

CUENTA DE COBRO #003

EL INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE RECREACION Y DEPORTES DEL ATLANTICO
INDEPORTES

DEBE A

MIGUEL LUCIO MARTINEZ WILCHES

C.C. 72233919

La suma de DOS MILLONES QUINIENTOS M/L (\$2.500.000)

POR CONCEPTO:

PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN PARA APOYAR AL INSTITUTO
DEPARTAMENTAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DEL ATLÁNTICO EN EL DESARROLLO DE SUS
PROGRAMAS MISIONALES DEL 30/07/2025 AL 31/08/2025
CONTRATO No: 20250140

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'MIGUEL LUCIO MARTINEZ WILCHES'. The signature is stylized and includes two small circular marks above the letters 'M' and 'W'.

MIGUEL LUCIO MARTINEZ WILCHES

C.C. 72233919

INFORME DE ACTIVIDADES

1. INFORME GENERAL

INFORME: 03

CLUB DEPORTIVO: LIGA DE ATLETISMO DEL ATLANTICO

NOMBRES Y APELLIDOS DEL ENTRENADOR: MIGUEL LUCIO MARTINEZ WILCHES

IDENTIFICACIÓN: 72233919

NIVEL DE CAPACITACIÓN APROBADO POR LA FEDERACIÓN RESPECTIVA: NIVEL I

CONTRATO No: 20250140

OBJETO DEL CONTRATO APOYO A LA GESTION PARA APOYAR AL INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE RECREACION Y DEPORTES DEL ATLANTICO EN EL DESARROLLO DE SUS PROGRAMAS MISIONALES

FECHA DE INICIO DEL CONTRATO: 30/05/2025

FECHA DE TERMINACIÓN DEL CONTRATO: 30/08/2025

SUPERVISOR: GIANLUCA BACCI VITOLA

PERIODO DE ACTIVIDADES: 30/07/2025 AL 31/08/2025

LUGAR DE ENTRENAMIENTO: ESTADIO RAFAEL COTES

DÍAS QUE TRABAJA EN LA SEMANA: LUNES A SABADOS

HORARIOS DE ENTRENAMIENTO: 03:30 PM – 07:00 PM

HORAS TRABAJADAS EN LA SEMANA: 12 HORAS

TOTAL, DE ATLETAS ATENDIDO POR CATEGORIA:

Infantil: SUB 14 – 16 TOTAL 10

Junior: SUB18 TOTAL 1

Juvenil: SUB 20 TOTAL 6

SUB 23: TOTAL 1

TOTAL ATENDIDO DURANTE EL MES: 18

¿Cuál es la próxima competencia para la cual se están preparando? Especificar nombre, fecha y categoría del evento. Favor ser claro y específico.

R/: Campeonato departamental Intercolegiales, Fecha 19 de agosto, Campeonato Nacional intercolegial.

Categoría Sub18.

Samanta Peñuela Martínez: Prueba salto largo marca PB: 5,60, Salto triple marca PB: 10,98, Relevé

Yosuha Ali Ranbal vega: Impulsión de la bala marca PB: 10,98, Lanzamiento del disco PB: 32,20

Categoría Sub14

Shelianis Patiño Racedo: Lanzamiento de la Jabalina marca PB: 33,04, Impulsión de la bala marca PB: 10,44,

Lanzamiento del disco Marca PB: 31,04

Maily Andrea Patiño Racedo: Salto alto marca PB: 1,31, 800 metros marca PB: 2,32, 800 metros planos marca PB: 11,30.

Esteban Florian Manga: 800 metros planos marca PB: 2,18, 800 metros planos marca PB: 11,0, salto alto marca PB: 1,51

R/: Campeonato Nacional U16 y U14 , Septiembre 18 al 20 en Ibagué, Tolima.

Shelianis Patiño Racedo: Tentachon de lanzamiento

Maily Andrea Patiño Racedo: Tentachon de lanzamiento

Esteban Florian Manga: Tentachon de Salto

R/: Campeonato Nacional U20, Octubre (Fecha por definir) Valledupar, Cesar.

