IDERF	INFORME DE ACTIVIDADES DEL CONTRATISTA DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	Código: FOR-GCO-18
		Versión: 02
		Página 1 de 2

1. DATOS DEL INFORME			
Periodo reportado del	02/02/2026	Al	28/02/2026
Informe número:	2 de 8		
Fecha presentación informe	02/03/2026		

2. DATOS GENERALES DEL CONTRATO			
Nombres y apellidos del contratista:	LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ		
Número de identificación:	1.069.763.519 de FUSAGASUGA.		
Fecha de acta de inicio:	26/01/2026	Numero de contrato:	CPS 029-2026
Fecha de suscripción del contrato:	23/01/2026	Fecha de finalización contrato:	30/08/2026
Plazo de ejecución:	EL PLAZO DE EJECUCION DEL CONTRATO SERA DE SIETE (7) MESES Y CINCO TERMINO CONTADO A PARTIR DE LA SUSCRIPCION DEL ACTA DE INICIO ENTRE EL CONTRATISTA Y EL SUPERVISOR.		
Objeto del contrato:	PRESTAR SERVICIOS PROFESIONALES EN EL PROGRAMA DE ACTIVIDAD FISICA COMO INSTRUCTOR DEL AREA MISIONAL DEL IDERF.		
Dependencia:	OFICINA MISIONAL		
Supervisor del contrato:	GLADYS MARCELA MARTINEZ TORRES		
Número del CDP:	2026000011	Número del RP:	2026800025
Valor contrato:	QUINCE MILLONES CUATROCIENTOS OCHENTA MIL PESOS ($ 15.480.000) M/CTE INCLUYE IMPUESTOS DE LEY.		
Forma de pago:	El Instituto pagara al contratista la suma pacta producto del presente contrato de la siguiente manera: A) UN PRIMER PAGO proporcional a los días ejecutados contados a partir de la firma del acta de inicio y hasta el último día calendario del mes de la suscripción del contrato. B) ACTAS parciales de pago correspondiente a mensualidades vencidas por la suma DOS MILLONES DIECIOCHO MIL PESOS M/CTE. **($2.160.000).** Lo anterior, previo recibido a satisfacción del supervisor del contrato, la presentación de los documentos idóneos que acrediten el cumplimiento del pago a los sistemas de seguridad social en salud, pensión y ARL, y de los demás documentos correspondientes. El pago se realizará previa presentación de la certificación de cumplimiento dada por el supervisor del contrato. El Instituto Deportivo y Recreativo de Fusagasugá IDERF, efectuara las deducciones a que haya lugar sobre cada pago de conformidad con lo dispuesto en la legislación vigente sobre la materia. Los pagos serán cancelados al contratista en la Tesorería General del IDERF, por el sistema automático de pago. El contratista asumirá todos los impuestos, tasas y similares que se deriven de la ejecución del contrato, de conformidad con la Ley Colombiana.		

2.1 EN CASO DE ADICION Y/O PRORROGA DILIGENCIE			
Tiempo de prorroga No.1	N/A	Nueva fecha de finalización contrato:	N/A
Nuevo plazo ejecución:	N/A		
Número del CDP:	N/A	Número del RP:	N/A
Valor adición (si aplica)	N/A		

Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

3. INFORMACIÓN DE PAGO			
VALOR CONTRATO		$15.480.000	
# PAGO PARCIAL	SALDO CONTRATO	PAGO PARCIAL VALOR	NUEVO SALDO
1	$15.480.000	$360.000	$15.120.000
2	$15.120.000	$2.160.000	$12.960.000
3			
3.1 EN CASO DE ADICION Y/OPRORROGA DILIGENTE			
ADICION No.	SALDO ANTERIOR	VALOR ADICION	NUEVO SALDO
N/A	N/A	N/A	N/A
INFORMACIÓN DE PAGO			
# PAGO PARCIAL	SALDO CONTRATO	PAGO PARCIAL VALOR	NUEVO SALDO
N/A	N/A	N/A	N/A

4. INFORMACIÓN BANCARIA					
BANCO	CAJA SOCIAL	# CUENTA:	24105564948	TIPO DE CUENTA:	AHORROS

5. ESTADO FISICO

Hasta la fecha 28/02/2026 el contrato de PRESTAR SERVICIOS PROFESIONALES EN EL PROGRAMA DE ACTIVIDAD FISICA COMO INSTRUCTOR DEL AREA MISIONAL DEL IDERF No. CPS 029-2026, presenta una ejecución del 16.28% contra una programada del 100%.

6. ACTIVIDADES Y DESARROLLO

ÍTEM 1	**Fuente verificación:** Cronograma de actividades y evidencia fotográfica.
ACTIVIDAD REFERENCIADA 1: Planear y ejecutar un cronograma de actividades de mejoramiento de la condición física, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, dirigido a la población Fusagasugueña, donde se ejecute mínimo una actividad masiva mensual; Si para su desarrollo requiere de algún apoyo, este deberá ser acordado y aprobado por su supervisor, con un mínimo de 15 días calendario, al finalizar la actividad deberá presentar el debido informe con soportes.	
ACCIONES REALIZADAS: En el mes febrero nos reunimos con los compañeros de trabajo para culminar con la elaboración del cronograma de las diferentes actividades que se van a realizar con la población de los grupos de actividad física pertenecientes al Instituto.	
ÍTEM 2	**Fuente verificación:** Evidencias fotográficas y formato de evaluación
ACTIVIDAD REFERENCIADA 2: Atender los grupos de usuarios asignados, de acuerdo con las indicaciones, parámetros, cronograma de actividades, intensidad horaria mínimo de 20 horas semanales en lugares y demás requerimientos establecidos por el IDERF a través del supervisor del contrato y según acuerdo con la comunidad, el instructor no podrá cambiar el compromiso sin previo aviso y autorización de la supervisión.	
ACCIONES REALIZADAS: En el mes de febrero atendí las poblaciones de los barrios La Independencia, Gaitán, Villa Natalia, Guaduales y la vereda La Trinidad. En estos sectores se llevaron a cabo las intervenciones y actividades previstas, con el propósito de generar un impacto positivo en la comunidad y atender las necesidades identificadas en cada territorio.	
ÍTEM 3	**Fuente verificación**: Planeaciones

ACTIVIDAD REFERENCIADA 3: Planear las sesiones de clases y/o actividades a desarrollar teniendo en cuenta los parámetros establecidos dentro del programa.	
ACCIONES REALIZADAS: Se realizó en el mes de febrero en el formato de planeación las actividades correspondientes con población adulta y adulta mayor cumpliendo a cabalidad los parámetros establecidos dentro del programa.	
ÍTEM 4	**Fuente verificación:** Formato ficha de actividad física
ACTIVIDAD REFERENCIADA 4: Apoyar y realizar el proceso de inscripción ante el IDERF de los grupos designados y mantener un control de asistencia en cada sesión de clase y actividad realizada de la población beneficiada. Debe garantizar la cantidad mínima de inscritos presentando reporte mensual de participantes activos durante la clase o actividad según referencia con la base de datos del IDERF.	
ACCIONES REALIZADAS: Se está realizando actualmente el proceso de inscripción de manera virtual para todas las personas interesadas en pertenecer a los grupos de actividad física del instituto.	
ÍTEM 5	**Fuente verificación:** Evidencia Fotográfica
ACTIVIDAD REFERENCIADA 5: Participar y apoyar activamente en la convocatoria y organización de los encuentros de actividad física, recreación y deporte que lidere el Instituto. Además, realizar apoyo técnico y/o logístico, en el desarrollo de los juegos Intercolegiados, escolares, comunales, clásica de ciclismo, carrera atlética, ciclovía y copa ciudad jardín, entre otros.	
ACCIONES REALIZADAS: En el mes de febrero el día 06 realizamos una actividad masiva llamada Colors Run la cual se realizó al frente de las instalaciones del Instituto, una actividad para toda la población fusagasugueña, donde se llevó a cabo una carrera atlética recreativa y una rumba neón, mi función principal fue estar en tarima dirigiendo la rumba durante el evento.	
ÍTEM 6	**Fuente verificación:** N/A
ACTIVIDAD REFERENCIADA 6: Asistir en representación del IDERF a las reuniones o comités que le sean designados por el supervisor; diligenciar las matrices, formatos e informes que sean solicitados.	
ACCIONES REALIZADAS: No he prestado ningún apoyo en el momento, pero estoy presta participar y poyar para lo que el instituto me solicite.	
ÍTEM 7	**Fuente verificación:** N/A
ACTIVIDAD REFERENCIADA 7: Acompañar en representación del IDERF a las delegaciones deportivas, recreativas y de actividad física que participen en los eventos y competencias que se realicen fuera del municipio de Fusagasugá y sean designadas por el supervisor.	
ACCIONES REALIZADAS: No se ha realizado ningún apoyo. Pero estoy presta para participar y apoyar en los eventos y competencias que se realicen fuera del municipio en representación del IDERF.	
ÍTEM 8	**Fuente verificación:** Evidencia Fotográfica
ACTIVIDAD REFERENCIADA 8: El contratista se compromete a cuidar y hacer un buen uso de los bienes entregados para la ejecución y el desarrollo del objeto contractual, aplicando las mejores prácticas de uso e higiene, además de devolver al finalizar el contrato en las condiciones y características entregadas con conformidad con los procedimientos establecidos, para el trámite de la paz y salvo.	
ACCIONES REALIZADAS: Se me hizo entrega del uniforme institucional, con lo cual me comprometo a hacer buen uso del mismo y realizar las mejores prácticas de higiene para conservar la prenda en buen estado.	
ÍTEM 9	**Fuente verificación**: Evidencia Fotográfica
ACTIVIDAD REFERENCIADA 9: Mantener una permanente, efectiva y oportuna comunicación siguiendo el conducto regular.	
ACCIONES REALIZADAS: En el mes de febrero el día 04 nos reunimos con el equipo de trabajo y la articuladora para presentar de manera formal todos los integrantes del equipo de actividad física del instituto.	

Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

ÍTEM 10	**Fuente verificación:** Evidencia Fotográfica
ACTIVIDAD REFERENCIADA 10: Asistir a las reuniones programadas por el IDERF.	
ACCIONES REALIZADAS: En el mes de febrero el día 04 se realizó una reunión de carácter general donde se desarrolló un taller teórico práctico sobre salud y seguridad en el trabajo, además se realizó la entrega del uniforme institucional. El día 13 de febrero nos reunimos con el equipo de trabajo en el coliseo Coburgo para delegar funciones y apoyos para este mes, entregar horarios ya establecidos y cronograma.	
ÍTEM 11	**Fuente verificación:** Entrega de informes
ACTIVIDAD REFERENCIADA 11: Presentar mensualmente un informe de las Actividades masivas realizadas en cumplimiento del objeto del presente contrato, con sus respectivas evidencias.	
ACCIONES REALIZADAS: En el mes de febrero se hizo la entrega del informe mensual correspondiente a la reunión de líderes y presentación del equipo de trabajo y directivos del Instituto.	
ÍTEM 12	**Fuente verificación:** Secop II
ACTIVIDAD REFERENCIADA 12: Radicar mensualmente el informe de actividades ante el supervisor del contrato, durante los primeros diez (10) días calendario al vencimiento de cada periodo, de conformidad con la forma de pago establecida; y realizar las publicaciones de los documentos en el Portal Único de Contratación (SECOP II), según corresponda.	
ACCIONES REALIZADAS: Radique el informe mensual ante mi supervisor de contrato Marcela Martínez durante los primeros días calendario al vencimiento del periodo y se cargó dicho informe en la plataforma Secop II.	
ÍTEM 13	**Fuente verificación:** N/A
ACTIVIDAD REFERENCIADA 13: El instructor tiene estrictamente prohibido solicitar, recibir, administrar o gestionar dinero, cuotas, aportes, donaciones, pagos o cualquier beneficio económico, en efectivo o por medios electrónicos, por parte de los deportistas, padres de familia, acudientes o terceros, por conceptos relacionados directa o indirectamente con la Escuela de Formación Deportiva	
ACCIONES REALIZADAS: Se es consciente de los riesgos que implica recibir dinero por parte de las poblaciones impactadas por el IDERF, por lo tanto me abstengo de realizar dicha acción con el fin de evitar sanciones por parte del Instituto.	
ÍTEM 14	**Fuente verificación:** Evidencia Fotográfica
ACTIVIDAD REFERENCIADAS: Todas las demás actividades inherentes a la naturaleza, objeto y/o ejecución del contrato y las que sean identificadas como necesidad del servicio por parte del supervisor del programa o dirección.	
ACCIONES REALIZADAS: En el mes de febrero el día 06 realizamos una actividad masiva llamada Colors Run la cual se realizó al frente de las instalaciones del Instituto, una actividad para toda la población fusagasugueña, donde se llevó a cabo una carrera atlética recreativa y una rumba neón, mi función principal fue estar en tarima dirigiendo la rumba durante el evento. El día 11 realice apoyo en el Colegio Ricaurte con los estudiantes de los grados de primaria dirigiendo una Rumba Aeróbica en el polideportivo de la Institución donde se le dio la bienvenida a clases a los estudiantes.	

