



INFORME TÉCNICO MENSUAL SECRETARIA DE DEPORTES SOPÓ

Fecha de informe (según periodo de cobro)	DEL 1 DE NOVIEMBRE AL 30 DE NOVIEMBRE DE 2025		
Disciplina /Modalidad	NATACIÓN	Categorías a cargo:	TODAS
Nombre del Entrenador	AMELIA CAROLINA MORENO ACOSTA		

1. Indique el cumplimiento del plan de entrenamiento de acuerdo a los objetivos (general y específicos establecidos para el presente mesociclo) y el cumplimiento de cada una de las etapas de la preparación (Física, Técnica, Táctica, psicológica, entre otros). En caso de los deportes individuales cumplimiento de cada deportista a su cargo (si aplica).

MATRONATACIÓN: Este programa se desarrolla de la siguiente manera:

- Brindar un espacio amoroso, cariñoso, comunicativo entre padre y niño, que aproveche su desarrollo motor acorde a cada edad y etapa de desarrollo de habilidades y patrones motores.
- Respetar la evolución natural del niño.
- Adaptar ejercicios que le permitan al niño disfrutar de las actividades en agua en compañía y seguimiento de su mamá o papá.
- Proporcionar ejercicios que le permita al niño un nivel de tranquilidad adecuado, que le permita flotar con apoyo del flotador e igualmente inicie el proceso de flotación sin flotador.
- Mantener su independencia respiratoria, como así también desarrollar habilidad para desplazarse por debajo del agua y en superficie moviendo sus piernas y brazos, encontrando su desplazamiento correcto.
- Aprovechar la oportunidad que nos proporciona el medio acuático impresiones sensoriales que le permita identificar el espacio y sus sensaciones a través de los sentidos.

INICIACIÓN: En este grupo se desarrolló:

- Reforzar en los deportistas la adaptación al medio acuático a través de desplazamientos con y sin apoyo, inmersiones, y manejo respiratorio adecuado
- Reforzar el adecuado movimiento y desarrollo de estilo espalda, realizando repeticiones que le permita mejorar y perfeccionar los movimientos.
- Movimientos en patada alterna de estilo libre en flechita.
- Entradas al agua en parte profunda, realizando inmersión y sacando elemento del fondo.
- Iniciación al estilo libre, aprendiendo la respiración y patada lateral e ir introduciendo la brazada de estilo espalda.

PRE ESTILOS: Para este grupo se desarrolló los siguientes objetivos para su mejora:

- Reforzar en los deportistas la adaptación al medio acuático a través de desplazamientos con y sin apoyo, inmersiones, y manejo respiratorio adecuado
- Iniciar la globalidad de cada uno de los estilos del deporte, desde los alternos y terminando en los simultáneos, con patada, brazada y respiración.
- Trabajo físico fuera y dentro del agua de flexibilidad, fuerza en tren inferior, resistencia por medio del manejo y control respiratorio.

Sopó, 1 de diciembre de 2025

CUENTA DE COBRO N° 008

LA ALCALDIA MUNICIPAL DE SOPÓ

NIT 8.99999.468-2

DEBE A:

AMELIA CAROLINA MORENO ACOSTA

C.C. 52.974.998

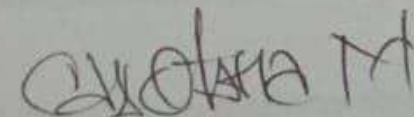
LA SUMA DE:

2.500.000 PESOS M/CTE.

POR CONCEPTO DE:

OCTAVO PAGO MENSUAL DEL CONTRATO DI-2025-0418 QUE TIENE POR PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES COMO FORMADOR DE LA ESCUELA DEPORTIVA DE NATACIÓN EN EL MARCO DEL CONVENIO INTERADMINISTRATIVO CI-194-2025 SUSCRITO ENTRE EL MUNICIPIO DE SOPÓ Y EL INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA, DEL PERIODO COMPRENDIDO ENTRE EL 1 DE NOVIEMBRE AL 30 DE NOVIEMBRE DE 2025.

