CUENTA DE COBRO No. 001

INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION "IMDRE"
NIT.900.326.035-2

DEBE A

JOHN JAIRO BERMUDEZ OSPINA
C.C. 1.105.684.696

DOS MILLONES SETECIENTOS MIL PESOS M/CTE ($2.700.000)

CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION
No. 021 30 / ENERO / 2026

OBJETO:
APOYO A LA GESTION EN EL PROGRAMA DE CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, RECREACION Y DEPORTE EN LA ZONA URBANA – RURAL DEL MUNICIPIO DE EL ESPINAL, CORREGIMIENTO DE CHICORAL Y LAS DEMAS ACTIVIDADES QUE LE ASIGNE EL DIRECTOR DEL IMDRE.

CUENTA DE AHORROS No. 410771609
BANCO AV VILLAS

PERIODO A COBRAR:
30/ 01 / 2026 HASTA 28 / 02 / 2026

FECHA DE PRESENTACION DE LA CUENTA:
05/MARZO/2026

JOHN JAIRO BERMUDEZ OSPINA
C.C. 1.105.684.696
FECHA DE EXPEDICION 28/JUNIO/2011

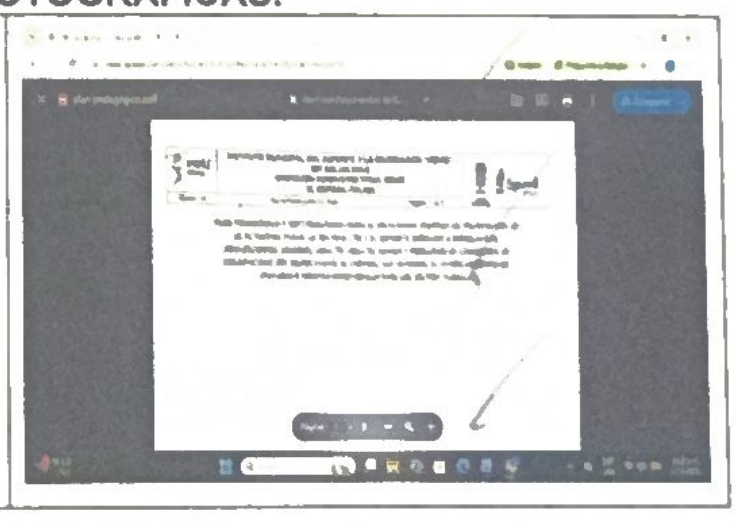
INFORME DE ACTIVIDADES	**No. 001**
CONTRATISTA	**JOHN JAIRO BERMUDEZ OSPINA**
CONTRATO	**No. 021 30/01/2026**
PERIODO A COBRAR	**30 / 01 / 2026 HASTA 28 / 02 / 2026**
OBJETO DEL CONTRATO	APOYO A LA GESTION EN EL PROGRAMA DE CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, RECREACION Y DEPORTE EN LA ZONA URBANA - RURAL DEL MUNICIPIO DE EL ESPINAL, CORREGIMIENTO DE CHICORAL Y LAS DEMAS ACTIVIDADES QUE LE ASIGNE EL DIRECTOR DEL IMDRE.

OBLIGACION 1 – Presentación del plan pedagógico ante el Instituto Municipal del Deporte y la Recreación del Municipio de El Espinal – IMDRE, implementarlos cada mes el cual está dirigido al programa centros de promoción de la actividad física, recreación y deporte en la zona urbana y rural del municipio de el Espinal-Tolima, corregimiento de Chicoral.

ACTIVIDAD REALIZADA: se entregó el plan pedagógico.

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS.





OBLIGACION 2 – Planificar y desarrollar las sesiones del entrenamiento mensualmente

ACTIVIDAD REALIZADA: planifique y desarrolle las sesiones de entrenamientos de los centros de promoción en la disciplina de futbol sala, mediante un plan semanal del mes de febrero, anexo planes semanales.

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS.



OBLIGACION 3 – Conformar un (01) grupo poblacional en el sector rural y urbano con un mínimo de 40 o más deportistas, con una frecuencia de DOS (02) sesiones semanales con una duración mínima de dos (02) horas, en sesiones de trabajo.

GRUPO 1 (ZONA URBANA)

ACTIVIDAD REALIZADA: conforme un grupo poblacional de 20 niños, en el polideportivo del barrio el recreo, los días lunes y miércoles y viernes a las 4:00 pm.- 5:30 pm

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS.



GRUPO 2 (ZONA RURAL)

EJECUCION: conforme un grupo poblacional de 20 niños, en el polideportivo de escuela de la vereda Montalvo, los días martes y jueves en el horario de 2:00 pm. - 4:00pm

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS.



OBLIGACION 4 – Desarrollar un festival lúdico recreativo durante el periodo de ejecución del contrato.

ACTIVIDAD REALIZADA: no se desarrolló el festival lúdico recreativo durante el periodo por motivo de conformación de los grupos de actividad física.

OBLIGACION 5 – realizar actividades en el cronograma semanal.