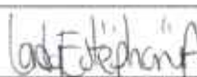
Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

Yo, **LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ,** identificado con la cédula de ciudadanía número 1.069.763.519 de Fusagasugá, certifico bajo la gravedad de juramento:

Que en cumplimiento del Decreto No. 1070 del 28 de mayo de 2013, Articulo 3 **"Contribuciones al Sistema General de Seguridad Social**. De acuerdo con lo previsto en el articulo 26 de la ley 1393 de 2010 y el articulo 108 del Estatuto Tributario, la disminución de la base de retención para las personas naturales residentes cuyos ingresos no provengan de una relación laboral, o legal y reglamentaria, por concepto de contribuciones al Sistema General de Seguridad Social, pertenezcan o no a la categoria de empleados, estará condicionada a su pago en debida forma, para lo cual se adjuntará a la respectiva factura o documento equivalente copia de la planilla o documento de pago". Los documentos soporten la planilla de pago a la afiliación de aportes obligatorios al Sistema General de Seguridad en Salud, Pensiones y Riesgos Laborales, **efectuados durante el mes de febrero** corresponden a los ingresos provenientes del contrato número **CPS 029-2026** acuerdo al siguiente detalle:

No. De pago	Numero de planilla	Fecha de pago	EPS	IBC	AFP o FSP	ARL	CAJA DE COMPENSACIÓN	INTERÉS	TOTAL
1	1079379915	05/02/2026	$36.500	$46.700	$291.818	$3.100	$0	$0	$86.300
2	1079380286	23/02/2026	$218.900	$280.200	$1.750.905	$18.300	$0	$0	$517.400

Dada en Fusagasugá - Cundinamarca a los 02/03/2026

FIRMA	
NOMBRE	LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ
CÉDULA	1069763519
CARGO	CONTRATISTA

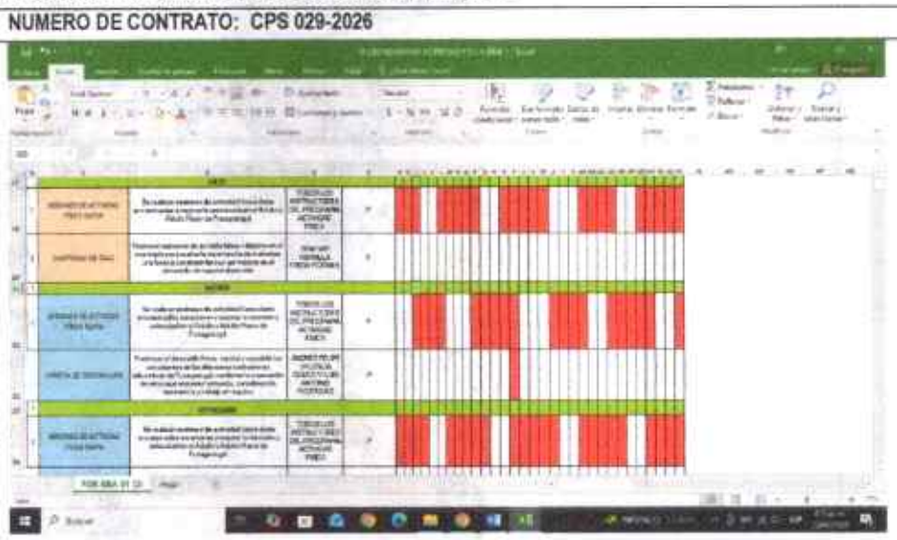
Elaboro: LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ
Reviso: GLADYS MARCELA MARTINEZ TORRES
Adjunto: Evidencia fotográfica dos (2) folios
Certificado de afiliación a salud, pensión y ARL un (1) folio
Anexos cinco (10) folios

Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

MES: FEBRERO	CONTRATISTA: LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ
DESCRIPCIÓN	NUMERO DE CONTRATO: CPS 029-2026

ITEM 1

En el mes febrero nos reunimos con los compañeros de trabajo para culminar con la elaboración del cronograma de las diferentes actividades que se van a realizar con la población de los grupos de actividad física pertenecientes al Instituto.



ITEM 2

En el mes de febrero atendí las poblaciones de los barrios La Independencia, Gaitán, Villa Natalia, Guaduales y la vereda La Trinidad. En estos sectores se llevaron a cabo las intervenciones y actividades previstas, con el propósito de generar un impacto positivo en la comunidad y atender las necesidades identificadas en cada territorio.







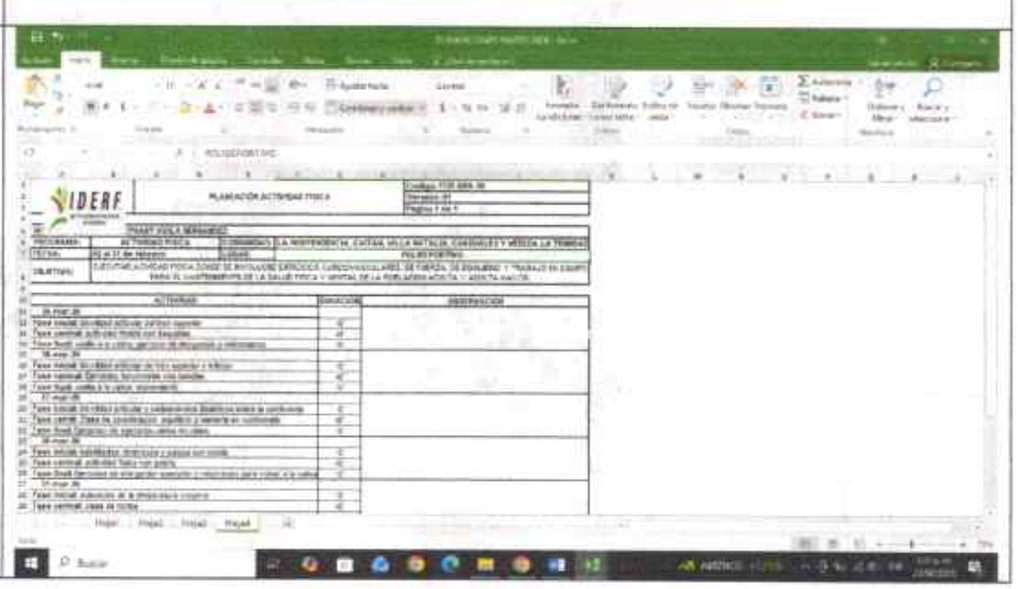




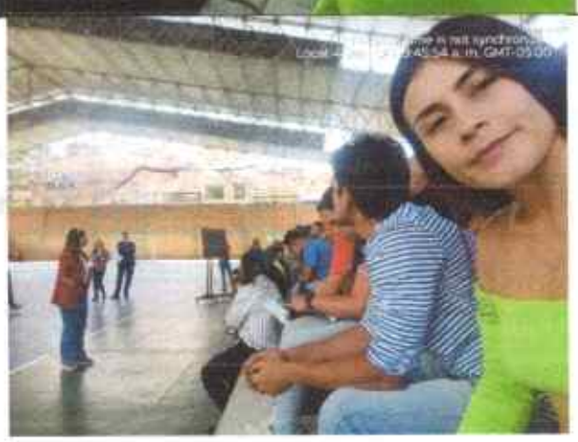
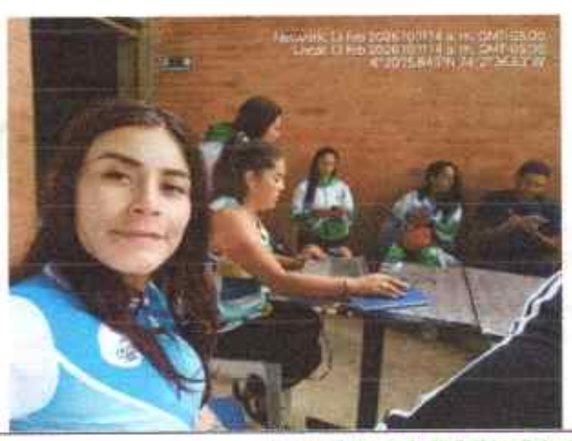




ITEM 3
Se realizó en el mes de febrero en el formato de planeación las actividades correspondientes con población adulta y adulta mayor cumpliendo a cabalidad los parámetros establecidos dentro del programa.