EL PAGO DEBE SER CONSIGNANDO EN LA CUENTA DE AHORROS 19158921645 DEL BANCO BANCOLOMBIA.



AMELIA CAROLINA MORENO ACOSTA

C.C. 52.974.998 DE BOGOTÁ

CALLE 3 SUR N 8-59

k-rito-moreno@hotmail.com

TEL: 315-8815147



- Trabajo de control respiratorio, amneas, forma adecuada de respirar para flotación ventral y dorsal.
- Se realizan trabajos con realización de estilos en distancias de 50 y 100 metros.
- Correcciones de estilos por medio de repeticiones de ejercicios para mejora de movimientos alternos en patada, brazada, respiración.
- Perfeccionamiento de la técnica de estilo espalda.
- Iniciación al estilo libre.

PERFECCIONAMIENTO: Con este grupo se desarrolló en las sesiones:

- Perfeccionar técnica de estilos y poner en práctica a partir de competencias lo ejecutado durante las clases.
- Se trabajó por medio de ejercicios de patada y brazada alterna para aumentar capacidad aeróbica
- Trabajo en distancias medias y largas con apoyos externos.
- Trabajos en agua por medio de repeticiones que permiten la mejora para la resistencia y aumento de velocidad
- Trabajo de salidas para mejorar la ejecución, por medio de ejercicios de velocidad de reacción y disminuir los tiempos de respuesta.
- Corrección en virajes de acuerdo al estilo, para disminuir tiempo en el recorrido, toques, nado sub acuático para la devolución del recorrido.
- Trabajo físico fuera y dentro del agua de flexibilidad, fuerza en tren inferior, resistencia por medio del manejo y control respiratorio.

2. Indique las pruebas, test pedagógicos, chequeos o controles técnicos y de ciencias aplicadas realizados en este periodo de cada una de sus categorías o deportistas a cargo. Haga un breve análisis de los hallazgos obtenidos e indique las recomendaciones dadas por los profesionales del área de las ciencias aplicadas de la Secretaría de Deportes.

- Se realizan observaciones individuales para identificar errores en el desarrollo y ejecución de los movimientos de los diferentes estilos aprendidos según el deportista, debido a que es un deporte individual se quiere observar, corregir y evaluar su evolución, dificultad y aprendizaje de la técnica

3. Facilite los resultados de las competencias preparatorias y/o fundamentales a las que hayan participado durante el presente mesociclo, de igual manera enuncie los resultados de los eventos en los cuales con sus deportistas han participado, de acuerdo con los objetivos propuestos en el programa deporte para la vida y fomento de campeones (individuales y colectivos)

Fecha	Evento y Sede	Categoría/deportista	Prueba-competencia	Objetivo propuesto	Resultado obtenido	No Participantes

OBSERVACIONES



ISO 9001



ISO 9001



4. Indique si alguno de los deportistas a cargo ha sufrido lesiones o presentados problemas médicos durante este mesociclo. De ser así, indique cual fue el diagnóstico, tratamiento y proceso de rehabilitación.

Ninguno

5. Relacione el cumplimiento de asistencia a reuniones, eventos y demás actividades para las cuales fue requerido por la entidad. (fecha, tipo y lugar)

- Asisto al apoyo de la carrera atlética PIONONO TRAIL URBANO, el domingo 9 de noviembre.
- Asisto a la reunión informativa virtual el 24 de noviembre 8:30 pm a 9:30 pm sobre actividad clausura COLEGIO LA VIOLETA.
- Asisto al apoyo a las vacaciones recreativas de la semana del 25 al 27 de noviembre de 2025 en el horario de 8 a 12 del mediodía en el coliseo cubierto Briceño.
- Asisto al apoyo clausura COLEGIO LA VIOLETA realizando actividades lúdicas y grupales a los jóvenes de los grados 10° y 11° en su cierre de actividades escolares el día 28 de noviembre en jornada de 10:00 a 12:30 pm.

