001289 RECIBIDO 25 MAR 2026

INFORME DE ACTIVIDADES						
Fecha de elaboración del informe: MARZO DEL 2026	**Informe No:** **03**		**Periodo**: MARZO DEL 2026			
Contrato No: 053	**Vigencia del Contrato**					
	Fecha de Inicio			Fecha de Terminación		
	16	01	2026	30	06	2026
Objeto del contrato: PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DE TENIS DE MESA DE LAS ESCUELAS DE DEPORTE FORMATIVO Y DE LOS SELECCIONADOS DEL MUNICIPIO DE SABANETA, EN LAS MODALIDADES DE CONVENCIONAL Y/O ADAPTADO, CON PARTICIPACIÓN EN EVENTOS INSTITUCIONALES COMO JUEGOS ESCOLARES, INTERCOLEGIADOS Y JUEGOS DEPARTAMENTALES						
Nombre del contratista y/o Proveedor: **Santiago Tabares Londoño**			**Documento de identificación:** 1128397290			

CUMPLIMIENTO OBLIGACIONES DEL CONTRATISTA Y/O PROVEEDOR AL PERIODO DE REPORTE

ITEM	ACTIVIDADES CONTRACTUALES	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	FUENTE DE VERIFICACIÓN
1	Dar cumplimiento a los documentos entregables mensuales para entrenadores y profesores relacionados con el formato de sesiones de entrenamiento mensual, listado de asistencia mensual de los grupos que atiende y la evaluación de eventos y/o de competencia si se realizó en el mes.	Presente la asistencia del mes de marzo y el plan de entrenamiento mensual en el formato F-GDC-05 Versión: 2	**Los documentos fueron enviados al correo informescf@indesa.gov.co**

2	. Realizar las sesiones de clases de los grupos asignados de tenis de mesa que hacen parte de las Escuelas de Deporte Formativo en la oferta central y/o descentralizada en las categorías convencional y/o deporte adaptado (discapacidad) y/o adulto mayor.	Realice las sesiones de entrenamiento con los deportistas en los horarios y días establecidos para los grupos de iniciación, formativo y competitivo de tenis de mesa, basado en la planeación y sesión de clase de cada nivel.	**Anexo evidencia fotográfica de una de las sesiones de entrenamiento realizada con el grupo de iniciación de tenis de mesa.**
3	Desarrollar y/o acompañar festivales deportivos y/o actividades como medio para fomentar la práctica deportiva y generar experiencias deportivas significativas para los grupos asignados que hacen parte de las Escuelas de Deporte Formativo en las categorías convencional y/o deporte adaptado (discapacidad) y/o adulto mayor.	Acompañe al seleccionado de tenis de mesa en la dobles mixtos realizados en la Universidad de Envigado	**Anexo evidencia fotográfica de los deportistas participando del evento**
4	Acompañar y desarrollar torneos y/o fogueos como preparación al seleccionado de tenis de mesa de Sabaneta con miras a tener una óptima representación en los juegos Departamentales y/o demás eventos a nivel departamental y/o nacional.	Acompañe a los deportistas representativos del municipio de sabaneta en el intercambio deportivo realizado en el municipio de Caldas	**Anexo evidencia fotográfica de los deportistas del seleccionado y grupo formativo participando del evento deportivo.**

5	Apoyar el proceso de inscripción y la recolección documental de las Escuelas de Deporte Formativo y/o de los seleccionados de juegos Institucionales (Escolares y/o Intercolegiados y/o Departamentales) que se requiera dentro del proceso documental de la Coordinación de Deporte Formativo y/o Deporte Competitivo y/o en la plataforma de Indeportes Antioquía (Juegos Institucionales y DRAF) y/o del Ministerio del Deporte y/o en la liga y/o federación respectiva.	Apoye los deportistas y sus familias con el proceso de inscripciones y documentación necesaria y completa para los cursos de tenis de mesa , tanto de los grupos formativos como los competitivos	**Anexo evidencia del acompañamiento y solicitud de los documentos (consentimiento informado) y procesos de pago a los deportistas y familias de tenis de mesa** **https://indesa.gov.co/cursos**
6	Convocar a los deportistas de las diferentes Instituciones Educativas del municipio inscritos y/o con proyección de participación de los juegos del sector educativo: juegos Escolares y/o juegos Intercolegiados y/o juegos Departamentales para realizar la preparación competitiva óptima para estas competencias	Convoque a entrenamientos a los deportistas que pueden participar de los juegos del sector educativo y selección Sabaneta para juegos departamentales.	**Anexo evidencia fotográfica de una de las sesiones de entrenamiento realizada con el grupo formativo y competitivo de tenis de mesa.**
7	Acompañar y/o apoyar el programa de juegos institucionales escolares y/o Intercolegiados y/o departamentales en sus diferentes fases: intermunicipal, subregional y final departamental.	Recibí la convocatoria y reglamento de tenis de mesa para los juegos intercolegiados de parte del ministerio del deporte	**El reglamento de juegos intercolegiados 2026, se encuentra en el grupo de whatsapp de la coordinación de deporte competitivo y formativo.**

8	Apoyo y acompañamiento logístico y asistencial en actividades como reuniones y/o capacitaciones y/o eventos institucionales que realice el INDESA y/o la administración municipal.	Partícipe de la reunión virtual, realizada el 18 de marzo de 2026, realizada por el ministerio del deporte con relación a los juegos Intercolegiados	**Anexo evidencia del pantallazo de asistencia a la reunión virtual**
9	Las demás actividades qué le sean asignadas desde la gerencia o su coordinación y que guarden relación con el objeto contractual.	Realice el curso de primer respondiente el cual fue solicitado por el área jurídica y lo aprobé totaltmente	**El curso lo realice de manera virtual en la pagina** https://www.gentequeayuda.gov.co/Primer_Respondiente/Constancia

Manifiesto que, he dado cumplimiento a los pagos al sistema de seguridad social, de acuerdo con lo establecido en las normas vigentes, así:

Planilla número:	1080519747
Período de Cotización	marzo
Fecha de pago	16/03/2026
Valor base de cotización	$1.750.905
Valor pagado en Salud	$218.900
Valor pagado en Pensión	$280.200
Valor pagado en ARL	$42.700
Tipo de riesgo:	3

Para lo cual anexo planilla y pago de seguridad social correspondiente al mes de marzo

Simple

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2026-03-16, 02:40:54 PM **Tipo Planilla:** I: PLANILLA INDEPENDIENTES **Número Planilla:** 1080519747

Periodo Cotización: marzo de 2026 **Periodo Servicio:** marzo de 2026

PAGADO 16/03/2026

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	SANTIAGO TABARES LONDOÑO		
Documento	CC1128397290	**Direccion**	CR 43A #75 SUR - 05 MESSANTIA
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	4179483
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO
Ciudad	SABANETA	**Departamento**	ANTIOQUIA
Representante Legal		**Identificación**	
Total Afiliados	1	**ARP**	POSITIVA DE SEGUROS

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																		Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales				Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	IRL	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	SLN	LMA	VAC	AVP	VCT	IGE	LRE	Dias IRL	Dias Pens	Dias Salud	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte ESAP	Aporte MEN	ICBF	SENA	Total
CC 1128397290	SANTIAGO TABARES LONDOÑO	03	00																	30	30	30	[illegible] PROTECCION	$ 1.750.905	$ 280.200	[illegible] POSITIVA EPS SURA	$ 1.750.905	$ 218.900	2,436	$ 1.750.905	$ 42.700	(NINGUNO) NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 541.800

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	$ 218.900	$ 42.700	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 541.800	$ 0	$ 541.800

ANEXOS

(Especificar las evidencias y/o registro fotográfico)

Evidencia actividad 1

INDESA

FORMATO: SESIONES DE ENTRENAMIENTO

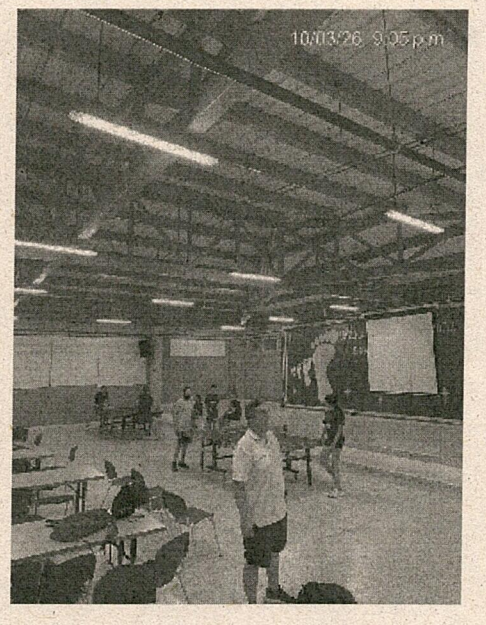
F-GDC-05 Versión: 2
Fecha: 20/08/2024
Actualizado: 09/09/2024

MACRO PROCESO:	MISIONAL	PROCESO:	GESTIÓN DEL DEPORTE COMPETITIVO (GDC)

NOMBRE DEL ENTRENADOR:	Santiago Tabares Londoño	N° DE SEMANA:	1,2, 3 y 4	DÍA /MES / AÑO:	1/03/2026
DEPORTE:	Tenis de mesa			N° DE CONSECUTIVO	