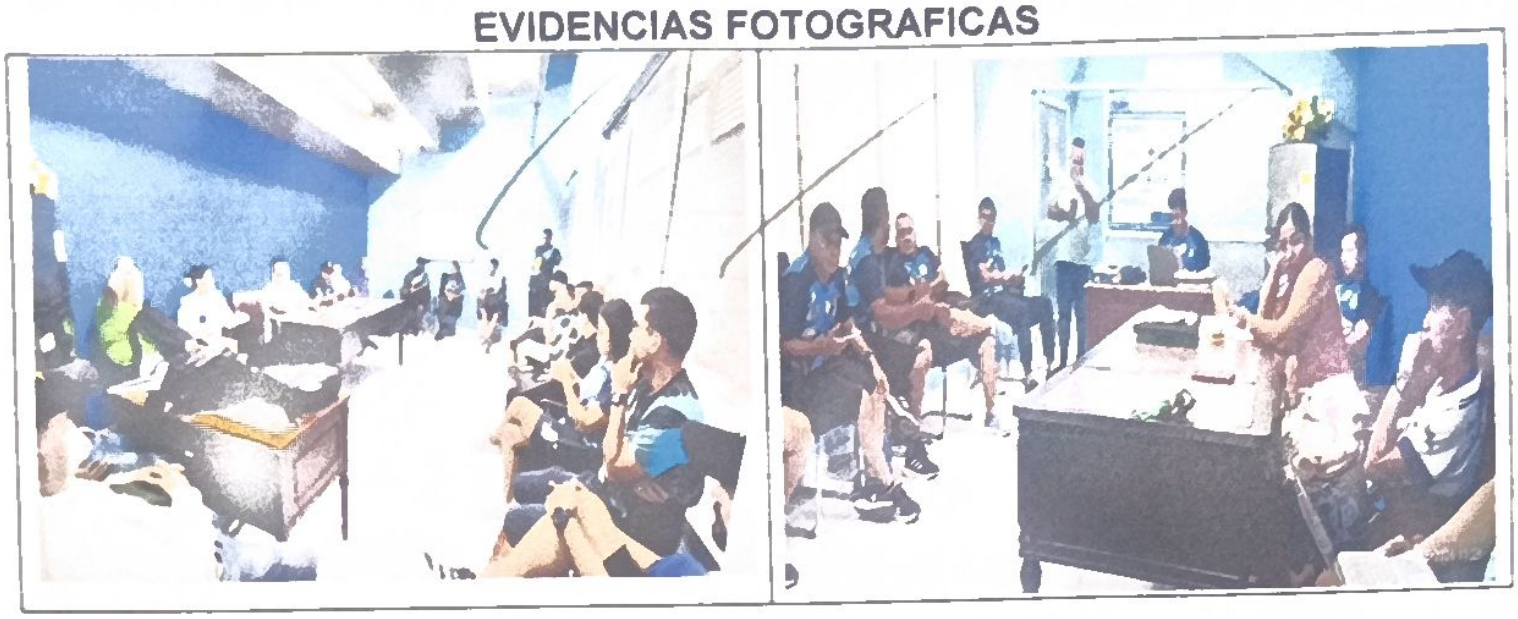
ACTIVIDAD REALIZADA: realice las actividades del cronograma semanal anexo cronogramas semanales



OBLIGACION 6 – Asistir y participar en las diferentes capacitaciones y reuniones técnicas, administrativas, deportivos entre otros requeridos por el Instituto Municipal del Deporte y la Recreación del Municipio de El Espinal – IMDRE.

ACTIVIDAD REALIZADA: En el mes de febrero asistí a las diferentes reuniones, que el director, coordinador y asesor programaron.

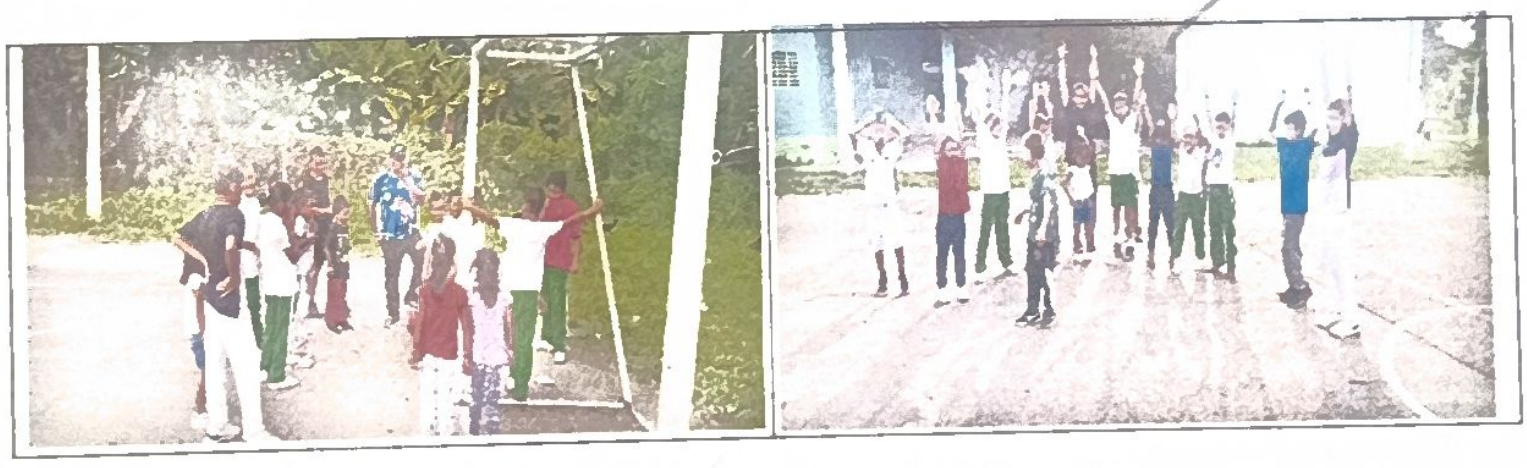
EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



OBLIGACION 7 – Apoyar a entidades territoriales públicos y privados según lo requerido por el Instituto Municipal del Deporte y la Recreación del Municipio de El Espinal – IMDRE.

ACTIVIDAD REALIZADA: Apoye en el mes de febrero, la institución municipal, escuela de la vereda Montalvo sede primaria, en la jornada de la mañana con los grados 2, 3- los días martes y jueves.

