONOGRAMA DE EVENTOS SEPTIEMBRE Y OCTUBRE
5- PROPOSICIONES Y VARIOS

Se inicia socializando que el lugar del Festival ESPODE se realice el día 6 de diciembre en el parque Recreacional la Hermosa.

Propuestas de los formadores:

1- Fútbol propone hacerlo por categorías, dividiendo la cancha sintética de Fútbol.
2- Atletismo y Rugby plantean hacerlo por categorías dividiendo la cancha de arena de Fútbol.
3- Hapkido propone hacerlo por modalidades y que el tiempo estimado, será 4 horas en la cancha cubierta.
4- Ajedrez se realizará por categorías en el parque familiar usando las mesas existentes de ajedrez y, además, poner carpas.
5- Ciclismo plantea hacerlo tipo YIN CANA.
6- Boxeo propone organizarlo por categorías de peso.
7- Baloncesto propone hacerlo por categorías.
8- Voleibol plantea hacerlo por categorías en dos canchas.
9- Gimnasia-porrismo propone hacerlo por categorías y que requiere el Tatami.

Yesica expone a manera general que requiere saber la cantidad e usuarios participantes por deportes y a su vez el total general; porque para el festival se plantea dar medallas, refrigerios, hidratación y posiblemente transporte para algunos grupos rurales; pero, todo depende de la

	ACTA DE REUNIÓN	Código: DSDC5002F Versión: 0 Fecha: 03/2015 Página 2 de 5

ACTA N° 010	
FECHA: 12/09/2025	**HORA: 10:00 AM**
LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación	

propuesta que pase las coordinadoras compilando la información enviada por los formadores, así mismo, se debe plantear muy bien los espacios que ocuparan sobre todo los deportes individuales como: Boxeo, Hapkido, pesas e incluyendo porrismo porque se requiere un espacio cubierto. Por ende, se debe hacer la solicitud de carpas grandes de otras entidades para suplir esa necesidad de espacios y poder hacerlo todos en simultánea.

Respecto al agendamiento de reuniones de padres de familia en compañía de la Psicóloga, las reuniones se programaron de la siguiente manera:



	ACTA DE REUNIÓN	Código: DSDC5002F
		Versión: 0
		Fecha: 03/2015
		Página 4 de 5

ACTA N° 010	
FECHA: 12/09/2025	**HORA: 10:00 AM**
LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación	

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS:





	ACTA DE REUNIÓN	Código: DSDC5002F
		Versión: 0
		Fecha: 03/2015
		Página 3 de 5

ACTA N° 010	
FECHA: 12/09/2025	**HORA: 10:00 AM**
LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación	

En relación al cronograma de eventos se agendan a los formadores:

ESPODE Escuelas Populares del Deporte — **EVENTOS SEPTIEMBRE 2025**

RESPONSABLES DEL APOYO			
ACTIVIDAD	FORMADORES	FECHA	HORA
ESPODE AL PARQUE	TODOS	23	3:00 p.m
RECREOVÍA	NICOLÁS CADAVID-SANTIAGO MAYA	26	POR DEFINIR
RECREOVÍA BARRIOS UNIDOS	JOSÉ SANTA	27	POR DEFINIR
EVENTO EN EL ESPAÑOL	JUAN VARGAS	27	POR DEFINIR
RECREOVÍA	CARLOS GIRALDO-DANIEL GARCÉS	28	POR DEFINIR
APOYOS JUEGOS INTERCOLEGIADOS DEPOR INDIVIDUALES	TODOS		POR DEFINIR

ESPODE Escuelas Populares del Deporte — **EVENTOS OCTUBRE 2025**

RESPONSABLES DEL APOYO			
ACTIVIDAD	FORMADORES	FECHA	HORA
EVENTO DE PATINAJE	JOSÉ SANTA	5	
FINAL TORNEO DE FUTBOL 6	NICOLAS CADAVID	6	8:00-8:30 p.m
TENIS DE CAMPO	GERMAN-CARLOS GIRALDO	8--9	MEDIA JORNADA
TORNEO DE VOLEIBOL	ISABEL MEDINA-GUBERNEY	11--12--13	MEDIA JORNADA
	TODOS		