6. Relacione las competencias a las cuales tiene proyectado participar en el siguiente mesociclo o eventos que pretende realizar en el municipio.

Fecha	Evento y Sede	Categorías con las cuales va participar.	Número de deportistas proyectados

Yo, el abajo firmante, certifico que la información contenida en el presente informe constituye una evaluación verdadera y exacta de las actividades concernientes al periodo de cobro en cuestión.

Firma del entrenador



N° SC-C0031325



TR-SG-2019001087



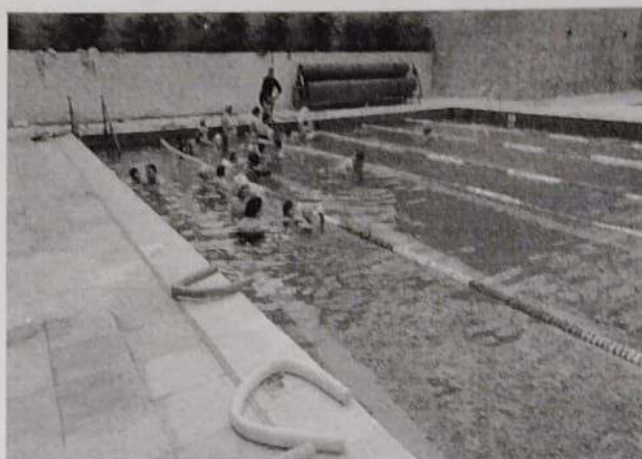
República de Colombia
Departamento de Cundinamarca
Alcaldía Municipal de Sopó
Documento Controlado
Versión: 02
Vigencia: 16-09-2022

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA DE INFORME TÉCNICO SECRETARIA DE DEPORTES

Fecha de informe (según periodo de cobro)	Del 1 de noviembre al 30 de noviembre de 2025
Programa / Disciplina	NATACIÓN
Nombre del Entrenador	AMELIA CAROLINA MORENO ACOSTA

Fecha: DEL 3 AL 8 DE
NOVIEMBRE DE 2025

Actividades realizadas



N° AC-COR-11325

Alcaldía Municipal, Carrera 3 No 2-45 Parque Principal, Sopó Cundinamarca
Teléfono: 5876644 – Fax: extensión 624
www.sopo-cundinamarca.gov.co
Código postal 251001



SE-AL-2017-0001-002



Fecha: 10 AL 15 DE
NOVIEMBRE DE 2025

Actividades realizadas



12/11/2025 8:25:06 a. m.
Tibito
Tocancipá
Cundinamarca



12/11/2025 8:24:58 a. m.
Tibito
Tocancipá
Cundinamarca



12/11/2025 4:00:33 p. m.
Tibito
Tocancipá
Cundinamarca

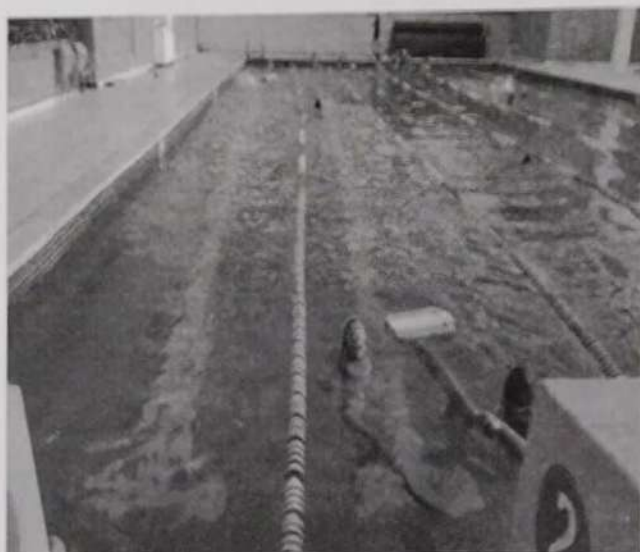
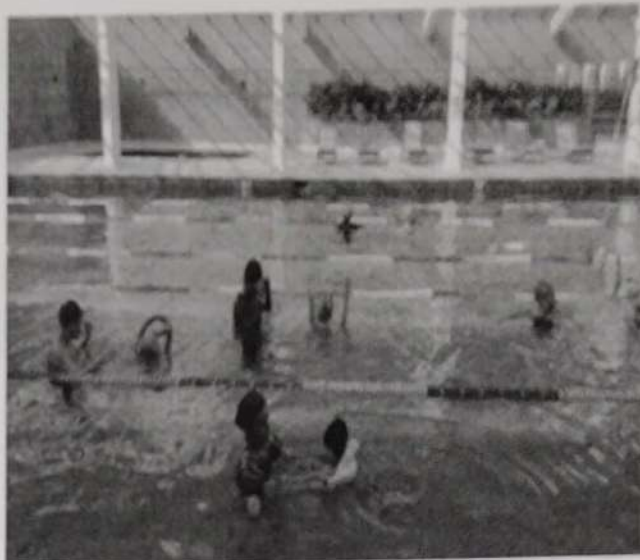


12/11/2025 4:00:49 p. m.
Tibito
Tocancipá
Cundinamarca



Fecha: DEL 17 AL 22 DE
NOVIEMBRE DE 2025

Actividades realizadas





Fecha: 24 AL 29 DE
NOVIEMBRE DE 2025

Actividades realizadas



Yo, el abajo firmante, certifico que la información contenida en el presente informe constituye una evaluación verdadera y exacta de las actividades concernientes al periodo de cobro en cuestión.

Firma del entrenador

Firma del coordinador



W.DC.C0031525

Alcaldía Municipal, Carrera 3 No 2-45 Parque Principal, Sopó Cundinamarca
Teléfono: 5876644 – Fax, extensión 624
www.sopo-cundinamarca.gov.co
Código postal 251001



16-09-2022/02/02



CONTROL Y SEGUIMIENTO DE ASISTENCIA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA

República de Colombia
Departamento de Cundinamarca
Alcaldía Municipal de Soporte
Documento Controlado
Versión: 01
Vigencia: 31-01-2024

SECRETARÍA PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE - MUNICIPIO DE SOPO

CONTROL DE ASISTENCIA ALUMNOS DE ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA

DEPORTE: NATACIÓN

CATEGORÍA: INICIACIÓN

TOTAL ALUMNOS MES: 19

RAMA: M Y F

MES: noviembre AÑO: 2025

HOMBRES: 12

INSTRUCTOR(A) CAROLINA MORENO

HORARIOS: MIÉRCOLES 4:00 PM A 5:00 PM

MUJERES: 7

No.	NOMBRE	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	
1	Valeria Becerra Garzón					X							X							X								X					
2	Andrea Méndez Duran					X							X							X								X					
3	Cristóbal Alejandro Fandiño Rinta					F							X							X							F						
4	David Sánchez Rodríguez					X							X							F								X					
5	Emmanuel Leonardo Méndez					X							F							X								X					
6	Felipe Moreno López					X							X							X								X					
7	Fernando Abraham Gudiño Pérez					X							X							X								X					
8	Guadalupe Rodríguez Talipies					F							X							F								F					
9	Ian Reveiro Monroy Prieto					X							X							X								X					
10	Juan Diego Arias Patiño					X							X							X								X					
11	Lina Romero Rivera					X							X							X								X					
12	Luisa Fernanda Castro Molina					X							X							X								X					
13	Matías Eduardo Blanco Bera PVC					X							X							X								X					
14	Michelle Loaiza					F							X							X								F					
15	Samanita Fernández Rueda					F							X							X								F					
16	Samuel Alexander Narváez Daza					X							X							X								X					
17	Samuel Leonardo Cortés Martínez					X							X							F								X					
18	Santiago López Ríos					X							X							X								X					
19	Sebastián Vaneqas López					X							X							X								X					