ITEM 4 Se está realizando actualmente el proceso de inscripción de manera virtual para todas las personas interesadas en pertenecer a los grupos de actividad física del instituto.	
ITEM 5 En el mes de febrero el día 06 realizamos una actividad masiva llamada Colors Run la cual se realizó al frente de las instalaciones del Instituto, una actividad para toda la población fusagasugueña, donde se llevó a cabo una carrera atlética recreativa y una rumba neón, mi función principal fue estar en tarima dirigiendo la rumba durante el evento.	
ITEM 6 No he prestado ningún apoyo en el momento, pero estoy presta participar y poyar para lo que el instituto me solicite.	APOYO EVENTOS EN REPRESENTACION DEL IDERF EVENTO: ACOMPAÑAMIENTO A DELEGACIONES DEPORTIVAS, RECREATIVAS Y DE ACTIVIDAD FISICA EN REPRESENTACION DEL IDERF FECHA: N/A HORA: N/A LUGAR: N/A CONTACTO: N/A INSTRUCTOR: N/A OBSERVACIONES: Para el mes de febrero el instituto no solicito apoyo a los instructores del programma de actividad fisica para Acompañamiento a delegaciones deportivas, recreativas y de actividad fisica en representacion del iderf
ITEM 7 No se ha realizado ningún apoyo. Pero estoy presta para participar y apoyar en los eventos y competencias que se realicen fuera del municipio en representación del IDERF.	APOYO EVENTOS EN REPRESENTACION DEL IDERF EVENTO: ACOMPAÑAMIENTO A COMITES MUNICIPALES EN REPRESENTACION DEL IDERF FECHA: N/A HORA: N/A LUGAR: N/A CONTACTO: N/A INSTRUCTOR: N/A OBSERVACIONES: Para el mes de febrero el instituto no solicito apoyo a los instructoresdel programma de actividad fisica para asistir en representacion del iderf a los comites

ITEM 8 Se me hizo entrega del uniforme institucional, con lo cual me comprometo a hacer buen uso del mismo y realizar las mejores prácticas de higiene para conservar la prenda en buen estado.	
ITEM 9 En el mes de febrero el dia 04 nos reunimos con el equipo de trabajo y la articuladora para presentar de manera formal todos los integrantes del equipo de actividad fisica del instituto.	
ITEM 10 En el mes de febrero el dia 04 se realizó una reunión de carácter general donde se desarrolló un taller teórico práctico sobre salud y seguridad en el trabajo, además se realizó la entrega del uniforme institucional. El dia 13 de febrero nos reunimos con el equipo de trabajo en el coliseo Coburgo para delegar funciones y apoyos para este mes, entregar horarios ya establecidos y cronograma.	 

ITEM 11 En el mes de febrero se hizo la entrega del informe mensual correspondiente a la reunión de líderes y presentación del equipo de trabajo y directivos del Instituto.	
ITEM 12 Radique el informe mensual ante mi supervisor de contrato Marcela Martínez durante los primeros días calendario al vencimiento del periodo y se cargó dicho informe en la plataforma Secop II.	
ITEM 13 Se es consciente de los riesgos que implica recibir dinero por parte de las poblaciones impactadas por el IDERF, por lo tanto me abstengo de realizar dicha acción con el fin de evitar sanciones por parte del Instituto.	N/A

ITEM 14

En el mes de febrero el dia 06 realizamos una actividad masiva llamada Colors Run la cual se realizó al frente de las instalaciones del Instituto, una actividad para toda la población fusagasugueña, donde se llevó a cabo una carrera atlética recreativa y una rumba neón, mi función principal fue estar en tarima dirigiendo la rumba durante el evento.

El dia 11 realice apoyo en el Colegio Ricaurte con los estudiantes de los grados de primaria dirigiendo una Rumba Aeróbica en el polideportivo de la Institución donde se le dio la bienvenida a clases a los estudiantes.









Fusagasugá - Cundinamarca a los 02 días del mes de marzo 2026.

FIRMA	
NOMBRE	LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ
CÉDULA	1069763519
CARGO	CONTRATISTA

IDERF	PLANEACIÓN ACTIVIDAD FISICA	Código: FOR-GRA-06
		Versión: 01
		Pagina 1 de 1

INSTRUCTOR: LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ			
PROGRAMA:	ACTIVIDAD FISICA	COMUNIDAD:	LA INDEPENDENCIA, GAITAN, VILLA NATALIA, GUADUALES Y VEREDA LA TRINIDAD
FECHA:	02 al 31 de MARZO	LUGAR:	POLIDEPORTIVO
OBJETIVO:	EJECUTAR ACIVIDAD FISICA DONDE SE INVOLUCRE EJERCICIOS CARDIOVASCULARES, DE FUERZA, DE EQUILIBRIO Y TRABAJO EN EQUIPO PARA EL MANTENIMIENTO DE LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION ADULTA Y ADULTA MAYOR.		

ACTIVIDAD	DURACIÓN	OBSERVACION
02-mar-26		
Fase inicial: movilidad articular de tren superior e inferior	10'	
Fase central: clase ritmica con aros	40'	
Fase final: vuelta a la calma, estiramiento de tren superior e inferior	10'	
03-mar-26		
Fase inicial: Juegos de mesa	10'	
Fase central: torneo relampago de domino y damas chinas	40'	
Fase final: vuelta a la calma	10'	
04-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular y estiramientos dinamicos sobre la colchoneta	10'	
Fase cetral: Clase de coordinacion, equilibrio y memoria en colchoneta	40'	
Fase final: Ejecucion de ejercicios vistos en clase.	10'	
05-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular de tren superiore inferior	10'	
Fase central: Clase ludo recreativa con pelota	40'	
Fase final: Ejercicios de elongacion muscular y respiracion para volver a la calma	10'	
06-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular con baston en mienbros superiores e inferiores.	10'	
Fase central: Clase de actividad fisica musicalizada con baston	40'	
Fase final: vuelta a la calma, ejercicio de elongacion y estiramiento	10'	
09-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular dirigida con musica	10'	
Fase central: Clase de zumba	40'	
Fase final: vuelta a la calma, bajando frecuenca cardiaca y nivelando la respiracion	10'	

FIRMA DEL INSTRUCTOR

FIRMA APOYO A LA SUPERVISION

IDERF
INSTITUTO DEPORTIVO Y RECREATIVO DE FUSAGASUGA

Carrera 3 No 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890650338-1
E-mail: atencionaciudadana2@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

IDERF	PLANEACIÓN ACTIVIDAD FISICA	Código: FOR-GRA-06 Versión: 01 Pagina 1 de 1

INSTRUCTOR: LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ			
PROGRAMA:	ACTIVIDAD FISICA	COMUNIDAD:	LA INDEPENDENCIA, GAITAN, VILLA NATALIA, GUADUALES Y VEREDA LA TRINIDAD
FECHA:	02 al 31 de marzo	LUGAR:	POLIDEPORTIVO
OBJETIVO:	EJECUTAR ACIVIDAD FISICA DONDE SE INVOLUCRE EJERCICIOS CARDIOVASCULARES, DE FUERZA, DE EQUILIBRIO Y TRABAJO EN EQUIPO PARA EL MANTENIMIENTO DE LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION ADULTA Y ADULTA MAYOR.		

ACTIVIDAD	DURACIÓN	OBSERVACIÓN
10-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular de tren superior e inferior	10'	
Fase central: Rumba aerobica	40'	
Fase final: vuelta a la calma, estiramiento.	10'	
11-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular	10'	
Fase cetral: Actividad ritmica y recreativa con baquetas	40'	
Fase final: Ejecucion de ejercicios vistos en clase.	10'	
12-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular con musica	10'	
Fase central: Clase de rumba con baston	40'	
Fase final: Ejercicios de elongacion muscular y respiracion para volver a la calma	10'	
13-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular en mienbros superiores e inferiores.	10'	
Fase central: Clase muscular con pesas	40'	
Fase final: ejercicios de estiramiento y vuelta a la calma	10'	
16-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular de tren superior e inferior	10'	
Fase central: Ejercicios de fuerza en extremidades superiores e inferiores con pesas	40'	
Fase final: vuelta a la calma, ejercicio de elongacion y estiramiento	10'	

FIRMA DEL INSTRUCTOR

FIRMA APOYO A LA SUPERVISION

IDERF

Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Telefono: (091) 874 8080
Celular: 3224164377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Codigo Postal: 261211

IDERF	PLANEACIÓN ACTIVIDAD FISICA	Código: FOR-GRA-06
		Versión: 01
		Pagina 1 de 1

INSTRUCTOR: LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ			
PROGRAMA:	ACTIVIDAD FISICA	COMUNIDAD:	LA INDEPENDENCIA, GAITAN, VILLA NATALIA, GUADUALES Y VEREDA LA TRINIDAD
FECHA:	02 al 31 de marzo	LUGAR:	POLIDEPORTIVO
OBJETIVO:	EJECUTAR ACIVIDAD FISICA DONDE SE INVOLUCRE EJERCICIOS CARDIOVASCULARES, DE FUERZA, DE EQUILIBRIO Y TRABAJO EN EQUIPO PARA EL MANTENIMIENTO DE LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION ADULTA Y ADULTA MAYOR.		

ACTIVIDAD	DURACIÓN	OBSERVACION
17-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular del tren superior	10'	
Fase central: actividad ritmica con baquetas	40'	
Fase final: vuelta a la calma, ejercicio de elongacion y estiramiento	10'	
18-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular de tren superior e inferior	10'	
Fase central: Ejercicios funcionales con bandas	40'	
Fase final: vuelta a la calma, estiramiento.	10'	
19-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular y estiramientos dinamicos sobre la colchoneta	10'	
Fase cetral: Clase de coordinacion, equilibrio y memoria en colchoneta	40'	
Fase final: Ejecucion de ejercicios vistos en clase.	10'	
20-mar-26		
Fase inicial: habilidades, destrezas y juegos con pelota	10'	
Fase central: actividad fisica con pelota	40'	
Fase final: Ejercicios de elongacion muscular y respiracion para volver a la calma	10'	
23-mar-26		
Fase inicial: activacion de la temperatura corporal	10'	
Fase central: clase de rumba	40'	
Fase final: vuelta a la calma	10'	
24-sep-25		
Fase inicial: Movilidad articular con musica y elevacion de frecuencia cardiaca	10'	
Fase central: actividades de coordinacion con aro	40'	
Fase final: estiramiento general	10'	

FIRMA DEL INSTRUCTOR

FIRMA APOYO A LA SUPERVISION

IDERF	PLANEACIÓN ACTIVIDAD FISICA	Código: FOR-GRA-06 Versión: 01 Pagina 1 de 1

INS	EPHANY AVILA HERNANDEZ		
PROGRAMA:	ACTIVIDAD FISICA	COMUNIDAD:	LA INDEPENDENCIA, GAITAN, VILLA NATALIA, GUADUALES Y VEREDA LA TRINIDAD
FECHA:	02 al 31 de marzo	LUGAR:	POLIDEPORTIVO
OBJETIVO:	EJECUTAR ACIVIDAD FISICA DONDE SE INVOLUCRE EJERCICIOS CARDIOVASCULARES, DE FUERZA, DE EQUILIBRIO Y TRABAJO EN EQUIPO PARA EL MANTENIMIENTO DE LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION ADULTA Y ADULTA MAYOR.		

ACTIVIDAD	DURACIÓN	OBSERVACION
25-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular del tren superior	10'	
Fase central: actividad ritmica con baquetas	40'	
Fase final: vuelta a la calma, ejercicio de elongacion y estiramiento	10'	
26-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular de tren superior e inferior	10'	
Fase central: Ejercicios funcionales con bandas	40'	
Fase final: vuelta a la calma, estiramiento.	10'	
27-mar-26		
Fase inicial: Movilidad articular y estiramientos dinamicos sobre la colchoneta	10'	
Fase cetral: Clase de coordinacion, equilibrio y memoria en colchoneta	40'	
Fase final: Ejecucion de ejercicios vistos en clase.	10'	
30-mar-26		
Fase inicial: habilidades, destrezas y juegos con pelota	10'	
Fase central: actividad fisica con pelota	40'	
Fase final: Ejercicios de elongacion muscular y respiracion para volver a la calma	10'	
31-mar-26		
Fase inicial: activacion de la temperatura corporal	10'	
Fase central: clase de rumba	40'	
Fase final: vuelta a la calma	10'	

FIRMA DEL INSTRUCTOR

FIRMA APOYO A LA SUPERVISION

IDERF

Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224164377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

	FORMATO DE EVALUACIÓN DE LOS PROGRAMAS DEL IDERF	Código: FOR-GRA-03 Versión:01 Pagina 1 de 1

MES:	Febrero
INSTRUCTOR:	Lady Estephany Avila Hernandez
PROGRAMA	Actividad Física

FECHA	LUGAR	POBLACIÓN	NUMERO DE BENEFICIARIOS	NOMBRES Y APELLLIDOS DEL VEEDOR	TELEFONO	OBSERVACIONES	FIRMA DEL VEEDOR
09/02/26	Polideportivo	la Independencia	12	Luz Marina Cruz C.	3123812149	Excelente	Luz Marina Cruz C.
10/02/26	Polideportivo	la independencia	17	Maria Sidia Ramirez	3165811144	Exselente	
11/02/26	Polideportivo	la independencia	17	yaneth Sanabria	3058886880	Excelente	yaneth Sanabria
12/02/26	Polideportivo	la independencia	14	Gustavo Cumbe	3108010932	muy bueno	
13/02/26	Polideportivo	la independencia	9	Luz Marina Cruz Cruz	3123812149	Excelente	Luz Marina Cruz C.
16/02/26	Polideportivo	la independencia	10	Luz Marina Cruz C.	312.3812149	Excelente	Luz Marina Cruz C.
17/02/26	Polideportivo	la independencia	13	Hernando Ospina	3115858689	Excelente	Hernando Ospina
18/02/26	Polideportivo	la independencia	16	Luz Marina Cruz M	3123812149	Excelente	Luz Marina Cruz C.
19/02/26	Polideportivo	la independencia	11	Luz Marina Cruz C	3123812149	Excelente	Luz Marina Cruz C.
20/02/26	Polideportivo	la independencia	10	Diana Marcela Pachon	3209737870	Excelente	Diana Marcela Pachon
23/02/26	Polideportivo	la independencia	11	Luz Marina Cruz C	3123812149	Excelente	Luz Marina Cruz C.
24/02/26	Polideportivo	la independencia	19	Mercedes Martinez	3961076 5	excelente	Ma Martinez
TOTAL DE BENEFICIADOS DEL MES							

	FORMATO DE EVALUACIÓN DE LOS PROGRAMAS DEL IDERF	Código: FOR-GRA-03 Versión:01 Pagina 1 de 1

MES:	Febrero
INSTRUCTOR:	Yady Estephany Avila Hernandez
PROGRAMA	Actividad Física

FECHA	LUGAR	POBLACIÓN	NUMERO DE BENEFICIARIOS	NOMBRES Y APELLLIDOS DEL VEEDOR	TELEFONO	OBSERVACIONES	FIRMA DEL VEEDOR
09/02/26	Polideportivo	Gaitán	24	Yargonto Hostizo	3165113429	Exetemente.	
10/02/26	Polideportivo	Gaitán	28	Sonia Zamora	3115353133	Super exelente	
11/02/26	Polideportivo	Gaitán	23	Nelsy ordoñez	3123703324	Excelente.	
12/02/26	Polideportivo	Gaitán	19	Maria Gamo R	3506941801	Excelente	
13/02/26	Polideportivo	Gaitán	14	Sandra Rodriguez	3202163704	Excelente	
17/02/26	Polideportivo	Gaitán	28	Francia Gaitan	3226629391	Excelente	
18/02/26	Polideportivo	Gaitán	18	Magdalena Pay M	3102995013	Super Excelente	
19/02/26	Polideportivo	Gaitán	27	Magdalena Pay M.	3102995013	Super Excelente	
20/02/26	Polideportivo	Gaitán	21	Rosa N B dias	312355.7340	Super	
23/02/26	Polideportivo	Gaitán	26	Rosa N B dias	312355.7340	Super	
24/02/26	Polideportivo	Gaitán	26	Eliana Lopez	3023499964	Super	
		Gaitán					
TOTAL DE BENEFICIADOS DEL MES							

	FORMATO DE EVALUACIÓN DE LOS PROGRAMAS DEL IDERF	Código: FOR-GRA-03
		Versión:01
		Pagina 1 de 1

MES:	Febrero
INSTRUCTOR:	Lady Estephany Avila Hernandez
PROGRAMA	Actividad Física

FECHA	LUGAR	POBLACIÓN	NUMERO DE BENEFICIARIOS	NOMBRES Y APELLLIDOS DEL VEEDOR	TELEFONO	OBSERVACIONES	FIRMA DEL VEEDOR
10/02/26	Barrio	Guadcales	28	Ma Rosario P.	3132555671	Muy Buena	Ma Rosario P.
12/02/26	Barrio	Guadcales	23	Dolores Gonzales	3178368789	Excelente	
17/02/26	Barrio	Guadcales	18	Gloria Reyes	3153955479	Excelente	
19/02/26	Barrio	Guadcales	26	M. Rosario	3132555671	Escelente	M. Rosario
24/02/26	Barrio	Guadcales	11	Zoraida Ayala	3214750055	excelente	
		Guadcales					
		Guadcales					
		Guadcales					
		Guadcales					
		Guadcales					
		Guadcales					
		Guadcales					
TOTAL DE BENEFICIADOS DEL MES							

FORMATO DE EVALUACIÓN DE LOS PROGRAMAS DEL IDERF

Código: FOR-GRA-03
Versión:01
Pagina 1 de 1

MES:	Febrero
INSTRUCTOR:	Lady Estephany Avila Fernandez
PROGRAMA	Actividad Física

FECHA	LUGAR	POBLACIÓN	NUMERO DE BENEFICIARIOS	NOMBRES Y APELLLIDOS DEL VEEDOR	TELEFONO	OBSERVACIONES	FIRMA DEL VEEDOR
09/02/26	Polideportivo	Villa Natalia	32	Rosmira Cano	3220482666	excelente	
11/02/26	Polideportivo	Villa Natalia	28	Gloria Reyes	3153955479	Excelente	
17/02/26	Polideportivo	Villa Natalia	18	Gloria Reyes	3153955479	Excelente	
20/02/26	Polideportivo	Villa Natalia	25	Maredino Zapata	3127866220	Bueno	
23/02/26	Polideportivo	Villa Natalia	17	Rosmira Cano	3220482666	EXCELENTE	
		Villa Natalia					
		Villa Natalia					
		Villa Natalia					
		Villa Natalia					
		Villa Natalia					
		Villa Natalia					
		Villa Natalia					
TOTAL DE BENEFICIADOS DEL MES							

FORMATO DE EVALUACIÓN DE LOS PROGRAMAS DEL IDERF

Código: FOR-GRA-03
Versión:01
Pagina 1 de 1

MES:	
INSTRUCTOR:	
PROGRAMA	

FECHA	LUGAR	POBLACIÓN	NUMERO DE BENEFICIARIOS	NOMBRES Y APELLLIDOS DEL VEEDOR	TELEFONO	OBSERVACIONES	FIRMA DEL VEEDOR
18/02/26	Bicideportivo	Vereda la Trinidad	15	Jacqueline Biscardi	3102691610	Muy buena Clase Gracias	Jacqueline Biscardi
TOTAL DE BENEFICIADOS DEL MES							

	FORMATO DE EVALUACIÓN DE LOS PROGRAMAS DEL IDERF	Código: FOR-GRA-03
		Versión:01
		Pagina 1 de 1

MES:	
INSTRUCTOR:	
PROGRAMA	

FECHA	LUGAR	POBLACIÓN	NUMERO DE BENEFICIARIOS	NOMBRES Y APELLLIDOS DEL VEEDOR	TELEFONO	OBSERVACIONES	FIRMA DEL VEEDOR
TOTAL DE BENEFICIADOS DEL MES							

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Código: FOR-GRA-01
Versión: 0
Página: 1 de 1

