OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	Evidencias periodo del 17 al 30 de Marzo 2025

ESCUELA DE FORMACION DE ULTIMATE

Facatativá, 18 de marzo 2025

Señor (es)
Juan Carlos Manrique
Director
Alejandro Velázquez
Subdirector

Facatativá.

Reciba un cordial saludo,

La presente contiene la intención de petición de préstamo de algunos materiales deportivos que se requieren para la práctica y desarrollo de sesiones de clase de la escuela de formación de ULTIMATE idóneas, que cumplan con las especificaciones requeridas por el IDRF, esto servirá como un incentivo y un apoyo a la práctica de este deporte y al crecimiento de la escuela de formación.

A continuación, los materiales solicitados.

MATERIALES:

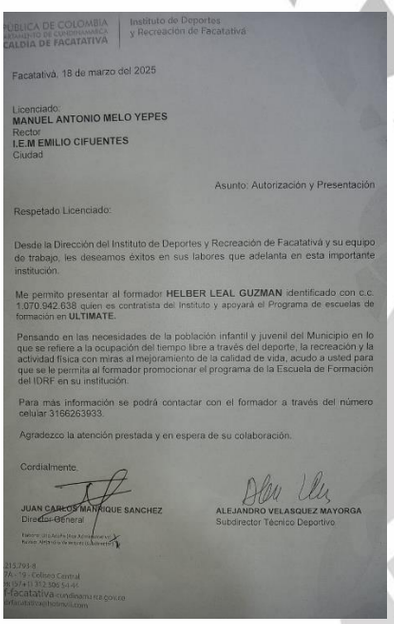
- 15 Frisbees Marca ultrastar Blancos peso 175 gramos.
- Vallas para salto
- Escalera pliométrica

Le agradezco de antemano el tiempo que dedique a estudiar mi asunto.

Atentamente,

Helber Leal Guzmán
Instructor escuela de formación de ULTIMATE
Lic. en Educación básica con énfasis en recreación y deporte
(universidad libre) 2014

OBLIGACION	01	**FECHA**	17-30/03/2025



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá, 18 de marzo del 2025

Licenciado:
MANUEL ANTONIO MELO YEPES
Rector
I.E.M EMILIO CIFUENTES
Ciudad

Asunto: Autorización y Presentación

Respetado Licenciado:

Desde la Dirección del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá y su equipo de trabajo, les deseamos éxitos en sus labores que adelanta en esta importante institución.

Me permito presentar al formador **HELBER LEAL GUZMAN** identificado con c.c. 1.070.942.638 quien es contratista del Instituto y apoyará el Programa de escuelas de formación en **ULTIMATE.**

Pensando en las necesidades de la población infantil y juvenil del Municipio en lo que se refiere a la ocupación del tiempo libre a través del deporte, la recreación y la actividad física con miras al mejoramiento de la calidad de vida, acudo a usted para que se le permita al formador promocionar el programa de la Escuela de Formación del IDRF en su institución.

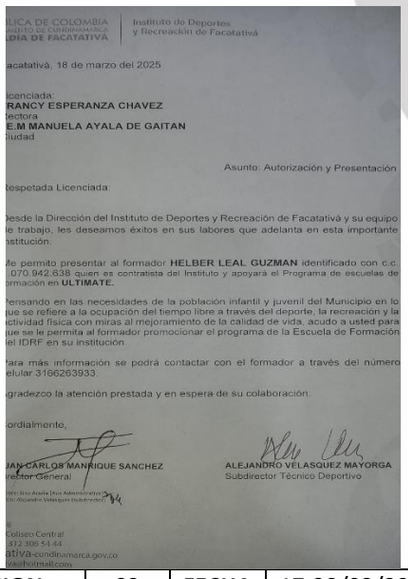
Para más información se podrá contactar con el formador a través del número celular 3166263933.

Agradezco la atención prestada y en espera de su colaboración.

Cordialmente,

JUAN CARLOS MANRIQUE SANCHEZ
Director General

ALEJANDRO VELASQUEZ MAYORGA
Subdirector Técnico Deportivo



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá, 18 de marzo del 2025

Licenciada:
FRANCY ESPERANZA CHAVEZ
Rectora
I.E.M MANUELA AYALA DE GAITAN
Ciudad

Asunto: Autorización y Presentación

Respetada Licenciada:

Desde la Dirección del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá y su equipo de trabajo, les deseamos éxitos en sus labores que adelanta en esta importante institución.

Me permito presentar al formador **HELBER LEAL GUZMAN** identificado con c.c. 1.070.942.638 quien es contratista del Instituto y apoyará el Programa de escuelas de formación en **ULTIMATE.**

Pensando en las necesidades de la población infantil y juvenil del Municipio en lo que se refiere a la ocupación del tiempo libre a través del deporte, la recreación y la actividad física con miras al mejoramiento de la calidad de vida, acudo a usted para que se le permita al formador promocionar el programa de la Escuela de Formación del IDRF en su institución.

Para más información se podrá contactar con el formador a través del número celular 3166263933.

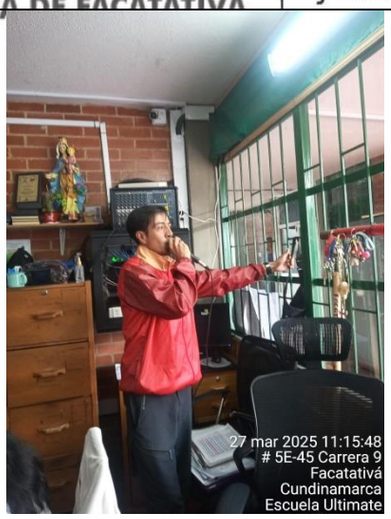
Agradezco la atención prestada y en espera de su colaboración.

Cordialmente,

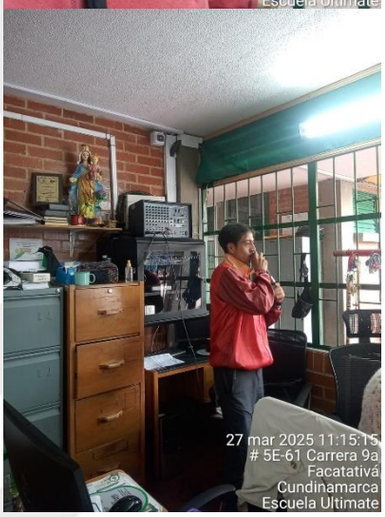
JUAN CARLOS MANRIQUE SANCHEZ
Director General

ALEJANDRO VELASQUEZ MAYORGA
Subdirector Técnico Deportivo

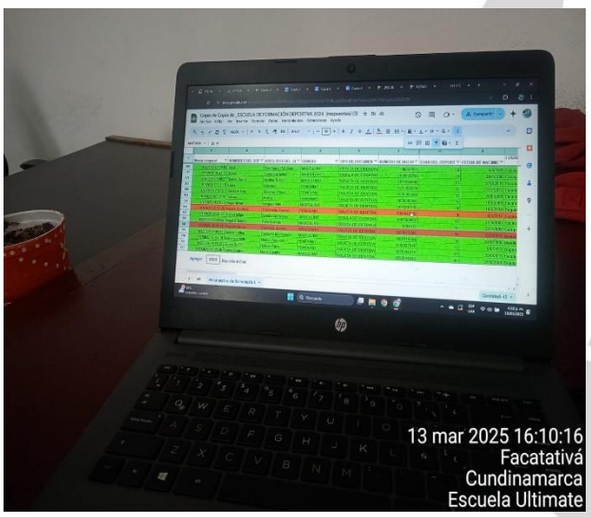
OBLIGACION	02	**FECHA**	17-30/03/2025











OBLIGACION	03	**FECHA**	17-30/03/2025	**OBLIGACION**	04	**FECHA**	17-30/03/2025

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ

IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman						
Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
ETAPA	INICIACION	MES	Marzo	Numero se sesiones	5	Fecha	del 24 al 30 marzo

OBJETIVO DE LA SEMANA : **Realizar proceso de iniciacion deportiva utilizando como base deportiva el Ultimate y enfocando los aspectos tecnica tacticos y fisicos especificos de esta disciplina deportiva trabajando con deportistas de edades entre los 6 hasta las 15 años de edad especificando trabajso acordes a cada una de las edades trabajadas**

DURACION DE LA SESION		120	120	120	120	120	120	120
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO			Portal de María	Villa Olimpica	PORTAL DE MARIA	VEREDA	Villa Olimpica	
HORARIO			3:00-5:00pm	2:00 - 4:00pm	3:00-5:00pm	2:00--6:00pm	9-12pm	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Estiramientoo inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientoo inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientoo inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientoo inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientoo inicial y tipo de estiramiento dinamico	
FASE CALENTAMIENTO	TIPO CALENTAMIENTO		GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	
	RETORNO A LA CALMA)		feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	
	OBSERVACION							
FASE FISICA	Contenido		Trabajar de coordinacion dinamica mixta con cambios de direcciones planificar una sesion temporal y social fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion dinamica mixta con cambios de direcciones planificar una sesion temporal y social fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion dinamica mixta con cambios de direcciones planificar una sesion temporal y social fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion dinamica mixta con cambios de direcciones planificar una sesion temporal y social fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion dinamica mixta con cambios de direcciones planificar una sesion temporal y social fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
	Volumen (%)		25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
FASE TECNICA	Contenido		trabajar de desarrollo de habilidades como otro pode lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrollo de habilidades como otro pode lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrollo de habilidades como otro pode lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrollo de habilidades como otro pode lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrollo de habilidades como otro pode lanzamiento y desplazamientari	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
	Volumen (%)		30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	0
FASE TECNICA	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
	Contenido		trabajar de desarrollo de habilidades como otro pode lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrollo de habilidades como otro pode lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrollo de habilidades como otro pode lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrollo de habilidades como otro pode lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrollo de habilidades como otro pode lanzamiento y desplazamientari	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
	Volumen (%)		30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	0
FASE TACTICA	Contenido		Iniciar trabajo de practica de juego replicacion reforzar juego aspectos para dar el diferencia cuando tengas posicionar ,reforzar de juego	Iniciar trabajo de practica de juego replicacion reforzar juego aspectos para dar el diferencia cuando tengas posicionar ,reforzar de juego	Iniciar trabajo de practica de juego replicacion reforzar juego aspectos para dar el diferencia cuando tengas posicionar ,reforzar de juego	Iniciar trabajo de practica de juego replicacion reforzar juego aspectos para dar el diferencia cuando tengas posicionar ,reforzar de juego	Iniciar trabajo de practica de juego replicacion reforzar juego aspectos para dar el diferencia cuando tengas posicionar ,reforzar de juego	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		25	20	20	20	20	
	Volumen (%)		30	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	25	30	30	30	30	0
Total volumen (%) sesion			85	80	80	80	80	0
Total volumen (min) sesion		0	91	96	96	96	96	0
TOTAL DE INTENSIDAD POR SESION		0	105	100	100	100	100	0

omportamiento Grafica de la ejecucion d la carga





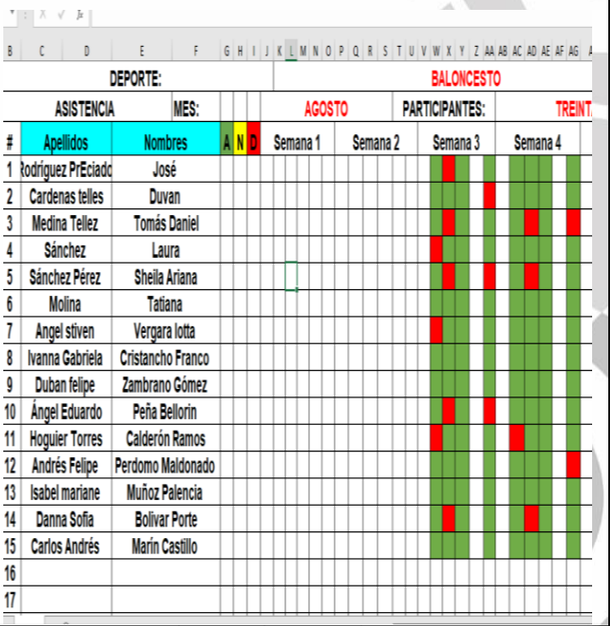




OBLIGACION	05	**FECHA**	17-30/03/2025	**OBLIGACIÓN**	06	**FECHA**	17-30/03/2025

OBLIGACION	07	FECHA	17-30/03/2025

OBLIGACION	08	FECHA	17-30/03/2025



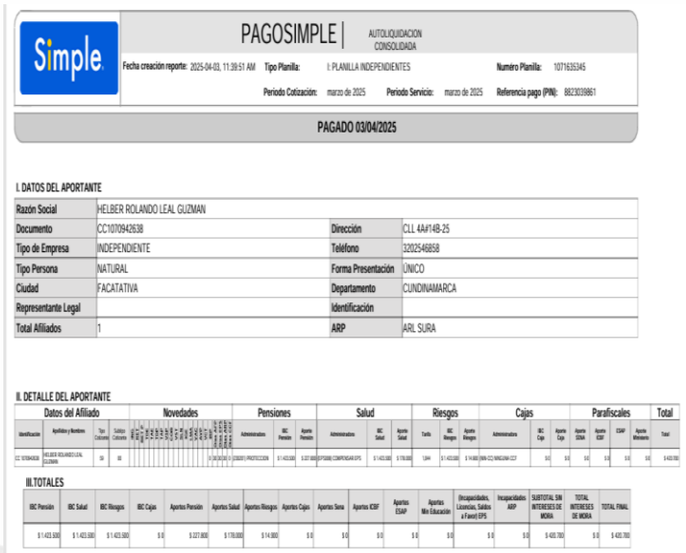
DEPORTE:					BALONCESTO			
ASISTENCIA		MES:	A	N	D	AGOSTO	PARTICIPANTES:	TREINT
#	Apellidos	Nombres	Semana 1			Semana 2	Semana 3	Semana 4
1	Rodríguez PrEciado	José						
2	Cardenas telles	Duvan						
3	Medina Tellez	Tomás Daniel						
4	Sánchez	Laura						
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana						
6	Molina	Tatiana						
7	Angel stiven	Vergara lotta						
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco						
9	Duban felipe	Zambrano Gómez						
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorin						
11	Hoguier Torres	Calderón Ramos						
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado						
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia						
14	Danna Sofia	Bolivar Porte						
15	Carlos Andrés	Marín Castillo						
16								
17								

OBLIGACION	09	FECHA	17-30/03/2025



OBLIGACION	10	FECHA	17-30/03/2025

OBLIGACION	11	FECHA	17-30/03/2025	OBLIGACION	12	FECHA	17-30/03/2025



PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2025-04-03, 11:39:51 AM Tipo Planilla: I. PLANILLA INDEPENDIENTES Número Planilla: 1071635345

Período Cotización: marzo de 2025 Período Servicio: marzo de 2025 Referencia pago (PIN): 8823039861

PAGADO 03/04/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC1070942638	Dirección	CLL 4A#14B-25
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Teléfono	3202546858
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	ÚNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas				Parafiscales			Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	VSP	TDE	TAE	TDP	TAP	VST	SLN	IGE	LMA	VAC-LR	AVP	VCT	IRP	DIAS	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte CCFA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Mineducación	Total
CC 1070942638	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	59	00																30	30	PROTECCION	$ 1.423.500	$ 227.800	SURA	$ 1.423.500	$ 178.000	1,044	$ 1.423.500	$ 14.900	COMPENSAR	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 420.700

III. TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 0	$ 227.800	$ 178.000	$ 14.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 420.700	$ 0	$ 420.700

OBLIGACION	13	FECHA	17-30/03/2025	OBLIGACION	14	FECHA	17-30/03/2025











OBLIGACION	15	**FECHA**	17-30/03/2025

OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	Evidencias periodo del 1 al 30 de Abril 2025

ESCUELA DE FORMACION DE ULTIMATE

Facatativá, 18 de marzo 2025

Señor (es)
Juan Carlos Manrique
Director
Alejandro Velázquez
Subdirector

Facatativá.

Reciba un cordial saludo,

La presente contiene la intención de petición de préstamo de algunos materiales deportivos que se requieren para la práctica y desarrollo de sesiones de clase de la escuela de formación de ULTIMATE idóneas, que cumplan con las especificaciones requeridas por el IDRF, esto servirá como un incentivo y un apoyo a la práctica de este deporte y al crecimiento de la escuela de formación.

A continuación, los materiales solicitados.

MATERIALES:

- 15 Frisbees Marca ultrastar Blancos peso 175 gramos.
- Vallas para salto
- Escalera pliométrica

Le agradezco de antemano el tiempo que dedique a estudiar mi asunto.

Atentamente,

Helber Leal Guzmán
Instructor escuela de formación de ULTIMATE
Lic. en Educación básica con énfasis en recreación y deporte
(universidad libre) 2014





REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ

IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

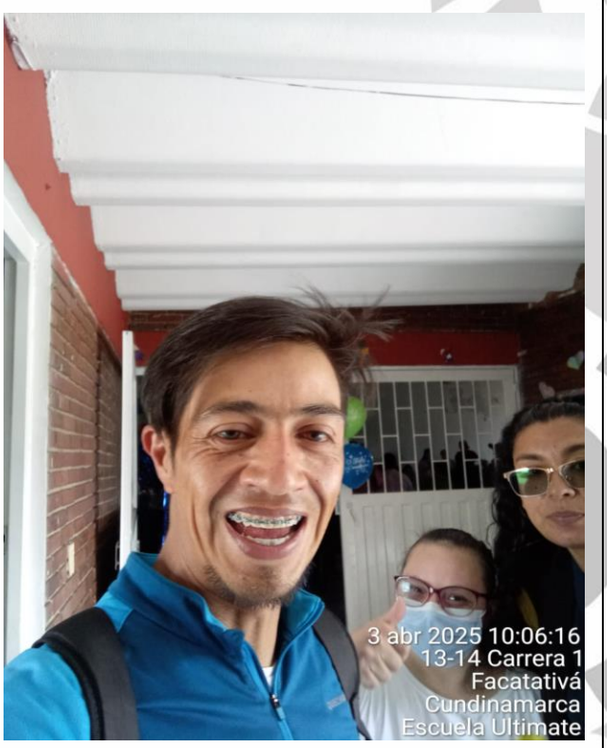
COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman							
Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO				
ETAPA	INICIACION	MES	Abril	Numero se sesiones	5	Fecha	del 1 al 5 de abril	

OBJETIVO DE LA SEMANA : Desarrollar el proyecto de portivo de la escuela de formacion de ultimate realizando sesiones de clase en diferentes sectores del municipio y en instituciones educativas cumpliendo con lo establecido por el instituto de deporte IDRF

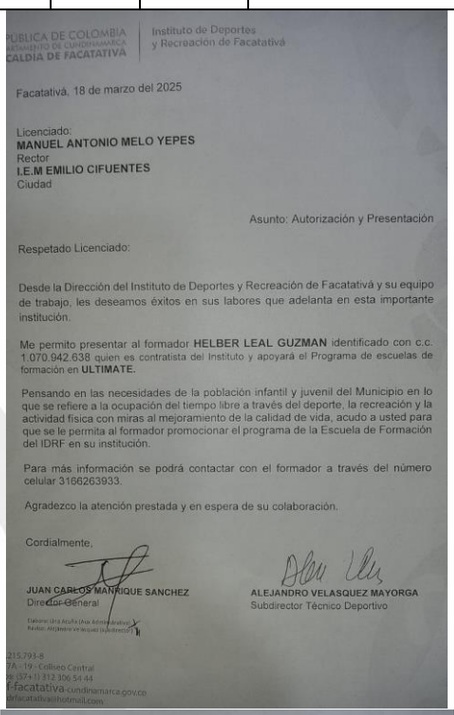
DURACION DE LA SESION		120	120	120	120	120	120	120
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO			Portal de Maco	Villa Olimpica	Villa Olimpica	Portal de Maco	Villa Olimpica	
HORARIO			2:00 - 4:00p.m	2:00 - 4:00p.m	8:00-9:00p.m	2:00 - 4:00p.m	8-10a.m	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Estiramiento estatico y tipo de calistenia y divulsico	Estiramiento estatico y tipo de calistenia y divulsico	Estiramiento estatico y tipo de calistenia y divulsico	Estiramiento estatico y tipo de calistenia y divulsico	Estiramiento estatico y tipo de calistenia y divulsico	
	TIPO		GENERAL: Calistenicos, movimiento articular	GENERAL: Calistenicos, movimiento articular	GENERAL: Calistenicos, movimiento articular	GENERAL: Calistenicos, movimiento articular	GENERAL: Calistenicos, movimiento articular	
	RETORNO A LA CALMA		Feed back de la clase contexto acompañado de calistenicos y aeroicos	Feed back de la clase contexto acompañado de calistenicos y aeroicos	Feed back de la clase contexto acompañado de calistenicos y aeroicos	Feed back de la clase contexto acompañado de calistenicos y aeroicos	Feed back de la clase contexto acompañado de calistenicos y aeroicos	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Tipo de calistenicos PASIVO , calistenicos general	Tipo de calistenicos PASIVO , calistenicos general	Tipo de calistenicos PASIVO , calistenicos general	Tipo de calistenicos PASIVO , calistenicos general	Tipo de calistenicos PASIVO , calistenicos general	
	OBSERVACION							
FASE FISICA	Contenido		Trabajar de manera divertida fundamentar cambios de direccion y desplazamientos	Trabajar de manera divertida fundamentar cambios de direccion y desplazamientos	Trabajar de manera divertida fundamentar cambios de direccion y desplazamientos	Trabajar de manera divertida fundamentar cambios de direccion y desplazamientos	Trabajar de manera divertida fundamentar cambios de direccion y desplazamientos	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
	Volumen (%)		25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
FASE TECNICA	Contenido		Trabajar de manera divertida habilidades como arrojo y atrapes fundamentales	Trabajar de manera divertida habilidades como arrojo y atrapes fundamentales	Trabajar de manera divertida habilidades como arrojo y atrapes fundamentales	Trabajar de manera divertida habilidades como arrojo y atrapes fundamentales	Trabajar de manera divertida habilidades como arrojo y atrapes fundamentales	
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
	Volumen (%)		30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	
	Contenido		Juego dirigido para fortalecer habilidades aprendidas en el dia	Juego dirigido para fortalecer habilidades aprendidas en el dia	Juego dirigido para fortalecer habilidades aprendidas en el dia	Juego dirigido para fortalecer habilidades aprendidas en el dia	Juego dirigido para fortalecer habilidades aprendidas en el dia	







OBLIGACION	01	FECHA	1-30/04/2025



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá, 18 de marzo del 2025

Licenciado:
MANUEL ANTONIO MELO YEPES
Rector
I.E.M EMILIO CIFUENTES
Ciudad

Asunto: Autorización y Presentación

Respetado Licenciado:

Desde la Dirección del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá y su equipo de trabajo, les deseamos éxitos en sus labores que adelanta en esta importante institución.

Me permito presentar al formador **HELBER LEAL GUZMAN** identificado con c.c. 1.070.942.638 quien es contratista del Instituto y apoyará el Programa de escuelas de formación en **ULTIMATE.**

Pensando en las necesidades de la población infantil y juvenil del Municipio en lo que se refiere a la ocupación del tiempo libre a través del deporte, la recreación y la actividad física con miras al mejoramiento de la calidad de vida, acudo a usted para que se le permita al formador promocionar el programa de la Escuela de Formación del IDRF en su institución.

Para más información se podrá contactar con el formador a través del número celular 3166263933.

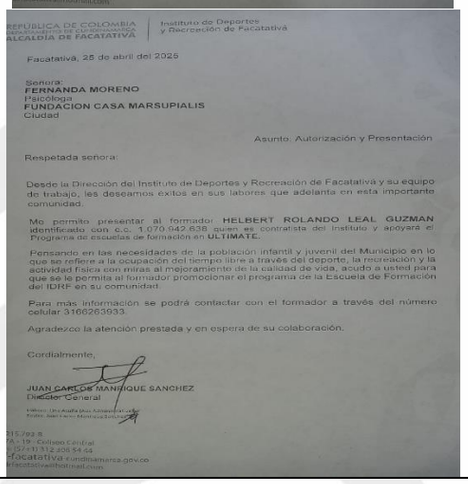
Agradezco la atención prestada y en espera de su colaboración.

Cordialmente,

JUAN CARLOS MANRIQUE SANCHEZ
Director General

ALEJANDRO VELASQUEZ MAYORGA
Subdirector Técnico Deportivo

215.793-8
7A - 19 - Coliseo Central
(57+1) 312 306 54 44
Facatativa.cundinamarca.gov.co
idrfacatativa@hotmail.com



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá, 25 de abril del 2025

Señora
FERNANDA MORENO
Psicóloga
FUNDACION CASA MARSUPIALIS
Ciudad

Asunto: Autorización y Presentación

Respetada señora:

Desde la Dirección del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá y su equipo de trabajo, les deseamos éxitos en sus labores que adelanta en esta importante comunidad.

Me permito presentar al formador **HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN** identificado con c.c. 1.070.942.638 quien es contratista del Instituto y apoyará el Programa de escuelas de formación en **ULTIMATE.**

Pensando en las necesidades de la población infantil y juvenil del Municipio en lo que se refiere a la ocupación del tiempo libre a través del deporte, la recreación y la actividad física con miras al mejoramiento de la calidad de vida, acudo a usted para que se le permita al formador promocionar el programa de la Escuela de Formación del IDRF en su comunidad.

Para más información se podrá contactar con el formador a través del número celular 3166263933.

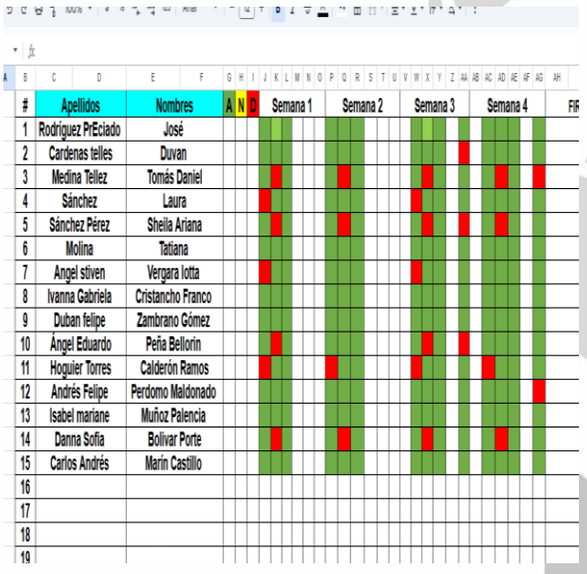
Agradezco la atención prestada y en espera de su colaboración.

