Período de Informe	FEBRERO DE 2026			
Nombre contratista	ENMANUEL HOYOS VICTORIA			
Tipo de documento	CC	**Numero de documento**	16708074	
Liga	LIGA DE ESGRIMA			
Deporte / modalidad	**ESPADA**			
Numero Atletas a cargo por genero	**Femenino** Nro.	**6**	**Masculino** Nro.	**10**
Supervisor del contrato	Jairo de Jesús Jiménez Supervisor Suplente: Andrés Roberto Gómez			
Número del contrato	234	**Informe de actividades No**	01	
Objeto del Contrato	PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE UN ENTRENADOR PRINCIPAL PARA DESARROLLAR EL PROCESO DE PLANIFICACIÓN Y PREPARACIÓN DE LOS ATLETAS DE LA LIGA ANTIOQUEÑA DE ESGRIMA, EN LA MODALIDAD ESPADA, CON EL FIN DE DESARROLLAR EL POTENCIAL DEPORTIVO, SELECCIÓN, ENTRENAMIENTO Y PARTICIPACIÓN EN COMPETENCIAS, EN CATEGORÍAS DE JUEGOS NACIONALES.			

Asistencias de los deportistas preselección o selección Antioquia						
Nro.		Nombre	Volumen (min)	Sesiones realidas en el periodo	Asistencias del deportista	Porcentaje de cumplimiento (Asistencias / Sesiones)
1	Alejandra	Piedrahita Gómez	1608	12	12	100
2	Anyslehider	Boscán	2007	16	15	94
3	Camilo	Collazos	536	9	4	44
4	Carmen Andrea	Correa Santa	2004	15	15	100
5	Daniel Alfrego	Perez Triana	2135	16	16	100
6	Isabella	Gonzalez Rodriguez	2004	15	15	100
7	Jeancool	Salazar Muñeton	1727	13	13	100
8	Matías	Pérez Alvarez	798	8	6	75
9	Pablo Andrés	Zapata	2004	15	15	100
10	Santiago	Jurado Sossa	0	0	0	0
11	Santiago	Vasquez Saldarriaga	1867	15	14	93
12	Sebastian	Ramirez Cardona	1602	12	12	100
13	Simòn	Lombana Martínez	1873	14	14	100

14	Sofía	Zuluaga Zuluaga	1072	10	8	80
15	Susana	Salazar Aldana	1331	14	10	71
16	Victoria	Carrillo Pacheco	1477	11	11	100

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	Mejorar los niveles de condición física general (aerobia y fuerza), llegando a un VO2 entre 40.8 – 55 **ml/kg/min,** fuerza de brazos: lanzam B.med entre 6 y 8 mts. Mediante ejercicio de fuerza y resistencia como base de las preparaciones posteriores, con incidencia en la preparación especifica
Actividades realizadas en el periodo 2 AL 28 DE FEBRERO	
Semana 1 **2 al 8 de febrero**	Trabajos de resistencia con ejercicios aerobios de base I Trabajos de fuerza con énfasis en la F resistencia Ejercicios técnicos de desplazamiento de resistencia Trabajo técnico táctico en pareja con énfasis en resistencia
Semana 2 **9 al 15 de febrero**	Trabajos de fuerza con énfasis en la F resistencia (circuito) Ejercicios técnicos de desplazamiento de resistencia (duración media) Trabajo técnico táctico en pareja con énfasis en resistencia COPA NACIONAL 11 AL 15
Semana 3 **16 al 22 de febrero**	Evaluación dela competencia realizada. Análisis desde lo físico, táctico y psicológico. Trabajos de fuerza con énfasis en la F resistencia (repeticiones) Ejercicios técnicos de desplazamiento de resistencia (duración media) Trabajo táctico de combate, Asaltos de estudio (5 ser x 5 min/1') Test físico general
Semana 4 **23 al 28 de febrero**	Entrenamiento de resistencia intervalos Trabajos de fuerza con énfasis en la F resistencia (repeticiones) Ejercicios técnicos de desplazamiento de resistencia (duración media) Trabajo táctico de combate: - asaltos de estudio (3 ser x 5 min/1') - Combate de entrenamiento 4 x 5 toques / 2 x 15 toques - Competencia Copa Nacional

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
Se realizó la primera copa nacional en Bogotá. Este evento es de carácter preparatorio, sonde nuestros deportisdtas tenían unas taresas especificas, con el objetivo de evaluarlas en esta comp0etición. Algunos deportistas si son juveniles, participan en tres categporías, juvenil, SUB 23 y mayores. Es una competencia muy estresante, ya que nop da días de intermedio de descanso. Los resultados de la Copa Nacional Cadetes, juvenil, SUB 23 y mayores, realizada del 11 al 15 de febrero, obtuvimos los siguientes resultados:

I- RELACIÓN DE ATLETAS O PARA-ATLETAS PARTICIPANTES

Relación de atletas participantes. Escriba los nombres completos de los participantes.

