Bugalagrande, Valle del Cauca Alcaldía Municipal	**INFORME DE ACTIVIDADES**	Código: FTO-310-01
		Versión: 03
		Fecha de Aprobación: 22 de julio de 2024
		Página 1 de 3

DOCUMENTO CONTROLADO POR EL SGC

TIPO DE INFORME				No. DE CONTRATO	PERIODO DEL INFORME	
					DESDE	HASTA
PARCIAL	X	FINAL		184-2026	27-ENE-2026	27-FEB-2026
CONTRATANTE				MUNICIPIO DE BUGALAGRANDE		
CONTRATISTA				MANUEL ALEJANDRO JIMENEZ GIL		
No. DE IDENTIFICACION				6199931	EXPEDIDA EN	BUGALAGRANDE
SUPERVISOR O INTERVENTOR				CAROL ANDREA GONZALEZ GONZALEZ		
CARGO				SECRETARIO DE DESARROLLO SOCIAL	DEPENDENCIA	SECRETARÍA DE DESARROLLO SOCIAL
CDP No.				No. 221 de enero 14 de 2026	CRP No.	No. 241 de enero 26 de 2026
RUBRO PRESUPUESTAL No.				2.3.2.02.02.009.4301007.9 6620.16.01.55.0	VALOR TOTAL DEL CONTRATO	$ 14.700.000
FORMA DE PAGO				ACTAS PARCIALES	PAGO No.	1
VALOR A PAGAR				$ 2.100.000		
VALOR POR EJECUTAR				$ 12.600.000		
PAGO SEGURIDAD SOCIAL Y PARAFISCALES						
EPS				S.O. S	VALOR PAGADO	$ 218.900
ARL				SURA	VALOR PAGADO	$ 42.700
AFP				COLFONDOS	VALOR PAGADO	$ 280.200
CCF				NO APLICA	VALOR PAGADO	$ 0
I.C.B.F				NO APLICA	VALOR PAGADO	$ 0
SENA				NO APLICA	VALOR PAGADO	$ 0
No. DE PLANILLA				4642917435	VALOR TOTAL PLANILLA	$ 541.800

OBJETO DEL CONTRATO

PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION PARA REALIZAR ACTIVIDADES COMO MONITOR DE NATACIÓN DE LA ZONA URBANA EN EL MARCO DEL PROYECTO APOYO AL FOMENTO DE LA RECREACION, LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE EN EL MUNICIPIO DE BUGALAGRANDE, DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA.

OBSERVACIONES SOBRE EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES

Este documento es propiedad de la Alcaldía Municipal de Bugalagrande. Prohibido su uso no autorizado o su copia sin previo consentimiento del SGC.

DESCRIPCION DE ACTIVIDADES REALIZADAS

ACTIVIDADES ESPECIFICAS	EJECUCION
1.Entrega de cuatro (4) planificaciones deportivas de la disciplina deportiva de Natación de la zona urbana a través del correo institucional, cumpliendo con las figuras de microciclo, microciclo y sesiones de entrenamiento. Especificando de manera detallada el contenido en los formatos correspondientes. Macrociclo: presentación trimestral; Microciclo y sesión de entrenamiento: presentación semanal, previo a la semana de ejecución.	Se hace entrega cada semana de la planificación deportiva como lo son microciclos y sesiones de entrenamiento correspondientes al periodo de enero-febrero Anexando al informe. Puntualmente. se envía al correo metodologiabg@gmail.com
2. Entrega de evidencias de las veinte (20) sesiones de entrenamiento desarrolladas para los grupos formativos y competitivos de la disciplina de natación de la zona urbana.	Se realizan las 20 sesiones de entrenamiento con las diferentes categorías de la disciplina de natación de acuerdo a la planificación ya enviada al metodólogo vía correo electrónico metodologiabg@gmail.com Adicional se anexan en el registro fotográfico.
3. Contribuir a la formación integral de los deportistas de la disciplina de Natación de la zona urbana realizando dos (2) talleres teóricos/prácticos, promoviendo valores, estilos de vida saludable, medio ambiente y prevención en factores de riesgo sociales.	se desarrolló un taller teórico–práctico sobre cuidar nuestro lugar de entrenamiento y auto cuidado con el propósito de fortalecer el sentido de pertenencia, la responsabilidad colectiva y la importancia del bienestar personal.
4. Reportar cualquier mal uso que se haga de la implementación y escenarios deportivos, por medio del correo institucional asignado en el formato establecido.	Se envía reporte vía correo delegadodeportivo3@gmail.com al delegado deportivo Diego Arias informando que durante el periodo de enero-febrero no se presenta mal uso del escenario deportivo.
5. Participación activa y cumplimiento en cada jornada de capacitación que se gestione por parte de la Alcaldía Municipal, Departamental y demás entes descentralizados, realizando el respectivo informe en el formato asignado; dos (02) al mes.	Se participa en la capacitación del área de deportes y la secretaria de desarrollo social (inducción y presentación del programa 2026)
6. Realizar cuatro (4) convocatorias a inscripciones mensuales de cada grupo formativo y selectivo de la disciplina de Natación de la zona urbana, junto con la promoción y divulgación de su disciplina deportiva a través de herramientas tecnológicas (redes sociales) y a nivel municipal.	Se realizan convocatorias por medio de las redes sociales como WhatsApp de la disciplina especifica de natación y las demás disciplinas deportivas.
7. Apoyar el proceso de caracterización de la población deportista en el municipio de Bugalagrande de la disciplina de Natación de la zona urbana consolidado en los formatos de asistencia correspondiente.	Se realiza la caracterización mediante los listados de asistencia de la población atendida durante este periodo de enero-febrero en la disciplina de natación que está trabajando en el Centro Recreacional Bugalagrande.
8. Apoyo en la ejecución en los programas de educación física en las instituciones educativas públicas y privadas	Se inicia apoyo e intervención con los grados 10 y 11 del Instituto Rojas Orjuela en el Centro Recreativo de

Este documento es propiedad de la Alcaldía Municipal de Bugalagrande. Prohibida su reproducción o modificación sin autorización previa, en papel o publicación en SIG.

por medio de las plataformas virtuales, exhibiciones, intervenciones de los grupos y liderar el desarrollo de encuentros deportivos; ocho (8) sesiones.	Bugalagrande con énfasis en la disciplina de Natación.
9. Apoyo a las actividades lideradas desde la Secretaria de Desarrollo Social y Alcaldía Municipal.	Se realiza apoyo en la publicación de las convocatorias que lidera la secretaria de desarrollo social y la alcaldía municipal a través de las redes sociales (WhatsApp)
10. Apoyo en la programación y ejecución de 4 jornadas deportivas y recreativas programadas desde la alcaldía municipal, sector deporte o disciplina deportiva a cargo, donde se promueva el deporte, la actividad física y la recreación.	***Competencias Internas – Club Polares, disciplina de natación*** Se llevaron a cabo competencias internas con el **Club Polares** en la disciplina de natación, con el objetivo de fortalecer el rendimiento deportivo, promover la sana competencia y evaluar los avances técnicos de los participantes.

DOCUMENTOS ANEXOS	No. FOLIOS, CD'S
1. Factura electrónica	1
2. Formato Informe contratista	3
3. Declaración Juramentada Retefuente	1
4. Evidencias fotográficas y anexos	42
5. Planilla mensual de Seguridad Social	1
6. Certificados (Revisor Fiscal, Bancaria, Junta central de contadores, Cámara de comercio, otra).	N/A
7. Cédula (Representante legal, revisor fiscal, otra)	N/A
8. Tarjeta profesional (Revisor fiscal, otra)	N/A
9. RUT	N/A

Dado en el Municipio de Bugalagrande – Valle del Cauca, el 27 de febrero del 2026.

FIRMA CONTRATISTA	Manuel Alejandro Jimenez MANUEL ALEJANDRO JIMENEZ GIL

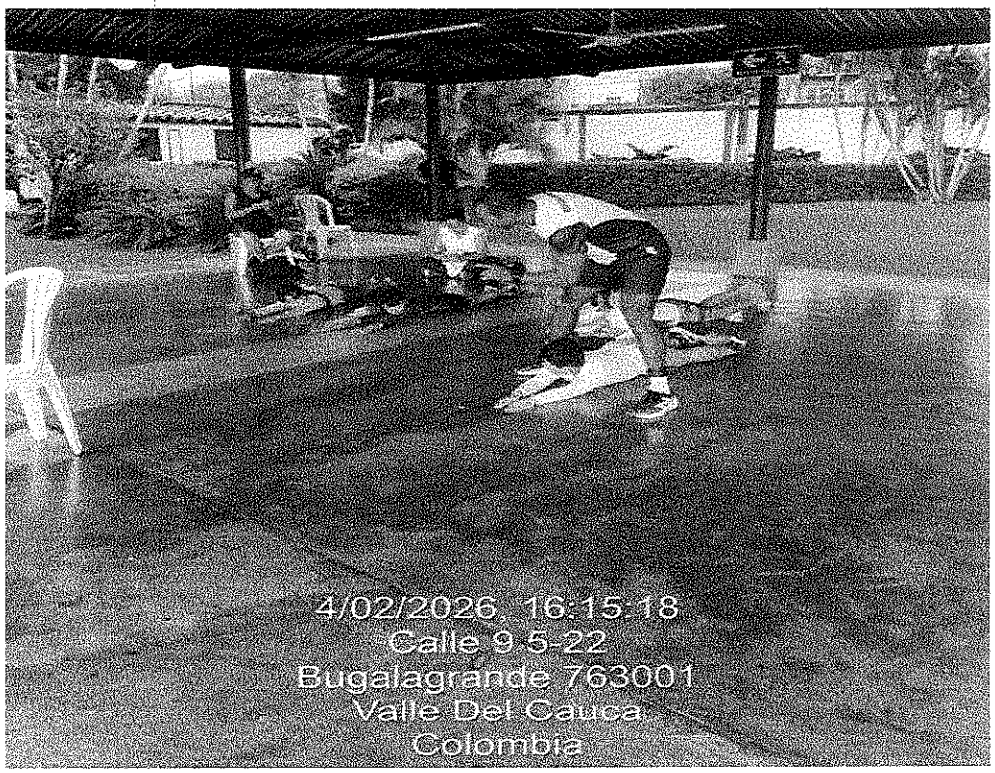
Este documento es propiedad de la Alcaldía Municipal de Bugalagrande. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del SGC

NUMERO DEL CONTRATO:	184-2026
OBJETO DEL CONTRATO:	PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION PARA REALIZAR ACTIVIDADES COMO MONITOR DE NATACIÓN DE LA ZONA URBANA EN EL MARCO DEL PROYECTO APOYO AL FOMENTO DE LA RECREACION, LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE EN EL MUNICIPIO DE BUGALAGRANDE, DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA.
CONTRATISTA:	MANUEL ALEJANDRO JIMENEZ GIL
LUGAR:	MUNICIPIO DE BUGALAGRANDE
FECHA DEL REGISTRO FOTOGRÁFICO:	DEL 27 DE ENERO AL 27 DE FEBRERO DE 2026

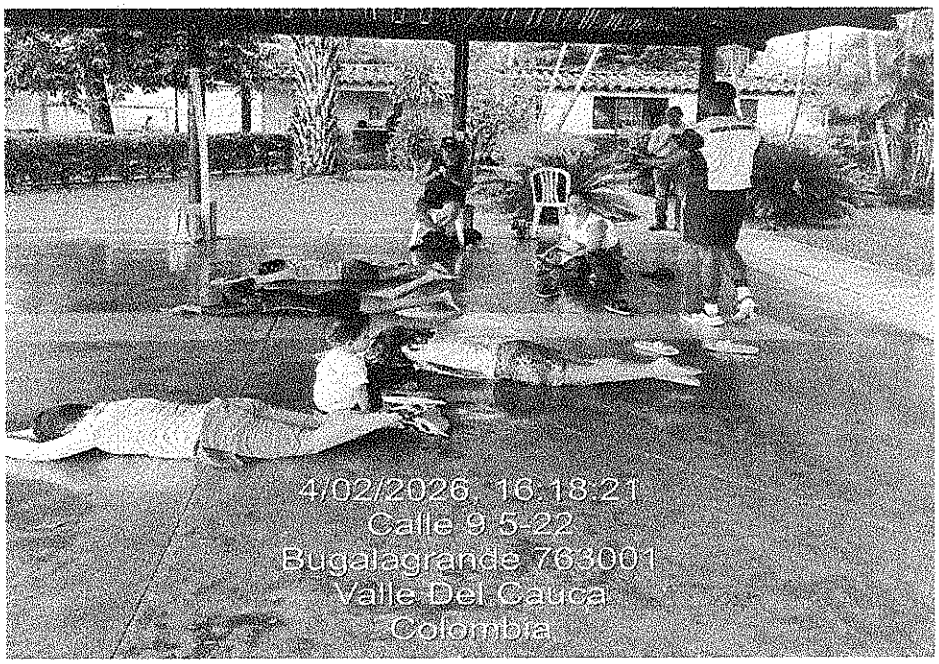
FOTOGRAFÍA(S) Y/O ANEXO (S)

Actividad 2: Entrega de evidencias de las veinte (20) sesiones de entrenamiento desarrolladas para los grupos formativos y competitivos de la disciplina de natación de la zona urbana.