Cordialmente,

JUAN CARLOS MANRIQUE SANCHEZ
Director General

215.793-8
7A - 19 - Coliseo Central
(57+1) 312 306 54 44
Facatativa.cundinamarca.gov.co
idrfacatativa@hotmail.com

OBLIGACION	02	FECHA	1-30/04/2025



#	Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1							Semana 2							Semana 3							Semana 4							FIN
1	Rodriguez PrEciado	José																															
2	Cardenas telles	Duvan																															
3	Medina Tellez	Tomás Daniel																															
4	Sánchez	Laura																															
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana																															
6	Molina	Tatiana																															
7	Angel stiven	Vergara lotta																															
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco																															
9	Duban felipe	Zambrano Gómez																															
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorin																															
11	Hoguier Torres	Calderón Ramos																															
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado																															
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia																															
14	Danna Sofia	Bolivar Porte																															
15	Carlos Andrés	Marin Castillo																															
16																																	
17																																	
18																																	
19																																	





OBLIGACION	03	FECHA	1-30/04/2025

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman						
Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
ETAPA	INICIACION	MES	Marzo	Numero se sesiones	5	Fecha	del 24 al 30 marzo

OBJETIVO DE LA SEMANA : **Realizar proceso de iniciacion deportiva utilizando como base deportiva el Ultimate y enfocando los aspectos tecnica tacticos y fisicos especificos de esta disciplina deportiva trabajando con deportistas de edades entre los 6 hasta las 15 años de edad especificando trabajso acordes a cada una de las edades trabajadas**

DURACION DE LA SESION		120	120	120	120	120	120	120
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO			Portal de Maria	Vills Olimpics	PORTAL DE MARIA	VEREDA	Vills Olimpics	
HORARIO			3:00--5:00pm	2:00 - 4:00pm	3:00-5:00pm	2:00--6:00pm	9-12pm	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Estiramiestoo inicial y tipo de estiramiesto dinamico	Estiramiestoo inicial y tipo de estiramiesto dinamico	Estiramiestoo inicial y tipo de estiramiesto dinamico	Estiramiestoo inicial y tipo de estiramiesto dinamico	Estiramiestoo inicial y tipo de estiramiesto dinamico	
FASE CALENTAMIENTO	TIPO CALENTAMIENTO		GENERAL: Calentamiesto movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiesto movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiesto movimiento articular ,activacion cardiovascular	
	RETORNO A LA CALMA)		feed back de la clase caminata acompañado de estiramientoo estatico	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientoo estatico	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientoo estatico	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientoo estatico	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientoo estatico	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Tipo de estiramiesto PASIVO , estiramiesto general	Tipo de estiramiesto PASIVO , estiramiesto general	Tipo de estiramiesto PASIVO , estiramiesto general	Tipo de estiramiesto PASIVO , estiramiesto general	Tipo de estiramiesto PASIVO , estiramiesto general	
	OBSERVACION							
FASE FISICA	Contenido		Trabajar de coordinacion dorsiso mimetar combinar de direcciones pliometricar soy ocio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion dorsiso mimetar combinar de direcciones pliometricar soy ocio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion dorsiso mimetar combinar de direcciones pliometricar soy ocio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion dorsiso mimetar combinar de direcciones pliometricar soy ocio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion dorsiso mimetar combinar de direcciones pliometricar soy ocio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
	Volumen (%)		25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
FASE TECNICA	Contenido		Trabajar de desarrollo de habilidades como atrapada lanzamiestoy duoplanzamiestori	Trabajar de desarrollo de habilidades como atrapada lanzamiestoy duoplanzamiestori	Trabajar de desarrollo de habilidades como atrapada lanzamiestoy duoplanzamiestori	Trabajar de desarrollo de habilidades como atrapada lanzamiestoy duoplanzamiestori	Trabajar de desarrollo de habilidades como atrapada lanzamiestoy duoplanzamiestori	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
	Volumen (%)		30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	0

PAGINA 1

OBLIGACION	04	FECHA	1-30/04/2025

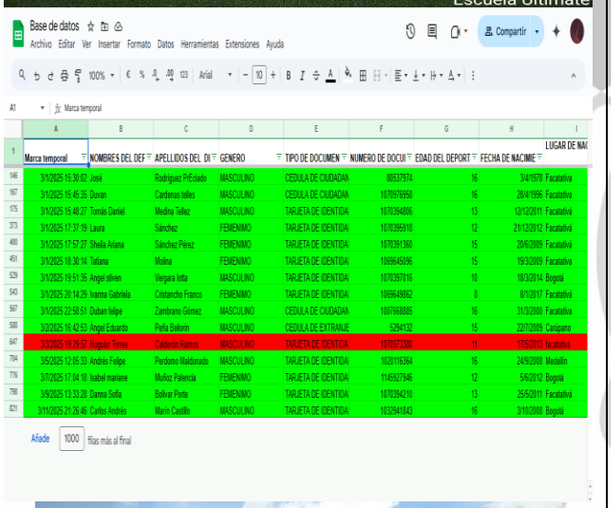


	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
FASE TECNICA	Contenido		trabajar de desarrollo de habilidades como otro pedo lanzamiento y duplo amortiguar	trabajar de desarrollo de habilidades como otro pedo lanzamiento y duplo amortiguar	trabajar de desarrollo de habilidades como otro pedo lanzamiento y duplo amortiguar	trabajar de desarrollo de habilidades como otro pedo lanzamiento y duplo amortiguar	trabajar de desarrollo de habilidades como otro pedo lanzamiento y duplo amortiguar	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
	Volumen (%)		30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	0
FASE TACTICA	Contenido		iniciar trabajo de practica de juego replicacion replanteacion aspectos generales del dificultad cuando tengas posiciones, reforzar de juego	iniciar trabajo de practica de juego replicacion replanteacion aspectos generales del dificultad cuando tengas posiciones, reforzar de juego	iniciar trabajo de practica de juego replicacion replanteacion aspectos generales del dificultad cuando tengas posiciones, reforzar de juego	iniciar trabajo de practica de juego replicacion replanteacion aspectos generales del dificultad cuando tengas posiciones, reforzar de juego	iniciar trabajo de practica de juego replicacion replanteacion aspectos generales del dificultad cuando tengas posiciones, reforzar de juego	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		25	20	20	20	20	
	Volumen (%)		30	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	25	30	30	30	30	0
Total volumen (%) sesion			85	80	80	80	80	0
Total volumen (min) sesion		0	91	96	96	96	96	0
TOTAL DE INTENSIDAD POR SESION		0	105	100	100	100	100	0

omportamiento Grafica de la ejecucion d la carga









OBLIGACION	05	**FECHA**	1-30/04/2025	**OBLIGACIÓN**	06	**FECHA**	1-30/04/2025

N/A

N/A

OBLIGACION	07	**FECHA**	1-30/04/2025	**OBLIGACION**	08	**FECHA**	1-30/04/2025

N/A

DEPORTE: BALONCESTO

ASISTENCIA MES: AGOSTO PARTICIPANTES: TREINT

Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
Rodriguez PrEciado	José							
Cardenas telles	Duvan							
Medina Tellez	Tomás Daniel							
Sánchez	Laura							
Sánchez Pérez	Sheila Ariana							
Molina	Tatiana							
Angel stiven	Vergara lotta							
Ivanna Gabriela	Cristancho Franco							
Duban felipe	Zambrano Gómez							
Ángel Eduardo	Peña Bellorin							
Hoguier Torres	Calderón Ramos							
Andrés Felipe	Perdomo Maldonado							
Isabel mariane	Muñoz Palencia							
Danna Sofia	Bolivar Porte							
Carlos Andrés	Marín Castillo							

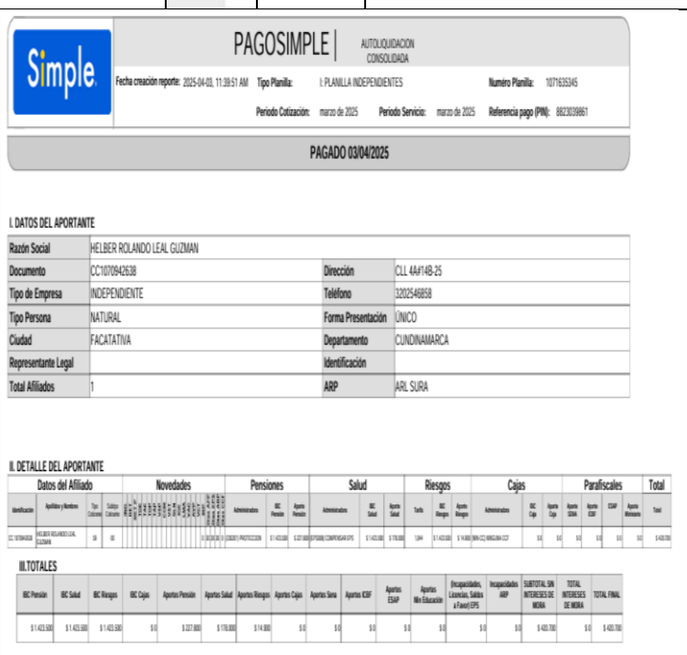
OBLIGACION	09	FECHA	1-30/04/2025

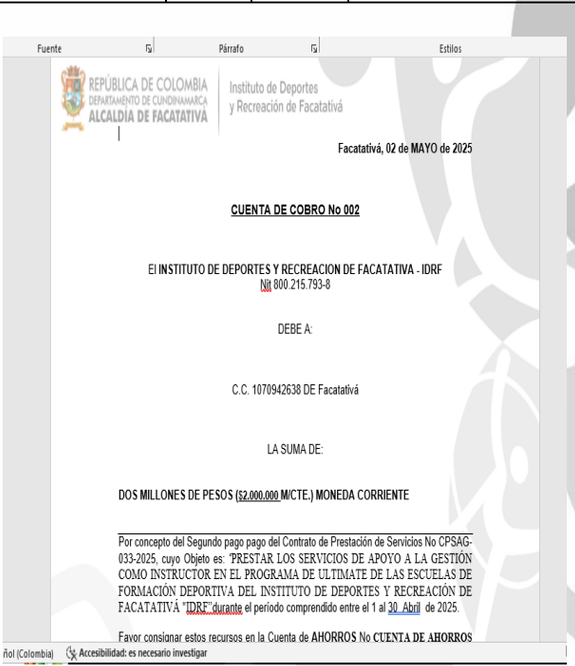
OBLIGACION	10	FECHA	1-30/04/2025

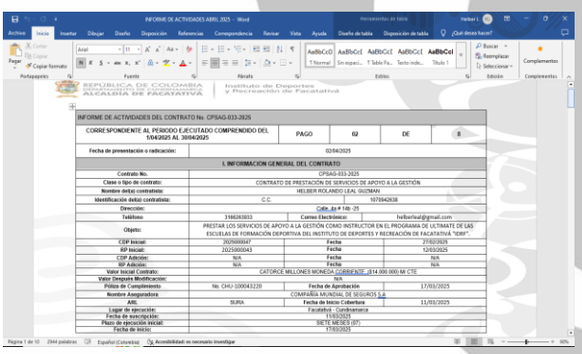


OBLIGACION	11	FECHA	17-30/03/2025

OBLIGACION	12	FECHA	17-30/03/2025





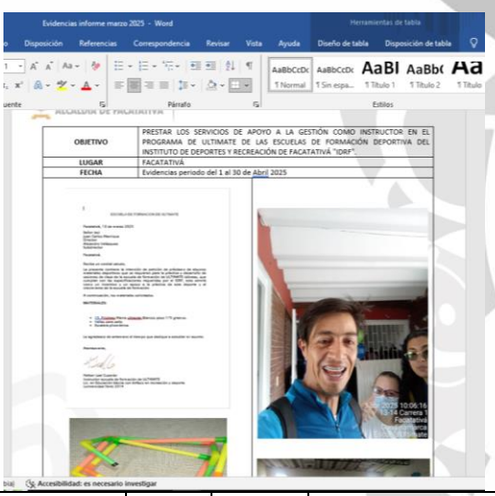


INFORME DE ACTIVIDADES DEL CONTRATO No. CPSAG-033-2025

CORRESPONDIENTE AL PERIODO EJECUTADO COMPRENDIDO DEL 1/04/2025 AL 30/04/2025	PAGO	02	DE 8
Fecha de presentación o radicación:	02/04/2025		

I. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Contrato No.	CPSAG-033-2025		
Clase o tipo de contrato:	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN		
Nombre del(a) contratista:	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Identificación del(a) contratista:	C.C.	1070942838	
Dirección:	Calle 4a # 14b -25		
Teléfono	3166263933	Correo Electrónico:	helberleal@gmail.com
Objeto:	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".		
CDP Inicial:	2025000047	Fecha	2/02/2025
RP Inicial:	2025000043	Fecha	12/03/2025
CDP Adición:	N/A	Fecha	N/A
RP Adición:	N/A	Fecha	N/A
Valor Inicial Contrato:	CATORCE MILLONES MONEDA CORRIENTE ($14.000.000) M CTE		
Valor Despues Modificación:	N/A		
Póliza de Cumplimiento:	No. CHU-100043220	Fecha de Aprobación	17/03/2025
Nombre Aseguradora	COMPAÑIA MUNDIAL DE SEGUROS S.A		
ARL	SURA	Fecha de Inicio Cobertura	11/03/2025
Lugar de ejecución:	Facatativá - Cundinamarca		
Fecha de suscripción:	1/03/2025		
Plazo de ejecución inicial:	SIETE MESES (07)		
Fecha de inicio:	1/03/2025		



Evidencias informe marzo 2025 - Word

OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	Evidencias periodo del 1 al 30 de Abril 2025

OBLIGACION	13	**FECHA**	1-30/04/2025	**OBLIGACION**	14	**FECHA**	1-30/04/2025









OBLIGACION	15	**FECHA**	1-30/04/2025

OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	Evidencias periodo del 1 al 30 de MAYO 2025

ESCUELA DE FORMACION DE ULTIMATE

Facatativá, 18 de marzo 2025

Señor (es)
Juan Carlos Manrique
Director
Alejandro Velázquez
Subdirector

Facatativá.

Reciba un cordial saludo,

La presente contiene la intención de petición de préstamo de algunos materiales deportivos que se requieren para la práctica y desarrollo de sesiones de clase de la escuela de formación de ULTIMATE idóneas, que cumplan con las especificaciones requeridas por el IDRF, esto servirá como un incentivo y un apoyo a la práctica de este deporte y al crecimiento de la escuela de formación.

A continuación, los materiales solicitados.

MATERIALES:

- 15 Frisbees Marca ultrastar Blancos peso 175 gramos.
- Vallas para salto
- Escalera pliométrica

Le agradezco de antemano el tiempo que dedique a estudiar mi asunto.

Atentamente,

Helber Leal Guzmán
Instructor escuela de formación de ULTIMATE
Lic. en Educación básica con énfasis en recreación y deporte
(universidad libre) 2014





REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ

IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

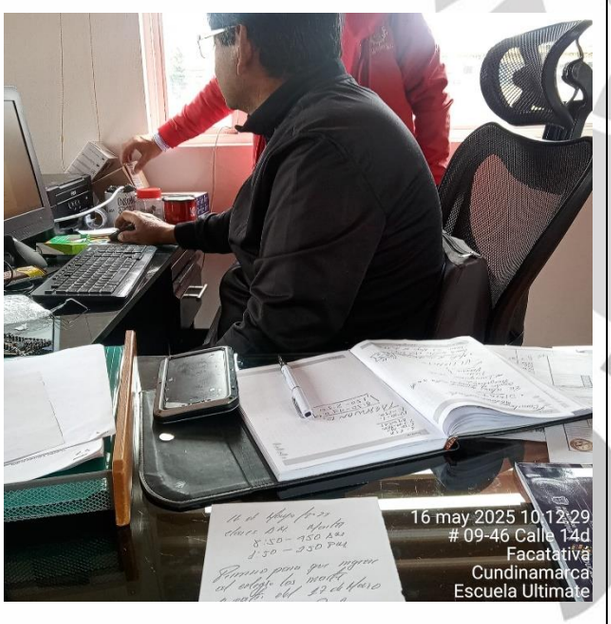
COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman						
Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
ETAPA	INICIACION	MES	Abril	Numero se sesiones	5	Fecha	del 1 al 5 de abril

OBJETIVO DE LA SEMANA : Desarrollar el proyecto de portivo de la escuela de formacion de ultimate realizando sesiones de clase en diferentes sectores del municipio y en instituciones educativas cumpliendo con lo establecido por el instituto de deporte IDRF

DURACION DE LA SESION		120	LUNES	120	MARTES	120	MIERCOLES	120	JUEVES	120	VIERNES	120	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO HORARIO				Portal de Maco 2:00 - 6:00pm		Villa Olimpica 2:00 - 6:00pm		Villa Olimpica 6:00 - 9:00pm		Portal de Maco 2:00 - 6:00pm		Villa Olimpica 8:30pm		
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL			Estiramiento inicial y tipo de calentamiento divulgativo		Estiramiento inicial y tipo de calentamiento divulgativo		Estiramiento inicial y tipo de calentamiento divulgativo		Estiramiento inicial y tipo de calentamiento divulgativo		Estiramiento inicial y tipo de calentamiento divulgativo		
	TIPO			GENERAL: Calentamiento articular y estiramiento articular		GENERAL: Calentamiento articular y estiramiento articular		GENERAL: Calentamiento articular y estiramiento articular		GENERAL: Calentamiento articular y estiramiento articular		GENERAL: Calentamiento articular y estiramiento articular		
	RETORNO A LA CALMA			Feed back de la clase contexto acompañado de calentamiento articular y estatico		Feed back de la clase contexto acompañado de calentamiento articular y estatico		Feed back de la clase contexto acompañado de calentamiento articular y estatico		Feed back de la clase contexto acompañado de calentamiento articular y estatico		Feed back de la clase contexto acompañado de calentamiento articular y estatico		
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL			Tipo de calentamiento PASIVO , calentamiento general		Tipo de calentamiento PASIVO , calentamiento general		Tipo de calentamiento PASIVO , calentamiento general		Tipo de calentamiento PASIVO , calentamiento general		Tipo de calentamiento PASIVO , calentamiento general		
	OBSERVACION													
FASE FISICA	Contenido			Trabajar de manera divisible fuerza resistencia combinada de diferentes maneras de ejercicios fisicos con el balon de ultimate (lanzamiento, recepcion, desmarque, pivoteo, marcaje, ofensiva, defensiva)		Trabajar de manera divisible fuerza resistencia combinada de diferentes maneras de ejercicios fisicos con el balon de ultimate (lanzamiento, recepcion, desmarque, pivoteo, marcaje, ofensiva, defensiva)		Trabajar de manera divisible fuerza resistencia combinada de diferentes maneras de ejercicios fisicos con el balon de ultimate (lanzamiento, recepcion, desmarque, pivoteo, marcaje, ofensiva, defensiva)		Trabajar de manera divisible fuerza resistencia combinada de diferentes maneras de ejercicios fisicos con el balon de ultimate (lanzamiento, recepcion, desmarque, pivoteo, marcaje, ofensiva, defensiva)		Trabajar de manera divisible fuerza resistencia combinada de diferentes maneras de ejercicios fisicos con el balon de ultimate (lanzamiento, recepcion, desmarque, pivoteo, marcaje, ofensiva, defensiva)		
	Fase de Desarrollo			adquisicion		adquisicion		adquisicion		adquisicion		adquisicion		
	Intensidad (%)			20		20		20		20		20		
	Volumen (%)			25		25		25		25		25		
	Volumen (min)	0		30		30		30		30		30		0
FASE TECNICA	Contenido			Trabajar de manera divisible habilidades tecnicas especificas del ultimate (lanzamiento, recepcion, desmarque, pivoteo, marcaje, ofensiva, defensiva)		Trabajar de manera divisible habilidades tecnicas especificas del ultimate (lanzamiento, recepcion, desmarque, pivoteo, marcaje, ofensiva, defensiva)		Trabajar de manera divisible habilidades tecnicas especificas del ultimate (lanzamiento, recepcion, desmarque, pivoteo, marcaje, ofensiva, defensiva)		Trabajar de manera divisible habilidades tecnicas especificas del ultimate (lanzamiento, recepcion, desmarque, pivoteo, marcaje, ofensiva, defensiva)		Trabajar de manera divisible habilidades tecnicas especificas del ultimate (lanzamiento, recepcion, desmarque, pivoteo, marcaje, ofensiva, defensiva)		
	Fase de Desarrollo	Adquisicion		adquisicion		adquisicion		adquisicion		adquisicion		adquisicion		
	Intensidad (%)			60		60		60		60		60		
	Volumen (%)			30		30		30		30		30		
	Volumen (min)	0		36		36		36		36		36		
	Contenido			Iniciar de manera practica de ejercicios especificos del ultimate para desarrollar habilidades tecnicas especificas del ultimate		Iniciar de manera practica de ejercicios especificos del ultimate para desarrollar habilidades tecnicas especificas del ultimate		Iniciar de manera practica de ejercicios especificos del ultimate para desarrollar habilidades tecnicas especificas del ultimate		Iniciar de manera practica de ejercicios especificos del ultimate para desarrollar habilidades tecnicas especificas del ultimate		Iniciar de manera practica de ejercicios especificos del ultimate para desarrollar habilidades tecnicas especificas del ultimate		





OBLIGACION	01	**FECHA**	1-30/05/2025	**OBLIGACION**	02	**FECHA**	1-30/05/2025



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ

Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá, 25 de abril del 2025

Señora
FERNANDA MORENO
Psicóloga
FUNDACION CASA MARSUPIALIS
Ciudad

Asunto: Autorización y Presentación

Respetada señora:

Desde la Dirección del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá y su equipo de trabajo, les deseamos éxitos en sus labores que adelanta en esta importante comunidad.

Me permito presentar al formador **HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN** identificado con c.c. 1.070.942.638 quien es contratista del Instituto y apoyará el Programa de escuelas de formación en **ULTIMATE**.

Pensando en las necesidades de la población infantil y juvenil del Municipio en lo que se refiere a la ocupación del tiempo libre a través del deporte, la recreación y la actividad física con miras al mejoramiento de la calidad de vida, acudo a usted para que se le permita al formador promocionar el programa de la Escuela de Formación del IDRF en su comunidad.

Para más información se podrá contactar con el formador a través del número celular 3166263933.

Agradezco la atención prestada y en espera de su colaboración.

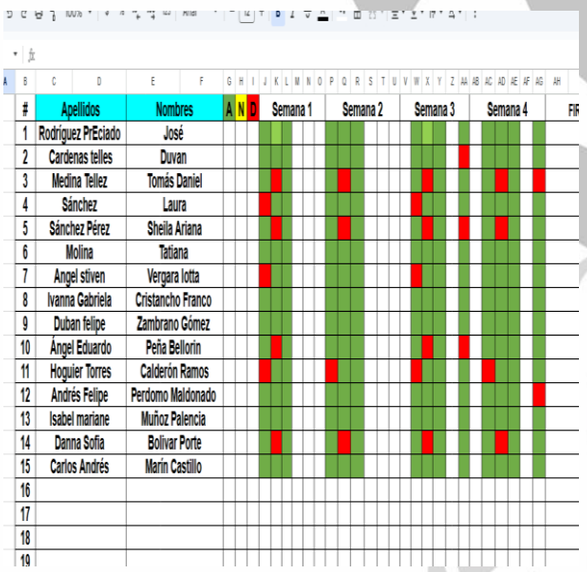
Cordialmente,

JUAN CARLOS MANRIQUE SANCHEZ
Director General

315.793.8
Cll. 5 N° 7A - 19 - Coliseo Central
(57+1) 312.306.54.44
Facatativa.cundinamarca.gov.co







#	Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	FIR
1	Rodríguez PrEciado	José								
2	Cardenas telles	Duvan								
3	Medina Tellez	Tomás Daniel								
4	Sánchez	Laura								
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana								
6	Molina	Tatiana								
7	Angel stiven	Vergara lotta								
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco								
9	Duban felipe	Zambrano Gómez								
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorín								
11	Hoguier Torres	Calderón Ramos								
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado								
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia								
14	Danna Sofia	Bolivar Porte								
15	Carlos Andrés	Marín Castillo								
16										
17										
18										
19										

OBLIGACION	03	FECHA	1-30/04/2025	OBLIGACION	04	FECHA	1-30/04/2025

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ

IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman						
Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
ETAPA	INICIACION	MES	Marzo	Numero se sesiones	5	Fecha	del 24 al 30 marzo

OBJETIVO DE LA SEMANA : Realizar proceso de iniciacion deportiva utilizando como base deportiva el Ultimate y enfocando los aspectos tecnica tacticos y fisicos especificos de esta disciplina deportiva trabajando con deportistas de edades entre los 6 hasta las 15 años de edad especificando trabajso acordes a cada una de las edades trabajadas

		DURACION DE LA SESION	120	120	120	120	120	120	120
			LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
		LUGAR Y/O ESCENARIO		Portal de María	Villa Olimpica	PORTAL DE MARIA	VEREDA	Villa Olimpica	
		HORARIO		3:00--5:00pm	2:00 - 4:00pm	3:00-5:00pm	2:00--6:00pm	9-12pm	
		TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	
FASE CALENTAMIENTO		TIPO CALENTAMIENTO		GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	
		RETORNO A LA CALMA)		feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	
		TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	
		OBSERVACION							
FASE FISICA		Contenido		Trabajar de coordinacion dorpla mientras combina direcciones planificar una rutina temporal y social fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion dorpla mientras combina direcciones planificar una rutina temporal y social fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion dorpla mientras combina direcciones planificar una rutina temporal y social fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion dorpla mientras combina direcciones planificar una rutina temporal y social fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion dorpla mientras combina direcciones planificar una rutina temporal y social fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura corporal	
		Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
		Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
		Volumen (%)		25	25	25	25	25	
		Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
FASE TECNICA		Contenido		trabajar de desarrolla de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrolla de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrolla de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrolla de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrolla de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientari	
		Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
		Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
		Volumen (%)		30	30	30	30	30	
		Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	0
		Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
ASE TECNICA		Contenido		trabajar de desarrolla de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrolla de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrolla de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrolla de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientari	trabajar de desarrolla de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientari	
		Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
		Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
		Volumen (%)		30	30	30	30	30	
		Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	0
ASE TACTICA		Contenido		inicio trabajo de practica de juego replicacion reforzamiento aspectos generales del utilizado cuadro juegos posiciones ,roles de juego	inicio trabajo de practica de juego replicacion reforzamiento aspectos generales del utilizado cuadro juegos posiciones ,roles de juego	inicio trabajo de practica de juego replicacion reforzamiento aspectos generales del utilizado cuadro juegos posiciones ,roles de juego	inicio trabajo de practica de juego replicacion reforzamiento aspectos generales del utilizado cuadro juegos posiciones ,roles de juego	inicio trabajo de practica de juego replicacion reforzamiento aspectos generales del utilizado cuadro juegos posiciones ,roles de juego	
		Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
		Intensidad (%)		25	20	20	20	20	
		Volumen (%)		30	25	25	25	25	
		Volumen (min)	0	25	30	30	30	30	0
Total volumen (%) sesion				85	80	80	80	80	0
Total volumen (min) sesion			0	91	96	96	96	96	0
TOTAL DE INTENSIDAD POR SESION			0	105	100	100	100	100	0

omportamiento Grafica de la ejecucion d la carga

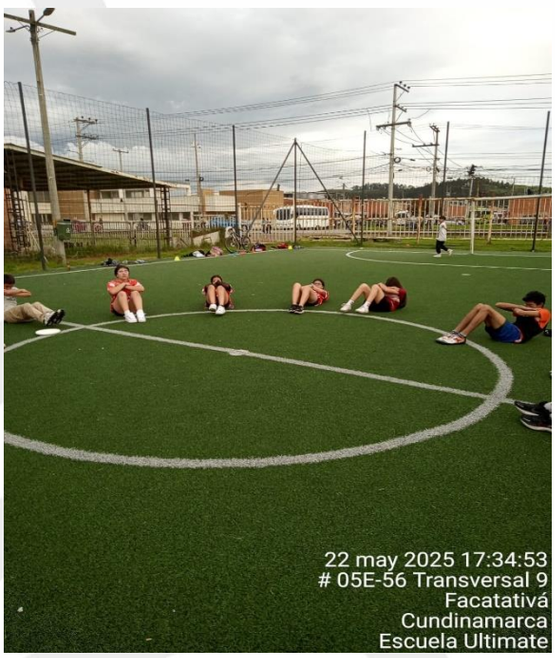


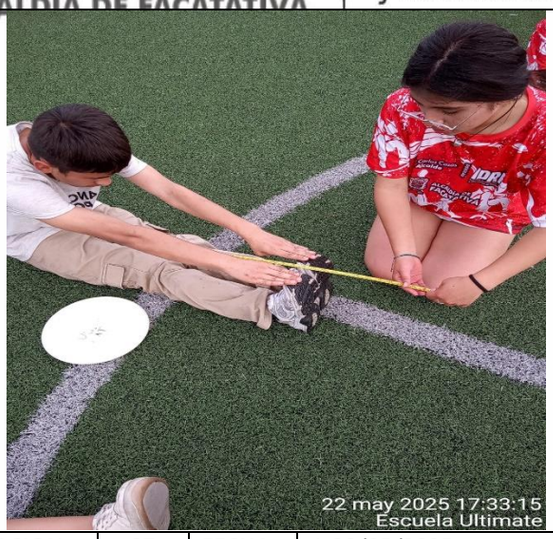






				 				
OBLIGACION	05	**FECHA**	1-30/05/2025	**OBLIGACIÓN**	06	**FECHA**	1-30/05/2025

	N/A



OBLIGACION	07	FECHA	1-30/05/2025

OBLIGACION	08	FECHA	1-30/05/2025

N/A

OBLIGACION	09	FECHA	1-30/04/2025

DEPORTE: BALONCESTO
ASISTENCIA MES: AGOSTO PARTICIPANTES: TREINT

	Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
	Rodríguez PrEciado	José							
	Cardenas telles	Duvan							
	Medina Tellez	Tomás Daniel							
	Sánchez	Laura							
	Sánchez Pérez	Sheila Ariana							
	Molina	Tatiana							
	Angel stiven	Vergara lotta							
	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco							
	Duban felipe	Zambrano Gómez							
)	Ángel Eduardo	Peña Bellorin							
1	Hoguier Torres	Calderón Ramos							
2	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado							
3	Isabel mariane	Muñoz Palencia							
4	Danna Sofia	Bolivar Porte							
5	Carlos Andrés	Marín Castillo							

OBLIGACION	10	FECHA	1-30/04/2025



OBLIGACION	11	FECHA	17-30/05/2025

OBLIGACION	12	FECHA	17-30/05/2025

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2025-05-16, 11:57:56 AM | Tipo Planilla: I: PLANILLA INDEPENDIENTES | Número Planilla: 1071840171
Periodo Cotización: abril de 2025 | Periodo Servicio: abril de 2025 | Referencia pago (PIN): 8823039861

PAGADO 16/05/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC1070942638	Dirección	CLL 4A#14B-25
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Teléfono	3202546858
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	ÚNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																				Pensiones		Salud			Riesgos		Cajas			Parafiscales			Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	VST	SLN	IGE	LMA	VAC-LR	AVP	VCT	IRP	COR	SUS	INT	LNR	LPA	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Cajas	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Minideporte	Total
CC 1070942638	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	59	00																					ADMINISTRADORA COLOMBIANA DE PENSIONES - COLPENSIONES	$ 1.423.500	$ 227.800	SANITAS EPS S.A.S.	$ 1.423.500	$ 170.820	12%	$ 1.423.500	$ 14.000	ADMINISTRADORA COLOMBIANA DE PENSIONES - COLPENSIONES	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 426.700

III. TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Inexactitudes ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 0	$ 227.800	$ 170.820	$ 14.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 426.700	$ 1.200	$ 427.900

OBLIGACION	13	**FECHA**	1-30/05/2025

INFORME DE ACTIVIDADES DEL CONTRATO No. CPSAG-033-2025

CORRESPONDIENTE AL PERIODO EJECUTADO COMPRENDIDO DEL 01/05/2025 AL 30/05/2025	PAGO	03	DE	8
Fecha de presentación o radicación:	02/06/2025			

I. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

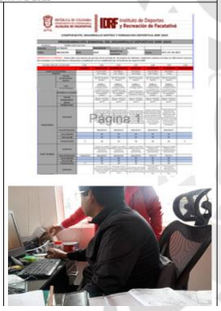
Contrato No.	CPSAG-033-2025		
Clase o tipo de contrato:	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN		
Nombre del(a) contratista:	HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN		
Identificación del(a) contratista:	C.C.	1070942638	
Dirección:	Calle 4a # 14b -25		
Teléfono	3166263933	Correo Electrónico:	helberleal@gmail.com
Objeto:	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".		
CDP Inicial:	2025000047	Fecha	27/02/2025
RP Inicial:	2025000043	Fecha	12/03/2025
CDP Adición:	N/A	Fecha	N/A
RP Adición:	N/A	Fecha	N/A
Valor Inicial Contrato:	CATORCE MILLONES MONEDA CORRIENTE ($14 000 000) M/ CTE		
Valor Después Modificación:	N/A		
Póliza de Cumplimiento	No. CHU-100043220	Fecha de Aprobación	17/03/2025
Nombre Aseguradora	COMPAÑÍA MUNDIAL DE SEGUROS S.A		
ARL	SURA	Fecha de Inicio Cobertura	11/03/2025
Lugar de ejecución:	Facatativá - Cundinamarca		

Párrafo | Estilos

DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA ALCALDÍA DE FACATATIVÁ | Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	Evidencias periodo del 1 al 30 de MAYO 2025





REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá, 2 junio de 2025

CUENTA DE COBRO No 003

El **INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ - IDRF**
Nit 800.215.793-8

DEBE A:

HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN
C.C. 1070942638 DE Facatativá

LA SUMA DE:

DOS MILLONES DE PESOS MONEDA CORRIENTE ($2.000.000 M/CTE.)

Por concepto del **Tercer** pago pago del Contrato de Prestación de Servicios No CPSAG-033-2025, cuyo Objeto es: "PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF" durante el período comprendido entre el **1** al **30 MAYO** de 2025.

OBLIGACION	14	**FECHA**	1-30/05/2025

OBLIGACION	15	**FECHA**	1-30/05/2025

OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	**Evidencias periodo del 1 al 30 de JUNIO 2025**

ESCUELA DE FORMACION DE ULTIMATE

Facatativá, 18 de marzo 2025

Señor (es)
Juan Carlos Manrique
Director
Alejandro Velázquez
Subdirector

Facatativá.

Reciba un cordial saludo,

La presente contiene la intención de petición de préstamo de algunos materiales deportivos que se requieren para la práctica y desarrollo de sesiones de clase de la escuela de formación de ULTIMATE idóneas, que cumplan con las especificaciones requeridas por el IDRF, esto servirá como un incentivo y un apoyo a la práctica de este deporte y al crecimiento de la escuela de formación.

A continuación, los materiales solicitados.

MATERIALES:

- 15 Frisbees Marca ultrastar Blancos peso 175 gramos.
- Vallas para salto
- Escalera pliométrica

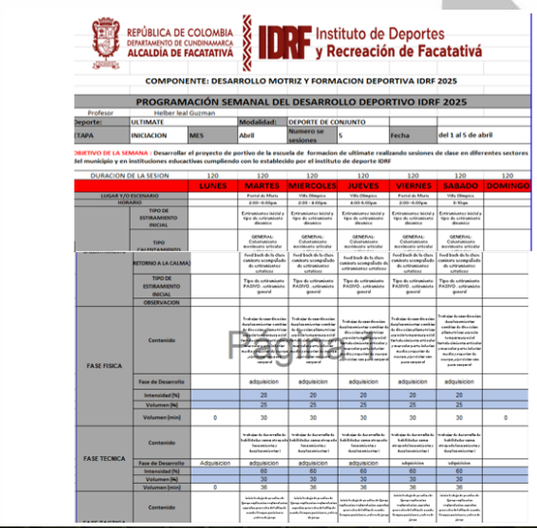
Le agradezco de antemano el tiempo que dedique a estudiar mi asunto.

Atentamente,

Helber Leal Guzmán
Instructor escuela de formación de ULTIMATE
Lic. en Educación básica con énfasis en recreación y deporte
(universidad libre) 2014



OBLIGACION	01	**FECHA**	1-30/06/2025



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor: Helber leal Guzman

Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
ETAPA	INICIACION	MES	Abril	Numero se sesiones	5	Fecha	del 1 al 5 de abril

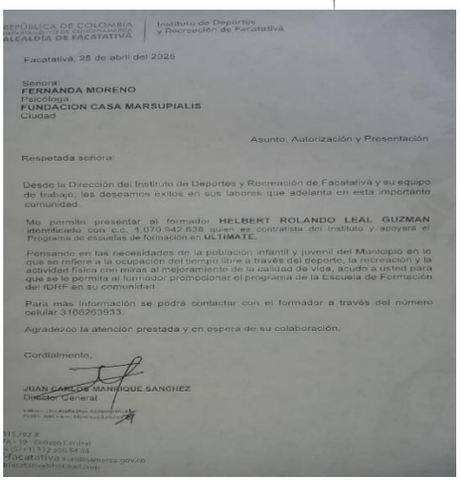
OBJETIVO DE LA SEMANA : Desarrollar el proyecto de portivo de la escuela de formacion de ultimate realizando sesiones de clase en diferentes sectores del municipio y en instituciones educactivas cumpliendo con lo establecido por el instituto de deporte IDRF

DURACION DE LA SESION		120	120	120	120	120	120	120
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO			Portal de Maria	Villa Olimpica	Villa Olimpica	Portal de Maria	Villa Olimpica	
HORARIO			2:00 - 6:00pm	2:00 - 6:00pm	6:00-6:00pm	2:00 - 6:00pm	8:30pm	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Estiramiento teórico y tipo de calistenia y dinamico	Estiramiento teórico y tipo de calistenia y dinamico	Estiramiento teórico y tipo de calistenia y dinamico	Estiramiento teórico y tipo de calistenia y dinamico	Estiramiento teórico y tipo de calistenia y dinamico	
	TIPO		GENERAL: Calentamiento acondicionamiento articular	GENERAL: Calentamiento acondicionamiento articular	GENERAL: Calentamiento acondicionamiento articular	GENERAL: Calentamiento acondicionamiento articular	GENERAL: Calentamiento acondicionamiento articular	
	RETORNO A LA CALMA		Feed back de lo clase contesta acompañado de calentamiento analitico	Feed back de lo clase contesta acompañado de calentamiento analitico	Feed back de lo clase contesta acompañado de calentamiento analitico	Feed back de lo clase contesta acompañado de calentamiento analitico	Feed back de lo clase contesta acompañado de calentamiento analitico	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Tipo de calistenia PASIVO . calistenia general	Tipo de calistenia PASIVO . calistenia general	Tipo de calistenia PASIVO . calistenia general	Tipo de calistenia PASIVO . calistenia general	Tipo de calistenia PASIVO . calistenia general	
	OBSERVACION							
FASE FISICA	Contenido		Trabajar la coordinacion fundamentar combinada con la velocidad de reaccion	Trabajar la coordinacion fundamentar combinada con la velocidad de reaccion	Trabajar la coordinacion fundamentar combinada con la velocidad de reaccion	Trabajar la coordinacion fundamentar combinada con la velocidad de reaccion	Trabajar la coordinacion fundamentar combinada con la velocidad de reaccion	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
	Volumen (%)		25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
FASE TECNICA	Contenido		Trabajar la duracion de la habilidad en combinacion con la velocidad de reaccion	Trabajar la duracion de la habilidad en combinacion con la velocidad de reaccion	Trabajar la duracion de la habilidad en combinacion con la velocidad de reaccion	Trabajar la duracion de la habilidad en combinacion con la velocidad de reaccion	Trabajar la duracion de la habilidad en combinacion con la velocidad de reaccion	
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
	Volumen (%)		30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	
	Contenido		Iniciar la jugada en ataque de manera rapida y precisa con el objetivo de llegar a la zona de anotacion	Iniciar la jugada en ataque de manera rapida y precisa con el objetivo de llegar a la zona de anotacion	Iniciar la jugada en ataque de manera rapida y precisa con el objetivo de llegar a la zona de anotacion	Iniciar la jugada en ataque de manera rapida y precisa con el objetivo de llegar a la zona de anotacion	Iniciar la jugada en ataque de manera rapida y precisa con el objetivo de llegar a la zona de anotacion	





OBLIGACION	02	**FECHA**	1-30/06/2025



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá, 25 de abril del 2025

Señora:
FERNANDA MORENO
Psicóloga
FUNDACION CASA MARSUPIALIS
Ciudad

Asunto: Autorización y Presentación

Respetada señora:

Desde la Dirección del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá y su equipo de trabajo, les deseamos éxitos en sus labores que adelanta en esta importante comunidad.

Me permito presentar al formador **HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN** identificado con c.c. 1.070.942.638 quien es contratista del Instituto y apoyará el Programa de escuelas de formación en **ULTIMATE**.

Pensando en las necesidades de la población infantil y juvenil del Municipio en lo que se refiere a la ocupación del tiempo libre a través del deporte, la recreación y la actividad física con miras al mejoramiento de la calidad de vida, acudo a usted para que se le permita al formador promocionar el programa de la Escuela de Formación del IDRF en su comunidad.

Para más información se podrá contactar con el formador a través del número celular 3166263933.

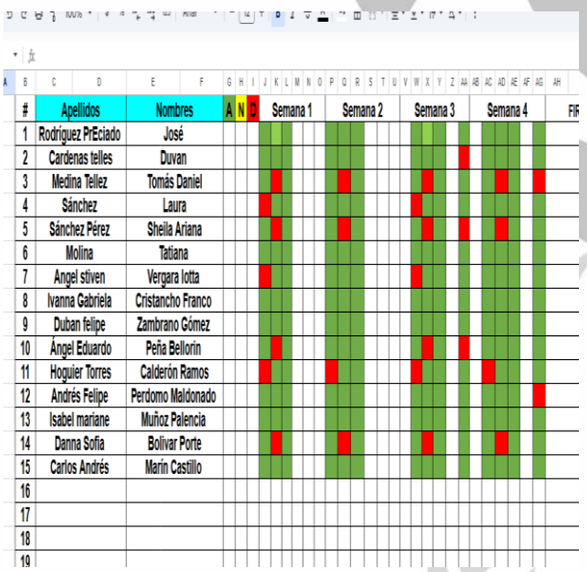
Agradezco la atención prestada y en espera de su colaboración.

Cordialmente,

JUAN CARLOS MANRIQUE SANCHEZ
Director General







#	Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	FIR
1	Rodriguez PrEciado	José								
2	Cardenas telles	Duvan								
3	Medina Tellez	Tomás Daniel								
4	Sánchez	Laura								
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana								
6	Molina	Tatiana								
7	Angel stiven	Vergara lotta								
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco								
9	Duban felipe	Zambrano Gómez								
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorin								
11	Hoguier Torres	Calderón Ramos								
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado								
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia								
14	Danna Sofia	Bolivar Porte								
15	Carlos Andrés	Marin Castillo								
16										
17										
18										
19										

OBLIGACION	03	**FECHA**	1-30/06/2025	**OBLIGACION**	04	**FECHA**	1-30/06/2025

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ

IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

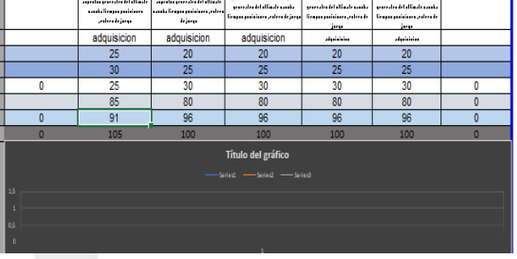
PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman						
Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
ETAPA	INICIACION	MES	Marzo	Numero se sesiones	5	Fecha	del 24 al 30 marzo

OBJETIVO DE LA SEMANA : Realizar proceso de iniciacion deportiva utilizando como base deportiva el Ultimate y enfocando los aspectos tecnica tacticos y fisicos especificos de esta disciplina deportiva trabajando con deportistas de edades entre los 6 hasta las 15 años de edad especificando trabajso acordes a cada una de las edades trabajadas

DURACION DE LA SESION		120	120	120	120	120	120	120
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO			Portal de Maris	Villa Olimpica	PORTAL DE MARIA	VEREDA	Villa Olimpica	
HORARIO			3:00--5:00pm	2:00 - 4:00pm	3:00-5:00pm	2:00--6:00pm	9-12pm	
FASE CALENTAMIENTO	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Estiramientos inicial y tipo de calentamiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de calentamiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de calentamiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de calentamiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de calentamiento dinamico	
	TIPO CALENTAMIENTO		GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiorvascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiorvascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiorvascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiorvascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiorvascular	
	RETORNO A LA CALMA)		Feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	Feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	Feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	Feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	Feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	
	OBSERVACION							
FASE FISICA	Contenido		Trabajar de coordinacion dinamica general y combinar de direcciones plano sagital y transversal en una sesion temporo espacial fuerza resistencia articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura carga en el	Trabajar de coordinacion dinamica general y combinar de direcciones plano sagital y transversal en una sesion temporo espacial fuerza resistencia articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura carga en el	Trabajar de coordinacion dinamica general y combinar de direcciones plano sagital y transversal en una sesion temporo espacial fuerza resistencia articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura carga en el	Trabajar de coordinacion dinamica general y combinar de direcciones plano sagital y transversal en una sesion temporo espacial fuerza resistencia articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura carga en el	Trabajar de coordinacion dinamica general y combinar de direcciones plano sagital y transversal en una sesion temporo espacial fuerza resistencia articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con pura carga en el	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
	Volumen (%)		25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
FASE TECNICA	Contenido		trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplas amistosas	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplas amistosas	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplas amistosas	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplas amistosas	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplas amistosas	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
	Volumen (%)		30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	0
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
ASE TECNICA	Contenido		trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplas amistosas	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplas amistosas	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplas amistosas	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplas amistosas	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplas amistosas	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
	Volumen (%)		30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	0
ASE TACTICA	Contenido		inicio trabajo de pruebas de juego replicacion reglamentacion aspectos generales del alliado cuadro juegos posiciones roles de juego	inicio trabajo de pruebas de juego replicacion reglamentacion aspectos generales del alliado cuadro juegos posiciones roles de juego	inicio trabajo de pruebas de juego replicacion reglamentacion aspectos generales del alliado cuadro juegos posiciones roles de juego	inicio trabajo de pruebas de juego replicacion reglamentacion aspectos generales del alliado cuadro juegos posiciones roles de juego	inicio trabajo de pruebas de juego replicacion reglamentacion aspectos generales del alliado cuadro juegos posiciones roles de juego	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		25	20	20	20	20	
	Volumen (%)		30	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	25	30	30	30	30	0
Total volumen (%) sesion			85	80	80	80	80	0
Total volumen (min) sesion		0	91	96	96	96	96	0
TOTAL DE INTENSIDAD POR SESION		0	105	100	100	100	100	0

omportamiento Grafica de la ejecucion d la carga



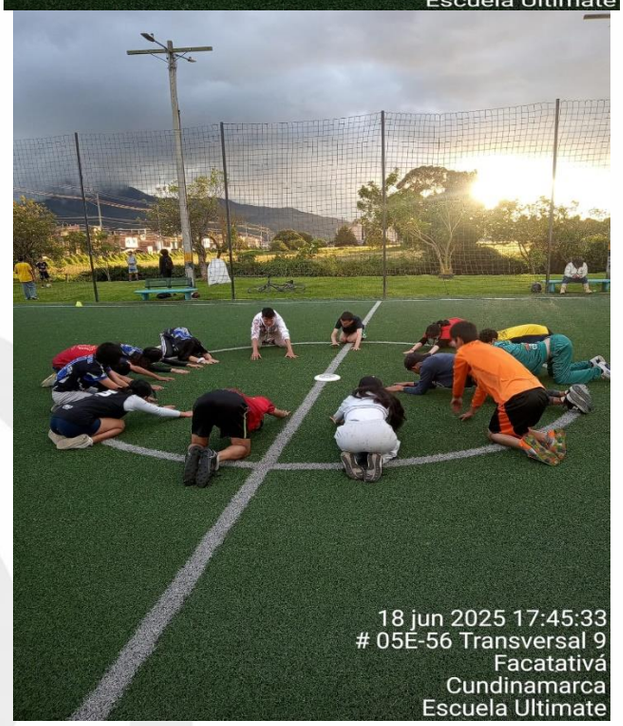






				  				
OBLIGACION	05	**FECHA**	1-30/06/2025	**OBLIGACIÓN**	06	**FECHA**	1-30/06/2025

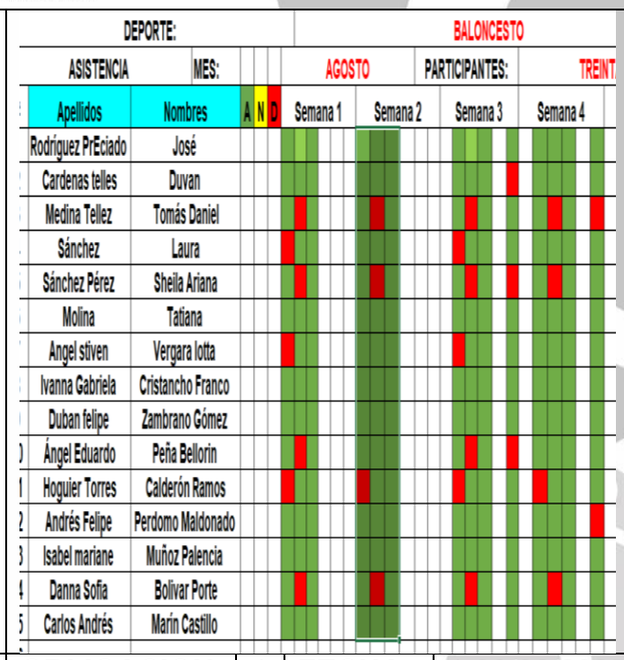




N/A

OBLIGACION	07	FECHA	1-30/06/2025	OBLIGACION	08	FECHA	1-30/06/2025

N/A



DEPORTE: BALONCESTO

ASISTENCIA MES: AGOSTO PARTICIPANTES: TREINT

Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
Rodríguez PrEciado	José							
Cardenas telles	Duvan							
Medina Tellez	Tomás Daniel							
Sánchez	Laura							
Sánchez Pérez	Sheila Ariana							
Molina	Tatiana							
Angel stiven	Vergara lotta							
Ivanna Gabriela	Cristancho Franco							
Duban felipe	Zambrano Gómez							
Ángel Eduardo	Peña Bellorin							
Hoguier Torres	Calderón Ramos							
Andrés Felipe	Perdomo Maldonado							
Isabel mariane	Muñoz Palencia							
Danna Sofia	Bolivar Porte							
Carlos Andrés	Marín Castillo							

OBLIGACION	09	FECHA	1-30/06/2025

OBLIGACION	10	FECHA	1-30/06/2025



REPÚBLICA DE COLOMBIA

TARJETA DE ENTRENADOR DEPORTIVO

COCED

TE 22075

Helber Rolando
Leal Guzmán

CC 1070942638

Título

Licenciado en educación básica con énfasis en educación física, recreación y deportes

Institución de Educación Superior

Universidad Libre - Bogotá D.C.

Año de Graduación

2014

Néstor Ordóñez Saavedra
Presidente COCED

www.coced.co

Fecha de Expedición
14-01-2025

N/A

OBLIGACION	11	FECHA	17-30/06/2025

OBLIGACION	12	FECHA	17-30/06/2025



Simple

PAGOSIMPLE |

PAGADO 20/06/2025

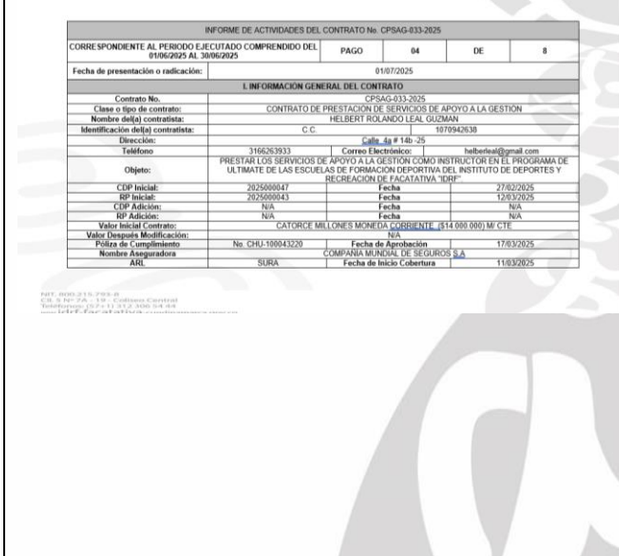
I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC 1070942638	Dirección	CLL 4#F14B-25
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Teléfono	3202546858
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	UNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado | Novedades | Pensiones | Salud | Riesgos | Cajas | Parafiscales | Total

III. TOTALES



INFORME DE ACTIVIDADES DEL CONTRATO No. CPSAG-033-2025

CORRESPONDIENTE AL PERIODO EJECUTADO COMPRENDIDO DEL 01/06/2025 AL 30/06/2025	PAGO	04	DE	8
Fecha de presentación o radicación:	01/07/2025			

I. INFORMACION GENERAL DEL CONTRATO

Contrato No.	CPSAG-033-2025		
Clase o tipo de contrato:	CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION		
Nombre del(a) contratista:	HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN		
Identificación del(a) contratista:	C.C.	1070942638	
Dirección:	Calle 4a # 14b -25		
Teléfono	3166263933	Correo Electrónico:	helberleal@gmail.com
Objeto:	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE FACATATIVA "IDRF"		
CDP Inicial:	2025000047	Fecha	27/02/2025
RP Inicial:	2025000043	Fecha	12/03/2025
CDP Adición:	N/A	Fecha	N/A
RP Adición:	N/A	Fecha	N/A
Valor Inicial Contrato:	CATORCE MILLONES MONEDA CORRIENTE ($14.000.000) M/ CTE		
Valor Después Modificación:	N/A		
Poliza de Cumplimiento	No: CHU-100043220	Fecha de Aprobación	17/03/2025
Nombre Aseguradora	COMPAÑIA MUNDIAL DE SEGUROS S.A		
ARL	SURA	Fecha de Inicio Cobertura	11/03/2025

OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	**Evidencias periodo del 1 al 30 de JUNIO 2025**











Accesibilidad: es necesario investigar

ALCALDIA DE FACATATIVA

Facatativá, 1 Julio de 2025

CUENTA DE COBRO No 004

El **INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ - IDRF**
Nit 800.215.793-8

DEBE A:

HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN
C.C. 1070942638 DE Facatativá

LA SUMA DE:

DOS MILLONES DE PESOS MONEDA CORRIENTE ($2.000.000 M/CTE.)

