Tauramena, 13 de enero de 2026

Licenciado (a)
LINA PAOLA AMAYA BAHAMON
Supervisor Contrato N.º 0393 de 2025
Yopal-Casanare

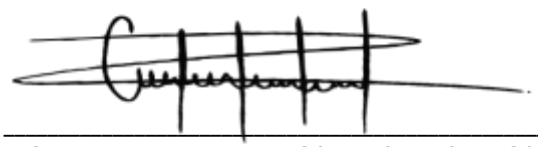
Cordial saludo,

Me permito presentar el informe de actividades 1 de 2, del periodo comprendido del 21 de noviembre al 20 de diciembre de 2025 del contrato de prestación de servicios profesionales N° 0393-2025 cuyo objeto es: **"PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA II, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.**

- Formato informe mensual
- Formato plan pedagógico
- Formato cronograma mensual
- Formato Horarios de entrenamiento
- Certificación expedida por el metodólogo
- Formato Planilla de asistencia (RAGCC53)
- Formato población beneficiada (FO-M-DRA-10)
- Certificación de veracidad
- Formato Registro fotográfico (FO-A-GCC-18)
- Certificado de Deducciones FO-A-GFI-02
- Certificado decreto 1070 FO-A-GFI-08
- Certificado decreto 060-2023
- Copia del pago de Salud, pensión y riesgos Profesionales
- Certificación Bancaria
- Formato No obligado a facturar
- Copia del RUT

Lo anterior para efectos de cumplimiento de las cláusulas contractuales definidas por Indercas, dentro del contrato antes enunciado.

Atentamente,



NOMBRE: EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS
C.C. N.º 1.115.915.955 TAURAMENA-CASANARE
CELULAR: 320-881-2124
CONTRATISTA

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0393 - de 2025-11-19 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA II, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

Yopal, 13 de Enero del 2026.

Señor(a)
LINA PAOLA AMAYA BAHAMON
PROFESIONAL UNIVERSITARIO DEPORTES
Supervisor
Ciudad

Ref: Informe de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0393 - de 2025-11-19.

Cordial Saludo,

En cumplimiento del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES de la referencia, relaciono a continuación las actividades realizadas desde: 21/12/2025 hasta 20/12/2025.

A. ANTECEDENTES:

CLASE DE CONTRATO	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES
NUMERO DE CONTRATO	0393
FECHA DE CONTRATO	2025-11-19.
NOMBRE DEL CONTRATISTA	EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS
NUMERO DE IDENTIFICACIÓN DE CONTRATISTA	1115915955 de TAURAMENA
OBJETO DEL CONTRATO	PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA II, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.
FECHA DE INICIO	2025-11-21
PLAZO DE EJECUCIÓN	Un (1) MES Y Diez (10) DIAS
FECHA DE TERMINACIÓN INICIAL	2025-12-30
FECHA DE INFORME	13 de Enero del 2026
PERIODO DE INFORME	21/11/2025 hasta 20/12/2025
NUMERO DE INFORME	1
DIRECCIÓN DE DOMICILIO	CALLE 18A No. 6-05
CIUDAD	TAURAMENA
TELEFONO MOVIL	3208812124
CORREO ELECTRÓNICO	camilodc95@hotmail.com
SUSPENSIÓN	
NUEVA FECHA DE TERMINACIÓN	2025-12-30

Información del Contrato Adicional (consigne la información de adicionales en plazo y/o en valor e incluya las filas según su caso)

	No. Plazo	No. Valor	Fecha Suscripción	Tiempo Adicional	Valor Adicional

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0393 - de 2025-11-19 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA II, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

-	-	-	-	-	-

B. ESTADO FÍSICO:

Hasta la fecha 20/12/2025, el CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0393 presenta una ejecución del 75% contra una programada del 100%.

C. ESTADO FINANCIERO:

	Valor	Anticipo	
CONTRATO INICIAL	$4.727.600,00	$0,00	
ADICIONAL	$0,00	$0,00	
TOTAL CONTRATO	$4.727.600,00	$0,00	
	Valor Acta	Amortiza	Vr. Pagado
PRESENTE ACTA	$3.545.700,00	$0,00	$3.545.700,00
POR EJECUTAR	$1.181.900,00		
TOTAL	$4.727.600,00	$0,00	$3.545.700,00

VALOR A PAGAR EN LA PRESENTE ACTA NO. 1: $3.545.700,00 M.L.C.

D. ACTIVIDADES:

ACTIVIDADES: 1. Prestar los servicios como entrenador, para orientar los procesos de formación, preparación y apoyo a deportistas de rendimiento deportivo en el departamento de Casanare de acuerdo con los lineamientos propuestos por la Liga deportiva correspondientes y aprobados por Indercas por intermedio del metodólogo de la disciplina, dejando constancia por escrito del hecho. 2. Presentar el cronograma, horarios y lugares de trabajo por categoría y rama. 3. Presentar y sustentar el Plan metodológico de entrenamiento, por equipo, categoría y deportistas según corresponda, relacionado con el tiempo de contratación ante el metodólogo asignado y/o equipo técnico metodológico. 4. Realizar los Ajustes al Plan metodológico de trabajo y cronograma, en caso de que el metodólogo asignado lo solicite. 5. Presentar los resultados técnicos mensuales de acuerdo con lo programado en el Plan metodológico de trabajo. 6. Presentar al metodólogo asignado por Indercas los pronósticos de participación a eventos departamentales, nacionales e internacionales de cada uno de las selecciones o deportistas, como mínimo diez días antes de cada evento, para su respectivo análisis y aprobación. 7. En caso de participación en eventos deportivos departamentales, nacionales e internacionales, deberá enviar información de los resultados obtenidos al jefe o responsable de prensa de Indercas y presentar el informe técnico de participación de cada uno de las selecciones o deportistas en un plazo máximo de tres días siguientes a la terminación de la competencia al metodólogo asignado por Indercas y consolidarlo en el informe mensual. 8. Desarrollar un proceso técnico, táctico y de planificación deportiva durante mínimo seis (6) horas al día de lunes a viernes y los días festivos cuando se requiera, para atender (En caso de deportes de conjunto 40 personas, deportes individuales 25 personas y deporte adaptado 15 personas) entre niños, niñas y adolescentes por mes de ejecución del contrato en la disciplina asignada. 9. Realizar visitas como estrategia de articulación con los diferentes municipios para detectar e involucrar los deportistas de rendimiento que puedan existir en cada uno a los procesos deportivos. 10. Desarrollar procesos deportivos mediante competencias mínimo una vez al mes, para fortalecer la enseñanza, aprendizaje y fomento del deporte. 11. Verificar que para las sesiones de adiestramiento los deportistas cumplan con los protocolos establecidos por el Centro Especializado del Deporte. 12. Llevar control de la asistencia de los deportistas beneficiados y presentar las correspondientes planillas en cada informe de actividades. 13. Dar aplicación del Protocolo Para la Prevención, Atención y Erradicación de las Violencias Basadas en Género en el Deporte, la

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0393 - de 2025-11-19 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA II, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre, de INDERCAS en caso de ser necesario. 14. Presentar en medio magnético de manera mensual y con la liquidación del contrato, la base de datos estadística de la población beneficiada según formato de Indercas, donde se incluyan los siguientes aspectos: a) Rango de edad: Primera infancia (0-5); Infancia (6-11); Adolescencia (12-17); b) Enfoque de género: masculino, femenino; c) Enfoque étnico: indígenas, Comunidades NARP, Población ROM, Ninguno; d) Enfoque diferencial: Víctimas del conflicto armado, habitante de calle, PPL-TD, PPR, población en pobreza extrema, personas con discapacidad, ninguno. 15. Las demás asignadas por gerencia y/o supervisor de acuerdo con su objeto contractual. OBLIGACIONES: 1. Cargar mensualmente el informe de ejecución de actividades dentro de los tres (03) días hábiles siguientes al vencimiento del periodo a certificar, en la plataforma de acuerdo al formato establecido por el Instituto, con los respectivos anexos, planilla detallada y soporte de pago de salud, pensión y riesgos laborales en formato digital, y una vez aprobado por el supervisor presentarlo en medio físico. 2. Asistir y participar de las reuniones, convocatorias y capacitaciones que se realicen por parte del INDERCAS, relacionadas con el objeto del contrato. 3. Apoyar las actividades lideradas o apoyadas por el INDERCAS a las cuales sea convocado, relacionadas con el objeto del contrato. 4. Presentar antes del primer pago, certificado a su nombre del curso de integridad, transparencia y lucha contra la corrupción, que se encuentra en: https://www.funcionpublica.gov.co/eva_/curso-integridad, de acuerdo con lo establecido en el artículo 11. SENSIBILIZACIÓN Y CAPACITACIÓN de la ESTRATEGIA PARA LA GESTIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES, aprobada mediante acta del Comité Institucional de Gestión y Desempeño de Indercas, el día 13 de octubre de 2020. 5. Mantener informada al Indercas de los hechos o circunstancias que puedan constituir actos de corrupción o puedan poner o pongan en riesgo el cumplimiento del contrato, o cuando tal incumplimiento se presente. 6. Respaldar la ejecución de sus actividades, donde se evidencié los beneficios de realizar regularmente la práctica del deporte, la recreación, actividad física, y el aprovechamiento del tiempo libre, siempre preservando los derechos de los menores de edad determinados en la ley 1098 de 2006 (noviembre 8) por la cual el código de la infancia y la adolescencia, la cual tiene por objeto establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades consagrados en los instrumentos internacionales de derechos humanos, en la constitución política y en las leyes, así como su restablecimiento. 7. Cumplir con el objeto del presente contrato por sus propios medios, con plena autonomía técnica y administrativa.

E. ACTIVIDADES DESARROLLADAS:

ACTIVIDAD	ACTIVIDADA REALIZADA	PORCENTAJE (%)
ACTIVIDAD 01. Prestar los servicios como entrenador, para orientar los procesos de formación, preparación y apoyo a deportistas de rendimiento deportivo en el departamento de Casanare de acuerdo con los lineamientos propuestos por la Liga deportiva correspondientes y aprobados por Indercas por intermedio del metodólogo de la disciplina, dejando constancia por escrito del hecho.	Logre dar cumplimiento las actividades de entrenamiento orientadas a los procesos de formación, preparación y apoyo al rendimiento deportivo, en el municipio de Tauramena, Casanare, desarrolladas de lunes a viernes en los horarios establecidos para cada categoría, en cumplimiento de los lineamientos técnicos y metodológicos definidos por la Liga Deportiva correspondiente y avalados por INDERCAS a través del metodólogo de la disciplina.	75
ACTIVIDAD 02. Presentar el cronograma, horarios y lugares de trabajo por categoría y rama.	Presenté de manera organizada el cronograma, los horarios y los lugares de trabajo, detallando cada uno según la categoría y la rama correspondiente, lo que permitió una mejor planificación y comprensión de las actividades a realizar.	75
ACTIVIDAD 03. Presentar y sustentar el Plan metodológico de entrenamiento, por equipo, categoría y deportistas según corresponda, relacionado con el tiempo de contratación ante el metodólogo asignado y/o equipo técnico metodológico.	Logré presentar y sustentar el Plan Metodológico de Entrenamiento, estructurado por equipo, categoría y deportistas según correspondía, en concordancia con el tiempo de contratación establecido, ante el metodólogo asignado y el equipo técnico metodológico, fundamentando adecuadamente la planificación del proceso de entrenamiento de acuerdo con los objetivos propuestos y las características de los deportistas.	75
ACTIVIDAD 04. Realizar los Ajustes al Plan	realice los ajustes pertinentes al Plan grafico y Metodológico de Trabajo y	75

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0393 - de 2025-11-19 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA II, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

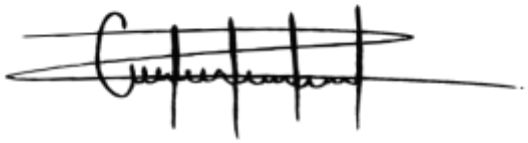
metodológico de trabajo y cronograma, en caso de que el metodólogo asignado lo solicite.	al cronograma, de acuerdo con las observaciones del metodólogo asignado, incluyendo la reformulación de objetivos, la precisión de la metodología y la reorganización de las actividades y tiempos de ejecución.	
ACTIVIDAD 05. Presentar los resultados técnicos mensuales de acuerdo con lo programado en el Plan metodológico de trabajo.	Presente de manera sistemática los resultados técnicos mensuales obtenidos, en correspondencia con las actividades programadas en el Plan Metodológico de Trabajo, detallando los avances, logros alcanzados, dificultades identificadas y acciones de mejora, con el fin de realizar el seguimiento y la evaluación del cumplimiento de los objetivos establecidos.	75
ACTIVIDAD 06. Presentar al metodólogo asignado por Indercas los pronósticos de participación a eventos departamentales, nacionales e internacionales de cada uno de las selecciones o deportistas, como mínimo diez días antes de cada evento, para su respectivo análisis y aprobación.	Durante este periodo no se registró participación en competencias departamentales, nacionales ni internacionales por parte de las selecciones o deportistas en las categorías establecidas. En consecuencia, no fue necesario elaborar ni presentar pronósticos de participación ante el metodólogo asignado por INDERCAS.	75
ACTIVIDAD 07. En caso de participación en eventos deportivos departamentales, nacionales e internacionales, deberá enviar información de los resultados obtenidos al jefe o responsable de prensa de Indercas y presentar el informe técnico de participación de cada uno de las selecciones o deportistas en un plazo máximo de tres días siguientes a la terminación de la competencia al metodólogo asignado por Indercas y consolidarlo en el informe mensual.	Esta actividad no se llevo acabo ya que durante este periodo no se realizaron competencias con los deportistas, por lo que no hay resultados ni informes técnicos que presentar.	75
ACTIVIDAD 08. Desarrollar un proceso técnico, táctico y de planificación deportiva durante mínimo seis (6) horas al día de lunes a viernes y los días festivos cuando se requiera, para atender (En caso de deportes de conjunto 40 personas, deportes individuales 25 personas y deporte adaptado 15 personas) entre niños, niñas y adolescentes por mes de ejecución del contrato en la disciplina asignada.	Logré cumplir con la actividad planificando y desarrollando procesos técnicos, tácticos y de planificación deportiva del ultimate frisbee, garantizando un mínimo de seis (6) horas diarias de lunes a viernes como esta estipulado en el cronograma de entrenamiento, atendiendo de manera efectiva a los grupos asignados según la disciplina y garantizando que se cumplieran los objetivos de entrenamiento para niños, niñas y adolescentes."	75
ACTIVIDAD 09. Realizar visitas como estrategia de articulación con los diferentes municipios para detectar e involucrar los deportistas de rendimiento que puedan existir en cada uno a los procesos deportivos.	Realice visorias en la parte rural del municipio de tauramena exactamente en el corregimiento de paso cusiana, donde se logró involucrar a algunos deportistas de rendimiento en los procesos deportivos, como parte de la estrategia de articulación con los diferentes municipios para detectar y vincular talento local.	75
ACTIVIDAD 10. Desarrollar procesos deportivos mediante competencias mínimo una vez al mes, para fortalecer la enseñanza, aprendizaje y fomento del deporte.	Se logró desarrollar competencias internas y partidos de control con cada una de las categorías programadas, cumpliendo con la meta de realizar al menos una actividad deportiva por mes. Estas acciones permitieron fortalecer los procesos de enseñanza y aprendizaje, así como fomentar la participación y el interés por el deporte en los participantes. Los encuentros sirvieron para evaluar el progreso de cada categoría, identificar áreas de mejora y consolidar los conocimientos y habilidades adquiridos durante los entrenamientos, contribuyendo al desarrollo integral de los deportistas.	75
ACTIVIDAD 11. Verificar que para las sesiones de adiestramiento los deportistas cumplan con los protocolos establecidos por el Centro Especializado del Deporte.	Logré implementar y supervisar correctamente los protocolos establecidos durante las sesiones de adiestramiento, asegurando el cuidado, la seguridad y el bienestar de los deportistas en todo momento.	75
ACTIVIDAD 12. Llevar control de la asistencia de los deportistas beneficiados y presentar las correspondientes planillas en	Se logró llevar un control detallado de la asistencia de todos los deportistas beneficiados, registrando de manera individual la participación por categoría. Cada asistencia fue registrada en las planillas	75

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 1 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0393 - de 2025-11-19 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA II, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

cada informe de actividades.	correspondientes, las cuales fueron incluidas en los informes de actividades de manera oportuna. Asimismo, se calcularon los porcentajes de asistencia de cada deportista dentro de su categoría, asegurando un seguimiento preciso y transparente de su participación en las actividades programadas.	
ACTIVIDAD 13. Dar aplicación del Protocolo Para la Prevención, Atención y Erradicación de las Violencias Basadas en Género en el Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre, de INDERCAS en caso de ser necesario.	logre aplicar el Protocolo de INDERCAS realizando charlas informativas a todos los deportistas, enfocadas en la prevención y atención de la violencia basada en género en el deporte, promoviendo un ambiente seguro, respetuoso e inclusivo para todos los participantes."	75
ACTIVIDAD 14. Presentar en medio magnético de manera mensual y con la liquidación del contrato, la base de datos estadística de la población beneficiada según formato de Indercas, donde se incluyan los siguientes aspectos: a) Rango de edad: Primera infancia (0-5); Infancia (6-11); Adolescencia (12-17); b) Enfoque de género: masculino, femenino; c) Enfoque étnico: indígenas, Comunidades NARP, Población ROM, Ninguno; d) Enfoque diferencial: Víctimas del conflicto armado, habitante de calle, PPL-TD, PPR, población en pobreza extrema, personas con discapacidad, ninguno.	Logré presentar la base de datos estadística de la población beneficiada en medio magnético de manera mensual, especificando cada uno de los items y aspectos solicitados por el indercas.	75
ACTIVIDAD 15. Las demás asignadas por gerencia y/o supervisor de acuerdo con su objeto contractual.	Se informa que estuve presto a colaborar y participar en todas las actividades sugeridas por el supervisor, cumpliendo con las indicaciones y responsabilidades asignadas, en concordancia con el objeto contractual establecido	75

F. OBSERVACIONES:

Atentamente,



EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS
Contratista

CONTENIDO DEL ANEXO

I PARTE

1. **ACTIVIDAES DE ENTRENAMIENTO**:

✪ Selección trabajada:

- ✓ Procesos formativos: U10
- ✓ Selección U17
- ✓ Selección U24

Durante el periodo de trabajo desarrollado con las Selecciones Casanare de Disco Volador en los procesos formativos **U10** y competitivos **U17 y U24**, se llevó a cabo una planificación integral orientada al desarrollo progresivo de las capacidades **técnicas, tácticas y físicas**, respetando las características y necesidades propias de cada categoría.

Categoría U10 – Proceso formativo

En la categoría **U10**, el enfoque principal estuvo orientado a la iniciación deportiva y al fortalecimiento de las bases motrices y técnicas del disco volador.
A nivel **técnico**, se trabajó el dominio básico del disco, incluyendo lanzamientos fundamentales (backhand y forehand), recepción en estático y en movimiento, coordinación óculo-manual y control corporal.
En el aspecto **táctico**, se introdujeron conceptos básicos del juego como la ocupación de espacios, el desmarque, la cooperación ofensiva y el entendimiento de reglas básicas, priorizando el aprendizaje lúdico y el espíritu de juego.
Desde el componente **físico**, se desarrollaron capacidades coordinativas, agilidad, equilibrio, velocidad de reacción y resistencia general, mediante ejercicios adaptados a la edad, juegos predeportivos y circuitos motrices.

Categoría U17 – Proceso de desarrollo y consolidación

En la categoría **U17**, el trabajo se orientó a la consolidación técnica y a la comprensión táctica del juego, buscando una transición hacia un nivel competitivo.
En el componente **técnico**, se profundizó en la ejecución eficiente de lanzamientos (variantes de backhand, forehand, hammer y scoober), recepciones en situaciones de presión, cortes ofensivos y fundamentos defensivos individuales.

A nivel **táctico**, se trabajaron sistemas ofensivos y defensivos básicos, lectura del juego, toma de decisiones, marcaje individual y en zona, así como la transición ataque–defensa.
En el aspecto **físico**, se fortalecieron capacidades como la resistencia aeróbica, la velocidad, la fuerza general y la agilidad, integrando el trabajo físico al contexto del juego y respetando los principios del entrenamiento juvenil.

Categoría U24 – Proceso competitivo

En la categoría **U24**, el enfoque estuvo dirigido al rendimiento competitivo y al perfeccionamiento integral del atleta.
Desde el punto de vista **técnico**, se optimizó la precisión y variedad de lanzamientos, la ejecución técnica bajo presión, el timing en cortes ofensivos y la eficiencia en las recepciones.
En el ámbito **táctico**, se trabajaron sistemas avanzados de juego, ajustes estratégicos según el rival, roles específicos por posición, comunicación en cancha y toma de decisiones en situaciones reales de competencia.
En el componente **físico**, se desarrollaron capacidades específicas del deporte como la resistencia específica, fuerza explosiva, velocidad máxima y capacidad de recuperación, con una planificación acorde a los ciclos de entrenamiento y competencia.

- ✪ **Macrociclo en proceso: N°1**
- ✪ Etapa: Entrante
- ✪ Tipo de Mesociclo: N°1 desarrollo
- ✪ Tipos de Microciclos: Ajuste, Carga, Carga, Carga, Recuperación
- ✪ Objetivos planteados: objetivos (físicos-técnicos-tácticos- en cada micro y mesociclo)

OBJETIVOS TÉCNICOS:

Micro N°1 ajuste: Corrección y afinación de los fundamentos básico

- ✓ Revisión de lanzamientos (backhand y forehand)
- ✓ Ajuste de recepciones en estático y en movimiento
- ✓ Enfoque en la técnica correcta y control del disco

Intensidad baja–media

Micro N°2 Carga: Precisión en pases bajo presión

- ✓ Pases en espacios reducidos
- ✓ Lanzamientos con defensa cercana
- ✓ Toma de decisiones rápidas

Intensidad media–alta

Micro N°3 Carga: Cortes ofensivos y sincronización

- ✓ Timing de cortes (in–out, Deep, under)
- ✓ Coordinación lanzadora–receptor
- ✓ Continuidad del juego ofensivo

Intensidad alta

Micro N°4 Carga: Perfección de lanzamientos largos

- ✓ Dril de L (lanzamientos a distancias de 30 mts)
- ✓ Trabajo de lanzamiento de pull (distancia de 70 mts)

Micro N°5 Recuperación: Técnica en situaciones controladas

- ✓ Juegos reducidos con baja exigencia física
- ✓ Enfoque en lectura de juego
- ✓ Reforzar hábitos técnicos correctos

Intensidad baja

OBJETIVOS TÁCTICOS:

Micro N°1 Ajuste: Organización ofensiva básica

- ✓ Ajustar la estructura ofensiva (stack vertical u horizontal) y el timing de cortes**.**
- ✓ Roles claros (handlers y cutters)

Micro N°2 Carga: Desarrollar la continuidad del ataque tras el primer pase

- ✓ Reset eficiente
- ✓ Fluidez después de cada pase
- ✓ Decisiones rápidas

Micro N°3 Carga: Mejorar la defensa en equipo (marca + ayudas)

- ✓ Forzar lado
- ✓ Ayudas defensivas
- ✓ Transición defensa–ataque

Micro N°4 Carga: Optimizar la transición ofensiva y defensiva tras turnover

- ✓ Ataque inmediato tras robo
- ✓ Repliegue defensivo rápido
- ✓ Lectura del juego

Micro N°5 Recuperación: Consolidar los conceptos tácticos en situaciones reales de juego con menor carga.