CONTROL Y SEGUIMIENTO DE ASISTENCIA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA

República de Colombia
Departamento de Cundinamarca
Alcaldía Municipal de Sopó
Documento Controlado
Versión: 01
Vigencia: 31-01-2024

SECRETARÍA PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE - MUNICIPIO DE SOPO

CONTROL DE ASISTENCIA ALUMNOS DE ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA

DEPORTE: NATACIÓN
CATEGORÍA: MATRONATACIÓN
TOTAL ALUMNOS MES: 15

RAMA: M Y F
MES: noviembre AÑO: 2025
HOMBRES: 4 MUJERES: 11

INSTRUCTOR(A) CAROLINA MORENO

HORARIOS: MIÉRCOLES 9:00 AM Y 10:00 AM

No.	NOMBRE	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
1	Ariana Michelle Gómez Sánchez					X							X							X							X					
2	Allison Samanta Calderón Calderón					X							X							X							X					
3	Liam Sebastián Mayorga Guio					F							X							X							X					
4	Lauren Samanta Rodríguez Rivas					X							X							F							X					
5	María Antonia Sánchez Soto					X							F							X							F					
6	María Paula Sánchez Arias					X							X							X							X					
7	Julietta Forero Colorado					X							X							X							X					
8	Kerry David Rodríguez Arias					F							X							F							X					
9	Ana Victoria Comba Vargas					X							X							X							X					
10	Paula Valentina García Mora					X							X							X							X					
11	Paula Sofía Agudelo Mora					X							X							X							X					
12	María Paula González Palacios					X							X							X							X					
13	Gabriela Vargas Gantiva					X							X							X							X					
14	Alan Marín Beltrán					F							X							X							X					
15	Aron Matías Preciado Rodríguez					X							X							X							X					





República de Colombia
Departamento de
Cundinamarca
Alcaldía Municipal de Sopó
Documento Controlado
Versión: 01
Vigencia: 31-01-2024

CONTROL Y SEGUIMIENTO DE ASISTENCIA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA

SECRETARÍA PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE - MUNICIPIO DE SOPÓ

CONTROL DE ASISTENCIA ALUMNOS DE ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA

DEPORTE: NATACIÓN

CATEGORÍA: PRE ESTILOS

TOTAL ALUMNOS MES: 17

RAMA: M Y F

MES: noviembre

HOMBRES: 4

INSTRUCTOR(A) CAROLINA MORENO

HORARIOS: MIÉRCOLES 5:00 PM A 6:00 PM

MUJERES: 13

No.	NOMBRE	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
1	María José Vanegas López					X							X							X							X					
2	Hary Valentina Vanegas López					X							X							X							X					
3	Emmanuel Alejandro Rodríguez Santana					F							X							X							F					
4	Juan Pablo Castañeda Páez					X							X							F							X					
5	Gabriela Torres Fernández					X							F							X							X					
6	Gabriela Lamprea					X							X							X							X					
7	Silvana Castañeda Tapiero					X							X							X							X					
8	Mariana Rodríguez Santana					F							X							F							F					
9	Julieta Rodríguez Bayona					X							X							X							X					
10	Alison Fernanda Galvis Arias					X							X							X							X					
11	Angie Juliana Abril Molina					X							X							X							X					
12	Said Alejandro Rodríguez Arias					X							X							X							X					
13	Brieth Sofia Cortés Fraile					X							X							X							X					
14	Adrián Camilo Bernal Guerrero					F							X							X							F					
15	María Camila Hortua Pulido					F							X							X							F					
16	Juliana Montealegre Salguero					X							X							X							X					
17	Karen Sofia Rodríguez					X							X							F							X					



República de Colombia
Departamento de Cundinamarca
Alcaldía Municipal de Sopó
Documento Controlado
Versión: 01
Vigencia: 31-01-2024

CONTROL Y SEGUIMIENTO DE ASISTENCIA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA

SECRETARÍA PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE - MUNICIPIO DE SOPÓ

CONTROL DE ASISTENCIA ALUMNOS DE ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA

DEPORTE: NATACIÓN
CATEGORÍA: MATRONATACIÓN
TOTAL ALUMNOS MES: 18

RAMA: M Y F
MES: noviembre
HOMBRES: 8
INSTRUCTOR(A): CAROLINA MORENO
HORARIOS: MIERCOLES 8:00 AM Y 9:00 AM
MUJERES: 10

No.	NOMBRE	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	
1	Maria Isabella Calderón					X							X							X							X						
2	Robert Mohamed Roa Prieto					X							X							X							X						
3	Samanta Velandia Rodríguez					F							X							X							X						
4	Saimon Almeciga Castillo					X							X							F							X						
5	Maria Paula Jiménez Rinta					X							F							X							F						
6	Sara Valentina Jiménez Rinta					X							X							X							X						
7	Sofia Valentina Nieto Sánchez					X							X							X							X						
8	Dante Santiago García Cifuentes					F							X							F							X						
9	Emiliano Aguilera Gil					X							X							X							X						
10	Carlos Andrés Sánchez Dávila					X							X							X							X						
11	Mia Isabella Arévalo Peña					X							X							X							X						
12	Joaquín Rozo Romero					X							X							X							X						
13	Cristopher Noah Jiménez Blanco					X							X							X							X						
14	Thiago Rueda Quiroga					F							X							X							X						
15	Carla Antonella Roldan Méndez					F							X							X							X						
16	Adhara Sofia Rodríguez Prieto					X							X							X							X						
17	Abigail Cortés Rueda					X							X							F							X						
18	Ellie Mariana Medina Rincón					X							X							X							X						



DATOS DEL APORTANTE						
TIPO	NÚMERO	NOMBRE APORTANTE		DIRECCIÓN	TELÉFONO	CORREO
CC	52974998	AMELIA CAROLINA MORENO ACOSTA		cl 3 SUR 8 59	6051344	k-rito-moreno@hotmail.com
FORMA PRESENTACIÓN	CLASE APORTANTE	NOMBRE SUCURSAL	CÓDIGO	DEPARTAMENTO	CIUDAD / MUNICIPIO	
ÚNICA	I – Independiente			CUNDINAMARCA	SOPÓ	
						EXONERADO PAGO PARAFISCALES Y SALUD
						NO

DATOS DE LA PLANILLA					
PLANILLA ASOCIADA	FECHA PAGO ASOCIADA (DIA/MES/AÑO)	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO (DIA/MES/AÑO)	NÚMERO PLANILLA	CANTIDAD
					EMPLEADOS UPC
PERIODO SALUD	PERIODO PENSIONES				1 0
2025-11	2025-11	I	21/11/2025	91352988	TOTAL A PAGAR
					\$420.700

TOTALES POR SUBSISTEMAS

TOTALES SALUD													
Código EPS	Nombre	NIT	Cotización Obligatoria	UPC Adicional	Incapacidades		Licencia Maternidad		Días Mora	Valor Mora Cotización	Valor Mora UPC	Total a Pagar	No. Afiliados
					No. Autorización	Valor	No. Autorización	Valor					
EPS008	Compensar EPS	860066942-7	178.000	0		0		0	0	0	0	178.000	1

TOTALES PENSIÓN												
Código AFP	Nombre	NIT	Cotización Obligatoria	Aporte Voluntario Afiliado	Aporte Voluntario Aportante	Aporte FSP - Solidaridad	Aporte FSP - Subsistencia	Días Mora	Valor Mora Cotización	Valor Mora FSP	Total a Pagar	No. Afiliados
230301	Porvenir	800224808-8	227.800	0	0	0	0	0	0		227.800	1