Por concepto del **Cuarto** pago pago del Contrato de Prestación de Servicios No CPSAG-033-2025, cuyo Objeto es: "PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF" durante el período comprendido entre el **1 al 30 MAYO** de 2025.

Favor consignar estos recursos en la Cuenta de **AHORROS** No **CUENTA DE AHORROS No 455702287 BANCO AV VILLAS**

Nota: Me permito solicitar aplicar lo dispuesto en el Art. 206, 329, 330, 332, 387 y 383 del E.T. que modificó la Ley 1819 de 2016 en el Art. 17. al igual que lo

ccesibilidad: es necesario investigar

Simple | PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2025-05-20 08:28:57 AM | Tipo Planilla: I- PLANILLA INDEPENDIENTES | Número Planilla: 107274454

Período Cotización: mayo de 2025 | Período Servicio: mayo de 2025 | Referencia pago (PIN): 882883881

PAGADO 20/06/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC 1070942638	**Dirección**	CLL 4A# 6B-20
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	3202548858
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	UNICO
Ciudad	FACATATIVA	**Departamento**	CUNDINAMARCA
Representante Legal		**Identificación**	
Total Afiliados	1	**ARP**	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades		Pensiones			Salud			Riesgos		Cajas			Parafiscales			Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	Días	IBC	Administradora	IBC Pensión	Aportes Pensión	Administradora	IBC Salud	Aportes Salud	Cuota	IBC Riesgos	Aportes Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aportes Caja	Aportes SENA	Aportes ICBF	
1070942638	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	1	0	30																

III TOTALES

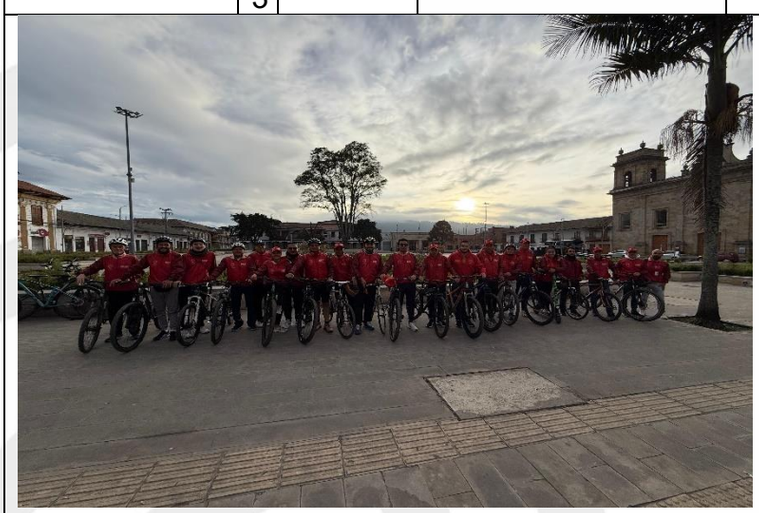
IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Caja	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Caja	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes Esc.Educación	Cotizaciones, Cuotas, Sobre el Costo SGP	Cotizaciones AFP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.451.000	$ 1.433.000	$ 1.451.000	$ 0	$ 537.000	$ 179.000	$ 14.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 730.000	$ 0	$ 730.000

Página 1 de 1

Líneas de Servicio Form@SIMPLE: Bogotá 601 4446624 - Cali: 602 8340377 - Medellín: 604 3146660 - Bucaramanga: 607 6438000 - Cartagena: 605 6945444 - Pereira: 606 3455360 - Barranquilla: 605 3616660 - Resto del País: 018000 511 871 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Protegamos el medio ambiente está en nuestras manos.

Obligación	13	**Fecha**	1-30/06/2025	**Obligación**	14	**Fecha**	1-30/06/2025




IDRF
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá
12 jun. 2025 8:30:37 a. m.
4°49'24.324"N 74°21'25.092"W
#10-33 Calle 15
Facatativá
Cundinamarca
Altitud:2615.5m
Velocidad:0.0km/h


IDRF
Instituto de Deportes
y Recreación de Fac
TRÁNSITO Y
TRANSPORTE
12 jun. 2025 9:39:11 a. m.
4°49'24.168"N 74°21'25.254"W
#10-33 Calle 15
Facatativá
Cundinamarca
Altitud:2619.7m
Velocidad:0.0km/h






4 jun 2025 06:05:05
05-101 Calle 5
Facatativá
Cundinamarca
Escuela Ultimate


13 jun 2025 19:13:48
1-9 Calle 17
Facatativá
Cundinamarca
Escuela Ultimate

Obligación	15	**Fecha**	1-30/06/2025

NIT. 800.215.793-8
Cll. 5 Nº 7A - 19 - Coliseo Central
Teléfonos: (57+1) 312 306 54 44
ww.idrf-facatativa-cundinamarca.gov.co
e-mail: idrfacatativa@hotmail.com

OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	**Evidencias periodo del 1 al 31 de JULIO 2025**

ESCUELA DE FORMACION DE ULTIMATE

Facatativá, 18 de marzo 2025

Señor (es)
Juan Carlos Manrique
Director
Alejandro Velázquez
Subdirector

Facatativá.

Reciba un cordial saludo,

La presente contiene la intención de petición de préstamo de algunos materiales deportivos que se requieren para la práctica y desarrollo de sesiones de clase de la escuela de formación de ULTIMATE idóneas, que cumplan con las especificaciones requeridas por el IDRF, esto servirá como un incentivo y un apoyo a la práctica de este deporte y al crecimiento de la escuela de formación.

A continuación, los materiales solicitados.

MATERIALES:

- 15 Frisbees Marca ultrastar Blancos peso 175 gramos.
- Vallas para salto
- Escalera pliométrica

Le agradezco de antemano el tiempo que dedique a estudiar mi asunto.

Atentamente,

Helber Leal Guzmán
Instructor escuela de formación de ULTIMATE
Lic. en Educación básica con énfasis en recreación y deporte
(universidad libre) 2014







REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDIA DE FACATATIVÁ

IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman							
Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO				
ETAPA	INICIACION	MES	Abril	Numero se sesiones	5	Fecha	del 1 al 5 de abril	

OBJETIVO DE LA SEMANA : Desarrollar el proyecto de portivo de la escuela de formacion de ultimate realizando sesiones de clase en diferentes sectores del municipio y en instituciones educativas cumpliendo con lo establecido por el instituto de deporte IDRF

DURACIÓN DE LA SESION		120	LUNES	120	MARTES	120	MIERCOLES	120	JUEVES	120	VIERNES	120	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO				Parque La Playa		Villa Olímpica		Parque La Playa		Villa Olímpica		Parque La Playa		
HORARIO				2:00 - 4:00pm		2:00 - 4:00pm		2:00 - 4:00pm		2:00 - 4:00pm		8:30am		
FASE FISICA	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL			Entrenamiento basico y tipo de sesion dinamica		Entrenamiento basico y tipo de sesion dinamica		Entrenamiento basico y tipo de sesion dinamica		Entrenamiento basico y tipo de sesion dinamica		Entrenamiento basico y tipo de sesion dinamica		
	TIPO			GENERAL: Calentamiento articulaciones articular		GENERAL: Calentamiento articulaciones articular		GENERAL: Calentamiento articulaciones articular		GENERAL: Calentamiento articulaciones articular		GENERAL: Calentamiento articulaciones articular		
	RETORNO A LA CALMA			Feed back de la clase, cuestionamiento de lo aprendido en la clase, estiramiento articular		Feed back de la clase, cuestionamiento de lo aprendido en la clase, estiramiento articular		Feed back de la clase, cuestionamiento de lo aprendido en la clase, estiramiento articular		Feed back de la clase, cuestionamiento de lo aprendido en la clase, estiramiento articular		Feed back de la clase, cuestionamiento de lo aprendido en la clase, estiramiento articular		
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL			Tipo de estiramiento PASIVO - estiramiento general		Tipo de estiramiento PASIVO - estiramiento general		Tipo de estiramiento PASIVO - estiramiento general		Tipo de estiramiento PASIVO - estiramiento general		Tipo de estiramiento PASIVO - estiramiento general		
	OBSERVACION													
	Contenido			Trabajar de manera dinamica, haciendo que combine la direccion, velocidad y cambios de direccion, para mejorar la capacidad de reaccion y la agilidad, incluyendo ejercicios de reaccion a estimulos visuales o auditivos, para mejorar el tiempo de reaccion y la velocidad de respuesta		Trabajar de manera dinamica, haciendo que combine la direccion, velocidad y cambios de direccion, para mejorar la capacidad de reaccion y la agilidad, incluyendo ejercicios de reaccion a estimulos visuales o auditivos, para mejorar el tiempo de reaccion y la velocidad de respuesta		Trabajar de manera dinamica, haciendo que combine la direccion, velocidad y cambios de direccion, para mejorar la capacidad de reaccion y la agilidad, incluyendo ejercicios de reaccion a estimulos visuales o auditivos, para mejorar el tiempo de reaccion y la velocidad de respuesta		Trabajar de manera dinamica, haciendo que combine la direccion, velocidad y cambios de direccion, para mejorar la capacidad de reaccion y la agilidad, incluyendo ejercicios de reaccion a estimulos visuales o auditivos, para mejorar el tiempo de reaccion y la velocidad de respuesta		
	Fase de Desarrollo			adquisicion		adquisicion		adquisicion		adquisicion		adquisicion		
	Intensidad (%)			20		20		20		20		20		
	Volumen (%)			25		25		25		25		25		
	Volumen (min)	0		30		30		30		30		30		0
FASE TECNICA	Contenido			Trabajar de manera dinamica, haciendo que combine la habilidad con una accion de reaccion (cuestionamiento / duda/ reaccion)		Trabajar de manera dinamica, haciendo que combine la habilidad con una accion de reaccion (cuestionamiento / duda/ reaccion)		Trabajar de manera dinamica, haciendo que combine la habilidad con una accion de reaccion (cuestionamiento / duda/ reaccion)		Trabajar de manera dinamica, haciendo que combine la habilidad con una accion de reaccion (cuestionamiento / duda/ reaccion)		Trabajar de manera dinamica, haciendo que combine la habilidad con una accion de reaccion (cuestionamiento / duda/ reaccion)		
	Fase de Desarrollo	Adquisicion		adquisicion		adquisicion		adquisicion		adquisicion		adquisicion		
	Intensidad (%)			60		60		60		60		60		
	Volumen (%)			30		30		30		30		30		
	Volumen (min)	0		30		30		30		30		30		
	Contenido			Inicio: Explicación de la actividad: Se explicará a los participantes el objetivo de la actividad, que es mejorar la capacidad de reacción y la agilidad. Se les indicará que deben estar atentos a los estímulos visuales o auditivos que se les presentarán. Demostración: Se realizará una demostración de la actividad, mostrando cómo los participantes deben reaccionar a los estímulos y cómo deben cambiar de dirección y velocidad. Práctica: Se dividirá a los participantes en grupos y se les asignará un espacio para practicar la actividad. Se les indicará que deben rotar entre los diferentes estímulos visuales y auditivos. Retroalimentación: Se proporcionará retroalimentación a los participantes sobre su desempeño, destacando los aspectos positivos y áreas de mejora. Variaciones: Se introducirán variaciones en la actividad, como cambiar la velocidad de los estímulos o agregar obstáculos, para aumentar la dificultad. Cierre: Se cerrará la actividad con una reflexión sobre lo aprendido y cómo los participantes pueden aplicar estas habilidades en otros contextos.									

Pagina

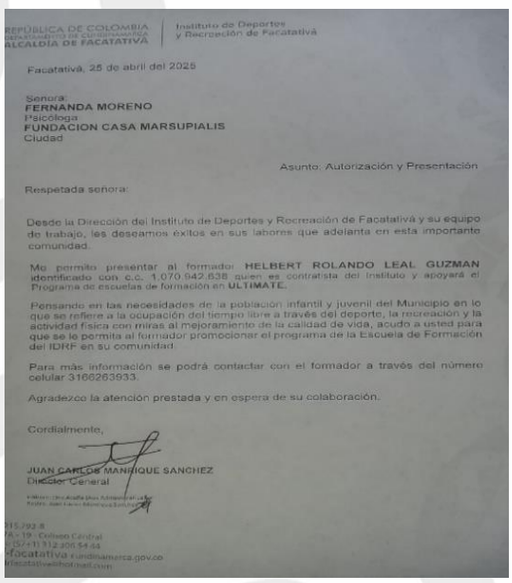




OBLIGACION	01	FECHA	1-30/07/2025

OBLIGACION	02	FECHA	1-30/07/2025





REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá, 25 de abril del 2025

Señora:
FERNANDA MORENO
Psicóloga
FUNDACION CASA MARSUPIALIS
Ciudad

Asunto: Autorización y Presentación

Respetada señora:

Desde la Dirección del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá y su equipo de trabajo, les deseamos éxitos en sus labores que adelanta en esta importante comunidad.

Me permito presentar al formador **HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN** identificado con c.c. 1.070.942.638 quien es contratista del Instituto y apoyará el Programa de escuelas de formación en **ULTIMATE**.

Pensando en las necesidades de la población infantil y juvenil del Municipio en lo que se refiere a la ocupación del tiempo libre a través del deporte, la recreación y la actividad física con miras al mejoramiento de la calidad de vida, acudo a usted para que se le permita al formador promocionar el programa de la Escuela de Formación del IDRF en su comunidad.

Para más información se podrá contactar con el formador a través del número celular 3166263933.

Agradezco la atención prestada y en espera de su colaboración.

Cordialmente,

JUAN CARLOS MANRIQUE SANCHEZ
Director General

OBLIGACION	03	fecha	1-30/07/2025

OBLIGACION	04	FECHA	1-30/07/2025

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE: ULTIMATE

ASISTENCIA MES: julio PARTICIPANTES: TREINTA

#	Apellidos	Nombres	A	N	E	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	FIRMA
1	Rodríguez PrEciado	José								
2	Cardenas telles	Duvan								
3	Medina Tellez	Tomás Daniel								
4	Sánchez	Laura								
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana								
6	Molina	Tatiana								
7	Angel stiven	Vergara lotta								
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco								
9	Duban felipe	Zambrano Gómez								
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorin								
11	Hoguier Torres	Calderón Ramos								
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado								
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia								
14	Danna Sofia	Bolivar Porte								
15	Carlos Andrés	Marín Castillo								
16	Teatino Felacio	Lina Gabriela								
17	Espitia Torres	Maríana								
18	Velásquez Ospina	Danna Valentina								
19	Garzon avila	Maria del pilar								
20	CRISTHIAN CAMILO	BELTRAN MORENO								
21	RAYAN ALEJANDR	GOMEZ JIMENEZ								
22	YEFER ESNEYDER	GONZALEZ ZAMUDIO								
23	ANDREA	GOMEZ SUAREZ								
24	Carlos alberto	zamora jimenez								
25	Gabriela	Salamanca								
26	juan andres	Salamanca								
27	juliana	valdes amaya								
28	Eilyn Sofía	ortiz torres								

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman						
Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
ETAPA	INICIACION	MES	Marzo	Numero se sesiones	5	Fecha	del 24 al 30 marzo

OBJETIVO DE LA SEMANA : **Realizar proceso de iniciacion deportiva utilizando como base deportiva el Ultimate y enfocando los aspectos tecnica tacticos y fisicos especificos de esta disciplina deportiva trabajando con deportistas de edades entre los 6 hasta las 15 años de edad especificando trabajso acordes a cada una de las edades trabajadas**

		DURACION DE LA SESION	120	120	120	120	120	120	120
			LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO				Portal de Maria	Villa Olimpica	PORTAL DE MARIA	VEREDA	Villa Olimpica	
HORARIO				3:00--5:00pm	2:00 - 4:00pm	2:00-5:00pm	2:00--6:00pm	3-12pm	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL			Estiramientoo inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientoo inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientoo inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientoo inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientoo inicial y tipo de estiramiento dinamico	
FASE CALENTAMIENTO	TIPO CALENTAMIENTO			GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiorrespiratorio	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiorrespiratorio	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiorrespiratorio	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiorrespiratorio	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiorrespiratorio	
	RETORNO A LA CALMA)			Feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	Feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	Feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	Feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	Feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL			Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	Tipo de estiramiento PASIVO , estiramiento general	
	OBSERVACION								
FASE FISICA	Contenido			Trabajar de coordinacion dinamica ,estimulando cambios de direcciones ,fuerza explosiva ,velocidad ,agilidad ,potencia muscular ,resistencia muscular ,parte inferior media y superior del cuerpo ,ejercicios con y sin pare corporal	Trabajar de coordinacion dinamica ,estimulando cambios de direcciones ,fuerza explosiva ,velocidad ,agilidad ,potencia muscular ,resistencia muscular ,parte inferior media y superior del cuerpo ,ejercicios con y sin pare corporal	Trabajar de coordinacion dinamica ,estimulando cambios de direcciones ,fuerza explosiva ,velocidad ,agilidad ,potencia muscular ,resistencia muscular ,parte inferior media y superior del cuerpo ,ejercicios con y sin pare corporal	Trabajar de coordinacion dinamica ,estimulando cambios de direcciones ,fuerza explosiva ,velocidad ,agilidad ,potencia muscular ,resistencia muscular ,parte inferior media y superior del cuerpo ,ejercicios con y sin pare corporal	Trabajar de coordinacion dinamica ,estimulando cambios de direcciones ,fuerza explosiva ,velocidad ,agilidad ,potencia muscular ,resistencia muscular ,parte inferior media y superior del cuerpo ,ejercicios con y sin pare corporal	
	Fase de Desarrollo			adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)			20	20	20	20	20	
	Volumen (%)			25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0		30	30	30	30	30	0
FASE TECNICA	Contenido			trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplo lanzamiento	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplo lanzamiento	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplo lanzamiento	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplo lanzamiento	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplo lanzamiento	
	Fase de Desarrollo			adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)			60	60	60	60	60	
	Volumen (%)			30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0		36	36	36	36	36	0
FASE TECNICA	Volumen (min)	0		30	30	30	30	30	0
	Contenido			trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplo lanzamiento	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplo lanzamiento	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplo lanzamiento	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplo lanzamiento	trabajar de desarrollo de habilidades como atrapado lanzamiento y duplo lanzamiento	
	Fase de Desarrollo			adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)			60	60	60	60	60	
	Volumen (%)			30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0		36	36	36	36	36	0
FASE TACTICA	Contenido			Iniciar trabajo de practica de juego replicacion replanteamiento aspectos generales del ataque y defensa Grupos pequeños y pares de juego	Iniciar trabajo de practica de juego replicacion replanteamiento aspectos generales del ataque y defensa Grupos pequeños y pares de juego	Iniciar trabajo de practica de juego replicacion replanteamiento aspectos generales del ataque y defensa Grupos pequeños y pares de juego	Iniciar trabajo de practica de juego replicacion replanteamiento aspectos generales del ataque y defensa Grupos pequeños y pares de juego	Iniciar trabajo de practica de juego replicacion replanteamiento aspectos generales del ataque y defensa Grupos pequeños y pares de juego	
	Fase de Desarrollo			adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)			25	20	20	20	20	
	Volumen (%)			30	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0		25	30	30	30	30	0
Total volumen (%) sesion				85	80	80	80	80	0
Total volumen (min) sesion			0	91	96	96	96	96	0
TOTAL DE INTENSIDAD POR SESION			0	105	100	100	100	100	0
omportamiento Grafica de la ejecucion d la carga				Título del gráfico					







				 				
OBLIGACION	05	**FECHA**	1-30/07/2025	**OBLIGACIÓN**	06	**FECHA**	1-30/07/2025

	N/A





OBLIGACION	07	FECHA	1-30/07/2025

OBLIGACION	08	FECHA	1-30/07/2025

N/A

OBLIGACION	09	FECHA	1-30/07/2025

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE: ULTIMATE

ASISTENCIA MES: julio PARTICIPANTES: TREINTA

#	Apellidos	Nombres	A	N	C	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	FIRMA
1	Rodríguez PrEciado	José								
2	Cardenas telles	Duvan								
3	Medina Tellez	Tomás Daniel								
4	Sánchez	Laura								
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana								
6	Molina	Tatiana								
7	Angel stiven	Vergara lotta								
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco								
9	Duban felipe	Zambrano Gómez								
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorin								
11	Hoguier Torres	Calderón Ramos								
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado								
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia								
14	Danna Sofia	Bolivar Porte								
15	Carlos Andrés	Marín Castillo								
16	Teatino Felacio	Lina Gabriela								
17	Espitia Torres	Maríana								
18	Velásquez Ospina	Danna Valentina								
19	Garzon avila	Maria del pilar								
20	CRISTHIAN CAMILO	BELTRAN MORENO								
21	RAYAN ALEJANDR	GOMEZ JIMENEZ								
22	YEFER ESNEYDER	GONZALEZ ZAMUDIO								
23	ANDREA	GOMEZ SUAREZ								
24	Carlos alberto	zamora jimenez								
25	Gabriela	Salamanca								
26	juan andres	Salamanca								
27	juliana	valdes amaya								
28	Eilyn Sofía	ortiz torres								

OBLIGACION	10	FECHA	1-30/07/2025


REPÚBLICA DE COLOMBIA

TARJETA DE ENTRENADOR DEPORTIVO

COCED

TE 22075
Helber Rolando
Leal Guzmán
CC 1070942638

Título
Licenciado en educación básica con énfasis en educación física, recreación y deportes

Institución de Educación Superior
Universidad Libre - Bogotá D.C.

Año de Graduación
2014

Néstor Ordóñez Saavedra
Presidente COCED

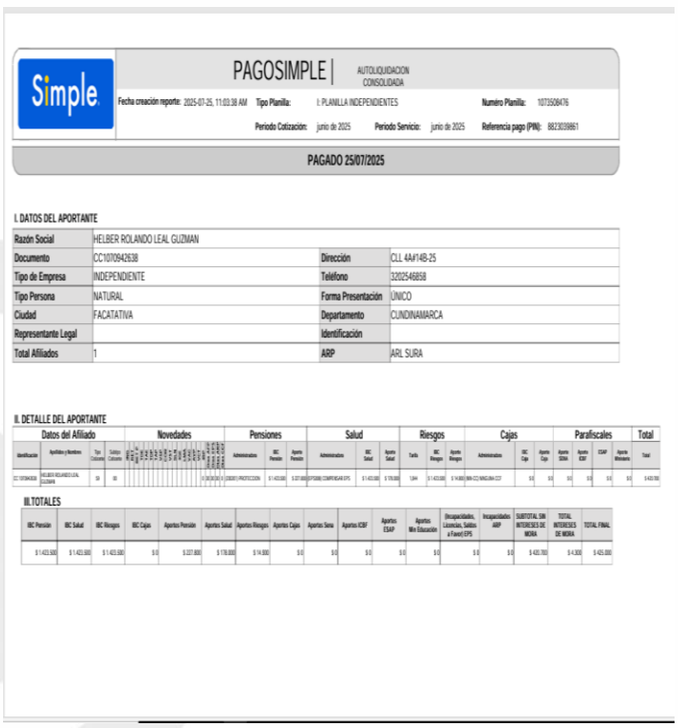
www.coced.co

Fecha de Expedición
14-01-2025

N/A

OBLIGACION	11	FECHA	17-30/07/2025

OBLIGACION	12	FECHA	17-30/07/2025


Simple

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2025-07-25, 11:03:38 AM Tipo Planilla: I. PLANILLA INDEPENDIENTES Numero Planilla: 1071508476

Periodo Cotización: junio de 2025 Periodo Servicio: junio de 2025 Referencia pago (PIN): 882303886

PAGADO 25/07/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC1070942638	Dirección	CLL 4A#14B-25
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Teléfono	3202546858
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	UNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																						Pensiones				Salud				Riesgos			Cajas				Parafiscales			Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC-LR	AVP	VCT	IRP							Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión		Administradora	IBC Salud	Aporte Salud		Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Mineducación	Total
CC 1070942638	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	59	00																							23 - PROTECCION	$ 1.423.500	$ 227.800		1 - EPS SURAMERICANA EPS	$ 1.423.500	$ 170.800		1,044	$ 1.423.500	$ 14.900	908 - CCF MAGDALENA CCF	$ 0	$ 0							$ 413.700

III. TOTALES

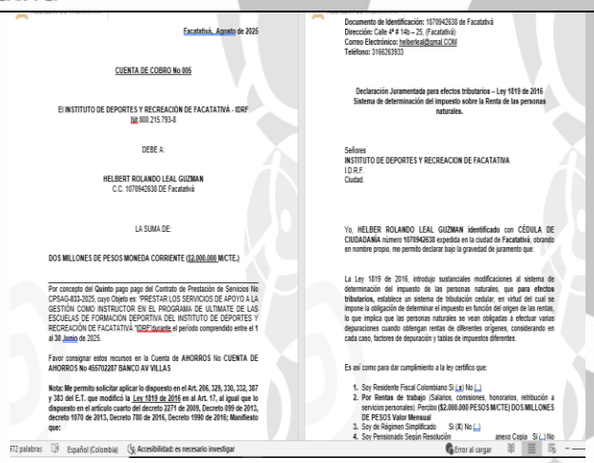
IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor/ EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 0	$ 227.800	$ 170.800	$ 14.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 413.700	$ 4.300	$ 425.000

INFORME DE ACTIVIDADES DEL CONTRATO No. CPSAG-033-2025				
CORRESPONDIENTE AL PERIODO EJECUTADO COMPRENDIDO DEL 01/07/2025 AL 30/07/2025	PAGO	05	DE	8
Fecha de presentación o radicación:	01/08/2025			

I. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO			
Contrato No.	CPSAG-033-2025		
Clase o tipo de contrato:	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN		
Nombre del(a) contratista:	HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN		
Identificación del(a) contratista:	C.C.	1070942638	
Dirección:	Calle 4a # 14b -25		
Teléfono	3166263833	Correo Electrónico:	helberleal@gmail.com
Objeto:	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".		
CDP Inicial:	2025000047	Fecha	27/02/2025
RP Inicial:	2025000043	Fecha	12/03/2025
CDP Adición:	N/A	Fecha	N/A
RP Adición:	N/A	Fecha	N/A
Valor Inicial Contrato:	CATORCE MILLONES MONEDA CORRIENTE ($14.000.000) M/ CTE		
Valor Después Modificación:	N/A		
Póliza de Cumplimiento	No. CHU-100043220	Fecha de Aprobación	17/03/2025
Nombre Aseguradora	COMPAÑIA MUNDIAL DE SEGUROS S.A		
ARL	SURA	Fecha de Inicio Cobertura	11/03/2025



Obligación	13	**Fecha**	1-30/07/2025	**Obligación**	14	**Fecha**	1-30/07/2025



Facatativá, Agosto de 2025

CUENTA DE COBRO No 005

El INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE FACATATIVA - IDRF
Nit 800.215.793-8

DEBE A:

HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN
C.C. 1070942638 DE Facatativá

LA SUMA DE:

DOS MILLONES DE PESOS MONEDA CORRIENTE ($2.000.000 M/CTE.)

Por concepto del Quinto pago pago del Contrato de Prestación de Servicios No CPSAG-033-2025, cuyo Objeto es "PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF durante el período comprendido entre el 1 al 30 Junio de 2025.

Favor consignar estos recursos en la Cuenta de AHORROS No CUENTA DE AHORROS No 45570228? BANCO AV VILLAS

Nota: Me permito solicitar aplicar lo dispuesto en el Art. 206, 329, 330, 332, 387 y 383 del E.T. que modificó la Ley 1819 de 2016 en al Art. 17, al igual que lo dispuesto en el artículo cuarto del decreto 2271 de 2009, Decreto 099 de 2013, decreto 1070 de 2013, Decreto 780 de 2016, Decreto 1990 de 2016; Manifiesto que:

Documento de Identificación: 1070942638 de Facatativá
Dirección: Calle 4ª # 14b – 25. (Facatativá)
Correo Electrónico: helberleal@gmail.COM
Teléfono: 3168263933

Declaración Juramentada para efectos tributarios – Ley 1819 de 2016
Sistema de determinación del impuesto sobre la Renta de las personas naturales.

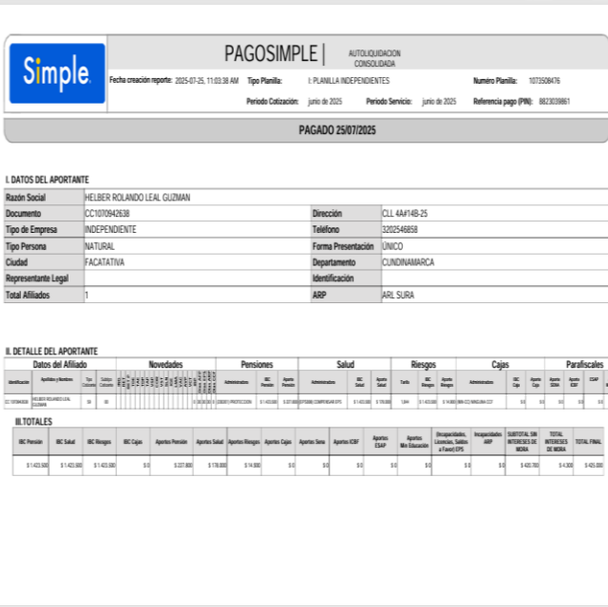
Señores
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE FACATATIVA
I.D.R.F.
Ciudad.

Yo, HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN identificado con CÉDULA DE CIUDADANÍA número 1070942638 expedida en la ciudad de Facatativá, obrando en nombre propio, me permito declarar bajo la gravedad de juramento que:

La Ley 1819 de 2016, introdujo sustanciales modificaciones al sistema de determinación del impuesto de las personas naturales, que para efectos tributarios, establece un sistema de tributación cedular, en virtud del cual se impone la obligación de determinar el impuesto en función del origen de las rentas, lo que implica que las personas naturales se vean obligadas a efectuar varias depuraciones cuando obtengan rentas de diferentes orígenes, considerando en cada caso, factores de depuración y tablas de impuestos diferentes.

Es así como para dar cumplimiento a la ley certifico que:

1. Soy Residente Fiscal Colombiano Si (x) No ( )
2. Por Rentas de trabajo (Salarios, comisiones, honorarios, retribución a servicios personales): Percibo ($2.000.000 PESOS M/CTE) DOS MILLONES DE PESOS Valor Mensual
3. Soy de Régimen Simplificado Si (X) No ( )
4. Soy Pensionado Según Resolución anexo Copia Si ( ) No



Simple

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2025-07-25, 11:03:38 AM Tipo Planilla: I. PLANILLA INDEPENDIENTES Número Planilla: 1073508476

Periodo Cotización: junio de 2025 Periodo Servicio: junio de 2025 Referencia pago (PIN): 8823039861

PAGADO 25/07/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC1070942638	Dirección	CLL 4A#14B-25
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Telefono	3202546858
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	UNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades												Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales			Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	
CC 1070942638	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	56	00													X		PROTECCION	$ 1.423.000	$ 227.800	COMPENSAR EPS	$ 1.423.000	$ 178.000	1,044	$ 1.423.000	$ 14.900	CAJA DE COMPENSACION FAMILIAR CUNDINAMARCA - CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

III. TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.423.000	$ 1.423.000	$ 1.423.000	$ 0	$ 227.800	$ 178.000	$ 14.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 420.700	$ 4.300	$ 425.000





NIT. 800.215.793-8
Cll. 5 Nº 7A - 19 - Coliseo Central
Teléfonos: (57+1) 312 306 54 44
ww.idrf-facatativa-cundinamarca.gov.co
e-mail: idrfacatativa@hotmail.com





Obligación	15	**Fecha**	1-30/07/2025

OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	**Evidencias periodo del 1 al 31 de AGOSTO 2025**

ESCUELA DE FORMACION DE ULTIMATE

Facatativá, 18 de marzo 2025

Señor (es)
Juan Carlos Manrique
Director
Alejandro Velázquez
Subdirector

Facatativá.

Reciba un cordial saludo,

La presente contiene la intención de petición de préstamo de algunos materiales deportivos que se requieren para la práctica y desarrollo de sesiones de clase de la escuela de formación de ULTIMATE idóneas, que cumplan con las especificaciones requeridas por el IDRF, esto servirá como un incentivo y un apoyo a la práctica de este deporte y al crecimiento de la escuela de formación.

A continuación, los materiales solicitados.

MATERIALES:

- 15 Frisbees Marca ultrastar Blancos peso 175 gramos.
- Vallas para salto
- Escalera pliométrica

Le agradezco de antemano el tiempo que dedique a estudiar mi asunto.

Atentamente,

Helber Leal Guzmán
Instructor escuela de formación de ULTIMATE
Lic. en Educación básica con énfasis en recreación y deporte
(universidad libre) 2014







REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor: Helber leal Guzman

Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
TAPA	INICIACION	MES	Abril	Numero se sesiones	5	Fecha	del 1 al 5 de abril

OBJETIVO DE LA SEMANA : Desarrollar el proyecto de portivo de la escuela de formacion de ultimate realizando sesiones de clase en diferentes sectores del municipio y en instituciones educativas cumpliendo con lo establecido por el instituto de deporte IDRF

DURACION DE LA SESION		120	120	120	120	120	120	120
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO			Fund de Murts	Villa Olimpico	Villa Olimpico	Fund de Murts	Villa Olimpico	
HORARIO			2:00 - 4:00pm	2:00 - 4:00pm	4:00-6:00pm	2:00 - 4:00pm	8:00pm	
FASE FISICA	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Estiramientos basicos y tipo de calentamiento dinamico	Estiramientos basicos y tipo de calentamiento dinamico	Estiramientos basicos y tipo de calentamiento dinamico	Estiramientos basicos y tipo de calentamiento dinamico	Estiramientos basicos y tipo de calentamiento dinamico	
	TIPO CALENTAMIENTO		GENERAL: Acondicionamiento articular	GENERAL: Acondicionamiento articular	GENERAL: Acondicionamiento articular	GENERAL: Acondicionamiento articular	GENERAL: Acondicionamiento articular	
	RETORNO A LA CALMA		Feed back de la clase cadaste acompañado de calentamiento dinamico	Feed back de la clase cadaste acompañado de calentamiento dinamico	Feed back de la clase cadaste acompañado de calentamiento dinamico	Feed back de la clase cadaste acompañado de calentamiento dinamico	Feed back de la clase cadaste acompañado de calentamiento dinamico	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Tipo de entrenamiento PASIVO , entrenamiento general	Tipo de entrenamiento PASIVO , entrenamiento general	Tipo de entrenamiento PASIVO , entrenamiento general	Tipo de entrenamiento PASIVO , entrenamiento general	Tipo de entrenamiento PASIVO , entrenamiento general	
	OBSERVACION							
	Contenido		Trabajar la coordinacion habilidades como el agarre, lanzamiento y desplazamiento	Trabajar la coordinacion habilidades como el agarre, lanzamiento y desplazamiento	Trabajar la coordinacion habilidades como el agarre, lanzamiento y desplazamiento	Trabajar la coordinacion habilidades como el agarre, lanzamiento y desplazamiento	Trabajar la coordinacion habilidades como el agarre, lanzamiento y desplazamiento	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
	Volumen (%)		25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
FASE TECNICA	Contenido		Trabajar la coordinacion habilidades como el agarre, lanzamiento y desplazamiento	Trabajar la coordinacion habilidades como el agarre, lanzamiento y desplazamiento	Trabajar la coordinacion habilidades como el agarre, lanzamiento y desplazamiento	Trabajar la coordinacion habilidades como el agarre, lanzamiento y desplazamiento	Trabajar la coordinacion habilidades como el agarre, lanzamiento y desplazamiento	
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
	Volumen (%)		30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	
	Contenido		Selecciona juegos pre-deportivos que involucren el desarrollo de cada fase propuesta para el dia de la clase	Selecciona juegos pre-deportivos que involucren el desarrollo de cada fase propuesta para el dia de la clase	Selecciona juegos pre-deportivos que involucren el desarrollo de cada fase propuesta para el dia de la clase	Selecciona juegos pre-deportivos que involucren el desarrollo de cada fase propuesta para el dia de la clase	Selecciona juegos pre-deportivos que involucren el desarrollo de cada fase propuesta para el dia de la clase	

Página



OBLIGACION	01	FECHA	1-30/08/2025	OBLIGACION	02	FECHA	1-30/08/2025



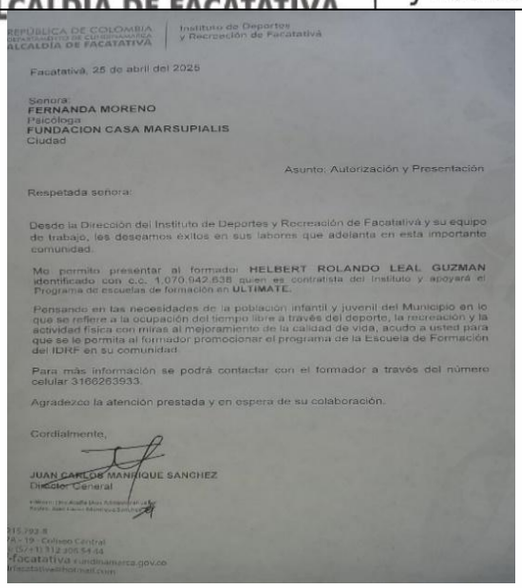


ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE: ULTIMATE

ASISTENCIA MES: AGOSTO PARTICIPANTES: TREINTA

#	Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	FIRMA
1	Rodríguez PrÉciado	José								
2	Cardenas telles	Duvan								
3	Medina Tellez	Tomás Daniel								
4	Sánchez	Laura								
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana								
6	Molina	Tatiana								
7	Angel stiven	Vergara lotta								
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco								
9	Duban felipe	Zambrano Gómez								
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorin								
11	Hoguier Torres	Calderón Ramos								
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado								
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia								
14	Danna Sofia	Bolivar Porte								
15	Carlos Andrés	Marin Castillo								
16	Teatino Felacio	Lina Gabriela								
17	Espitia Torres	Mariana								
18	Velásquez Ospina	Danna Valentina								
19	Garzon avila	Maria del pilar								
20	CRISTHIAN CAMILO	BELTRAN MORENO								
21	BRAYAN ALEJANDRO	GOMEZ JIMENEZ								
22	YEFER ESNEYDER	GONZALEZ ZAMUDIO								
23	ANDREA	GOMEZ SUAREZ								
24	Carlos alberto	zamora jimenez								
25	Gabriela	Salamanca								
26	juan andres	Salamanca								
27	juliana	valdes amaya								
28	Eilyn Sofia	ortiz torres								



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá, 25 de abril del 2025

Señora
FERNANDA MORENO
Psicóloga
FUNDACION CASA MARSUPIALIS
Ciudad

Asunto: Autorización y Presentación

Respetada señora:

Desde la Dirección del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá y su equipo de trabajo, les deseamos éxitos en sus labores que adelanta en esta importante comunidad.

Me permito presentar al formador **HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN** identificado con c.c. 1.070.942.838 quien es contratista del Instituto y apoyará el Programa de escuelas de formación en **ULTIMATE**.

Pensando en las necesidades de la población infantil y juvenil del Municipio en lo que se refiere a la ocupación del tiempo libre a través del deporte, la recreación y la actividad física con miras al mejoramiento de la calidad de vida, acudo a usted para que se le permita al formador promocionar el programa de la Escuela de Formación del IDRF en su comunidad.

Para más información se podrá contactar con el formador a través del número celular 3166263933.

Agradezco la atención prestada y en espera de su colaboración.

Cordialmente,

JUAN CARLOS MANRIQUE SANCHEZ
Director General

315.793.8
Cll. 5 N° 7A - 19 - Coliseo Central
Teléfonos: (57+1) 312 306 54 44
www.idrf-facatativa.cundinamarca.gov.co
idrfacatativa@hotmail.com

OBLIGACION	03	**fecha**	1-30/08/2025	**OBLIGACION**	04	**FECHA**	1-30/08/2025

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman						
Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
ETAPA	INICIACION	MES	Agosto	Numero se sesiones	5	Fecha	del 1 al 2 Agosto

OBJETIVO DE LA SEMANA : Mejorar en los sistemas tacticos del ultimate entender los diferentes esquemas tacticos y apricarlos al momento del juego en cancha opteniendo mejor cohesion grupal trabajo en equipo y desarrolando mejor posicionamiento en cancha tanto individual como grupalmente

DURACION DE LA SESION		120	120	120	120	120	120	120
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMING
LUGAR Y/O ESCENARIO			Portal de Maria	Villa Olimpica	Villa Olimpica	Portal de Maria	Villa Olimpica	
HORARIO			2:00--6:00p.m.	2:00 - 4:00p.m.	4:00--6:00p.m.	2:00--6:00p.m.	8--10a.m.	
FASE CALENTAMIEN	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Estiramientar inicial y tipo de artiramiento dinamico	Estiramientar inicial y tipo de artiramiento dinamico	Estiramientar inicial y tipo de artiramiento dinamico	Estiramientar inicial y tipo de artiramiento dinamico	Estiramientar inicial y tipo de artiramiento dinamico	
	TIPO CALENTAMIENTO		GENERAL: Calentamiento movimiento articular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular	
FASE TECNICA	Fase de		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
	Volumen (%)		25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
	Contenido		Trabajos de desarrollo de habilidades como cargada (unacuerdas y desplazamientos)	Trabajos de desarrollo de habilidades como cargada (unacuerdas y desplazamientos)	Trabajos de desarrollo de habilidades como cargada (unacuerdas y desplazamientos)	Trabajos de desarrollo de habilidades como cargada (unacuerdas y desplazamientos)	Trabajos de desarrollo de habilidades como cargada (unacuerdas y desplazamientos)	
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
	Volumen (%)		30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	
FASE TACTICA	Contenido		Inicio trabajo de pruebas de lanzas replicacion replanteamiento aspectos generales del utilizado cuando tiempos posteriores reforzo de juego	Inicio trabajo de pruebas de lanzas replicacion replanteamiento aspectos generales del utilizado cuando tiempos posteriores reforzo de juego	Inicio trabajo de pruebas de lanzas replicacion replanteamiento aspectos generales del utilizado cuando tiempos posteriores reforzo de juego	Inicio trabajo de pruebas de lanzas replicacion replanteamiento aspectos generales del utilizado cuando tiempos posteriores reforzo de juego	Inicio trabajo de pruebas de lanzas replicacion replanteamiento aspectos generales del utilizado cuando tiempos posteriores reforzo de juego	
	Fase de		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
	Volumen (%)		25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
Total volumen (%) sesion		0	80	80	80	80	80	0
Total volumen (min) sesion		0	96	96	96	96	96	0
TOTAL DE INTENSIDAD POR SESION		0	100	100	100	100	100	0
Comportamiento Grafica de la								

Firma del Formador		Visto Bueno del Metodolog	





				 			
OBLIGACION	05	**FECHA**	1-30/08/2025	**OBLIGACIÓN**	06	**FECHA**	1-30/08/2025

	N/A





OBLIGACION	07	FECHA	1-30/08/2025

OBLIGACION	08	FECHA	1-30/08/2025

N/A

OBLIGACION	09	FECHA	1-30/08/2025

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE: ULTIMATE

ASISTENCIA MES: AGOSTO PARTICIPANTES: TREINTA

#	Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	FIRMA
1	Rodriguez PrEciado	José								
2	Cardenas telles	Duvan								
3	Medina Tellez	Tomás Daniel								
4	Sánchez	Laura								
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana								
6	Molina	Tatiana								
7	Angel stiven	Vergara lotta								
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco								
9	Duban felipe	Zambrano Gómez								
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorin								
11	Hoguier Torres	Calderón Ramos								
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado								
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia								
14	Danna Sofia	Bolivar Porte								
15	Carlos Andrés	Marin Castillo								
16	Teatino Felacio	Lina Gabriela								
17	Espitia Torres	Mariana								
18	Velásquez Ospina	Danna Valentina								
19	Garzon avila	Maria del pilar								
20	CRISTHIAN CAMILO	BELTRAN MORENO								
21	BRAYAN ALEJANDRO	GOMEZ JIMENEZ								
22	YEFER ESNEYDER	GONZALEZ ZAMUDIO								
23	ANDREA	GOMEZ SUAREZ								
24	Carlos alberto	zamora jimenez								
25	Gabriela	Salamanca								
26	juan andres	Salamanca								
27	juliana	valdes amaya								
28	Eilyn Sofia	ortiz torres								

OBLIGACION	10	FECHA	1-30/08/2025


REPÚBLICA DE COLOMBIA

COCED

TARJETA DE ENTRENADOR DEPORTIVO

TE 22075
Helber Rolando
Leal Guzmán
CC 1070942638

Título
Licenciado en educación básica con énfasis en educación física, recreación y deportes

Institución de Educación Superior
Universidad Libre - Bogotá D.C.

Año de Graduación
2014

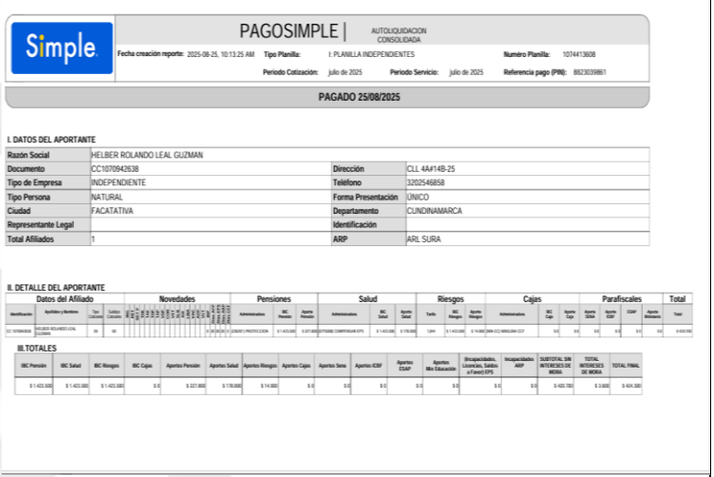
Néstor Ordóñez Saavedra
Presidente COCED

www.coced.co

Fecha de Expedición
14-01-2025

N/A

OBLIGACION	11	FECHA	17-30/08/2025	OBLIGACION	12	FECHA	17-30/08/2025


Simple

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creacion reporte: 2025-08-25, 10:13:25 AM Tipo Planilla: I. PLANILLA INDEPENDIENTES Número Planilla: 1074413608

Periodo Cotizacion: julio de 2025 Periodo Servicio: julio de 2025 Referencia pago (PIN): 8823039861

PAGADO 25/08/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC1070942638	Dirección	CLL 4A#14B-25
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Telefono	3202546858
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	UNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado		Novedades		Pensiones		Salud		Riesgos		Cajas		Parafiscales		Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	CCAF	Aporte Ahorro	Total
CC 1070942638	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	59	00																	

III. TOTALES

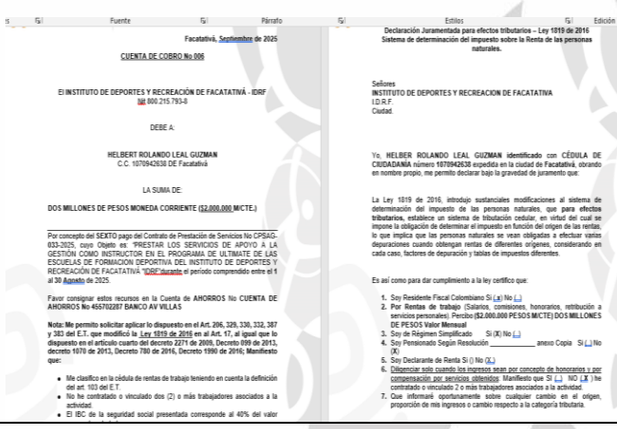
IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes CCAF	Aportes Min Educación	Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor EPS	Incapacidades ARP	CUOTA/TOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 0	$ 227.800	$ 170.850	$ 14.580	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 423.700	$ 3.600	$ 424.300

INFORME DE ACTIVIDADES DEL CONTRATO No. CPSAG-033-2025				
CORRESPONDIENTE AL PERIODO EJECUTADO COMPRENDIDO DEL 01/07/2025 AL 30/07/2025	PAGO	06	DE	8
Fecha de presentación o radicación:	01/09/2025			
I. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO				
Contrato No.	CPSAG-033-2025			
Clase o tipo de contrato:	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN			
Nombre del(a) contratista:	HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN			
Identificación del(a) contratista:	C.C.	1070942638		
Dirección:	Calle 4a # 14b -25			
Teléfono	3166263933	Correo Electrónico:	helberleal@gmail.com	
Objeto:	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".			
CDP Inicial:	2025000047	Fecha	27/02/2025	
RP Inicial:	2025000043	Fecha	12/03/2025	
CDP Adición:	N/A	Fecha	N/A	
RP Adición:	N/A	Fecha	N/A	
Valor Inicial Contrato:	CATORCE MILLONES MONEDA CORRIENTE ,($14.000.000) M/ CTE			
Valor Después Modificación:	N/A			
Póliza de Cumplimiento	No. CHU-100043220	Fecha de Aprobación	17/03/2025	
Nombre Aseguradora	COMPAÑIA MUNDIAL DE SEGUROS S.A			
ARL	SURA	Fecha de Inicio Cobertura	11/03/2025	


OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVA
FECHA	Evidencias periodo del 1 al 31 de AGOSTO 2025

OBLIGACION	01	FECHA	1-30/07/2025

OBLIGACION	02	FECHA	1-30/07/2025


Facatativá, Septiembre de 2025

CUENTA DE COBRO No 006

El INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ - IDRF
Nit 800.215.793-8

DEBE A:

HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN
C.C. 1070942638 DE Facatativá

LA SUMA DE:

DOS MILLONES DE PESOS MONEDA CORRIENTE ($2.000.000 M/CTE.)

Por concepto del SEXTO pago del Contrato de Prestación de Servicios No CPSAG-033-2025, cuyo Objeto es: "PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF"durante el periodo comprendido entre el 1 al 30 Agosto de 2025.

Favor consignar estos recursos en la Cuenta de AHORROS No CUENTA DE AHORROS No 455702287 BANCO AV VILLAS

Nota: Me permito solicitar aplicar lo dispuesto en el Art. 206, 329, 330, 332, 387 y 383 del E.T. que modificó la Ley 1819 de 2016 en el Art. 17, al igual que lo dispuesto en el artículo cuarto del decreto 2271 de 2009, Decreto 099 de 2013, decreto 1070 de 2013, Decreto 780 de 2016, Decreto 1990 de 2016; Manifiesto que:

- Me clasifico en la cédula de rentas de trabajo teniendo en cuenta la definición del art. 103 del E.T.
- No he contratado o vinculado dos (2) o más trabajadores asociados a la actividad.
- El IBC de la seguridad social presentada corresponde al 40% del valor

Declaración Juramentada para efectos tributarios – Ley 1819 de 2016
Sistema de determinación del impuesto sobre la Renta de las personas naturales.

Señores
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE FACATATIVA
I.D.R.F
Ciudad.

Yo, HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN identificado con CÉDULA DE CIUDADANÍA número 1070942638 expedida en la ciudad de Facatativá, obrando en nombre propio, me permito declarar bajo la gravedad de juramento que:

La Ley 1819 de 2016, introdujo sustanciales modificaciones al sistema de determinación del impuesto de las personas naturales, que para efectos tributarios, establece un sistema de tributación cedular, en virtud del cual se impone la obligación de determinar el impuesto en función del origen de las rentas; lo que implica que las personas naturales se vean obligadas a efectuar varias depuraciones cuando obtengan rentas de diferentes orígenes, considerando en cada caso, factores de depuración y tablas de impuestos diferentes.

Es así como para dar cumplimiento a la ley certifico que:

1. Soy Residente Fiscal Colombiano Si (X) No ( )
2. Por Rentas de trabajo (Salarios, comisiones, honorarios, retribución a servicios personales): Percibo ($2.000.000 PESOS M/CTE) DOS MILLONES DE PESOS Valor Mensual
3. Soy de Régimen Simplificado Si (X) No ( )
4. Soy Pensionado Según Resolución _____ anexo Copia Si ( ) No (X)
5. Soy Declarante de Renta Si ( ) No (X)
6. Dilegenciar solo cuando los ingresos sean por concepto de honorarios y por compensación por servicios dilenciados Manifiesto que Si ( ) NO ( ) he contratado o vinculado 2 o más trabajadores asociados a la actividad.
7. Que informaré oportunamente sobre cualquier cambio en el origen, proporción de mis ingresos o cambio respecto a la categoría tributaria.



PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Simple

Fecha creación reporte: 2025-08-25, 10:13:25 AM Tipo Planilla: I: PLANILLA INDEPENDIENTES Número Planilla: 1074413608

Periodo Cotización: julio de 2025 Periodo Servicio: julio de 2025 Referencia pago (PIN): 8823039861

PAGADO 25/08/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC1070942638	Dirección	CLL 4A#14B-25
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Teléfono	3202546858
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	ÚNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades	Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales				Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	[illegible]	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC [illegible]	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	[illegible]	00	[illegible]	(230201) PROTECCION	$ 1.423.500	$ 227.800	EPS008 COMPENSAR EPS	$ 1.423.500	$ 178.000	1,044	$ 1.423.500	$ 14.900	(NIN-CC) NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 420.700

III.TOTALES

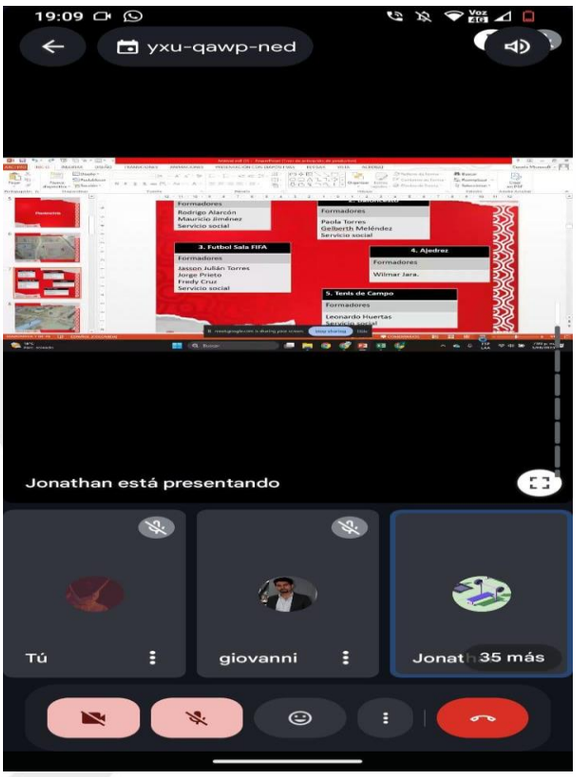
IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 0	$ 227.800	$ 178.000	$ 14.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 420.700	$ 3.600	$ 424.300

Obligación	13	Fecha	1-30/08/2025	Obligación	14	Fecha	1-30/08/2025









Obligación	15	**Fecha**	1-30/08/2025

OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	**Evidencias periodo del 1 al 30 de Septiembre 2025**

ESCUELA DE FORMACION DE ULTIMATE

Facatativá, 18 de marzo 2025

Señor (es)
Juan Carlos Manrique
Director
Alejandro Velázquez
Subdirector

Facatativá.

Reciba un cordial saludo,

La presente contiene la intención de petición de préstamo de algunos materiales deportivos que se requieren para la práctica y desarrollo de sesiones de clase de la escuela de formación de ULTIMATE idóneas, que cumplan con las especificaciones requeridas por el IDRF, esto servirá como un incentivo y un apoyo a la práctica de este deporte y al crecimiento de la escuela de formación.

A continuación, los materiales solicitados.

MATERIALES:

- 15 Frisbees Marca ultrastar Blancos peso 175 gramos.
- Vallas para salto
- Escalera pliométrica

Le agradezco de antemano el tiempo que dedique a estudiar mi asunto.

Atentamente,

Helber Leal Guzmán
Instructor escuela de formación de ULTIMATE
Lic. en Educación básica con énfasis en recreación y deporte
(universidad libre) 2014







REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman						
eporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
'APA	INICIACION	MES	septiembre	Numero se sesiones	5	Fecha	25 al 30 de agosto

IJETIVO DE LA SEMANA : Profundizar en las dinamicas tecnicas y tacticas del juego, adoptando nuevas formas de desplazamientos nuevos ovientos trabajo de reglamentacion sistemas de juego cohecion grupal ademas perfeccionamiento de lanzamientos tecnicas de movimiento

DURACION DE LA SESION	120	120	120	120	120	120	120
	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO		Portal de Maria	Villa Olimpica	Villa Olimpica	Portal de Maria	Villa Olimpica	
HORARIO		2:00--6:00pm	2:00 - 4:00pm	4:00-6:00pm	2:00--6:00pm	8-10qm	
TIPO DE		Estiramientos inicial y tipo de	Estiramientos inicial y tipo	Estiramientos inicial y	Estiramientos inicial y tipo	Estiramientos inicial y	



FASE CALENTAMIENTO	TIPO CALENTAMIENTO		GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular		GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular		GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular		GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular		GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular			
	TORNO A LA CALMA)		feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos		feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos		feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos		feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos		feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos			
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Tipo de estiramiento PASIVO . estiramieto general		Tipo de estiramiento PASIVO . estiramieto general		Tipo de estiramiento PASIVO . estiramieto general		Tipo de estiramiento PASIVO . estiramieto general		Tipo de estiramiento PASIVO . estiramieto general			
	OBSERVACION													
FASE FISICA	Contenido		Trabajos doccordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos espacio temporocupacial fortalcimiento articular y mascular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal		Trabajos doccordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos espacio temporocupacial fortalcimiento articular y mascular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal		Trabajos doccordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos espacio temporocupacial fortalcimiento articular y mascular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal		Trabajos doccordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos espacio temporocupacial fortalcimiento articular y mascular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal		Trabajos doccordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos espacio temporocupacial fortalcimiento articular y mascular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal			
	Fase de Desarrollo		adquisicion		adquisicion		adquisicion		adquisicion		adquisicion			
	Intensidad (%)		20		20		20		20		20			
	Volumen (%)		25		25		25		25		25			
	Volumen (min)	0	30		30		30		30		30		0	
	Contenido		trabajos de dsarrollo de habilidades como strapods hacamiento y desplazamientos		trabajos de dsarrollo de habilidades como strapods hacamiento y desplazamientos		trabajos de dsarrollo de habilidades como strapods hacamiento y desplazamientos		trabajos de dsarrollo de habilidades como strapods hacamiento y desplazamientos		trabajos de dsarrollo de habilidades como strapods hacamiento y desplazamientos			

OBLIGACION	01	FECHA	1-30/09/2025

OBLIGACION	02	FECHA	1-30/09/2025



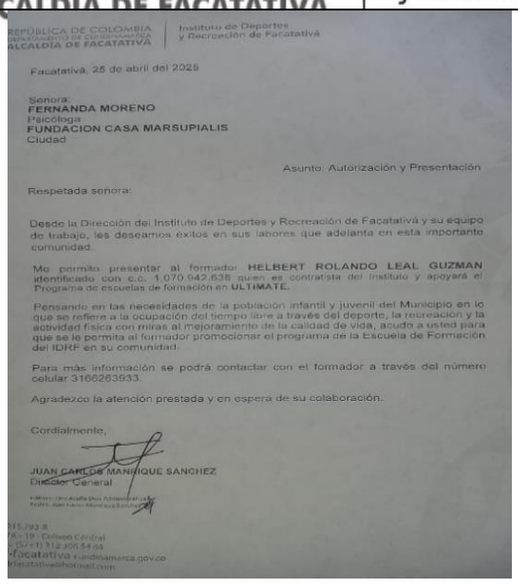


ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE: ULTIMATE

ASISTENCIA MES: sep-25 PARTICIPANTES: TREINTA

#	Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	FIRMA
1	Rodríguez PrEciado	José								
2	Cardenas telles	Duvan								
3	Medina Tellez	Tomás Daniel								
4	Sánchez	Laura								
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana								
6	Molina	Tatiana								
7	Angel stiven	Yergara lotta								
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco								
9	Duban felipe	Zambrano Gómez								
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorin								
11	Hoquier Torres	Calderón Ramos								
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado								
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia								
14	Danna Sofia	Bolivar Porte								
15	Carlos Andrés	Marín Castillo								
16	Teatino Felacio	Lina Gabriela								
17	Espitia Torres	Maríana								
18	Velásquez Ospina	Danna Valentina								
19	Garzon avila	Maria del pilar								
20	CRISTHIAN CAMILO	BELTRAN MORENO								
21	RAYAN ALEJANDR	GOMEZ JIMENEZ								
22	YEFER ESNEYDER	GONZALEZ ZAMUDIO								
23	ANDREA	GOMEZ SUAREZ								
24	Carlos alberto	zamora jimenez								
25	Gabriela	Salamanca								
26	juan andres	Salamanca								
27	juliana	valdes amaya								
28	Ellen Sofía	ortiz torres								



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá, 25 de abril del 2025

Señora:
FERNANDA MORENO
Psicóloga
FUNDACION CASA MARSUPIALIS
Ciudad

Asunto: Autorización y Presentación

Respetada señora:

Desde la Dirección del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá y su equipo de trabajo, les deseamos éxitos en sus labores que adelanta en esta importante comunidad.

Me permito presentar al formador **HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN** identificado con c.c. 1.070.642.838 quien es contratista del Instituto y apoyará el Programa de escuelas de formación en **ULTIMATE**.

Pensando en las necesidades de la población infantil y juvenil del Municipio en lo que se refiere a la ocupación del tiempo libre a través del deporte, la recreación y la actividad física con miras al mejoramiento de la calidad de vida, acudo a usted para que se le permita al formador promocionar el programa de la Escuela de Formación del IDRF en su comunidad.

Para más información se podrá contactar con el formador a través del número celular 3166263933.

Agradezco la atención prestada y en espera de su colaboración.

Cordialmente,

JUAN CARLOS MANRIQUE SANCHEZ
Director General

NIT. 800.215.793-8
Cll. 5 Nº 7A - 19 - Coliseo Central
Teléfonos: (57+1) 312 306 54 44
www.idrf-facatativa.cundinamarca.gov.co
e-mail: idrfacatativa@hotmail.com

OBLIGACION	03	**fecha**	1-30/09/2025	**OBLIGACION**	04	**FECHA**	1-30/09/2025

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor Helber leal Guzman

eporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
APA	INICIACION	MES	septiembre	Numero se sesiones	5	Fecha	25 al 30 de agosto

IJETIVO DE LA SEMANA : Profundizar en las dinamicas tecnicas y tacticas del juego, adoptando nuevas formas de desplazamientos nuevos ovientos trabajo de reglamentacion sistemas de juego cohecion grupal ademas perfeccionamiento de lanzamientos tecnicas de movimiento

DURACION DE LA SESION		120	120	120	120	120	120	120
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO			Portal de Maria	Villa Olimpica	Villa Olimpica	Portal de Maria	Villa Olimpica	
HORARIO			2:00--6:00pm	2:00 - 4:00pm	4:00-6:00pm	2:00--6:00pm	8-10qm	
	TIPO DE		Estiramientos inicial y tipo de	Estiramientos inicial y tipo	Estiramientos inicial y	Estiramientos inicial y tipo	Estiramientos inicial y	
FASE CALENTAMIENTO	TIPO CALENTAMIENTO		Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	
	TORNO A LA CALMA)		feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Tipo de estiramiento PASIVO.. estiramieto general	Tipo de estiramiento PASIVO. estiramieto general	Tipo de estiramiento PASIVO. estiramieto general	Tipo de estiramiento PASIVO. estiramieto general	Tipo de estiramiento PASIVO. estiramieto general	
	OBSERVACION							
FASE FISICA	Contenido		Trabajos decoordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos capacio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal	Trabajos decoordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos capacio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal	Trabajos decoordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos capacio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal	Trabajos decoordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos capacio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal	Trabajos decoordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos capacio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
	Volumen (%)		25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
	Contenido		trabajos de desarrollo de habilidades como strapods hazamiento y desplazamientos	trabajos de desarrollo de habilidades como strapods hazamiento y desplazamientos	trabajos de desarrollo de habilidades como strapods hazamiento y desplazamientos	trabajos de desarrollo de habilidades como strapods hazamiento y desplazamientos	trabajos de desarrollo de habilidades como strapods hazamiento y desplazamientos	





				 				
OBLIGACION	05	**FECHA**	1-30/09/2025	**OBLIGACIÓN**	06	**FECHA**	1-30/09/2025

	N/A


2 sept 2025 17:58:46
23-29 Carrera 5
Facatativá
Cundinamarca
Escuela Ultimate


9 sept 2025 17:47:55
4-71 Diagonal 22
Facatativá
Cundinamarca
Escuela Ultimate





OBLIGACION	07	**FECHA**	1-30/09/2025	**OBLIGACION**	08	**FECHA**	1-30/09/2025
N/A							

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE: ULTIMATE

ASISTENCIA | MES: sep-25 | PARTICIPANTES: TREINTA

#	Apellidos	Nombres	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	FIRMA
1	Rodríguez PrEciado	José					
2	Cardenas telles	Duvan					
3	Medina Tellez	Tomás Daniel					
4	Sánchez	Laura					
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana					
6	Molina	Tatiana					
7	Angel stiven	Vergara lotta					
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco					
9	Duban felipe	Zambrano Gómez					
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorin					
11	Hoguier Torres	Calderón Ramos					
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado					
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia					
14	Danna Sofía	Bolivar Porte					
15	Carlos Andrés	Marín Castillo					
16	Teatino Felacio	Lina Gabriela					
17	Espitia Torres	Mariana					
18	Velásquez Ospina	Danna Valentina					
19	Garzon avila	Maria del pilar					
20	CRISTHIAN CAMILO	BELTRAN MORENO					
21	BRAYAN ALEJANDRO	GOMEZ JIMENEZ					
22	YEFER ESNEYDER	GONZALEZ ZAMUDIO					
23	ANDREA	GOMEZ SUAREZ					
24	Carlos alberto	zamora jimenez					
25	Gabriela	Salamanca					
26	juan andres	Salamanca					
27	juliana	valdes amaya					

OBLIGACION	09	FECHA	1-30/09/2025	OBLIGACION	10	FECHA	1-30/09/2025



N/A

OBLIGACION	11	FECHA	17-30/09/2025	OBLIGACION	12	FECHA	17-30/09/2025

Simple — PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2025-09-25, 11:17:03 AM | Tipo Planilla: I: PLANILLA INDEPENDIENTES | Número Planilla: 1075123601
Periodo Cotización: agosto de 2025 | Periodo Servicio: agosto de 2025 | Referencia pago (PIN): 8823039861

PAGADO 25/09/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC1070942638	Dirección	CLL 4A#14B-25
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Teléfono	3202546858
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	ÚNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Identificación	Apellidos y Nombres	Pensiones Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Salud Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Cajas Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Total
CC [illegible]	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	(230201) PROTECCION	[illegible]	[illegible]	(EPS008) COMPENSAR EPS	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	(MIN-CC) NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	[illegible]

III.TOTALES

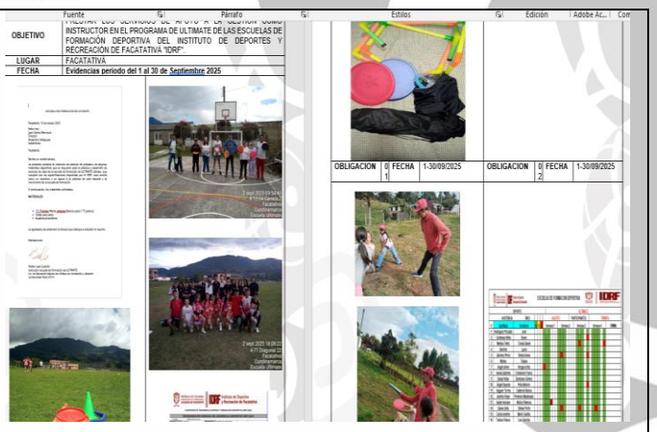
IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 0	$ 227.800	$ 178.000	$ 14.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 420.700	$ 4.300	$ 425.000

INFORME DE ACTIVIDADES DEL CONTRATO No. CPSAG-033-2025

CORRESPONDIENTE AL PERIODO EJECUTADO COMPRENDIDO DEL 01/08/2025 AL 30/08/2025	PAGO	07	DE	8
Fecha de presentación o radicación:	01/10/2025			

I. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Contrato No.	CPSAG-033-2025		
Clase o tipo de contrato:	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN		
Nombre del(a) contratista:	HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN		
Identificación del(a) contratista:	C.C.	1070942638	
Dirección:	Calle 4a # 14b -25		
Teléfono	3166263933	Correo Electrónico:	helberleal@gmail.com
Objeto:	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".		
CDP Inicial:	2025000047	Fecha	27/02/2025
RP Inicial:	2025000043	Fecha	12/03/2025
CDP Adición:	N/A	Fecha	N/A
RP Adición:	N/A	Fecha	N/A
Valor Inicial Contrato:	CATORCE MILLONES MONEDA CORRIENTE ($14.000.000) M/ CTE		
Valor Después Modificación:	N/A		
Póliza de Cumplimiento	No. CHU-100043220	Fecha de Aprobación	17/03/2025
Nombre Aseguradora	COMPAÑÍA MUNDIAL DE SEGUROS S.A		
ARL	SURA	Fecha de Inicio Cobertura	11/03/2025



OBJETIVO	INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE FACATATIVÁ "IDRF"						
LUGAR	FACATATIVÁ						
FECHA	Evidencias periodo del 1 al 30 de Septiembre 2025						
OBLIGACION	13	FECHA	1-30/09/2025	OBLIGACION	14	FECHA	1-30/09/2025





PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

PAGADO 25/09/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razon Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC 1070942638	Direccion	CLL 4A#14B-26
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Telefono	3202546868
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	UNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado			Novedades		Pensiones		Salud		Riesgos		Cajas		Parafiscales		Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	Ing	Administradora	IBC	Administradora	IBC	Tarifa	IBC	Administradora	IBC	Aportes Sena	Aportes ICBF	
CC 1070942638	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	30	00		SIN AFILIACION	$ 1.423.500	SIN AFILIACION	$ 1.423.500	0.522%	$ 1.423.500	CCF CUNDINAMARCA	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

III. TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	Cotizaciones, Cuentas, Saldos a Favor (CPS)	Cotizaciones ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 0	$ 227.800	$ 170.900	$ 14.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 423.700	$ 4.000	$ 427.000

Obligación	13	**Fecha**	1-30/09/2025	**Obligación**	14	**Fecha**	1-30/09/2025







Obligación	15	**Fecha**	1-30/09/2025

OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	**Evidencias periodo del 1 al 30 de OCTUBRE 2025**

ESCUELA DE FORMACION DE ULTIMATE

Facatativá, 18 de marzo 2025

Señor (es)
Juan Carlos Manrique
Director
Alejandro Velázquez
Subdirector

Facatativá.

Reciba un cordial saludo,

La presente contiene la intención de petición de préstamo de algunos materiales deportivos que se requieren para la práctica y desarrollo de sesiones de clase de la escuela de formación de ULTIMATE idóneas, que cumplan con las especificaciones requeridas por el IDRF, esto servirá como un incentivo y un apoyo a la práctica de este deporte y al crecimiento de la escuela de formación.

A continuación, los materiales solicitados.

MATERIALES:

- 15. Frisbees Marca ultrastar Blancos peso 175 gramos.
- Vallas para salto
- Escalera pliométrica

Le agradezco de antemano el tiempo que dedique a estudiar mi asunto.

Atentamente,

Helber Leal Guzmán
Instructor escuela de formación de ULTIMATE
Lic. en Educación básica con énfasis en recreación y deporte
(universidad libre) 2014







REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ

IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

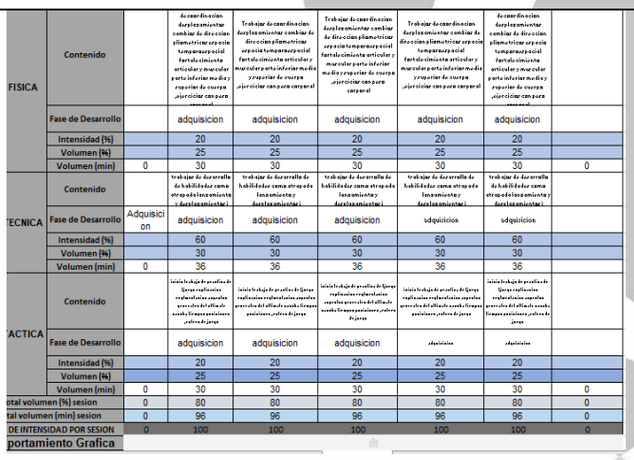
Profesor	Helber leal Guzman						
porte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
PA	INICIACION	MES	Octubre	Numero se sesiones	5	Fecha	27 al 30 de octubre

ETIVO DE LA SEMANA : Perfeccionar los aspectos tecnicos en lanzamientos incorporando diferentes trayectorias al frisbee como diversas as y trabajo de ambas lateralidades ademas de realizar trabajos afensivos y defensivos mejorando la efectividad y la fluides en el mento del juego

URACION DE LA SESION		120	120	120	120	120	120	120
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO			Portal de Maris	Villa Olimpica	Villa Olimpica	Portal de Maris	Villa Olimpica	
HORARIO			2:00--6:00pm	2:00 - 4:00pm	4:00-6:00pm	2:00--6:00pm	8-10pm	
FASE	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	
	TIPO CALENTAMIENTO		GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular ,activacion cardiovascular	
			Feed back de la		Feed back de la clase		Feed back de la clase	



OBLIGACION	01	FECHA	1-30/10/2025



FISICA	Contenido		de coordinacion. dura los siminutos combinar de direccion pliometricar arg ocion tumpo neuro social fortalecimiento articular y muscular porta inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicior con pore corporal	Trabajar de coordinacion. dura los siminutos combinar de direccion pliometricar arg ocion tumpo neuro social fortalecimiento articular y muscular porta inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicior con pore corporal	Trabajar de coordinacion. dura los siminutos combinar de direccion pliometricar arg ocion tumpo neuro social fortalecimiento articular y muscular porta inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicior con pore corporal	Trabajar de coordinacion. dura los siminutos combinar de direccion pliometricar arg ocion tumpo neuro social fortalecimiento articular y muscular porta inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicior con pore corporal	de coordinacion. dura los siminutos combinar de direccion pliometricar arg ocion tumpo neuro social fortalecimiento articular y muscular porta inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicior con pore corporal	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
	Volumen (%)		25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
TECNICA	Contenido		trabajar de desarrolla de habilidades como otro ado los siminutos y duras los siminutos	trabajar de desarrolla de habilidades como otro ado los siminutos y duras los siminutos	trabajar de desarrolla de habilidades como otro ado los siminutos y duras los siminutos	trabajar de desarrolla de habilidades como otro ado los siminutos y duras los siminutos	trabajar de desarrolla de habilidades como otro ado los siminutos y duras los siminutos	
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
	Volumen (%)		30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	
TACTICA	Contenido		iniciar trabajo de pruebas de tiempo explicacion explicar juegos pequeños para dar del dia de cuando tiempo posicionar , cultivo de juego	iniciar trabajo de pruebas de tiempo explicacion explicar juegos pequeños para dar del dia de cuando tiempo posicionar , cultivo de juego	iniciar trabajo de pruebas de tiempo explicacion explicar juegos pequeños para dar del dia de cuando tiempo posicionar , cultivo de juego	iniciar trabajo de pruebas de tiempo explicacion explicar juegos pequeños para dar del dia de cuando tiempo posicionar , cultivo de juego	iniciar trabajo de pruebas de tiempo explicacion explicar juegos pequeños para dar del dia de cuando tiempo posicionar , cultivo de juego	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
	Volumen (%)		25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
total volumen (%) sesion		0	80	80	80	80	80	0
total volumen (min) sesion		0	96	96	96	96	96	0
NIVEL DE INTENSIDAD POR SESION		0	100	100	100	100	100	0
Comportamiento Grafica								

OBLIGACION	02	FECHA	1-30/10/2025





DEPORTE: ULTIMATE

ASISTENCIA MES: oct-25 PARTICIPANTES: TREINTA

Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	FIRMA
Rodríguez PrEciado	José								
Cardenas telles	Duvan								
Medina Tellez	Tomás Daniel								
Sánchez	Laura								
Sánchez Pérez	Sheila Ariana								
Molina	Tatiana								
Angel stiven	Vergara lotta								
Ivanna Gabriela	Cristancho Franco								
Duban felipe	Zambrano Gómez								
Ángel Eduardo	Peña Bellorin								
Hoguier Torres	Calderón Ramos								
Andrés Felipe	Perdomo Maldonado								
Isabel mariane	Muñoz Palencia								
Danna Sofia	Bolivar Porte								
Carlos Andrés	Marín Castillo								
Teatino Felacio	Lina Gabriela								
Espitia Torres	Mariana								
Velásquez Ospina	Danna Valentina								
Garzon avila	Maria del pilar								
RISTHIAN CAMILO	BELTRAN MORENO								
RAYAN ALEJANDR	GOMEZ JIMENEZ								
TEFER ESNEYDER	GONZALEZ ZAMUDIO								
ANDREA	GOMEZ SUAREZ								
Carlos alberto	zamora jimenez								
Gabriela	Salamanca								
juan andres	Salamanca								
juliana	valdes amaya								
Eilyn Sofía	ortiz torres								
Nicol Dayana	Valbuena Ruiz								
Shayda	De moya ruiz								
dayana vanesa	gomez diaz								
Kevin Esteban	Chaves Luna								
Johan Santiago	CLAVIJO AVILA								
Daniel Elias	García Cediel								

Hoja1



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá, 25 de abril del 2025

Señora:
FERNANDA MORENO
Psicóloga
FUNDACION CASA MARSUPIALIS
Ciudad

Asunto: Autorización y Presentación

Respetada señora:

Desde la Dirección del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá y su equipo de trabajo, les deseamos éxitos en sus labores que adelanta en esta importante comunidad.

Me permito presentar al formador **HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN** identificado con c.c. 1.070.942.638 quien es contratista del Instituto y apoyará el Programa de escuelas de formación en **ULTIMATE**.

Pensando en las necesidades de la población infantil y juvenil del Municipio en lo que se refiere a la ocupación del tiempo libre a través del deporte, la recreación y la actividad física con miras al mejoramiento de la calidad de vida, acudo a usted para que se le permita al formador promocionar el programa de la Escuela de Formación del IDRF en su comunidad.

Para más información se podrá contactar con el formador a través del número celular 3166263933.

Agradezco la atención prestada y en espera de su colaboración.