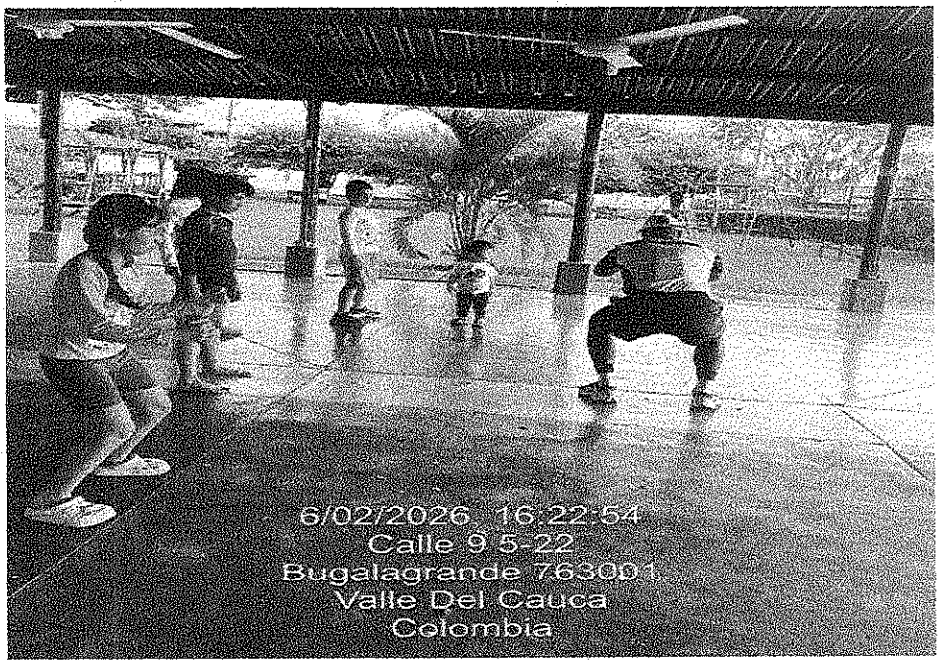
POSICIÓN AGUJA Y PATADA FUERA DE AGUA



Este documento es propiedad de la Alcaldía Municipal de Bugalagrande. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio sin previa autorización del SGC.