- ✓ Scrimmage controlado
- ✓ Correcciones tácticas
- ✓ Toma de decisiones

OBJETIVOS FÍSICOS:

Micro N°1 Ajuste: Adaptar el organismo a las cargas de entrenamiento y corregir desequilibrios físicos.

- ✓ Preparar al jugador para los cambios de ritmo, giros y lanzamientos.
- ✓ Mejorar movilidad articular y estabilidad (tobillos, rodillas, hombros).
- ✓ Trabajo aeróbico ligero y técnica de carrera.

Micro N°2 Carga: Desarrollar la resistencia aeróbica específica.

- ✓ Mantener intensidad durante puntos largos y partidos extensos.
- ✓ Trabajo continuo e intervalos largos con y sin disco.
- ✓ Carreras con cambios de dirección a intensidad moderada.

Micro N°3 Carga: Incrementar la fuerza y potencia de tren inferior y superior.

- ✓ Saltos para recepciones (potencia).
- ✓ Arranques explosivos para desmarques.
- ✓ Fuerza funcional para lanzamientos largos y marcaje defensivo.

Micro N°4 Carga: Mejorar la velocidad, agilidad y capacidad anaeróbica.

- ✓ Sprints repetidos y cambios bruscos de dirección.
- ✓ Acciones explosivas ofensivas y defensivas.
- ✓ Simulación de situaciones reales de juego a alta intensidad.

Micro N°5 Recuperación: Facilitar la recuperación física y prevenir lesiones.

- ✓ Disminuir la fatiga acumulada.
- ✓ Trabajo regenerativo (trote suave, movilidad, estiramientos).
- ✓ Mantener coordinación y técnica sin alta carga física.

- ✪ **Horas trabajadas:** 56 horas

- ✪ **Unidades de entrenamiento:** Planeadas Vs realizadas
  Planeadas 27 – Realizadas 24

- ✪ Dificultades técnicas afrontadas y correctivos aplicados.

Dificultades técnicas especificas:

- ✓ Mala ejecución del lanzamiento del disco, esto dificulta la variedad de lanzamientos.
- ✓ Mal agarre del disco, provocando falta de control.

Correctivos aplicados para estas dificultades:

- ✓ Se realizan ejercicios de recepción estática a distancia corta y con leve lanzamiento.
- ✓ Lanzamientos con movimientos lentos para mejorar el agarre del disco.
- ✓ Juegos de reacción (atrapar discos lanzados al azar).

INDERCAS	**SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD**	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

✪ Anexar el Plan de gráfico y escrito del MACROCICLO a desarrollar, MESOCICLO Y MICROCICLOS desarrollados

PLAN GRAFICO DE ENTRENAMIENTO - LIGA DE DISCO VOLADOR DE CASANARE

FECHA INICIO: 21 DE NOVIEMBRE **FECHA FINAL:** 30 DE DICIEMBRE **CATEGORIA:** 7 - 24 AÑOS **ENTRENADOR:** CAMILO DUQUE

MES			Noviembre							Entrante							Mejorar las capacidades generales básicas														
FECHA																								24	25	26	27	28	29	30	
			L	M	Mi	J	V	S	D		L	M	Mi	J	V	S	D		L	M	Mi	J	V	S	D		L	M	Mi	J	V	S	D	
MACROCICLO	1		Ninguno								Ninguno								Ninguno								Corriente							
DINAMICA DE LA SEMANA		Total																									80%	80%	80%	80%	80%			
N° Direcciones del Entrenamiento	100%	600		0	0	0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0	0	25%	120	120	120	120	120	0	0	25%
1 Preparación física general	20%	120	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	24	24	24	24	24	0	0	120
2 Preparación física especial		0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3 Preparación tecnico tactica	70%	420	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	105	84	84	84	84	84	0	0	420
4 Preparación teorica y psicologica	10%	60	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	12	12	12	12	12	0	0	60
5 Competencia oficial		0								0								0								150								600
6 Competencias preparatorias		0																																
7 Test Fisicos		0																																
8 Pruebas medicas		0																																
9 Pruebas psicologicas		0																																
10 Intensidad																																		

MES			Diciembre								B. Desarrollador																					
FECHA			1	2	3	4	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14		15	16	17	18	19	20	21		22	23	24	25	26	27	28	
			L	M	Mi	J	V	S	D		L	M	Mi	J	V	S	D		L	M	Mi	J	V	S	D		L	M	Mi	J	V	S	D	
MACROCICLO	1		Corriente								Corriente								Corriente								Restablecimiento							
DINAMICA DE LA SEMANA		Total	22	20%	20%	20%	20%	20%			100%	20%	20%	20%	20%	20%			100%	20%	20%	20%	20%	20%			100%	20%	20%			20%	20%	20%	100%
N° Direcciones del Entrenamiento	100%	2.400	25%	120	120	120	120	120	0	0	25%	120	120	120	120	120	0	0	25%	120	120	120	120	120	0	0	25%	120	120	0	0	120	120	120	100%
1 Preparación física general	20%	480	120	24	24	24	24	24	0	0	120	24	24	24	24	24	0	0	120	24	24	24	24	24	0	0	120	24	24	0	0	24	24	24	480
2 Preparación física especial	10%	240	60	12	12	12	12	12	0	0	60	12	12	12	12	12	0	0	60	12	12	12	12	12	0	0	60	12	12	0	0	12	12	12	240
3 Preparación tecnico tactica	60%	1440	360	72	72	72	72	72	0	0	360	72	72	72	72	72	0	0	360	72	72	72	72	72	0	0	360	72	72	0	0	72	72	72	1440
4 Preparación teorica y psicologica	10%	240	60	12	12	12	12	12	0	0	60	12	12	12	12	12	0	0	60	12	12	12	12	12	0	0	60	12	12	0	0	12	12	12	240
5 Competencia oficial		0	600								600								600								600								2400
6 Competencias preparatorias		0																																
7 Test Fisicos		0																																
8 Pruebas medicas		0																																
9 Pruebas psicologicas		0																																
10 Intensidad																																		

	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC52
INDERCAS	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

PLAN GRAFICO - DISCO VOLADOR "ULTIMATE FRISBEE"

NOMBRE DEL ENTRENADOR	EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS									
DEPORTE: DISCO VOLOADOR - ULTIMA	CATEGORIA: 7 - 24 AÑOS				MODALIDAD: MIX		EDAD: 7 - 24 AÑOS	GENERO:	M. F.	
MACROCICLO: No 1	FECHA: NOVIEMBRE - DICIE		TIPO DE MESOCICLO: ENTRANTE - ADAPTACIÓN					FECHA: 24 NOV - 30 DIC		
PO DE MICROCICLO	MICRO1		MICRO 2		MICRO3		MICRO 4		MICRO 5	
	CORIENTE		CORRIENTE		CORRIENTE		CORRIENTE		CORRIENTE	
CHAS DE MICROCIC	Ini	Fin	Ini	Fin	Ini	Fin	Ini	Fin	Ini	Fin
	24-nov	28-nov	1-dic	5-dic	8-dic	12-dic	15-dic	20-dic	22-dic	30-dic
OBJETIVOS MESOCIC	0									
OBJETIVOS MICROCICLOS	1		2		3		4		5	
TECNICO	VOL: 295	INT: 70	VOL: 295	INT: 70%	VOL: 180	INT: 70%	VOL: 180	INT: 70%	VOL: 180	INT: 70%
VOL MIN: 1.130	TÉCNICA DE LANZAMIENTOS		TÉCNICA DE LANZAMIENTOS		TÉCNICA DE LANZAMIENTOS		TÉCNICA DE LANZAMIENTOS		TÉCNICA DE LANZAMIENTOS	
INT FRECAR:	HABILIDADES CON		HABILIDADES CON EL		HABILIDADES CON EL		HABILIDADES CON EL		HABILIDADES CON EL	
TACTICO	VOL: 125	INT: 20	VOL: 125	INT: 20%	VOL: 180	INT: 20%	VOL: 180	INT: 20%	VOL: 144	INT: 20%
VOL MIN: 764	TRABAJO DEFENSIVO		TRABAJO DEFENSIVO		TRABAJO DEFENSIVO		TRABAJO DEFENSIVO		TRABAJO DEFENSIVO	
INT FRECAR:	TRABAJO		TRABAJO OFENSIVO		TRABAJO OFENSIVO		TRABAJO OFENSIVO		TRABAJO OFENSIVO	
FISICOS	VOL: 40	INT: 10	VOL: 40	INT: 10%	VOL: 30	INT: 10%	VOL: 30	INT: 10%	VOL: 24	INT: 10%
VOL MIN: 164	PREPARACIÓN FISICA GENERAL "CAPACIDADES FISICAS BASICAS"		PREPARACIÓN FISICA GENERAL "CAPACIDADES FISICAS BASICAS"		PREPARACIÓN FISICA GENERAL "CAPACIDADES FISICAS BASICAS"		PREPARACIÓN FISICA GENERAL "CAPACIDADES FISICAS BASICAS"		PREPARACIÓN FISICA GENERAL "CAPACIDADES FISICAS BASICAS"	
INT FRECAR:										
VOLUMEN TOTAL MI	460		460		390		390		348	
INTENSIDAD	70% - 20% - 10%		70% - 20% - 10%		70% - 20% - 10%		70% - 20% - 10%		70% - 20% - 10%	
MEDIOS	DISCOS - PLATILLOS - CONOS - SILBATO - CRONOMETRO - TABLERO		DISCOS - PLATILLOS - CONOS - SILBATO - CRONOMETRO - TABLERO		DISCOS - PLATILLOS - CONOS SILBATO - CRONOMETRO - TABLERO		DISCOS - PLATILLOS - CONOS SILBATO - CRONOMETRO - TABLERO		DISCOS - PLATILLOS - CONOS - SILBATO - CRONOMETRO - TABLERO	
METODOS	DEMOSTRATIVO		DEMOSTRATIVO		DEMOSTRATIVO		DEMOSTRATIVO		DEMOSTRATIVO	
EVALUACION	VISUAL		VISUAL		VISUAL		VISUAL		VISUAL	

Página 1

2. **COMPETENCIAS A LAS QUE ASISTIÓ**:

✪ Durante este periodo no se registró participación en competencias departamentales, nacionales ni internacionales por parte de las selecciones Casanare de disco volador.

3. REUNIONES INTERDISCIPLINARIAS

✪ Programadas Vs Realizadas, especificando fecha, objetivo, temas tratados, y tipo de reunión según el perfil de asistencias así: Metodológicas, medicas, y de ciencias aplicadas, comisiones técnicas, comités ejecutivos desarrollo psicosocial, capacitaciones, otros (anexar actas de reunión)

Durante este periodo de un mes y diez días, no se programaron reuniones con los metodólogos durante el proceso, esto debido a la brevedad del periodo.

4. TEST VALORACIONES:

✪ Debido a la brevedad del periodo de entrenamiento, no se llevaron a cabo pruebas específicas para los deportistas.

5. ASISTENCIA

✪ Relacionar detalladamente en el formato 1.1 Control de asistencia a los entrenamientos, especifique en los espacios apropiados el porcentaje de asistencia y los motivos de las ausencias.