Eliud Laguna Cabarcas: Decathlon marca PB: 5400 puntos

Maria Jose Peña Velasquez: Impulsión de la bala marca PB: 12,0

Yelenis Esther Soto Satana: 400V marca PB: 1,03, 800 metros planos marca PB: 2,32

Rafael Junior Escobar Legizamon: 110V marca PB: 15,20, 100 metros planos marca PB: 10,80

Jose Gabriel Muñoz Lopez: Lanzamiento de Disco marca PB: 40,01, Impulsión de la bala marca PB: 12,40

Bleidis Julieth Maldonado Orozco: Lanzamiento de Disco marca PB: 36,0



FUERZA HIPERTROFIA	2	60	78 rp	90 rp	84 rp	96 rp
FUERZA EXPLOSIVA	1	25	16 rp	18 rp	17 rp	20 rp
FUERZA MAXIMA	1	5	2 rp	3 rp	3 rp	4 rp
FUERZA RESISTENCIA	1	60	39 rp	45 rp	42 rp	48 rp
FUERZA ELASTICA	2	80	104 rp	120 rp	112 rp	128 rp

TOMANDO COMO FUNDAMENTO SU PROGRAMA DE TRABAJO, QUE ACTIVIDADES TÉCNICAS REALIZO. EVALUACIONES REALIZADAS

¿QUE TIPO DE PRUEBA DE VALORACIÓN UTILIZÓ PARA LA EVALUACION DEL RENDIMIENTO FÍSICO INDIVIDUAL?

R- Durante el periodo, se aplicaron tests de valoración psicológica y se participó en los chequeos organizados por la Liga. Con base a eso y a os resultados obtenidos, es la misma, se evaluó el rendimiento físico y mental.

OBLIGATORIAMENTE SE DEBE MANIFESTAR CUAL FUE EL APOORTE DEL PREPARADOR FISICO ASIGNADO Y SI CUMPLIÓ O NO CUMPLIO.

R- No fue asignado preparador físico por INDEPORTE - ATLANTICO

QUE TIPO DE PRUEBAS DE EVALUACION UTILIZÓ PARA LA EVALUACION DEL RENDIMIENTO FÍSICO/TÉCNICO INDIVIDUAL?

R- Chequeo en Campeonatos Departamentales selectivos al Campeonato Nacional U23, U18, U20. Campeonato Intercolegiados fase Municipal, Fase Departamental

IGUALMENTE SE DEBE MANIFESTAR CUAL FUE EL APOORTE DEL METODOLOGO Y DEL PREPARADOR FISICO ASIGNADO.

R- Apenas se está realizando el empalme entre entrenador y el metodólogo correspondiente al año 2024.

ASISTENCIA A COMPETENCIAS

MARQUE CON UN X EL TIPO DE COMPETENCIA A LA CUAL ASISTIÓ DEPARTAMEN

TAL REGIONAL NACIONAL INTERNACIONAL NINGUNA

RESULTADOS OBTENIDOS

FECHA	COMPETENCIA
	CAMPEONATO NACIONAL UI8

OBJETIVO: EL PRINCIPAL ES DE HACER UNA REPRESENTACION DIGNA DE NUESTRO DEPARTAMENTO, ESTANDO ENTRE LOS PRIMEROS 8 A NIVEL NACIONAL.

Qué deportistas entran con usted, ¿que hagan parte del programa Deportista Apoyado? Favor realizar una breve descripción del desempeño de cada uno de estos atletas durante este último mes, especificando el comportamiento, desempeño (marca actual y marca objetivo), estado de salud e indicar el número de asistencias y fallas a las sesiones de entrenamiento del mes
R/: No tengo.