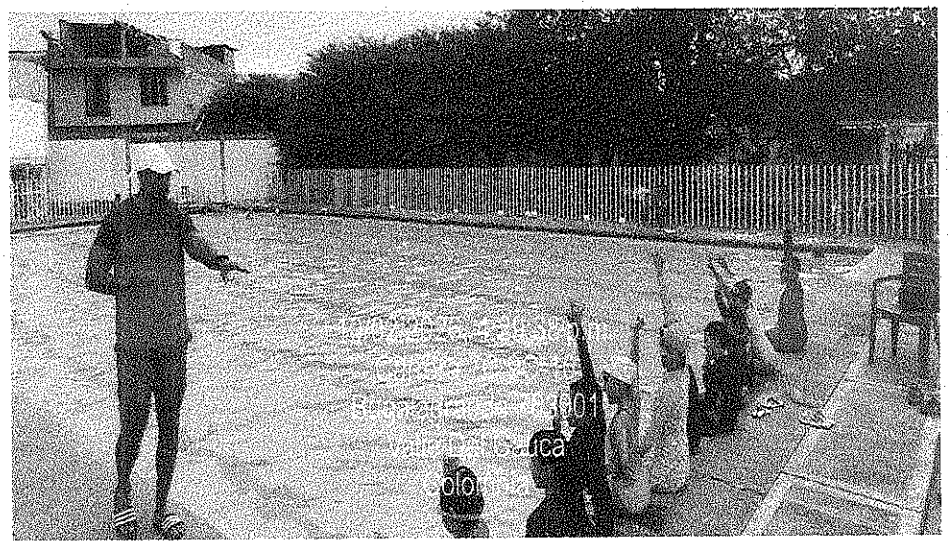


EJERCICIOS PREVENTIVOS





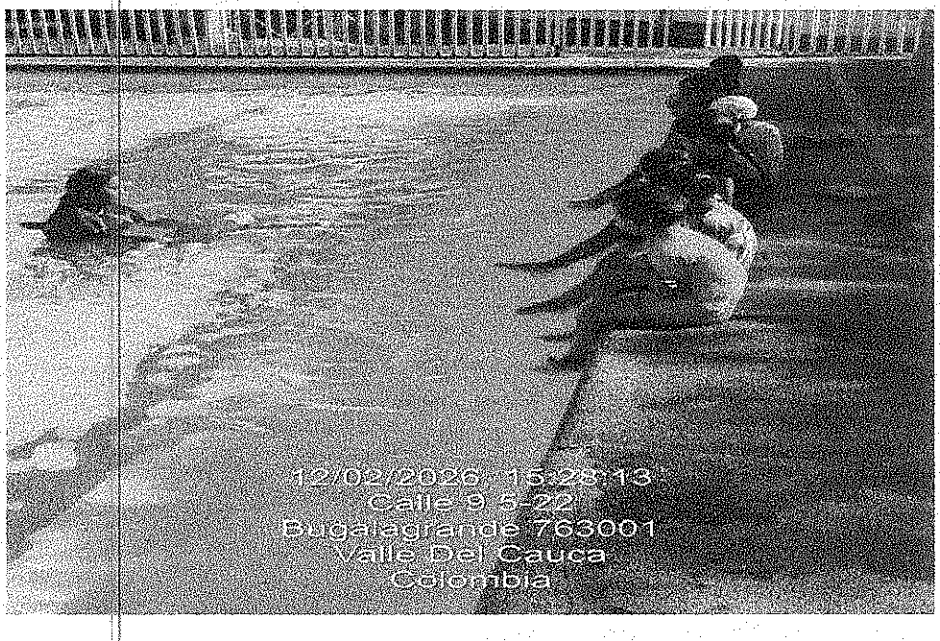
EXPLICACIÓN POSICIÓN AGUJA



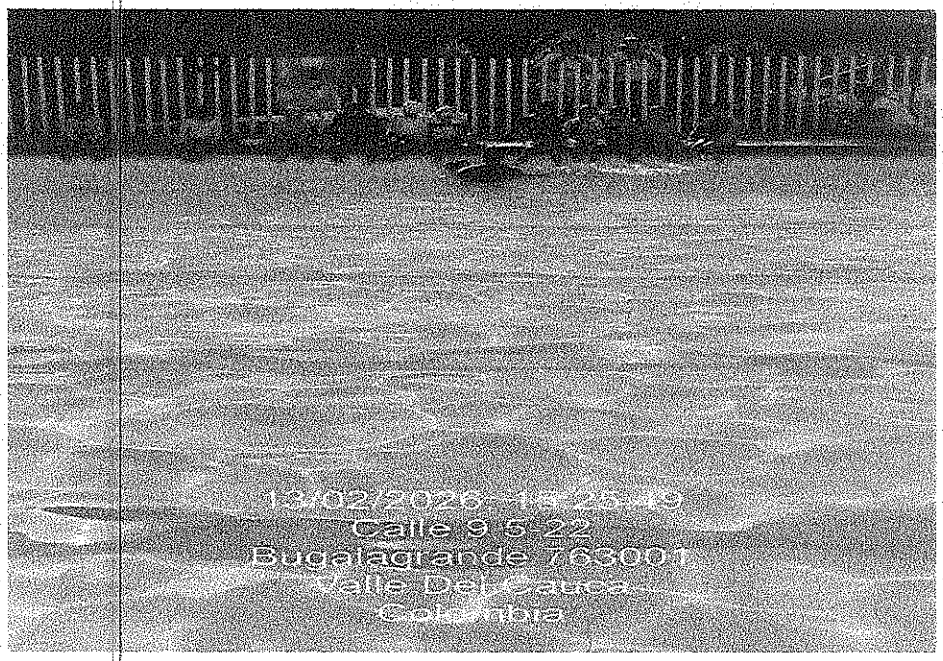
INMERSIONES



FLOTACIÓN BOCA ARRIBA



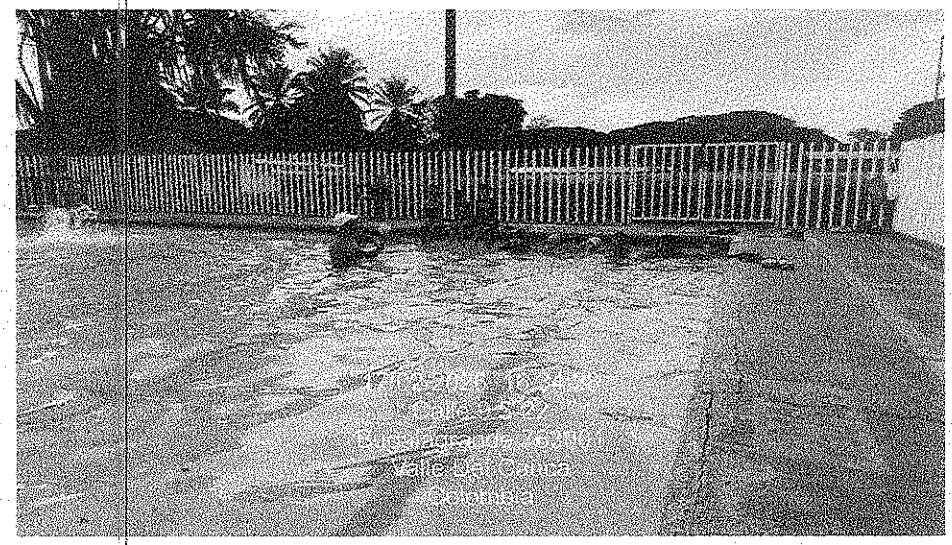
GIROS



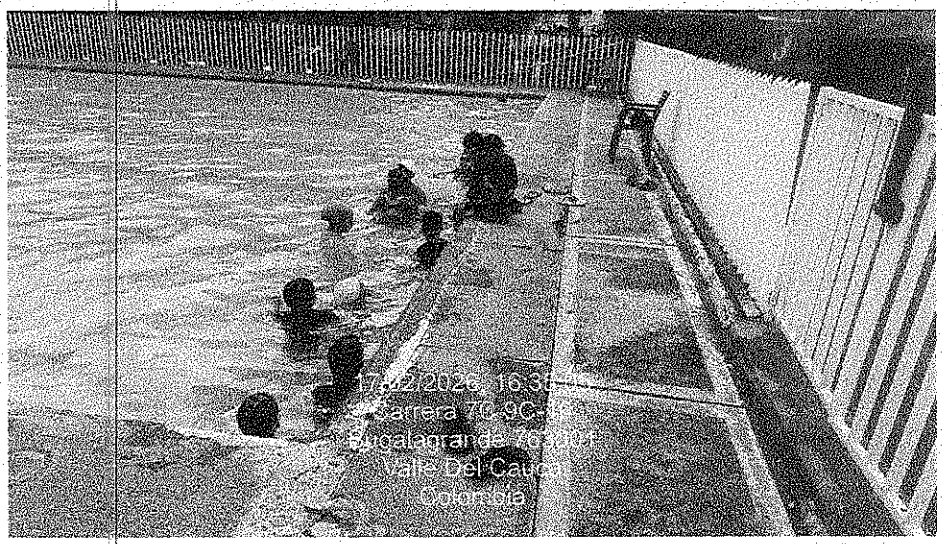
ENTRADAS AL AGUA



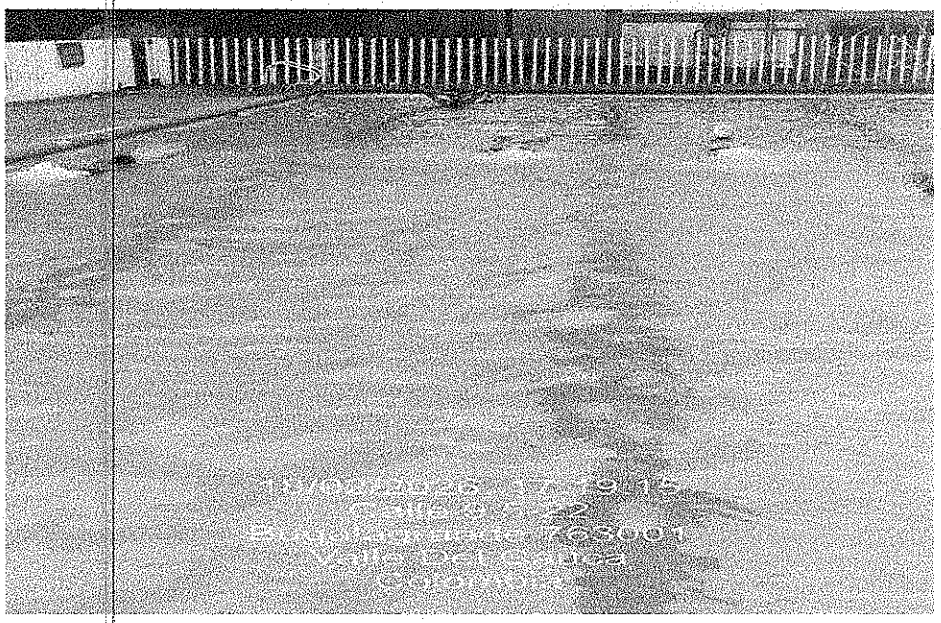
DESIZAMIENTOS



BURBUJAS



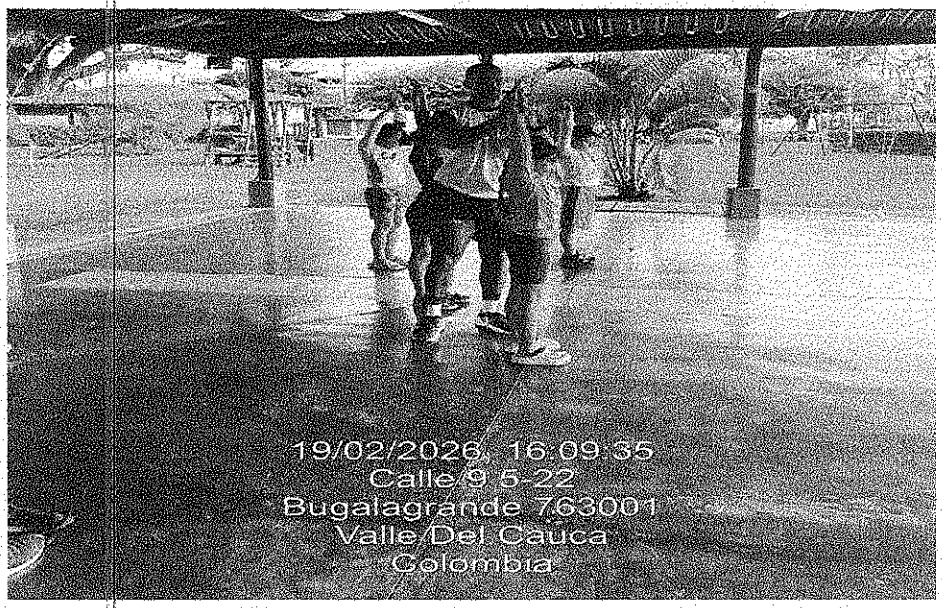
PATADA LIBRE CON TABLA



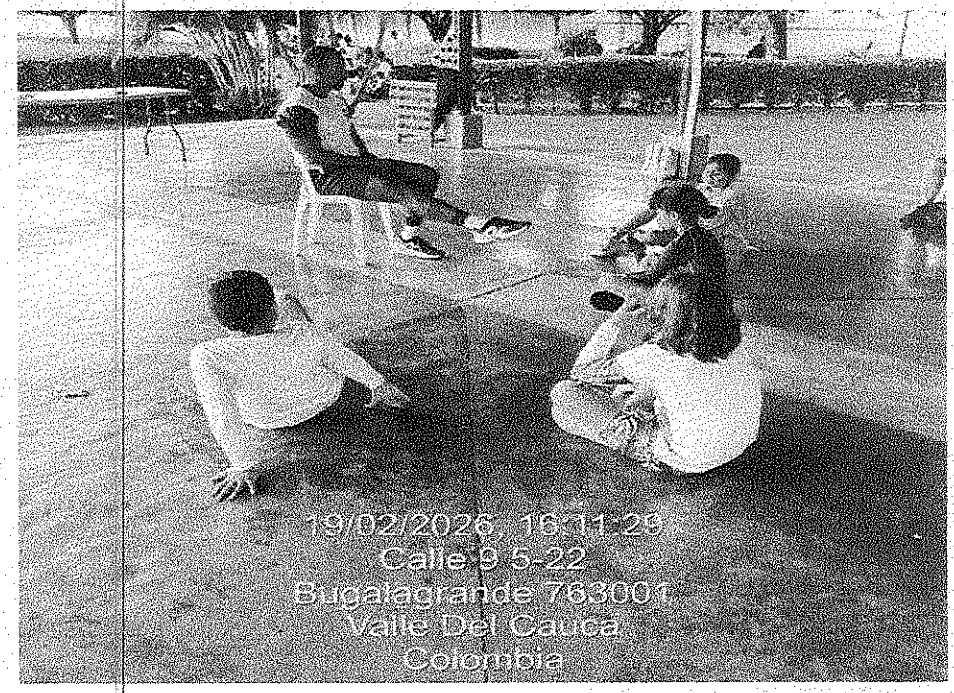
1000 METROS DE LIBRE



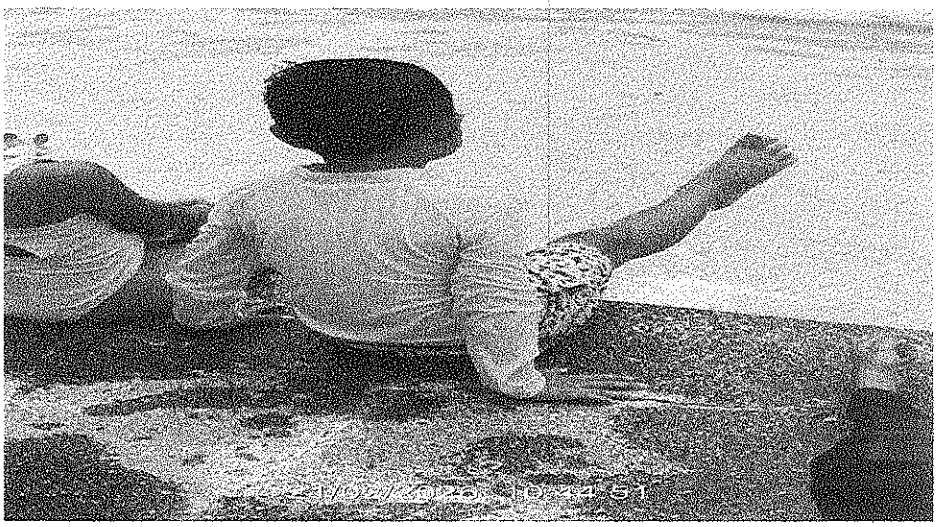
POSICIÓN AGUJA



PATADA DE LIBRE POSICION EMPEINE

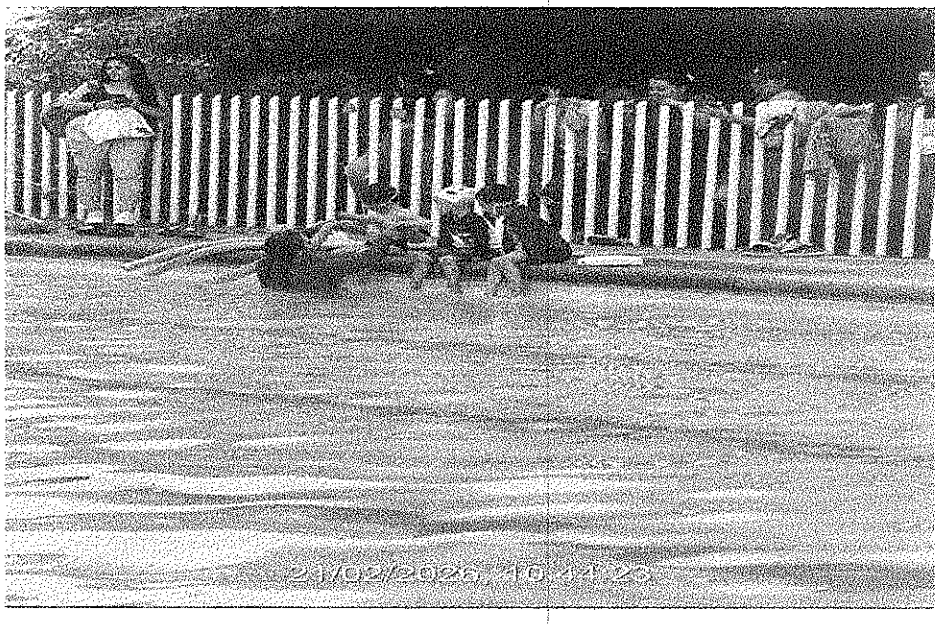


PATADA LIBRE

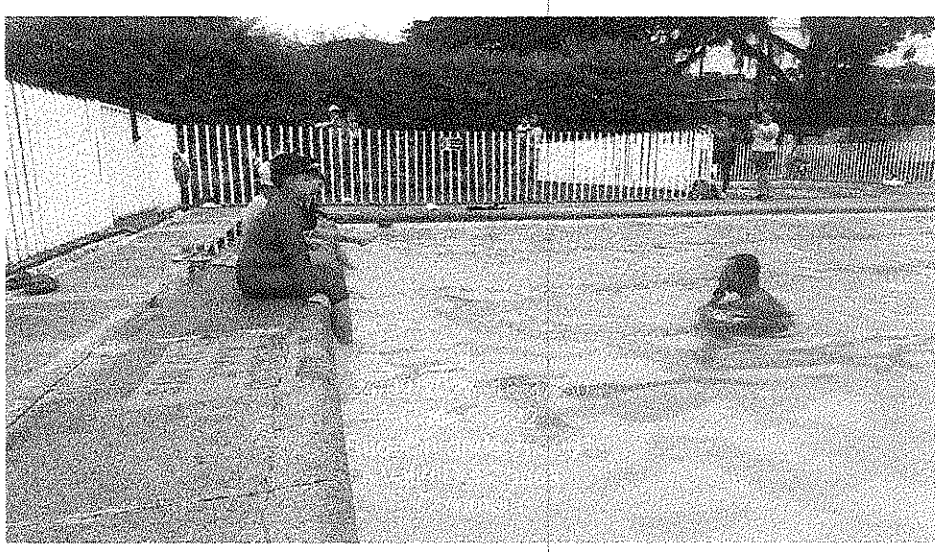




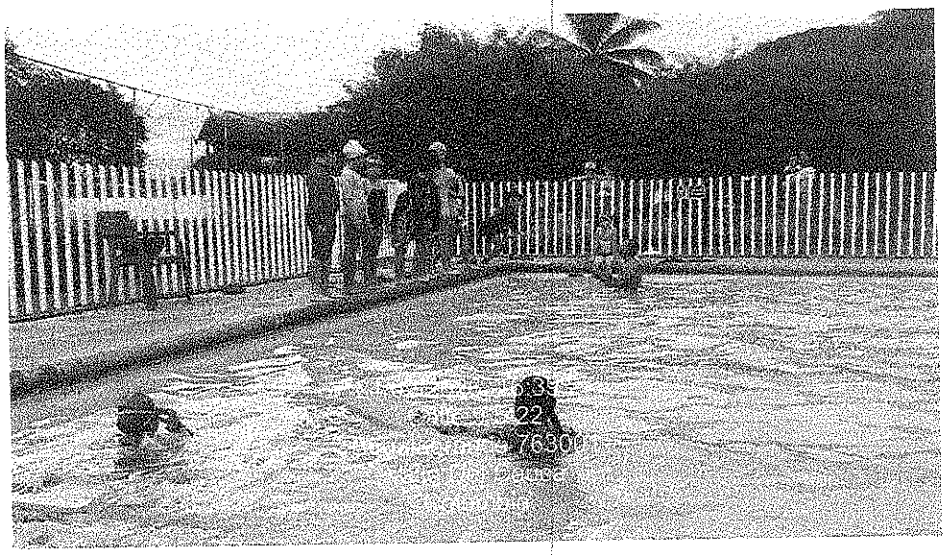
AMBIENTACIÓN AL MEDIO ACUATICO



EXPLICACIÓN BRAZADA LIBRE



PATADA LIBRE
ENTRADAS AL AGUA

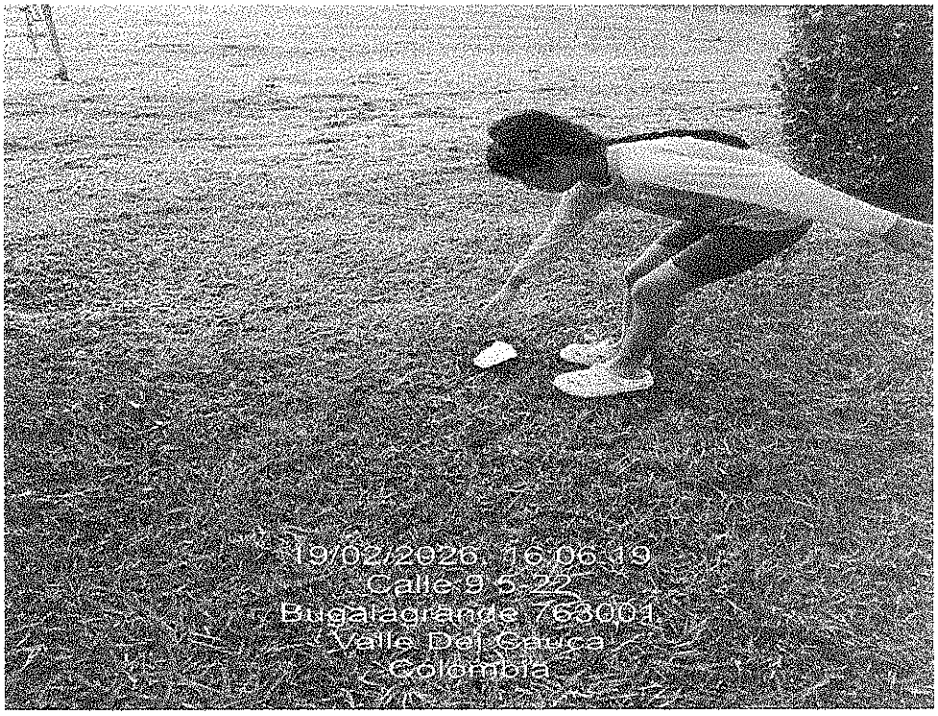


Actividad 3: Contribuir a la formación integral de los deportistas de la disciplina de Natación de la zona urbana realizando dos (2) talleres teóricos/prácticos, promoviendo valores, estilos de vida saludable, medio ambiente y prevención en factores de riesgo sociales

TALLER SOBRE CUIDAR NUESTRO LUGAR DE ENTRENAMIENTO Y CHARLA DE AUTO CUIDADO




19/02/2026, 15:58:47
Calle 9 5-22
Bugalagrande 763001
Valle Del Cauca
Colombia


19/02/2026, 16:06:19
Calle 9 5-22
Bugalagrande 763001
Valle Del Cauca
Colombia

Actividad 4: Reportar cualquier mal uso que se haga de la implementación y escenarios deportivos, por medio del correo institucional asignado en el formato establecido.

Se realiza reporte al correo del delegado en el periodo enero-febrero

manuel alejandro jimenez

Para: delegadodeportivo3@gmail.com Dom 22/02/2026 8:44 PM

cordial saludo,

la presente es para informarle que durante este periodo de enero-febrero en las instalaciones del centro recreativo no se presento mal uso de los escenarios ni de la implementación deportiva.

agradezco su atención.

Manuel Jiménez
Monitor de Natación

Responder Reenviar

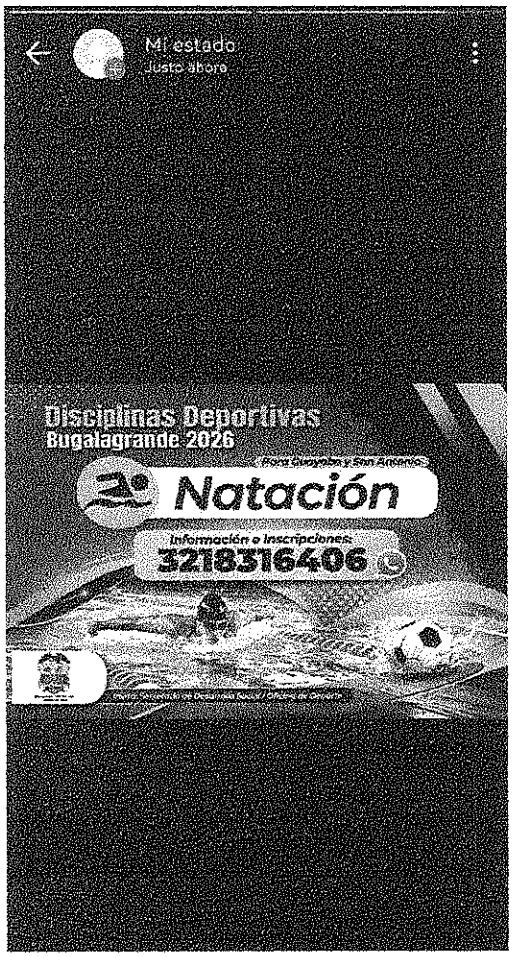
Actividad 5: Participación activa y cumplimiento en cada jornada de capacitación que se gestione por parte de la Alcaldía Municipal, Departamental y demás entes descentralizados, realizando el respectivo informe en el formato asignado.

CAPACITACIÓN AREA DE DEPORTES

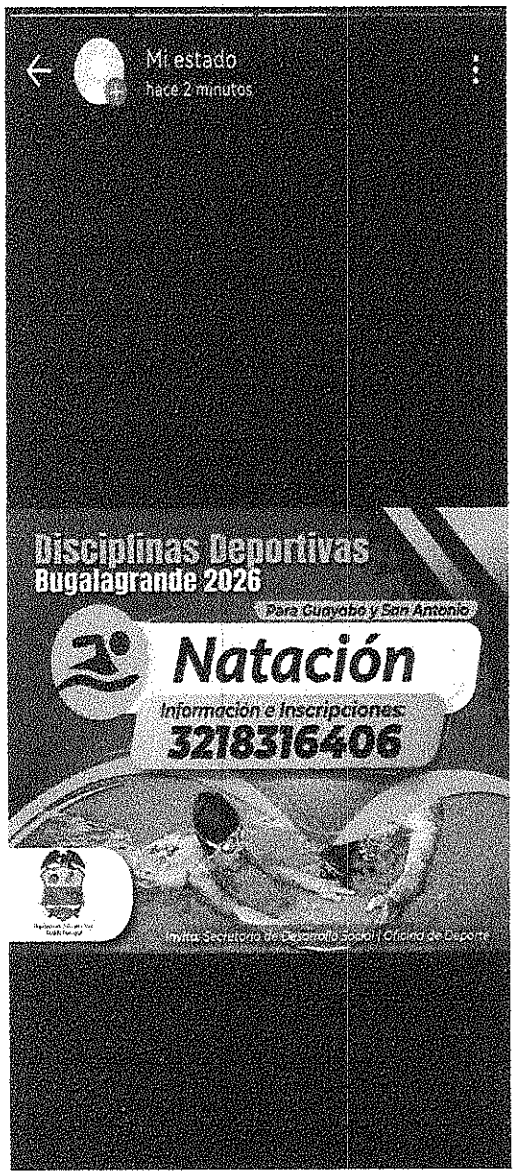


Actividad 6: Realizar cuatro (4) convocatorias a inscripciones mensuales de cada grupo formativo y selectivo de la disciplina de Natación de la zona urbana, junto con la promoción y divulgación de su disciplina deportiva a través de herramientas tecnológicas (redes sociales) y a nivel municipal.

Se realizan publicaciones mediante las redes sociales de la disciplina deportiva



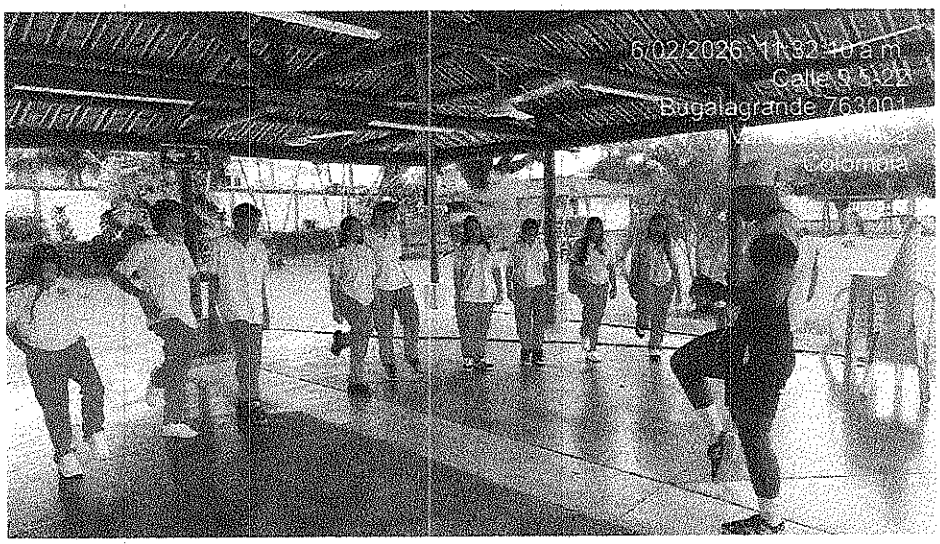


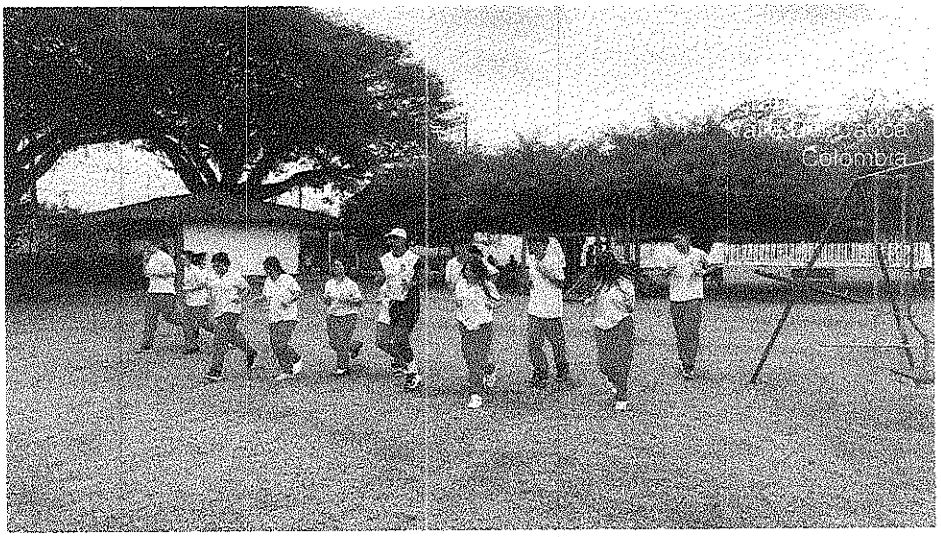

Mi estado
hace 2 minutos
Disciplinas Deportivas
Bugalagrande 2026
Para Guayabo y San Antonio
2° Natación
Información e inscripciones:
3218316406
Invita: Secretaría de Desarrollo Social | Oficina de Deporte


Mi estado
hace 8 minutos
Creado con La...
Bugalagrande 2026
Natación
Fútbol de Salón
Boxeo
Voleibol
Tenis de Mesa
Levantamiento de Pesas
Power Lifting
Fútbol
Iniciación Deportiva
Tejo
Ajedrez
Atletismo
Patinaje
Baloncesto
Fútbol Sala
Boxeo
Desde hoy puedes inscribirte a tu deporte preferido en el Coliseo Hector Daniel Useche, en horario de oficina de lunes a viernes.
¡Te esperamos!
Disciplinas Deportivas
Bugalagrande 2026
2° Natación
Información e inscripciones:
3218316406

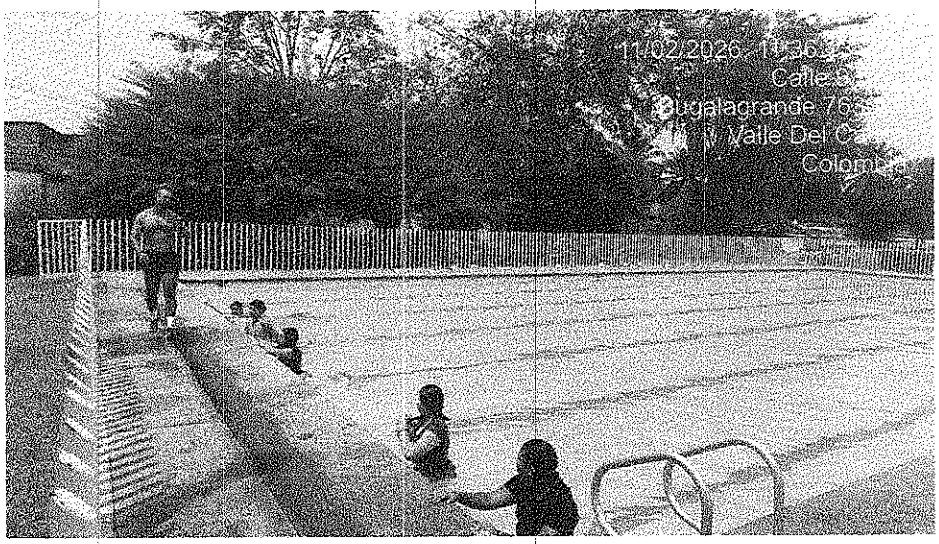
Actividad 8: Apoyo en la ejecución en los programas de educación física en las instituciones educativas públicas y privadas por medio de las plataformas virtuales, exhibiciones, intervenciones de los grupos y liderar el desarrollo de encuentros deportivos; ocho (8) sesiones.

SE EJECUTAN INTERVENCIÓN CON LOS ESTUDIANTES DEL GRADO 10 y 11 DEL INSTITUTO ROJAS

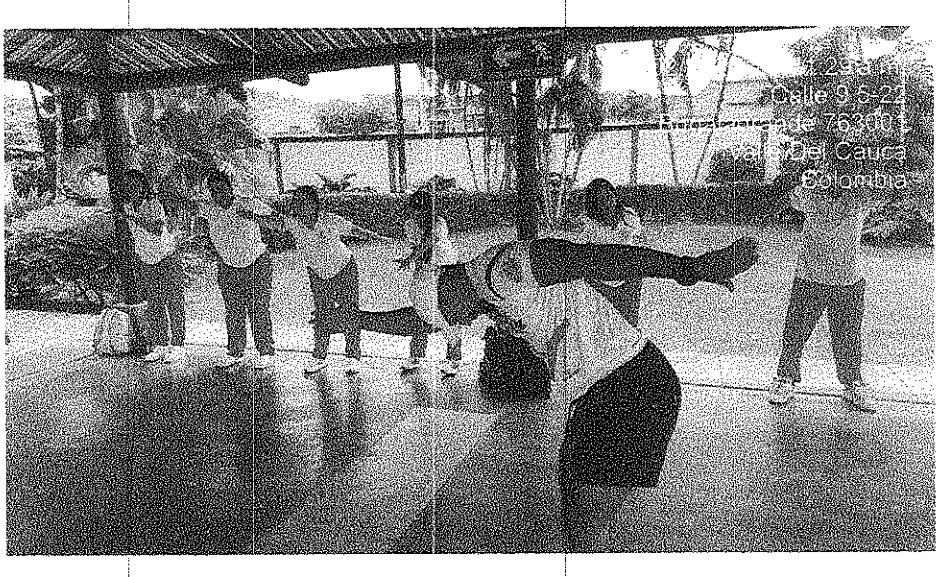


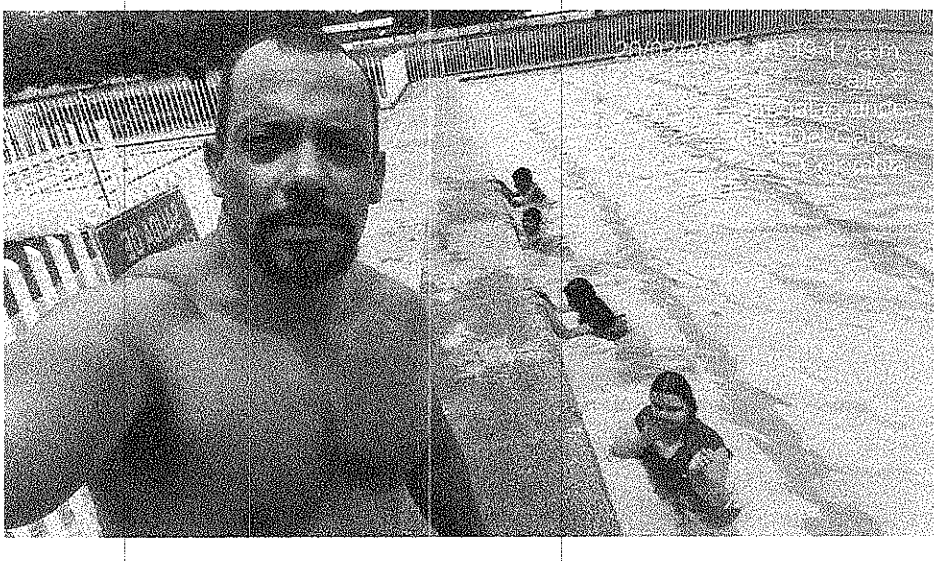


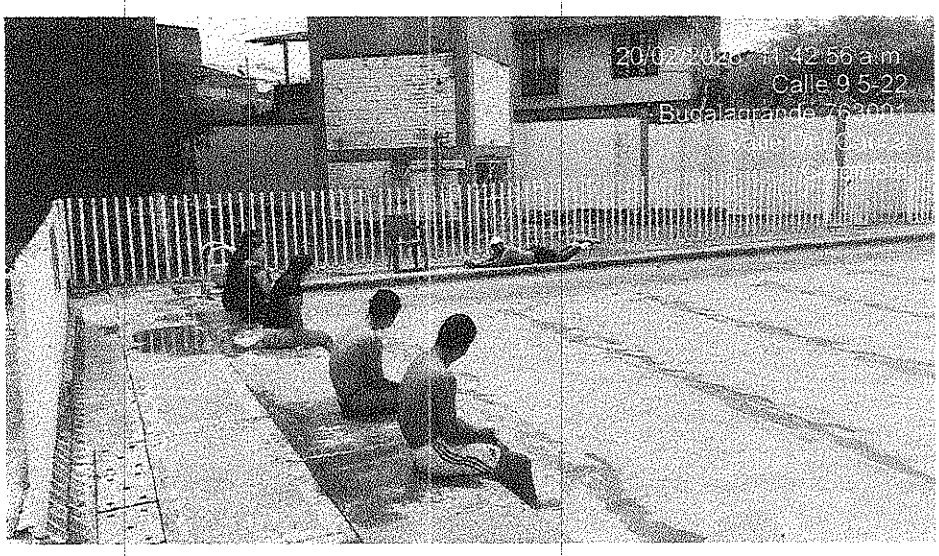

11/02/2026 11:37:43 a.m.
Calle 9 5-22
Bugalagrande 763001
Valle Del Cauca
Colombia


11/02/2026 11:36:14
Calle 5
Bugalagrande 763
Valle Del Ca
Colombia


18/02/2026 11:28:48 a.m.
Calle 9 5-22
Bugalagrande, 763001
Valle Del Cauca
Colombia

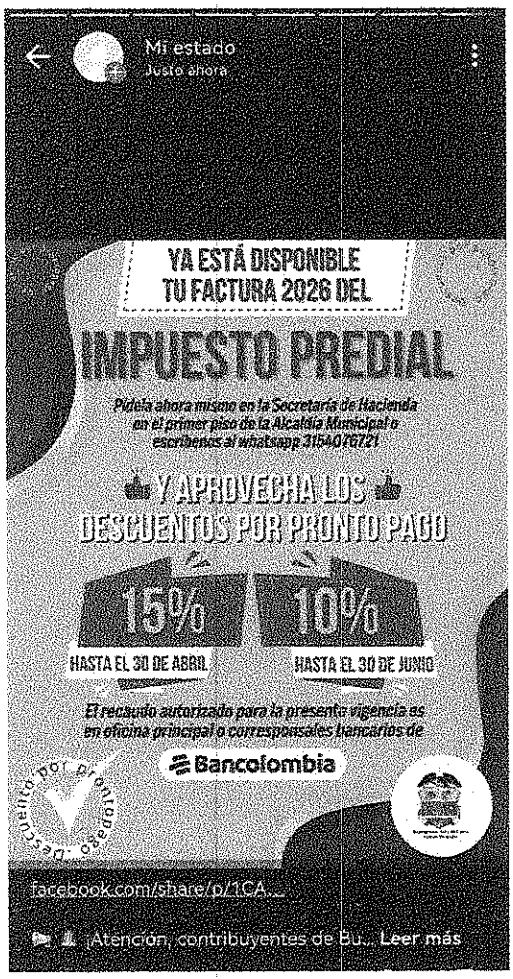

Calle 9 5-22
Bugalagrande, 763001
Valle Del Cauca
Colombia

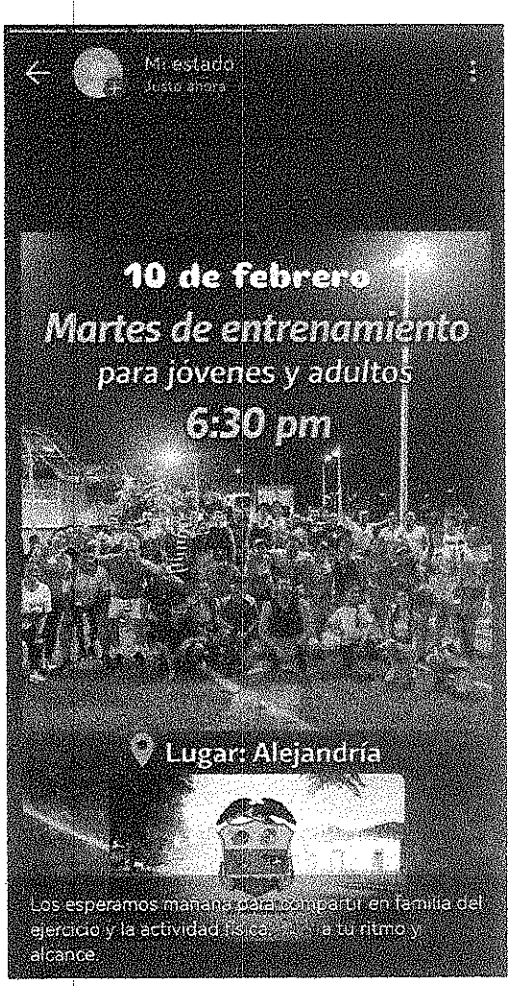



Calle 9 5-22

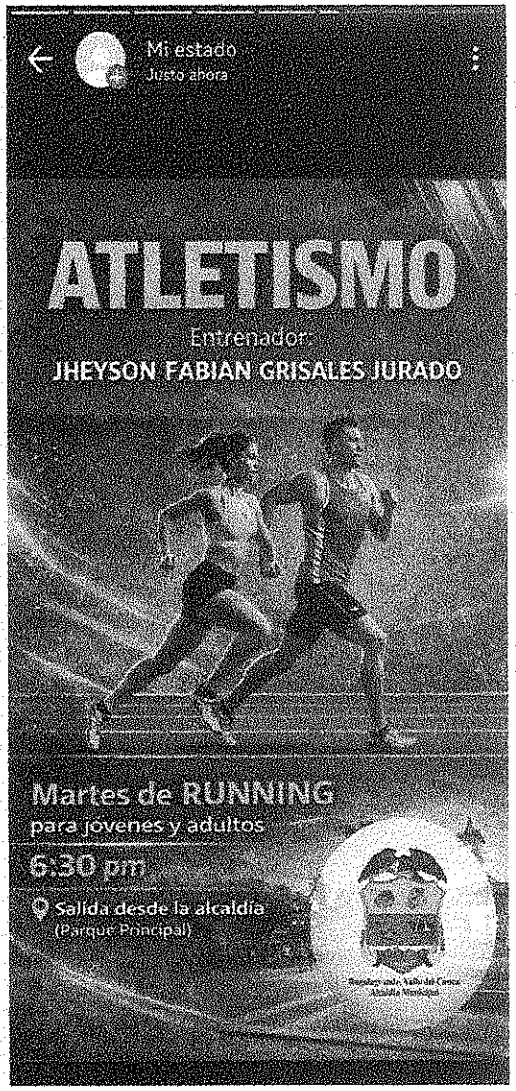
Actividad 9: Apoyo a las actividades lideradas desde la Secretaria de Desarrollo Social y Alcaldía Municipal; cuatro (4) actividades.

SE REALIZA APOYO MEDIANTE LAS REDES SOCIALES A LAS ACTIVIDADES LIDERADAS DESDE LA ALCALDÍA MUNICIPAL Y LA SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL.





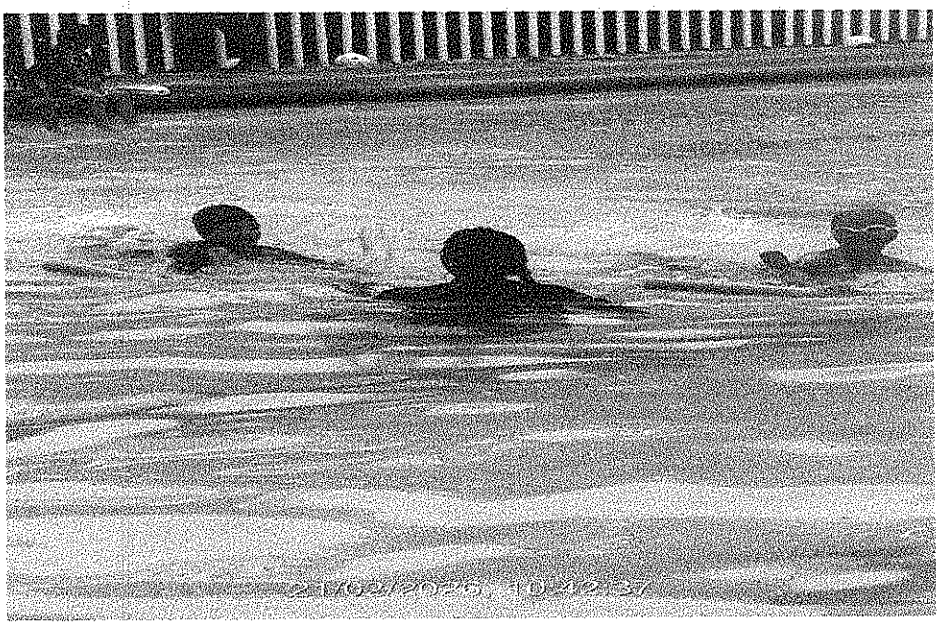

Mi estado
Justo ahora
Bugalagrande, Valle del Cauca
Así inician las obras de rehabilitación del Parque El Edén
Avanzando actualmente en las actividades preliminares del proyecto.
facebook.com/share/p/1E5...
Iniciamos con las obras de rehabilitación... Leer más


Mi estado
Justo ahora
ATLETISMO
Entrenador
JHEYSON FABIAN GRISALES JURADO
Martes de RUNNING
para jovenes y adultos
6:30 pm
Salida desde la alcaldia
(Parque Principal)

Actividad 10: Apoyo en la programación y ejecución de 4 jornadas deportivas y recreativas programadas desde la alcaldía municipal, sector deporte o disciplina deportiva a cargo, donde se promueva el deporte, la actividad física y la recreación.

COMPETENCIAS INTERNAS CON EL CLUB POLARES





DISTRIBUCION DEL PLAN GRAFICO ANUAL DE NATACION

ENTRENADOR : Manuel Alejandro Jimenez

CATEGORIA: INFANTIL GENERO : MASCULINO Y FEMENINO FECHA : 01 DE FEBRERO DEL 2026 AL 12 DE SEPTIEMBRE DEL 2026

1	MESES			Enero				FEBRERO				MARZO				ABRIL			
2	MACROCICLOS															I			
3	PERIODOS											Preparatorio							
4	ETAPAS							General								Especial			
5	No DE MESOCICLOS							1				2				3			
6	TIPOS DE MESOCICLOS							Introductorio				Basico Desarrollador				Basico Preparatorio control			
7	No DE MICROCICLOS							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
8	TIPOS DE MICROCICLOS							F	F	F	F	F	FT	Te	Te	FT	Te	Te	Te
	FECHA DE INICIO Y FINAL							2	2	9	16	23	1	12	20	26	1	11	17
9	DEL MICROCICLO							7	7	14	21	31	11	18	25	30	9	16	23
#	DIAS W x MICROCICLOS							3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
#	SESIONES x MICROCICLOS							3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
#	HORAS x MICROCICLOS							5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
#	COMPETENCIAS FUNDAMENTALES																		
#	COMPETENCIAS PREPARATORIAS																		
#	TESTS PEDAGOGICOS																		
#	PRUEBAS BIOMEDICAS																		
#	PRUEBAS PSICOLOGICAS																		
#	PRONOSTICO																		
#	V. COMPONENTE POR MESO		0	0				2400				2400				2400			
	V. COMPONENTE (min)							600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600
	PREPARACION FISICA	%						50	50	50	40	40	40	40	35	35	35	35	30
#		min		0	0	0	0	300	300	300	240	240	240	240	210	210	210	210	180
	PREPARACION TECNICA	%						40	40	40	40	40	40	40	35	35	35	35	30
#		min		0	0	0	0	240	240	240	240	240	240	240	210	210	210	210	180
	PREPARACION TACTICA	%						5	5	5	15	15	15	15	25	25	25	25	35
#		min		0	0	0	0	30	30	30	90	90	90	90	150	150	150	150	210
	PREPARACION TEORICA	%						5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
#		min		0	0	0	0	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
#	P. TEORICA - PSICOLOGICAS	min																	

1	MESES		MAYO				JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE			
2	MACROCICLOS																		II							
3	PERIODOS						Competitivo								Preparatorio								Competitivo			
4	ETAPAS		Especial				Competitivo								Especial								Competitivo			
5	No DE MESOCICLOS		4				5				6				7				8				9			
6	TIPOS DE MESOCICLOS		Estabilizador				Preparatorio Control				Competitivo				Preparatorio de Control				Precompetitivo				Competitivo			
7	No DE MICROCICLOS		12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	12	1	2	3	3						
8	TIPOS DE MICROCICLOS		F	F	F	F	F	F	FT	Te	Te	FT	Te	Te	Te	F	F	F	F	F						
	FECHA DE INICIO Y FINAL		25	2	2	9	16	23	1	12	20	26	1	11	17	25	2	2	9	9						
9	DEL MICROCICLO		31	7	7	14	21	31	11	18	25	30	9	16	23	31	7	7	14	14						
#	DIAS W x MICROCICLOS		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3						
#	SESIONES x MICROCICLOS		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3						
#	HORAS x MICROCICLOS		5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5						
#	COMPETENCIAS FUNDAMENTALES																									
#	COMPETENCIAS PREPARATORIAS																									
#	TESTS PEDAGOGICOS																									
#	PRUEBAS BIOMEDICAS																									
#	PRUEBAS PSICOLOGICAS																									
#	PRONOSTICO																									
#	V. COMPONENTE POR MESO		2400				2400				2400				2400				2400				2400			
	V. COMPONENTE (min)		600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	#
	PREPARACION FISICA	%	30	30	30	25	25	25	25	25	25	25	25	20	20	20	15	20	20	20	20	15	15	15	15	#
#		min	180	180	180	150	150	150	150	150	150	150	150	120	120	120	90	120	120	120	120	90	90	90	90	#
	PREPARACION TECNICA	%	30	30	30	30	30	30	30	25	25	25	25	25	25	25	25	30	30	30	30	25	25	25	25	#
#		min	180	180	180	180	180	180	180	150	150	150	150	150	150	150	150	180	180	180	180	150	150	150	150	#
	PREPARACION TACTICA	%	35	35	35	40	40	40	40	45	45	45	45	50	50	50	55	45	45	45	45	55	55	55	55	#
#		min	210	210	210	240	240	240	240	270	270	270	270	300	300	300	330	270	270	270	270	330	330	330	330	#
	PREPARACION TEORICA	%	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
#		min	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	#
#	P. TEORICA - PSICOLOGICAS	min																								

Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

MICROCICLO SEMANAL

FORMADOR	DEPORTE	PERIODO	SEMANA	MES: FEBRERO	OBJETIVOS:
	NATACIÓN	GENERAL	DEL 02 AL 06	FISICO:+	X
ASISTENTE	CATEGORIA	MICROCICLO	TOTAL MINUTOS	TACTICO:	
		1	180		SOCIOAFECTIVO:

EXPLICACION:

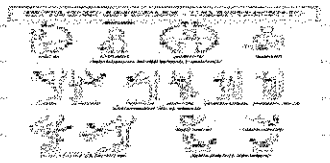
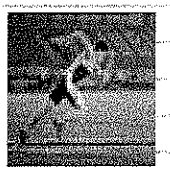
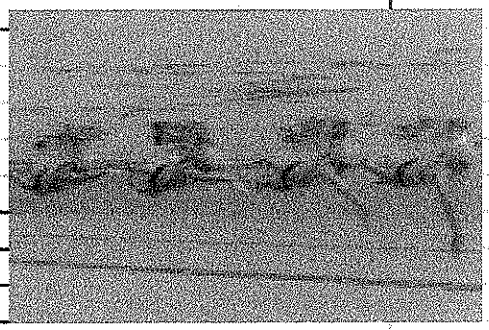
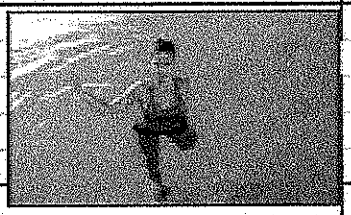
OBJETIVOS: FONDE DE LIBRE YTECNICA COMPLETA DE ESPALDA + SALIDAS DE ESPALDA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES		
	LUGAR: CRB	LUGAR: CRB	LUGAR: CRB	LUGAR: CRB	LUGAR: CRB		
	HORARIO: TARDE	HORARIO: TARDE	HORARIO: TARDE	HORARIO: TARDE	HORARIO: TARDE		
	SESION:	SESION: 1	SESION:	SESION: 2	SESION: 3		
	DURACION: #¡REF!	DURACION: 10	DURACION: #¡REF!	DURACION: 10	DURACION: 10		
INICIAL		Calentamiento y charla, Movilidad articular y calenttamiento 10	10	Movilidad Articular, tronco inferior 5 Movilidad Articular, tronco Superior 5	Movilidad Articular, tronco inferior 5 Movilidad Articular, tronco Superior 5		
	#¡REF!	PREPARACION FISICA 50	PREPARACION TECNICAS #¡REF!	PREPARACION FISICA 40	40	#¡REF!	#¡REF!
CENTRAL		TRABAJO DE 2500 ESTILO LIBRE 40		400 METROS DE ESPALDA 20 800 METROS DE LIBRE 25	SALIDAS DE ESPALDA 20 LIBRE 1000 METROS 30		
FINAL	TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS 10	TAREAS TEORICAS 0	VUELTA A LA CALMA 10	TAREAS TEORICAS 0	TAREAS TEORICAS 0	0
		vuelta a la calma 10	10	VUELTA A LA CALMA 10	VUELTA A LA CALMA		
	Tarea de Reglamento		10		10	0	0
	V. TOTAL #¡REF!	V. TOTAL 60	V. TOTAL #¡REF!	V. TOTAL 65	V. TOTAL 70	V. TOTAL #¡REF!	V. TOTAL #¡REF!

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-85 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

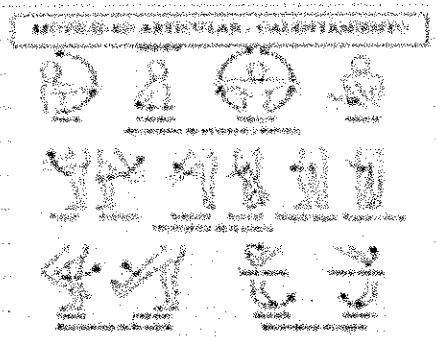
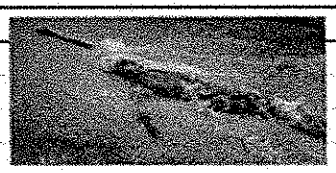
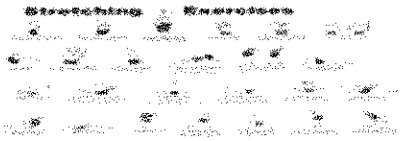
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACION

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION
OBJETIVO			FECHA: 03 DE FEBRERO	1
DE	FONDO LIBRE		LUGAR: CRB	DURACION:
SESION			HORARIO: TARDE	80
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I				Termo, toalla,Reloj
N	La fase inicial tendra una duración de 15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
C			 	
I				
A				
L				
	SUMA	50		
C				
E				
N	2500 METROS DE LIBRE	40		
T				
R				
A				
L				
	SUMA		TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Vuelta a la calma estiramientos			
A				
L		10		
	V. TOTAL	80	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

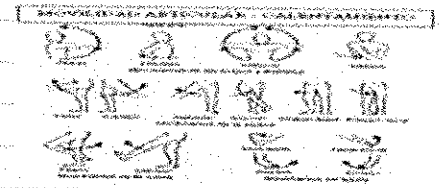
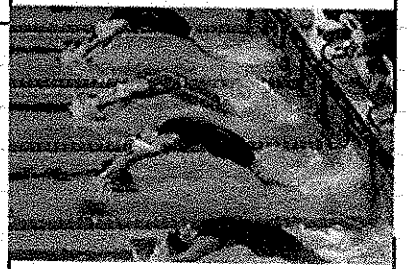
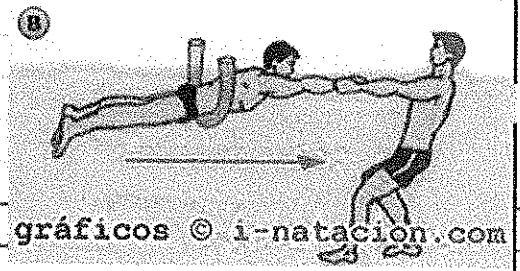
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO DE SESION	SEMI DE LIBRE Y ESPALDA		FECHA: 05 DE FEBRERO LUGAR: CRB HORARIO : TARDE	2 DURACION: 60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I	La fase Inicial tendrá una duración de			Temo, toalla,Reloj
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
C				
I	Salto con o sin lazo pero realizando el gesto durante 5 minutos			
A				
L				
	SUMA	40		
C				
E	ESPALDA TECNICA COMPLETA	20		
N	800 METROS DE LIBRE 4.1	25		
R				
	SUMA		TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Estiramiento de todos los grupos musculares	10		
A				
L				
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR			CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO DE SESION	SEMI FONDO DE LIBRE Y SALIDAS DE ESPALDA		FECHA: 06 DE FEBRERO LUGAR: CRB HORARIO: TARDE	3 DURACION: 60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	
	DURACION:	10		
I N I	Circuito de calentamiento	10		
		40		
N T R	SEMI FONDO DE LIBRE 1000 METROS	30		
		0		
F I N A L	vuelta a la calma FLOTACIONES	10		
		60		

Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

MICROCICLO SEMANAL

FORMADOR	DEPORTE	PERIODO	SEMANA	MES: FEBRERO	OBJETIVOS:
	NATACIÓN	GENERAL	DEL 9 AL 13	FISICO:+	X
ASISTENTE	CATEGORIA	MICROCICLO	TOTAL MINUTOS	TACTICO:	
		2	180		SOCIOAFECTIVO:

EXPLICACION:

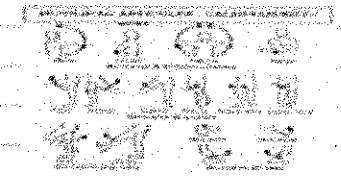
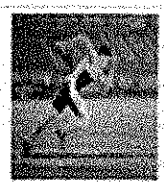
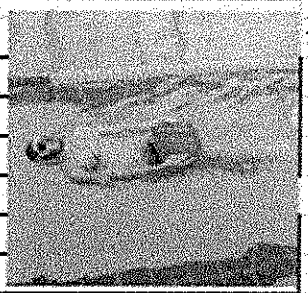
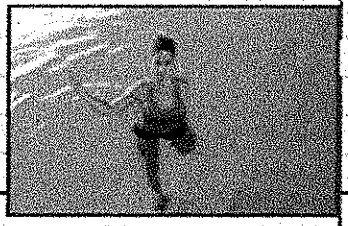
OBJETIVOS: TECNICA DE LIBRE, SEMI FONDOS, PATADA DE ESPALDA

			LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES					
			LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB					
			HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE					
			SESION:		SESION: 4		SESION:		SESION: 5		SESION: 6					
			DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	10				
I																
									Movilidad Articular, tronco inferior	5	Movilidad Articular, tronco inferior	5				
					Calentamiento y charla, Movilidad articular y calenttamiento	10		10	Movilidad Articular, tronco Superior	5	Movilidad Articular, tronco Superior	5				
N																
I																
C																
I																
A																
L																
				#¡REF!	PREPARACION FISICA	50	PREPARACION TECNICAS	#¡REF!	PREPARACION FISICA	40		40		#¡REF!		#¡REF!
C																
					TRABAJO DE 1000 ESTILO LIBRE	30			BRAZADA DE LIBRE, TRABAJO DE TECNICA	15	PATADA DE ESPALDA					
E												20				
					PATADA DE ESPALDA	20			800 METROS DE LIBRE	25	BRAZADA DE ESPALDA	20				
N																
T																
R																
A																
L																
	TAREAS TEORICAS				TAREAS TEORICAS	10	TAREAS TEORICAS	0	VUELTA A LA CALMA	10	TAREAS TEORICAS	0	TAREAS TEORICAS	0		0
F																
					vuelta a la calma	10		10	VUELTA A LA CALMA	10	VUELTA A LA CALMA					
I																
N																
A																
L	Tarea de Reglamento							10				10		0		0
	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	70	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	60	V. TOTAL	60	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	#¡REF!

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Codigo Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

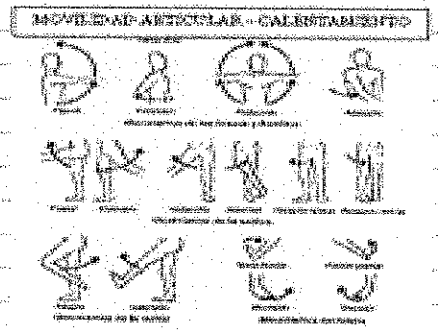
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACION

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION
OBJETIVO			FECHA: 10 DE FEBRERO	4
DE	RABAJO DE TECNICA DE ESPALDAY SEMI FONDO DE LIBR		LUGAR: CRB	DURACION:
SESION			HORARIO: TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I				Termo, toalla,Reloj
N	La fase inicial tendra una duracion de 16 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
C			 	
I				
A				
L				
	SUMA	50		
C				
E				
N				
	1000 metros en estilo libre	30		
T				
	PATADA DE ESPALDA CON TABLA			TABLA
R	TRABAJO DE TECNICA			
A				
L				
	SUMA		TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Vuelta a la calma estiramientos			
A				
L		10		
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

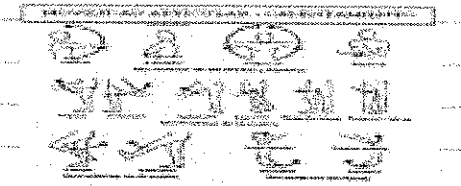
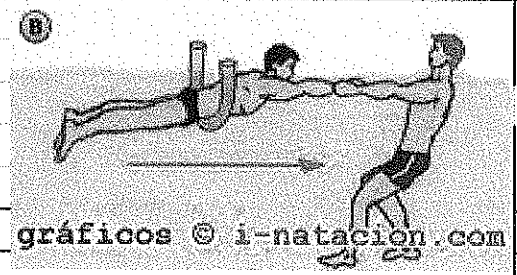
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO DE SESION	TECNICA DE LIBRE Y SEMI FONDO DE LIBRE		FECHA: 12 DE FEBRERO LUGAR: CRB HORARIO : TARDE	5 DURACION: 60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I				
	La fase Inicial tendrá una duración de			
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
				Temio, toalla,Reloj
C				
	Salto con o sin lazo pero realizando el gesto			
I	durante 5 minutos			
A				
L				
	SUMA	40		
C				
	TRAJADOS DE MEJORTAMIENTO DE BRAZADA			
E	AMPLITUD DE LA MISMA Y RESPIRACION LA	15		
N	800 METROS DE LIBRE 3.1	25		
R				
	SUMA		TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Estiramiento de todos los grupos musculares	10		
A				
L				
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR			CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO			FECHA: 13 DE FEBRERO	6
DE			LUGAR: CRB	DURACION:
SESION	TECNICA DE ESPALDA		HORARIO: TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	
	DURACION:	10		
I				
N	Circuito de calentamiento			
		10		
I				
		40		
N	Patada de espalda con tabla y sin tabla			
	patada lateral	20 min		
T				
	brazada a una mano	10 m		
R	tecnica completa	10 m		
		0		
F				
I				
N	vuelta a la calma FLOTACIONES	10		
A				
L				
		60		

Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

MICROCICLO SEMANAL

FORMADOR	DEPORTE	PERIODO	SEMANA	MES: FEBRERO	OBJETIVOS:
	NATACIÓN	GENERAL	DEL 16 AL 20	FISICO:+	X
ASISTENTE	CATEGORIA	MICROCICLO	TOTAL MINUTOS	TACTICO:	
		3	180		SOCIOAFECTIVO:

EXPLICACION:

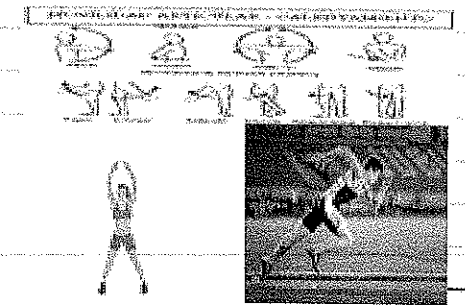
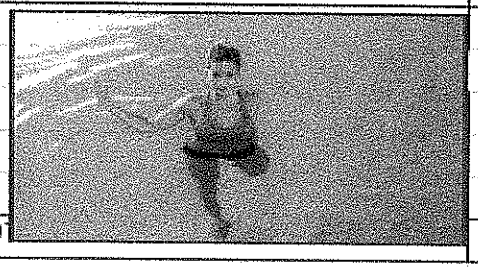
OBJETIVOS: FONDO

			LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES					
			LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB					
			HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE					
			SESION:		SESION: 7		SESION:		SESION: 8		SESION: 9					
			DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	10				
I									Movilidad Articular, tronco inferior	5	Movilidad Articular, tronco inferior	5				
N					Calentamiento y charla, Movilidad articular y calenttamiento	10		10	Movilidad Articular, tronco Superior	5	Movilidad Articular, tronco Superior	5				
I																
C																
I																
A																
L																
			#¡REF!		PREPARACION FISICA	50	PREPARACION TECNICAS	#¡REF!	PREPARACION FISICA	40		40		#¡REF!		#¡REF!
C																
E					TRABAJO DE 1800 ESTILO LIBRE	50			Rechazos o vuelta olimpica	40	CALENTAMIENTO	10				
N											TRABAJO DE TECNICA DE LA					
T											BRAZADA DE LIBRE	30				
R																
A																
L																
		TAREAS TEORICAS			TAREAS TEORICAS	10	TAREAS TEORICAS	0	VUELTA A LA CALMA	10	TAREAS TEORICAS	0	TAREAS TEORICAS	0		0
F																
I					vuelta a la calma	10		10	VUELTA A LA CALMA	10	VUELTA A LA CALMA					
N																
A																
L		Tarea de Reglamento						10				10		0		0
		V. TOTAL	#¡REF!		V. TOTAL	70	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	60	V. TOTAL	60	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	#¡REF!

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

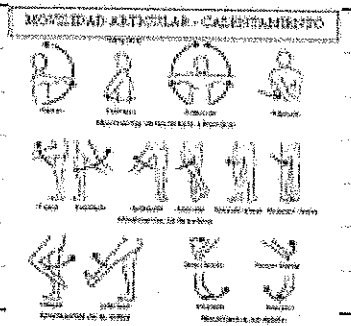
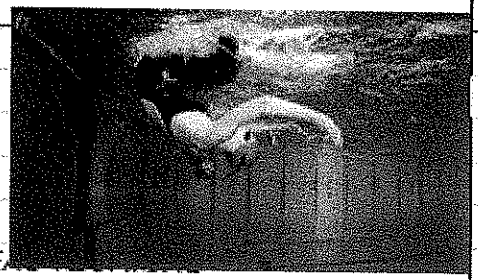
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION
OBJETIVO DE SESION	TRABAJO AEROBICO		FECHA:17 DE FEBRERO	7
			LUGAR: CRB	DURACION:
			HORARIO: TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I				
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
C				
I				
A				
L				
	SUMA	50		
C				
E				
N				
T				
R	1800 metros en estilo libre	50		
A				
L	SUMA		TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Vuelta a la calma estiramientos			
A				
L		10		
	V. TOTAL	60	V. TO	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