INDERCAS

SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD

GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN

PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS

CÓDIGO: RAGCC53 | FECHA: 11/04/2025 | VERSION: 01

NOMBRE DEL INSTRUCTOR: EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS | PERIODO: 21/11/2025 AL 20/12/2025 | CONTRATO: 0382 | FECHA: 21/11/2025

DEPORTE: LA TRAITE

EDADES:

SEMANA N°: 1 | SEMANA N°: 2

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	DIAS DE TRABAJO L	M	M	J	V	S	D	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	DIAS DE TRABAJO L	M	M	J	V	S	D	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	Sara sofia rodriguez perez	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
2	Dylan santiago avila moreno		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
3	Ashly samara alvarado rodriguez	X		x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
4	Paula andrea carvajal reyes	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
5	Kendrick sarmiento nieto calderon		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
6	Beyer samuel nieto amaya		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
7	Nicol daniela suarez rodriguez	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
8	Juan sebastian diaz salazar		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
9	Angel damian nieto bohorquez		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
10	Madison david herrera nieto		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
11	Nicolas felipe sandoval bejarano		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
12	Jarver sebastian arguello cruz		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
13	David sebastian rueda reyes		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
14	Maria jose contreras rodriguez	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
15	Luciana contreras rodriguez	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
16	Luis adrian nieto cruz		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
17	Cristian andres valencia vanegas		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
18	Jessica lorena martinez mendoza	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
19	Wilfer andres vergel rueda		X	x	x	x	x	x			80%		x	x	x	x	x			80%		
20	Leidy vanessa chaparro londoño	X		x	x	x	x	x			85%		x	x	x	x	x			85%		
21	Juana gabriela silva bustado	X		x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
22	Maria alejandra romero garcia	X		x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
23	Gustavo andres mendez barrera		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
24	Diego alejandro aguirre malpeica		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
25	Miguel andres nieto jimenez		X	x	x	x	x	x			85%		x	x	x	x	x			85%		
26	Pablo emilio ruiz villalobos		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
27	Jose leonardo leiva lugo		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
28	Andres felipe diaz rosas		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
29	Dereck alejandro cuesta cardenas	X		x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
30	Yolcan mateo pinto reyes		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
ASISTENCIA %											93%									93%		

CONVENCIONES: A: ASISTIO | LL: LLEGADA TARDE | E: EXCUSA | F: NO ASISTIO

FIRMA DEL INSTRUCTOR

INDERCAS	**SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD**	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01



INDERCAS

SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD
GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN
PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS

6. Escuelas De Formación:

Número de escuelas apoyadas, capitaciones realizadas, número de niños beneficiados, número de trabajos teórico – prácticos realizados, especificando las horas y lugares, temas tratados entre otros (anexar planillas de asistentes y presentación del temario y desarrollo de la capacitación)

En el mesociclo N° 1 de mantenimiento se impactaron los deportistas de las escuelas de los municipios de Yopal de los semilleros del INDERCAS. El objetivo del acompañamiento del entrenador departamental a las escuelas deportivas es supervisar y guiar el proceso de formación de los deportistas, asegurando la calidad metodológica, el cumplimiento de los objetivos de los programas deportivos y el desarrollo integral de los alumnos, abarcando aspectos físicos, técnicos, pedagógicos.

Firma: _____

Nombre y Apellido: Edwin Camilo Duque Cardenas.

C.C. 1.115.915.955
Contratista

INDERCAS	SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD	CODIGO	RAGCC55
	GESTIÓN ARCHIVO Y CORRESPONDENCIA	FECHA	20/2/2013
	INFORME MENSUAL	VERSIÓN	1

NOMBRE Y APELLIDO: EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS				**DEPORTE: DISCO VOLADOR - ULTIMATE**	
CATEGORIA : INICIACIÓN - COMPETITIVO		**EDAD: 7 - 24 años**		**GENERO: M/F MODALIAD MIX**	
FECHA:	**DESDE: 21-11-2025**	**HASTA: 20-12-2025**	**LUGAR DE PRACTICA: CANCHA DE FÚTBOL 20 DE ENERO - PASO CUSIANA**		

OBJETIVO TECNICO: Fortalcer y mejorar la tecnica de lanzamientos a distancias cortas - medias y largas, Lanzamientos con marca y sin marca

CONTENIDOS TÉCNICOS		MEDIOS	METODOS	EVALUACION	VOLUMEN TRABAJO EN MIN
SEMANA 1	lanzamientos cortos con movimiento de pivot	Frisbee - conos - aros	DEMOSTRATIVO	VISUAL	**210**
SEMANA 2	lanzamientos cortos con marca	frisbee - platillos	DEMOSTRATIVO	VISUAL	**210**
SEMANA 3	dril de lanzamientos largos	Frisbee - conos	DEMOSTRATIVO	VISUAL	**210**
SEMANA 4	lanzamiento de pull - distancias largas	Frisbee	DEMOSTRATIVO	VISUAL	**210**

OBJETIVO TACTICO: Mejorar y ejecutar sistemas ofensivos y defensivos durante el juego.

CONTENIDOS TACTICOS		MEDIOS	METODOS	EVALUACION	VOLUMEN TRABAJO EN MIN
SEMANA 1	Salida ofensiva "stak vertical central"	Tablero - frisbe - conos - silbato	DEMOSTRATIVO	VISUAL	**210**
SEMANA 2	Sistema defensivo personal efectiva	Tablero - frisbe - conos - silbato	DEMOSTRATIVO	VISUAL	**210**
SEMANA 3	Salida ofensiva doble said	Tablero - frisbe - conos - silbato	DEMOSTRATIVO	VISUAL	**210**
SEMANA 4	sistema defensivo zonal - evitar avances con el disco	Tablero - frisbe - conos - silbato	DEMOSTRATIVO	VISUAL	**210**

OBJETIVO FÍSICOS: Mejorar las capacidades fisicas coordinativas (agilidad - coordinación - reacción - diferenciación) orientadas al control, precisión y movimiento del cuerpo.

CONTENIDOS FISICOS		MEDIOS	METODOS	EVALUACION	VOLUMEN TRABAJO EN MIN
SEMANA 1	Trabajo de reacción por medio de estimulo visulaes - auditivos	Platillos - silbato - cronometro - conos	DEMOSTRATIVO	VISUAL	**120**
SEMANA 2	trabao de reacción por medio de salidas rapidas	Conos - silbato - cronometro	DEMOSTRATIVO	VISUAL	**120**
SEMANA 3	Circuitos coordinativos y de agilidad	aros - escalera - bastones - silbato - cronometro	DEMOSTRATIVO	VISUAL	**120**
SEMANA 4	diferenciación por medio de lanzamientos - recepcion contrlada	bolon medicinal - frisbee - platillos	DEMOSTRATIVO	VISUAL	**120**

INTERACCION SOCIAL DE VALORES	fortalecimiento de los valores por medio del reglamento, trabajo de espiritu de juego.
ACTIVIDADES RECREATIVAS	
OBSERVACIONES	

FECHA DE PRESENTACIÓN: 08/01/2026

EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS

NOMBRE ENTRENADOR FORMADOR

Jhonatan Garcia Daza
V.B. Metodologo de Apoyo:

duquecamilo58@gmail.com
Tauramena - Casanare

PLAN PEDAGÓGICO Y DE ENTRENAMIENTO DE DISCO VOLADOR ULTIMATE FRISBEE

PRESENTADO POR:

Lic. Camilo Duque Cárdenas

DIRIGIDO A:

Metodólogo: Jonathan García Daza

TAURAMENA CASANARE

AÑO- 2025

Camilo Duque
LIC. EDU FÍSICA
duquecamilo58@gmail.com
Tauramena - Casanare

INFORMACIÓN GENERAL.

1. **Disciplina deportiva:** Disco volador – Ultimate frisbee
2. **Nombre del contratista:** Edwin Camilo Duque Cardenas
3. **Documento de identidad:** 1.115.915.955
4. **Objeto del contrato:** PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA II, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO
5. **Periodo inicial y periodo de terminación:** noviembre 21 del 2025 – diciembre 30 de 2025
6. **Deporte y modalidades a desarrollar:** Disco volador – modalidad césped.
7. **Categoría:** U10 – U14 – U24 “modalidad mixta”
8. **Edad:** 7 – 24 Años
9. **Municipio:** Tauramena – Casanare

Camilo Duque
LIC. EDU FÍSICA
duquecamilo58@gmail.com
Tauramena - Casanare

ANTEDECEDENTES DEL "ULTIMATE FRISBEE"

El ultimate frisbee es el deporte considerado con mayor juego limpio en el mundo, ya que su principal regla es el "ESPIRITU DE JUEGO" el espíritu de juego es promover el juego limpio dentro y fuera de la cancha, aplicando los valores y el buen juego limpio en cada competencia.

Como es un deporte auto arbitrado, los jugadores mismos manifiestan las faltas dentro del campo de juego, así mismo los jugadores aplican la regla fundamental del ultimate para llegar a un acuerdo.

El ultimate frisbee es un deporte competitivo sin contacto, se juega con dos equipos de 7 jugadores (o 5 jugadores en la modalidad de playa) el objetivo es obtener puntos atrapando el disco en una zona de anotación situada al lado opuesto, sus orígenes se remontan al ámbito universitario en los años 60.

A nivel mundial estamos avalados por la federación del disco volador (**WFDF)** fundada en 1985, el ultimate en Colombia lleva aproximadamente 25 años, también estamos avalados por la (**FEDOCV)** Federación colombiana del disco volador, en Colombia el ultimate ha tenido un gran crecimiento, podemos decir que Colombia se caracteriza por tener los mejores jugadores en el mundo en cada categoría, tenemos la fortuna de que Colombia tiene la mejor jugadora del mundo categoría sub 20, hemos sido campeones mundiales en la categoría femenina sub 20, sub campeones del mundo en la categoría masculino sub 20,

En nuestro país contamos con distintos torneos reconocidos a nivel mundial, nuestra capital cuenta con la primera liga bogotana de ultimate frisbee en el cual participan más de 20 equipos solo de la capital, es así como el ultimate ha llegado a Colombia y busca seguir su crecimiento ya que cuenta con muchas escuelas que buscan formar talentos para representar a nuestro país en las distintas competencias y mundiales y mantener el espíritu de juego que es lo que caracteriza a nuestro país.

Camilo Duque
LIC. EDU FÍSICA
duquecamilo58@gmail.com
Tauramena - Casanare

INTRODUCCIÓN

Principalmente lo que queremos con el primer proceso de selección Casanare de disco volador, es dar a conocer el deporte a nivel municipal y departamental, mejorar los valores entre nuestros deportistas, crear conciencia de lo bueno que es la práctica del ultimate frisbee.

Uno de nuestros principales enfoques es poder tener diferentes categorías, donde podamos ir enseñando y trabajando la técnica, la táctica, preparación fisca y psicología de nuestros deportistas, sabemos que nuestro municipio cuenta con una gran población de deportistas, con la llegada del ultimate frisbee a Tauramena se ha generado una gran vinculación a la liga por muchos jóvenes que quieren aprender y conocer un poco más de este nuevo deporte que llega a nuestro municipio.

Queremos que nuestros deportistas practicantes del ultimate, vean este deporte no solo como una competencia, sino que lo vean como una forma diferente de solucionar sus problemas ya que la principal regla del ultímate frisbee es el ESPIRITU DE JUEGO, que se caracteriza más que formar deportistas formar personas para un mejor futuro.

El ultimate en nuestro municipio ha tenido una gran acogida, es a un mayor la población que quiere hacer parte del proceso deportivo.

Con la formalización de la liga, hemos dado un paso muy grande a la profesionalización de nuestro deporte, esto nos ha permitido poder participar de los torneos federados, obteniendo buenos resultados para nuestro departamento como fue el 3 tercer lugar en el nacional de interligas U24 en el 2024 y el tercer lugar en el interligas de mayores 2025.

Camilo Duque
LIC. EDU FÍSICA
duquecamilo58@gmail.com
Tauramena - Casanare

OBJETIVO GENERAL

- Masificar nuestro proceso deportivo dentro del municipio, que permita orientar a la comunidad en general el crecimiento en valores, aprovechar el tiempo libre, la cultura y el deporte por medio del Ultimate frisbee.

OBEJTIVOS ESPECIFICOS.

- Desarrollar alternativas de aprovechamiento del tiempo libre, mediante el programa deportivo de disco volador ultimate frisbee.
- Descubrir talentos, para en un futuro tener una excelente representación a nivel municipal, departamental y nacional.
- Enseñar los aspectos técnicos, tácticos, físicos y psicológicos del ultimate.
- Superar la competencia que representan otros deportes, para ello vamos a atraer la atracción y el interés colectivo mediante actividades dinámicas que se propongan en el proceso.
- Desarrollar más eventos deportivos para motivar y mejorar el nivel de nuestros deportistas, y así dar a conocer un poco más del deporte en nuestro municipio.

Camilo Duque
LIC. EDU FÍSICA
duquecamilo58@gmail.com
Tauramena - Casanare

CONTENIDO PROGRAMATICO.

CONTENIDO TECNICO.

- Enseñar y Mejorar los lanzamientos del ultimate frisbee, aplicando la técnica adecuada a la hora de lanzar.
- Aplicar diferentes ejercicios o driles enfocados al ultimate frisbee para mejorar la agilidad y reacción de nuestros deportistas.
- Mejorar la posición de lanzamiento baja media para así poder efectuar un mejor lanzamiento.
- Aumentar el trabajo de lanzamiento, con izquierda y con derecha para así mejorar y desarrollar más habilidades en nuestros deportistas.
- mejorar la posición del pie de pívot para así lograr un mejor y mayor desplazamiento a la hora de lanzar.

CONTENIDO TACTICO.

- Enseñar y mejorar los diferentes sistemas de juegos ofensivos y defensivos Para un mayor nivel deportivo y competitivo.
- Mejorar el trabajo de defensa personal jugador al frisbee, jugador al cortador.

CONTENIDO FÍSICO.

- Mejorar las capacidades motrices (C. Coordinativas – C. Físicas básicas)
- C. coordinativas: generales o básicas, especiales, complejas, movilidad.
- C. físicas básicas “condicionales”: fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad.

CONTENIDO TEORICO PSICOLOGICO

- Mantener nuestros deportistas con una alta autoestima,
- Charlas de motivación
- Trabajo de auto confianza con nuestros deportistas.
- Implementación del reglamento.

Camilo Duque
LIC. EDU FÍSICA
duquecamilo58@gmail.com
Tauramena - Casanare

TEST PEDAGÓGICOS UNO POR CONTENIDO

TÉCNICO

- Lanzamientos repetitivos de backand y forehand por parejas a una distancia corta para empezar a tener mayor precisión con el disco y la persona. Estos test hacen que el deportista tenga una mayor precisión a la hora de lanzar el disco, lo más recomendable es practicarlo todos los días durante 15 minutos.

- Lanzamientos consecutivos por parejas, solo movimiento de cadera a distancia corta, con precisión y agarre del disco durante 15 minutos.
- Lanzamientos por parejas con extensión, a distancia larga para mejorar la precisión y la velocidad de nuestros lanzamientos.

- Posición de defensa y marca personal en tres niveles, (TRIMONQUI) por tríos generamos lanzamiento a su vez generamos una marca la cual estará en posición defensa baja media, alineando cadera con el lanzador, brazos semi abiertos para generar una defensa más rápida.

- Dril de lanzamiento de largos a distancias de 10 mts, 20 mts, 40 mts y 80 mts.

TÁCTICO

- Trabajos de defensa personal y triangulo, con el fin de mejorar la defensa individual de cada uno de los deportistas.

- Trabajo de Down swing por tríos, el objetivo es poder mejorar el ataque por medio de un sistema el cual se desarrolla con tres jugadores.

- Trabajo de zona o copa, se realizan pruebas o circuitos donde los deportistas trabajan el sistema defensivo llamado copa o zona.

- Trabajo de copa, muro, Flex, tres sistemas de defensa, se realiza el trabajo por parejas y luego por tríos generando una defensa en zona,

Camilo Duque
LIC. EDU FÍSICA
duquecamilo58@gmail.com
Tauramena - Casanare

FÍSICO

RESISTENCIA

- Un test importante para evaluar la resistencia es el test de Burpee, para este test se han de ejecutar la secuencia de movimientos de la que consta el ejercicio durante un minuto. El ejercicio consta de 5 posiciones:

  - Posición 1: de pie y brazos colgando
  - Posición 2: en cunclillas, piernas flexionadas y brazos en el suelo.
  - Posición 3: con apoyo de manos en el suelo, se realiza una extensión de piernas.
  - Posición 3: flexión de piernas y vuelta a la posición 2.
  - Posición 4: salto vertical y vuelta a la posición inicial 1.

VELOCIDAD

- Test de concovi: consiste en realizar un esfuerzo de intensidad progresiva en carrera, consiste en correr en una pista de atletismo de 400 metros, incrementando la velocidad de carrera cada 200 metros hasta el agotamiento.
- Trabajo de fatkler, se realiza durante 10 minutos, los cuales cada minuto se realizan cambios de ritmo durante 10 segundos, pasado los 10 minutos recuperamos 5 y volvemos a realizar el trabajo durante 20 minutos con cambios de ritmo de 5 segundos.

FUERZA

- Test de abdominales en 30 segundos, el deportista se ubicara en una colchoneta, un compañero le sujetara los pies para mayor estabilidad al hacer el ejercicio, el deportista debe tener las piernas flexionadas a 90 grados y los pies ligeramente separados, y los dedos entrelazados detrás de la nuca, a la señal debe intentar realizar el mayor número de veces el ciclo de flexión y extensión de la cadera, tocando con los codos las rodillas en la flexión y con la espalda en el suelo.

  - Excepcional…….. 60 o mas
  - Optimo……50-59
  - Bueno……42-49
  - Regular……34-41
  - Escaso…….. Menos de 34

Camilo Duque
LIC. EDU FÍSICA
duquecamilo58@gmail.com
Tauramena - Casanare

METODOS, MEDIOS Y PROCEDIMIENTOS DE ENTRENAMIENTO.

METODOS:

- Métodos deductivos, basados en el profesor, educador, entrenador
- Métodos inductivos, basados en el alumno, deportista

MEDIOS:

- Discos “frisbee “
- Conos
- Aros
- Silbato
- Cronometro

PROCEDIMIENTO:

- Método demostrativo (visual) donde el profesor realiza el ejercicio como ejemplo, para que el deportista lo visualice y de esta manera lo aplique en función de las tareas de entrenamiento.

Camilo Duque
LIC. EDU FÍSICA
duquecamilo58@gmail.com
Tauramena - Casanare

HORARIO DE ENTRENAMIENTO.

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE	SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD	CODIGO	RAGCC54
	GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA	25/10/2024
	HORARIO DE CLASE	VERSIÓN	1

LIGA DISCO VOLADOR					DEPORTE	DISCO VOLADOR - ULTIMATE FRISBEE		
LUGAR: CANCHA SINTETICA LIB BAJO - CANCHA 20 DE ENERO					PERIODO	2025-11-21 - 2025-12-30		
HORA	CATEGORÍA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
2:30 - 4:00 PM	FORMATIVO - U10	X	X	X	X	X		
4:00 - 6:00 PM	U 14	X	X	X	X	X		
6:00 - 8:00 PM	U 24 - MAYORES	X	X	X	X	X		

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE CASANARE Nit. 844.003.345-1	SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD	CODIGO	RAGCC55
	GESTIÓN ARCHIVO Y CORRESPONDENCIA	FECHA	20/02/2013
		VERSIÓN	1

CRONOGRAMA DE SESION DE CLASE

NOMBRE MONITOR: EDWIN CAMILO DUQUE CARNDEAS				**DEPORTE: DISCO VOLADOR - ULTIMATE FRISBEE**
SEMANA:	**1**	**MICROCICLO:**	**INTRODUCTORIO**	**EDADES: 7 A 24 AÑOS**

DESARROLLAR DE MANERA INTEGRAL LAS CAPACIDADES TÉCNICAS - TÁCTICAS Y FISICAS, FORTALECIENDO SU RENDIMIENTO Y COMPRESIÓN DEL JUEGO

CONTENIDOS					**N° SEMANA**
LUNES	**MARTES**	**MIERCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	
1. lanzamientos a distancia corta con marca. 2. Lanzamientos con doble marca.	Trabajo de defensa personal - marca al disco y corte	salidas rapidas con estimulo visual (reacción)	Trabajo de salida ofensiva en stak verical central - situacion real de juego.	Partido de control "orientado al trabajo realizado en semana"	**1**
Circuito coordinativo enfocado en agilidad (trabjo en escalera con variantes)	Lanzamientos a distancia medias - "triman por tiempo"	Sistema defensivo - trabajo de defensa personal con flex en aramadores	Sistema de ataque - salidad con stak aislado, prioridad con corte al largo	partido de control en esapcio reducido 5 vs 5	**2**
trabajo de reaccion con disco "atrapar el disco con un estimulo sonoro"	Trabajo especifico de cortadores y armadores	Sistema defensivo en zona lineas de (3-3-1)	Trabajo ofensivo - salida de aramdores (falso berkley)	Partido de control selección casanare U24	**3**
lanzamientos combinados (backhand - forehand - hammer - scoober - push pass -	trabajo de velocidad de reaccion, sprint cortos y largos con disco	trabajo especifico de cortadores (deep - under) cortos y largos	trabajo de defensa individual hombre a hombre forzando un lado	partido de control (lectura de juego orientado a la anticipación y cambio de marca	**4**

FECHA DE INFORME: 13/01/2026

FIRMA DEL CONSTRATISTA

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE Nit. 844.003.345-1	SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD	CODIGO	RAGCC54
	GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA	25/10/2024
	HORARIO DE CLASE	VERSIÓN	1

LIGA DISCO VOLADOR					DEPORTE	DISCO VOLADOR - ULTIMATE FRISBEE		
LUGAR: CANCHA SINTETICA LIB BAJO - CANCHA 20 DE ENERO					PERIODO	21/11/2025 al 20/12/2025		
HORA	CATEGORÍA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
2:30 - 4:00 PM	FORMATIVO - U10	X	X	X	X	X		
4:00 - 6:00 PM	U 14	X	X	X	X	X		
6:00 - 8:00 PM	U 24 - MAYORES	X	X	X	X	X		

FIRMA DEL CONTRATISTA

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

ACTA
FO-A-GDO-08
04-08-2017
Versión 02

ACTA No. 25

TIPO: Sustentación presencial		**TEMA**: Sustentación plan metodológico del entrenador (a) EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS, de la LIGA DISCO VOLADOR.				
FECHA:	16 de enero de 2026		**HORA:**	3:30 pm	a	4:50 pm
	Día Mes Año			Inicial		Final

LUGAR:	SALA DE JUNTAS DE LA ENTIDAD
OBJETIVO:	Socialización del plan metodológico escrito y grafico en relación con el contrato de prestación de servicios No. 0393 - 2025 suscrito por el entrenador (a) EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS.

ASISTENTES

Nombre Completo	Entidad/Dependencia/Cargo	Correo / Tel.	Firma
EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS	ENTRENADOR (A) LIGA DISCO VOLADOR	duquecamilo58@gmail.com	
JONATHAN GARCIA DAZA	Profesional Universitario - Metodológo	Jmetodologia@indercas-casanare.gov.co 3045998223	

AGENDA / ACTIVIDADES

1	Presentación
2	Revisión del Plan de Entrenamiento Escrito
3	Socialización y fortalecimiento de conceptos y temáticas del plan escrito.
4	Revisión del Plan de Entrenamiento gráfico
5	Socialización y fortalecimiento de conceptos y temáticas del plan gráfico.
6	Descripción de Test físicos, técnicos, tácticos, psicológicos y demás herramientas de valoración.
7	Solución de inquietudes
8	Temas varios

DESARROLLO DE LA REUNIÓN:

Se socializó el plan de entrenamiento gráfico y escrito, donde se evidencia que cumple con las condiciones para continuar el proceso de preparación de los deportistas.

