Nombre Contratista:	DORIS PATRICIA MÉNDEZ	Objeto: PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN PARA FOMENTAR, IMPLEMENTAR, FORTALECER Y BRINDAR ACOMPAÑAMIENTO A LOS PROGRAMAS INSTITUCIONALES DE ACTIVIDAD FÍSICA, LIDERADOS POR EL INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA.
Número de Identificación:	35198843	
Número del Contrato:	CPS-127	
Valor Inicial del Contrato:	19.584.00	
Adición N°1:	n/a	
Valor Total del Contrato:	19.584.000	
Plazo Ejecución Inicial:	OCHO (8) MESES	
Prórroga N°1:	n/a	
Plazo Total del Contrato:	OCHO (8) MESES	
Fecha de Inicio:	02/02/2026	
Fecha Final:	03/10/2026	
Periodo del Informe:	MARZO	
Supervisor:	Alexalberto Velásquez Segura	

OBLIGACIONES CONTRACTUALES ESPECÍFICAS	
OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	1. Apoyar en la coordinación y participar activamente en la organización y logística de los eventos, y programas propios del Gimnasio del IMRD COTA, que permitan contribuir la adquisición de estilos de vida saludable, por medio de la oferta institucional del gimnasio.
ACTIVIDADES RELACIONADAS	El lunes 09 marzo a las 11 am en el CIC se realizó capacitación por parte del equipo de recursos humanos donde se hablaron temas de ARL y rutas a seguir en caso de accidentes de usuarios o trabajadores.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:



OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	2.Apoyar en hacer cumplir el reglamento del Gimnasio para conservar las instalaciones en condiciones óptimas.
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Se les informa a los usuarios del programa que tenemos un reglamento que debemos cumplir para que la hora de entrenamiento sea lo más agradable y eficaz para todos, cumplir con los horarios establecidos, usar las máquinas con total concentración, dejar implementos utilizados en el lugar establecido para evitar accidentes.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:

Durante este periodo se realiza difusión del reglamento y orden de las instalaciones del gimnasio municipal, sobre todo a usuarios nuevos.



OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	3.Apoyar el control del acceso de los usuarios a las instalaciones del gimnasio del IMRD COTA, llevando un control de los asistentes a las instalaciones.
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Se les informa a los usuarios que al ingresar deben diligenciarla planilla que se encuentra en la entrada del gimnasio para llevar un registro diario de asistentes. Verificación de identidad de los usuarios al ingreso. Se resuelven dudas e inquietudes de usuarios en el proceso de inscripción.
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:	



OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	4.Apoyar en la realización y cumplimiento del cronograma de todas las actividades del Gimnasio, para verificar la disposición de espacio con las que se cuenta en coordinación con el supervisor del contrato.
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Se cumple con el cronograma del gimnasio para el mes de marzo guiando a los usuarios a llevar un programa de entrenamiento según sus capacidades y condición físicas teniendo una buena técnica en la ejecución de los ejercicios para mitigar el riesgo de lesión y llevar a cabo los objetivos de los usuarios de una forma segura.
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:	



OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	5) Verificar el correcto funcionamiento de los aparatos, instalaciones y espacios del gimnasio para brindar la mejor atención a los usuarios, informando inmediatamente cualquier daño o novedad que se presente al supervisor del contrato y/o área encargada de la entidad.
ACTIVIDADES RELACIONADAS	En la zona de cardio tenemos dos caminadoras la 1 y 4 fuera de servicio por fallas de encendido y velocidades, las otras caminadoras están habilitadas para caminar.
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:	
N/A	
OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	6) Dar cumplimiento a la programación de los horarios de uso del gimnasio para los deportistas de proyección de las escuelas de formación y los deportistas de alto rendimiento del municipio.
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Se cumple con el horario establecido para la escuela de formación deportiva de voleibol los sábados de 8 a 10 am ingresan aproximadamente 12 niñas con el profesor de la escuela de formación a realizar trabajos funcionales y de fuerza.
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:	
	

OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	7) Apoyar en la programación y llevar a cabo actividades, de acuerdo con su perfil, que fortalezcan el desarrollo formativo de los diferentes deportistas y usuarios del Gimnasio.
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Se apoya a los usuarios a mejorar la fuerza, resistencia y coordinación muscular con ejercicios que permiten trabajar diferentes grupos musculares enfocándose en un proceso de adaptación y acondicionamiento físico con ejercicios de autocarga

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:



OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	8) Apoyar en organizar, verificar y controlar los horarios de atención de los usuarios, de acuerdo con el aforo permitido.
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Se realiza control en el ingreso de los usuarios haciendo énfasis en cumplir con el horario estipulado en el momento de la inscripción al gimnasio para no sobrepasar el aforo permitido.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:



OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	9) Apoyar en el seguimiento y programación de los mantenimientos de las diferentes máquinas y elementos del gimnasio, para el adecuado uso de estos.
ACTIVIDADES RELACIONADAS	El lunes 16 de marzo se realiza mantenimiento de multifuerza cambio de guayas y polea quedando en servicio para los usuarios.
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:	



OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	10) Apoyar en la divulgación de la información de las diferentes actividades a desarrollar en el gimnasio municipal.
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Se realiza divulgación e invitación a participar en las clases de spinning con el profesor Vicente y las clases de entrenamiento funcional con el profesor Carlos que se realizan los lunes, miércoles y viernes en horario de 6,7,8 am. Martes y jueves 6am y martes y jueves 3,4,5 pm.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:



OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	11) Apoyar y participar en las actividades y eventos deportivos y recreativos que organice el Instituto Municipal de Recreación y Deporte de Cota.
ACTIVIDADES RELACIONADAS	se incentiva y se realiza divulgación de las diferentes actividades que tiene el IMRD para toda la comunidad con actividades de sano esparcimiento.
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:	
N/A	

OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	12) Apoyar en verificar los casos especiales de usuarios que deben cumplir con recomendaciones médicas y orientarlos hacia los instructores para la planificación del entrenamiento adecuado.
ACTIVIDADES RELACIONADAS:	Se identifican usuarios con patologías se les hace recomendación para tener un entrenamiento seguro, tener una buena hidratación, descansos en cada serie, bajas cargas, una alimentación saludable que lleve a cumplir con los objetivos propuestos por cada usuario.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:



OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	13) Las demás que se requieran y que tengan relación directa con el desarrollo del objeto contratado.
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Se cumple con horarios establecidos, se identifican usuarios que no tienen su respectiva inscripción al día por falta de algún documento, se realiza seguimiento a los usuarios en horarios.
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:	
N/A	

OBSERVACIONES:	
Doris Méndez	I.M.R.D
FIRMA CONTRATISTA	**FIRMA SUPERVISOR**

PAGO SEGURIDAD SOCIAL

CONFORME EL DECRETO 1273 DE 2018

PERIODO	IBC	SALUD	PENSIÓN	ARL	PLANILLA	FECHA DE PAGO	TOTAL
ENERO		$	$	$			$
FEBRERO	1.750.905	$218.900	$280.200	$42.700	4644061929	24/03/2026	$541.800
MARZO	1.750.905	$218.900	$280.200	$42700	4646055233	25/03/2026	$541.800
ABRIL		$	$	$			$
MAYO		$	$	$			$
JUNIO		$	$	$			$
JULIO		$	$	$			$
AGOSTO		$	$	$			$
SEPTIEMBRE		$	$	$			$
OCTUBRE		$	$	$			$
NOVIEMBRE		$	$	$			$
DICIEMBRE		$	$	$			$
TOTAL	**N/A**	**$437.800**	**$560.400**	**$85.400**	**N/A**	**N/A**	**$1.083.600**