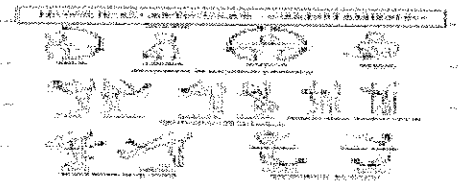
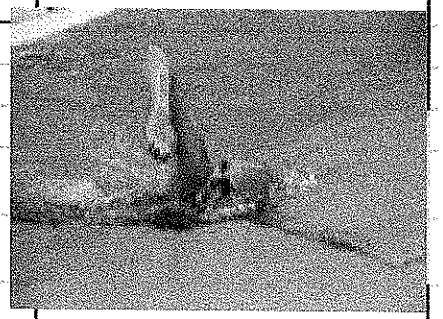
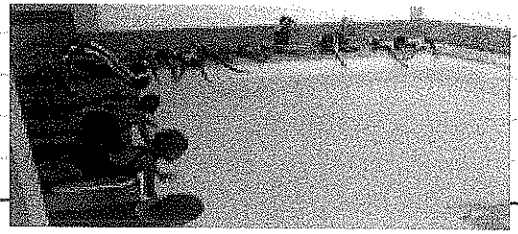
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO DE SESION	rechazos olimpicos		FECHA: 19 DE FEBRERO LUGAR: CRB HORARIO : TARDE	8 DURACION: 60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I	La fase Inicial tendrá una duración de			
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
C				
I	Salto con o sin lazo pero realizando el gesto			
A	durante 5 minutos			
L				
	SUMA	40		
C				
E	Rechazos o vuelta olimpica	40		
N				
T				
A				
L	SUMA		TARE	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Estiramiento de todos los grupos musculares	10		
A				
L				
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR			CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO DE SESION			FECHA: 20 DE FEBRERO LUGAR: CRB HORARIO: TARDE	9 DURACION: 60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	
	DURACION:	10		
I				
N	Circuito de calentamiento	10		
I				
		40		
N	trabajo de brazada a una mano, la otra extendida q sirve de referencia,	10		
T	trabajo de respiracion lateral, en el borde	10		
	trabajo de brazada llebando el codo bien alto			
R	en su fase aerea	20		
		0		
F I N A L	vuelta a la calma con juego			
		60		

Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

MICROCICLO SEMANAL

FORMADOR	DEPORTE	PERIODO	SEMANA	MES: FEBRERO	OBJETIVOS:
	NATACIÓN	GENERAL	DEL 23 AL 27	FISICO:+	X
ASISTENTE	CATEGORIA	MICROCICLO	TOTAL MINUTOS	TACTICO:	
		4	180		SOCIOAFECTIVO:

EXPLICACION:

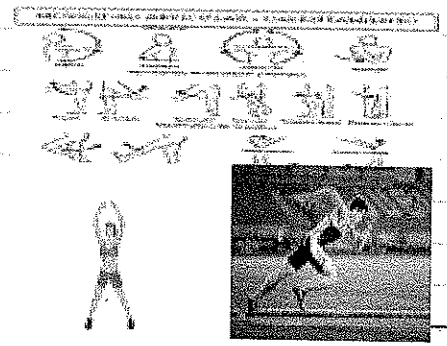
OBJETIVOS: FONDO

	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES					
	LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB					
	HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE					
	SESION:		SESION: 10		SESION:		SESION: 11		SESION: 12					
	DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	10				
INICIAL			Calentamiento y charla, Movilidad articular y calenttamiento	10		10	Movilidad Articular, tronco inferior Movilidad Articular, tronco Superior	5 5	Movilidad Articular, tronco inferior Movilidad Articular, tronco Superior	5 5				
C		#¡REF!	PREPARACION FISICA	50	PREPARACION TECNICAS	#¡REF!	PREPARACION FISICA	40		35		#¡REF!		#¡REF!
ENTRAL			TRABAJO DE 1500 ESTILO LIBRE	40			ENTRADAS AL AGUA EN LIBRE 300 METROS DE PATADA DE LIBRE 500 DE LIBRE	10 10 20	CALENTAMIENTO TRABAJO DE VELOCIDAD EN LIBRE	5 30				
FINAL	TAREAS TEORICAS		TAREAS TEORICAS	10	TAREAS TEORICAS	0	VUELTA A LA CALMA	10	TAREAS TEORICAS	0	TAREAS TEORICAS	0		0
			vuelta a la calma	10		10	VUELTA A LA CALMA	10	VUELTA A LA CALMA					
	Tarea de Reglamento					10						0		0
	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	60	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	60	V. TOTAL	55	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	#¡REF!

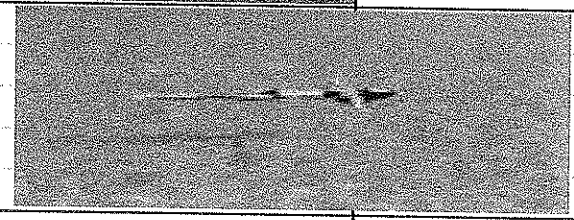
Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION 10
OBJETIVO DE SESION	TRABAJO AEROBICO		FECHA: 24 DE FEBRERO LUGAR: CRB HORARIO: TARDE	DURACION: 60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I				Termo, toalla,Reloj
	La fase inicial tendrá una duración de			
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
C				
I				
A				
L				
	SUMA	40		
C				
E				
N				
T				
R				
A				
L				
	SUMA		TA	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Vuelta a la calma flotaciones			
A				
L		10		
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

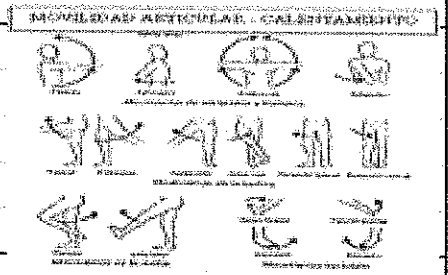




Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

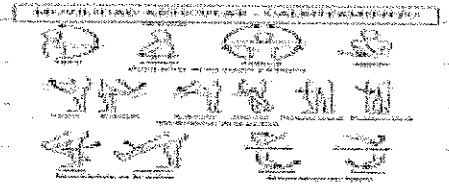
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO			FECHA: 26 DE FEBRERO	11
DE			LUGAR: CRB	DURACION:
SESION	TRADAS AL AGUA EN TECNICA DE LIBRE Y SEMI FON		HORARIO : TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
F		10		
I	La fase Inicial tendrá una duración de			
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor			Termo, toalla,Reloj
A				
L	Salto con o sin lazo pero realizando el gesto			
	SUMA	40		
	ENTRADAS AL AGUA	10		
	300 metros Patada de libre	10		
	500 metros de libre	20		
	SUMA		TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Estiramiento de todos los grupos musculares	10		
A				
L				
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR			CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO DE SESION	TRABAJO DE VELOCIDAD		FECHA: 27 DE FEBRERO LUGAR: CRB HORARIO: TARDE	12 DURACION: 60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	
	DURACION:	10		
I				
N	Circuito de calentamiento	10		
I				
		40		
N				
	Trabajos de velocidad de 15 metros con descansos			
T	prolongados	30		
	entre 10 y 15 sprints			
R				
		0		
F I N A L	vuelta a la calma con juego			
		60		

Bugalagrande, Valle del Cauca Alcaldía Municipal	**FORMATO DE ASISTENCIA**	Código: FTO-250-01
		Versión: 01
		Fecha de Aprobación: 25 de octubre de 2022
		Página **1** de **1**

DOCUMENTO CONTROLADO

Disciplina: Natacion. **Lugar:** CRB. **Mes:** Enero Febrero

Hora Inicio: 5pm **Hora Fin:** 6pm **Categoría:** Infantil **Entrenador:** Manuel Jimenez

INFORMACION DE ASISTENTES

No	Nombres y Apellidos	Edad	Teléfono	Firma	Semana 1							Semana 2							Semana 3							Semana			
					L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M		
1	Juan José Gomata	12	3105142801	Juan		✓		✓					✓		✓					✓		✓					✓			
2	Geraldi Quiñores	10	3165217516	Geral		✓		✓					✓		✓					✓		✓					✓			
3	Matias Castro	10	3117130546	Matias		✓		✓					✓		✓					✓		✓					✓			
4	Melanie Ossa	12	3184223977	Melanie		✓		✓					✓		✓					✓		✓					✓			
5	Daniel Araujo	11	3113653476	Daniel		✓		✓					✓		✓					✓		✓					✓			
6																													
7																													
8																													
9																													
10																													
11																													
12																													
13																													
14																													
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													

Proyectó y elaboró: Cristian Camilo Cárdenas Becerra (Coordinador)

Bugalagrande, Valle del Cauca Alcaldía Municipal	**FORMATO DE ASISTENCIA**	Código: FTO-250-01 Versión: 01 Fecha de Aprobación: 25 de octubre de 2022 Página 1 de 1

DOCUMENTO CONTROLADO

Disciplina: Natacion | **Lugar:** CRB | **Mes:** Febrero

Hora Inicio: 4 | **Hora Fin:** 5 pm. | **Categoría:** Pre Infantil | **Entrenador:**

INFORMACION DE ASISTENTES

No	Nombres y Apellidos	Edad	Teléfono	Firma	Semana 1							Semana 2							Semana 3							Semana 4						
					L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D
1	Emanuel Escobar	8	3225873548	Emanuel		✓		✓					✓	✓						✓		✓					✓					
2	Maximiliano Diaz	7	3219894283	hamilton		✓		✓					✓	✓						✓		✓					✓					
3	Maria Paula Timina	8	3217045697	maria		✓		✓					✓	✓						✓		✓										
4	Carolina			Caro				✓					✓	✓						✓		✓					✓					
5	Samuel Moreno	8	3244197027	Samuel				✓					✓	✓						✓		✓										
6	Antonela Cardona	8				✓							✓	✓						✓		✓					✓					
7		8	3173951660					✓					✓	✓						✓		✓										
8	Roxana Talcon	7	3015419792	Roxana		✓							✓	✓						✓							✓					
9	Sofia Manzano	9	3184482651	Sofia									✓	✓						✓		✓										
10	Andrew Cardona	9	3173234641	Andre		✓		✓					✓	✓						✓		✓					✓					
11	Jacobo Valdirrama	8	3005102203	Jacob			✓						✓	✓						✓												
12	Maria Sofia Ortiz	9	3212563549	Marias		✓	✓	✓					✓	✓								✓					✓					
13	Geronimo Tabordo	7	317-4512414	Geronimo			✓						✓							✓												
14	Ricardo Aponte	8	3107302435	Ricardo									✓	✓						✓		✓										
15	Jose Luis Garcia	9	3175942539	JSR																												
16																																
17																																
18																																
19																																
20																																
21																																
22																																
23																																
24																																
25																																

Proyectó y elaboró: Cristian Camilo Cárdenas Becerra (Coordinador)

Este documento es propiedad exclusiva de la Alcaldía Municipal de Bugalagrande. Prohibida su reproducción total o parcial sin autorización escrita de la misma. Versión No. 01

Bugalagrande, Valle del Cauca Alcaldía Municipal	**FORMATO DE ASISTENCIA**	Código: FTO-250-01 Versión: 01 Fecha de Aprobación: 25 de octubre de 2022 Página 1 de 1

DOCUMENTO CONTROLADO

Disciplina: Natacion | **Lugar:** CRB | **Mes:** Enero Febrero

Hora Inicio: 3pm | **Hora Fin:** 4 pm | **Categoría:** Iniciacion | **Entrenador:** Manuel Jimenez

INFORMACION DE ASISTENTES

No	Nombres y Apellidos	Edad	Teléfono	Firma	Semana 1							Semana 2							Semana 3							Sem 4			
					L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J
1	Alyandro Gilbor	4	3225873549	Alej			X	X				X	X						X			X				X	X		
2	Juan Andres Jimenez	5	3217021569	Juan			X	X				X	X							X		X				X	X		
3	Arianna S. Castanda	4	3135165404	Adriana			X	X				X	X						X	X		X				X	X		
4	Jacobo masa 13	5	3218475267	Jacobo			X	X				X	X						X										
5	Asly Naomi Hamer	6	3217180956	Naomi			X	X				X	X						X							X			
6	Jan David nuñez	5	3126013483	Jan			X	X				X							X			X							
7	Luciana grueso.	5	3154879400	luciana			X	X				X														X			
8	Lian Castro	8	3103741226	Lian			X	X				X			X				X			X							
9	Fabian Arboleda	3	3126105903	fabian			X	X				X														X		X	
10	Juan Carlos Doiman	6	3172433020	Juan			X	X				X																	
11	Salome Arboleda	8	3127903480	Salome			X	X				X			X														
12	Nicolas Castro	6	3117130546	Nicolas			X					X			X														
13	Jhoel David Valderrama	7	312 6809699	Jhon			X	/				X			X					X		X				X			
14	Thaliana Jine Arisizabal	7	312 7653618	Jhenire			X	X				X																	
15																													
16																													
17																													
18																													
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													

Proyectó y elaboró: Cristian Camilo Cárdenas Becerra (Coordinador)

Esta copia pasa a propiedad de la Alcaldía Municipal de Bugalagrande. Prohibida su reproducción por cualquier medio, sin previo consentimiento de la OAP