Qué deportistas considera usted que necesita algún tipo de acompañamiento y/o supervisión específica por parte del Instituto? Sustente de manera clara y específica su respuesta.
R/: Todos, la parte Psicológica es muy importante ¿Por qué? R/: Se requiere un mayor número de competencia para poder alcanzar un buen nivel competitivo. Establecer unas marcas mínimas en la pruebas múltiples que nos permita tener acceso a las competencias a nivel nacional, porque solo compitiendo, sostiene un nivel.

Actualmente, cuál es la principal problemática que tiene usted y/o sus deportistas durante la realización de sus entrenamientos?
R/: La falta de competencia a nivel nacional en las pruebas múltiples y en los lanzamientos, es muy difícil proyectar a un deportista cuando solo viaja los posibles medallistas.

2. INFORMACIÓN TÉCNICA

PERIODO CORRESPONDIENTE AL PLAN ANUAL:
ETAPA DEL MESOCICLO EN QUE SE ENCUENTRA:

MESOCICLOS	PERIODOS Y ETAPAS	TIEMPO DE DURACION
PRE COMPETITIVO	SUB 14, SUB 16 y SUB 18, SUB 20 Competitiva - 4 Microciclos Equivalente a un Mesociclo	28 días de trabajo al mes
COMPETITIVO	SUB 14, SUB 16 y SUB 18, SUB 20 Competitiva - 4 Microciclos	16 días de trabajo al mes
COMPETITIVO	SUB 18, SUB 20 y SUB 23 Competitiva - 4 Microciclos Equivalente a un Mesociclo	28 días de trabajo al mes

MESOCICLO QUE ESTÁ TRABAJANDO:

MESOCICLOS PLANIFICADOS	No DE DÍAS PLANIFICADOS	No DE DÍAS CUMPLIDOS
PRE COMPETITIVO	28	28
COMPETITIVO	16	16
COMPETITIVO	28	28

1. OBJETIVO GENERALES DEL MES CON EL MESOCICLO COMPETITIVO

- | |
|--|
| *ENCONTRAR LA FORMA IDEAL PARA LA CONSECUISION DE LAS MARCAS MINIMAS A NIVEL DEPARTAMENTAL QUE NOS PERMITA OBTENER LA PARTICIPACION EN LOS CAMPEONATOS SUB 14, SUB 16 Y SUB 20 |
| *CONSEGUIR LA FORMA FISICA IDEAL PARA LOS DOS ATLETAS CLASIFICADOS A JUEGOS NACIONALES E INTERCOLEGIALES |
| *CONSEGUIR FIGURAR ENTRE LOS 6 PRIMEROS A NIVEL NACIONAL |



TIPOS DE MICROCICLOS

TIPO DE MICROCICLO	PERIODOS	VOLUMEN	INTENSIDAD
APROXIMACION	COMPETITIVO	70	90
COMPETITIVO	COMPETITIVO	65	95
CORRIENTE	COMPETITIVO	60	93
COMPETITIVO	COMPETITIVO	50	100
INTRODUCTORIO	PREPARATORIA	75	80

MICROCICLO QUE ESTÁ TRABAJANDO

¿QUE OBJETIVO ESPECÍFICO ALCANZÓ CON EL MICROCICLO?

TIPO DE PREPARACION	PLANIFICADO	CUMPLIMIENTO (%)
FISICA Y TECNICA	ACERCAMIENTO A LA FORMA DE COMPETENCIA	100 %
FISICA, TECNICA, PSICOLOGICA Y TACTICA	MAXIMIZAR EL RENDIMIENTO	100 %
FISICA Y TECNICA	MANTENER LA FORMA COMPETITIVA	100 %
FISICA, TECNICA, PSICOLOGICA, TACTICA	MAXIMIZAR EL RENDIMIENTO	100 %
FISICA, TECNICA	ADAPTACION A NUEVO CICLO DE CARGA	100 %

¿ESPECIFICAR PORQUE NO SE CUMPLIÓ CON LO PLANIFICADO?