TOTALES RIESGOS LABORALES															
Código ARL	Nombre	NIT	Cotización Obligatoria	Incapacidades		Aportes Otros Sistemas	Valor Neto Cotización	Días Mora	Valor Mora Cotización	Subtotal Cotización	No. Radicado Saldo a Favor	Valor Saldo a Favor	Fondo Solidaridad	Total a Pagar	No. Afiliados
				No. Autorización	Valor										
14-23	Positiva Seguros	860011153-6	14.900				14.900	0	0	14.900			149	14.900	1

TOTALES CAJAS							
Código CCF	Nombre				NIT	Valor Aporte	Días Mora
						Valor Mora Aporte	Total a Pagar
							No. Afiliados

TOTALES PARAFISCALES				
Valor Aporte	Días Mora	Valor Mora Aporte	Total a Pagar	No. Afiliados
SENA				
0	0	0	0	0
ICBF				
0	0	0	0	0
ESAP				
MEN				

TOTALES POR SUBSISTEMA			
Tipo Administradora	No. Administradoras Reportadas	Valor antes de IGE, LMA, IRP y Mora	Total a Pagar
Salud	1	178.000	178.000
Pensión	1	227.800	227.800
Riesgos Laborales	1	14.900	14.900
CCF	0	0	0
ESAP	0	0	0
ICBF	0	0	0
MEN	0	0	0
SENA	0	0	0
TOTALES	3	420.700	420.700

DATOS DEL APORTANTE						
TIPO	NÚMERO	NOMBRE APORTANTE		DIRECCIÓN	TELÉFONO	CORREO
CC	52974998	AMELIA CAROLINA MORENO ACOSTA		cl 3 SUR 8 59	6051344	k-rito-moreno@hotmail.com
FORMA PRESENTACIÓN	CLASE APORTANTE	NOMBRE SUCURSAL	CÓDIGO	DEPARTAMENTO	CIUDAD / MUNICIPIO	
ÚNICA	I – Independiente			CUNDINAMARCA	SOPÓ	
						EXONERADO PAGO PARAFISCALES Y SALUD
						NO

DATOS DE LA PLANILLA					
PLANILLA ASOCIADA	FECHA PAGO ASOCIADA (DIA/MES/AÑO)	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO (DIA/MES/AÑO)	NÚMERO PLANILLA	CANTIDAD
					EMPLEADOS
PERIODO SALUD	PERIODO PENSIONES				UPC
2025-11	2025-11	I	21/11/2025	91352988	10
					TOTAL A PAGAR
					\$420.700

DETALLE POR COTIZANTE																																														
INFORMACIÓN COTIZANTE										INFORMACIÓN NOVEDADES							PENSIÓN							SALUD			RIESGOS LABORALES			CCF			PARAFISCALES													
No.	Tipo	No. de Identificación	Apellidos y Nombres	Cotizante	Sueldo	Exonerado	Clase exterior	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VBP	VBT	SIL	IOE	IVA	IVA	APP	VCT	RL	CORRECCIÓN	Cód. AFP	IBC AFP	Cotización	Voluntari o Afiliado	Voluntario Aportante	Fondo pensional de solidaridad	Fondo pensional de subsistencia	Cód. EPS	IBC EPS	Cotización / Valor UPC	Cód. ARL	IBC ARL	Clase de Riesgo	Cotización	Código CCF	IBC CCF	Aporte CCF	IBC otros parafiscales	Aporte SENA	Aporte ICBF	Aporte ESAP	Aporte MEN	
1	CC	52974998	MORENO ACOSTA AMELIA CAROLINA	59	0		N																	230301	1.423.500	227.800	0	0	0	0	EPS008	1.423.500	178.000	14-23	1.423.500	2	14.900		0	0	0	0	0	0	0	0

PAGADA