

**FORMATO DE EVIDENCIAS DE CUMPLIMIENTO CONTRATO DE PRESTACIÓN
DE SERVICIOS Y DE APOYO A LA GESTIÓN**

TIPO DE CONTRATO	Profesionales	X	De apoyo a la gestión		No.	317-2025
OBJETO	PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES PARA LA EJECUCIÓN DEL PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS DIFERENTES GRUPOS POBLACIONALES EN LA EJECUCIÓN DE LA META 167 A CARGO DEL INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA, EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "GOBERNANDO. MÁS QUE UN PLAN					
PERIODO:	03/03/2025 – 30/11/2025			ÁREA:	TÉCNICA	
CONTRATISTA:	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO					
SUPERVISOR:	- JOSE LUIS PRADO HERNÁNDEZ - TÉCNICO OPERATIVO					

OBLIGACIÓN ESPECÍFICA	1	Planear, diseñar y ejecutar 4 sesiones mensuales de actividad física, entrenamiento funcional, recreación, sesiones en gimnasio al aire libre, actividades en bicicleta, caminatas, pausas activas, entre otras que hagan referencia a la cultura del movimiento corporal humano, y que estén dirigidas a los diferentes cursos de vida y a la población del departamento de Cundinamarca.
ACTIVIDADES	MARZO: Por temas de desarrollo de documentación y de acuerdo con los lineamientos establecidos para este periodo no se realizaron. ABRIL: Planifique sesiones para la semana de la actividad física en el municipio de Tenjo en el polideportivo los días 09/04/2025 donde se realizaron ejercicios aeróbicos, 10/04/2025 y 11/04/2025 este día se realizaron actividades y juegos de precisión y coordinación, de igual manera también se realiza ciclo paseo veredal el día 26/04/2025 en el municipio de Tenjo. MAYO: Planifique y realice las siguientes actividades: • Sesión de entrenamiento funcional en cota 10/05/2025 • Actividad recreativa con población infantil 11/05/2025 • Realice ciclo paseo en Cajicá el 22/05/2025 • Caminata en el municipio de Tenjo 24/05/2025 JUNIO: Planifique y realice las siguientes actividades: • Caminata en cota 24/06/2025 • Actividad física con población adulto mayor 26/06/2025 el ocal en el municipio de Tenjo • Actividad recreo deportiva el 27/06/2025 chitasuga en el municipio de Tenjo • El 28/06/2025 realice una caminata en el municipio de Cota JULIO: Planifique y realice las siguientes actividades: • Caminata en la vereda de Carrasquilla municipio de Tenjo 25/07/2025 • Ciclo paseo 18/07/2025 en el municipio de Tenjo • Evento masivo el 27/07/2025 En el municipio de cota • Actividad recreativa con adulto mayor 30/07/2025 Instituto San José Tenjo AGOSTO: Planifique y realice las siguientes actividades: • Ciclo paseo 10/08/2025 en el municipio de Cota • Actividad recreativa cultural con adulto mayor 12/08/2025 en el municipio de Tenjo	

	- Actividad aeróbica adulto mayor 13/08/2025 En el municipio de Tenjo - Actividad física con madres tejedoras 15/08/2025 municipio de Cogua SEPTIEMBRE: Planifique y realice las siguientes actividades en las diferentes modalidades deportivas para promover la actividad física durante este mes: - Actividad recreo deportiva 26/09/2025 en el municipio de Tenjo - carrasquilla - Actividad recreativa cultural con adulto mayor 23/09/2025 en el municipio de Tenjo - Actividad aeróbica adulto mayor 18/09/2025 En el municipio de Tenjo - Actividad física con adulto mayor carrasquilla 29/08/2025 municipio de Tenjo OCTUBRE: Planifique y realice las siguientes actividades en las diferentes modalidades deportivas para promover la actividad física durante este mes: - Actividad recreo deportiva 09/10/2025 en el municipio de Tenjo – Colegio valle de Tenjo - Actividad caminata con adulto mayor 14/10/2025 en el municipio de Tenjo - Actividad recreativa adulto mayor 15/10/2025 En el municipio de Tenjo – vereda el chacal - Caminata con adulto mayor 27/10/2025 municipio de Tenjo – vereda la Punta NOVIEMBRE: Planifique y realice las siguientes actividades en las diferentes modalidades deportivas para promover la actividad física durante este mes: - Caminata con adulto mayor 19/11/2025 en el municipio de Tenjo – Casa San José – Complejo deportivo - Actividad funcional con adulto mayor 20/11/2025 en el municipio de Tenjo - Actividad recreativa adulto mayor 27/11/2025 En el municipio de Tenjo – vereda Santa cruz - Actividad física con adulto mayor 28/11/2025 municipio de Tenjo – vereda Chitasuga
--	--

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #1

MARZO



ABRIL



MAYO:

actividad recreativa con población infantil 11/05/2025,



realice un ciclo paseo en Cajicá el 22/05/2025



y el 24/05/2025 realice una caminata en el municipio de Tenjo



JUNIO

Se planearon sesiones de caminata en cota 24/06/2025



actividad física con población adulto mayor 26/06/2025 el ocal en el municipio de tenjo,



realice una actividad recreo deportiva el 27/06/2025 chitasuga del municipio de tenjo



y el 28/06/2025 realice una caminata en el municipio de Cota



JULIO

- Actividad recreativa con adulto mayor 30/07/2025 Instituto San José Tenjo



- Ciclo paseo 18/07/2025 en el municipio de Tenjo



- Evento masivo el 27/07/2025 En el municipio de cota



- Caminata en la vereda de Carrasquilla municipio de Tenjo 25/07/2025

AGOSTO





SEPTIEMBRE



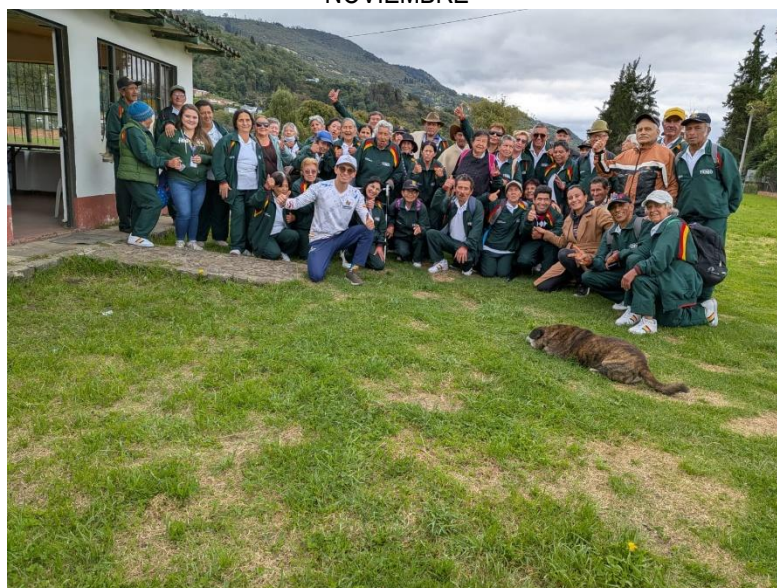


OCTUBRE





NOVIEMBRE





27 nov 2025 10:11:46 a. m.
4.8433N 74.1310W ±3.79m
Tenjo - Bogotá
Tenjo
Cundinamarca



19 nov 2025 9:35:49 a. m.
4.8759N 74.1401W ±3.79m
10-75 Carretera 2
Tenjo
Cundinamarca

OBLIGACIÓN ESPECIFICA	2	Planear, diseñar y ejecutar sesiones de pausas activas en las instituciones educativas de los municipios direccionados por el instituto de deportes con los diferentes cursos de vida: Infancia, adolescencia y juventudes en el marco de la promoción de la actividad física y del movimiento corporal humano
ACTIVIDADES	MARZO: Se ha venido trabajando en el desarrollo de líneas estratégicas para la implementación de la actividad física en las instituciones educativas, con énfasis en pausas activas, se solicitó carta para ingreso a estos establecimientos, la cual está en gestión. ABRIL: Trabaje en el desarrollo de líneas estratégicas para la implementación de la actividad física en las instituciones educativas se realiza pausa activa el día 28/04/2025 a funcionarios de la gobernación de indeportes y se realiza pausa activa en casa san José en el municipio de Tenjo MAYO: Planifique y trabaje en el desarrollo de líneas estratégicas para la implementación de la actividad física en las instituciones realice pausa las siguientes pausas activas • El 13/05/2025 en la institución san José • El 23/05/2025 en la institución san José • El 29/05/2025 en la IED carrasquilla JUNIO: Planifique y trabaje en el desarrollo de líneas estratégicas para la implementación de la actividad física en las instituciones realice pausa las siguientes pausas activas • El 04/06/2025 en el instituto San José en Tenjo • El 24/06/2025 en la institución san José en Tenjo • El 27/06/2025 en la institución Martin Espino Tenjo • El 13/06/2025 actividad lúdica y manualidades paratebueno JULIO: Planifique y trabaje en el desarrollo de líneas estratégicas para la implementación de la actividad física en las instituciones realice pausa las siguientes pausas activas • El 04/07/2025 en el IED carrasquilla municipio de Tenjo • El 09/07/2025 en la institución san José en Tenjo • El 10/07/2025 IED Carrasquilla municipio de Tenjo • El 11/07/2025 Pausa activa con adulto mayor vereda el ocal en el municipio de Tenjo AGOSTO: Planifique y trabaje en el desarrollo de líneas estratégicas para la implementación de la actividad física en las instituciones realice pausa las siguientes pausas activas • El 25/08/2025 en la institución san José en Tenjo • El 28/08/2025 en la IED Carrasquilla en Tenjo • El 29/08/2025 en la institución san José en Tenjo • El 29/08/2025 IED Carrasquilla municipio de Tenjo SEPTIEMBRE: Planifique y trabaje en el desarrollo de líneas estratégicas para la implementación de la actividad física en las instituciones realice pausa las siguientes pausas activas • El 25/08/2025 en la institución san José en Tenjo • El 05/09/2025 en la Institución San José • El 24/09/2025 en la institución san José en Tenjo • El 25/09/2025 Gobernación de Cundinamarca OCTUBRE: Planifique y trabaje en el desarrollo de líneas estratégicas para la implementación de la actividad física en las instituciones realice	

pausa las siguientes pausas activas

- El 16/10/2025 en la institución san José en Tenjo – vereda Juaica
- El 14/10/2025 en el complejo deportivo Tenjo
- El 28/10/2025 en la institución san José en Tenjo

NOVIEMBRE: Planifique y trabaje en el desarrollo de líneas estratégicas para la implementación de la actividad física en las instituciones realice

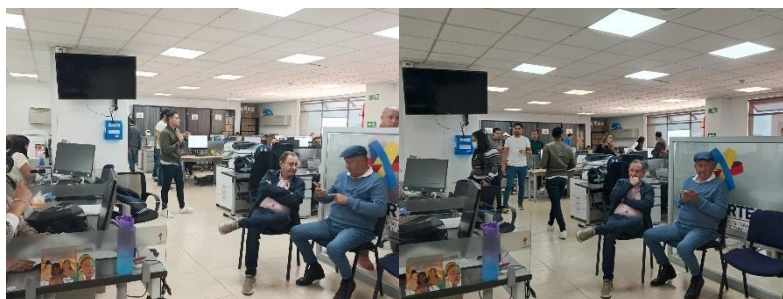
pausa las siguientes pausas activas

- El 29/11/2025 en la institución departamental carrasquilla en Tenjo – vereda Carrasquilla
- El 07/11/2025 en el salón comunal chitasuga
- El 21/11/2025 en la vereda chitasuga Tenjo

VER EVIDENCIA FOTOGRÁFICA #2

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #2

MARZO



ABRIL



MAYO

Se ha venido trabajando en el desarrollo de líneas estratégicas para la implementación de la actividad física en las instituciones se realiza pausa activa el día 09/05/2025



y 23/05/2025 en la institución san José



y el 29/05/2025 en la IED carrasquilla



JUNIO

Se ha venido trabajando en el desarrollo de líneas estratégicas para la implementación de la actividad física en las instituciones se realiza pausa activa el día 04/06/2025 en el instituto San José en el municipio de tenjo



24/06/2025

y 27/06/2025 en la institución Martin Espino



El 13/06/2025 actividad lúdica y manualidades paratebueno



JULIO

Se ha venido trabajando en el desarrollo de líneas estratégicas para la implementación de la actividad física en las instituciones se realizan las pausas activas

- El 04/07/2025 en el IED carrasquilla municipio de Tenjo



- El 09/07/2025 en la institución san José en Tenjo



- El 10/07/2025 IED Carrasquilla municipio de Tenjo



- El 11/07/2025 Pausa activa con adulto mayor vereda el ocal en el municipio de Tenjo



AGOSTO





SEPTIEMBRE





OCTUBRE



NOVIEMBRE



OBLIGACIÓN ESPECÍFICA	3	Tener un grupo regular de actividad física en zona rural, donde deben ir 2 veces por semana y realizar una sesión de Actividad Física acorde a las necesidades de la comunidad, la cual debe durar 1 hora. A este grupo deben realizarle pruebas y encuestas de actividad física; a las cuales se les debe hacer seguimiento y control cada 3 meses. En los primeros 6 meses de haber iniciado deben escoger una/un líder del grupo de actividad física al cual se le brindará una capacitación desde INDEPORTES en el área de actividad física.
ACTIVIDADES	MARZO: Conforme el grupo regular en el municipio de Tenjo en la vereda juaica en donde realice se realizaron dos encuentros con la población y por solicitud de los mismos se manejaron encuentros los días miércoles 26 de marzo de 2025 y jueves 27 de marzo de 2025, con una duración de una hora. ABRIL: Conforme el grupo regular en el municipio de Tenjo en la vereda juaica en donde realice se realizaron dos encuentros con la población con duración de 1 hora y por solicitud de los mismos se manejaron encuentros los días miércoles 2,9,16,23 y 30 de abril y jueves 3,10,17 y 24 en el mes de abril de 2025. MAYO: Conforme el grupo regular en el municipio de Tenjo en la vereda juaica en donde realice 1 encuentro con la población con duración de 2 horas y por solicitud JUNIO: Conforme el grupo regular en el municipio de Tenjo en la vereda juaica en donde realice 1 encuentro con la población con duración de 2 horas y por solicitud de los mismos se manejaron para este mes en las siguientes fechas • 05/06/2025 Sesión de actividad física recreativa • 16/06/2025 Sesión aeróbica • 19/06/2025 Sesión de motricidad fina • 23/06/2025 Sesión actividad física coordinativa JULIO: Conforme el grupo regular en el municipio de Tenjo en la vereda juaica en donde realice 1 encuentro con la población con duración de 2 horas y por solicitud de los mismos se manejaron para este mes en las siguientes fechas • 07/07/2025 Sesión de actividad física recreativa • 14/07/2025 Sesión aeróbica • 21/07/2025 Sesión de motricidad fina • 28/07/2025 Sesión actividad física coordinativa AGOSTO: Conforme el grupo regular en el municipio de Tenjo en la vereda juaica en donde realice 1 encuentro con la población con duración de 2 horas y por solicitud de los mismos se manejaron para este mes en las siguientes fechas • 06/08/2025 Sesión de actividad física recreativa • 13/08/2025 Sesión aeróbica • 20/08/2025 Sesión de motricidad fina • 27/08/2025 Sesión actividad física coordinativa SEPTIEMBRE: Conforme el grupo regular en el municipio de Tenjo en la vereda juaica en donde realice 2 encuentros semanales con la población con duración de 1 hora y por solicitud de los mismos se manejaron para este mes en las siguientes fechas • 03/09/2025 Sesión de actividad física recreativa • 09/09/2025 Sesión aeróbica • 16/09/2025 Sesión de motricidad fina • 23/09/2025 Sesión actividad física coordinativa • 04/09/2025 sesión recreo deportiva • 11/09/2025 sesión funcional • 17/09/2025 sesión aeróbica y recreativa	

- 24/09/2025 sesión coordinativa y equilibrio

OCTUBRE: Conforme el grupo regular en el municipio de Tenjo en la vereda juaica en donde realice 2 encuentros semanales con la población con duración de 1 hora y por solicitud de los mismos se manejaron para este mes en las siguientes fechas:

- 29/10/2025 Sesión de actividad física recreativa
- 22/10/2025 Sesión aeróbica
- 17/10/2025 Sesión de motricidad fina
- 10/10/2025 Sesión actividad física coordinativa
- 08/10/2025 sesión recreo deportiva
- 01/10/2025 sesión funcional

NOVIEMBRE: Conforme el grupo regular en el municipio de Tenjo en la vereda juaica en donde realice 2 encuentros semanales con la población con duración de 1 hora y por solicitud de los mismos se manejaron para este mes en las siguientes fechas:

- 05/11/2025 Sesión de actividad física recreativa
- 14/11/2025 Sesión aeróbica
- 18/11/2025 Sesión de motricidad fina
- 24/11/2025 Sesión actividad física coordinativa
- 26/11/2025 sesión recreo deportiva
- 29/11/2025 sesión funcional

VER EVIDENCIA FOTOGRAFIA #3

EVIDENCIAS FOTOGRAFÍCAS #3

MARZO



ABRIL

Google Chrome no es tu navegador predeterminado. [Cambiar como predeterminado](#)

Drive

Compartidos conmigo > GRUPOS REGulares L... > JUAN CAMILO CASTRO

Nombre	Propietario	Última modificación	Tamaño del archivo
INFORME GRUPO REGULAR 04-05 (1).docx	yo	5 may 2025 yo	2 MB
INFORME GRUPO REGULAR 04-12.docx	yo	5 may 2025 yo	2.2 MB
INFORME GRUPO REGULAR 04-19.docx	yo	5 may 2025 yo	1.8 MB
INFORME GRUPO REGULAR 04-26.docx	yo	5 may 2025 yo	2.3 MB

93 GB de 15 GB (utilizado)

[Obtener más almacenamiento](#)

PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA

FECHA: 02/04/2025 LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Vereda juaica, Tenjo

ACTIVIDAD: Sesión de actividad física recreativa para adulto.

HORA DE INICIO: 8:30 am HORA DE FINALIZACIÓN: 9:00 am

ELABORADO POR: Juan Camilo Castro Pulido INFORME No. 01

OBJETIVO

- Mejorar coordinación visomotriz del adulto por medio de actividades lúdico recreativas.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD Y TAREAS REALIZADAS

- Calentamiento
 - 1.1 Movilidad articular general
 - 1.2 Conciencia: Por medio de la estimulación visual, los adultos deben realizar ciertos movimientos (Adelanto, atrás, manos arriba, abajo, a los lados) en el menor tiempo posible, las personas que se tardan más, deben proponer un ejercicio que permita movilizar las diferentes articulaciones corporales.
- Fase central
 - 2.1 Mente en el balón: En parejas, luego tríos y grupos de 5 personas, deben caminar por una serie de obstáculos desde punto A al punto B donde recogen conos que posteriormente lanzan imitando el reto "Bottle Flip" hasta que todos los miembros del equipo consigan dejar el cono de pie.
 - 2.2 Bata con el pie: Con un bastón deben recoger plásticos del suelo y posteriormente caminar en Zigzag hacia adelante y hacia atrás hasta que cada participante logre hacer el recorrido. Al finalizar, se realizan modificaciones como la forma de recoger los plásticos y el sitio para ubicarlos una vez terminado el recorrido.
- Vuelta a la calma
 - 3.1 Canchales activos: Cada participante tiene una canchaleta hecha de material reciclado con el objetivo de pisar un pincón del punto A hasta el B sin que este caiga al suelo.
 - 3.2 Estiramiento general.



**FORMATO INFORME ACTIVIDADES
PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA**

FECHA: 03/04/2025	LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Vereda JUAICA municipio de Tenjo
ACTIVIDAD: Sesión de actividad física recreativa para adulto	
HORA DE INICIO: 8:00 AM	HORA DE FINALIZACIÓN: 9:00 AM
ELABORADO POR: JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	INFORME No. 02

OBJETIVO

1. Fortalecer la motricidad fina y la creatividad por medio de actividades manuales.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD Y TAREAS REALIZADAS

1. Calentamiento
 - 1.1. Movilidad articular general
2. Fase central
 - 2.1. Diseña tu muñeco: Entre todas las personas del grupo se elige un cuento infantil con el fin de recrearlo en la próxima sesión de actividad física por medio de una obra teatral de títeres.
3. Vuelta a la calma

MAYO





JUNIO



JULIO





AGOSTO



SEPTIEMBRE





HONOR Magic7 Lite

24mm f/1.75 1/100s ISO203
17/09/2025 11:53



24 jun 2025 11:39:25 a. m.



11 sept 2025 10:09:55 a. m.
4.8921N 74.1002W ±4.28m
Tenjo
Cundinamarca



OCTUBRE





23 oct 2025 9:44:45 a. m.
4.8920N 74.1001W ±3.79m
Tenjo
Cundinamarca



22 oct 2025 10:25:29 a. m.
4.8710N 74.0995W ±3.79m
Tenjo
Cundinamarca



jueves, 27 de marzo de 2025 09:43:15
4.8986N 74.1137W ±3.79m



22 oct 2025 10:36:17 a. m.
4.8710N 74.0995W ±3.79m

Tenjo
Cundinamarca

NOVIEMBRE







OBLIGACIÓN ESPECIFICA	4	Realizar la planeación mensual y entregar a la coordinación un cronograma semanal de las actividades relacionadas con el cumplimiento de obligaciones y objeto contractual
ACTIVIDADES	MARZO: Realice cronograma de actividades tipo calendario en el drive que dirige la coordinación del programa con las actividades realizadas y planificadas ABRIL: Realice cronograma de actividades tipo calendario en el drive que dirige la coordinación del programa con las actividades realizadas y planificadas MAYO: Realice cronograma de actividades tipo calendario en el drive que dirige la coordinación del programa con las actividades realizadas y planificadas JUNIO: Realice cronograma de actividades tipo calendario en el drive que dirige la coordinación del programa con las actividades realizadas y planificadas JULIO: Realice cronograma de actividades tipo calendario en el drive que dirige la coordinación del programa con las actividades realizadas y planificadas	

AGOSTO: Realice cronograma de actividades tipo calendario en el drive que dirige la coordinación del programa con las actividades realizadas y planificadas

SEPTIEMBRE: Realice cronograma de actividades tipo calendario en el drive que dirige la coordinación del programa con las actividades realizadas y planificadas

OCTUBRE: Realice cronograma de actividades tipo calendario en el drive que dirige la coordinación del programa con las actividades realizadas y planificadas

NOVIEMBRE: Realice cronograma de actividades tipo calendario en el drive que dirige la coordinación del programa con las actividades realizadas y planificadas

VER EVIDENCIA FOTOGRÁFICA #4

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #4

MARZO

Calendar for March showing activities and a form titled "FORMATO INFORME ACTIVIDADES PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA".

**FORMATO INFORME ACTIVIDADES
PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA**

FECHA: 14/03/2025 LUGAR DE LA ACTIVIDAD: SUBACHOQUE - SABANA OCCIDENTE

ACTIVIDAD: CARRERA DE LA MUJER

HORA DE INICIO: 8:00 PM. HORA DE FINALIZACION: 8:00 PM.

ELABORADO POR: JUAN CAMILO CASTRO PULIDO INFORME No:

OBJETIVO

Apoyar en todo lo relacionado con la realización y activación de la carrera de la mujer en el municipio de Subachoque provincia de sabana occidental por medio de actividades que promuevan la realización de la actividad física.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD Y TAREAS REALIZADAS

-La actividad se realiza en el parque de Subachoque, se realiza apoyo con la realización y organización logística en el recorrido.
-Se da inicio a la sesión con un previo calentamiento, el cual contiene movilidad articular y elevación de la frecuencia cardíaca.
-Se realiza charla sobre los beneficios de la actividad física y sus aportes para prevenir y combatir las enfermedades crónicas no transmisibles y salud mental.
-Se realiza normalización por medio de estiramientos estaticos y dinamicos y cierre de la actividad.

ABRIL

File list for April and a calendar for April.

File list:

- INFORME DÍA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA CAJICA (1).pdf 1.4 MB
- INFORME DÍA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA COGUA (2).docx 12.6 MB
- INFORME DÍA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA COTA.pdf 898 KB
- INFORME DÍA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA NEMOCÓN(1).d... 1,012 KB
- INFORME DÍA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA TENJO CUNDIN... 1,012 KB
- INFORME DÍA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA SOPÓ.docx 10.1 MB
- INFORME_DÍA_MUNDIAL_DE_ACTIVIDAD_FISICA ZIPAQUIRÁ(1)... 4.1 MB

Calendar for April showing activities.

MAYO

A	B	C	D	E	F	G	H
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	

RESPONSABLE	ACTIVIDAD	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD
ANDREA MARCELO RUBIANO	COLOPASEO	ESTIRAMIENTO ANTES Y DESPUES DE LA RUTA
ANDREA MARCELO RUBIANO	COLOPASEO	ESTIRAMIENTO ANTES Y DESPUES DE LA RUTA
ANDREA MARCELO RUBIANO	YOGA ADULTO MAYOR	AS SEYONDAS, POSTURAS DE ESTIRAMIENTOS, POSTURAS DE BQ
ANDREA MARCELO RUBIANO	RECUPERACION PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL	DINAMICAS CON BOMBAS, ANOS, CONOS
ANDREA MARCELO RUBIANO	PRUEBAS ACTUAS PARA LOS GABRIEL DEL COLEGIO SAN ANTONIO	EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTOS, JUEGOS DE MOVIMIENTO
ALEXANDRA GIRALDO	COLOPASEO	CALENTAMIENTO
ALEXANDRA GIRALDO	RUMBA Y FORTALECIMIENTO	TRABAJO FUNCIONAL MUSCULARIZADO
JUAN CAMILO CASTRO	COLOPASEO	CALENTAMIENTO
JUAN CAMILO CASTRO	PAUSAS ACTIVAS PARA SAN JOSE	MOVILIDAD ARTICULAR Y RESERACION
JUAN CAMILO CASTRO	CAMINATA	MOVILIDAD ARTICULAR Y ACTIVACION
ANDRES FELIPE RUBIANO GARCIA	LANZAMIENTO ENTORNO RUMBA	ACTIVACION CON EJERCICIOS RECREATIVOS
ANDRES FELIPE RUBIANO GARCIA	ACTIVIDAD RECREATIVA	RECREACION Y ENTRENAMIENTO FUNCIONAL
JUAN CAMILO CASTRO	LANZAMIENTO ENTORNO COMUNITARIO	APORTE EN ACTIVACION
JUAN CAMILO CASTRO	CAMINATA POR EL RIO BOSQUETA	CALENTAMIENTO

JUNIO

A	B	C	D	E	F	G	H
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	

JULIO

A	B	C	D	E	F	G	H
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	

AGOSTO

Recibidos (4,834) x

CRONOGRAMA x

Calendario 2025 x

PAGO 06 DE 08 x

PAGO 06 DE 08 x

(62) WhatsApp x

3. PAGO 07 DE 08 x

+ x

docs.google.com/spreadsheets/d/1_QhiONDUYzt3QollcwX6V3WhwXeiCu1IPE--XlmZYcA/edit?gid=221040924&gid=221040924

AulaVirtual Presenci... Recibidos (1,491) - j... Acceso a Usuario Correo: JEISSON FE... Área personal | Pos... Recibidos (2,935) - j... Jeisson Ferrey Cort...

Calendario 2025

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Extensiones Ayuda

100% 123 Centu... 11 + B I A

A1

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N
18		EVENTO ACTIVIDAD FISICA ADULTO MAYOR MUNICIPIO DE TENJO 8:00AM CAMILO CASTRO	ACTIVIDAD FISICA ADULTO MAYOR 8:AM MUNICIPIO DE TENJO CAMILO CASTRO	GRUPO REGULAR JUAICA - TENJO 8:00AM CAMILO CASTRO	SESION : CUIDADORAS Y CUIDADORES DE COGUA. 9:00 AM. CAMILO CASTRO								
19		CAPACITACION GRADO 10 MUNICIPIO TENA 10:00AM COLEGIO BETULIA MAIRON ARIAS	CAPACITACION GRADO 10 MUNICIPIO TENA 9:00AM COLEGIO BETULIA MAIRON ARIAS	GRUPO REGULAR PIAMONTE - GIRARDOT - 04:00 pm - JUAN DIEGO SANCHEZ	GRUPO REGULAR PIAMONTE - GIRARDOT - 04:00 pm - JUAN DIEGO SANCHEZ	ACTIVIDAD FISICA GRUPO EXTRA CURRICULAR COLEGIO BOJACA 4:00 PM							
20			Actividad fisica en apoyo al programa de salud mental del departamento con contralistas y funcionarios de la Gobernación de	En la vereda Puente de piedra, en la institución educativa san Patricio de Madrid se realizó sesión de actividad física con tres grados 6to	GRUPO REGULAR -VEREDA LA ISLA MAURICIO REYES								
21													
		11	12	13	14	15	16	17					
		SESION #3:	PAUSA ACTIVA EN	GRUPO REGULAR.	GRUPO REGULAR.	EVENTO MASIVO.	SESION #4: CHIKI						

Enero Febrero Marzo Abril Mayo Junio Julio Agosto Septiembre Octubre Noviembre

14°C Perc. nublado Buscar ESP LAA 10:34 p. m. 15/09/2025

SEPTIEMBRE

GRUPO REGULAR BOJACA 9:00 AM	REUNION CASA DEL DEPORTISTA-BOGOTA NANCY GAMBOA-8:45AM	HIDROTERAPIA GRUPO DE DICIAPACIDAD. 3:00 PM. MUNICIPIO DE TABIO. LEIDY CASANOVA	GRUPO REGULAR BOJACA 9:00 AM	visita municipio de zipacon 11:00 am	MADRID CLASE INDROR CICLING GRUPO MUJER MADRID 7:30 AM JASON CAMPOS
FESTIVAL DE LA COMETA EVENTO MASIVO CACHIPAY 8:00AM ESTADIO MUNICIPAL ANDRES FELIPE RUBIANO	GRUPO REGULAR. VEREDA GETSEMANI MUNICIPIO DE UBATE. 9:00 am. ANDREA MARCELO	CAPACITACION GRADO 10 COLEGIO FIDEL CANO-MUNICIPIO TENA-MAIRON ARIAS-10:00AM	visita municipio de zipacon 11:00 am	grupo regular san antonio alejandra giraldo 9:00am	
	grupo regular san antonio alejandra giraldo 9:00am	GRUPO REGULAR TENJO VEREDA JUAICA 9:00AM -11:00AM CAMILO CASTRO	GRUPO REGULAR MUNICIPIO DE FUSAGASUGA. 7:30 AM. NANCY GAMBOA LEON	FUSAGASUGA VEREDA LA ISLA : GRUPO REGULAR - MAURICIO REYES 6:30 AM	
	FUSAGASUGA VEREDA LA ISLA : GRUPO REGULAR - MAURICIO REYES 6:30 AM	GRUPO REGULAR VEREDA BARSALOZA KAROLL RAMIREZ 4:00 PM A6:00 PM	ENTORNO FAMILIAR ACTIVIDAD MUSICALIZADA MUNICIPIO DE UBATE 3:00 PM ANDREA MARCELO	ACTIVIDAD FISICA ADULTO MAYOR MUNICIPIO TENJO 9:00 AM - 10: 00 AM CAMILO	
			En la vereda Puente de piedra, en la institución educativa san Patricio de Madrid se realizó sesión de		

OCTUBRE

GRUPO REGULAR GRUPO MAYOR JACA 9:00 AM MAYOR CAMPOS	GRUPO REGULAR 4:00PM ANOLAIMA VE MATIMA FELIPE RUBIANO	COGUA. COLISEO MUNICIPAL. GRUPO REGULAR. 9:00 AM. LEIDY CASANOVA	COGUA. COLISEO MUNICIPAL. GRUPO REGULAR. 9:00 AM. LEIDY CASANOVA	GRUPO REGULAR 6:00PM MUNICIPIO TENA VE LA GRAN VIA MAIRON ARIAS	
COGUA. TERMALES TABIO. ROTERAPIA GRUPO MAYOR COGUA. 8:00 AM. LEIDY CASANOVA	GRUPO REGULAR MUNICIPIO DE FUSAGASUGA. 7:30 AM. NANCY GAMBOA LEON	FUSAGASUGA: GRUPO REGULAR 4:00 PM - MAURICIO REYES	GRUPO REGULAR MUNICIPIO DE FUSAGASUGA. 7:30 AM. NANCY GAMBOA LEON	FUSAGASUGA: GRUPO REGULAR 6:30 AM - MAURICIO REYES	
GRUPO REGULAR 4:00PM ANOLAIMA MATIMA FELIPE RUBIANO	GRUPO REGULAR. VEREDA GETSEMANI MUNICIPIO DE UBATE. 9:00 am. ANDREA MARCELO		GRUPO REGULAR. VEREDA GETSEMANI MUNICIPIO DE UBATE. 9:00 am. ANDREA MARCELO	En la vereda Puente de piedra, en la institución educativa San Patricio de Madrid se realizó sesión de actividad física con tres grados 6to	
Actividad técnica a la refortificación de puentes de acuerdo para realizar las actividades de recreación en vivienda y la	ACTIVIDAD DE PROMOCION DE MEDIA MARATON GOBERNACION DE CUNDINAMARCA 8:30 AM CAMILO CASTRO	ACTIVIDAD RECREATIVA Y FISICA TENJO 11:00 AM CAMILO CASTRO	PAUSA ACTIVA INSTITUTO SAN JOSE 9:00 AM TENJO CAMILO CASTRO	GRUPO REGULAR TENJO 9:00 AM CAMILO CASTRO	
	APOYO EN LA GOBERNACIÓN 8 AM - ALEJANDRA ORTIZ	GRUPO REGULAR CENTRO PSIQUITARICO - SIBATE 9:00 AM	APOYO EDUCATIVO IED SAN MIGUEL 9:00 AM Y IED SAN	GRUPO REGULAR CENTRO PSIQUITARICO - SIBATE 9:00 AM	CICLO PASEO RURAL -FOMEQUE - 8 AM ALEJANDRA ORTIZ

NOVIEMBRE

OBLIGACIÓN ESPECIFICA	5	Apoyar programas institucionales y eventos organizados por el Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca en cada uno de los municipios asignados.
ACTIVIDADES	MARZO: Realice el debido apoyo a las carreras de la mujer en los municipios de Guataqui el 07/03/2025, Pacho 08/03/2025, Villapinzon 09/03/2025, Subachoque 14/03/2025, Tenjo 23/03/2025 y Gachala 29/03/2025. ABRIL: Realice el debido apoyo a las actividades y eventos. Dia mundial de la actividad física -Cajicá donde asiste el gobernador el 06/04/2025 de igual manera en la actividad realizada en la capacitación el día 28/04/2025. MAYO: Realice el debido apoyo a las actividades y eventos. Apoyo en sala	

medico en movimiento el 05/05/2025, Actividad física con pensionados en la Gobernación el 08/05/2025, Apoyo en la carrera por el rio Bogotá el 09/05/2025 en Chocontá, Se participa en la inauguración de la copa gobernación el día 23/05/2025 en la Gobernación de Cundinamarca de igual manera en la actividad realizada para el lanzamiento del programa en el municipio de linguazaque el 25/05/2025 y 28/05/2025 en Fusagasugá ,

JUNIO: Realice el debido apoyo a las actividades y eventos. Apoyo en el día mundial de la bicicleta 03/06/2025 en puente guaduas, De igual manera realice apoyo en Paratebueno por afectación del sismo los días 12, 13 y 14 de junio del 2025 y realice un apoyo en la gobernación con adulto mayor pausa activa 20/06/2025 y Participe en la logística de la inauguración de los juegos deportivos y recreativos de Cundinamarca 15/06/2025 en el palacio de los deportes.

JULIO: Realice el debido apoyo a las actividades y eventos. Apoyo en el municipio de Zipaquirá con la socialización del programa Cundinamarca en movimiento 08/07/2025 de igual manera en el municipio de Subachoque el día 15/07/2025.

Realice apoyo en Corabastos en la carrera realizada el día 13/07/2025. Realice apoyo a la actividad de secretaria de salud el día 24/07/2025.

AGOSTO: Realice el debido apoyo a las actividades y eventos. Apoyo en el municipio de Chía en la Capacitación General sobre Actividad Física para la Población Mayor, realizada el día 14 de agosto de 2025.

SEPTIEMBRE: Realice el debido apoyo a las actividades y eventos. Apoyo en ciclovía para la promoción de la media maratón de Cundinamarca el día domingo 28/09/2025, se realiza apoyo en la promoción de la media maratón de Cundinamarca en la Gobernación el día 30/09/2025

OCTUBRE: Realice el debido apoyo a las actividades y eventos. Apoyo para la promoción de la media maratón de Cundinamarca en la fecha 07/10/2025 en la Gobernación, 02/10/2025 en el movistar arena.

NOVIEMBRE: Realice el debido apoyo a las actividades y eventos. Apoyo para la promoción del Cundinamarca fest de Cundinamarca en la fecha 02/11/2025 en la ciclo vía en Bogotá, el 04/11/2025 en el parque Simón Bolívar.

VER EVIDENCIA FOTOGRÁFICA #5

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #5

MARZO



ABRIL



MAYO

Actividad física con pensionados en la Gobernación el 08/05/2025,



Apoyo en la carrera por el río Bogotá el 09/05/2025 en Chocontá,



Se participa en la inauguración de la copa gobernación el día 23/05/2025 en la Gobernación de Cundinamarca





JUNIO

Realice apoyo en Paratebuena por afectación del sismo los días 12, 13 y 14 de junio del 2025,



Realice apoyo en la gobernación con adulto mayor pausa activa 20/06/2025,



Se participa en la inauguración de los juegos deportivos y recreativos de Cundinamarca 15/06/2025 en el palacio de los deportes.



JULIO

- En el municipio de Subachoque el día 15/07/2025.



- Realice apoyo en Corabastos en la carrera realizada el día 13/07/2025.



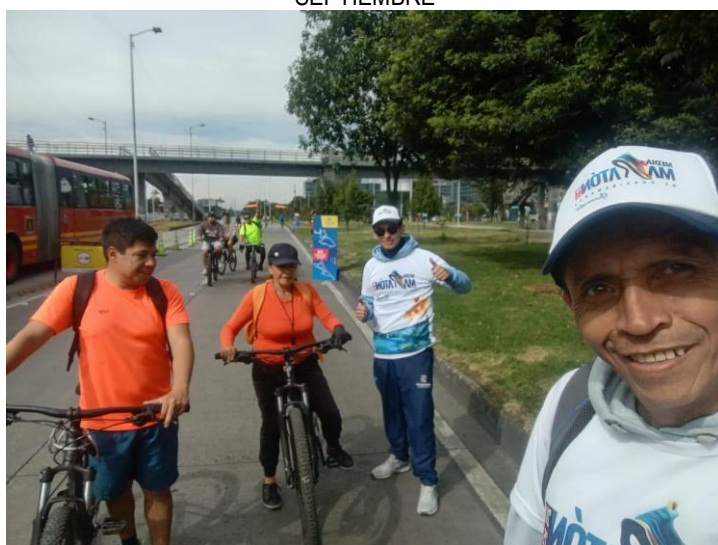
- Realice apoyo a la actividad de secretaria de salud el día 24/07/2025.



AGOSTO



SEPTIEMBRE





OCTUBRE



NOVIEMBRE





OBLIGACIÓN ESPECIFICA	6	Realizar acercamientos con los entes deportivos de los municipios asignados, para la organización y desarrollo de los procesos y proyectos relacionados con el sector actividad física según programación establecida para el sector de la actividad física y bajo la orientación o acompañamiento del respectivo coordinador y/o supervisor atender y ejecutar las acciones y eventos asignados.
ACTIVIDADES	MARZO: Realice una reunión el 26/03/2025 y acercamiento con INDERTEN en el municipio de Tenjo para socializar y gestionar el apoyo por parte del municipio hacia el programa de actividad física para la consolidación del grupo regular ABRIL: Realice una reunión el 08/04/2025 con INDERTEN en el municipio de Tenjo para organizar y gestionar la logística y actividades a realizar la semana de la actividad física con adulto mayor de igual manera se asiste a las reuniones convocadas por indeportes MAYO: Realice una reunión el 05/05/2025 con director deportes del municipio de lenguazaque para organizar y gestionar la logística y actividades a realizar el día del lanzamiento, de igual manera el 10/05/2025, 24/05/2025 con inderten e instituto san José de igual manera se asiste a las reuniones convocadas por indeportes JUNIO: Realice una reunión el 05/06/2025 con director deportes del municipio de Tenjo para organizar y gestionar la logística de las diferentes actividades a realizar durante el mes. de igual manera el 07/06/2025, con inderten e instituto san José también se asiste a las reuniones convocadas por indeportes JULIO: Realice una reunión el 30/07/2025 con directora de la casa social y coordinadores de la alcaldía en el municipio de Cogua, para organizar y gestionar la logística de las diferentes actividades a realizar durante el mes. AGOSTO: Realice una reunión el 25/08/2025 con coordinadores del programa adulto mayor de la alcaldía en el municipio de Tenjo, para organizar y gestionar la logística de las diferentes actividades a realizar durante el mes. SEPTIEMBRE: Realice una reunión el 02/09/2025 con coordinadores de deporte y del programa adulto mayor de la alcaldía en el municipio de Tenjo, para organizar y gestionar la logística de las diferentes actividades	

a realizar durante el mes.

OCTUBRE: Realice una reunión el 03/10/2025 con coordinadores de deporte y del programa adulto mayor de la alcaldía en el municipio de Tenjo, para organizar y gestionar la logística de las diferentes actividades a realizar durante el mes.

NOVIEMBRE: Realice una reunión el 03/11/2025 con coordinadores de deporte y del programa adulto mayor de la alcaldía en el municipio de Tenjo, para organizar y gestionar la logística de las diferentes actividades a realizar durante el mes.

VER EVIDENCIA FOTOGRÁFICA #6

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #6

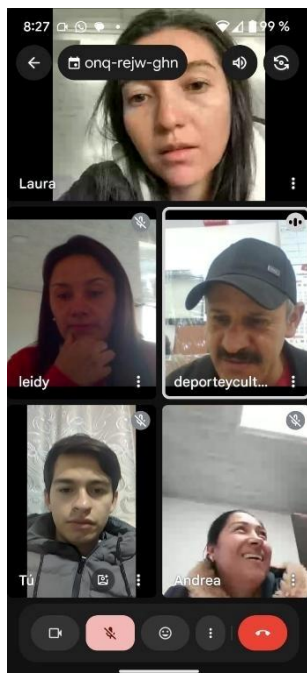
MARZO



ABRIL

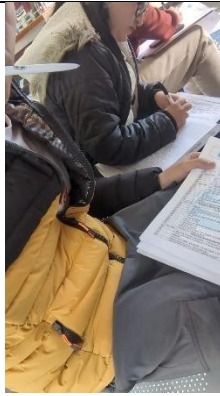


MAYO



JUNIO

Realice una reunión el 07/06/2025, con inderten e instituto san José en tenjo de igual manera se asiste a las reuniones convocadas por indeportes



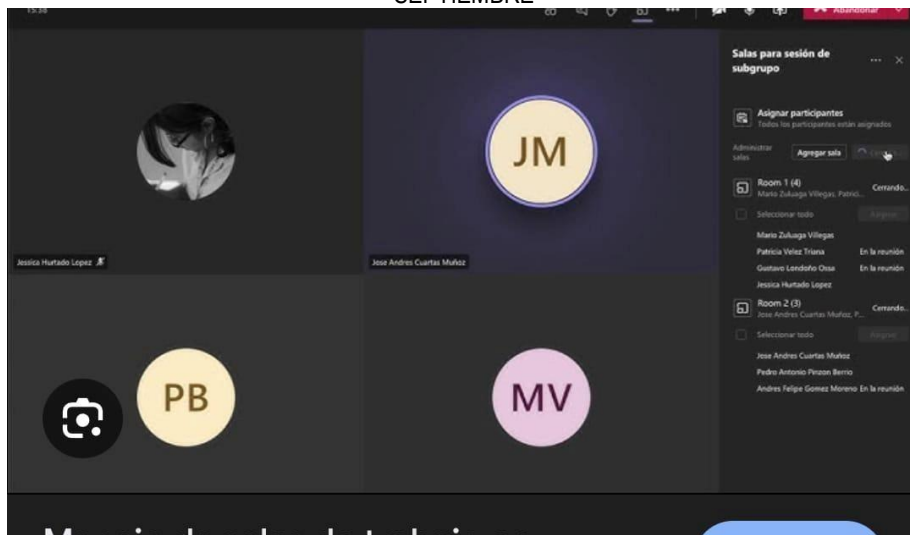
JULIO



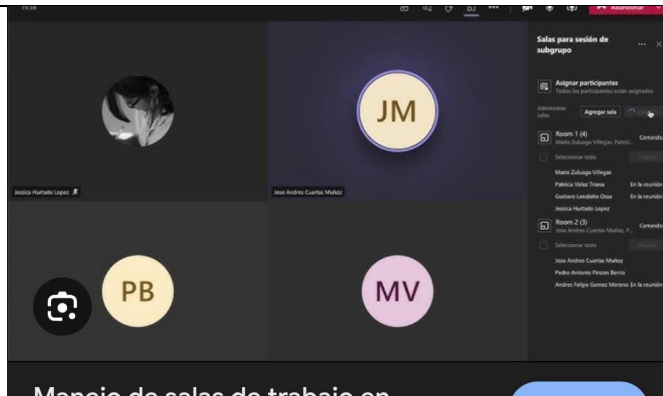
AGOSTO



SEPTIEMBRE



OCTUBRE

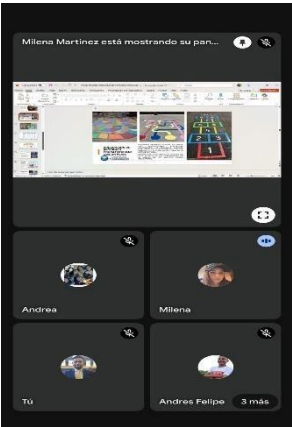


OBLIGACIÓN ESPECIFICA	7	Apoyar a la supervisión y coordinación del programa de actividad física para el instituto departamental de la recreación y el deporte, en la realización de documentos para fortalecer los lineamientos del programa de actividad física.
ACTIVIDADES	MARZO: Se da cumplimiento a la obligación con el apoyo en la construcción de las actividades en el entorno hogar y de igual manera sus respectivas diapositivas teniendo en cuenta los lineamientos establecidos de igual manera su sustentación . ABRIL: Se da cumplimiento a la obligación ya que apoye en la construcción de las actividades a realizar en el entorno comunitario y de igual manera sus respectiva documentación teniendo en cuenta los lineamientos establecidos de igual manera su sustentación . MAYO: Se da cumplimiento a la obligación ya que apoye en la construcción de las actividades a realizar en el entorno comunitario y de igual manera sus respectiva documentación teniendo en cuenta los lineamientos establecidos de igual manera su sustentación . JUNIO: Se da cumplimiento a la obligación ya que apoye en la construcción de las actividades a realizar en el entorno comunitario y de igual manera sus respectiva documentación teniendo en cuenta los lineamientos establecidos de igual manera su sustentación . JULIO: Se da cumplimiento a la obligación ya que apoye en la construcción de las actividades a realizar en el entorno comunitario y de igual manera sus respectiva documentación teniendo en cuenta los lineamientos establecidos de igual manera su sustentación . AGOSTO: Se da cumplimiento a la obligación ya que apoye en la construcción de las actividades a realizar en el entorno comunitario y de	

igual manera sus respectiva documentación teniendo en cuenta los lineamientos establecidos de igual manera su sustentación .
SEPTIEMBRE: Se apoyará a la supervisión y coordinación del programa de actividad física para el instituto departamental de la recreación y el deporte, una vez sea solicitado.
OCTUBRE: Se apoyará a la supervisión y coordinación del programa de actividad física para el instituto departamental de la recreación y el deporte, una vez sea solicitado.
NOVIEMBRE: Se apoyará a la supervisión y coordinación del programa de actividad física para el instituto departamental de la recreación y el deporte, una vez sea solicitado.
VER EVIDENCIA FOTOGRÁFICA #7

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #7

MARZO



ABRIL



JUNIO



JULIO

2:06 DOC: 2025060... Aún no se ha guardado ACTIVIDAD FÍSICA EN EL ENTORNO HOGAR Andrés Felipe Rubiano Caicedo Juan Camilo Castro Pulido Indeportes Cundinamarca Introducción: En la actualidad, llevar un estilo de vida activo es fundamental para mantener una buena salud y mejorar la calidad de vida. Sin embargo, el ritmo acelerado del día a día, la falta de tiempo o el acceso limitado a los gimnasios pueden hacer que la actividad física pase a un segundo plano. Afortunadamente, ejercitarse en casa es una práctica alternativa, accesible y efectiva. Realizar actividad física en el hogar solo contribuye a mejorar la fuerza, resistencia y la flexibilidad, sino que también ayuda a reducir el estrés.		
OBLIGACIÓN ESPECIFICA	8	Organizar el proceso de convocatoria e inscripción de cada uno de los eventos y la aplicación de la encuesta de satisfacción de todas las actividades ejecutadas del sector de la actividad física.
ACTIVIDADES	MARZO: Realice proceso de convocatoria para el grupo de actividad física regular y se colaboró en la inscripción de las participantes en la carrea de la mujer del municipio de Gachalá. ABRIL: Realice el proceso de convocatoria para el grupo de actividad física regular . JUNIO: Realice el proceso de convocatoria para el grupo de actividad física regular y para el desarrollo del lanzamiento en el entorno comunitario y realice encuesta al grupo regular. JULIO: Realice el proceso de convocatoria para el grupo de actividad física regular y para el desarrollo del lanzamiento en el entorno comunitario y realice encuesta al grupo regular. AGOSTO: Realice el proceso de convocatoria para el grupo de actividad física regular y para el desarrollo del lanzamiento en el entorno comunitario y realice encuesta al grupo regular. SEPTIEMBRE: Realice el proceso de convocatoria para el grupo de actividad física regular y para el desarrollo del lanzamiento en el entorno comunitario y realice encuesta al grupo regular. OCTUBRE: Realice el proceso de convocatoria para el grupo de actividad física regular y para el desarrollo del lanzamiento en el entorno comunitario y realice encuesta al grupo regular. NOVIEMBRE: Realice el proceso de convocatoria para el grupo de actividad física regular y para el desarrollo del lanzamiento en el entorno comunitario y realice encuesta al grupo regular. VER EVIDENCIA FOTOGRÁFICA #8	
EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #8		
MARZO   ABRIL		



MAYO:

Compartidos conmigo > ... > Mayo 1ra Prueba > JUAN CAMILO CASTRO > 					
Tipo > Personas > Modificado > Fuente >					
Nombre	Propietario	Fecha de modificación	Tamaño del	2º Ordenar	
 CHIQUEQUIRA VASQUEZ GUTIERREZ.docx	 yo	10:46 a.m. yo	219 KB		
 DARIO ROSAS ROSAS.docx	 yo	10:20 a.m. yo	219 KB		
 DORIS EUFEMIA GARZON CERESO.docx	 yo	10:18 a.m. yo	219 KB	  	
 JESUS EDUARDO TENJO.docx	 yo	10:23 a.m. yo	1 MB		
 JOSE EDUARDO CATAMA.docx	 yo	10:22 a.m. yo	219 KB		
 JOSE EUSENCIO CHAVEZ.docx	 yo	10:54 a.m. yo	219 KB		
 JUANA BERNAL SANABRIA.docx	 yo	10:56 a.m. yo	219 KB		
 JULIA INES FELACIO INFANTE.docx	 yo	10:58 a.m. yo	219 KB		
 LUIS CARLOS VILLALBA HERNANDEZ.docx	 yo	10:59 a.m. yo	219 KB		
 LUIS EDUARDO CORREDOR.docx	 yo	10:25 a.m. yo	219 KB		

JUNIO

Compartidos conmigo > ... > Mayo 1ra Prueba > JUAN CAMILO CASTRO > 					
Tipo > Personas > Modificado > Fuente >					
Nombre	Propietario	Fecha de modificación	Tamaño del	2º Ordenar	
 CHIQUEQUIRA VASQUEZ GUTIERREZ.docx	 yo	10:46 a.m. yo	219 KB		
 DARIO ROSAS ROSAS.docx	 yo	10:20 a.m. yo	219 KB		
 DORIS EUFEMIA GARZON CERESO.docx	 yo	10:18 a.m. yo	219 KB	  	
 JESUS EDUARDO TENJO.docx	 yo	10:23 a.m. yo	1 MB		
 JOSE EDUARDO CATAMA.docx	 yo	10:22 a.m. yo	219 KB		
 JOSE EUSENCIO CHAVEZ.docx	 yo	10:54 a.m. yo	219 KB		
 JUANA BERNAL SANABRIA.docx	 yo	10:56 a.m. yo	219 KB		
 JULIA INES FELACIO INFANTE.docx	 yo	10:58 a.m. yo	219 KB		
 LUIS CARLOS VILLALBA HERNANDEZ.docx	 yo	10:59 a.m. yo	219 KB		
 LUIS EDUARDO CORREDOR.docx	 yo	10:25 a.m. yo	219 KB		

JULIO

Compartidos conmigo > ... > Mayo 1ra Prueba > JUAN CAMILO CASTRO > 					
Tipo > Personas > Modificado > Fuente >					
Nombre	Propietario	Fecha de modificación	Tamaño del	2º Ordenar	
 CHIQUEQUIRA VASQUEZ GUTIERREZ.docx	 yo	10:46 a.m. yo	219 KB		
 DARIO ROSAS ROSAS.docx	 yo	10:20 a.m. yo	219 KB		
 DORIS EUFEMIA GARZON CERESO.docx	 yo	10:18 a.m. yo	219 KB	  	
 JESUS EDUARDO TENJO.docx	 yo	10:23 a.m. yo	1 MB		
 JOSE EDUARDO CATAMA.docx	 yo	10:22 a.m. yo	219 KB		
 JOSE EUSENCIO CHAVEZ.docx	 yo	10:54 a.m. yo	219 KB		
 JUANA BERNAL SANABRIA.docx	 yo	10:56 a.m. yo	219 KB		
 JULIA INES FELACIO INFANTE.docx	 yo	10:58 a.m. yo	219 KB		
 LUIS CARLOS VILLALBA HERNANDEZ.docx	 yo	10:59 a.m. yo	219 KB		
 LUIS EDUARDO CORREDOR.docx	 yo	10:25 a.m. yo	219 KB		

AGOSTO

Compartidos conmigo > ... > Mayo 1ra Prueba > JUAN CAMILO CASTRO > 					
Tipo > Personas > Modificado > Fuente >					
Nombre	Propietario	Fecha de modificación	Tamaño del	2º Ordenar	
 CHIQUEQUIRA VASQUEZ GUTIERREZ.docx	 yo	10:46 a.m. yo	219 KB		
 DARIO ROSAS ROSAS.docx	 yo	10:20 a.m. yo	219 KB		
 DORIS EUFEMIA GARZON CERESO.docx	 yo	10:18 a.m. yo	219 KB	  	
 JESUS EDUARDO TENJO.docx	 yo	10:23 a.m. yo	1 MB		
 JOSE EDUARDO CATAMA.docx	 yo	10:22 a.m. yo	219 KB		
 JOSE EUSENCIO CHAVEZ.docx	 yo	10:54 a.m. yo	219 KB		
 JUANA BERNAL SANABRIA.docx	 yo	10:56 a.m. yo	219 KB		
 JULIA INES FELACIO INFANTE.docx	 yo	10:58 a.m. yo	219 KB		
 LUIS CARLOS VILLALBA HERNANDEZ.docx	 yo	10:59 a.m. yo	219 KB		
 LUIS EDUARDO CORREDOR.docx	 yo	10:25 a.m. yo	219 KB		

SEPTIEMBRE

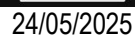
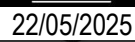
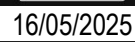
Compartidos conmigo > ... > Mayo 1ra Prueba > JUAN CAMILO CASTRO > 					
Tipo > Personas > Modificado > Fuente >					
Nombre	Propietario	Fecha de modificación	Tamaño del	2º Ordenar	
 CHIQUEQUIRA VASQUEZ GUTIERREZ.docx	 yo	10:46 a.m. yo	219 KB		
 DARIO ROSAS ROSAS.docx	 yo	10:20 a.m. yo	219 KB		
 DORIS EUFEMIA GARZON CERESO.docx	 yo	10:18 a.m. yo	219 KB	  	
 JESUS EDUARDO TENJO.docx	 yo	10:23 a.m. yo	1 MB		
 JOSE EDUARDO CATAMA.docx	 yo	10:22 a.m. yo	219 KB		
 JOSE EUSENCIO CHAVEZ.docx	 yo	10:54 a.m. yo	219 KB		
 JUANA BERNAL SANABRIA.docx	 yo	10:56 a.m. yo	219 KB		
 JULIA INES FELACIO INFANTE.docx	 yo	10:58 a.m. yo	219 KB		
 LUIS CARLOS VILLALBA HERNANDEZ.docx	 yo	10:59 a.m. yo	219 KB		
 LUIS EDUARDO CORREDOR.docx	 yo	10:25 a.m. yo	219 KB		

OCTUBRE

NOVIEMBRE

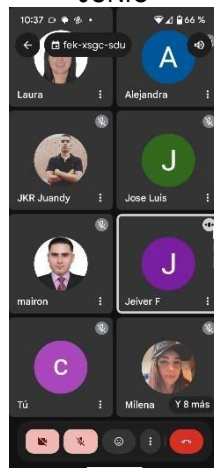
OBLIGACIÓN ESPECIFICA	9	Asistir y fortalecer la realización de mesas de trabajo, talleres, capacitaciones, reuniones de coordinación y/o supervisión, informativas, de planeación y de seguimiento proyectadas para el óptimo desarrollo de los eventos de actividad física, o actividades institucionales de la entidad.
ACTIVIDADES	MARZO: Participé de mesas de trabajo sobre el documento de actividad física para el departamento y en capacitación sobre manejo de fotografía y video en los eventos realizados por el área y demás reuniones técnicas. ABRIL: Participé de mesas de trabajo sobre el documento de actividad física para el departamento y en capacitación de seguridad y salud en el trabajo el día 28/04/2025 MAYO: Participé de mesas de trabajo sobre el documento de actividad física para el departamento y en el lanzamiento del programa Cundinamarca en movimiento. JUNIO: Participé de mesas de trabajo sobre el documento de actividad física para el departamento y en el lanzamiento del programa Cundinamarca en movimiento. JULIO: Participé de mesas de trabajo sobre el documento de actividad física para el departamento y en el lanzamiento del programa Cundinamarca en movimiento. AGOSTO: Participé de mesas de trabajo sobre el documento de actividad física para el departamento y en el lanzamiento del programa Cundinamarca en movimiento. SEPTIEMBRE: Participé de mesas de trabajo en las reuniones solicitadas por la coordinación y supervisión: Casa del deportista, 02/09/2025: Reunión del programa de Cundinamarca en movimiento, en donde se abordaron temas y	

	capacitación sobre documentos e informes, además de la socialización de las actividades del mes. • Reunión gobernación 25/09/2025: en donde se aborda todo lo relacionado a la promoción de la media maratón de Cundinamarca que se llevara a cabo en Girardot OCTUBRE: Participé de mesas de trabajo en las reuniones solicitadas por la coordinación y supervisión: • Reunión virtual, 02/10/2025: del programa de Cundinamarca en movimiento, en donde se abordaron temas y capacitación sobre la promoción de la media maratón. • Reunión virtual 06/10/2025: en donde se aborda todo lo relacionado a la logística de la media maratón • Reunión virtual 21/10/2025: en donde se aborda todo lo relacionado a la logística de la media maratón • Reunión presencial alcaldía de Girardot 24/10/2025 NOVIEMBRE: Participé de mesas de trabajo en las reuniones solicitadas por la coordinación y supervisión: • Reunión virtual, 19/11/2025: del programa de Cundinamarca en movimiento, en donde se abordaron temas y capacitación sobre informes. • Reunión virtual 28/11/2025: en donde se aborda todo lo relacionado a informes finales • Reunión presencial 08/11/2025: en la casa del deportista VER EVIDENCIA FOTOGRÁFICA #9
EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #9	
	MARZO  ABRIL  MAYO 12/05/2025





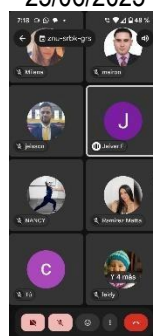
JUNIO



09/06/2025



25/06/2025



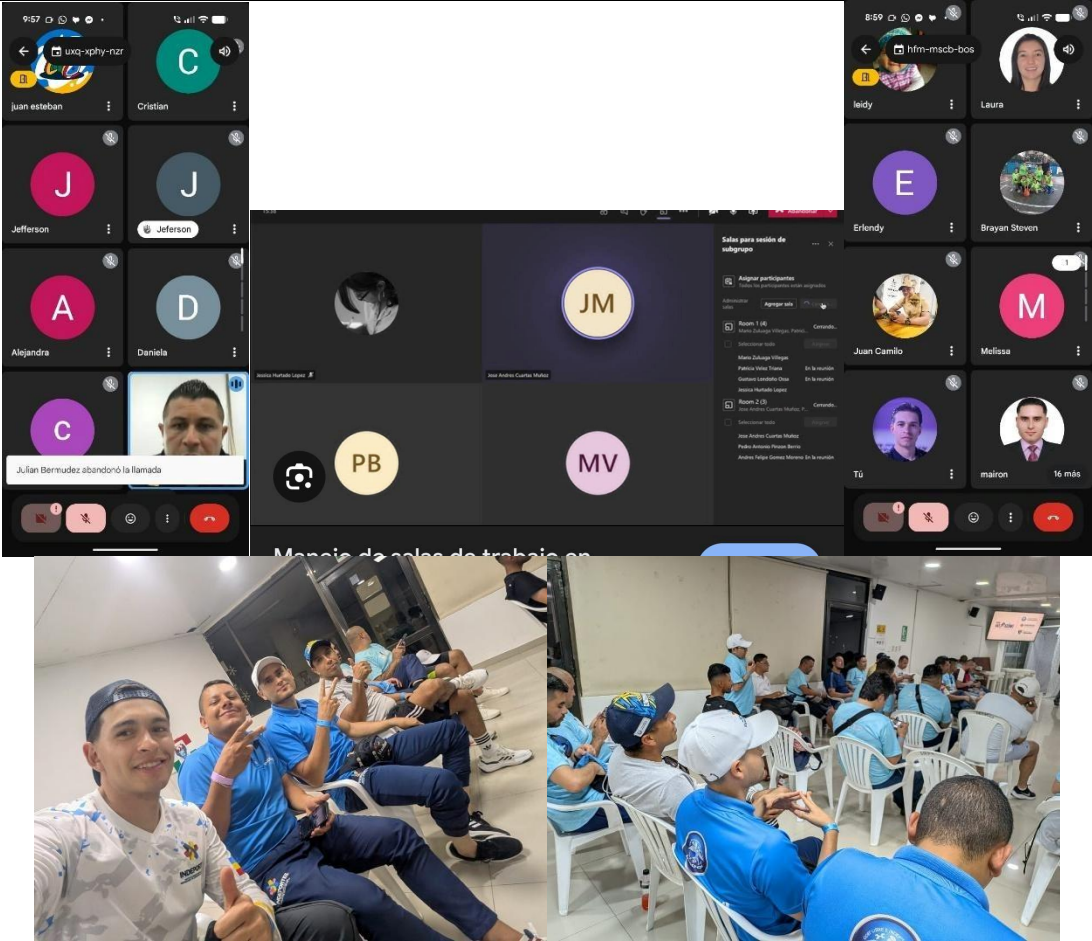
AGOSTO



SEPTIEMBRE



OCTUBRE

		
NOVIEMBRE 		
OBLIGACIÓN ESPECIFICA	10	Apoyar, organizar y presentar los informes correspondientes de cada uno de los eventos y/o actividades a su cargo, en los días requeridos, anexando los respectivos soportes, reporte de beneficiarios y demás información o formatos que sean solicitados por la coordinación y/o supervisión.
ACTIVIDADES	MARZO: Presente informes de carrera de la mujer de las respectivas carreras de los municipios de Guataqui el 07/03/2025, Pacho 08/03/2025, Villapinzon 09/03/2025, Subachoque 14/03/2025, Tenjo 23/03/2025 y Gachala 29/03/2025 ABRIL: Presente informes de la semana de la actividad física en el municipio de Tenjo en el polideportivo los días 09/04/2025, 10/04/2025 y 11/04/2025 de igual manera también se realiza ciclo paseo veredal el día 26/04/2025 en el municipio de Tenjo. De igual manera la documentación	

solicitada en la provincia de sabana centro para el dia mundial de la actividad fisica

MAYO: Presente informes de los eventos realizados física en cota 10/05/2025 actividad recreativa con población infantil 11/05/2025, realice un ciclo paseo en Cajicá el 22/05/2025 y el 24/05/2025 realice una caminata en el municipio de Tenjo y de igual manera en la actividad realizada para el lanzamiento del programa en el municipio de lenguazaque el 25/05/2025

JUNIO: Presente informes de los eventos y actividades realizados durante este mes, cargados respectivamente en el drive y diligenciados con toda la información relevante a las actividades realizadas y de igual manera la cantidad y diferenciación de los grupos poblacionales.

JULIO: Presente informes de los eventos y actividades realizados durante este mes, cargados respectivamente en el drive y diligenciados con toda la información relevante a las actividades realizadas y de igual manera la cantidad y diferenciación de los grupos poblacionales.

AGOSTO: Presente informes de los eventos y actividades realizados durante este mes, cargados respectivamente en el drive y diligenciados con toda la información relevante a las actividades realizadas y de igual manera la cantidad y diferenciación de los grupos poblacionales.

SEPTIEMBRE: Presente informes de los eventos y actividades realizados durante este mes, cargados respectivamente en el drive y diligenciados con toda la información relevante a las actividades realizadas y de igual manera la cantidad y diferenciación de los grupos poblacionales.

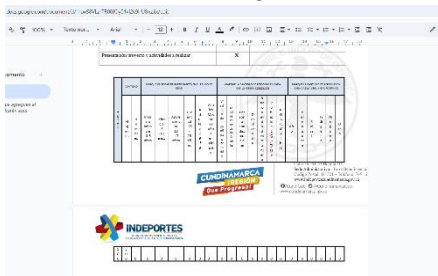
OCTUBRE: Presente informes de los eventos y actividades realizados durante este mes, cargados respectivamente en el drive y diligenciados con toda la información relevante a las actividades realizadas y de igual manera la cantidad y diferenciación de los grupos poblacionales.

NOVIEMBRE: Presente informes de los eventos y actividades realizados durante este mes, cargados respectivamente en el drive y diligenciados con toda la información relevante a las actividades realizadas y de igual manera la cantidad y diferenciación de los grupos poblacionales.

VER EVIDENCIA FOTOGRÁFICA #10

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #10

MARZO



ABRIL

Drive

Buscar en Drive

Compartidos c... > PROGRAMA DE ... > INFORMES DIA ... > PROVINCIA SABAN...