Fecha del evento: 11 al 15 de DE FEBRERO DE 2026		Medallas alcanzadas		
Prueba	Medallas Posibles	Oro	Plata	Bronce
ESPADA FEMENINA CADETES – INDIVIDUAL	4		1	
ESPADA MASCULINA CADETES – INDIVIDUAL	4			1
ESPADA FEMENINA JUVENIL – INDIVIDUAL	4			
ESPADA MASCULINA JUVENIL – INDIVIDUAL	4			
ESPADA MASCULINA JUVENIL – EQUIPOS	3			1
ESPADA FEMENINA SUB 23 – INDIVIDUAL	4		1	
ESPADA MASCULINO SUB 23 – INDIVIDUAL	4			
ESPADA FEMENINA MAYORES - INDIVIDUAL	4	1		
ESPADA FEMENINA MAYORES - EQUIPOS	3		1	
ESPADA MASCULINA MAYORES – INDIVIDUAL	4			
ESPADA MASCULINA MAYORES – EQUIPOS	3			

Representaron a Antioquia, 4 mujeres y 11 hombres, en las categorías mencionadas. Cuadro de resultados de la competición de nuestros esgrimistas.

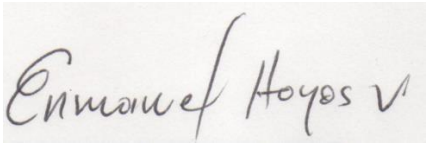
COMPETENCIA	ESPADA - COPA NACIONAL - febrero 11 al 15 BOG				
CATEGORÍA	CADETE	JUVENIL	SUB 23	MAYORES	
	IND	IND	IND	IND	EQUIP
Susana Salazar Aldana	-	-	-	1º	2º
Sofía Zuluaga Zuluaga	-	6º	2º	7º	2º
Maria Antonia Ramírez	2º	8º	-	-	2º
Victoria Carrillo	11º	10º	-	-	-
Jeancool Salazar muñeton	-	23º	16º	9º	4º
Sebastian Ramírez	10º	8º	11º	-	-
Juan Pablo Murillo	3º	11º	6º	-	-
Anyelber Boscan	-	-	-	-	4º
Santiago Vásquez	-	-	-	-	4º
Jose Miguel Novoa	23º	19º	18º	-	-
Angel Vélez	-	T8		T16	4º

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporte asociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)
Se realizó la exposición del plan de entrenamiento 2026 El área psicosocial hizo el reporte del año en cuanto a apoyos económicos y actividades realizadas Queda pendiente señalar las fechas para las evaluaciones médicas, de acuerdo al plan gráfico presentado.

OBJETIVO DEL *SIGUENTE* PERIODO	Transferir las capacidades motoras generales de manera específica, con intensidades 3 y 4, según las demandas técnicas, mejorando el número de repeticiones en resistencia especial y en la fuerza específica (el fondo), mediante ejercicios de fuerza explosiva y desplazamiento técnico táctico especifico (cambios de ritmo)
Actividades planificadas para el siguiente periodo 1 AL 31 DE MARZO	
Semana 1	Trabajos de resistencia especial intervalos

1 al 7 de marzo	Trabajos de fuerza especifica (circuito) Ejercicios técnicos de desplazamiento de resistencia (duración media)
Semana 2 **8 al 14 de marzo**	Trabajos de resistencia con ejercicios aerobios BII Trabajos de fuerza con pesos (2K, 3K, 4K, 10K (repeticiones) T.sup. Trabajos de fuerza (repeticiones) con resortes T.inf. Ejercicios técnicos de desplazamiento con cuerdas (intervalo) Trabajo táctico: combates de entrenamiento (1 acción táctica y su variantes)
Semana 3 **15 al 21 de marzo**	Trabajos de resistencia BIII Trabajos de fuerza con pesos , 2K, 3K, 4K, 10K (repeticiones) T.sup. Trabajos de fuerza (repeticiones) con resortes T.inf. Ejercicios técnicos de desplazamiento con cuerdas (intervalo) Trabajo táctico: combates de entrenamiento (1 acción táctica y sus variantes)
Semana 4 **22 al 28 de marzo**	Ejercicios técnicos de desplazamiento con cuerdas (intervalo) Trabajos de fuerza con pesos (3K, 4K, 10K (repeticiones) T.sup. Trabajos de fuerza (repeticiones) polimetría (T.inf.) Trabajo táctico: - combates de estudio (1 acción táctica y sus variantes) y competitivos - Combates competitivos
Semana 5 **29 al 31 de marzo**	Trabajos de fuerza con pesos (4K, 10K (repeticiones) T.sup. Trabajos de fuerza (repeticiones) polimetría (T.inf.) Trabajo táctico: - combates de estudio (1 acción táctica y sus variantes) y entrenamiento - Combates competitivos

Observaciones del periodo
Al iniciar este periodo, tenemos varios deportistas viviendo en Francia, tres mujeres y tres hombres. Estamos cuadrando reunión con la preparadora física y mirar que los deportistas puedan iniciar esta actividad. Estamos realizando el entrenamiento con intensidad baja (2) con el objetivo de adaptar a los deportistas al trabajo de mayor intensidad. el entrenamiento se ha enfocado más a la parte técnica. Sin embargo, no se ha dejado de trabajar lo táctico debido a la competencia preparatoria realizada. Tenemos programados en este mes, los test físicos de control que realizamos en la sala de entrenamiento. Se realizó el primer control competitivo departamental. Se evidencia en los esgrimistas que tienen menos nivel altibajos en la aplicación del combate si es necesario atacar o defenderse y como solucionarlo de acuerdo al marcador. Sin embargo, algunos de los experimentados logran realizar las tareas planteadas.



_____

FIRMA:

NOMBRE: