



CENTRO DE GESTIÓN TECNOLÓGICA DE SERVICIOS

INFORME DE ACTIVIDADES

Nombre del Instructor: MARTHA VIVIANA BERNAL SAAVEDRA

No. Documento de Identidad: 1.112.298.211

Fecha Elaboración					
DIA		MES		AÑO	
1	9	1	0	2	2
				0	0

A continuación, relaciono las actividades desarrolladas del **01 al 31 de octubre de 2020**.

No.	Fecha DD/MM/AA	Nombre IE o lugar donde realizo la actividad	Descripción de la actividad	Evidencia
1	01/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
2	02/10/2020	CASA	Clase de Cultura física: Bienvenida de los aprendices al proceso de formación sincrónico. Teoría, conceptualización y características.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
3	03/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
4	03/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
5	05/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
6	05/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO



CENTRO DE GESTIÓN TECNOLÓGICA DE SERVICIOS

INFORME DE ACTIVIDADES

7	05/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
8	07/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
9	07/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
10	08/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
11	09/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
12	10/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
13	10/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
14	14/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
15	14/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico:	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y



CENTRO DE GESTIÓN TECNOLÓGICA DE SERVICIOS

INFORME DE ACTIVIDADES

			Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	CORREO ELECTRONICO
16	15/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
17	16/09/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
18	17/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
19	17/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
20	19/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
21	19/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
22	19/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
23	21/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO



CENTRO DE GESTIÓN TECNOLÓGICA DE SERVICIOS

INFORME DE ACTIVIDADES

24	21/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
25	22/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
26	23/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
27	24/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
28	24/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
29	26/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
30	26/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
31	28/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
32	28/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico:	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y



CENTRO DE GESTIÓN TECNOLÓGICA DE SERVICIOS

INFORME DE ACTIVIDADES

			Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	CORREO ELECTRONICO
33	29/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO
34	30/10/2020	CASA	Clase de cultura física Acondicionamiento físico: Desarrollo de la resistencia aeróbica a través de ejercicios dinámicos con el método de entrenamiento continuo.	FORMATO DE CLASE Y VIDEO, ENVIADAS AL WHATSAAP Y CORREO ELECTRONICO

Atentamente,

MARTHA VIVIANA BERNAL SAAVEDRA

CC: 1.112.298.211

Vbo. _____

Aleedi Travis

Coordinadora