Nombre	Propietario	Última modificación	Tamaño del archivo
INFORME DIA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA CAJICA (1).pdf	yn	10 abr 2025 yo	1.4 MB
INFORME DIA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA COGUA (2).docx	yn	10 abr 2025 yo	12.6 MB
INFORME DIA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA COTA.pdf	yn	11 abr 2025 yo	898 KB
INFORME DIA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA NEMOCONTU...	yn	11 abr 2025 yo	1,012 KB
INFORME DIA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA TENJO CUNDI...	yn	11 abr 2025 yo	1,012 KB
INFORME DIA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA SODIP.docx	yn	11 abr 2025 yo	10.1 MB
INFORME DIA MUNDIAL DE ACTIVIDAD FISICA ZIPAQUIRAT...	yn	11 abr 2025 yo	4.1 MB

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD				
Logramos articular un trabajo con la secretaria de salud, llegando a las I.E.D publicas de Cajicá y a 22 juntas de acción comunal de Cajicá teniendo u total de 5908 personas entre niños, jóvenes, adultos y adultos mayores.				
TOTAL DE PARTICIPANTES	5938	TOTAL MUJERES:		TOTAL, HOMBRES:
ANEXOS		SI	NO	DESCRIPCIÓN
Soporte fotográfico de las actividades realizadas		x		
Formato de beneficiarios			x	
Presentación proyecto y actividades a realizar.			x	

CANTIDAD		MARQUE LA CANTIDAD DE PARTICIPANTES EN EL RANGO DE EDAD										MARQUE LA CANTIDAD DE PERSONAS EN CADA CASILLA SEGUN CONEXION										MARQUE LA CANTIDAD DE PERSONAS EN CADA CASILLA SEGUN GRUPO ÉTNICO							
TOTAL	Mujeres	Hombres	Primera Infancia 0-5 años	Infancia 6-12 años	Adolescencia 13-18 años	Juventud 19-24 años	Adultos 25-59	Adulto Mayor 60 años	Personas con discapacidad	Personas con VIH	Personas con VIH y discapacidad	Personas con VIH y discapacidad	Nacionalidad extranjera	Población LGTBQ+	NO BÚSCA N/A	Alto	Medio	Bajo	Indígena	Rural	Urbana	Ninguna	Otro						
0	1750	2388	0	4100	13	74	200	134	0	0	0	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

NOTA: DEBEN DILIGENCIAR EL CUADRO ANTERIOR DE ACUERDO A LA POBLACIÓN PARTICIPANTE DE LA ACTIVIDAD.

MAYO

Compartidos conmigo > ... > JUAN CAMILO CASTRO > MAYO > 3

Tipo Personas Modificado Fuente

Nombre	Propietario	Última modificación	Tamaño del i	
ACTIVIDAD PENSIONADOS.docx	yo	12 may 2025 yo	1.4 MB	
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL.docx	yo	12 may 2025 yo	2.8 MB	
EVENTO MASIVO TOCANCIRA (1).docx	yo	11:47 p.m. yo	2.8 MB	
LANZAMIENTO CUNDINAMARICA EN MOVIMIENTO - ENTORNO...	yo	31 may 2025 yo	8.5 MB	

Compartidos conmigo > ... > JUAN CAMILO CASTRO > MAYO > 3

Tipo Personas Modificado Fuente

Nombre	Propietario	Última modificación	Tamaño del i	
PAUSA ACTIVA 1.docx	yo	31 may 2025 yo	1.9 MB	
PAUSA ACTIVA 2.docx	yo	31 may 2025 yo	4.4 MB	
PAUSA ACTIVA 3.docx	yo	3:50 p.m. yo	3.8 MB	

Tipo Personas Modificado Fuente

Nombre	Propietario	Última modificación	Tamaño del i	
INFORME GRUPO REGULAR 26.docx	yo	31 may 2025 yo	1.7 MB	
INFORME GRUPO REGULAR 27.docx	yo	31 may 2025 yo	1.9 MB	
INFORME GRUPO REGULAR 29.docx	yo	31 may 2025 yo	1.6 MB	
INFORME GRUPO REGULAR 30.docx	yo	31 may 2025 yo	1.7 MB	

JUNIO

Compartidos conmigo > ... > JUAN CAMILO CASTRO > MAYO > 3

Tipo Personas Modificado Fuente

Nombre	Propietario	Última modificación	Tamaño del i	
PAUSA ACTIVA 1.docx	yo	31 may 2025 yo	1.9 MB	
PAUSA ACTIVA 2.docx	yo	31 may 2025 yo	4.4 MB	
PAUSA ACTIVA 3.docx	yo	3:50 p.m. yo	3.8 MB	

Tipo Personas Modificado Fuente

Nombre	Propietario	Última modificación	Tamaño del i	
INFORME GRUPO REGULAR 26.docx	yo	31 may 2025 yo	1.7 MB	
INFORME GRUPO REGULAR 27.docx	yo	31 may 2025 yo	1.9 MB	
INFORME GRUPO REGULAR 29.docx	yo	31 may 2025 yo	1.6 MB	
INFORME GRUPO REGULAR 30.docx	yo	31 may 2025 yo	1.7 MB	

JULIO

Compartidos conmigo > ... > JUAN CAMILO CASTRO > MAYO > 3

Tipo Personas Modificado Fuente

Nombre	Propietario	Última modificación	Tamaño del i	
PAUSA ACTIVA 1.docx	yo	31 may 2025 yo	1.9 MB	
PAUSA ACTIVA 2.docx	yo	31 may 2025 yo	4.4 MB	
PAUSA ACTIVA 3.docx	yo	3:50 p.m. yo	3.8 MB	

Tipo Personas Modificado Fuente

Nombre	Propietario	Última modificación	Tamaño del i	
INFORME GRUPO REGULAR 26.docx	yo	31 may 2025 yo	1.7 MB	
INFORME GRUPO REGULAR 27.docx	yo	31 may 2025 yo	1.9 MB	
INFORME GRUPO REGULAR 29.docx	yo	31 may 2025 yo	1.6 MB	
INFORME GRUPO REGULAR 30.docx	yo	31 may 2025 yo	1.7 MB	

AGOSTO

Formato Informe de Actividades

Lugar: 23 de Mayo de 2025

Actividad: ACTIVIDAD PASAJES ACTIVOS NINOS MUNICIPIO DE BOGOTA

Horario de Inicio: 08:30 AM

Horario de Finalización: 11:40 A.M.

Elaborado por: JESSICA FERNANDEZ CORTES JIMENEZ

Informe No. 01

Objetivo de la Actividad:

Descripción de la Actividad:

Descripción de la Actividad:

Nombre	Propietario	Última modificación	Tamaño del
ACTIVIDAD PENSIONADOS.docx	yo	12 may 2025 yo	1.4 MB
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL.docx	yo	12 may 2025 yo	2.8 MB
EVENTO MASIVO TOCANCIPA (1).docx	yo	11:47 p.m. yo	2.8 MB
LANZAMIENTO CUNDINAMARCA EN MOVIMIENTO - ENTORNO...	yo	31 may 2025 yo	8.5 MB

SEPTIEMBRE

Formato Informe de Actividades

Lugar: 23 de Mayo de 2025

Actividad: ACTIVIDAD PASAJES ACTIVOS NINOS MUNICIPIO DE BOGOTA

Horario de Inicio: 08:30 AM

Horario de Finalización: 11:40 A.M.

Elaborado por: JESSICA FERNANDEZ CORTES JIMENEZ

Informe No. 01

Objetivo de la Actividad:

Descripción de la Actividad:

Descripción de la Actividad:

Nombre	Propietario	Última modificación	Tamaño del
ACTIVIDAD PENSIONADOS.docx	yo	12 may 2025 yo	1.4 MB
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL.docx	yo	12 may 2025 yo	2.8 MB
EVENTO MASIVO TOCANCIPA (1).docx	yo	11:47 p.m. yo	2.8 MB
LANZAMIENTO CUNDINAMARCA EN MOVIMIENTO - ENTORNO...	yo	31 may 2025 yo	8.5 MB

OCTUBRE

Formato Informe de Actividades

Lugar: 23 de Mayo de 2025

Actividad: ACTIVIDAD PASAJES ACTIVOS NINOS MUNICIPIO DE BOGOTA

Horario de Inicio: 08:30 AM

Horario de Finalización: 11:40 A.M.

Elaborado por: JESSICA FERNANDEZ CORTES JIMENEZ

Informe No. 01

Objetivo de la Actividad:

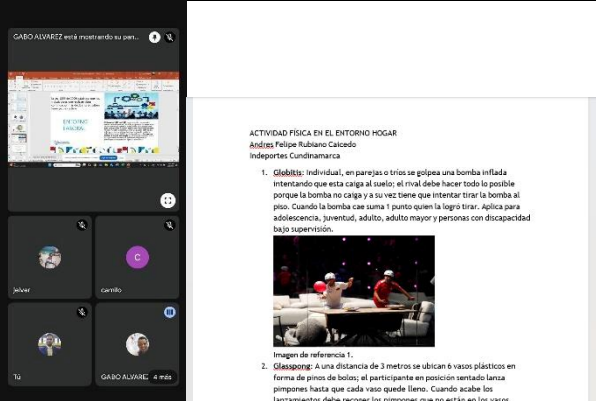
Descripción de la Actividad:

Descripción de la Actividad:

NOVIEMBRE

Nombre	Propietario	Última modificación	Tamaño del
ACTIVIDAD PENSIONADOS.docx	yo	12 may 2025 yo	1.4 MB
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL.docx	yo	12 may 2025 yo	2.8 MB
EVENTO MASIVO TOCANCIPA (1).docx	yo	11:47 p.m. yo	2.8 MB
LANZAMIENTO CUNDINAMARCA EN MOVIMIENTO - ENTORNO...	yo	31 may 2025 yo	8.5 MB

OBLIGACIÓN ESPECIFICA	11	Consolidar y presentar a través de la plataforma SECOP II; informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias; de acuerdo con la forma de pago, condiciones técnicas y/o productos establecidos.
ACTIVIDADES		MARZO: Después de la respectiva revisión y aprobación del supervisor, se sube a la plataforma secop II el informe correspondiente con todos los soportes y evidencias requeridas para su correcta consolidación. ABRIL: Después de la respectiva revisión y aprobación del supervisor, se sube a la plataforma secop II el informe correspondiente con todos los soportes y evidencias requeridas para su correcta consolidación. MAYO: Después de la respectiva revisión y aprobación del supervisor, se sube a la plataforma secop II el informe correspondiente con todos los soportes y evidencias requeridas para su correcta consolidación. JUNIO: Después de la respectiva revisión y aprobación del supervisor, se sube a la plataforma secop II el informe correspondiente con todos los soportes y evidencias requeridas para su correcta consolidación. JULIO: Después de la respectiva revisión y aprobación del supervisor, se sube a la plataforma secop II el informe correspondiente con todos los soportes y evidencias requeridas para su correcta consolidación. AGOSTO: Después de la respectiva revisión y aprobación del supervisor, se sube a la plataforma secop II el informe correspondiente con todos los soportes y evidencias requeridas para su correcta consolidación. SEPTIEMBRE: Después de la respectiva revisión y aprobación del supervisor, se sube a la plataforma secop II el informe correspondiente con todos los soportes y evidencias requeridas para su correcta consolidación. OCTUBRE: Después de la respectiva revisión y aprobación del supervisor, se sube a la plataforma secop II el informe correspondiente con todos los soportes y evidencias requeridas para su correcta consolidación. NOVIEMBRE: Después de la respectiva revisión y aprobación del supervisor, se sube a la plataforma secop II el informe correspondiente con todos los soportes y evidencias requeridas para su correcta consolidación. VER EVIDENCIA FOTOGRÁFICA #11
EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #11		

	
OBLIGACIÓN ESPECIFICA	13 Las demás que se hagan necesarias para el cabal cumplimiento del objeto contractual, que sean asignadas por el coordinador y/o supervisor del contrato y que guarde relación con su objeto contractual.
ACTIVIDADES	MARZO: Se realiza apoyo y acompañamiento a la actividad del área de pensiones el día 11/03/2025 en las instalaciones de la Gobernación de Cundinamarca con la actividad dirigida a los pensionados con movimientos calistenicos entre otros ABRIL: Se realiza apoyo y acompañamiento a la actividad de capacitación del 28/04/2025 en las instalaciones de la Gobernación de Cundinamarca con la actividad dirigida a los funcionarios con movimientos calistenicos entre otras actividades. MAYO: Realice el apoyo de la copa gobernación el día 23/05/2025 en la Gobernación de Cundinamarca y 08/05/2025 en la actividad con pensionados JUNIO: Asistí a la reunión previa y apoye en los juegos deportivos y recreativos de Cundinamarca el día 11/06/2025 se realiza la reunión y la inauguración de los juegos el día 15/06/2025 JULIO: Asistí a la reunión el 03/07/2025 en la casa del deportista, a la reunión virtual del programa y presentación de compañeros nuevos el 18/07/2025 AGOSTO: Asistí a la reuniones virtuales técnicas y operativas realizadas el 06/08/2025 y 11/08/2025, de igual manera apoyé en la revisión de informes 08/08/2025 SEPTIEMBRE: Asistí a la reuniones virtuales técnicas y operativas realizadas el 09/09/2025, 11/09/2025, 15/09/2025, 17/09/2025 y 26/09/2025 de igual manera apoyé a la coordinación en la revisión de informes mensuales de gestión el 16/09/2025 OCTUBRE: Apoye el 08/10/2025 actividad recreativa para docentes en semana de receso escolar – municipio Gachancipá. • Apoye en la realización de la media maratón de Cundinamarca en Girardot 24/10/2025 – 25/10/2025 • Apoye actividad población infantil en la gobernación de Cundinamarca el día 30/10/2025 NOVIEMBRE: • Apoye 13/11/2025 en la recolección y logística de las pacas de agua en la antigua licorera de Cundinamarca para el Cundinamarca Fest • Apoye en la logística y actividad física en el Cundinamarca fest 16/11/2025 VER EVIDENCIA FOTOGRÁFICA #13
EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #13	
MARZO	



ABRIL



MAYO:

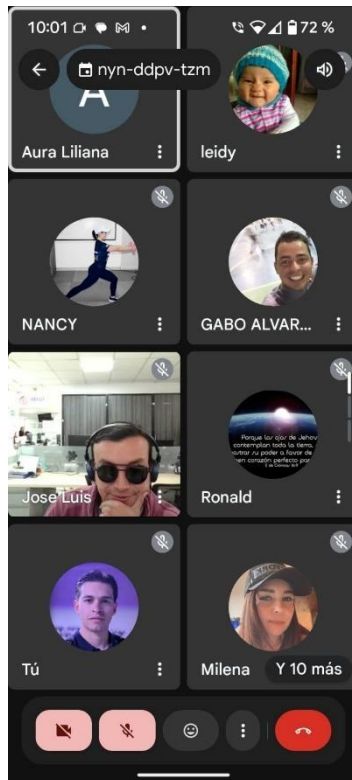
Asistí a la reunión y apoye en la inauguración de la copa gobernación el día 23/05/2025 en la Gobernación de Cundinamarca y 08/05/2025 en la actividad con pensionados



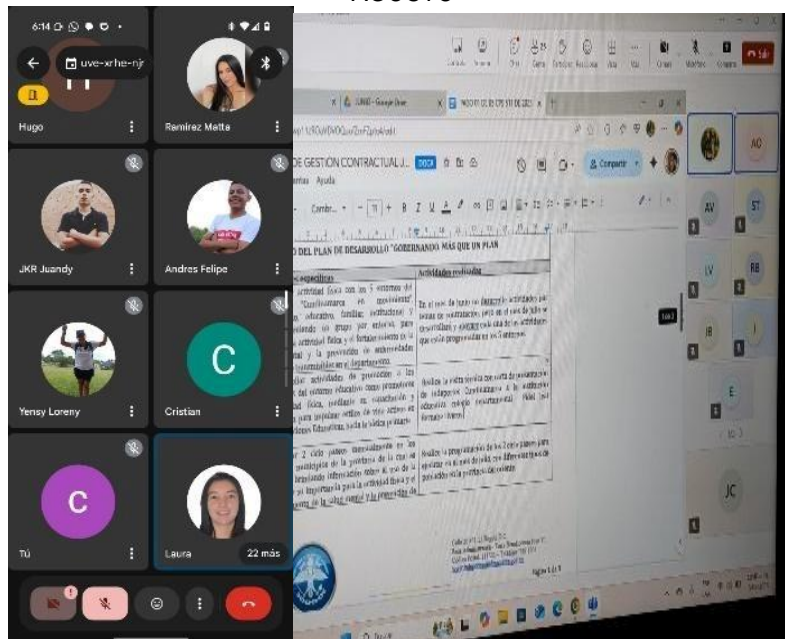
JUNIO



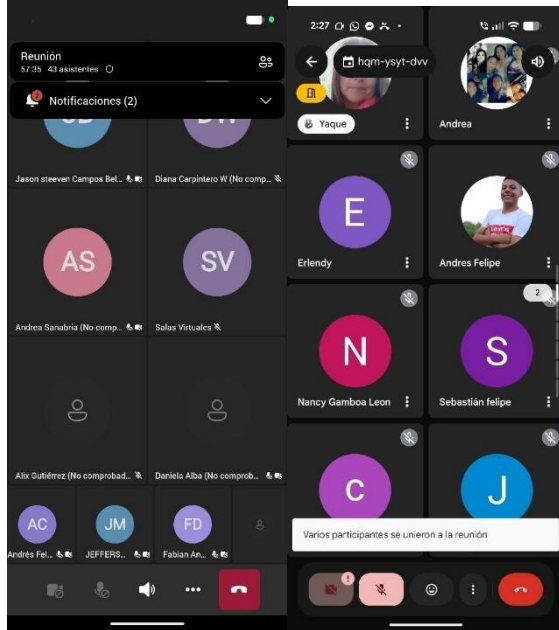
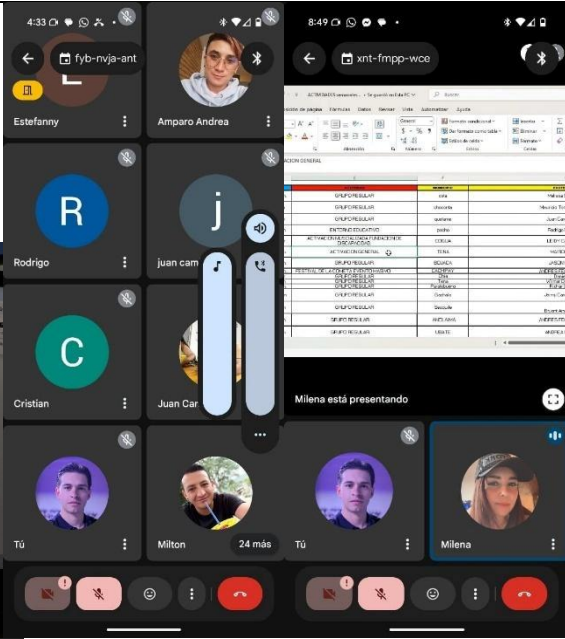
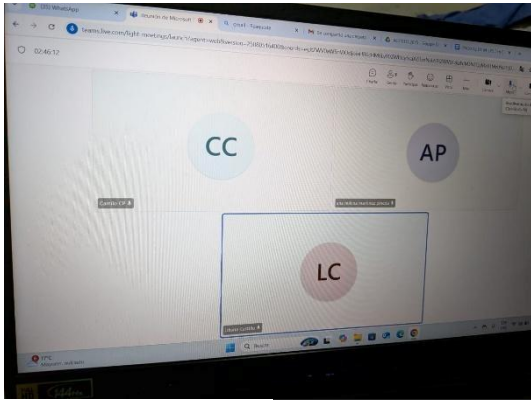
JULIO



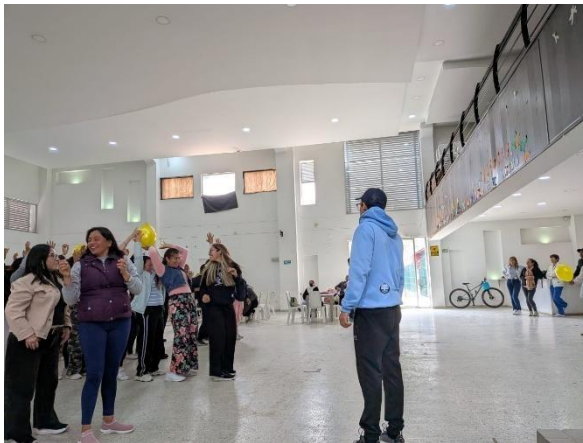
AGOSTO



SEPTIEMBRE



OCTUBRE





NOVIEMBRE





OBLIGACIÓN ESPECIFICA	14	Apoyar, organizar y presentar los informes correspondientes de cada uno de los eventos y/o actividades a su cargo, en los días requeridos, anexando los respectivos soportes, reporte de beneficiarios y demás información o formatos que sean solicitados por la coordinación y/o supervisión.
ACTIVIDADES	MARZO: Presente los respectivos informes de las carreras de la mujer y el respectivo apoyo actividad con adulto mayor (pensionados) ABRIL: Presente los respectivos informes de las actividades e informes solicitados MAYO: Presente los respectivos informes de las actividades e informes solicitados JUNIO: Presente los respectivos informes de las actividades e informes solicitados JULIO: Presente los respectivos informes de las actividades e informes solicitados AGOSTO: Presente los respectivos informes de las actividades e informes solicitados SEPTIEMBRE: Presente los respectivos informes de las	

actividades correspondientes de pausas activas, grupos regulares y actividades.

OCTUBRE: Presente los respectivos informes de las actividades correspondientes de pausas activas, grupos regulares y actividades

NOVIEMBRE: Presente los respectivos informes de las actividades correspondientes de pausas activas, grupos regulares y actividades.

VER EVIDENCIA FOTOGRÁFICA #14

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #14

MARZO

Presentación proyecto y actividades a realizar

FECHA	ACTIVIDAD	RESPONSABLE	ESTADO
01/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
02/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
03/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
04/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
05/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
06/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
07/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
08/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
09/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
10/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
11/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
12/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
13/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
14/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
15/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
16/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
17/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
18/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
19/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
20/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
21/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
22/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
23/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
24/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
25/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
26/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
27/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
28/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
29/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
30/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
31/03/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO

CUNDINAHARCA
Que Progresó

INDEPORTES
INSTITUTO VENEZOLANO DE DEPORTES

ABRIL

Presentación proyecto y actividades a realizar

FECHA	ACTIVIDAD	RESPONSABLE	ESTADO
01/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
02/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
03/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
04/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
05/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
06/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
07/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
08/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
09/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
10/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
11/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
12/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
13/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
14/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
15/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
16/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
17/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
18/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
19/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
20/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
21/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
22/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
23/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
24/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
25/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
26/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
27/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
28/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
29/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO
30/04/2025	PAUSAS ACTIVAS	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	COMPLETADO

CUNDINAHARCA
Que Progresó

INDEPORTES
INSTITUTO VENEZOLANO DE DEPORTES

MAYO

FECHA: 22/05/2025	LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Cajicá coliseo fortaleza de la piedra
ACTIVIDAD: Ciclo paseo	
HORA DE INICIO: 6:00 pm	HORA DE FINALIZACIÓN: 8:00 pm
ELABORADO POR: Juan Camilo Castro Pulido	INFORME No. 1

OBJETIVO
1. Mejorar la salud mental y prevenir ECNT de la población en general por medio de la actividad física.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD Y TAREAS REALIZADAS
1. Calentamiento 1.1. Movilidad articular general 1.2. Activación con movimientos de coordinación
2. Fase central 2.1. Ciclo paseo
3. Vuelta a la calma 3.1. Respiración profunda con elevación de brazos 3.2. Estiramiento general de los segmentos corporales

OBSERVACIONES/COMPROMISOS
El grupo se mantiene y muestra agrado por la actividad participación activa y consiente.

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD
Las personas sienten el bienestar físico y mental por la caminata y la conexión con la naturaleza

JUNIO

Presente los respectivos informes de las actividades e informes solicitados

FECHA: 22/05/2025	LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Cajicá coliseo fortaleza de la piedra
ACTIVIDAD: Ciclo paseo	
HORA DE INICIO: 6:00 pm	HORA DE FINALIZACIÓN: 8:00 pm
ELABORADO POR: Juan Camilo Castro Pulido	INFORME No. 1

OBJETIVO

- Mejorar la salud mental y prevenir ECNT de la población en general por medio de la actividad física.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD Y TAREAS REALIZADAS

- Calentamiento
 - 1.1. Movilidad articular general
 - 1.2. Activación con movimientos de coordinación
- Fase central
 - 2.1. Ciclo paseo
- Vuelta a la calma
 - 3.1. Respiración profunda con elevación de brazos
 - 3.2. Estiramiento general de los segmentos corporales.

OBSERVACIONES/COMPROMISOS

El grupo se mantiene y muestra agrado por la actividad participación activa y consiente.

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD

Las personas sienten el bienestar físico y mental por la caminata y la conexión con la naturaleza



FORMATO INFORME ACTIVIDADES PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA

FECHA: 24/05/2025	LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Caminata cerro pan de azúcar
ACTIVIDAD: Caminata	
HORA DE INICIO: 8:00 am	HORA DE FINALIZACIÓN: 11:00 am
ELABORADO POR: Juan Camilo Castro Pulido	INFORME No. 1

OBJETIVO

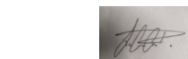
- Mejorar la salud mental y prevenir ECNT del adulto por medio de la actividad física.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD Y TAREAS REALIZADAS

- Calentamiento
 - 1.1. Movilidad articular general
 - 1.2. Activación con movimientos de coordinación
- Fase central
 - 2.1. Caminata cerro pan de azúcar
- Vuelta a la calma
 - 3.1. Respiración profunda con elevación de brazos
 - 3.2. Estiramiento general de los segmentos corporales involucrados en la sesión.

TOTAL DE PARTICIPANTES	9	TOTAL MUJERES:	9	TOTAL HOMBRES	
ANEXOS	SI	NO	DESCRIPCIÓN		
Soporte fotográfico de las actividades realizadas	X		A continuación, se presenta el registro fotográfico que evidencia el desarrollo de las diferentes actividades realizadas durante la actividad. Las imágenes muestran momentos destacados I Donde se observa la participación entusiasta de los niños		
Formato de beneficiarios	X				
Presentación proyecto y actividades a realizar.	X				

	CANTIDAD	MARKET CANTIDAD DE PARTICIPANTES EN EL RANGO DE EDAD	MARKET LA CANTIDAD DE PERSONAS EN CADA CASILLA SEGUN COORDINACIÓN	MARKET LA CANTIDAD DE PERSONAS EN CADA CASILLA SEGUN GRUPO ETNICO
TOTAL	9	9	9	9
Grupos	9	9	9	9
Primera infancia 0-5 años	0	0	0	0
Infancia 6-12 años	0	0	0	0
Adolescencia 13-17 años	0	0	0	0
Jovenes 18-29 años	0	0	0	0
Adultos 30-49 años	0	0	0	0
Adultos Mayores 50 años en adelante	0	0	0	0
Indígena	0	0	0	0
Mestizo	0	0	0	0
Blanco	0	0	0	0
Negro	0	0	0	0
Otro	0	0	0	0



FORMATO INFORME

FECHA: 10 de MAYO del 2025	LUGAR DE LA ACTIVIDAD: MUNICIPIO COTA
ACTIVIDAD: ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	
HORA DE INICIO: 10:00 AM.	HORA DE FINALIZACIÓN: 12:00 P.M.
ELABORADO POR: JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	INFORME No. 01

OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD

Promover un estilo de vida activo y saludable en la población, concienciando sobre la importancia de la actividad física regular para mejorar la salud física y mental, prevenir enfermedades crónicas y fomentar el bienestar general.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

La jornada comenzó explicando los beneficios de la actividad física, no solo para la salud física, sino también para el bienestar mental y social. Se enfatizó cómo el ejercicio regular puede prevenir enfermedades crónicas, mejorar el estado de ánimo y fomentar la salud mental.