Cordialmente,

JUAN CARLOS MANRIQUE SANCHEZ
Director General

NIT.800.215.793-8
Cll. 5 Nº 7A - 19 - Coliseo Central
Tel: (57+1) 312 3065444
Facatativa.cundinamarca.gov.co
idrfacatativa@hotmail.com

OBLIGACION	03	**fecha**	1-30/10/2025	**OBLIGACION**	04	**FECHA**	1-30/10/2025

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor: Helber leal Guzman

porte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
PA	INICIACION	MES	Octubre	Numero se sesiones	5	Fecha	27 al 30 de octubre

ETIVO DE LA SEMANA : Perfeccionar los aspectos tecnicos en lanzamientos incorporando diferentes trayectorias al frisbee como diversas as y trabajo de ambas lateralidades ademas de realizar trabajos afensivos y defensivos mejorando la efectividad y la fluides en el mento del juego

			LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
DURACION DE LA SESION			120	120	120	120	120	120	120
LUGAR Y/O ESCENARIO				Portal de Muris	Villa Olimpics	Villa Olimpics	Portal de Muris	Villa Olimpics	
HORARIO				2:00--6:00pm	2:00 - 4:00pm	4:00-6:00pm	2:00--6:00pm	8-10qm	
FASE	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL			Estiramientoc inicial y tipo de cstiramiento dinamico	Estiramientoc inicial y tipo de cstiramiento dinamico	Estiramientoc inicial y tipo de cstiramiento dinamico	Estiramientoc inicial y tipo de cstiramiento dinamico	Estiramientoc inicial y tipo de cstiramiento dinamico	
	TIPO CALENTAMIENTO			GENERAL: Calistumiento movimiento articular ,actimicios cardiorscular	GENERAL: Calistumiento movimiento articular ,actimicios cardiorscular	GENERAL: Calistumiento movimiento articular ,actimicios cardiorscular	GENERAL: Calistumiento movimiento articular ,actimicios cardiorscular	GENERAL: Calistumiento movimiento articular ,actimicios cardiorscular	
				Feed back de la clase		Feed back de la clase		Feed back de la clase	
FISICA	Contenido			Trabajar de coordinacion dueplos emiuntar combiar de direccion plamuticiar arpocio tumpo arpocicial fortalecimiunto articular y muscular parte inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicior con pure corpoeral	Trabajar de coordinacion dueplos emiuntar combiar de direccion plamuticiar arpocio tumpo arpocicial fortalecimiunto articular y muscular parte inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicior con pure corpoeral	Trabajar de coordinacion dueplos emiuntar combiar de direccion plamuticiar arpocio tumpo arpocicial fortalecimiunto articular y muscular parte inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicior con pure corpoeral	Trabajar de coordinacion dueplos emiuntar combiar de direccion plamuticiar arpocio tumpo arpocicial fortalecimiunto articular y muscular parte inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicior con pure corpoeral	Trabajar de coordinacion dueplos emiuntar combiar de direccion plamuticiar arpocio tumpo arpocicial fortalecimiunto articular y muscular parte inferior medio y superior de cuerpo ,ejercicior con pure corpoeral	
	Fase de Desarrollo			adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)			20	20	20	20	20	
	Volumen (%)			25	25	25	25	25	
	Volumen (min)		0	30	30	30	30	30	0
TECNICA	Contenido			Trabajar de desarrollo de habilidad de cama otro agolpeo lanzamiento y duelolanzamiento	Trabajar de desarrollo de habilidad de cama otro agolpeo lanzamiento y duelolanzamiento	Trabajar de desarrollo de habilidad de cama otro agolpeo lanzamiento y duelolanzamiento	Trabajar de desarrollo de habilidad de cama otro agolpeo lanzamiento y duelolanzamiento	Trabajar de desarrollo de habilidad de cama otro agolpeo lanzamiento y duelolanzamiento	
	Fase de Desarrollo		Adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicios	adquisicios	
	Intensidad (%)			60	60	60	60	60	
	Volumen (%)			30	30	30	30	30	
	Volumen (min)		0	36	36	36	36	36	
TACTICA	Contenido			Inicio trabajo de practico de fgarge replicacion roplicacion capacios practico del difitado cuadro fingas posicionos ,pulero de juego	Inicio trabajo de practico de fgarge replicacion roplicacion capacios practico del difitado cuadro fingas posicionos ,pulero de juego	Inicio trabajo de practico de fgarge replicacion roplicacion capacios practico del difitado cuadro fingas posicionos ,pulero de juego	Inicio trabajo de practico de fgarge replicacion roplicacion capacios practico del difitado cuadro fingas posicionos ,pulero de juego	Inicio trabajo de practico de fgarge replicacion roplicacion capacios practico del difitado cuadro fingas posicionos ,pulero de juego	
	Fase de Desarrollo			adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicios	adquisicios	
	Intensidad (%)			20	20	20	20	20	
	Volumen (%)			25	25	25	25	25	
	Volumen (min)		0	30	30	30	30	30	0
otal volumen (%) sesion			0	80	80	80	80	80	0
tal volumen (min) sesion			0	96	96	96	96	96	0
DE INTENSIDAD POR SESION			0	100	100	100	100	100	0
portamiento Grafica									

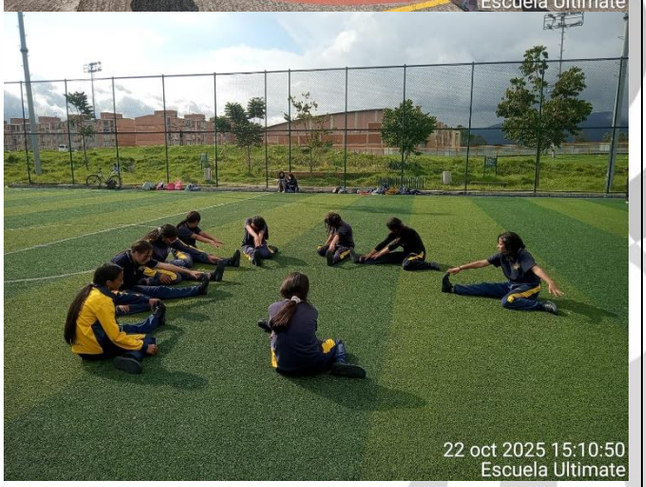





8 oct 2025 17:54:20
04E-56 Transversal 9
Facatativá
Cundinamarca
Escuela Ultimate




21 oct 2025 09:56:40
Escuela Ultimate


22 oct 2025 15:10:50
Escuela Ultimate

OBLIGACION	05	**FECHA**	1-30/10/2025	**OBLIGACIÓN**	06	**FECHA**	1-30/10/2025





N/A





OBLIGACION	07	**FECHA**	1-30/10/2025	**OBLIGACION**	08	**FECHA**	1-30/10/2025
N/A							

DEPORTE:	ULTIMATE		
ASISTENCIA	MES: oct-25	PARTICIPANTES:	TREINTA

Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	FIRMA
odríguez PrEciado	José								
Cardenas telles	Duvan								
Medina Tellez	Tomás Daniel								
Sánchez	Laura								
Sánchez Pérez	Sheila Ariana								
Molina	Tatiana								
Angel stiven	Vergara lotta								
Ivanna Gabriela	Cristancho Franco								
Duban felipe	Zambrano Gómez								
Ángel Eduardo	Peña Bellorin								
Hoguier Torres	Calderón Ramos								
Andrés Felipe	Perdomo Maldonado								
Isabel mariane	Muñoz Palencia								
Danna Sofía	Bolivar Porte								
Carlos Andrés	Marín Castillo								
Teatino Felacio	Lina Gabriela								
Espitia Torres	Mariana								
Velásquez Ospina	Danna Valentina								
Garzon avila	Maria del pilar								
RISTHIAN CAMILO	BELTRAN MORENO								
RAYAN ALEJANDR	GOMEZ JIMENEZ								
EFER ESNEYDER	GONZALEZ ZAMUDIO								
ANDREA	GOMEZ SUAREZ								
Carlos alberto	zamora jimenez								
Gabriela	Salamanca								
juan andres	Salamanca								
juliana	valdes amaya								
Eilyn Sofía	ortiz torres								
Nicol Dayana	Valbuena Ruiz								
Shayda	De moya ruiz								
dayana vanesa	gomez diaz								
Kevin Esteban	Chaves Luna								
Johan Santiago	CLAVIJO AVILA								
Daniel Elias	García Cediel								

Hoja1

OBLIGACION	09	**FECHA**	1-30/10/2025	**OBLIGACION**	10	**FECHA**	1-30/10/2025



N/A

OBLIGACION	11	**FECHA**	17-30/10/2025	**OBLIGACION**	12	**FECHA**	17-30/10/2025

Simple — PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2025-10-24, 04:05:22 AM — Tipo Planilla: I: PLANILLA INDEPENDIENTES — Número Planilla: 1076583186
Periodo Cotización: septiembre de 2025 — Periodo Servicio: septiembre de 2025 — Referencia pago (PIN): 8823540524

PAGADO 23/10/2025 EN HORARIO EXTENDIDO

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC1070942638	Dirección	CLL 4A#14B-25
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Teléfono	3202546858
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	ÚNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado	Novedades	Pensiones	Salud	Riesgos	Cajas	Parafiscales	Total
HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	[illegible]	(230201) PROTECCION $ 1.423.500 $ 227.800	(EPS008) COMPENSAR EPS $ 1.423.500 $ 178.000	1,044 $ 1.423.500 $ 14.900	(NIN-CC) NINGUNA CCF $ 0 $ 0	$ 0 $ 0 $ 0 $ 0	[illegible]

III.TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 0	$ 227.800	$ 178.000	$ 14.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 420.700	$ 4.000	$ 424.700

INFORME DE ACTIVIDADES DEL CONTRATO No. CPSAG-033-2025			
CORRESPONDIENTE AL PERIODO EJECUTADO COMPRENDIDO DEL 01/08/2025 AL 30/08/2025	PAGO 08	DE	8
Fecha de presentación o radicación:	01/11/2025		
I. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO			
Contrato No.	CPSAG-033-2025		
Clase o tipo de contrato:	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN		
Nombre del(a) contratista:	HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN		
Identificación del(a) contratista:	C.C.	1070942638	
Dirección:	Calle 4a # 14b -25		
Teléfono	3166263933	Correo Electrónico:	helberleal@gmail.com
Objeto:	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF"		
CDP Inicial:	2025000274	Fecha	1/10/2025
RP Inicial:	2025000302	Fecha	17/10/2025
CDP Adición:	N/A	Fecha	N/A
RP Adición:	N/A	Fecha	N/A
Valor Inicial Contrato:	DIECIOCHO MILLONES MONEDA CORRIENTE ($14.000.000) M/ CTE		
Valor Después Modificación:	N/A		
Póliza de Cumplimiento	No. CHU-100043220	Fecha de Aprobación	09/10/2025
Nombre Aseguradora	COMPAÑÍA MUNDIAL DE SEGUROS S.A		
ARL	SURA	Fecha de Inicio Cobertura	11/03/2025

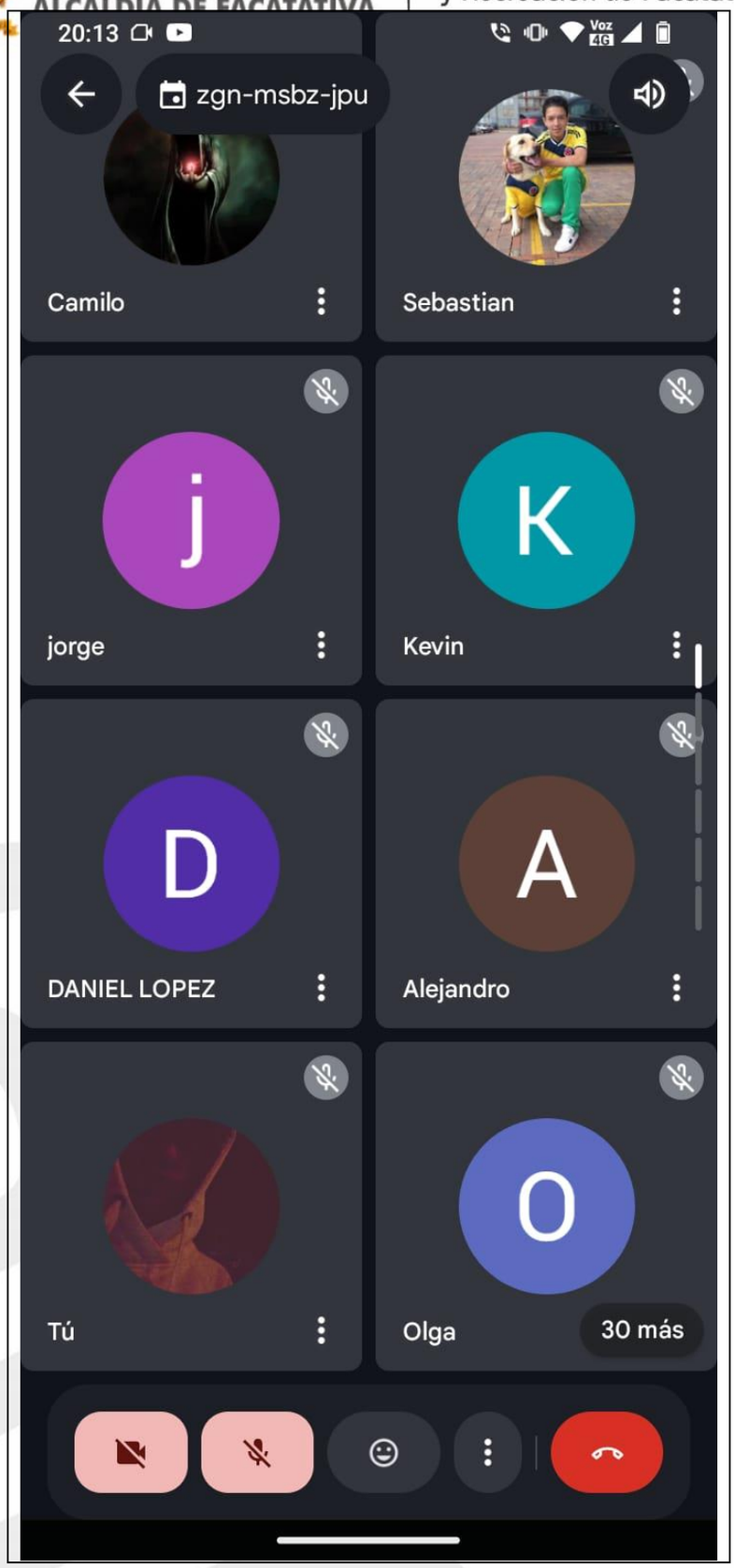
<table>
<tr>
<td>Obligación</td><td>13</td><td>Fecha</td><td>1-30/10/2025</td>
<td>Obligación</td><td>14</td><td>Fecha</td><td>1-30/10/2025</td>
</tr>
</table>

NIT. 800.215.793-8
Cll. 5 Nº 7A - 19 - Coliseo Central
Teléfonos: (57+1) 312 306 54 44
ww.idrf-facatativa-cundinamarca.gov.co
e-mail: idrfacatativa@hotmail.com

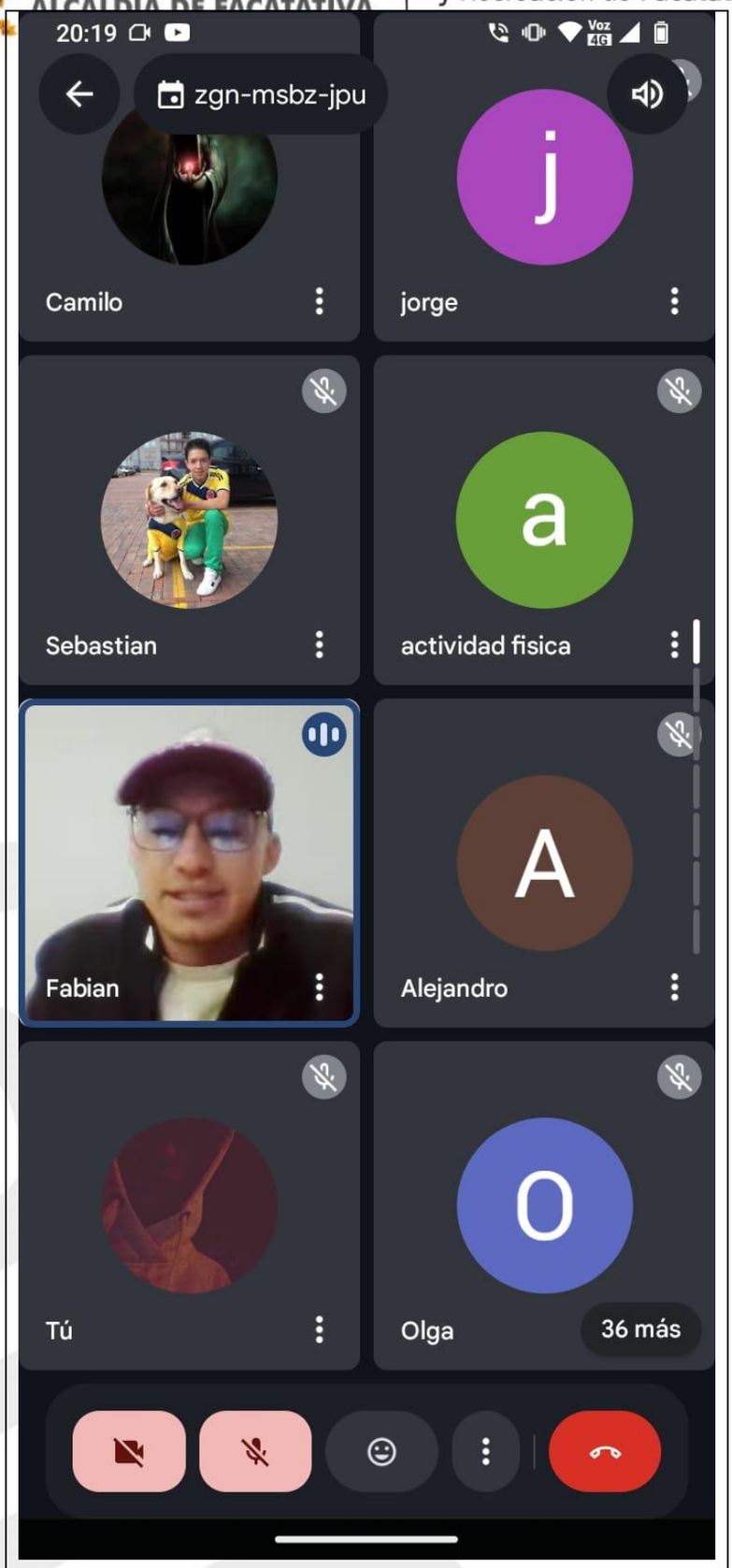



FACATATIVÁ
COLOMBIA


6 oct 2025 18:30:01
Cra. 2 Calle 6
Facatativá
Cundinamarca
Escuela Ultimate



NIT. 800.215.793-8
Cll. 5 Nº 7A - 19 - Coliseo Central
Teléfonos: (57+1) 312 306 54 44
ww.idrf-facatativa-cundinamarca.gov.co
e-mail: idrfacatativa@hotmail.com



Obligación	15	**Fecha**	1-30/10/2025

OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	**Evidencias periodo del 1 al 30 de NOVIEMBRE 2025**

ESCUELA DE FORMACION DE ULTIMATE

Facatativá, 18 de marzo 2025

Señor (es)
Juan Carlos Manrique
Director
Alejandro Velázquez
Subdirector

Facatativá.

Reciba un cordial saludo,

La presente contiene la intención de petición de préstamo de algunos materiales deportivos que se requieren para la práctica y desarrollo de sesiones de clase de la escuela de formación de ULTIMATE idóneas, que cumplan con las especificaciones requeridas por el IDRF, esto servirá como un incentivo y un apoyo a la práctica de este deporte y al crecimiento de la escuela de formación.

A continuación, los materiales solicitados.

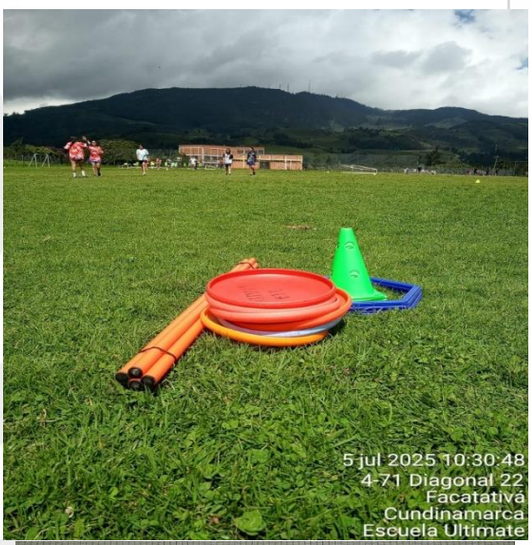
MATERIALES:

- 15. Frisbees Marca ultrastar Blancos peso 175 gramos.
- Vallas para salto
- Escalera pliométrica

Le agradezco de antemano el tiempo que dedique a estudiar mi asunto.

Atentamente,

Helber Leal Guzmán
Instructor escuela de formación de ULTIMATE
Lic. en Educación básica con énfasis en recreación y deporte
(universidad libre) 2014











DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA ALCALDÍA DE FACATATIVÁ IDRF y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor: Helber leal Guzman

Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO		
ETAPA	INICIACION	MES	Noviembre	Numero se sesiones	5	Fecha	del 3 al 8 noviembre

OBJETIVO DE LA SEMANA : Perfeccionar los aspectos tecnicos en lanzamientos incorporando diferentes trayectorias al frisbee como diversas curvas y trabajo de ambas lateralidades ademas de realizar trabajos afensivos y defensivos mejorando la efectividad y la fluides en el momento juego

DURACION DE LA SESION		120	120	120	120	120	120	12
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DM
LUGAR Y/O ESCENARIO			Portal de Maria	Villa Olimpico	Villa Olimpico	Portal de Maria	Villa Olimpico	
HORARIO			2:00--4:00p.m.	2:00 - 4:00p.m.	4:00-6:00p.m.	2:00--4:00p.m.	9-10a.m.	
FASE CALENTAMIEN	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Estiramiontar inicial y tipo de artiramiento dinamico	Estiramiontar inicial y tipo de artiramiento dinamico	Estiramiontar inicial y tipo de artiramiento dinamico	Estiramiontar inicial y tipo de artiramiento dinamico	Estiramiontar inicial y tipo de artiramiento dinamico	
	TIPO CALENTAMIENTO		GENERAL: Calentamiento movimiento articular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular	

OBLIGACION	01	FECHA	1-30/11/2025	OBLIGACION	02	FECHA	1-30/11/2025







REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá, 25 de abril del 2025

Señora:
FERNANDA MORENO
Psicóloga
FUNDACION CASA MARSUPIALIS
Ciudad

Asunto: Autorización y Presentación

Respetada señora:

Desde la Dirección del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá y su equipo de trabajo, les deseamos éxitos en sus labores que adelanta en esta importante comunidad.

Me permito presentar al formador **HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN** identificado con c.c. 1.070.642.638 quien es contratista del Instituto y apoyará el Programa de escuelas de formación en **ULTIMATE.**

Pensando en las necesidades de la población infantil y juvenil del Municipio en lo que se refiere a la ocupación del tiempo libre a través del deporte, la recreación y la actividad física con miras al mejoramiento de la calidad de vida, acudo a usted para que se le permita al formador promocionar el programa de la Escuela de Formación del IDRF en su comunidad.

Para más información se podrá contactar con el formador a través del número celular 3166263933.

Agradezco la atención prestada y en espera de su colaboración.

Cordialmente,

JUAN CARLOS MANRIQUE SANCHEZ
Director General

NIT. 800.215.793-8
Cll. 5 Nº 7A - 19 - Coliseo Central
Teléfonos: (57+1) 312 306 54 44
www.idrf-facatativa-cundinamarca.gov.co
e-mail: idrfacatativa@hotmail.com

ASISTENCIA		MES:				nov-25				PARTICIPANTES:	TREINTA
	Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4		FIRMA
1	Rodríguez PrEciado	José									
2	Cardenas telles	Duvan									
3	Medina Tellez	Tomás Daniel									
4	Sánchez	Laura									
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana									
6	Molina	Tatiana									
7	Angel stiven	Yergara lotta									
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco									
9	Duban felipe	Zambrano Gómez									
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorin									
11	Hoguier Torres	Calderón Ramos									
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado									
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia									
14	Danna Sofia	Bolivar Porte									
15	Carlos Andrés	Marín Castillo									
16	Teatino Felacio	Lina Gabriela									
17	Espitia Torres	Mariana									
18	Velásquez Ospina	Danna Valentina									
19	Garzon avila	Maria del pilar									
20	CRISTHIAN CAMILO	BELTRAN MORENO									
21	RAYAN ALEJANDR	GOMEZ JIMENEZ									
22	YEFER ESNEYDER	GONZALEZ ZAMUDIO									
23	ANDREA	GOMEZ SUAREZ									
24	Carlos alberto	zamora jimenez									
25	Gabriela	Salamanca									
26	juan andres	Salamanca									
27	juliana	valdes amaya									
28	Eilyn Sofia	ortiz torres									
29	Nicol Dayana	Valbuena Ruiz									
30	Shayda	De moya ruiz									
31	dayana vanesa	gomez diaz									
32	Kevin Esteban	Chaves Luna									
33	Johan Santiago	CLAVIJO AVILA									
34	Daniel Elias	García Cediel									
35											

OBLIGACION	03	fecha	1-30/11/2025	OBLIGACION	04	FECHA	1-30/11/2025

DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA ALCALDÍA DE FACATATIVÁ IDRF y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman						
Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
ETAPA	INICIACION	MES	Noviembre	Numero se sesiones	5	Fecha	del 3 al 8 noviembre

OBJETIVO DE LA SEMANA : Perfeccionar los aspectos tecnicos en lanzamientos incorporando diferentes trayectorias al frisbee como diversas curvas y trabajo de ambas lateralidades ademas de realizar trabajos afensivos y defensivos mejorando la efectividad y la fluides en el momento juego

DURACION DE LA SESION			120	120	120	120	120	120	12
			LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DM
LUGAR Y/O ESCENARIO				Portal de Maria	Villa Olimpica	Villa Olimpica	Portal de Maria	Villa Olimpica	
HORARIO				2:00--4:00p.m.	2:00 - 4:00p.m.	4:00-6:00p.m.	2:00--4:00p.m.	8-10 a.m.	
FASE CALENTAMIEN	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL			Estiramientar inicial y tipo de artirmamiento dinamica	Estiramientar inicial y tipo de artirmamiento dinamica	Estiramientar inicial y tipo de artirmamiento dinamica	Estiramientar inicial y tipo de artirmamiento dinamica	Estiramientar inicial y tipo de artirmamiento dinamica	
	TIPO CALENTAMIENTO			GENERAL: Calentamiento movimiento articular articulacion	GENERAL: Calentamiento movimiento articular articulacion	GENERAL: Calentamiento movimiento articular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular articulacion	GENERAL: Calentamiento movimiento articular articulacion cordinacion	
FISICA	Contenido			Trabajar de coordinacion duplos emisortar combiar de direccion y lanzar en diferentes angulos temperatura y velocidad fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion duplos emisortar combiar de direccion y lanzar en diferentes angulos temperatura y velocidad fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion duplos emisortar combiar de direccion y lanzar en diferentes angulos temperatura y velocidad fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ejercicios con pura corporal	Trabajar de coordinacion duplos emisortar combiar de direccion y lanzar en diferentes angulos temperatura y velocidad fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ejercicios con pura corporal		
	Fase de Desarrollo			adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)			20	20	20	20	20	
	Volumen (%)			25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0		30	30	30	30	30	0
TECNICA	Contenido			trabajar de durarrolle de habilidadar como atrapada lanzamiento y duro(emisortar)	trabajar de durarrolle de habilidadar como atrapada lanzamiento y duro(emisortar)	trabajar de durarrolle de habilidadar como atrapada lanzamiento y duro(emisortar)	trabajar de durarrolle de habilidadar como atrapada lanzamiento y duro(emisortar)	trabajar de durarrolle de habilidadar como atrapada lanzamiento y duro(emisortar)	
	Fase de Desarrollo	Adquisicion		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicios	adquisicios	
	Intensidad (%)			60	60	60	60	60	
	Volumen (%)			30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0		36	36	36	36	36	
TACTICA	Contenido			Iniciar la dinamica de pruebas de fuerza explicacion reglamentacion aspectos generales del difícil de cuando fin juego posicionar y retiro de juego	Iniciar la dinamica de pruebas de fuerza explicacion reglamentacion aspectos generales del difícil de cuando fin juego posicionar y retiro de juego	Iniciar la dinamica de pruebas de fuerza explicacion reglamentacion aspectos generales del difícil de cuando fin juego posicionar y retiro de juego	Iniciar la dinamica de pruebas de fuerza explicacion reglamentacion aspectos generales del difícil de cuando fin juego posicionar y retiro de juego	Iniciar la dinamica de pruebas de fuerza explicacion reglamentacion aspectos generales del difícil de cuando fin juego posicionar y retiro de juego	
	Fase de Desarrollo			adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicios	adquisicios	
	Intensidad (%)			20	20	20	20	20	
	Volumen (%)			25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0		30	30	30	30	30	0
otal volumen (%) sesion		0		80	80	80	80	80	0
tal volumen (min) sesion		0		96	96	96	96	96	0
DE INTENSIDAD POR SESION		0		100	100	100	100	100	0
portamiento Grafica									











							
							
							
OBLIGACION	05	**FECHA**	1-30/11/2025	**OBLIGACIÓN**	06	**FECHA**	1-30/11/2025

	N/A

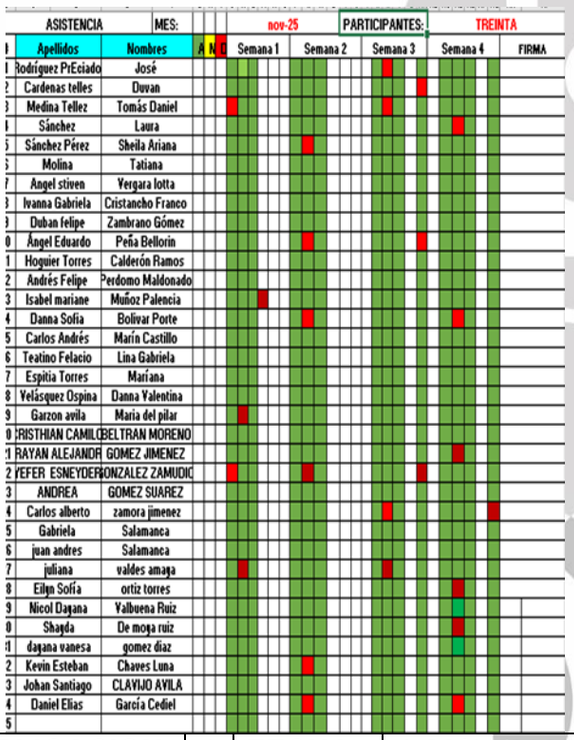

4 nov 2025 17:49:54
Escuela Ultimate


5 nov 2025 15:15:05
Escuela Ultimate


5 nov 2025 17:46:01
Escuela Ultimate


11 nov 2025 09:50:45
Escuela Ultimate


18 nov 2025 09:30:58
12-54 Carrera 2
Facatativá
Cundinamarca
Escuela Ultimate

OBLIGACION	07	**FECHA**	1-30/11/2025	**OBLIGACION**	08	**FECHA**	1-30/11/2025
N/A							
OBLIGACION	09	**FECHA**	1-30/11/2025	**OBLIGACION**	10	**FECHA**	1-30/11/2025
				N/A			
OBLIGACION	11	**FECHA**	17-30/11/2025	**OBLIGACION**	12	**FECHA**	17-30/11/2025

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creacion reporte: 2026-11-27, 11:14:00 AM Tipo Planilla: I: PLANILLA INDEPENDIENTES Numero Planilla: 1077528631

Periodo Cotizacion: noviembre de 2026 Periodo Servicio: noviembre de 2026 Referencia pago (PIN): 8823650287

PAGADO 27/11/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC 1070942638	Dirección	CLL 4A#14B-25
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Telefono	3205546656
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	UNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																								Pensiones			Salud			Riesgos		Cajas			Parafiscales			Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante																									Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte ESAP	Aporte MEN	Aporte ICBF	Total
CC 1070942638	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	1	00																									PROTECCION	$ 1.429.000	$ 227.680	SANITAS COMPENSADO EPS	$ 1.429.000	$ 170.000	1,044	$ 1.429.000	$ 14.900	ARL 023	1	$ 429.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 429.700

III. TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.429.000	$ 1.429.000	$ 1.429.000	$ 0	$ 227.680	$ 170.000	$ 14.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 429.700	$ 0	$ 429.700

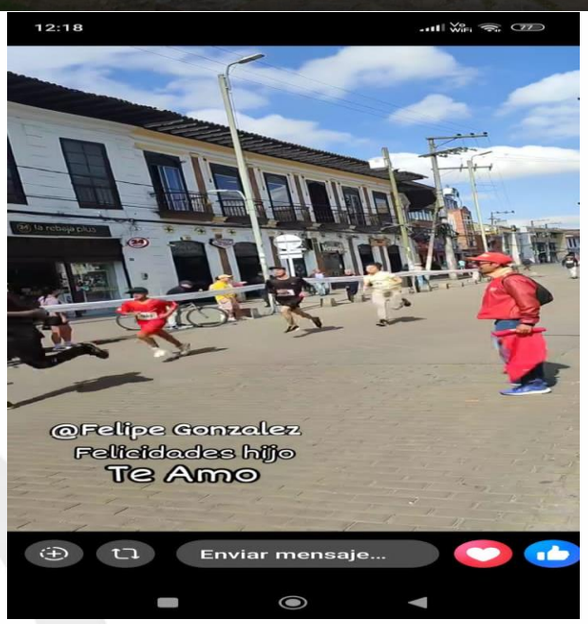
Obligación	13	**Fecha**	1-30/11/2025	**Obligación**	14	**Fecha**	1-30/11/2025


19:34
kwx-ufwr-ugx
Jonathan está presentando
Tú
PAOLA
56 más


6 nov 2025 13:30:00
Escuela Ultimate

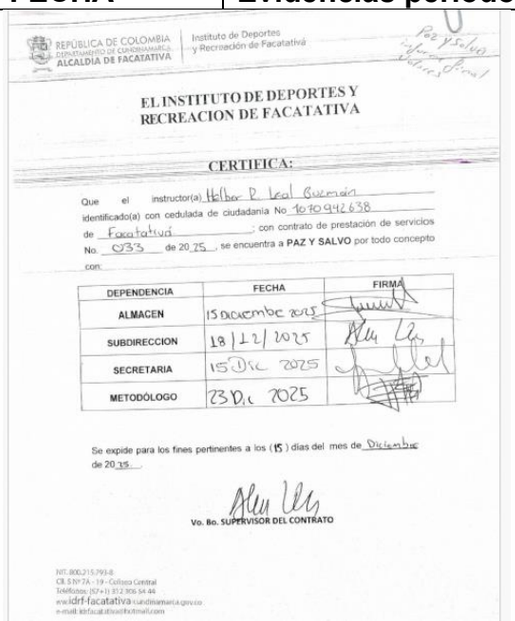






Obligación	15	**Fecha**	1-30/11/2025

OBJETIVO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	**Evidencias periodo del 1 al 16 de Diciembre 2025**



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

EL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE FACATATIVA

CERTIFICA:

Que el instructor(a) Helber R. Leal Guzmán identificado(a) con cedulada de ciudadanía No 1070942638 de Facatativá ; con contrato de prestación de servicios No. 033 de 20 25 , se encuentra a **PAZ Y SALVO** por todo concepto con:

DEPENDENCIA	FECHA	FIRMA
ALMACEN	15 diciembre 2025	
SUBDIRECCION	18/12/2025	
SECRETARIA	15 Dic 2025	
METODÓLOGO	23 Dic 2025	

Se expide para los fines pertinentes a los (15) días del mes de Diciembre de 20 25 .

Vo. Bo. SUPERVISOR DEL CONTRATO

NIT. 800.215.793-8
Cll. 5 N° 7A - 19 - Coliseo Central
Teléfonos: (57+1) 312 306 54 44
ww.idrf-facatativa-cundinamarca.gov.co
e-mail: idrfacatativa@hotmail.com



ESCUELA DE FORMACION DE ULTIMATE

Facatativá, 18 de marzo 2025

Señor (es)
Juan Carlos Manrique
Director
Alejandro Velázquez
Subdirector

Facatativá.

Reciba un cordial saludo,

La presente contiene la intención de petición de préstamo de algunos materiales deportivos que se requieren para la práctica y desarrollo de sesiones de clase de la escuela de formación de ULTIMATE idóneas, que cumplan con las especificaciones requeridas por el IDRF, esto servirá como un incentivo y un apoyo a la práctica de este deporte y al crecimiento de la escuela de formación.

A continuación, los materiales solicitados.

MATERIALES:

- 15 Frisbees Marca ultrastar Blancos peso 175 gramos.
- Vallas para salto
- Escalera pliométrica

Le agradezco de antemano el tiempo que dedique a estudiar mi asunto.

Atentamente,

Helber Leal Guzmán
Instructor escuela de formación de ULTIMATE
Lic. en Educación básica con énfasis en recreación y deporte
(universidad libre) 2014









DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman						
Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
ETAPA	INICIACION	MES	DICIEMBRE	Numero se sesiones	5	Fecha	del 1 al 16 Diciembre

OBJETIVO DE LA SEMANA : Perfeccionar los aspectos tecnicos en lanzamientos incorporando diferentes trayectorias al frisbee como diversas curvas trabajo de ambas lateralidades ademas de realizar trabajos afensivos y defensivos mejorando la efectividad y la fluides en el momento del juego

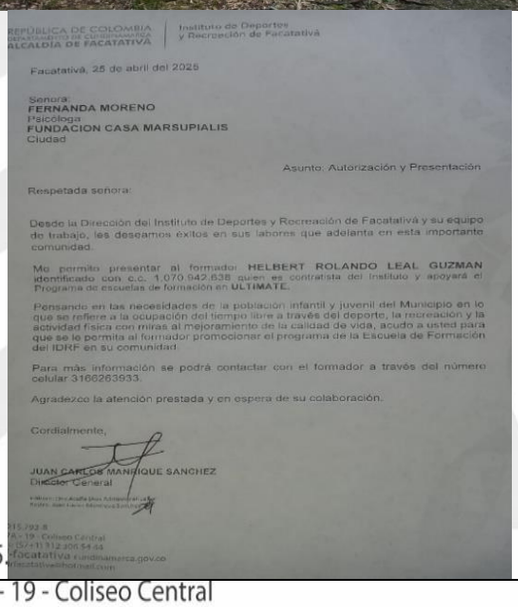
DURACION DE LA SESION	120	120	120	120	120	120	12
	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DM
LUGAR Y/O ESCENARIO		Portal de Maria	Villa Clemira	Villa Clemira	Portal de Maria	Villa Clemira	





OBLIGACION	01	FECHA	1-16/12/2025





REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

Facatativá, 25 de abril del 2025

Señora:
FERNANDA MORENO
Psicóloga
FUNDACION CASA MARSUPIALIS
Ciudad

Asunto: Autorización y Presentación

Respetada señora:

Desde la Dirección del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá y su equipo de trabajo, les deseamos éxitos en sus labores que adelanta en esta importante comunidad.

Me permito presentar al formador **HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN** identificado con c.c. 1.070.942.838 quien es contratista del Instituto y apoyará el Programa de escuelas de formación en **ULTIMATE**.

Pensando en las necesidades de la población infantil y juvenil del Municipio en lo que se refiere a la ocupación del tiempo libre a través del deporte, la recreación y la actividad física con miras al mejoramiento de la calidad de vida, acudo a usted para que se le permita al formador promocionar el programa de la Escuela de Formación del IDRF en su comunidad.

Para más información se podrá contactar con el formador a través del número celular 3166263933.

Agradezco la atención prestada y en espera de su colaboración.

Cordialmente,

JUAN CARLOS MANRIQUE SANCHEZ
Director General

OBLIGACION	02	FECHA	1-16/12/2025

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE: ULTIMATE

ASISTENCIA MES: dic-25 PARTICIPANTES: TREINTA

#	Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	FIRMA
1	Rodríguez PrEciado	José								
2	Cardenas telles	Duvan								
3	Medina Tellez	Tomás Daniel								
4	Sánchez	Laura								
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana								
6	Molina	Tatiana								
7	Angel stiven	Vergara lotta								
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco								
9	Duban felipe	Zambrano Gómez								
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorin								
11	Hoguier Torres	Calderón Ramos								
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado								
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia								
14	Danna Sofia	Bolivar Porte								
15	Carlos Andrés	Marín Castillo								
16	Teatino Felacio	Lina Gabriela								
17	Espitia Torres	Maríana								
18	Velásquez Ospina	Danna Valentina								
19	Garzon avila	Maria del pilar								
20	CRISTHIAN CAMILO	BELTRAN MORENO								
21	RAYAN ALEJANDR	GOMEZ JIMENEZ								
22	YEFER ESNEYDER	GONZALEZ ZAMUDIO								
23	ANDREA	GOMEZ SUAREZ								
24	Carlos alberto	zamora jimenez								
25	Gabriela	Salamanca								
26	juan andres	Salamanca								
27	juliana	valdes amaya								
28	Eilyn Sofía	ortiz torres								
29	Nicol Dagana	Valbuena Ruiz								
30	Shayda	De moya ruiz								
31	dagana vanesa	gomez diaz								
32	Kevin Esteban	Chaves Luna								
33	Johan Santiago	CLAVIJO AVILA								
34	Daniel Elias	García Cediel								
35										

OBLIGACION	03	fecha	1-16/12/2025

OBLIGACION	04	FECHA	1-16/12/2025

ALCALDÍA DE FACATATIVÁ IDRF y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2025

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2025

Profesor	Helber leal Guzman						
Deporte:	ULTIMATE		Modalidad:	DEPORTE DE CONJUNTO			
ETAPA	INICIACION	MES	DICIEMBRE	Numero se sesiones	5	Fecha	del 1 al 16 Diciembre

OBJETIVO DE LA SEMANA : Perfeccionar los aspectos tecnicos en lanzamientos incorporando diferentes trayectorias al frisbee como diversas curvas y trabajo de ambas lateralidades ademas de realizar trabajos afensivos y defensivos mejorando la efectividad y la fluides en el momento del juego

DURACION DE LA SESION		120	120	120	120	120	120	120
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMI
LUGAR Y/O ESCENARIO			Portal de María	Villa Olímpica	Villa Olímpica	Portal de María	Villa Olímpica	
HORARIO			2:00--6:00pm	2:00 - 4:00pm	4:00-6:00pm	2:00--6:00pm	8-10pm	
FASE CALENTAMIENTO	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	Estiramientos inicial y tipo de estiramiento dinamico	
	TIPO CALENTAMIENTO		GENERAL: Calentamiento movimiento articular activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular activacion cardiovascular	GENERAL: Calentamiento movimiento articular activacion cardiovascular	
	RETORNO A LA CALMA)		feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	feed back de la clase caminata acompañado de estiramientos estaticos	
	TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL		Tipo de estiramiento PASIVO estiramieto general	Tipo de estiramiento PASIVO estiramieto general	Tipo de estiramiento PASIVO estiramieto general	Tipo de estiramiento PASIVO estiramieto general	Tipo de estiramiento PASIVO estiramieto general	
	OBSERVACION		Trabajos decoordinacion	Trabajos decoordinacion	Trabajos decoordinacion	Trabajos decoordinacion		
FASE FISICA	Contenido		Trabajos decoordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos espacio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal	Trabajos decoordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos espacio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal	decoordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos espacio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ejercicios con peso corporal	Trabajos decoordinacion desplazamientos cambios de direccion pliometricos espacio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal	Trabajos decoordinacion desplazamiento cambios de direccion pliometricos espacio temporoespacial fortalecimiento articular y muscular parte inferior media y superior de cuerpo ,ejercicios con peso corporal	
	Fase de Desarrollo		adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		20	20	20	20	20	
	Volumen (%)		25	25	25	25	25	
	Volumen (min)	0	30	30	30	30	30	0
FASE TECNICA	Contenido		trabajos de desarrollo de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientos i	trabajos de desarrollo de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientos i	trabajos de desarrollo de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientos i	trabajos de desarrollo de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientos i	trabajos de desarrollo de habilidades como atrapada lanzamiento y desplazamientos i	
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	adquisicion	
	Intensidad (%)		60	60	60	60	60	
	Volumen (%)		30	30	30	30	30	
	Volumen (min)	0	36	36	36	36	36	
			inicio trabajo de practica de juego explicacion reglamentacion aspectos	inicio trabajo de practica de juego explicacion reglamentacion aspectos	inicio trabajo de practica de juego explicacion reglamentacion aspectos	inicio trabajo de practica de juego explicacion reglamentacion aspectos	inicio trabajo de practica de juego explicacion reglamentacion aspectos	









				  				
OBLIGACION	05	**FECHA**	1-16/12/2025	**OBLIGACIÓN**	06	**FECHA**	1-16/12/2025



OBLIGACION	07	**FECHA**	1-16/12/2025	**OBLIGACION**	08	**FECHA**	1-16/12/2025

N/A

N/A

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE: ULTIMATE

ASISTENCIA MES: dic-25 PARTICIPANTES: TREINTA

#	Apellidos	Nombres	A	N	D	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	FIRMA
1	Rodríguez PrEciado	José								
2	Cardenas telles	Duvan								
3	Medina Tellez	Tomás Daniel								
4	Sánchez	Laura								
5	Sánchez Pérez	Sheila Ariana								
6	Molina	Tatiana								
7	Angel stiven	Yergara lotta								
8	Ivanna Gabriela	Cristancho Franco								
9	Duban felipe	Zambrano Gómez								
10	Ángel Eduardo	Peña Bellorin								
11	Hoguier Torres	Calderón Ramos								
12	Andrés Felipe	Perdomo Maldonado								
13	Isabel mariane	Muñoz Palencia								
14	Danna Sofia	Bolivar Porte								
15	Carlos Andrés	Marín Castillo								
16	Teatino Felacio	Lina Gabriela								
17	Espitia Torres	Mariana								
18	Velásquez Ospina	Danna Valentina								
19	Garzon avila	Maria del pilar								
20	CRISTHIAN CAMILO	BELTRAN MORENO								
21	RAYAN ALEJANDR	GOMEZ JIMENEZ								
22	YEFER ESNEYDER	GONZALEZ ZAMUDIO								
23	ANDREA	GOMEZ SUAREZ								
24	Carlos alberto	zamora jimenez								
25	Gabriela	Salamanca								
26	juan andres	Salamanca								
27	juliana	valdes amaya								
28	Eilyn Sofia	ortiz torres								
29	Nicol Dayana	Valbuena Ruiz								
30	Shayda	De moya ruiz								
31	dayana vanesa	gomez diaz								
32	Kevin Esteban	Chaves Luna								
33	Johan Santiago	CLAVIJO AVILA								
34	Daniel Elias	García Cediel								
35										

OBLIGACION	09	**FECHA**	1-16/12/2025	**OBLIGACION**	10	**FECHA**	1-16/12/2025



N/A

OBLIGACION	11	FECHA	1-16/12/2025	OBLIGACION	12	FECHA	1-16/12/2025

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2025-12-17, 11:57:29 AM Tipo Planilla: I: PLANILLA INDEPENDIENTES Número Planilla: 1077529428
Periodo Cotización: diciembre de 2025 Periodo Servicio: diciembre de 2025 Referencia pago (PIN): 8823650287

PAGADO 17/12/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC1070942638	Dirección	CLL 4A#14B-25
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Teléfono	3202546858
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	ÚNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades	Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales				Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	[illegible]	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC 1070942638	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	59	00	[illegible]	(230201) PROTECCION	$ 1.423.500	$ 227.800	(EPS008) COMPENSAR EPS	$ 1.423.500	$ 178.000	1,044	$ 1.423.500	$ 14.900	(MIN-CC) NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 420.700

III.TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 0	$ 227.800	$ 178.000	$ 14.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 420.700	$ 0	$ 420.700

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

INFORME DE ACTIVIDADES DEL CONTRATO No. CPSAG-033-2025				
CORRESPONDIENTE AL PERIODO EJECUTADO COMPRENDIDO DEL 01/12/2025 AL 16/12/2025	PAGO	10	DE	10
Fecha de presentación o radicación:	17/12/2025			
I. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO				
Contrato No.	CPSAG-033-2025			
Clase o tipo de contrato:	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN			
Nombre del(a) contratista:	HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN			
Identificación del(a) contratista:	C.C.	1070942638		
Dirección:	Calle 4a # 14b -25			
Teléfono	3166263933	Correo Electrónico:	helberleal@gmail.com	
Objeto:	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF".			
CDP Inicial:	2025000274	Fecha	1/10/2025	
RP Inicial:	2025000302	Fecha	17/10/2025	
CDP Adición:	2025000274	Fecha	1/10/2025	
RP Adición:	202500304	Fecha	17/10/2025	
Valor Inicial Contrato:	CATORCE MILLONES MONEDA CORRIENTE ($14.000.000) M/ CTE			
Valor Después Modificación:	DIECIOCHO MILLONES MONEDA CORRIENTE ($18.000.000) M/ CTE			
Póliza de Cumplimiento	No. CHU-100043220	Fecha de Aprobación	09/10/2025	
Nombre Aseguradora	COMPAÑÍA MUNDIAL DE SEGUROS S.A			
ARL	SURA	Fecha de Inicio Cobertura	11/03/2025	
Lugar de ejecución:	Facatativá - Cundinamarca			



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Facatativá,17 Diciembre de 2025

CUENTA DE COBRO No 010

El INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ - IDRF
Nit 800.215.793-8

DEBE A:

HELBERT ROLANDO LEAL GUZMAN
C.C. 1070942638 DE Facatativá

LA SUMA DE:

UN MILLON SESENTA Y CEIS MIL SEISCIENTOS SESENTA Y SEIS PESOS MONEDA CORRIENTE ($1.066.666 M/CTE.)

Por concepto del **DECIMO** pago del Contrato de Prestación de Servicios No CPSAG-033-2025, cuyo Objeto es: "PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE ULTIMATE DE LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF"durante el periodo comprendido entre el 1 al 16 DE DICIEMBRE de 2025.

Favor consignar estos recursos en la Cuenta de **AHORROS** No **CUENTA DE AHORROS No 455702287 BANCO AV VILLAS**

Nota: Me permito solicitar aplicar lo dispuesto en el Art. 206, 329, 330, 332, 387 y 383 del E.T. que modificó la Ley 1819 de 2016 en al Art. 17, al igual que lo dispuesto en el artículo cuarto del decreto 2271 de 2009, Decreto 099 de 2013, decreto 1070 de 2013, Decreto 780 de 2016, Decreto 1990 de 2016; Manifiesto que:

- Me clasifico en la cédula de rentas de trabajo teniendo en cuenta la definición del art. 103 del E.T.
- No he contratado o vinculado dos (2) o más trabajadores asociados a la actividad.
- El IBC de la seguridad social presentada corresponde al 40% del valor mensual contratado.

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
Instituto de Deportes
y Recreación de Facatativá

Declaración Juramentada para efectos tributarios – Ley 1819 de 2016
Sistema de determinación del impuesto sobre la Renta de las personas naturales.

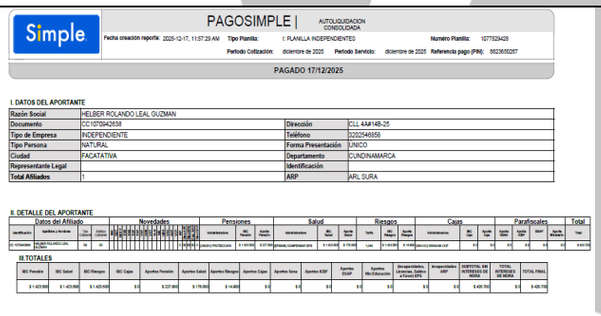
Señores
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE FACATATIVA
I.D.R.F.
Ciudad

Yo, **HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN identificado** con **CÉDULA DE CIUDADANÍA** número **1070942638** expedida en la ciudad de **Facatativá**, obrando en nombre propio, me permito declarar bajo la gravedad de juramento que:

La Ley 1819 de 2016, introdujo sustanciales modificaciones al sistema de determinación del impuesto de las personas naturales, que **para efectos tributarios,** establece un sistema de tributación cedular, en virtud del cual se impone la obligación de determinar el impuesto en función del origen de las rentas, lo que implica que las personas naturales se vean obligadas a efectuar varias depuraciones cuando obtengan rentas de diferentes orígenes, considerando en cada caso, factores de depuración y tablas de impuestos diferentes.

Es así como para dar cumplimiento a la ley certifico que:

1. Soy Residente Fiscal Colombiano Si (x) No (_)
2. **Por Rentas de trabajo** (Salarios, comisiones, honorarios, retribución a servicios personales). Percibo **($2.000.000 PESOS M/CTE) DOS MILLONES DE PESOS Valor Mensual**
3. Soy de Régimen Simplificado Si (X) No (_)
4. Soy Pensionado Según Resolución ____________ anexo Copia Si (_) No (X)
5. Soy Declarante de Renta Si () No (X)
6. Diligenciar solo cuando los ingresos sean por concepto de honorarios y por compensación por servicios obtenidos: Manifiesto que SI (_) NO (X) he contratado o vinculado 2 o más trabajadores asociados a la actividad.
7. Que informaré oportunamente sobre cualquier cambio en el origen, proporción de mis ingresos o cambio respecto a la categoría tributaria.



PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONDOLIDADA

Fecha creación reporte: 2025-12-17, 11:57:29 AM Tipo Planilla: I. PLANILLA INDEPENDIENTES Número Planilla: 1077529428

Periodo Cotización: diciembre de 2025 Periodo Servicio: diciembre de 2025 Referencia pago (PIN): 8823650287

PAGADO 17/12/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN		
Documento	CC 1070942638	Dirección	CLL 4A# 14B-25
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Teléfono	3202546656
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	UNICO
Ciudad	FACATATIVA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	ARL SURA

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																						Pensiones			Salud			Riesgos		Caja			Parafiscales			Total
Identificación	Cotizante / Afiliado	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante																							Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Nivel	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Cajas Destino	IBC Sena	Aporte Sena	Aporte ICBF	
CC 1070942638	HELBER ROLANDO LEAL GUZMAN	1	00																							COLPENSIONES	$ 1.423.500	$ 227.800	SANITAS COMPENSAR EPS	$ 1.423.500	$ 170.800	1	$ 1.423.500	COMPENSAR	$ 1.423.500	$ 170.800	CAJA DE COLOMBIA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 400.700

III. TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Caja	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Caja	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min.Educación	Otros(Cotidiano, Licencias, Subsis. a Fondo EPS)	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 1.423.500	$ 0	$ 227.800	$ 170.800	$ 14.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 400.700	$ 0	$ 400.700

Obligación	13	**Fecha**	1-16/12/2025	**Obligación**	14	**Fecha**	1-16/12/2025






5 dic. 2025 4:16:33 p. m.
4°49'43.926"N 74°21'16.692"W
17-440 Calle 15
Facatativá
Cundinamarca
Altitud:2629.0msnm
Velocidad:0.3km/h
Número de índice: 1725


20
PRO



Obligación	15	**Fecha**	1-16/12/2025