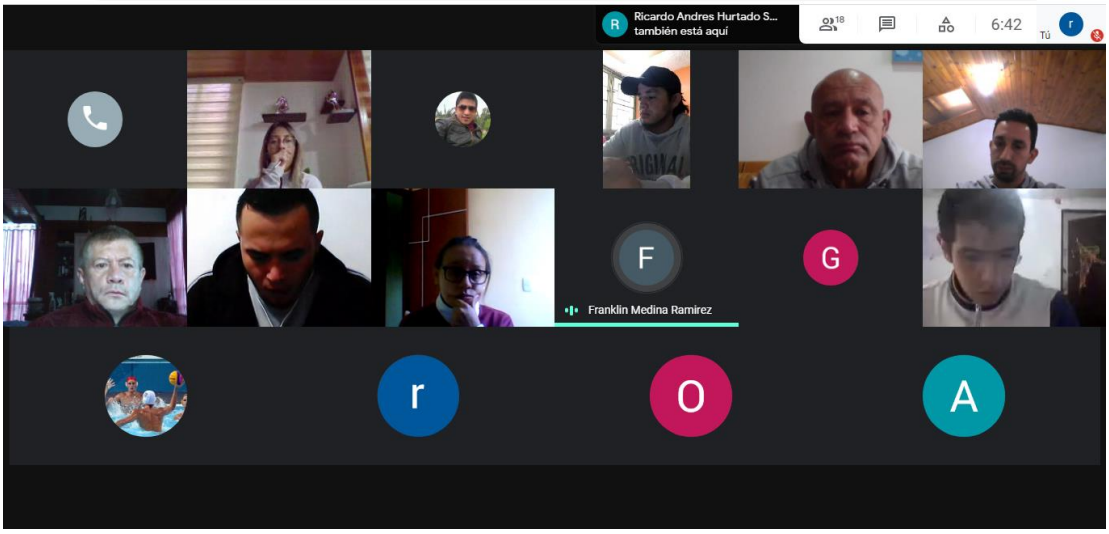
Avance: Se mantiene constante comunicación con el metodólogo y coordinador del programa

Evidencia: se realizan reuniones metodológicas semanalmente de manera virtual, en las cuales se aclaran por parte del metodólogo y coordinador todas las inquietudes presentadas durante el proceso

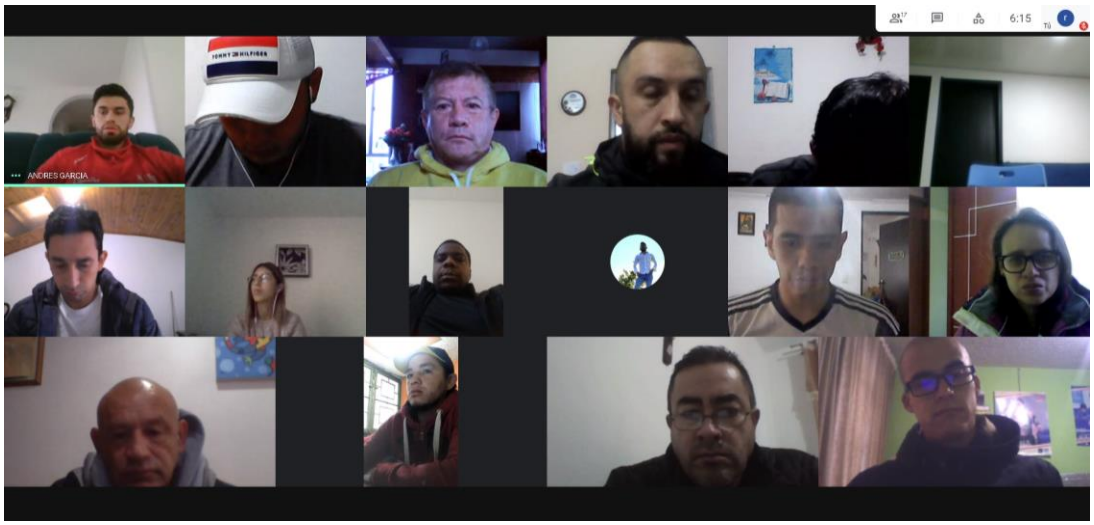
Ubicación: plataforma meet

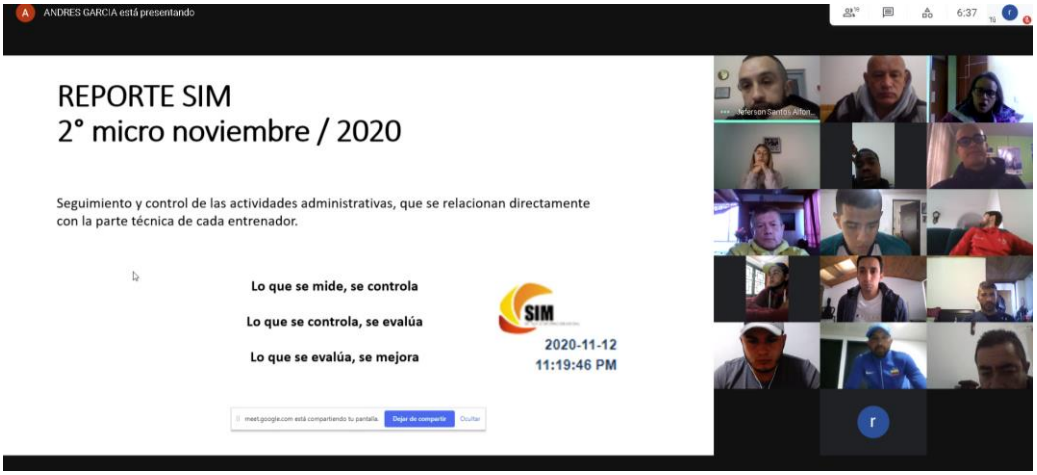
EVIDENCIAS REUNIONES NOVIEMBRE





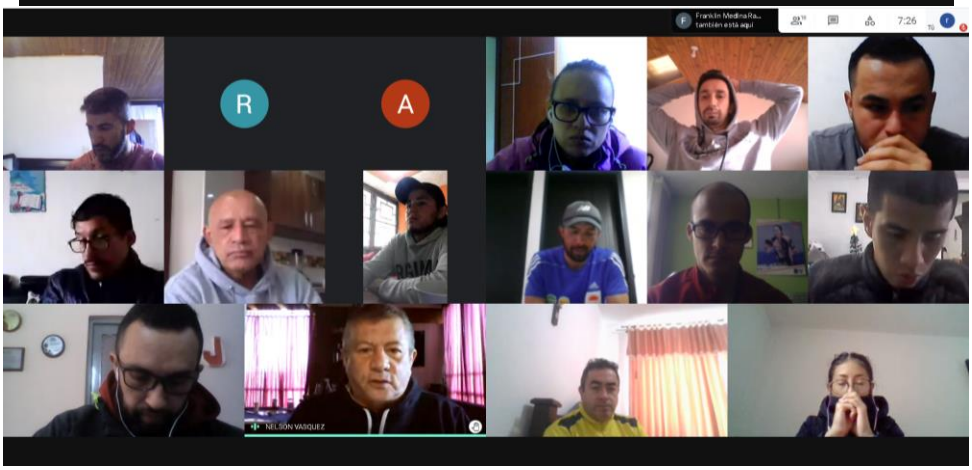
13 de noviembre de 2020





20 de noviembre de 2020


Jeferson Santos Alfonso está presentando
06:31
MULTILATERALIDAD
DESARROLLO MOTRIZ AMPLIO Y VARIADO
ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
• ETAPA DE ENTRENAMIENTO GENERAL
• ETAPA DE PFG
• ESQUEMA GRAL DE EJERCICIOS
• > TRABAJO TÉCNICO
• > EJERCICIOS MULTILATERALES
• > EJERCICIOS AUXILARES (EVITAR LESIONES)
• > TRABAJO DE CAPACIDADES CONDICIONALES GENERAL (AEROBICO/FUERZA/FLEXIBILIDAD)
• > TRABAJO DE CAPACIDADES CORDINATIVAS (REACCIÓN, ANTICIPACIÓN, RITMO, EQUILIBRIO, ORIENTACIÓN)
BOGOTÁ
Instituto Distrital de Recreación y Deporte
Jeferson Santos Alfon...
R
J


Franklin Medina Ra... también está aquí
7:26
R
A
NELSON VASQUEZ