- Posteriormente, se organizó una dinámica de concentración para captar la atención de los participantes.
- Se realizó movilidad articular *cephalo caudal*.
- Se realizó un calentamiento general donde se buscaba movimientos que elevaran la frecuencia cardíaca.
- Se realizaron 4 rondas de movimientos funcionales donde cada ronda tendrá una duración aproximada de 10 min.
- Finalmente se realiza el estiramiento donde se recalca la importancia de este y de mantener una buena dieta e hidratación.



FORMATO INFORME

FECHA: 10 de MAYO del 2025	LUGAR DE LA ACTIVIDAD: MUNICIPIO TOCANCIPÁ
ACTIVIDAD: ESTACION RECREODEPORTIVA	
HORA DE INICIO: 2:00 PM.	HORA DE FINALIZACIÓN: 6: 00 P.M.
ELABORADO POR: JUAN CAMILO CASTRO PULIDO	INFORME No. 01

OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD

Promover un estilo de vida activo y saludable en la población, concienciando sobre la importancia de la actividad física regular para mejorar la salud física y mental, prevenir enfermedades crónicas y fomentar el bienestar general.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

La jornada comenzó explicando los beneficios de la actividad física, no solo para la salud física, sino también para el bienestar mental y social. Se enfatizó cómo el ejercicio regular puede prevenir enfermedades crónicas, mejorar el estado de ánimo y fomentar la salud mental.

1. Posteriormente, se organizó una estación donde debían desarrollar un juego "lanza el dado" de coordinación de acuerdo con la **numeración** marcada debían ejecutar un movimiento el ganador es el que saque el número más alto
2. Se realizó movilidad articular **cephalo caudal**
3. Se realizó un calentamiento general donde se buscaba movimientos que elevan la frecuencia cardiaca
4. Se realizaron 4 rondas de juego
5. Finalmente se realiza el estiramiento donde se recalca la importancia de este y de mantener una buena dieta e hidratación.



FORMATO INFORME ACTIVIDADES PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA

FECHA: MAYO 25 DE 2025	LUGAR DE LA ACTIVIDAD: LENGUAZQUE – DE UBATE
ACTIVIDAD: LANZAMIENTO DEL PROGRAMA CUNDINAMARCA EN MOVIMIENTO, ENTORNO COMUNITARIO – DÍA DEL DESAFÍO.	
HORA DE INICIO: 8:00 AM.	HORA DE FINALIZACIÓN: 1:00 PM.
ELABORADO POR: JUAN CAMILO CASTRO, LAURA TORRES, ANDREA MARCELO RUBIANO, LEIDY CASANOVA, JEISSON CORTES	INFORME No. 1

OBJETIVO

Realizar el lanzamiento del programa CUNDINAMARCA EN MOVIMIENTO, específicamente del ENTORNO COMUNITARIO, a través de una jornada de actividad física en el parque del minero, del municipio de Lenguaque, articulando lo anterior con el día mundial del desafío, promoviendo la actividad física en la comunidad en general, combatiendo enfermedades crónicas no **transmisibles**, promoviendo la salud mental y haciendo énfasis en la salud de los asistentes a la jornada y la importancia de la actividad **física**.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD Y TAREAS REALIZADAS

El día 25 de mayo 2025, se llevó a cabo una jornada de actividad física en el parque del minero, para esto se contó con el apoyo de los miembros del programa CUNDINAMARCA EN MOVIMIENTO, personal de apoyo con profesores y logística de la alcaldía que se involucraron activamente del evento. Durante esta jornada, se brindó apoyo en la ejecución de la actividad física con el objetivo de fomentar hábitos saludables para prevenir enfermedades crónicas no transmisibles y enfermedades de salud mental, proponiendo diferentes maneras de explorar el movimiento, de forma que los individuos puedan disfrutar al experimentar y tener un estilo de vida saludable donde tengan hábitos alimenticios y actividad física.

JULIO



FORMATO INFORME ACTIVIDADES PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA

FECHA: 24/05/2025	LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Caminata cerro pan de azúcar
ACTIVIDAD: Caminata	
HORA DE INICIO: 8:00 am	HORA DE FINALIZACIÓN: 11:00 am
ELABORADO POR: Juan Camilo Castro Pulido	INFORME No. 1

OBJETIVO

1. Mejorar la salud mental y prevenir ECNT del adulto por medio de la actividad física.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD Y TAREAS REALIZADAS

1. Calentamiento
 - 1.1 Movilidad articular general
 - 1.2 Activación con movimientos de coordinación
2. Fase central
 - 2.1 Caminata cerro pan de azúcar
3. Vuelta a la calma
 - 3.1 Respiración profunda con elevación de brazos
 - 3.2 Estiramiento general de los segmentos corporales involucrados en la sesión.

TOTAL DE PARTICIPANTES	9	TOTAL MUJERES:	9	TOTAL HOMBRES	
ANEXOS		SI	NO	DESCRIPCIÓN	
Soporte fotográfico de las actividades realizadas		X		A continuación, se presenta el registro fotográfico que evidencia el desarrollo de las diferentes actividades realizadas durante la actividad. Las imágenes muestran momentos destacados. Donde se observa la participación entusiasta de los niños	
Formato de beneficiarios		X			
Presentación proyecto y actividades a realizar.		X			

CANTIDAD	MARQUE LA CANTIDAD DE PARTICIPANTES EN EL RANGO DE EDAD					MARQUE LA CANTIDAD DE PERSONAS EN CADA CATEGORÍA DE SEXO					MARQUE LA CANTIDAD DE PERSONAS EN CADA CATEGORÍA DE ETNIA				
	Primera infancia 0-5 años	Infancia 6-12 años	Adolescencia 13-17 años	Juventud 18-29 años	Adultez 30-64 años	Vejez 65 años y más	Hombres	Mujeres	Indígena	Blanca	Negra	Indígena	Blanca	Negra	Otro
0	0	0	0	0	35	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0

[Firma manuscrita]

AGOSTO

FORMATO INFORME DE ACTIVIDADES

FECHA: 23 de julio del 2025 LUGAR DE LA ACTIVIDAD: PROVINCIA SABANA DE OCCIDENTE

ACTIVIDAD: ACTIVIDAD PAISAJES ACTIVAS NIÑOS MUNICIPIO DE BOJACA

HORA DE INICIO: 09:00 AM HORA DE FINALIZACIÓN: 11:00 A.M

ELABORADO POR: JERSON FERNEY CORTES JIMENEZ INFORME No. 05

OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD

Dirigenciar el movimiento corporal humano por medio de movimientos dirigidos hacia la comunidad que permitan la lubricación articular y el aumento del rango de movimiento previo a un calentamiento específico para el desarrollo de sesiones de actividad física de los niños de las instituciones educativas del municipio de Bojaca.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El pasado 23/07/2025, se realizó visita al municipio de Bojaca, los niños se reúnen a realizar actividad de pausas activas en el salón.

La jornada inició con movilidad articular de cabeza a pies, en donde los deportistas participaron activamente de las indicaciones brindadas por el instructor.

Según se realizó entrenamiento en orden cabal, causal.

SEPTIEMBRE

FORMATO INFORME DE ACTIVIDADES

FECHA: 23 de julio del 2025 LUGAR DE LA ACTIVIDAD: PROVINCIA SABANA DE OCCIDENTE

ACTIVIDAD: ACTIVIDAD PAISAJES ACTIVAS NIÑOS MUNICIPIO DE BOJACA

HORA DE INICIO: 09:00 AM HORA DE FINALIZACIÓN: 11:00 A.M

ELABORADO POR: JERSON FERNEY CORTES JIMENEZ INFORME No. 05

OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD

Dirigenciar el movimiento corporal humano por medio de movimientos dirigidos hacia la comunidad que permitan la lubricación articular y el aumento del rango de movimiento previo a un calentamiento específico para el desarrollo de sesiones de actividad física de los niños de las instituciones educativas del municipio de Bojaca.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El pasado 23/07/2025, se realizó visita al municipio de Bojaca, los niños se reúnen a realizar actividad de pausas activas en el salón.

La jornada inició con movilidad articular de cabeza a pies, en donde los deportistas participaron activamente de las indicaciones brindadas por el instructor.

Según se realizó entrenamiento en orden cabal, causal.

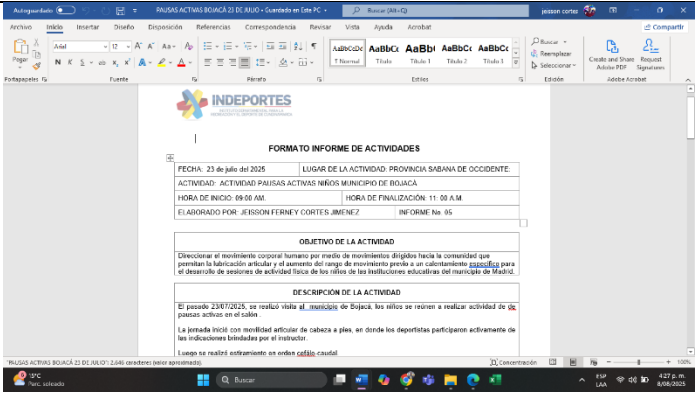
Compartidos conmigo > > > JUAN CAMILO CASTRO > AGOSTO > 1

Nombre	Propietario	Fecha de modificación	Tamaño del	Ordenar
ACTIVIDAD AFROBICA AGO.docx	yo	4 sept yo	3.8 MB	
ACTIVIDAD FISICA MADRES.docx	yo	16 sept yo	1.3 MB	
CICLOPASO AGO.docx	yo	16 sept yo	1.6 MB	
RECREOCULTURAL AGO.docx	yo	3 sept yo	2.4 MB	

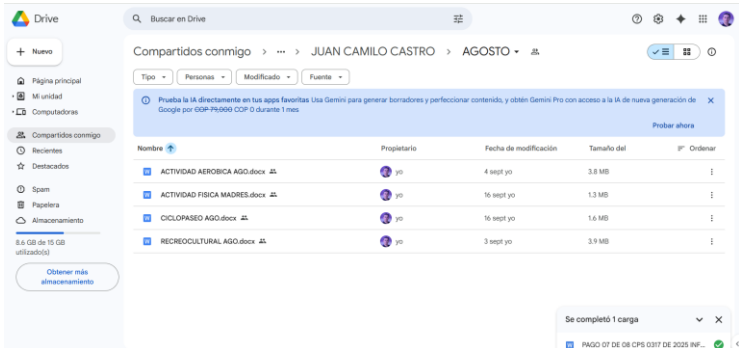
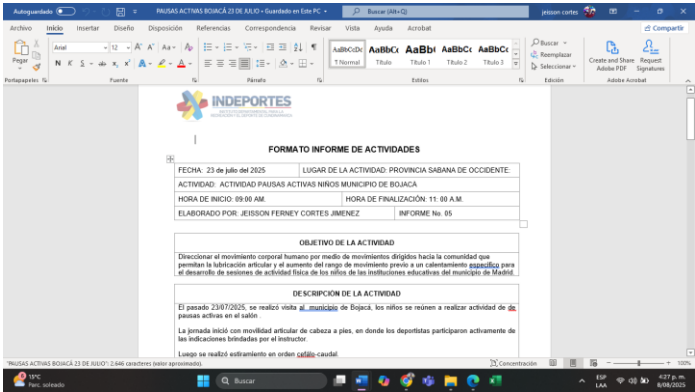
Se completó 1 carga

PRADO OT DE DE OPS 0337 DE 2005 INF...

OCTUBRE



NOVIEMBRE



OBLIGACIÓN
ESPECIFICA

15

Consolidar y presentar a través de la plataforma SECOP II; informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias; de acuerdo con la forma de pago, condiciones técnicas y/o productos establecidos

ACTIVIDADES	MARZO: Posterior a la revisión y una vez aprobados todos los documentos desde la coordinación y/o supervisión se presentan los informes y otros documentos a través de SECOP II. ABRIL: Posterior a la revisión y una vez aprobados todos los documentos desde la coordinación y/o supervisión se presentan los informes y otros documentos a través de SECOP II. MAYO: Posterior a la revisión y una vez aprobados todos los documentos desde la coordinación y/o supervisión se presentan los informes y otros documentos a través de SECOP II. JUNIO: Posterior a la revisión y una vez aprobados todos los documentos desde la coordinación y/o supervisión se presentan los informes y otros documentos a través de SECOP II. JULIO: Posterior a la revisión y una vez aprobados todos los documentos desde la coordinación y/o supervisión se presentan los informes y otros documentos a través de SECOP II. AGOSTO: Posterior a la revisión y una vez aprobados todos los documentos desde la coordinación y/o supervisión se presentan los informes y otros documentos a través de SECOP II. SEPTIEMBRE: Posterior a la revisión y una vez aprobados todos los documentos desde la coordinación y/o supervisión se presentan los informes y otros documentos a través de SECOP II. OCTUBRE: Posterior a la revisión y una vez aprobados todos los documentos desde la coordinación y/o supervisión se presentan los informes y otros documentos a través de SECOP II. NOVIEMBRE: Posterior a la revisión y una vez aprobados todos los documentos desde la coordinación y/o supervisión se presentan los informes y otros documentos a través de SECOP II. VER EVIDENCIA FOTOGRÁFICA #15
-------------	--

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS #15

FIRMA	
NOMBRE	JUAN CAMILO CASTRO PULIDO
CORREO	JUANCAMILOCASTRO3858@gmail.com
CONTACTO	3212197610