No.	ACTIVIDADES DEL MES	DESCRIPCION	RESPONSABLE		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	29	30	31
			NOMBRE	PIS																															
	ENERO																																		
1	SESIONES DE ACTIVIDAD FISICA DIARIA	Se realizan sesiones de actividad física encaminadas a mejorar la condicion Fisica y a promover habitos de vida saludables en la poblacion de Adulto y Adulto Mayor de Fusagasuga	TODOS LOS INSTRUCTORES DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA	X																															
1	MUJERES QUE FLORECEN	Evento mujeres que florecen 2026	TODOS LOS INSTRUCTORES DEL PROGRAMA DE ACTIVIDAD FISICA	X																															
	FEBRERO																																		
1	SESIONES DE ACTIVIDAD FISICA DIARIA	Se realizan sesiones de actividad física diaria encaminadas a mejorar la fuerza en la de Adulto y Adulto Mayor de Fusagasuga	TODOS LOS INSTRUCTORES DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA	X																															
2	FELIZ DIA DEL AMOR	Concientizar a la poblacion fusagasugueña sobre la importancia de la actividad física regular y los beneficios que representa para el salud física en la prevencion de enfermedades cronicas no transmisibles y la importancia de la salud mental	FREDDY ANDRES PARRA Y MARIAM ASPRILLA FIRELY PARRA	X																															
	MARZO																																		
1	SESIONES DE ACTIVIDAD FISICA DIARIA	Se realizan sesiones de actividad física diaria encaminadas a mejorar la resistencia en el Adulto y Adulto Mayor de Fusagasuga	TODOS LOS INSTRUCTORES DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA	X																															
2	RUMBA AEROBICA VEJATECA CON BANDAS ELASTICAS	Mejorar la condicion física, concentracion, movilidad y memoria emocional mediante una sesion de rumba aeróbica con ritmos latinos, incorporando el uso de bandas elasticas para fortalecer músculos de forma segura y divertida	Claudia Cabas y Viviana Sanchez	X																															
	ABRIL																																		
1	SESIONES DE ACTIVIDAD FISICA DIARIA	Se realizan sesiones de actividad física diaria encaminadas a mantener y mejorar la relación y velocidad en el Adulto y Adulto Mayor de Fusagasuga. Mejorar la velocidad física principal de desplazamiento y promover enfermedades cardiovasculares, la coordinación y el equilibrio.	TODOS LOS INSTRUCTORES DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA	X																															
2	DIA MUNDIAL DE LA ACTIVIDAD FISICA	Promover la actividad física diaria y concientizar a la población sobre sus beneficios para la salud. A través de actividades recreativas que involucren elementos como aros, pelotas, bastones y cuerdas	Leidy Estephany Avila Hernandez y Jolsten David Ramirez Hernandez	X																															
	MAYO																																		
1	SESIONES DE ACTIVIDAD FISICA DIARIA	Se realizan sesiones de actividad física encaminadas a mantener y mejorar la condicion Fisica y a promover habitos de vida saludables en la poblacion de Adulto y Adulto Mayor de Fusagasuga	TODOS LOS INSTRUCTORES DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA	X																															
2	RALA POR EL AMOR DE MADRE	Incentivar la actividad física y los hábitos de vida saludable mediante un evento de rumba bailable que busca empoderar a las madres para disminuir el estrés, los síntomas depresivos y promover un espacio de disfrute y conmemoración del día de la madre	Andres Felipe Figueredo Castellanos y Andres Duarte	X																															
	JUNIO																																		
1	SESIONES DE ACTIVIDAD FISICA DIARIA	Se realizan sesiones de actividad física diaria encaminadas a mejorar la fuerza en la de Adulto y Adulto Mayor de Fusagasuga	TODOS LOS INSTRUCTORES DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA	X																															
2	MARATON SALUDABLE	Fortalecer los lazos de amistad entre la comunidad por medio de habitos saludables que benefician a un envejecimiento activo	NANCY GAMBOA Y KAREN RODRIGUEZ	X																															
	JULIO																																		
1	SESIONES DE ACTIVIDAD FISICA DIARIA	Se realizan sesiones de actividad física diaria encaminadas a mejorar la resistencia en el Adulto y Adulto Mayor de Fusagasuga	TODOS LOS INSTRUCTORES DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA	X																															
2	OLIMPIADAS DE TEJO	Promover espacios de actividad física y deporte en el municipio para resaltar la importancia de mantener una buena condicion física y así mejorar en el desarrollo de nuestro dario vivir	BRAYAN ASPRILLA FIRELY PARRA	X																															
	AGOSTO																																		
1	SESIONES DE ACTIVIDAD FISICA DIARIA	Se realizan sesiones de actividad física diaria encaminadas a mantener y mejorar la relación y velocidad en el Adulto y Adulto Mayor de Fusagasuga	TODOS LOS INSTRUCTORES DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA	X																															
	CARRERA DE OBSTACULOS	Promover el desarrollo físico, mental y social de los estudiantes de las diferentes instituciones educativas de Fusagasugá, mediante la realización de retos que requieren destreza, coordinación, resistencia y trabajo en equipo	ANDRES FELIPE VALENCIA OTOLIN Y LUIS ANTONIO RODRIGUEZ	X																															
	SEPTIEMBRE																																		
2	SESIONES DE ACTIVIDAD FISICA DIARIA	Se realizan sesiones de actividad física diaria encaminadas a mantener y mejorar la relación y velocidad en el Adulto y Adulto Mayor de Fusagasuga	TODOS LOS INSTRUCTORES DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA	X																															
				X																															
	OCTUBRE																																		
1	SESIONES DE ACTIVIDAD FISICA DIARIA	Se realizan sesiones de actividad física diaria encaminadas a mantener y mejorar la relación y velocidad en el Adulto y Adulto Mayor de Fusagasuga	TODOS LOS INSTRUCTORES DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA	X																															
				X																															
	NOVIEMBRE																																		
1	SESIONES DE ACTIVIDAD FISICA DIARIA	Se realizan sesiones de actividad física diaria encaminadas a mantener y mejorar la relación y velocidad en el Adulto y Adulto Mayor de Fusagasuga	TODOS LOS INSTRUCTORES DEL PROGRAMA ACTIVIDAD FISICA	X																															
				X																															

	Actividad sin realizar
	Actividad realizada

IDERF
INSTITUTO DEPORTIVO Y RECREATIVO DE FUSAGASUGA

INFORME REUNION DE LÍDERES
PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA

NOMBRE DEL EVENTO: REUNION DE LÍDERES PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA 2026

OBJETIVO DEL EVENTO: Promover la integración de los líderes del programa de actividad física mediante una reunión que genere toma de decisiones, estrategias y fortalecimiento para el adulto y adulto mayor.

FECHA DEL EVENTO: 18 de febrero 2026

LUGAR DE EVENTO: Casona Coburgo

DESCRIPCIÓN DEL EVENTO:

En el desarrollo de la reunión de los líderes del programa de actividad física 2026 se vio una excelente afluencia de adultos y adultos mayores, dando a conocer parte administrativa, supervisoras, articuladora y el grupo de instructores. También los puntos donde se está llegando con nuevas estrategias que fortalezcan el liderazgo y el trabajo en equipo, ya que la actividad física nos mantiene sanos y fortalece nuestro cuerpo en las diferentes áreas.

- Cada instructor hizo la invitación a sus líderes del programa de actividad física a la reunión indicándoles hora, lugar, fecha y temática.
- En un primer momento la intervención de la directora Eliana de los Ángeles Guevara, supervisora, Psicóloga, articuladora e instructores.
- Recomendaciones para el año 2026-supervisora Gladys Marcela Martínez
- Observaciones por parte de la comunidad

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

Powered by CamScanner

IDERF
INSTITUTO DEPORTIVO Y RECREATIVO DE FUSAGASUGA





FIRMA VEEDOR GRUPO ACTIVIDAD FISICA:

Luz Miryan Zambrano Garcia
Gran Colombia

Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

Powered by CamScanner

I.D.E.R.F. INSTITUTO DEPORTIVO Y RECREATIVO DE FUSAGASUGÁ	**CERTIFICADO DE CUMPLIMIENTO P.Q.R.S.**	Código: FOR-GSC-04 Versión: 01 Página 1 de 1

En atención al PQRS número _____

En Fusagasugá a los 11 días del mes de Febrero del año 2026, y con el fin de darle alcance a la solicitud radica por parte de Colegio Ricaurte - Coordinación Convivencia, certifico que recibí la atención mediante el desarrollo de Activades de IDERF, con los docentes Luis Rodrigez y Estephany Avila.

Por medio del presente, certifico que mi solicitud fue resuelta y manifiesto que recibí la atención requerida según lo solicitado en mi PQRS.

En constancia se firma como aparece por las personas que en ella intervinieron.

COLEGIO RICAURTE FUSAGASUGA
COORDINACION PREESCOLAR Y PRIMARIA

Nombre: Adriana Paola Pérez Gutiérrez

Documentó: 1069720991

Teléfono: 3123588629

En representación de: Fundacion Educativa Colegio Diocesano Ricaurte.

Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2026-02-23, 01:56:33 PM | Tipo Planilla: I. PLANILLA INDEPENDIENTES | Número Planilla: 1079380286

Periodo Cotización: febrero de 2026 | Periodo Servicio: febrero de 2026 | Referencia pago: 8823871338

PAGADA 23/02/2026

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ		
Documento	CC1069763519	Dirección	CR 11B #20 - 56 NUEVO BALMORAL
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Teléfono	3005137407
Tipo Persona	NATURAL	Forma	ÚNICO
Ciudad	FUSAGASUGA	Departamento	CUNDINAMARCA
Representante Legal		Identificación	
Total Afiliados	1	ARP	POSITIVA DE SEGUROS

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos Afiliado				Novedades																		Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales					Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	INGRESO	RETIRO	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días IRP	Días PENSIÓN	Días EPS	Días CCF	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte Sena	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Mineducación	Total
CC 1069763519	LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ	59	0																	0	30	30	0	(230301) PORVENIR	$1,750,905	$280,200	(EPS002) SALUD TOTAL EPS	$1,750,905	$216,900	1.044	$1,750,905	$18,300	(MN-CC) MINISTERIO DE	$0	$0	$0	$0	$0	$0	$517,400

III. TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	Incapacidades,licencias,saldos a Favor EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$1,750,905	$1,750,905	$1,750,905	$0	$280,200	$216,900	$18,300	$0	$0	$0	$0	$0	$0	$0	$517,400	$0	$517,400

Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 4446634 - Cali: 554 0515 - Medellín: 514 66 69 - Bucaramanga: 643 80 00 - Cartagena: 694 54 44 - Pereira: 340 25 82 - Barranquilla: 361 88 50 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!

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

¡El Poder de lo SIMPLE!

CUENTA DE COBRO N° 02

EL INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE, LA RECREACION, EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE, LA EDUCACION EXTRAESCOLAR Y LA EDUCACION FISICA DE FUSAGASUGA "IDERF"
NIT :890.680.338-1

DEBE A:

LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ
C.C 1069763519 de Fusagasugá
CRA 11B No. 20-56

LA SUMA DE:

DOS MILLONES CIENTO SESENTA MIL ($ 2.160.000) M/CTE.

Correspondiente a las actividades realizadas del 02 de febrero al 28 de febrero de 2026 en cumplimiento del contrato de Prestación de Servicios No. CPS 029-2026.

Nota: Manifiesto y certifico que me acojo al beneficio de la retención en la fuente en cumplimiento del artículo 383 del Estatuto Tributario, para efectos de determinar el régimen que me es aplicable en materia de retención en la fuente para el año 2026, bajo la gravedad de juramento que sumando el valor de todos mis contratos no exceden las trescientas (300) UVT.

Dada a los dos 02 días del mes de marzo de 2026.

CORDIALMENTE,

LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ
CC No. 1069763519 EXPEDIDA EN FUSAGASUGA.

IDERF	CERTIFICACIÓN DE SUPERVISOR	Código: FOR-GCO-33
		Versión: 01
		Página 1 de 1

EL SUSCRITO SUPERVISOR DEL CONTRATO DE PRESTAR SERVICIOS PROFESIONALES NÚMERO CPS 029-2025, SUSCRITO ENTRE IDERF Y LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ

CERTIFICA

Que de acuerdo con el informe de actividades N.º 02 presentado por LADY ESTEPHANY AVILA HERNANDEZ, en su condición de contratista, dio cumplimiento al objeto del CONTRATO DE PRESTAR SERVICIOS PROFESIONALES N.º CPS 029-2026, por el periodo comprendido entre 02/02/2026 y 28/02/2026, cuyo objeto es: PRESTAR SERVICIOS PROFESIONALES EN EL PROGRAMA DE ACTIVIDAD FISICA COMO INSTRUCTOR DEL AREA MISIONAL DEL IDERF.

Que las actividades fueron realizadas conforme a las obligaciones pactadas en el CONTRATO DE PRESTAR SERVICIOS PROFESIONALES número CPS 029-2026, para constancia el contratista entregó informe de actividades.

De otro lado, se certifica que el valor correspondiente al pago del presente informe de actividades y de acuerdo al registro presupuestal generado en el contrato celebrado entre las partes, podrá ser cancelado de la siguiente forma:

RUBRO	SECTOR	PROGRAMA	PRODUCTO	META	FUENTE	CPC	VALOR
2.3.2.02.02.009	43	4301	4301038	039	1.2.3.4.01	92912	$2.160.000

he verificado el cumplimiento de los aportes al sistema de seguridad social en salud, pensiones y ARL del mes de febrero.

NO. DE PAGO	NUMERO DE PLANILLA	FECHA DE PAGO	EPS	IBC	AFP O FSP	ARL	CAJA DE COMPENSACIÓN	INTERÉS	TOTAL
2	1079380286	23/02/2026	$218.900	$280.200	$1.750.905	$18.300	$0	$0	$517.400

La presente certificación se expide el 02 de marzo 2026, para efectos pago N.º 01 de 08.

GLADYS MARCELA MARTINEZ TORRES
Supervisor

Gestión Documental: AREA MISIONAL
Original Destinatario: Carpeta Contrato N.° CPS 029-2026
1 copia: Tesorería IDERF