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



ACTIVIDAD REALIZADA: entregue el informe técnico administrativo en la fecha oportuna al Instituto Municipal del Deporte y la Recreación del Municipio de El Espinal – IMDRE.

OBLIGACION 9: Evidencias fotográficas en todos los anteriores puntos.

ACTIVIDAD REALIZADA se aporta evidencia fotográfica en cada una de las obligaciones específicas.

OBLIGACION 10 – Todas las demás obligaciones que sean asignadas por el Director del Instituto Municipal del Deporte y la Recreación IMDRE del Municipio de el Espinal corregimiento de Chicoral y/o coordinador del programa que contribuyan a garantiza la ejecución del mismo.

ACTIVIDAD REALIZADA: realice el acompañamiento en el mes de febrero a las actividades lúdicas recreativas, convocadas por la dirección de IMDRE, UN GOL POR LA EDUCACION lugar estadio, un GIRO POR LA EDUCACION, lugar patinódromo de la villa olímpica, actividad de embellecimiento en villa catalina.

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS









OBLIGACION 11. Cumplimiento de pago de seguridad social

ACTIVIDAD REALIZADA: Realice los pagos correspondientes a los meses de enero de 2026 y febrero de 2026.

ENERO

SEGURIDAD SOCIAL	ENTIDAD	FECHA DE PAGO	PLANILLA No.	VALOR
SALUD	Salud total	16/02/2026	9497515485	$218,900
PENSION	Protección	16/02/2026	9497515485	$280,200
ARL	Positiva	16/02/2026	9497515485	$18,300

FEBRERO

SEGURIDAD SOCIAL	ENTIDAD	FECHA DE PAGO	PLANILLA No.	VALOR
SALUD	Salud total	02/03/2026	9499677502	$218,900
PENSION	Protección	02/03/2026	9499677502	$280,200
ARL	Positiva	02/03/2026	9499677502	$18,300

Existen Observaciones

SI	NO
	X

ANEXOS: evidencias, planillas, registros, actas, informe, plan clases y otros.

JOHN JAIRO BERMUDEZ OSPINA
C.C. No. 1105684696
FECHA DE EXPEDICION 28/ JUNIO/ 2011

V° B° SUPERVISOR

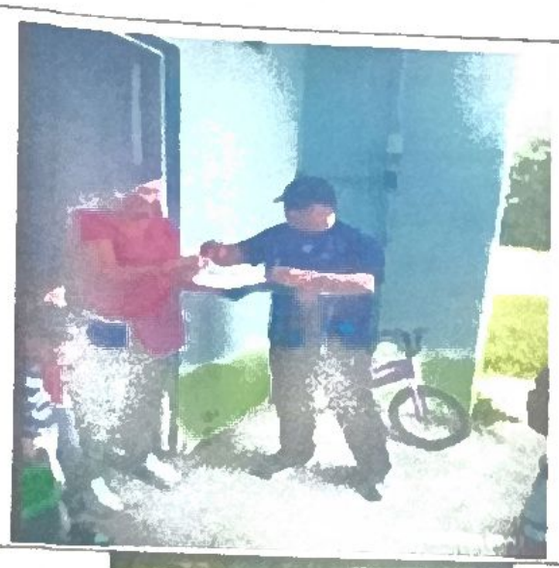
IMDRE ESPINAL	INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION "IMDRE" NIT.900.326.035-2 DIRECCION ADMINISTRATITIVA IMDRE EL ESPINAL-TOLIMA		ALCALDÍA DE EL ESPINAL · El Espinal CRECE
Versión: 01	PLAN SEMANAL 2026	Página: 1 de 1	

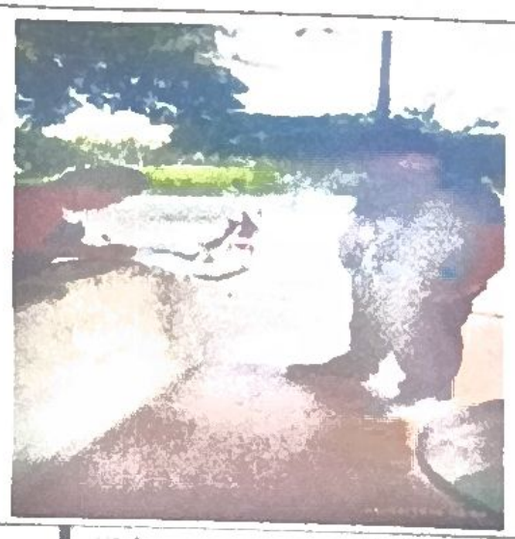
CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE			
NOMBRE DEL INSTRUCTOR	JOHN JAIRO BERMUDEZ OSPINA	NOMBRE DEL COORDINADOR:	JORGE PORTELA LOZANO
SEMANA: 1	30 DE ENERO AL 06 DE FEBRRERO	TEMA	PROMOCION Y DIVULGACION

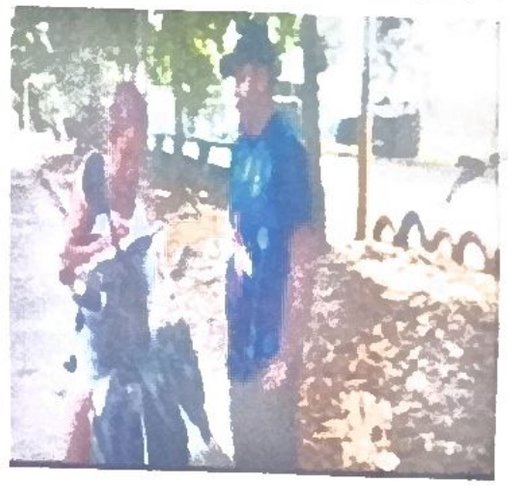
DIA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCION	HORA/LUGAR
LUNES				
MARTES				
MIERCOLES				
JUEVES				
VIERNES				

PROMOCION Y DIVULGACION DE CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA DE LA RECREACION Y EL DEPORTE 2026

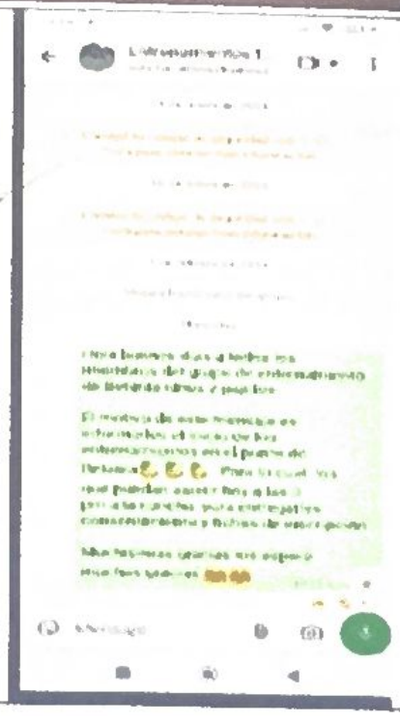
EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS











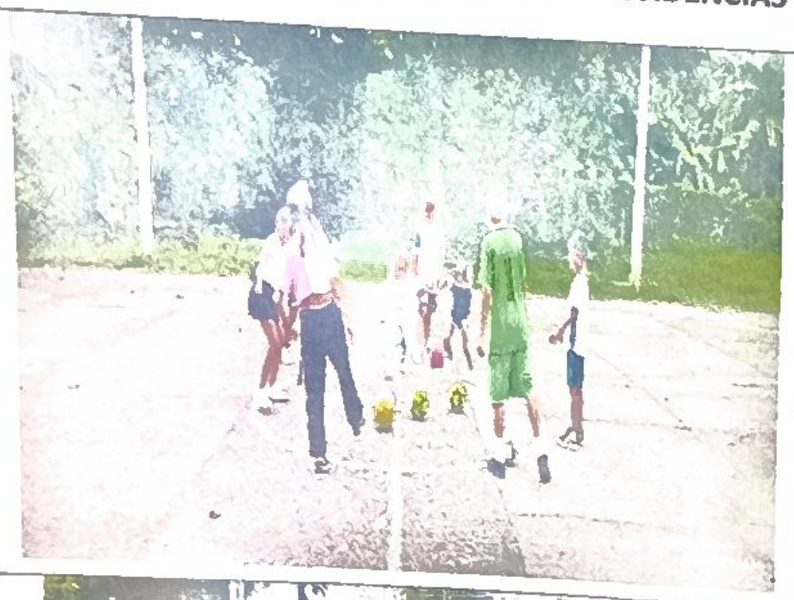
IMDRE ESPINAL	INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION "IMDRE" NIT.900.326.035-2 DIRECCION ADMINISTRATITIVA IMDRE EL ESPINAL-TOLIMA		El Espinal CRECE
Version: 01	PLAN SEMANAL 2026	Página: 1 de 1	

CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE			
NOMBRE DEL INSTRUCTOR	JOHN JAIRO BERMUDEZ	NOMBRE DEL COORDINADOR:	JORGE PORTELA LOZANO
SEMANA: 2		TEMA	INICIACION

DIA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCION	HORA/LUGAR
LUNES	Adaptación	Evaluar el nivel tecnico, la condicion fisica de base y las capacidades coordinativas de los alumnos, fomentando la integracion grupal y el reconocimiento de las reglas del futsal	**Inicio (15 min):** Presentación del curso y "Manchas de balón" (juego de persecución donde el que "mancha" lleva el balón en los pies). Circuito de habilidades (saltar aros, zig-zag entre conos y tiro a portería pequeña). Se evalúa equilibrio y lateralidad. Test de agilidad (Illinois) y circuito de conducción técnica con cambios de dirección. Se evalúa velocidad de desplazamiento. **Fase Central (Parte Principal - 60 min) Circuito de Técnica (15 min):** Estaciones de conducción con la planta del pie, cambios de dirección y pases de primera intención contra pared o compañero. **Superioridad Numérica (20 min):** Ejercicios de 2 vs 1 y 3 vs 2 en media cancha. El objetivo es finalizar la jugada en menos de 10 segundos. **Fútbol Condicionado (25 min):** Partido real donde el gol solo vale si todos los jugadores del equipo han cruzado la mitad de la cancha. **3. Fase de Recuperación (Vuelta a la Calma - 10 min) Trote Regenerativo:** 2 minutos a ritmo muy bajo. **Estiramiento Estático:** Foco en tren inferior (isquiotibiales, cuádriceps y gemelos)**Charla Tecnica:** Breve feedback sobre lo observado en las transiciones.	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm
Martes	Adaptación	Evaluar el nivel tecnico, la condicion fisica de base y las capacidades coordinativas de los alumnos, fomentando la integracion grupal y el reconocimiento de las reglas del futsal	**Inicio (15 min):** Presentación del curso y "Manchas de balón" (juego de persecución donde el que "mancha" lleva el balón en los pies). Circuito de habilidades (saltar aros, zig-zag entre conos y tiro a portería pequeña). Se evalúa equilibrio y lateralidad. ,Test de agilidad (Illinois) y circuito de conducción técnica con cambios de dirección. Se evalúa velocidad de desplazamiento. **Fase Central (Parte Principal - 60 min) Circuito de Técnica (15 min):** Estaciones de conducción con la planta del pie, cambios de dirección y pases de primera intención contra pared o compañero. **Superioridad Numérica (20 min):** Ejercicios de 2 vs 1 y 3 vs 2 en media cancha. El objetivo es finalizar la jugada en menos de 10 segundos. **Fútbol Condicionado (25 min):** Partido real donde el gol solo vale si todos los jugadores del equipo han cruzado la mitad de la cancha. **3. Fase de Recuperación (Vuelta a la Calma - 10 min) Trote Regenerativo:** 2 minutos a ritmo muy bajo. **Estiramiento Estático:** Foco en tren inferior (isquiotibiales, cuádriceps y gemelos)**Charla Técnica:** Breve feedback sobre lo observado en las transiciones.	Vereda Montalvo de 2:00 pm
MIERCOLES		Optimizar la eficacia de cara al arco y perfeccionar las rotaciones básicas de ataque	**Fase Inicial (Calentamiento - 20 min)** Entrada en Calor Progresiva. **Carrera continua con cambios de ritmo.** Juego de Posesión: **3 vs 3 en un espacio de \$10 x\$10 metros para activar la visión periférica.** Estiramientos Dinámicos: **Lanzamientos de pierna y desplazamientos laterales.** **Fase Central (Parte Principal - 60 min)** Rueda de Disparos (20 min): **Recepción orientada de espaldas al arco, giro y remate potente. Se rotan los perfiles (derecha e izquierda).** Rotaciones en 3-1 o 4-0 (20 min): **Práctica de movimientos automatizados para abrir defensas cerradas, terminando siempre con centro y remate.** **Jugadas de Estrategia (20 min):** Cobro de tiros libres y saques de banda cerca del área rival. Practicar al menos dos variantes por jugada. **Fase de Recuperación (Vuelta a la Calma - 10 min)**Liberación Miofascial/Relajación: **Caminata lenta y respiración profunda** Estiramiento General. **Enfocado en la zona lumbar y piernas.**	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm

JUEVES	Adaptación	Desarrollar la capacidad aeróbica/anaero bica mediante el juego y consolidar el sistema defensivo (individual y zonal).	**Fase Inicial (Calentamiento - 20 min)** Activación Lúdica: "El pilla-pilla" con balón: todos conducen y uno intenta quitar balones sin perder el suyo. Movilidad Dinámica: Desplazamientos defensivos laterales, saltos de cabeza y "sprints" cortos en zigzag. Rondo de Presión: 4 vs 2 en espacio muy reducido; los que están dentro deben presionar intensamente durante 45 segundos. **Fase Central (Parte Principal - 60 min)** Interválicos con Balón (20 min): Circuitos de alta intensidad que combinan salto de vallas, slalom y remate al arco, con descanso activo (trote suave). Defensa en Cuadrante (20 min): Trabajo táctico de 4 vs 4 donde el equipo defensor debe bascular (moverse en bloque) según la posición del balón, cerrando líneas de pase. Partido de "Presión Total" (20 min): Juego real donde, si el equipo pierde el balón, tiene 5 segundos para recuperarlo. Si no lo logra, el otro equipo recibe un punto extra. **3. Fase de Recuperación (Vuelta a la Calma - 10 min)** Caminata de Descompresión: Caminar por la cancha moviendo los brazos y relajando las piernas. Estiramiento Profundo: Énfasis en el psoas ilíaco y aductores (zonas muy cargadas en defensa). Feedback: Evaluar la comunicación del equipo durante la fase defensiva.	Vereda Montalvo de 2:00 pm
VIERNES	Adaptación	Desarrollar la capacidad aeróbica/anaer óbica mediante el juego y consolidar el sistema defensivo (individual y zonal).	**Fase Inicial (Calentamiento - 20 min)** Activación Lúdica: "El pilla-pilla" con balón: todos conducen y uno intenta quitar balones sin perder el suyo. Movilidad Dinámica: Desplazamientos defensivos laterales, saltos de cabeza y "sprints" cortos en zigzag. Rondo de Presión: 4 vs 2 en espacio muy reducido; los que están dentro deben presionar intensamente durante 45 segundos. **Fase Central (Parte Principal - 60 min)** Interválicos con Balón (20 min): Circuitos de alta intensidad que combinan salto de vallas, slalom y remate al arco, con descanso activo (trote suave). Defensa en Cuadrante (20 min): Trabajo táctico de 4 vs 4 donde el equipo defensor debe bascular (moverse en bloque) según la posición del balón, cerrando líneas de pase. Partido de "Presión Total" (20 min): Juego real donde, si el equipo pierde el balón, tiene 5 segundos para recuperarlo. Si no lo logra, el otro equipo recibe un punto extra. **3. Fase de Recuperación (Vuelta a la Calma - 10 min)** Caminata de Descompresión: Caminar por la cancha moviendo los brazos y relajando las piernas. Estiramiento Profundo: Énfasis en el psoas ilíaco y aductores (zonas muy cargadas en defensa). Feedback: Evaluar la comunicación del equipo durante la fase defensiva.	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS







IMDRE ESPINAL	INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION "IMDRE" NIT.900.326.035-2 DIRECCION ADMINISTRATITIVA IMDRE EL ESPINAL-TOLIMA	Espinal CRECE
Versión 01	PLAN SEMANAL 2026	Página 1 de 1

CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE			
NOMBRE DEL INSTRUCTOR	JOHN JAIRO BERMUDEZ	NOMBRE DEL COORDINADOR:	JORGE PORTELA LOZANO
SEMANA:	3	TEMA	DOMINIO DEL BALON

DIA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCION	HORA/LUGAR
LUNES	Contacto y Sensibilidad	Familiarizarse con el peso del balón de futsal y automatizar el uso de la planta del pie	Fase Inicial (20 min): Movilidad articular dinámica. Juego de activación: "Sombra con balón". En parejas, uno lidera desplazándose por el espacio con el balón y el otro lo imita. Cambio de roles cada 2 minutos. Fase Central (60 min): Circuito técnico: Estaciones de conducción en zigzag, cambios de dirección usando solo la planta y pases cortos contra pared/compañero. Rondo 3x1: Mantener la posesión en un espacio muy reducido (5 x 5 metros). Énfasis en el control orientado. Fase de Recuperación (Vuelta a la Calma - 10 min): Trote Regenerativo: 2 minutos a ritmo muy bajo. Estiramiento Estático: Foco en tren inferior (isquiotibiales, cuádriceps y gemelos). Charla Técnica: Breve sobre lo observado en las transiciones	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm
MARTES	Contacto y Sensibilidad	Familiarizarse con el peso del balón de futsal y automatizar el uso de la planta del pie	Fase Inicial (20 min): Movilidad articular dinámica. Juego de activación: "Sombra con balón". En parejas, uno lidera desplazándose por el espacio con el balón y el otro lo imita. Cambio de roles cada 2 minutos. Fase Central (60 min) Circuito técnico: Estaciones de conducción en zigzag, cambios de dirección usando solo la planta y pases cortos contra pared/compañero. Rondo 3x1: Mantener la posesión en un espacio muy reducido (5 x 5 metros). Énfasis en el control orientado. Fase de Recuperación (Vuelta a la Calma - 10 min): Trote Regenerativo: 2 minutos a ritmo muy bajo. Estiramiento Estático: Foco en tren inferior (isquiotibiales, cuádriceps y gemelos). Charla Técnica: Breve sobre lo observado en las transiciones	Vereda Montalvo de 2:00 pm
MIERCOLES	Control Orientado y Visión	Desarrollar la capacidad de recibir el balón y quedar en disposición de ataque inmediato.	• **Fase Inicial (20 min):** Juego de "Los Diez Pases": Dos equipos intentan encadenar 10 pases sin que el rival toque el balón. Solo se permite usar la planta para frenar el balón. • **Fase Central (60 min): Recepción en V:** Ejercicios de recibir con planta, arrastrar el balón hacia un lado y salir hacia el opuesto. **Duelos 1x1 con porterías pequeñas:** Fomentar el regate y el dominio bajo presión defensiva. El jugador debe pisar el balón para esconderlo del rival. • **Fase Final (10 min):** Dinámica de precisión: Intentar golpear el larguero o meter gol desde mitad de cancha. Charla sobre la importancia de levantar la cabeza mientras se domina el balón.	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm
JUEVES	Control Orientado y Visión	Desarrollar la capacidad de recibir el balón y quedar en disposición de ataque inmediato.	• **Fase Inicial (20 min):** Juego de "Los Diez Pases": Dos equipos intentan encadenar 10 pases sin que el rival toque el balón. Solo se permite usar la planta para frenar el balón. • **Fase Central (60 min): Recepción en V:** Ejercicios de recibir con planta, arrastrar el balón hacia un lado y salir hacia el opuesto. **Duelos 1x1 con porterías pequeñas:** Fomentar el regate y el dominio bajo presión defensiva. El jugador debe pisar el balón para esconderlo del rival. • **Fase Final (10 min):** Dinámica de precisión: Intentar golpear el larguero o meter gol desde mitad de cancha. Charla sobre la importancia de levantar la cabeza mientras se domina el balón.	Vereda Montalvo de 2:00 pm
VIERNES	Integración y Toma de Decisiones	Poner en practica lo visto en la semana	**Partido confirmando 3 equipos del mismo grupo de trabajo**	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS









CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE			
NOMBRE DEL INSTRUCTOR	JOHN JAIRO BERMUDEZ	NOMBRE DEL COORDINADOR:	JORGE PORTELA LOZANO
SEMANA:	4	TEMA	DOMINIO DEL BALON

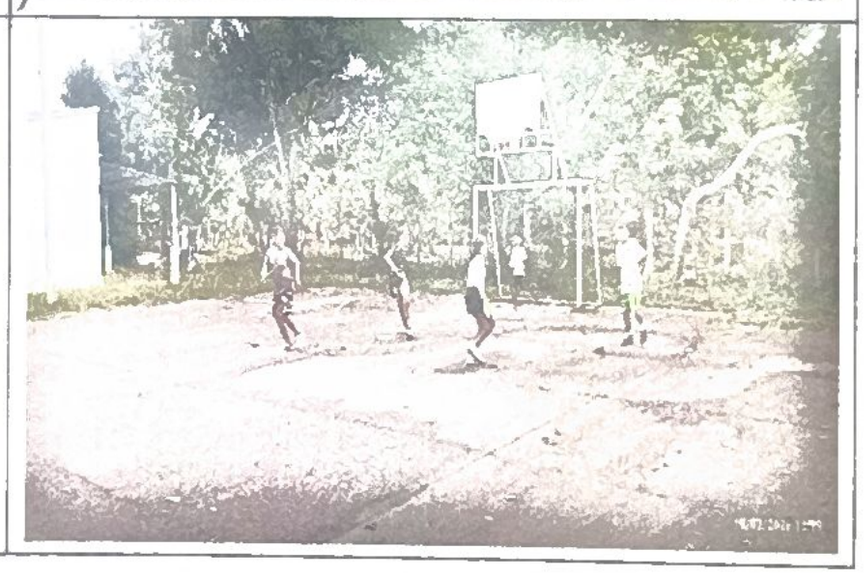
DIA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCION	HORA/LUGAR
LUNES	Coordinación y Agilidad de Pies	Mejorar la frecuencia de apoyos y la disociación entre el tren superior e inferior con el balon	Fase Inicial (20 min): Movilidad articular dinámica. Juego de activación: "Sombra con balón". En parejas, uno lidera desplazándose por el espacio con el balón y el otro lo imita. Cambio de roles cada 2 minutos. **Parte Principal - Circuito de Coordinación (45 min)** **Escalera de agilidad:** 2 apoyos en cada cuadro, lateralidad y "entrada-salida". **Circuito de giros:** Colocar 4 conos en rombo. El jugador corre al centro, gira 360° y sale hacia un cono lateral. **Agilidad con balón:** Conducir en zigzag entre conos usando solo la planta del pie (típico de futsal). **Desplazamientos laterales:** Tocar cono A y cono B en posición defensiva (curvatura de rodillas) y salir en velocidad 5 metros.	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm
MARTES	Coordinación y Agilidad de Pies	Mejorar la frecuencia de apoyos y la disociación entre el tren superior e inferior con el balón	Fase Inicial (20 min): Movilidad articular dinámica. Juego de activación: "Sombra con balón". En parejas, uno lidera desplazándose por el espacio con el balón y el otro lo imita. Cambio de roles cada 2 minutos. **Parte Principal - Circuito de Coordinación (45 min)** **Escalera de agilidad:** 2 apoyos en cada cuadro, lateralidad y "entrada-salida". **Circuito de giros:** Colocar 4 conos en rombo. El jugador corre al centro, gira 360° y sale hacia un cono lateral. **Agilidad con balón:** Conducir en zigzag entre conos usando solo la planta del pie (típico de futsal). **Desplazamientos laterales:** Tocar cono A y cono B en posición defensiva (curvatura de rodillas) y salir en velocidad 5 metros.	Vereda Montalvo de 2:00 pm
MIERCOLES	Integración Dinamica y Agilidad Especifica	Combinar desplazamientos laterales técnicos con la toma de decisiones y precision.	• **Fase Inicial (20 min):** Juego de "Los Diez Pases": Dos equipos intentan encadenar 10 pases sin que el rival toque el balón. Solo se permite usar la planta para frenar el balón. Parte Principal - Circuito de Agilidad Real (45 min) Circuito en S: Desplazamiento lateral entre estacas, seguido de un giro rápido para recibir un balón y realizar un cambio de frente. Duelo 1vs1 en espacio reducido: Énfasis en el uso de fintas y giros para desequilibrar al defensa. Salida de presión: El jugador debe saltar un obstáculo pequeño, girar para recibir un pase de espaldas y salir de la marca con un desplazamiento lateral explosivo. Circuito de precisión: 3 saltos laterales, skipping corto y pase de precisión a un mini-arco o zona marcada.	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm
JUEVES	Integración Dinamica y Agilidad Especifica	Combinar desplazamientos laterales técnicos con la toma de decisiones y precisión.	• **Fase Inicial (20 min):** Juego de "Los Diez Pases": Dos equipos intentan encadenar 10 pases sin que el rival toque el balón. Solo se permite usar la planta para frenar el balón. Parte Principal - Circuito de Agilidad Real (45 min) Circuito en S: Desplazamiento lateral entre estacas, seguido de un giro rápido para recibir un balón y realizar un cambio de frente. Duelo 1vs1 en espacio reducido: Énfasis en el uso de fintas y giros para desequilibrar al defensa. Salida de presión: El jugador debe saltar un obstáculo pequeño, girar para recibir un pase de espaldas y salir de la marca con un desplazamiento lateral explosivo. Circuito de precisión: 3 saltos laterales, skipping corto y pase de precisión a un mini-arco o zona marcada.	Vereda Montalvo de 2:00 pm
VIERNES	Integración y Toma de Decisiones	Poner en practica lo visto en la semana	**Partido confrmando 3 equipos del mismo grupo de trabajo**	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS









CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE

NOMBRE INSTRUCTOR	JOHN JAIRO BERMUDEZ OSPINA			**ZONA**	URBANA
JORNADA		**DISCIPLINA**	FUTBOL DE SALON	**COORDINADOR**	JORGE PORTELA LOZANO
FECHA: 30 DE ENERO AL 28 DE FEBRERO				**MES:** FEBRERO	

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	02	04	06	09	11	13	16	18	20	23	25	27	02	04
1	JESUS DAVID							X	X	X	X	X	X		
2	ERICK SANTIAGO								X		X	X	X		
3	JESUS GOMEZ							X	X	X	X	X	X		
5	MAICOL							X	X	X	X	X	X		
6	CAMILO ANTONIO								X		X	X	X		
4	KEVIN BRIÑEZ							X	X	X	X	X	X		
7	DAVID SUAREZ							X	X	X	X	X	X		
8	SAMUEL BERMUDEZ							X	X	X	X	X	X		
9	BRAYAN STIVEN								X		X	X	X		
10	JUAN ANTONIO							X	X	X	X	X	X		
11	JOSE MANUEL								X	X	X	X	X		
12	NESTOR JOSE							X	X		X	X	X		
13	JUAN MANUEL									X	X	X	X		
14	EMMANUEL										X	X	X		
15	GREMYER JOSE LLIRON						X	X		X	X	X	X		
16															
17															
18															
19															
20															

CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE

NOMBRE INSTRUCTOR JOHN JAIRO BERMUDEZ **ZONA** RURAL

JORNADA **DISCIPLINA** **COORDINADOR** JORGE PORTELA LOZANO

FECHA: DEL 30 DE ENERO AL 28 DE FEBRERO **MES:** FEBRERO

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	03	05	10	12	17	19	24	26	03
1	ANDRES FELIPE	X			X	X	X	X	X	
2	ANGEL SAMUEL	X	X	X	X		X	X		
3	LUISA FERNANDA MORENO	X		X	X	X	X	X	X	
5	NEIFER STIVEN PARRA	X	X	X			X	X	X	
6	BRINNY ALLEXANDRA	X	X	X	X	X	X	X		
4	EMMANUEL JOSE		X	X	X	X	X		X	
7	HAROLD DAVID	X	X	X	X		X		X	
8	JESUS DAVID			X	X	X	X			
9	JORGE ANDRES	X	X	X	X			X	X	
10	JOSE MATEO PERDOMO	X	X		X	X	C		X	
11	JUAN FELIPE GUZMAN			X	X			X		
12	LESLY KARINA MORENO	X	X		X	X	X		X	
13	SAMANTHA	X		X	X		X	X		
14	DARLY PERDOMO	X	X		X	X			X	
15	BANIIA	X	X	X	X	X	X	X	X	
16	YULIANA PARRA									
17										
18										
19										
20										

DIRECCION ADMINISTRATIVA DE IMDRE

TEMA: grupo de centro de promoción

FECHA: 16 de febrero de 2026

LUGAR: polideportivo Betania

HORA INICIO: 10:00 am | HORA FINAL: 10:30 am

listado de las personas asistentes se anexa

OBJETIVO: informar a la presidenta de la junta que el grupo no se conformo

ORDEN DIA:

Reunión con la presidenta del barrio Betania la señora Angela maría Ortiz, en el polideportivo, para informar y constatar que se han citado mediante el grupo de WhatsApp en diferentes ocasiones a entrenamientos en distintos días y horarios, pero la asistencia por tarte de los jóvenes a dichos entrenamientos ha sido baja o nula, por tal motivo y luego de 2 semanas de intentar promocionar el grupo se da por finalizado y cerrado este punto de entrenamiento y se da apertura en un nuevo punto del polideportivo del barrio el recreo

FIRMA DE LAS PERSONAS ASISTENTES A LA REUNION

JOHN JAIRO BERMUDEZ
1105684696

angela maria Ortiz
40038803

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1105684696		BERMUDEZ OSPINA JOHN JAIRO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CALLE CUARTA # 10 40	ESPINAL-TOLIMA	3111111	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2026-01	2026-01	62314633	9497515485	1	2026/02/23	2026/02/16	NEQUI	0	$517,400

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO					PENSION		SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación	Nombres	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Dias	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$0	$0			$1,750,905	$18,300		$0	$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$0	$0			$1,750,905	$18,300		$0	$0
Ciudad: ESPINAL Depto: TOLIMA (1 Afiliados)					$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$0	$0			$1,750,905	$18,300		$0	$0
1	CC 1105684696	BERMUDEZ JOHN	230301	30	$1,750,905	$280,200	EPS037	30	$1,750,905	$218,900		0	$0	$0	1671	30	$1,750,905	$18,300	0	$0	$0
Total	**Afiliados(1)**				$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$0	$0			$1,750,905	$18,300		$0	$0

2026/02/14 06:49 AM

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Telefono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1105684696		BERMUDEZ OSPINA JOHN JAIRO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CALLE CUARTA # 10 40	ESPINAL-TOLIMA	3111111	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2026-01	2026-01	6231463)	9497[illegible]5485	I	2026/02/23	2026/02/16	NEQUI	0	$517,400

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$280,200	$0	$0	$280,200
PORVENIR	230301	800,224,808	8	1	$280,200	$0	$0	$280,200
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$18,300	$0	$0	$18,300
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$18,300	$0	$0	$18,300
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$218,900	$0	$0	$218,900
NUEVA E.P.S.	EPS037	900,156,264	2	1	$218,900	$0	$0	$218,900
TOTAL				1	$517,400	$0	$0	$517,400

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1105684696		BERMUDEZ OSPINA JOHN JAIRO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CALLE CUARTA # 10 40	ESPINAL-TOLIMA	3111111	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2026-02	2026-02	102407289	94996775	I	2026/03/14	2026/03/02	NEQUI	0	$517,400

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO					PENSION		SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación	Nombres	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Dias	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$0	$0			$1,750,905	$18,300		$0	$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$0	$0			$1,750,905	$18,300		$0	$0
Ciudad: ESPINAL Depto: TOLIMA (1 Afiliados)					$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$0	$0			$1,750,905	$18,300		$0	$0
1	CC 1105684696	BERMUDEZ JOHN	230301	30	$1,750,905	$280,200	EPS037	30	$1,750,905	$218,900		0	$0	$0	14-23	30	$1,750,905	$18,300	0	$0	$0
Total Afiliados(1)					$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$0	$0			$1,750,905	$18,300		$0	$0

PLANILLA PAGADA PLANILLA PAGADA PLANILLA PAGADA PLANILA PAGADA PLANILLA PAGADA PLANILLA PAGADA PLANILL

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Dirección	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1106888616		BERMUDEZ OSPINA JOHN JAIRO	INDEPENDIENTE	Principal	CALLE CUARTA # 10-40	ESPINAL, TOLIMA	3111111	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Límite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2026-02	2026-02	1014077289	0000177892	1	2026/03/24	2026/03/02	RECAUDO	0	$517,400

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$280,200	$0	$0	$280,200
PORVENIR	230301	800,224,808	8	1	$280,200	$0	$0	$280,200
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$18,300	$0	$0	$18,300
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$18,300	$0	$0	$18,300
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$218,900	$0	$0	$218,900
NUEVA E.P.S.	EPS037	900,156,264	7	1	$218,900	$0	$0	$218,900
TOTAL				1	$517,400	$0	$0	$517,400

2026/03/01 02:53 PM