PROGRAMACIÓN SESIONES DE ENTRENAMIENTO							EFICIENCIA DE LAS SESIONES DE CLASE		
CATEGORÍA (Año de nacimiento)	ACTIVIDADES			OBJETIVO	FECHA PROGRAMADA	MATERIALES O RECURSOS UTILIZADOS	LOGROS	DIFICULTADES	OBSERVACIONES
	INICIAL	CENTRAL	FINAL						
formativo	1-Saludo 2-Movilidad articular y juego de calentamiento: Se hacen en parejas, se toman de la mano derecha. La idea del juego es intentar tocar al compañero con la otra mano la parte del cuerpo	TEST FISICO: Prueba de velocidad de 10x5 mts Su principal objetivo es medir la velocidad de desplazamiento y agilidad del individuo. Para realizar la prueba se	Juego de la mosquita * Estiramiento	Conocer el Tenis de Mesa en sus distintos aspectos y posibilidades. Las diferencias como oportunidad para construir nuevos conocimientos y relacione	2 al 6 de marzo	Mesas - Mallas - Raquetas - Pelotas -	Mejora en la velocidad de desplazamiento y agilidad, evidenciada en la ejecución del test físico 10x5 metros.	Algunos deportistas presentan baja coordinación y resistencia, afectando el rendimiento en el test físico.	El grupo muestra buena disposición y motivación, especialmente en los juegos lúdicos como la mosquita.
formativo	Trote -Movilidad articular -Juego alcanzado: Se ubican en parejas, espalda con espalda. Cada uno tendrá un número. El número que el profesor mencione deberá correr rápidamente sin dejarse	TEST TECNICO (propuesto por: Lic Juan Guillermo Castaño Ríos- Lic Carlos Escobar Urrego). Libro: Entrenamiento de la velocidad de reacción y de movimiento en el jugador de tenis de	Juego libre en la mesa y partidos sube y baja	Mejorar las habilidades coordinativas básicas de velocidad, resistencia, fuerza y flexibilidad	9 al 13 de marzo	Mesas - Mallas - Raquetas - Pelotas -	Desarrollo de la técnica básica (derecha, revés y topspin) mediante ejercicios de multibolas y trabajo dirigido en mesa.	Dificultad en la ejecución correcta de golpes técnicos, especialmente en el topspin (control y efecto).	Es importante reforzar hábitos de estiramiento y calentamiento, ya que algunos estudiantes no los realizan con la intensidad adecuada.