El entrenador describe las condiciones especiales de su deporte y socializa los diferentes test que serán la herramienta para valorar el progreso de los deportistas y analizar si el macrociclo genera efectos positivos en cada deportista.

El metodólogo recomienda la masificación de la disciplina deportiva y la realización de los diferentes test que permitan obtener datos que evidencien el estado actual de cada deportista,

Se recomienda al entrenador departamental, desarrollar una estategia que disminuya el riesgo de lesiones osteo-musculares en los deportistas, que estas acciones faciliten la disposición y la constancia de los deportistas.

por otro lado, es indispensable seguir el plan de entrenamiento, evaluar si las condiciones allí descritas generan estímulos positivos en cada deportista, si este no lo hace realizar los ajustes corresondientes.

El entrenador informa que se elabora macrociclo de un mes y diez días es un período de planificación del entrenamiento que dura aproximadamente 27 días. Su objetivo es organizar el trabajo físico de manera progresiva, comenzando con una fase de adaptación, continuando con una fase de mayor carga para desarrollar las capacidades físicas, y finalizando con una fase de recuperación o descarga para asimilar el entrenamiento, acompañada del trabajo técnico tactico del deporte.

Planificar y dirigir la preparación integral de los deportistas de cada uno de los porcesos de las selecciones Casanare de disco volador, durante el macrociclo elaborado comprendido entre el 21 de noviembre y el 30 de diciembre de 2025,

Debido a la brevedad del periodo de entrenamiento, no se llevaron a cabo pruebas específicas para los deportistas.Durante la vigencia 2025 se dio inicio a un trabajo inicial y de corta duración, orientado a sentar las bases de los procesos y estrategias.

este esfuerzo nos permitirá fortalecer los procedimientos internos y preparar de manera más efectiva nuestra participación en los eventos federados de 2026, incluyendo el Interlijas de disco volador U24 y categorías mayores.

Nos ponemos a disposición para atender cualquier invitación o requerimiento que el INDERCAS y el metodólogo consideren necesarios, con el fin de garantizar el adecuado desarrollo de las actividades contempladas en el contrato. la mayor dificultad es contar con la disposición de escenarios deportivos

Durante la etapa contractual comprendida entre noviembre y diciembre, no se participó en ninguna competencia. Sin embargo, es importante resaltar que en mayo de 2025 se participó por primera vez como selección Casanare en el Interligas de mayores,

Se obtiene medalla de bronce en el campeonato nacional de interligas categoria mayores modalidad mix - realizado en mayo del 2025 en bogota, avalado por la FECODV federacion colombiana de disco volador.

Se determina que si es el caso, para la próxima reunión, se revise los resultados de los diferentes test y horarios de las sesiones de entrenamiento.

ACTA No. 25

Acuerdos y Compromisos	Responsables	Fechas
la mayor dificultad es contar con la disposición de escenarios deportivos el entrenador junto con la liga realizará la gestión para solventar los espacios de entrenamiento.	EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS	
1. Cumplir con los planes de entrenamiento: Sustentar oportunamente los planes enviados por el metodólogo, asegurando su correcta implementación y seguimiento 2. Elaborar y entregar a tiempo los informes de actividades, resultados y cualquier otra información solicitada por el INDERCAS. 3. Participar en capacitaciones, talleres o reuniones que contribuyan a mejorar la calidad del entrenamiento y la gestión deportiva.	EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS	

Siendo las 4:50 p.m. y cumplido el objetivo, se dio por terminada la reunión en constancia firman:

JONATHAN GARCIA DAZA
Profesional Universitario - Metodológo

EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS
ENTRENADOR

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CERTIFICACIÓN
FO-A-GDO-04
04-08-2017
Versión 02

EL SUSCRITO PROFESIONAL DE LA SUBGERENCIA DE DESARROLLO DEPORTIVO – INDERCAS - METODÓLOGO

CERTIFICA Y/O DEJA CONSTANCIA QUE:

Que la (el) entrenador, **EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS,** identificado con cedula de ciudadanía No. 1.115.915.955 de **TAURAMENA**, cumplió con las actividades metodológicas consignadas en el contrato de prestación de servicios No. 0393 del 2025, el cual tiene como objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA II, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO. Informe de actividades 1 de 2, comprendido en el periodo: desde el día 21 de noviembre de 2025 hasta el día 20 de diciembre de 2025.

La anterior se expide a los 14 de enero de 2026.

Jonathan Garcia

JONATHAN GARCIA DAZA
Profesional Universitario – Metodólogo

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE	SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD	CÓDIGO:	RAGCC53
	GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA	11/04/2025
	PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS	VERSION	01

NOMBRE DEL INSTRUCTOR:	EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS	PERIODO:	21/11/2025 AL 20/12/2025	CONTRATO:	0393
DEPORTE:	ULTIMATE			FECHA:	21/11/2025
EDADES:		SEMANA N°: 1		SEMANA N°: 2	

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	DIAS DE TRABAJO L	M	M	J	V	S	D	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	DIAS DE TRABAJO L	M	M	J	V	S	D	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	Sara sofia rodriguez perez	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
2	Dylan santiago avila moreno		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
3	Asly samara alvarado rodriguez	X		x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
4	Paula andrea carvajal hoyos	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
5	Hendrick jeronimo zorro calderon		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
6	Beyer samuel zorro amaya		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
7	Nicol daniela nuñez rodriguez	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
8	Juan sebastian diaz salazar		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
9	Angel damian zorro bohorquez		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
10	Marlon david herrera zorro		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
11	Nicolas felipe sandoval bejarano		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
12	Janier sebastian arguello cruz		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
13	David sebastian satoba bravo		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
14	Maria jose contreras rodriguez	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
15	Luciana contreras rodriguez	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
16	Luis adrian pinto cruz		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
17	Cristian andres velandia vanegas		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
18	Jessica lorena martinez mendoza	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
19	Wilfor andres vergel meche		X	x	x	x	x	x			80%		x	x	x	x	x			80%		
20	Leidy ximena chaparro lomboa	X		x	x	x	x	x			85%		x	x	x	x	x			85%		
21	Juana gabriela silva hurtado	X		x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
22	Maria alejandra ramirez garcia	X		x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
23	Gustavo andres mendez barrera		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
24	Diego alejandro aguirre mahecha		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
25	Miguel andres sierra jimenez		X	x	x	x	x	x			85%		x	x	x	x	x			85%		
26	Pablo emilio ruiz villalovoz		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
27	Jose leonardo leiva lugo		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
28	Andres felipe diaz rosas		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
29	Dennis alejandra cuesta cardenas	X		x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
30	Yolean maday patiño reyes		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
ASISTENCIA %											93%									93%		

CONVENCIONES	A: ASISTIO		R:LLEGADA TARDE		E:EXCUSA		F:NO ASISTIO	

FIRMA DEL INSTRUCTOR_____

Scanned with CamScanner

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
NIt. 844.003.345-1

SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD

GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN

PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS

CÓDIGO:	RAGCC53
FECHA	11/04/2025
VERSION	01

NOMBRE DEL INSTRUCTOR: EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS
DEPORTE: ULTIMATE
EDADES:
PERIODO: 21/11/2025 AL 20/12/2025
CONTRATO: O393
FECHA: 21/11/2025

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	SEMANA Nº: 1 L	M	M	J	V	S	D	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	SEMANA Nº: 2 L	M	M	J	V	S	D	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	Jeison andres monroy cubides		X	x	x	x	x	x			100%	Jeison Cubides	x	x	x	x	x			100%		
2	Sharon saray angarita moreno	X		x	x	x	x	x			90%	Sharon Moreno	x	x	x	x	x			90%		
3	Natalia guerra vega	X		x	x	x	x	x			90%	Natalia G.	x	x	x	x	x			90%		
4	Zafnat manases angarita moreno	X		x	x	x	x	x			100%	Zafnat	x	x	x	x	x			100%		
5	Rafael alberto silva barbosa		X	x	x	x	x	x			100%	Rafael Silva	x	x	x	x	x			100%		
6																						
7																						
8																						
9																						
10																						
11																						
12																						
13																						
14																						
15																						
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						
21																						
22																						
23																						
24																						
25																						
26																						
27																						
28																						
29																						
30																						
ASISTENCIA %											96%									96%		

CONVENCIONES	A: ASISTIO		R:LLEGADA TARDE		E:EXCUSA		F:NO ASISTIO	

FIRMA DEL INSTRUCTOR_____

Scanned with CamScanner

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD

GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN

PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS

CÓDIGO:	RAGCC53
FECHA	10/02/2013
VERSION	01

NOMBRE DEL INSTRUCTOR: EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS
DEPORTE: ULTIMATE
EDADES:
PERIODO: 21/11/2025 AL 20/12/2025
CONTRATO: 0393
FECHA: 21/11/2025

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	SEMANA Nº: 3 DIAS DE TRABAJO L	M	M	J	V	S	D	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	SEMANA Nº: 4 DIAS DE TRABAJO L	M	M	J	V	S	D	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	Sara sofia rodriguez perez	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
2	Dylan santiago avila moreno		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
3	Asly samara alvarado rodriguez	X		x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
4	Paula andrea carvajal hoyos	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
5	Hendrick jeronimo zorro calderon		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
6	Beyer samuel zorro amaya		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
7	Nicol daniela nuñez rodriguez	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
8	Juan sebastian diaz salazar		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
9	Angel damian zorro bohorquez		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
10	Marlon david herrera zorro		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
11	Nicolas felipe sandoval bejarano		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
12	Janier sebastian arguello cruz		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
13	David sebastian satoba bravo		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
14	Maria jose contreras rodriguez	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
15	Luciana contreras rodriguez	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
16	Luis adrian pinto cruz		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
17	Cristian andres velandia vanegas		X	x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
18	Jessica lorena martinez mendoza	X		x	x	x	x	x			100%		x	x	x	x	x			100%		
19	Wilfor andres vergel meche		X	x	x	x	x	x			80%		x	x	x	x	x			80%		
20	Leidy ximena chaparro lomboa	X		x	x	x	x	x			85%		x	x	x	x	x			85%		
21	Juana gabriela silva hurtado	X		x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
22	Maria alejandra ramirez garcia	X		x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
23	Gustavo andres mendez barrera		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
24	Diego alejandro aguirre mahecha		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
25	Miguel andres sierra jimenez		X	x	x	x	x	x			85%		x	x	x	x	x			85%		
26	Pablo emilio ruiz villalovoz		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
27	Jose leonardo leiva lugo		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
28	Andres felipe diaz rosas		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
29	Dennis alejandra cuesta cardenas	X		x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
30	Yolean maday patiño reyes		X	x	x	x	x	x			90%		x	x	x	x	x			90%		
ASISTENCIA %											0,933333333									0,933333333		

CONVENCIONES	A: ASISTIO		R:LLEGADA TARDE		E:EXCUSA		F:NO ASISTIO	

FIRMA DEL INSTRUCTOR_____

Scanned with CamScanner

INDERCAS Instituto de Deportes y Recreación de Casanare Nit. 844.003.345-1	SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD	CÓDIGO:	RAGCC53
	GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA	10/02/2013
	PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS	VERSION	01

NOMBRE DEL INSTRUCTOR: EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS — PERIODO: 21/11/2025 AL 20/12/2025 — CONTRATO: O393

DEPORTE: ULTIMATE — FECHA: 21/11/2025

EDADES:

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	SEMANA Nº: 3 DIAS DE TRABAJO L	M	M	J	V	S	D	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	SEMANA Nº: 4 DIAS DE TRABAJO L	M	M	J	V	S	D	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	Jeison andres monroy cubides		X	x	x	x	x	x			100%	Jeison Cubides	x	x	x	x	x			100%		
2	Sharon saray angarita moremo	X		x	x	x	x	x			90%	Sharon Moreno	x	x	x	x	x			90%		
3	Natalia guerra vega	X		x	x	x	x	x			90%	[illegible]	x	x	x	x	x			90%		
4	Zafnat manases angarita moreno	X		x	x	x	x	x			100%	[illegible]	x	x	x	x	x			100%		
5	Rafael alberto silva barbosa		X	x	x	x	x	x			100%	Rafael Silva	x	x	x	x	x			100%		
6																						
7																						
8																						
9																						
10																						
11																						
12																						
13																						
14																						
15																						
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						
21																						
22																						
23																						
24																						
25																						
26																						
27																						
28																						
29																						
30																						
ASISTENCIA %											0,96									0,96		

CONVENCIONES: A: ASISTIO — R:LLEGADA TARDE — E:EXCUSA — F:NO ASISTIO

FIRMA DEL INSTRUCTOR [signature]

Transversal 18 No. 14 – 09 Tel. 6321316 – 6353638 Yopal, Casanare.
Email: indercas@yahoo.com

Scanned with CamScanner

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE	SISTEMA DE GESTIÓN - CALIDAD DEPORTES POBLACIÓN BENEFICIADA	POBLACION BENEFICIADA FO-M-DRA-10 04/05/2022 Version 02

BASE DE DATOS

CONTRATO No:	O393	FECHA DEL CONTRATO:	21/11/2025	OBJETO CONTRACTUAL:	PRESENTAR LOS SERVICIOS COMO PROFESIONES COMIO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORIA II, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022 , PARA IMPULSAR PROESOS DE FORMACION, PREPARACION Y APOYO A DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.				
NOMBRES Y APELLIDOS:	EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS				N° CELULAR:	3208812124			DEPORTE:	ULTIMATE
PERIODO QUE REPORTA:	Fecha Inicio	21/11/2025	Fecha Fin	20/12/2025	MUNICIPIO	TAURAMENA			CORREO ELECTRONICO:	duquecamilo58@gmail.com

NOTA: SIGLA PPL-TD : POBLACION PRIVADA DE LA LIBERTAD
SIGLA PPR: POBLACION EN PROCEO DE REINSERCION

									ENFOQUE DE GENERO			ENFOQUE ETNICO				ENFOQUE DIFERENCIAL / POBLACIONAL							SECTOR	
N°-	NOMBRE Y APELLIDOS	Tipo de Documento	N° D.I.	FECHA DE NACIMIENTO dd/mm/aaaa	EDAD	TELEFONO	E- MAIL	GRUPO SISBEN	F	M	LBGTI	Indigenas	Comunidades Negras - Afro - Raizales - Palenqueras	Pueblo ROM o Gitano	NingunoEE	Victimas del Conflicto Armado	Habitante de Calle	PPL-TD	PPR	Personas con Discapacidad	Población Extranjera	NingunoED	U	R
1	Luciana contreras rodriguez	TI	1.115.919.355	14/05/2019	6	3222568238		A	X						x							x	x	
2	Maria jose contreras rodriguez	TI	1.115.917.353	13/01/2015	11	3222568283		A	X						x							x	x	
3	David sebastian satova bravo	TI	1.115.914.971	25/12/2011	14	3103084701		A		x					x							x	x	
4	Jonier sebastian arguello cruz	TI	1.120.574.191	18/03/2011	14	3114133395		B		X					x							x	x	
5	Nicolas felipe sandoval bravo	TI	1.014.285.399	29/01/2019	6	3204608283		B		X					x							x	x	
6	Marlon david herrera zorro	TI	1.115.916.442	31/10/2013	12	3208170721		B		X					x							x	x	
7	Angel damian zorro bohorquez	TI	1.158.214.336	11/08/2013	12	3123183834		A		X					x							x	x	
8	Juan sebastian diaz salazar	TI	1.029.966.847	19/08/2014	11	3163577181		B		X					x							x	x	
9	Nicol daniela nuñez rodriguez	TI	1.115.917.566	10/06/2015	10	3167392920		B	x						x							x	x	
10	Beyer samuel zorro amaya	TI	1.029.653.984	10/04/2010	15	3244266637		A		X					x							x	x	
11	Hendrick jeronimo zorro calderon	TI	1.122.530.401	29/01/2015	10	3143494697		B		x					x							x	x	
12	Paula andrea carvajal hoyos	TI	1.222.123.343	21/09/2015	10	3143769685		A	X						x							x	x	
13	Asly samara alvarado rodriguez	TI	1.115.910.784	25/07/2014	11	3213203080		B	x						x							x	x	
14	Dylan santiago avila moreno	TI	115.919.300	5/03/2018	7	3155809717		A		x					x							x	x	
15	Sara sofia rodriquez perez	TI	1.029.654.374	7/06/2010	15	3154216783		B	X						x							x	x	
16	Luis adrian pinto cruz	TI	1.115.913.620	5/12/2009	16	3208337079		B		x					x							x	x	
17	Cristian andres velandia vanegas	CC	1.006.555.008	11/10/2002	23	3044581386		A		X					x							x	x	
18	Jessica lorena martinez mendoza	CC	1.006.556.235	1/04/2003	22	3187966688		B	x						x							x	x	
19	Wilfor andres vergel meche	CC	1.007.540.200	14/12/2001	24	3228932336		B		x					x							x	x	
20	Leidy ximena chaparro lomboa	CC	1.006.554.512	12/03/1998	27	3124047272		A	x						x							x	x	
21	Juana gabriela silva hurtado	CC	1.029.660.067	26/12/2004	21	3113641968		B	X						x							x	x	
22	Maira alejandra ramirez garcia	CC	1.095.787.671	24/03/2004	21	3212486170		A	x						x							x	x	
23	Gustavo andres mendez barrera	CC	1.006.556.650	18/05/2003	22	3046617290		B		x					x							x	x	
24	Diego alejandro aguirre mahecha	CC	1.006.416.036	24/11/2002	23	3166176258		B		x					x							x	x	
25	Miguel andres sierra ramirez	CC	1.006.415.720	2/05/2002	23	3024782632		A		x					x							x	x	
26	Pablo emilio ruiz villalovos	CC	102.991.833	14/11/2005	20	3224227012		B		x					x							x	x	
27	Jose leonardo leiva lugo	CC	1.007.067.272	3/01/2004	22	3207817071		B		x					x							x	x	
28	Andres felipe diaz rosas	CC	1.115.910.306	3/08/2004	21	3107529067		B		x					x							x	x	
29	Dennis alejandra cuesta cardenas	CC	1.006.415.888	15/10/2002	23	3204831852		B	x						x							x	x	
30	Yolean maday patiño reyes	CC	1.006.415.944	29/08/2003	22	3212520047		B		x					x							x	x	
31	leison andres monroy cubides	CC	1006416276	18/07/2003	22	3208408572		B		X					x							x	x	
32	Sharon sharai angarita moreno	CC	1115910648	14/04/2005	20	3138269708		B	x						x							x	x	
33	Natalia guerrera vega	CC	1.029.660.947	6/11/2005	20	3208015731		B	x						x							x	x	
34	Zafnat manases angarita moreno	CC	1.006.415.883	26/07/2002	23	3202167241		B	x						x							x	x	
35	Rafael alberto silva barbosa	CC	1.098.640.540	15/08/2005	20	3108659768		A		x					x							x	x	
36		TI			-			A		x					x							x	x	
37		RC			-			B		x					x							x	x	
38		TI			-			B		x					x							x	x	
39		TI			-			B		x					x							x	x	
40		TI			-			B	x						x							x	x	

FIRMA : _____

NOMBRES Y APELLIDOS: EDWIN CAMILO DUQUE CARDRNAS

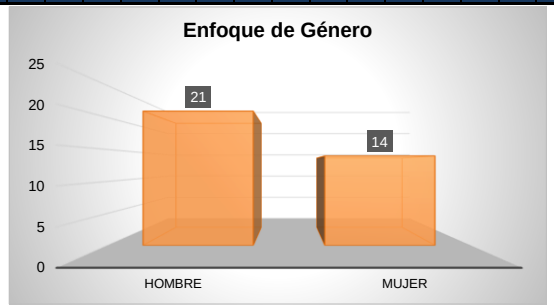
INDERCAS	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	POBLACION BENEFICIADA FO-M-DRA-10 04/05/2022 Version 02
	DEPORTES	
	POBLACIÓN BENEFICIADA	

NOMBRES Y APELLIDOS:	EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS	CONTRATO:	O393
PERIODO:	21/11/2025 al 20/12/2025	MUNICIPIO:	TAURAMENA
TELEFONO:	3208812124	CORREO ELECTRONICO:	duquecamilo58@gmail.com

POBLACION

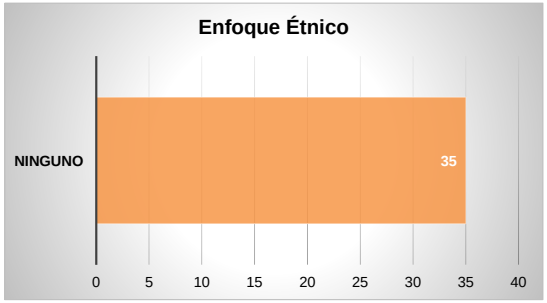
RANGO DE EDAD / POBLACION	AREA URBANA/RURAL		ENFOQUE DE GENERO			GRUPO SISBEN												ENFOQUE ETNICO												ENFOQUE DIFERENCIAL / POBLACIONAL																					TOTAL
						A (Pobreza Extrema)			B (Pobreza Moderada)			C (Población Vulnerable)			D (No pobre, No vulnerable)			Indigenas			Comunidades Negras - Afro - Raizales - Palenqueras			Pueblo ROM o Gitano			Ninguno			Victimas del Conflicto Armado			Habitante de Calle			PPL-TD			PPR			Personas con Discapacidad			Población Extranjera			Ninguno			
	U	R	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	
PRIMERA INFANCIA 0-5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
INFANCIA 6 A 11 AÑOS	9	0	5	4	0	3	1	0	2	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9
ADOLESCENCIA 12 A 17 AÑOS	7	0	1	6	0	0	3	0	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7
JUVENTUD 18 A 28 AÑOS	19	0	8	11	0	2	3	0	6	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19
ADULTO 29 A 60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ADULTO MAYOR - >60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
TOTALES	**35**	**0**	**14**	**21**	**0**	**5**	**7**	**0**	**9**	**14**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**14**	**21**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**35**

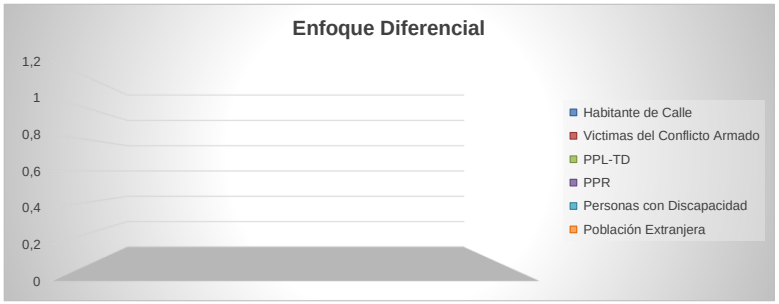












NOMBRES Y APELLIDOS: EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS

EL SUSCRITO CONTRATISTA

Edwin Camilo Duque Cárdenas

CERTIFICA QUE

Es de total veracidad, confiabilidad y responsabilidad absoluta, que toda la información presentada en el desarrollo y ejecución de las actividades suscritas dentro del contrato No. 0393 de 2025 cuyo objeto es "PRESTAR OBJETO: LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES CATEGORÍA II, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTAS DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.", para el proceso de verificación como son: informe de actividades, panillas de asistencia, participaciones en eventos, registros fotográficos y demás formatos establecidos por el INDERCAS, durante el periodo de labores 21 de noviembre del 2025 a 20 de diciembre del 2025 son legítimas y tomadas durante la ejecución.