COMPROMISOS:

- Los formadores deben pasar la planeación del festival según deportes y la lista de necesidades, con fecha la 30 de septiembre.
- La coordinación debe compilar en el menos tiempo posible el total de las necesidades y la logística que se requiere para el desarrollo del Festival ESPODEA con la información que pasen los formadores.

	ACTA DE REUNIÓN	Código: DSDC5002F Versión: 0 Fecha: 03/2015 Página 5 de 5

ACTA N° 010

FECHA: 12/09/2025 **HORA: 10:00 AM**

LUGAR: Oficina Subsecretaria de Deporte y Recreación

FIRMAS:



ANEXO 11.1

Evidencia fotográfica del apoyo realizado en el festival de cometas el 31 de agosto desarrollado en el parque de comfamiliar vía termales en horas de la mañana



MATRIZ APOYO FESTIVAL DE LA COMETA 31 DE AGOSTO			
JORNADA DE LA MAÑANA			
HORA	**APOYO**	**CONTRATISTA**	**LUGAR**
7:00 a. m.	RECOGIDA DE MATERIALES Y DESPLAZAMIENTO A ZONA DEL EVENTO	KEVIN OCAMPO, JOSÉ SANTA, YENI FLOREZ, NICOLAS CADAVID, ELIZABETH BARRERO, FELIPE BERRIO, JUAN DIEGO MARÍN, RAFAEL HERNANDEZ	COLISEO, ESTADIO
7:45 AM A 11:45 PM	FACILITAR LAS ACTIVIDADES PROGRAMADAS DESDE LA SUBSECRETARÍA DE DEPORTE Y RECREACIÓN		PREDIO COMFAMILIAR
	INFLABLE	RAFAEL HERNANDEZ	
	TRAMPOLÍN 1	KEVIN OCAMPO	
	TRAMPOLÍN 2	CARLOS TORRES	
	FUTBOL BANQUITAS (PENALES)	JOSE SANTA	
	TEJO BOLSAS	ELIZABETH BARRERO	
	TENIS DE MESA	JUAN DIEGO	
	PRE DEPORTIVO RUGBY	NICOLAS CADAVID	
	BADMINTON	YENI FLOREZ	
JORNADA DE LA TARDE			
HORA	**APOYO**	**CONTRATISTA**	**LUGAR**
11:35 AM A 4:30 PM	FACILITAR LAS ACTIVIDADES PROGRAMADAS DESDE LA SUBSECRETARÍA DE DEPORTE Y RECREACIÓN	CARLOS GIRALDO, GERMAN HINCAPIÉ, JUAN VARGAS, JOHANNA ÁLZATE, CATHERINE ZAPATA, JUAN MANUEL CORREA	PREDIO COMFAMILIAR
	INFLABLE	JOHANNA	
	TRAMPOLÍN 1	JUAN MANUEL	
	TRAMPOLÍN 2	CATHERINE	
	FUTBOL BANQUITAS (PENALES)	GERMAN HINCAPIÉ	
	TEJO BOLSAS	CARLOS GIRALDO	
	TENIS DE MESA	JUAN VARGAS	
	BADMINTON	1 RECREACIÓN	
4:30 p. m.	RECOGIDA DE MATERIALES, DESPLAZAMIENTO Y DEVOLUCIÓN DE LOS MISMOS	CARLOS GIRALDO, GERMAN HINCAPIÉ, JUAN VARGAS, JOHANNA ÁLZATE, CATHERINE ZAPATA, JUAN MANUEL CORREA, FELIPE BERRIO	COLISEO, ESTADIO