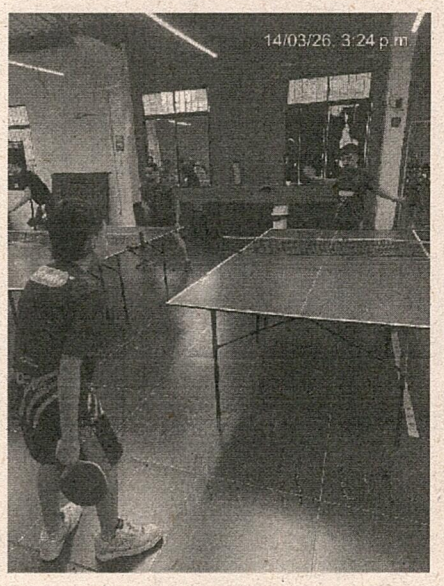
Evidencia actividad 2



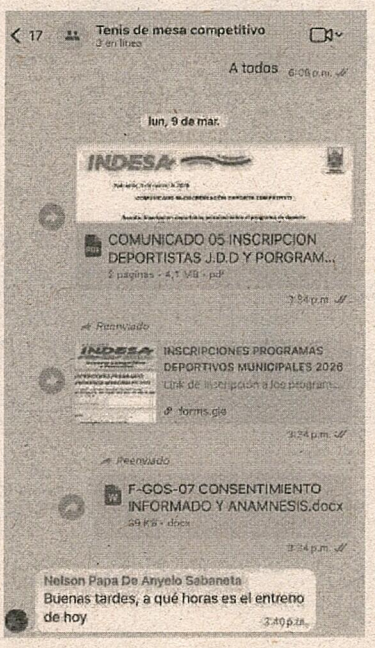
Evidencia actividad 3



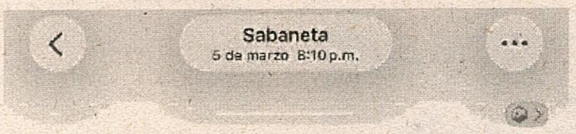
Evidencia actividad 4

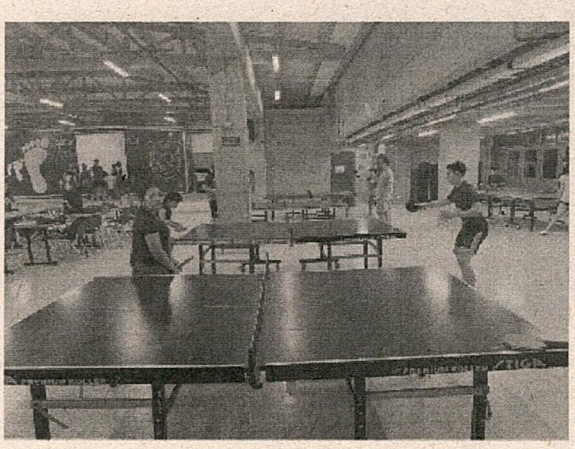


Evidencias Actividad 5

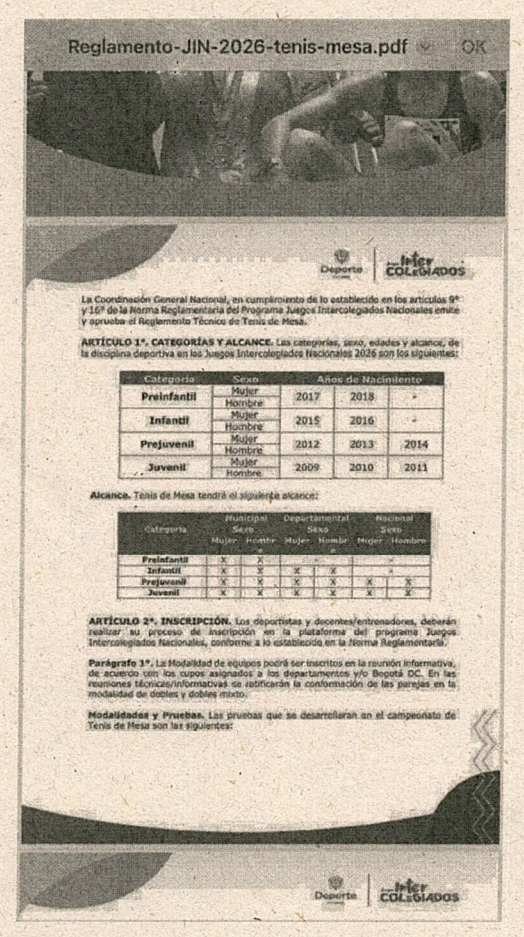


Evidencias Actividad 6

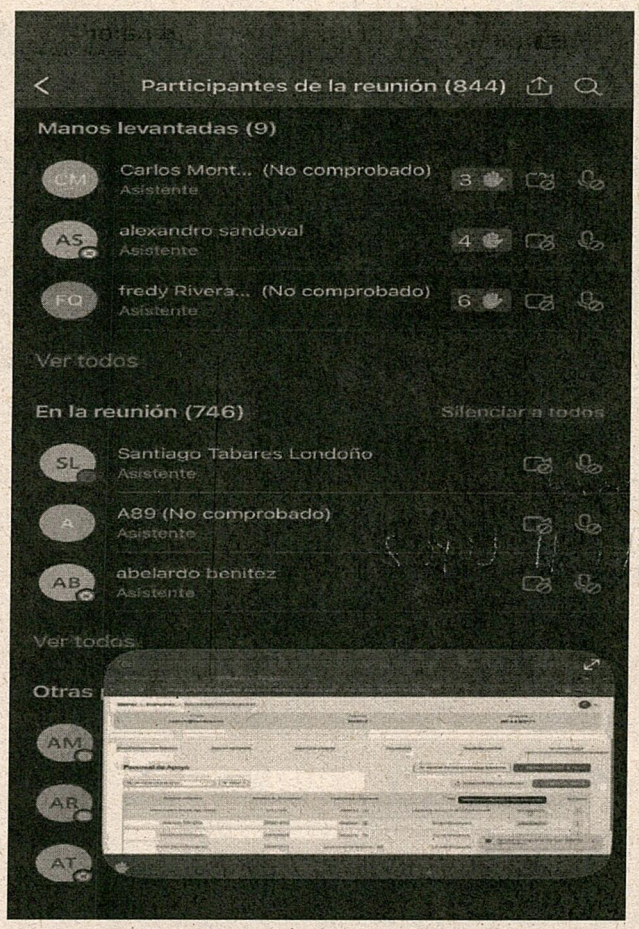




Evidencia Actividad 7



Evidencia Actividad 8



Evidencia Actividad 9



En constancia a lo anterior, se firma el presente informe.

Santiago Tabares l

Santiago Tabares Londoño

CONTRATISTA

CC. 1128397290

FIRMA:

V°B°. APOYO PROFESIONAL

CC. 1128270828

FIRMA Carla M. López