TOMANDO COMO FUNDAMENTO SU PLAN DE ENTRENAMIENTO ANUAL, ¿QUE TIPO DE EJERCICIOS FÍSICOS ORGANIZA EN EL MESOCICLO QUE SE ENCUENTRA?

VELOCIDAD O RAPIDEZ CON SUS RESPECTIVOS PORCENTAJES EN VOLUMEN E INTENSIDAD							
MES	JUNIO			AGOSTO			
PERIODO	PRECOMPETITIVO II						
ETAPA	ESPECIFICA II						
MESOCICLO	DESARROLLADOR						
VOLUMEN %			65			70	80
EJERCICIO	# DE SESION ES POR MICRO	VOLUMEN MAX X SESION	MICRO 1	MICRO 2	MICRO 3	MICRO 4	
REACCION	1	150 mts	97 mts	112 mts	105 mts	120 mts	
ACELERACIONES	2	900 mts	1170 mts	1350 mts	1260 mts	1440 mts	
ACELERACIONES PROLONGADAS	1	1500mts	975 mts	1125 mts	1050 mts	1200 mts	
RESISTENCIA A LA VELOCIDAD	1	3000 mts	1950 mts	2250 mts	2100 mts	2400 mts	

FUERZA CON SUS RESPECTIVOS PORCENTAJES EN VOLUMEN E INTENSIDAD						
MES	JUNIO			AGOSTO		
PERIODO	COMPETITIVO II					
ETAPA	ESPECIFICA II					
MESOCICLO	ESPECIFICO					
VOLUMEN %			65	75	70	80
EJERCICIO	# DE SESION ES POR MICRO	VOLUMEN MAX X SESION	MICRO 1	MICRO 2	MICRO 3	MICRO 4





FUERZA HIPERTROFIA	2	60	78 rp	90 rp	84 rp	96 rp
FUERZA EXPLOSIVA	1	25	16 rp	18 rp	17 rp	20 rp
FUERZA MAXIMA	1	5	2 rp	3 rp	3 rp	4 rp
FUERZA RESISTENCIA	1	60	39 rp	45 rp	42 rp	48 rp
FUERZA ELASTICA	2	80	104 rp	120 rp	112 rp	128 rp

TOMANDO COMO FUNDAMENTO SU PROGRAMA DE TRABAJO, QUE ACTIVIDADES TÉCNICAS REALIZO. EVALUACIONES REALIZADAS

¿QUE TIPO DE PRUEBA DE VALORACIÓN UTILIZÓ PARA LA EVALUACION DEL RENDIMIENTO FÍSICO INDIVIDUAL?

R- Durante el periodo, se aplicaron tests de valoración psicológica y se participó en los chequeos organizados por la Liga. Con base a eso y a os resultados obtenidos, es la misma, se evaluó el rendimiento físico y mental.

OBLIGATORIAMENTE SE DEBE MANIFESTAR CUAL FUE EL APORTE DEL PREPARADOR FISICO ASIGNADO Y SI CUMPLIÓ O NO CUMPLIO.

R- No fue asignado preparador físico por INDEPORTE - ATLANTICO

QUE TIPO DE PRUEBAS DE EVALUACION UTILIZÓ PARA LA EVALUACION DEL RENDIMIENTO FÍSICO/TÉCNICO INDIVIDUAL?

R- Chequeo en Campeonatos Departamentales selectivos al Campeonato Nacional U23, U18, U20. Campeonato Intercolegiados fase Municipal, Fase Departamental

IGUALMENTE SE DEBE MANIFESTAR CUAL FUE EL APORTE DEL METODOLOGO Y DEL PREPARADOR FISICO ASIGNADO.

R- Apenas se está realizando el empalme entre entrenador y el metodólogo correspondiente al año 2024.

ASISTENCIA A COMPETENCIAS

MARQUE CON UN X EL TIPO DE COMPETENCIA A LA CUAL ASISTIÓ

DEPARTAMEN

TAL REGIONAL _____ NACIONAL INTERNACIONAL _____ NINGUNA _____

RESULTADOS OBTENIDOS

FECHA	COMPETENCIA
	CAMPEONATO NACIONAL U18

OBJETIVO: EL PRINCIPAL ES DE HACER UNA REPRESENTACION DIGNA DE NUESTRO DEPARTAMENTO, ESTANDO ENTRE LOS PRIMEROS 8 A NIVEL NACIONAL.

EXPRESA SU ANÁLISIS COMO ENTRENADOR SOBRE LOS RESULTADOS MAS IMPORTANTES EN LAS QUE SUS DEPORTISTAS ESTUVIERON EN EL PODIUM

ASISTENCIA A OTRAS ACTIVIDADES (CURSOS, CAPACITACIONES ETC), ESPECIFIQUE EL TIPO DE ACTIVIDAD, FECHA, DIAS, HORAS ETC

R- No durante este periodo


MIGUEL LUCIO MARTINEZ WILCHES
ENTRENADOR

Simple

PAGOSIMPLE | Prefectura

Fecha creación reporte: 2025-08-04, 08:11:02 PM Tipo Planilla: I: PLANILLA INDEPENDIENTES
Período Cotización: julio de 2025 Período Servicio: julio de 2025 Referencia pago (PIN): 6810352708
Fecha límite de pago: 2025-08-06

GUARDADA 04/08/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Table with 2 columns: Field (Razón Social, Documento, Tipo de Empresa, etc.) and Value (MIGUEL LUCIO MARTINEZ WILCHES, CC72233919, etc.)

IMPORTANTE: SEÑOR APORTANTE, POR FAVOR VERIFIQUE LA LIQUIDACIÓN ANTES DE REALIZAR EL PAGO, Simple S.A., da por entendido que, de realizar el pago con esta planilla, usted está de acuerdo con la información consignada...

II. DETALLE DEL APORTANTE

Table with columns: Datos del Afiliado, Novedades, Pensiones, Salud, Riesgos, Cajas, Parafiscales, Total

III. TOTALES

Summary table with columns: IBC Pensión, IBC Salud, IBC Riesgos, IBC Cajas, Aportes Pensión, etc.

IV. INFORMACION

Table for 'Período colización salud' with columns for months from Enero to Diciembre and a 'Día hábil de pago sin mora' field.

Centro de Servicios Cafam - Supermercados Colsubsidio



888810352708000000091231

Mibanco - Corresponsables AKI - Supermercados Comfandi - Almacenes Grupo Éxito



(415)7708998465884(8020)8810352708(3800)000000(96)20991231

MEDIOS DE PAGO PRESENCIALES Corresponsales: Punto de pago - Punto Red - AKI (Mibanco) - MOVIRED / Centro de Servicios: Cafam Suba / Supermercados: Tiendas Cencosud (Jumbo, Metro y Spid) - Colsubsidio - Comfandi / App: MOVii - ClaroPAY / Bancos: Mibanco - Banco de Occidente. Consulta otros medios de pago en: https://pagosimple.com/puntos-de-recaudo/



Handwritten initials/signature



Fecha Documento : 29/08/2025
 Dependencia : 1 - DIRECCION
 Concepto : SE REGISTRÁ ADICION 01 Y PRORROGA 01 AL CONTRATADO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS No. 20250140 CON RP #453 DE APOYO A LA GESTIÓN PARA APOYAR AL INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DEL ATLÁNTICO EN EL DESARROLLO DE SUS PROGRAMAS MISIONALES, PLAZO INICIAL (3) MESES, PLAZO PRORROGA HASTA EL (14) DE OCTUBRE DEL 2025, PAGADERO TRES (03) PAGOS MENSUALES IGUALES POR VALOR DE (\$2.500.000), UN CUARTO PAGO AL (29) DE SEPTIEMBRE DE 2025 POR VALOR DE (\$2.500.000) Y UN QUINTO Y ULTIMO PAGO AL (14) DE OCTUBRE DE 2025 POR VALOR DE (\$1.250.000). EL PAGO DEBE ESTAR PRECEDIDO POR LA PRESENTACIÓN DEL INFORME DE ACTIVIDADES, RECIBIDO A SATISFACCIÓN POR PARTE DEL SUPERVISOR, Y EN TODO CASO SEGÚN LA PROGRAMACIÓN DEL PAC;
 Ordenador : 1.045.679.826 IVAN ALBERTO URQUIJO OSORIO
 Tercero : 72.233.919-6 MIGUEL LUCIO MARTINEZ WILCHES
 Doc.Soportó : 5 - CDP Nro. 269 Fecha Doc.Soportó: 26/08/2025
 Tipo Contrato : 10 - OTROSI Nro. 20250140 Fecha Contrato: 29/08/2025
 Nro. CDP : 269

TIPO DE PÓLIZA	NUMERO PÓLIZA	NOMBRE ASEGURADORA	VIG.INICIAL	VIG.FINAL	VALOR
----------------	---------------	--------------------	-------------	-----------	-------

SECTOR	AREA	ARTICULO	FUENTE	PROGRAMA	IND PRODUCTO	BPIN	VALOR
2-INVERSION	101-General	2.3.2.02.02.000 - SERVICIOS PARA LA COMUNIDAD, SOCIALES Y PERSONALES	1.2.3.1.18 - TASA PRODEPORTE Y RECREACION	4301-Fomento a la recreación, la actividad física y el deporte	430100100-Personas beneficiadas	2024002080034	3.750.000,00
							3.750.000,00

ARNALDO BANQUEZ MARTINEZ

Jefe de Presupuesto


Elaboró: LEIDYS JOHANNA BENAVIDES HERNANDEZ



Fecha Documento : 30/05/2025
 Dependencia : 1 - DIRECCION
 Concepto : SE REGISTRA CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS No 20250140 DE APOYO A LA GESTIÓN PARA APOYAR AL INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DEL ATLÁNTICO EN EL DESARROLLO DE SUS PROGRAMAS MISIONALES. EL PLAZO PARA LA EJECUCIÓN DEL CONTRATO SERÁ POR EL TERMINO DE TRES (03) MESES, PAGADERO A) TRES (03) PAGOS MENSUALES IGUALES POR VALOR DE (\$2.500.000). EL PAGO DEBE ESTAR PRECEDIDO POR LA PRESENTACIÓN DEL INFORME DE ACTIVIDADES, RECIBIDO A SATISFACCIÓN POR PARTE DEL SUPERVISOR Y EN TODO CASO SEGÚN LA PROGRAMACIÓN DEL PAC.
 Ordenador : 1.045.679.628 IVAN ALBERTO URQUIJO OSORIO
 Tercero : 72.233.919-5 MIGUEL LUCIO MARTINEZ WILCHES
 Doc.Suporte : 5 - CDP Nro. 108 Fecha Doc.Suporta: 09/05/2025
 Tipo Contrato : 1 - CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS Nro. 20250140 Fecha Contrato: 30/05/2025
 Nro. GDP : 108

TIPO DE FONTO	NUMERO FONTO	NUMERO ASEGURADORA	VIGENCIA I	VIGENCIA F	VALOR
---------------	--------------	--------------------	------------	------------	-------

SECCION	AREA	ARTICULO	FUENTE	PROGRAMA	IND PRODUCTO	BPM	VALOR
2-INVERSION	101-General	2.3.2.02.02.000 - SERVICIOS PARA LA COMUNIDAD, SOCIALES Y PERSONALES	1.2.3.1.10 - TASA PRODEPORTE Y RECREACION	4301-Fomento a la recreación, la actividad física y el deporte	430100100-Personas beneficiadas	2024002080034	7.500.000,00
							7.500.000,00


 ARNALDO BANQUEZ MARTINEZ
 Jefe de Presupuesto

Elaboró: LEIDYS JOHANNA BENAVIDES HERNANDEZ 