Con la firma de la presente certificación acepto y doy fe de la veracidad de la información y me acuso a las implicaciones legales que tienen la falsedad de información.

Se expide en el municipio de Tauramena, a los 13 días del mes de enero del 2025.

Firma:



Nombre: Edwin Camilo Duque Cárdenas
No. Cédula: 1.115.915.955
No. Contacto: 3208812124
Contratista

DEPARTAMENTO	CASANARE			**MUNICIPIO(S)**	TAURAMENA		
NOMBRES Y APELLIDOS	EDWN CAMILO DUQUE CARDENAS			**No. CÉDULA**	1.115.915.955		
No. CONTRATO	O393			**FECHA INICIO DE CONTRATO**	21/11/2025	**PLAZO DE EJECUCIÓN**	1 MES Y 10 DIAS
MES DEL INFORME	21/11/2025-20/12/2025	**INFORME**	1 DE 2	**FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME**	8 DE ENERO DEL 2026		
DATOS CONTACTO	**TELEFONO CELULAR**	3208812124		**CORREO ELECTRONICO**			

REGISTRO FOTOGRÁFICO



ACCION	TRABAJO DE REACCION CON DISCO	**FECHA**	**10/12/2025**



ACCION	TRABAJO DE AGARRE DE DISCO 3 NIVELES	**FECHA**	**10/12/02025**



ACCION	LANZAMIENTO A DISTANCIA CORTA	**FECHA**	**10/12/2025**



ACCION	LANZAMIENTO DE FOREHAND	**FECHA**	**10/12/2025**

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

REGISTRO FOTOGRAFICO
FO-A-GCC-18
24-09-2018
Version 02

DEPARTAMENTO	CASANARE			**MUNICIPIO(S)**	TAURAMENA		
NOMBRES Y APELLIDOS	EDWN CAMILO DUQUE CARDENAS			**No. CÉDULA**	1.115.915.955		
No. CONTRATO	O393			**FECHA INICIO DE CONTRATO**	21/11/2025	**PLAZO DE EJECUCIÓN**	1 MES Y 10 DIAS
MES DEL INFORME	21/11/2025-20/12/2025	**INFORME**	1 DE 2	**FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME**	8 DE ENERO DEL 2026		
DATOS CONTACTO	**TELEFONO CELULAR**	3208812124		**CORREO ELECTRONICO**			



ACCION	CHARLA TECNICA PROCESO SEL CASANARE SUB 24	**FECHA**	**10/12/2025**



ACCION	TRABAJO DE LANZAMIENTO POSC BAJA MEDIA	**FECHA**	**9/12/2025**



ACCION	TRABAJO DE LANZAMIENTOS COMBINADOS	**FECHA**	**9/12/2025**



ACCION	JUEGOS PREDEPORTVOS	**FECHA**	**11/12/2025**

CERTIFICADO DE DEDUCCIONES
FO-A-GFI-02
31/07/2019
Versión 01

Tauramena, 13 de enero 2026

Señores
INDERCAS
La ciudad

REF. Certificado de deducciones

Yo, Edwin Camilo Duque Cárdenas identificado con Cédula de Ciudadanía número 1.115.915.955 de Tauramena, teniendo en cuenta la reforma Tributaria estructural, ley 1819 del 29 de diciembre de 2016, **CERTIFICO QUE**:

- Mis ingresos percibidos por el INDERCAS en el año 2025, corresponden a la prestación de servicios por honorarios, en el que contraté o vinculé por al menos noventa (90) días continuos o discontinuos, dos (2) o más trabajadores o contratistas asociados a la actividad. **SI ☐ NO X**

Por lo anterior, solicito que sean aplicadas las siguientes deducciones para depurar de mi base de Retención en la Fuente del periodo comprendido entre el **21/11/2025** y el **20/12/2025**, de acuerdo a los siguientes factores:

DESCRIPCIÓN	VALOR
Deducción por intereses préstamos adquisición vivienda o costo financiero leasing habitacional pagados en el año 2022 (Hasta 100 UVT mensuales). *Art 387 ET-DR 4713/05*	$ 0,00
Deducción por pagos de medicina prepagada o seguros de salud. (Hasta 16 UVT mensuales). *Art 387 ET*	$ 0,00

Además, Manifiesto libre y voluntariamente que la(s) persona(s) relacionada(s) a continuación depende (n) económicamente de mí, situación que me otorga el derecho a tomar la deducción del 10% sobre mis ingresos brutos, hasta un máximo de 32 UVT mensuales *Art 387 ET*.

IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	APELLIDO 1	APELLIDO 2	PARENTESCO	EDAD

El pago de aportes de la seguridad social correspondiente al periodo de cobro del cual anexo soporte, fue por:

DESCRIPCIÓN	VALOR
1. Aportes obligatorios a Pensión. (Art. 55 Estatuto Tributario)	$ 239.700
2. Aportes obligatorios a salud. (Art. 56 Estatuto Tributario)	$ 187.300

Adicionalmente solicito se tengan en cuenta los siguientes aportes como rentas exenta, sin exceder el 30% del ingreso laboral y hasta un máximo de 317 UVT mensuales.

DESCRIPCIÓN	VALOR
Aportes voluntarios fondos de pensiones	$ 0,00
Aportes en cuentas AFC	$ 0,00

Finalmente informo que las actividades desarrollas dentro contrato No. 0393 de fecha 21 de noviembre fueron ejecutadas en el municipio de Yopal del Departamento de Casanare, y me comprometo a comunicar cualquier cambio que puede modificar los beneficios obtenidos.

Cordialmente,

Edwin camilo Duque Cárdenas
C.C. 1.115.915.955 de Tauramena

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
NIT. 844.003.345-1

CERTIFICADO DECRETO 1070
FO-A-GFI-08
27/04/2020
Versión 02

Tauramena, 13 de enero de 2026

Empresa INDERCAS

Ref.: Certificación Decreto 1070 de 2013, Clasificación de Personas Naturales

CERTIFICACIÓN

Yo **Edwin Camilo Duque Cárdenas**, identificada con cédula de ciudadanía No. 1.115.915.955 expedida en Tauramena, para efectos de dar cumplimiento con el artículo 1 del decreto 1070 del 28 de mayo de 2013 y su modificación a través del decreto 3032 de 2013, certifico lo siguiente:

- Mis ingresos en el año gravable inmediatamente anterior provienen de la prestación de servicios de manera personal o del desarrollo de una actividad económica por cuenta y riesgo del empleador o contratante, mediante una vinculación laboral o legal y reglamentaria, en una proporción igual o superior a un ochenta por ciento (80%) del total de los ingresos percibidos por dicho periodo fiscal: SI (X) NO ( )

- Mis ingresos en el año inmediatamente anterior provienen de la prestación de servicios personales mediante el ejercicio de profesiones liberales o de la prestación de servicios técnicos que no requieran la utilización de materiales o insumos especializados, o de maquinaria o equipo especializado, en una proporción igual o superior a un ochenta por ciento (80%) del total de los ingresos percibidos en dicho periodo fiscal:
  SI (X) NO ( )

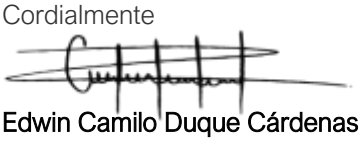
- Estoy obligado (a) a presentar declaración de renta por el año gravable inmediatamente anterior:
  SI ( ) NO (X)

- Los ingresos totales en el año gravable inmediatamente anterior superaron los mil cuatrocientas (1.400) UVT. SI ( ) NO (X)

- En el año gravable inmediatamente anterior no desarrolle una de las actividades señaladas en el artículo 340 del Estatuto Tributario o que si la desarrolle no generó más del veinte por ciento (20%) de mis ingresos totales. SI ( ) NO (X)

- Durante el año gravable inmediatamente anterior no preste servicios técnicos que requieran de materiales o insumos especializados, o maquinaria o equipo especializado, cuyo costo representa más del veinticinco por ciento (25%) del total de los ingresos percibidos por concepto de tales servicios técnicos.
  SI ( ) NO (X)

Cordialmente



Edwin Camilo Duque Cárdenas
C.C. 1.115.915.955 DE Tauramena Casanare

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1115915955		DUQUE CARDENAS EDWIN CAMILO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	cll 18a No 6 05	TAURAMENA-CASANARE	7777777	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-11	2025-11	2071618757	9495301935	I	2025/12/12	2026/01/09	BANCO FALABELLA	28	$471,700

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO				NOVEDADES																PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES				
No.	Identificación		Nombre	ing	ret	tde	tae	tdp	tap	vsp	cor	vst	sln	ige	lma	vac	avp	vct	irl	vip	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	IBC	Aporte	Exonerado SENA e ICBF	Total Aportes
1	CC	1115915955	DUQUE EDWIN																		230301	30	$1,498,000	$239,700	EPS005	30	$1,498,000	$187,300		0	$0	$0	14-23	30	$1,498,000	$36,500	0	$0	$0	No	$463,500
Total	**Afiliados(1)**																						$1,498,000	$239,700			$1,498,000	$187,300			$0	$0			$1,498,000	$36,500		$0	$0		$463,500

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1115915955		DUQUE CARDENAS EDWIN CAMILO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	cll 18a No 6 05	TAURAMENA-CASANARE	7777777	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-11	2025-11	2071618757	9495301935	I	2025/12/12	2026/01/09	BANCO FALABELLA	28	$471,700

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$239,700	$4,200	$0	$243,900
PORVENIR	230301	800,224,808	8	1	$239,700	$4,200	$0	$243,900
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$36,500	$700	$0	$37,200
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$36,500	$700	$0	$37,200
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$187,300	$3,300	$0	$190,600
SANITAS	EPS005	800,251,440	6	1	$187,300	$3,300	$0	$190,600
TOTAL				**1**	**$463,500**	**$8,200**	**$0**	**$471,700**

Certificación Bancaria

Viernes, 03 de octubre de 2025

A quien pueda interesar

Bancolombia S.A. se permite informar que EDWIN CAMILO DUQUE CARDENAS identificado(a) con CC 1115915955, a la fecha de expedición de esta certificación, tiene con el Banco los siguientes productos:

Producto	No. Producto	Fecha Apertura aaaa-mm-dd	Estado	Saldo
Cuenta Ahorros	36979559695	2025-03-05	ACTIVO	*****

***Importante:** Esta constancia solo hace referencia a los productos mencionados anteriormente.
*Si desea verificar la veracidad de esta información, puede comunicarse con la Sucursal Telefónica Bancolombia a los siguientes números: Medellín - Local: (57-4) 510 90 00 - Bogotá - Local: (57-1) 343 00 00 - Barranquilla - Local: (57-5) 361 88 88 - Cali - Local: (57-2) 554 05 05 Resto del país: 01800 09 12345.Sucursales telefónicas en el exterior: España(34) 900 995 717 - Estados Unidos(1) 1 866 379 97 14.



Catalina Cortés Uribe.
Gerente Servicios Contact Center & BPO.

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA BANCOLOMBIA S.A. Establecimiento Bancario.

Bancolombia

Bancolombia nunca solicitará sus datos personales o de sus productos bancarios mediante vínculos de correo electrónico. En caso de recibir alguno, repórtelo de inmediato a correosospechoso@bancolombia.com.co