| | | |
|---|---|---|
| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso Gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-3<br>Versión: 1.0 |
| | **Formato cuenta de cobro** | Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |

**TABIO, 16 DE FEBRERO DE 2026.**

**Factura o Documento Equivalente No: 001- 2026**

**(Decreto 522 Art.3 de 2003)**

**REPÚBLICA DE COLOMBIA**

**DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA**

**MUNICIPIO DE TABIO**

**INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE TABIO**

**“INDERTAB”**

**NIT: 832001000-3**

**NOMBRE:** **Luis Alejandro Camacho Guzmán**

**CÉDULA:** **1003878460**

**DIRECCIÓN:** **Tabio- Palo verde Chicú**

**TELÉFONO:** **3227063796**

**No. Planilla EPS: 9497710973**

**CONCEPTO**

**Pago contrato de prestación de servicios de Apoyo a la gestión N 2026-006- como prestación de servicios de apoyo a la gestión en la ejecución de actividades de instructor de la escuela de formación de fútbol femenino de Indertab durante el periodo comprendido del 15 de Enero al 14 de Febrero de 2026.**

**Dos millones quinientos mil pesos m/cte.**
**$2.500.000**

Alejandro Camacho

**Luis Alejandro Camacho Guzmán**

***C.C. N°: 1003878460 de* Tabio- Cundinamarca**

***INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FÚTBOL FEMENINO***

**DECLARO BAJO LA GRAVEDAD DE JURAMENTO QUE PERTENEZCO AL RÉGIMEN SIMPLIFICADO**

Scanned with CamScanner

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código : 210-GDR-F-10<br>Versión : 1.0<br>Fecha : 04/09/2025<br>Página : 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe contractual | |

# INFORME MENSUAL

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **CONTRATISTA** | **Luis Alejandro Camacho Guzman** | | | |
| **DEPORTE** | **Futbol Femenino** | | | |
| **TIPO DE DOCUMENTO / NÚMERO DOCUMENTO** | **cc** | | **NÚMERO:** | **1003878460** |
| **NÚMERO DE CONTRATO Y FECHA DEL CONTRATO** | **CONTRATO:** | **CPS-2026-006** | **FECHA DE FIRMA :** | **15/1/2026** |
| **PLAZO DE EJECUCION EN MESES Y DÍAS** | **5 meses** | | | |
| **FECHA ACTA DE INICIO** | **15/1/2026** | | **FECHA DE TERMINACIÓN:** | **14/6/2026** |
| **MES DE ACTIVIDADES** | **Enero-Febrero** | | **NÚMERO DE INFORME:** | **1** |
| **N° DE PLANILLA DE SEGURIDAD SOCIAL** | **9497710973** | | | |
| **OBJETO CONTRACTUAL** | **Prestacion de servicios de apoyo a la gestion en la ejecucion de actividades de instructor de la escuela de formacion de futbol femenino de indertab.** | | | |

| **N°** | **ACTIVIDAD OBJETO CONTRACTUAL** | **Descripción de la actividad que cumple con la obligación contractual** |
|---|---|---|
| **1** | Apoyar en el Diseño, estructurar y ejecutar programas deportivos dirigidos a niñas y jóvenes de la escuela de formacion de futbol femenino. | Durante el mes de enero y febrero se diseñaron y se ejecutaron los diferentes planes de entrenamiento en busca de iniciar el proceso formativo para este año. |
| **2** | Realizar un festival o evento según su disciplina | Para este semestre se buscara desarollar un Torneo de futbol femenino buscando fortalecer el proceso de la escuela de nuestro municipio. |
| **3** | Realizar actividades deportivas y recreativas en la disciplina de futbol femenino dirigidos a los diferentes grupos poblacionales en los niveles de infantil,prejuvenil y juvenil. | Se inician actividades deportivas con cada categoria en busca de mejorar todos los aspectos que requieren las deportistas para el desarollo deportivo de cada jugadora. |
| **4** | Apoyar en el desarrollo y la realización de la documentación necesaria para la realización del evento de la escuela o programa a su cargo. | Se iniciara el plan de juego y documentacion para el festival o torneo interclubes para este semestre. |
| **5** | Cumplir estrictamente con el cronograma de actividades deportivas establecido conjuntamente por el contratista y el supervisor de "INDERTAB | En el mes de enero-febrero se cumplio con el cronograma de actividades deportivas de nuestro municipio entre ellas los entrenamientos o sesiones con la escuela de formacion de futbol y el apoyo a la feria de inscrpciones el dia sabado 14 de febrero en el parque principal. |
| **6** | Apoyar, Asistir y organizar actividades deportivas, recreativas y de aprovechamiento del tiempo libre dirigidas a la comunidad del municipio de Tabio. | Se cumplio con el cronograma de actividades de este mes por el indertab en busca de seguir dando espacios a toda la comunidad en su tiempo libre entre ellas el torneo de interclubes 2026. |
| **7** | Cumplir con los lineamientos y metas trazadas al inicio del contrato por parte del Gerente del "INDERTAB | En el mes de enero-febrero se cumplieron con los lineamientos y metas establecidas al inicio del contrato buscando brindar un espacio deportiva a nuestro municipio. |
| **8** | Realizar actividades de divulgación tendientes a masificar y promocionar la oferta institucional en pro del crecimiento de la escuela de formación a su cargo. | Se sigue promocionando e masificando los diferentes grupos o categorias donde se busca que por medio de la divulgacion de nuestras deporistas sigamos creciendo en nuestras categorias asi mismo con nuestra feria de inscripciones que se realizo el dia sabado 14 de febrero en el parque principal donde se busco seguir fortaleciendo nuestro proceso y masificacionde la escuela. |
| **9** | Realizar mensualmente los aportes a los Sistemas de Salud, Pensión y Administradora de Riesgos Laborales, de conformidad con la normatividad vigente y anexar a los informes de ejecución la copia de la PILA (Planilla Integrada de Liquidación de Aportes) para autorización de pago. | En el mes de enero-febrero se realizó el respectivo pago o liquidacion del sistema de salud,pension y riesgos laborales, donde se ve reflejado con la planilla y numero 9497710973 del respetivo pago. |
| **10** | Dar el uso adecuado de los elementos deportivos y recreativos asignados por INDERTAB para el desarrollo de su labor y entregarlo en su totalidad. | En este mes se realizo la entrega del material que se usara en la escuela de formacion de futbol, donde se reviso el estado de la implementacion y asi sumarlo de la manera adecuada. |
| **11** | Entregar en las fechas establecidas por el INDERTAB los informes mensuales sobre las actividades desarrolladas, con sus respectivos soportes | Durante el mes de enero-febrero se cumplieron con las actividades e informes desarrollados y se entregaron en las fechas establecidas con todos sus soportes. |
| **12** | Mantener informado al supervisor del contrato sobre el desarrollo de las actividades bajo su responsabilidad y tener constante comunicación sobre cualquier eventualidad presentada. | Se informa y se mantiene una comunicación con los supervisores informando los diferentes cambios y desarrollos de todas las actividades de la escuela de formacion de futbol femenino en este primer mes de entrenamiento. |

Scanned with CamScanner

| | | |
|---|---|---|
| **13** | Las demás que se le asignen de acuerdo al objeto del contrato, por parte del Gerente de "INDERTAB" | Se realizó el cumplimiento de las actividades asignadas por el indertab las cuales fueron: la adecuacion y mantenimiento del estadio municipal. |
| **14** | Participar, apoyar y asistir a las reuniones, capacitaciones, eventos y encuentros programados por el municipio e Indeportes, coordinado con la supervisión y el gestor provincia. | *Se participa en las diferentes actividades y eventos organizados por el indertan y tambien se asisten a las reuniones de manera virtual desarolladas por la corrdinacion de escuelas de formacion opara conocer nuestro desarollo con nuestra escuela de formacion.* |
| **15** | Desarrollar 12 horas de trabajo con los grupos establecidos por cada disciplina deportiva (2 sesiones de 2 horas con el grupo de iniciación, 2 sesiones de 2 horas con el grupo de fundamentación y 2 sesiones de 2 horas con el grupo de especialización), Cada sesión de clase programada, deberá tener como mínimo una duración de (2 horas) distribuida en: fase inicial, central y final estas sesiones de práctica no pueden ser acumulables en el mismo día (máximo una sesión diaria por grupo de formación). Adicional se deben desarrollar 4 horas de trabajo con las instituciones educativas del sector rural. Además, se establece 2 horas para planeación, análisis de resultados de evaluación, elaboración de informes; para un total de 18 horas semanales de trabajo. | Se cumplieron con todas las horas asignadas con cada categoria, asi mismo la planeacion de las sesiones de entrenamiento para buscar realizar adecuadamente nuestro proceso de formacion con todas las deportistas. |
| **16** | Desarrollar el proceso de seguimiento, control y evaluación de su plan pedagógico y técnico establecido para cada nivel de formación junto con la respectiva malla curricular, atendiendo las indicaciones del Gestor Provincial y el Coordinador del Deporte Formativo. Para eso, deberá implementa en el proceso de evaluación de sus deportistas a cargo de manera periódica y en los tiempos de establezca la supervisión en coordinación con la Coordinación del Deporte Formativo, los logros preestablecidos para cada nivel de formación y entregar por cada uno de ellos un reporte acorde con los lineamientos y parámetros establecidos por la coordinación de deporte formativo. | Para este primer mes se realiza y se entrega nuestro plan pedagogico que se ejecutara en nuestro primer semestre planteando diferentes estrategias para nuestras categorias y poder desarollar todo el potencial de nuestras deportistas. |
| **17** | Participar, apoyar y asistir a las reuniones, capacitaciones, eventos y encuentros programados por el municipio e Indeportes, coordinado con la supervisión y el gestor provincia. | Se participa en las diferentes reuniones programadas por indeportes y de nuestro coordinador de supervision. |
| **18** | Estructurar, Entregar y mantener actualizado la base de datos y documentación requerida por la supervisión y el gestor en medio físico y/o digital de la inscripción y participación de los beneficiarios al programa deporte formativo. | Se revisa nuestra base de datos y se organizan las diferentes categorias para este semestre y se inicia un proceso de comunicacion con sus acudientes donde se da a conocer la manera en que se trabaja en nuestra escuela de formacion y asi la proyeccion que se buscara para este año. |
| **19** | El contratista vinculado mediante el presente contrato deberá contar con la tarjeta de entrenador a partir del mes de mayo de 2025, en cumplimiento de la Ley 2210 de 2022, so pena de incurrir en trámite de terminación del presente contrato. | Para el inicio de nuestras actividades ya se realiza el proceso de acreditaccion o tarjeta de entrenador de forma virtual, asi mismo ya el tramite da por terminado y se obtienen nuestra tarjeta profesional. |

# LUIS ALEJANDRO CAMACHO GUZMAN

**CONTRATISTA DEL INSTITUTO DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO "INDERTAB"**

Yo, contratista firmante, certifico la veracidad de la información, bajo gravedad de juramento de buena fé.

| | |
|---|---|
| **Firma del contratista** | Alejandro Camacho |
| **Cédula de ciudadanía:** | 1003878460 |
| **Correo electrónico:** | alejandro.camacho9911@gmail.com |
| **Celular:** | 3227063796 |
| V°B° GERENCIA "INDERTAB" | |

Scanned with CamScanner

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 1

| Nombre del Contratista: | | Luis Alejandro Camacho Guzman | | Cédula | 1003878460 | No. de contrato | CPS-2026-006 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Escuela de formación | Futbol Femenino | | Categoría | Juvenil | | Rama | Femenino |
| Meso No: | 1 | Micro No: | 1 | Tipo de micro | Introductorio | MES | Enero-Febrero |
| No. de deportistas | 8 | | | | | | |
| OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL: | Prestacion de servicios de apoyo a la gestion en la ejecucion de actividades de instructor de la escuela de formacion de futbol femenino de Indertab. | | | | | | |
| OBJETIVO MENSUAL: | Adaptar y mejorar todas las capacidades de la deportista para el inicio de la temporada. | | | | | | |
| OBJETIVO DEL MICRO: | Construir la base aerobica que requiere la deportista acompañado del trabajo tecnico. | | | | | | |

| | | LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES 15 DE ENERO DE 2026 | VIERNES 16 DE ENERO DE 2026 | SABADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| LUGAR Y/O ESCENARIO | | N/A | N/A | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | N/A |
| HORARIO | | N/A | N/A | N/A | 05:00PM - 07:00PM | 05:00PM - 07:00PM | N/A | N/A |
| Fase Inicial | Contenido | N/A | N/A | N/A | Trabajo de movilidad articular-Trote - trabajo de cambio de ritmo donde la deportista debera cambiar las intesidades al escuchar el silvato pero debera ir transportando el balon con las diferentes superficies de contacto. | Trabajo de movilidad articular-Se realizara un trabajo de trote para elevar la temperatura de la deportista.--Se realizara trabajos de coordinaccion con la escalera de coordinaccion ( skipping bajo-medio-alto,tijera lateral,salto unipodal y bipodal) | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | | | | 15 | 20 | | |
| Fase central | Contenido | N/A | N/A | N/A | Se ejecutaran diferentes trabajos fisico- tecnicos los cuales son:1. en parejas una de las deportista tomara el balon en la mano donde debera lanzarle el balon rastrero a su compañera y ella se lo devolvera, 2. para el segundo ejercicio la deportista realizara un desplazamiento diagonal donde al llegar a la punta de cada espacio debera devolverle el balon a su compañera a primera intencio a media altura con el empeine. 3. en parejas las deportistas realizaran un trabajo de pase mas desplazamiento zigzag4 se realizara un trabajo de 200 metros de trote + 10 burpees donde debera realizar 7 rondas en el menor tiempo posible y y asi mismo finalizara con un partido libre. | Se ejecutaran diferentes tareas en conjunto donde se buscara mejorar las habilidades tecnicas 1. para el primer ejercicio se realizara un juego de pases donde se buscara que por grupos los equipos realicen 50 pases a primera intencion, 2. para el segundo ejercicio se realizaran parejas donde deberan pasar el balon por la mitad del disco y asi mismo devolverlo hasta completar 10 pases y asi se ira cerrando los discos. 3. en el tercer ejercicio las deportistas realizaran un trabajo de pase y control al sonar el silvato el deportista que tenga el balon debera transportar el balon y patear el balon, Para finalizar se realizara un trabajo de espacio reducido. | N/A | N/A |
| | Carga | N/A | N/A | N/A | Media | Baja | N/A | N/A |
| | Intensidad (%) | 0 | 0 | 0 | 20 | 15 | 0 | 0 |
| | Volumen (%) | 0 | 0 | 0 | 80 | 85 | 0 | 0 |
| | Volumen (min) | 0 | 0 | 0 | 90 | 90 | 0 | 0 |
| Comportamiento de la intensidad vs volumen | |  | | | | | | |
| Fase final | Contenido | N/A | N/A | N/A | Se realizara un trabajo de estiramiento y charla tecnica. | Se ejecutara un trabajo de trote para recuperar y un estiramiento en parejas. | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | 0 | 0 | 0 | 15 | 10 | 0 | 0 |
| Total volumen (min) sesion | | 0 | 0 | 0 | 120 | 120 | 0 | 0 |

Observaciones y/o retroalimantación:

| FIRMA DEL ENTRENADOR (A) | Alejandro Camacho | V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB" | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO





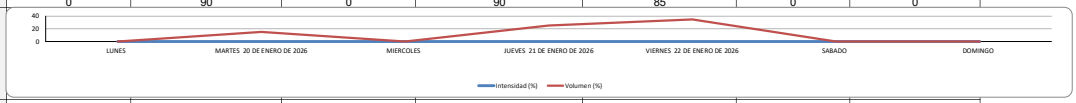

Scanned with CamScanner

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación<br>Formato de informe mensual de actividades | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 2

| Nombre del Contratista: | | Luis Alejandro Camacho Guzman | | Cédula | 1003878460 | No. de contrato | CPS-2026-006 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Escuela de formación | Futbol Femenino | | Categoría | Juvenil | | Rama | Femenino |
| Meso No: | 1 | Micro No: | 2 | Tipo de micro | Introductorio | MES | Enero-Febrero |
| No. de deportistas | 8 | | | | | | |
| OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL: | Prestacion de servicios de apoyo a la gestion en la ejecucion de actividades de instructor de la escuela de formacion de futbol femenino de Indertab. | | | | | | |
| OBJETIVO MENSUAL: | Adaptar y mejorar todas las capacidades de la deportista para el inicio de la temporada. | | | | | | |
| OBJETIVO DEL MICRO: | Fortalecer la base aerobica que requiere la deportista acompañado del trabajo tecnico. | | | | | | |

| | | LUNES | MARTES 20 DE ENERO DE 2026 | MIERCOLES | JUEVES 21 DE ENERO DE 2026 | VIERNES 22 DE ENERO DE 2026 | SABADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| LUGAR Y/O ESCENARIO | | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | N/A |
| HORARIO | | N/A | 05:00PM - 07:00PM | | 05:00PM - 07:00PM | 05:00PM - 07:00PM | N/A | N/A |
| Fase Inicial | Contenido | N/A | Trote con balon. Se realizara un trabajo predeportivo de quitarle la cola al burro, donde las deportistas deberan quitarle el peto a su compañera y protegiendo el suyo. | N/A | Se realizara un trabajo de trote para elevar la temperatura de la deportista.- Trabajo de movilidad articular -Se realizaran trabajos de balon (transporte de baon-dominio de balon) | Se realizara un trabajo de trote para elevar la temperatura de la deportista.- Trabajo de movilidad articular -Se realizara un circuito de habilidades( desplazamiento de cuadrupedia, de salto- de arastre y en velocidad. | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | | 20 | | 15 | 20 | | |
| Fase central | Contenido | N/A | Las deportistas deberan ejecutar un trabajo de desplazamiento donde debera ir a 4 lineas que estaran en el campo de juego, en la primera parte realizara el desplazamiento de 3 lineas al 50 porciento y la ultima al 80, en el segundo ejercicio realizara un desplazamiento de una linea al 60porciento y otra al 80 porciento, en el tercer ejercicio realizara un desplazamiento en velocidad a la primera linea y retrocedera de espaldas a la primera linea y asi realizara otra vez velocidad hacia la segunda linea donde debera ejecutar este trabajo hasta la tercera linea. | N/A | Se realizara un trabajo por circuito para mejorar las habilidades fisico-tecnicas las cuales seran: iniciara el trabajo con un zigzag con solo el pie derecho al terminarlo realizara un pase que se le devolvera y controlara y ejecutara otra vez la conduccion de balon con el pie izquierdo al acabarlo, realizara dos ochos con anbas piernas y a continuacion realizara un autopasepor debajo de las estacas y terminara pateando el balon intentando botar los conos disparando. | Se ejecutaran diferentes ejercicios por estaciones buscando trabajar las capacidades fisico- tecnicas: en la primera estacion se trabajara el pase y control, en la segunda estacion se trabajara el control con el muslo y el pase rastrero, en la tercera estacion se trabajara el transporte de balon y el pateo a medio altura y en la cuarta estacion se trabajara el cabeceo en cada `perfil,todas las espacios seran acompañadas diferentes desplazamientos para mejorar la capacidad aerobica del deportista. Se terminara con un trabajo de juego donde deberan cumplir diferentes tareas. | N/A | N/A |
| | Carga | N/A | Media | N/A | Baja | Baja | N/A | N/A |
| | Intensidad (%) | 0 | 15 | 0 | 25 | 35 | 0 | 0 |
| | Volumen (%) | 0 | 85 | 0 | 75 | 65 | 0 | 0 |
| | Volumen (min) | 0 | 90 | 0 | 90 | 85 | 0 | 0 |
| Comportamiento de la intensidad vs volumen | |  | | | | | | |
| Fase final | Contenido | N/A | Se realizara un trabajo de recuperacion y retroalimentacion, | N/A | Trabajo de trote- retroalimentacion de la actividad realizada. | Se realizara un trabajo de recuperacion y retroalimentacion, | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | 0 | 10 | 0 | 15 | 15 | 0 | 0 |
| Total volumen (min) sesion | | 0 | 120 | 0 | 120 | 120 | 0 | 0 |



Observaciones y/o retroalimantación:

| FIRMA DEL ENTRENADOR (A) | Alejandro Camacho | V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB" | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO






Scanned with CamScanner

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación<br>Formato de informe mensual de actividades | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 3

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nombre del Contratista:** | | **Luis Alejandro Camacho Guzman** | | **Cédula** | **1003878460** | **No. de contrato** | CPS-2026-006 |
| **Escuela de formación** | **Futbol Femenino** | | **Categoría** | **Juvenil** | | **Rama** | **Femenino** |
| **Meso No:** | 1 | **Micro No:** | **3** | **Tipo de micro** | **Corriente** | **MES** | **Enero-Febrero** |
| **No. de deportistas** | | **8** | | | | | |
| **OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:** | | | **Prestacion de servicios de apoyo a la gestion en la ejecucion de actividades de instructor de la escuela de formacion de futbol femenino de Indertab.** | | | | |
| **OBJETIVO MENSUAL:** | | | **Adaptar y mejorar todas las capacidades de la deportista para el inicio de la temporada.** | | | | |
| **OBJETIVO DEL MICRO:** | | | **Entrenar la base fisica del deportista mediante el juego en espacio reducido acompañado de diferentes estimulos.** | | | | |

| | | LUNES | MARTES 27 DE ENERO DE 2026 | MIERCOLES | JUEVES 29 DE ENERO DE 2026 | VIERNES 30 DE ENERO DE 2026 | SABADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **LUGAR Y/O ESCENARIO** | | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | N/A |
| **HORARIO** | | N/A | 05:00PM - 07:00PM | N/A | 05:00PM - 07:00PM | 05:00PM - 07:00PM | N/A | N/A |
| **Fase Inicial** | **Contenido** | N/A | trabajo de trote y movilidad articular., Se finalizara con ejercicio predeportivo done se realizaran dos equipos donde deberan realizar una cantidad de pase y tratar de tumbar los conos del otro equipo. | N/A | Trote con balon. Se realizara un juego predeportivo balonmano donde se busca mejorar el movimiento del jugador y asi mismo la comunicación. | Trabajo precompetitivo trote,talones a la cola, rodillas al pecho, saltos de caballo,cariocas,trabajos de velocidad y al finalizar trabajos con balon donde se trabajar el pase y el contro del elemento previo a la competencia. | N/A | N/A |
| | **Volumen (min)** | | 20 | | 20 | 15 | | |
| **Fase central** | **Contenido** | N/A | Se realizara dos bloques de acondicionamiento fisico acompañado del trabajo de pase y control e conduccion de balon. En el primer circuito tendran que realizar 10 rondas en parejas donde ejecutara 10 burpees + 6 desplazamientos laterales y mas pase a primera intencion . en la segunda estacion la deportista realizara 30segundos de skipping + pase a media altura acompañado de un transporte de balon de 10 metros ida y vuelta de balon para finalizar un trabajo de futbol. | N/A | Se ejecutara un trabajo de posionamiento en el campo en la modalidad de futbol 5 donde las deportistas deberan desplazarce por el campo a la posicion indicada. En el segundo ejercicio la deportista aprendera las diferentes zonas que hay en el campo de juego donde debera desplarce estando en su posicion habitual. En el tercer ejercicio las deportistas aprendera algunos movimiento que deben hacer en el campo de juego dependiendo si funcion ( este trabajo se realizara sin balon y la variante con balon.) | Se ejecutara un trabajo de juego real donde se buscara ver el avance individual y grupal de cada deportista dentro del campo de juego, asi mismo ver reflejado que cada una de ellas cumpla la funcion establecida se realizaran trabajos 3vs 3, 4vs 4 y 5 vs 5. en medio de cada juego el deportista realizara un trabajo especifico de fortaleciemto en la zona del core. | N/A | N/A |
| | **Carga** | N/A | Media | N/A | Baja | Media | N/A | N/A |
| | **Intensidad (%)** | 0 | 25 | 0 | 42 | 70 | 0 | 0 |
| | **Volumen (%)** | 0 | 75 | 0 | 58 | 30 | 0 | 0 |
| | **Volumen (min)** | 0 | 90 | 0 | 85 | 95 | 0 | 0 |
| **Comportamiento de la intensidad vs volumen** | |  | | | | | | |
| **Fase final** | **Contenido** | N/A | Trabajo de trote y estiramiento e correciones encuanto al ultimo trabajo. | N/A | Trabajo de recuperacion-Trabajo de estiramiento en parejas. | trabajo de trote y correciones de las diferentes tareas en el campo de juego. | N/A | N/A |
| | **Volumen (min)** | 0 | 10 | 0 | 15 | 10 | 0 | 0 |
| **Total volumen (min) sesion** | | 0 | 120 | 0 | 120 | 120 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| | | | |
|---|---|---|---|
| **FIRMA DEL ENTRENADOR (A)** | Alejandro Camacho | **V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB"** | |

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO





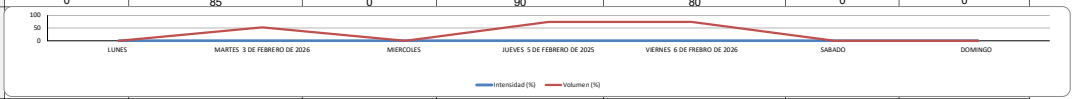

Scanned with CamScanner

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 4

| Nombre del Contratista: | Luis Alejandro Camacho Guzman | Cédula | 1003878460 | No. de contrato | CPS-2026-006 |
|---|---|---|---|---|---|
| Escuela de formación | Futbol Femenino | Categoría | Juvenil | Rama | Femenino |
| Meso No: | 1 | Micro No: | 4 | Tipo de micro | Activacion | MES | Enero-Febrero |
| No. de deportistas | 8 | | | | | | |
| OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL: | Prestacion de servicios de apoyo a la gestion en la ejecucion de actividades de instructor de la escuela de formacion de futbol femenino de Indertab. | | | | | | |
| OBJETIVO MENSUAL: | Adaptar y mejorar todas las capacidades de la deportista para el inicio de la temporada. | | | | | | |
| OBJETIVO DEL MICRO: | Evaluar el mejoramiento fisico de la deportista mediante estimulos de juego y trabajos de larga duracion e intensidades. | | | | | | |

| | | LUNES | MARTES 3 DE FEBRERO DE 2026 | MIERCOLES | JUEVES 5 DE FEBRERO DE 2025 | VIERNES 6 DE FREBRO DE 2026 | SABADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| LUGAR Y/O ESCENARIO | | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | N/A |
| HORARIO | | N/A | 05:00PM - 07:00PM | N/A | 05:00PM - 07:00PM | 05:00PM - 07:00PM | N/A | N/A |
| Fase Inicial | Contenido | N/A | Se realiza un trabajo de trote, Trabajos de conduccion de balon con las diferentes superficies de contacto donde se busca fortalecer este trabajo. | N/A | Se realizara un trabajo de calentamiento con elelemto donde en parejas deberan realizar un desplazamiento en diagonal y recibir el balon y controlar y devolver.° La variante sera pase a primera intencion y conduccion de balon en pareja. | Se inicia con un calentamiento general y movilidad activa, al finalizar se iniciara un trabajo de pliometria. | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | | 20 | 10 | 20 | 20 | | |
| Fase central | Contenido | N/A | Se ejeutara un trabajo de espacio reducido donde se buscara mejorar los aspectos de comunicación y desplazamiento de la deportista sin balon se deberan hacer diferentes tareas las cuales seran 10 toques dentro del campo de juego y despues pase a la zona de ataque, la otra tarea sera dos toques por jugadora. Para finalizar se realizara un trabajo de simulacion de competencia donde se deberan realizar las tareas que se desarrollaron en la primera parte de la sesion. | N/A | Para la parte central se realizara un trabajo encaminado a la primera competencia que tendremos, donde realizaremos un trabajo de 5 vs 5 y deberan ejecutar diferentes tareas de juego. | Para nuestra parte central se realizara un trabajo por estaciones. En la primera estacion se trabajara alternacion de desplante mas velovidad de 20 metros, en la segunda estacion se trabaja sentadilla con salto y velocidad de 20 metros con paracaidas, En la tercera se ejecutara elevacion de pierna con una pesa rusa al finalizar desplzamiento en velocidad de 20 metros y en la ultima estacion se trabajara la fuerza explosiva con balon medifinal al terminar trabajo de velocidad,Para finalizar se realiza juego libre en espacio reducido. | N/A | N/A |
| | Carga | N/A | Media | N/A | Alta | Alta | N/A | N/A |
| | Intensidad (%) | 0 | 53 | 0 | 75 | 75 | 0 | 0 |
| | Volumen (%) | 0 | 47 | 0 | 25 | 25 | 0 | 0 |
| | Volumen (min) | 0 | 85 | 0 | 90 | 80 | 0 | 0 |
| Comportamiento de la intensidad vs volumen | |  | | | | | |
| Fase final | Contenido | N/A | Trabajos de Estiramiento-retroalimentacion del encuentro. | N/A | Para finalizar se realizara una charla explicando defirentes tareas eb las fases ofensivas y defensivas, Se terminara con estiramiento. | Para finalizar se realizara una charla explicando defirentes tareas eb las fases ofensivas y defensivas, Se terminara con estiramiento. | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | 0 | 15 | 0 | 10 | 20 | 0 | 0 |
| Total volumen (min) sesion | | 0 | 120 | 0 | 120 | 120 | 0 | 0 |

Observaciones y/o retroalimantación:

| FIRMA DEL ENTRENADOR (A) | Alejandro Camacho | V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB" | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO





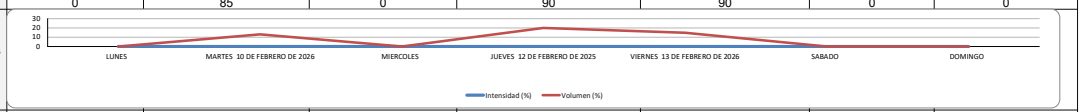

Scanned with CamScanner

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 5

| Nombre del Contratista: | Luis Alejandro Camacho Guzman | Cédula | 1003878460 | No. de contrato | CPS-2026-006 |
|---|---|---|---|---|---|
| Escuela de formación | Futbol Femenino | Categoría | Juvenil | Rama | Femenino |
| Meso No: 1 | Micro No: 5 | Tipo de micro | Activacion | MES | Enero-Febrero |
| No. de deportistas | 8 | | | | |
| OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL: | Prestacion de servicios de apoyo a la gestion en la ejecucion de actividades de instructor de la escuela de formacion de futbol femenino de Indertab. | | | | |
| OBJETIVO MENSUAL: | Adaptar y mejorar todas las capacidades de la deportista para el inicio de la temporada. | | | | |
| OBJETIVO DEL MICRO: | Desarrollar la fuerza general de la deportista que requiere para la temporada. | | | | |

| | | LUNES | MARTES 10 DE FEBRERO DE 2026 | MIERCOLES | JUEVES 12 DE FEBRERO DE 2025 | VIERNES 13 DE FEBRERO DE 2026 | SABADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| LUGAR Y/O ESCENARIO | | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | N/A |
| HORARIO | | N/A | 05:00PM - 07:00PM | N/A | 05:00PM - 07:00PM | 05:00PM - 07:00PM | N/A | N/A |
| Fase Inicial | Contenido | N/A | Se realizara un trabajo de trote para elevar la temperatura de la deportista.- Trabajo de movilidad articular-trabajo de transporte de balon y pase en parejas. | N/A | Trote - .trabajo de cambio de ritmo donde la deportista debera cambiar las intesidades al escuchar el silvato pero debera ir transportando el balon con las diferentes superficies de contacto. | Se realizara un trabajo de trote para elevar la temperatura de la deportista.- Trabajo de movilidad articular -Se realizara trabajos de coordinaccion con la escalera de coordinaccion ( skipping bajo-medio-alto,tijera lateral,salto unipodal y bipodal) | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | | 15 | | 15 | 20 | | |
| Fase central | Contenido | N/A | Se desarrollaran dos estaciones de trabajo donde tendran un tiempo de trabajo de 30 segundos por 30 segundos de descanso-estacion 1 las deportistas tendran 4 estaciones donde ejecutaran sentadilla-desplazamiento lateral-sentadilla cerrada-salto de cuerda. estacion 2 desplantes alternados-desplazamiento en zigzag-desplante estatico unilateral-skiping lateral. | N/A | Se ejecutara un trabajo de fortalecimiento del core acompañado del trabajo tecnico .1. abdominales +cabeceo 2. medio burpee + pase a media altura 3. escaladores de montaña + control de musco y pase. Al finalizar se realizara trabajo de futbol en espacio reducido. | Se realizara un trabajo de Emon donde tendra un minuto por ejercicio para completar las repeticiones asigandas asi hasta completar 16 minutos. sentadilla con salto-jumping jacks+ conduccion de balon-suicidiosmcon balon-flexiones de brazo. Para terminar realizaremos un trabajo de juego en espacio reducido. | N/A | N/A |
| | Carga | N/A | Baja | N/A | Media | Baja | N/A | N/A |
| | Intensidad (%) | 0 | 13 | 0 | 20 | 15 | 0 | 0 |
| | Volumen (%) | 0 | 87 | 0 | 80 | 85 | 0 | 0 |
| | Volumen (min) | 0 | 85 | 0 | 90 | 90 | 0 | 0 |
| Comportamiento de la intensidad vs volumen | |  | | | | | | |
| Fase final | Contenido | N/A | Trote de recuperacion-charla de retroalimentacion. | N/A | Se realizara un trabajo de estiramiento y charla tecnica. | Se ejecutara un trabajo de trote para recuperar y un estiramiento en parejas. | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | 0 | 20 | 0 | 15 | 10 | 0 | 0 |
| Total volumen (min) sesion | | 0 | 120 | 0 | 120 | 120 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| FIRMA DEL ENTRENADOR (A) | Alejandro Camacho | V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB" | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO





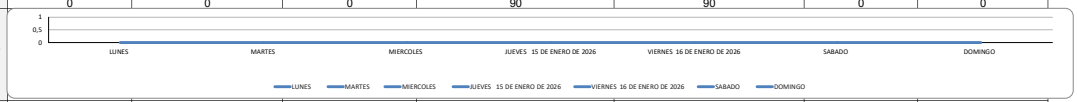

Scanned with CamScanner

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 1

| Nombre del Contratista: | Luis Alejandro Camacho Guzman | Cédula | 1003878460 | No. de contrato | CPS-2026-006 |
|---|---|---|---|---|---|
| Escuela de formación | Futbol Femenino | Categoría | Infantil | Rama | Femenino |
| Meso No: 1 | Micro No: 1 | Tipo de micro | Introductorio | MES | Enero-Febrero |
| No. de deportistas | 6 | | | | |
| OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL: | Prestacion de servicios de apoyo a la gestion en la ejecucion de actividades de instructor de la escuela de formacion de futbol femenino de Indertab. | | | | |
| OBJETIVO MENSUAL: | Iniciar el proceso de aprendizaje del deporte de manera adecuda acompañado del mejoramiento de sus capacidades coordinativas. | | | | |
| OBJETIVO DEL MICRO: | Familiarizar a la deportista con los diferentes aspectos tecnicos basicos. | | | | |

| | | LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES 15 DE ENERO DE 2026 | VIERNES 16 DE ENERO DE 2026 | SABADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| LUGAR Y/O ESCENARIO | | N/A | N/A | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | N/A |
| HORARIO | | N/A | N/A | N/A | 03:00PM - 05:00PM | 03:00PM - 05:00PM | N/A | N/A |
| Fase Inicial | Contenido | N/A | N/A | N/A | Trabajo de movilidad articular-Trote - .trabajo de cambio de ritmo donde la deportista debera cambiar las intesidades al escuchar el silvato pero debera ir transportando el balon con las diferentes superficies de contacto. | Trabajo de movilidad articular-Se realizara un trabajo de trote para elevar la temperatura de la deportista.- -Se realizara trabajos de coordinaccion con la escalera de coordinaccion ( skipping bajo-medio-alto,tijera lateral,salto unipodal y bipodal) | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | | | | 15 | 20 | | |
| Fase central | Contenido | N/A | N/A | N/A | Se ejecutaran diferentes tareas en conjunto donde se buscara mejorar las habilidades tecnicas 1. para el primer ejercicio se realizara un juego de pases donde se buscara que por grupos los equipos realicen 50 pases a primera intencion, 2. para el segundo ejercicio se realizaran parejas donde deberan pasar el balon por la mitad del disco y asi mismo devolverlo hasta completar 10 pases y asi se ira cerrando los discos. 3. en el tercer ejercicio las deportistas realizaran un trabajo de pase y control al sonar el silvato el deportista que tenga el balon debera transportar el balon y patear el balon. Se finalizara con un trabajo de asociaciones dentro del campo de juego. | "En el primer ejrcicio la deportista debera realizar un trabajo de skipping en la escalera y al terminar realizara un transporte de balon de 10 metros de ida y vuelta. "En la segunda estacion las deportistas realizaran un sancada en la escalera y al terminar debera llevar el balon con la zona interna del zapato hasta el otro cono. " En el tercer ejercicio las deportistas deberan realizar tijera en la escalera y al finalizar una conduccion de balon en zig-zag. Para finalizar las deportistas realizaran un partido donde se buscara emplear las diferentes zonas trabajas en la sesion de entrenamiento. | N/A | N/A |
| | Carga | N/A | N/A | N/A | Media | Baja | N/A | N/A |
| | Intensidad (%) | 0 | 0 | 0 | 20 | 15 | 0 | 0 |
| | Volumen (%) | 0 | 0 | 0 | 80 | 85 | 0 | 0 |
| | Volumen (min) | 0 | 0 | 0 | 90 | 90 | 0 | 0 |
| Comportamiento de la intensidad vs volumen | |  | | | | | |
| Fase final | Contenido | N/A | N/A | N/A | Se realizara un trabajo de estiramiento y charla tecnica. | Se ejecutara un trabajo de trote para recuperar y un estiramiento en parejas. | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | 0 | 0 | 0 | 15 | 10 | 0 | 0 |
| Total volumen (min) sesion | | 0 | 0 | 0 | 120 | 120 | 0 | 0 |

Observaciones y/o retroalimantación:

| FIRMA DEL ENTRENADOR (A) | Alejandro Camacho | V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB" | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO





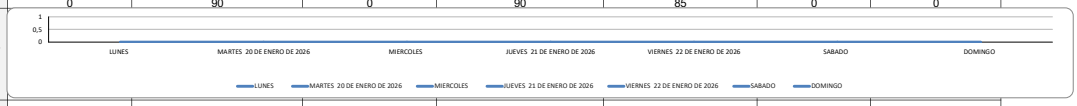

Scanned with CamScanner

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 2

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nombre del Contratista:** | | **Luis Alejandro Camacho Guzman** | | **Cédula** | **1003878460** | **No. de contrato** | CPS-2026-006 |
| **Escuela de formación** | **Futbol Femenino** | | **Categoría** | **Infantil** | | **Rama** | **Femenino** |
| **Meso No:** | 1 | **Micro No:** | **2** | **Tipo de micro** | **Introductorio** | **MES** | **Enero-Febrero** |
| **No. de deportistas** | | **6** | | | | | |
| **OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:** | | | **Prestacion de servicios de apoyo a la gestion en la ejecucion de actividades de instructor de la escuela de formacion de futbol femenino de Indertab.** | | | | |
| **OBJETIVO MENSUAL:** | | | **Iniciar el proceso de aprendizaje del deporte de manera adecuda acompañado del mejoramiento de sus capacidades coordinativas** | | | | |
| **OBJETIVO DEL MICRO:** | | | **Ejecutar las diferentes conducciones de balon y pase acompañado de los trabajos de coordinaccion.** | | | | |

| | | LUNES | MARTES 20 DE ENERO DE 2026 | MIERCOLES | JUEVES 21 DE ENERO DE 2026 | VIERNES 22 DE ENERO DE 2026 | SABADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **LUGAR Y/O ESCENARIO** | | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | N/A |
| **HORARIO** | | N/A | 03:00PM - 05:00PM | | 03:00PM - 05:00PM | 03:00PM - 05:00PM | N/A | N/A |
| **Fase Inicial** | **Contenido** | N/A | Trote con balon. Se realizara un trabajo predeportivo de quitarle la cola al burro, donde las deportistas deberan quitarle el peto a su compañera y protegiendo el suyo. | N/A | Se realizara un trabajo de trote para elevar la temperatura de la deportista.- Trabajo de movilidad articular -Se realizaran trabajos de balon (transporte de baon-dominio de balon) | Se realizara un trabajo de trote para elevar la temperatura de la deportista.- Trabajo de movilidad articular -Se realizara un circuito de habilidades( desplazamiento de cuadrupedia, de salto- de arastre y en velocidad. | N/A | N/A |
| | **Volumen (min)** | | 20 | | 15 | 20 | | |
| **Fase central** | **Contenido** | N/A | Se realizara un trabajo en conjunto donde la deportista primero transportara el balon en diferntes posiciones al finalizar realizara un pase al entrenador mientras ella realiza un desplazamiento en los aros y volvera a recibir el balon y lo llevara al inicio del ejercicio. ° Para el segundo ejercicio las deportistas deberan realizar 10 camparaiaas con el balon y deberan ir en velocidad por el otro balon y ganara la primera que llegue al inicio del ejercicio. ° En el tercer ejercicio la deportista realizara un transporte de balon en zig-zag y debera terminar pateando hacia el arco. ° Para finalizar se realizara un juego o partido donde aprenderemos las reglas | N/A | Para la parte central se realizara un trabajo de desplazamiento de frente y espaldas l terminar este desplazamiento tomara el balon realizara una conduccion de balon y pateara el balon con la punta del zapato. ° En el segundo ejercicio la deportista realizara un slalom en velocidad por las estacas llegara y recibira el balon para patear el balon al arco. ° En el siguiente trabajo las deportistas realizaran una seciencia de pases entre ellas al finalizar llegaran al arco y patearan la que quede en la mejor zona. Se realizara un partido donde deberan realizar pases entre ellas para que el gol valga. | balon con las diferentes zonas del pie al finalizar realizara un pase al entrenador el se la devolvera ella realizara una pisada de balon orientara y pateara el balon hacia le arco.° Para el segundo ejercicio se realizara en pareja donde una deportista realizara un transporte de balon y un pase en diagonal donde acontinuacion se deplazara en velocidad hacia la zona donde hizo el pase realizaran este movimiento hasta llegar al arco y patear. Para finalizar se realizara un trabajo de 1 vs 1 donde se buscara mejorar la parte individual. | N/A | N/A |
| | **Carga** | N/A | Media | N/A | Baja | Baja | N/A | N/A |
| | **Intensidad (%)** | 0 | 15 | 0 | 25 | 35 | 0 | 0 |
| | **Volumen (%)** | 0 | 85 | 0 | 75 | 65 | 0 | 0 |
| | **Volumen (min)** | 0 | 90 | 0 | 90 | 85 | 0 | 0 |
| **Comportamiento de la intensidad vs volumen** | |  | | | | | |
| **Fase final** | **Contenido** | N/A | Se realizara un trabajo de recuperacion y retroalimentacion, | N/A | Trabajo de trote- retroalimentacion de la actividad realizada. | Se realizara un trabajo de recuperacion y retroalimentacion, | N/A | N/A |
| | **Volumen (min)** | 0 | 10 | 0 | 15 | 15 | 0 | 0 |
| **Total volumen (min) sesion** | | 0 | 120 | 0 | 120 | 120 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| | | | |
|---|---|---|---|
| **FIRMA DEL ENTRENADOR (A)** | Alejandro Camacho | **V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB"** | |

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO





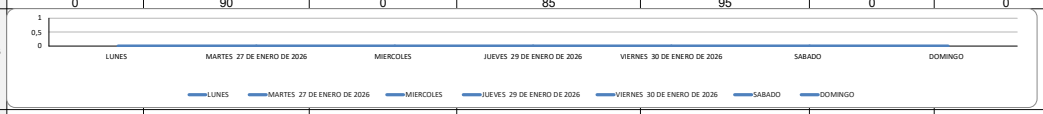

Scanned with CamScanner

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 3

| Nombre del Contratista: | Luis Alejandro Camacho Guzman | | Cédula | 1003878460 | No. de contrato | CPS-2026-006 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Escuela de formación | Futbol Femenino | Categoría | Infantil | | Rama | Femenino |
| Meso No: 1 | Micro No: 3 | | Tipo de micro | Corriente | MES | Enero-Febrero |
| No. de deportistas | 6 | | | | | |
| OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL: | Prestacion de servicios de apoyo a la gestion en la ejecucion de actividades de instructor de la escuela de formacion de futbol femenino de Indertab. | | | | | |
| OBJETIVO MENSUAL: | Iniciar el proceso de aprendizaje del deporte de manera adecuda acompañado del mejoramiento de sus capacidades coordinativas | | | | | |
| OBJETIVO DEL MICRO: | Entrenar las capacidades tecnicas de la deportista en diferentes situaciones. | | | | | |

| | | LUNES | MARTES 27 DE ENERO DE 2026 | MIERCOLES | JUEVES 29 DE ENERO DE 2026 | VIERNES 30 DE ENERO DE 2026 | SABADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| LUGAR Y/O ESCENARIO | | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | N/A |
| HORARIO | | N/A | 03:00PM - 05:00PM | N/A | 03:00PM - 05:00PM | 03:00PM - 05:00PM | N/A | N/A |
| Fase Inicial | Contenido | N/A | trabajo de trote y movilidad articular., Se finalizara con ejercicio predeportivo done se realizaran dos equipos donde deberan realizar una cantidad de pase y tratar de tumbar los conos del otro equipo. | N/A | Trote con balon. Se realizara un juego predeportivo balonmano donde se busca mejorar el movimiento del jugador y asi mismo la comunicación. | Trabajo precompetitivo trote,talones a la cola, rodillas al pecho, saltos de caballo,cariocas,trabajos de velocidad y al finalizar trabajos con balon donde se trabajar el pase y el contro del elemento previo a la competencia. | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | | 20 | | 20 | 15 | | |
| Fase central | Contenido | N/A | Se iniciara con juego de coordinacion y velocidad de reaccion donde debera pisar el balon con la zona de la planta y al sonar el silvato ira por el cono del frente pero debera traer el color que diga el entrenador." En el segundo ejercicio las deportistas realizaran una conduccion de balon en los diferentes arcos y finalizara con un pateo. " En el tercer ejercicio realizara un pase y volvera recibir en balon despues de realizar salto unipodal en los hexagonos y finalizara pateando al arco. " Se finalizara con una simulacion de partido de 3 vs 3 donde debera patear antes | N/A | Se realizara una serie de pases en trios en corto al finalizar debera patear el mejor posicionado. " En el siguiente trabajo se ejecutara donde la deportista sorteara las estacas y al finalizara pateraera hacia el arco. Se realizara un sucesion de pases en trios donde tocara y se desplazara hacia el espacio vacio al momento que suene el silbato el que tenga el balon debera patear hacia el arco. Se finalizara con un partido libre. | Se iniciara con un trabajo para seguir mejorando el pase y control del elemento donde cada deportista debera patear y controlar el balon contra el muro con cada pie y con diferentes tareas. " en el segundo trabajo se realizara un trabajo con una bomba donde se iniciara el contro e manejo del elemento con las diferentes partes del cuerpo." para finalizar un partido libre. | N/A | N/A |
| | Carga | N/A | Media | N/A | Baja | Media | N/A | N/A |
| | Intensidad (%) | 0 | 25 | 0 | 42 | 70 | 0 | 0 |
| | Volumen (%) | 0 | 75 | 0 | 58 | 30 | 0 | 0 |
| | Volumen (min) | 0 | 90 | 0 | 85 | 95 | 0 | 0 |
| Comportamiento de la intensidad vs volumen | |  | | | | | |
| Fase final | Contenido | N/A | Trabajo de trote y estiramiento e correciones encuanto al ultimo trabajo. | N/A | Trabajo de recuperacion-Trabajo de estiramiento en parejas. | trabajo de trote y correciones de las diferentes tareas en el campo de juego. | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | 0 | 10 | 0 | 15 | 10 | 0 | 0 |
| Total volumen (min) sesion | | 0 | 120 | 0 | 120 | 120 | 0 | 0 |

Observaciones y/o retroalimantación:

| FIRMA DEL ENTRENADOR (A) | Alejandro Camacho | V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB" | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO





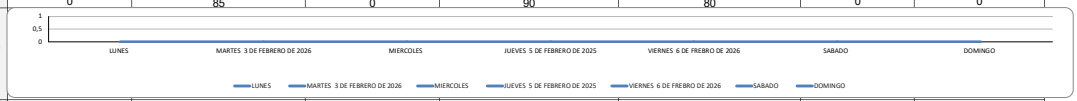

Scanned with CamScanner

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 4

| Nombre del Contratista: | Luis Alejandro Camacho Guzman | Cédula | 1003878460 | No. de contrato | CPS-2026-006 |
|---|---|---|---|---|---|
| Escuela de formación | Futbol Femenino | Categoría | Infantil | Rama | Femenino |
| Meso No: 1 | Micro No: 4 | Tipo de micro | Activacion | MES | Enero-Febrero |
| No. de deportistas | 6 | | | | |
| OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL: | Prestacion de servicios de apoyo a la gestion en la ejecucion de actividades de instructor de la escuela de formacion de futbol femenino de Indertab. | | | | |
| OBJETIVO MENSUAL: | Iniciar el proceso de aprendizaje del deporte de manera adecuda acompañado del mejoramiento de sus capacidades coordinativas. | | | | |
| OBJETIVO DEL MICRO: | Evaluar los trabajos coordinativos e tecnicos de cada deportista. | | | | |

| | | LUNES | MARTES 3 DE FEBRERO DE 2026 | MIERCOLES | JUEVES 5 DE FEBRERO DE 2025 | VIERNES 6 DE FREBRO DE 2026 | SABADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| LUGAR Y/O ESCENARIO | | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | N/A |
| HORARIO | | N/A | 03:00PM - 05:00PM | N/A | 03:00PM - 05:00PM | 03:00PM - 05:00PM | N/A | N/A |
| Fase Inicial | Contenido | N/A | Se realiza un trabajo de trote, Trabajos de conduccion de balon con las diferentes superficies de contacto donde se busca fortalecer este trabajo. | N/A | Se realizara un trabajo de calentamiento con elelemto donde en parejas deberan realizar un desplazamiento en diagonal y recibir el balon y controlar y devolver.° La variante sera pase a primera intencion y conduccion de balon en pareja. | Se inicia con un calentamiento general y movilidad activa, al finalizar se iniciara un trabajo de pliometria. | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | | 20 | 10 | 20 | 20 | | |
| Fase central | Contenido | N/A | Se ejecutara un trabajo de espacio reducido donde se buscara mejorar los aspectos de comunicación y desplazamiento de la deportista sin balon se deberan hacer diferentes tareas las cuales seran 10 toques dentro del campo de juego y despues pase a la zona de ataque, la otra tarea sera dos toques por jugadora. Para finalizar se realizara un trabajo de simulacion de competencia donde se deberan realizar las tareas que se desarrollaron en la primera parte de la sesion | N/A | Se realizaran tres estaciones de juego.° en al primera estacion las deportistas deberan hacer sancada por cada banco despues toamara el balon y realizara un transporte de balon con la zona de la planta y al llevar a la zona demarcada debera tratar de tumbar los conos con la mano. ° En la segunda estacion las deportista tomaran el balon en la mano deberan realizar zancada por la escalera al terminar realizara una conduccion de balon con el empeine al finalizar debere patera el balon para tratar de tumbar los conos. °Para la ultima estacion se realizar un trabajo de salto continuo por los bastones y al finalizar correra en velocidad lanzara en balon al arco. ° Para finalizar se realizara un partido libre entre las deportistas | Se realizara dos trabajos donde en un recuadro las deportistas ejecutaran un transporte de balon y despues un pase realizara el mismo trabajo.° En el segndo ejercicio se realizara una variante cambiando el desplazamiento. Para finalizar se realizara un partido con la otra categoria buscando revisar las primeras sensaciones de juego. | N/A | N/A |
| | Carga | N/A | Media | N/A | Alta | Alta | N/A | N/A |
| | Intensidad (%) | 0 | 53 | 0 | 75 | 75 | 0 | 0 |
| | Volumen (%) | 0 | 47 | 0 | 25 | 25 | 0 | 0 |
| | Volumen (min) | 0 | 85 | 0 | 90 | 80 | 0 | 0 |
| Comportamiento de la intensidad vs volumen | |  | | | | | |
| Fase final | Contenido | N/A | Trabajos de Estiramiento-retroalimentacion del encuentro. | N/A | Para finalizar se realizara una charla explicando defirentes tareas eb las fases ofensivas y defensivas, Se terminara con estiramiento. | Para finalizar se realizara una charla explicando defirentes tareas eb las fases ofensivas y defensivas, Se terminara con estiramiento. | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | 0 | 15 | 0 | 10 | 20 | 0 | 0 |
| Total volumen (min) sesion | | 0 | 120 | 0 | 120 | 120 | 0 | 0 |

Observaciones y/o retroalimantación:

| FIRMA DEL ENTRENADOR (A) | Alejandro Camacho | V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB" | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO





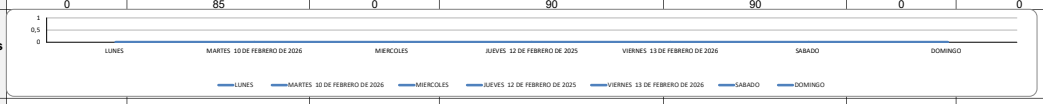

Scanned with CamScanner

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 5

| Nombre del Contratista: | | Luis Alejandro Camacho Guzman | | Cédula | 1003878460 | No. de contrato | CPS-2026-006 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Escuela de formación | Futbol Femenino | | Categoría | Infantil | | Rama | Femenino |
| Meso No: | 1 | Micro No: | 5 | Tipo de micro | Activacion | MES | Enero-Febrero |
| No. de deportistas | 6 | | | | | | |
| OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL: | Prestacion de servicios de apoyo a la gestion en la ejecucion de actividades de instructor de la escuela de formacion de futbol femenino de Indertab. | | | | | | |
| OBJETIVO MENSUAL: | Iniciar el proceso de aprendizaje del deporte de manera adecuda acompañado del mejoramiento de sus capacidades coordinativas. | | | | | | |
| OBJETIVO DEL MICRO: | Mejorar las capacidades tecnicas de cada deportista. | | | | | | |

| | | LUNES | MARTES 10 DE FEBRERO DE 2026 | MIERCOLES | JUEVES 12 DE FEBRERO DE 2025 | VIERNES 13 DE FEBRERO DE 2026 | SABADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| LUGAR Y/O ESCENARIO | | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | Estadio Municipal Pachito Pallares | Estadio Municipal Pachito Pallares | N/A | N/A |
| HORARIO | | N/A | 03:00PM - 05:00PM | N/A | 03:00PM - 05:00PM | 03:00PM - 05:00PM | N/A | N/A |
| Fase Inicial | Contenido | N/A | Se realizara un trabajo de trote para elevar la temperatura de la deportista.- Trabajo de movilidad articular-trabajo de transporte de balon y pase en parejas. | N/A | Trote - trabajo de cambio de ritmo donde la deportista debera cambiar las intesidades al escuchar el silvato pero debera ir transportando el balon con las diferentes superficies de contacto. | Se realizara un trabajo de trote para elevar la temperatura de la deportista.- Trabajo de movilidad articular -Se realizara trabajos de coordinaccion con la escalera de coordinaccion ( skipping bajo-medio-alto,tijera lateral,salto unipodal y bipodal) | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | | 15 | | 15 | 20 | | |
| Fase central | Contenido | N/A | Las deportistas realizaran diferentes trabajos para seguir mejorando las habilidades de transporte de balon para fortalecer estas tecnicas se ejecutaran estas tareas: 1 En el primer ejercicio las deportistas realizaran un transporte de balon en circulo y al terminarlo realizara un pase a su entrenador y asi mismo se le devolvera el pase y seguira transportando en balon en velocidad pero con la pierna no habil y lo debera dejar dentro de un hexagono. para el segundo ejercicio la deportista transportara el balon en cuadrado donde al llegar a la punta de el cuadrado debera cambiar de perfil y segui transportando el balon. por ultimo las deportistas realizaran un serie de ejercicios de pateo y desplazamiento en parejas. | N/A | buscara aprender de forma correcta el gesto tecnico del pase para esto se ejecutaran ejercicios: desplazamiento con balon y pase estatico-tambien trabajos sin desplazamiento tambien se tendra que llevar a cabo con las diferentes superficies de contacto y con los dos perfiles, se ejecutaran trabajo en parejas para mejorar las capacidades anteriormente explicadas para esto las deportistas realizaran el pase y al hacer el pase se seguiran moviendo en el puesto hasta que la compañera se lo devuelva. en el segundo ejercicio las deportista realizaran un pase hacia delante donde la compañera controlara y su se lo devolvera pero la deportista debe ya estar adelante para que se lo devuelvan, en el siguiente trabajo se realizara un pase con el empeine la deportista controlara y transportara hacia el disco que tiene al frente al | Se realizara un circuito tecnico donde se trabaja el transporte de balon conda superficie de contacto- asi mismo al terminar debera realiazar un trabajo de salto bipodal con los hexagonos-despues un trabajo de auto pase por debajo de los bancos- un desplazamiento de zig zag en velocidad sin elemento y terminara un pase al entrenar que se la devolvera y la deportista debera controlar el balon con el borde interno. Para finalizar se realiza un trabajo de futbol con la escuela de formacion de futbol masculino del indertab. | N/A | N/A |
| | Carga | N/A | Baja | N/A | Media | Baja | N/A | N/A |
| | Intensidad (%) | 0 | 13 | 0 | 20 | 15 | 0 | 0 |
| | Volumen (%) | 0 | 87 | 0 | 80 | 85 | 0 | 0 |
| | Volumen (min) | 0 | 85 | 0 | 90 | 90 | 0 | 0 |
| Comportamiento de la intensidad vs volumen | |  | | | | | | |
| Fase final | Contenido | N/A | Trote de recuperacion-charla de retroalimentacion. | N/A | Se realizara un trabajo de estiramiento y charla tecnica. | Se ejecutara un trabajo de trote para recuperar y un estiramiento en parejas. | N/A | N/A |
| | Volumen (min) | 0 | 20 | 0 | 15 | 10 | 0 | 0 |
| Total volumen (min) sesion | | 0 | 120 | 0 | 120 | 120 | 0 | 0 |

Observaciones y/o retroalimantación:

| FIRMA DEL ENTRENADOR (A) | Alejandro Camacho | V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB" | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO






Scanned with CamScanner

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código : 210-GDR-F-12<br>Versión : 1.0<br>Fecha : 04/09/2025<br>Página : 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de control de asistencia | |

| NIVEL | INICIACION | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Nombre del contratista | Luis Alejandro Camacho Guzman | Cédula | 1003878460 | | Cat. | Infantil | Rama | Femenino | Mes | Enero-Febrero | | | | | | | | | | | |
| Escuela de Formación | Futbol Femenino | Nº Contrato | CPS- 2026-006 | | Escenario | Estadio Municipal | | Nº Deportistas | | 8 | | | | | | | | | | | |

| SEMANA | | | | | | | Semana 1 | | | Semana 2 | | | Semana 3 | | | Semana 4 | | | Semana 5 | | | Sesiones cumplidas | Sesiones programadas |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| FECHA | | | | | | | | 15 | 16 | 20 | 22 | 23 | 26 | 29 | 30 | 3 | 5 | 6 | 10 | 12 | 13 | | |
| N° | No. IDENTIFICACION | NOMBRE Y APELLIDO | SEXO | EDAD | No. CONTACTO DE EMERGENCIA | PARENTESCO | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 1077062408 | LIZETH CAMILA ARBELEDA RAMIREZ | F | 8 | 3022470849 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 2 | 1070015555 | ANA MARIA RODRIGUEZ | F | 12 | 3156788443 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 3 | 1070015615 | YULI ALEJANDRA RAMIRES RESTREPO | F | 12 | 3134739636 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 4 | 1070018482 | SARA NATALY BENÍTEZ GIL | F | 11 | 3232395359 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 5 | 1076225789 | LINA XIOMARA ORJUELA GRANADOS | F | 10 | 3204753248 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 6 | 1011232586 | EMILY ISABEL LAMBONA PEREZ | F | 11 | 3144591852 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 7 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 8 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 9 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 10 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 11 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 12 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 13 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 14 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 15 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 16 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 17 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 18 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 19 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 20 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 21 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 22 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 23 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 24 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 25 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 26 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 27 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 28 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 29 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 30 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |

**Observaciones / Comentarios:**

**Firma Instructor:** Alejandro Camacho

Scanned with CamScanner

| | | |
|---|---|---|
| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación<br>Formato de control de asistencia | Código : 210-GDR-F-12<br>Versión : 1.0<br>Fecha : 04/09/2025<br>Página : 1 de 1 |

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **NIVEL** | **PERFECCIONAMIENTO** | | | | | | | | | | |
| **Nombre del contratista** | Luis Alejandro Camacho Guzman | **Cédula** | **1003878460** | | **Cat.** | Juvenil | **Rama** | Femenino | **Mes** | Enero-Febrero | |
| **Escuela de Formación** | Futbol Femenino | **Nº Contrato** | **CPS- 2026-006** | | **Escenario** | Estadio Municipal | **Nº Deportistas** | | 8 | | |

| SEMANA | | | | | | | **Semana 1** | | | **Semana 2** | | | **Semana 3** | | | **Semana 4** | | | **Semana 5** | | | **Sesiones cumplidas** | **Sesiones programadas** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| FECHA | | | | | | | | 15 | 16 | 20 | 22 | 23 | 26 | 29 | 30 | 3 | 5 | 6 | 10 | 12 | 13 | | |
| N° | **No. IDENTIFICACION** | **NOMBRE Y APELLIDO** | **SEXO** | **EDAD** | **No. CONTACTO DE EMERGENCIA** | **PARENTESCO** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 1076623369 | MARIA PAULA CARDENAS GARCIA | F | 14 | 3112238724 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 2 | 1076623370 | MARIA JOSE CARDENAS GARCIA | F | 14 | 3112238724 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 3 | 1072990242 | LAURA VALENTÍNA HERNANDEZ PRADA | F | 15 | 3133043462 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 4 | 1076622511 | YESSICA ALEJANDRA CARDENAS SILVA | F | 15 | 3123062767 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 5 | 1072661169 | MARÍA ALEJANDRA ORTIZ SARMIENTO | F | 15 | 3228511541 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 6 | 1072657531 | SOFIA GARAVITO QUINTERO | F | 16 | 3142492447 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 7 | 1072662015 | JULIANA SANCHEZ BORREGO | F | 15 | 3227531632 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 8 | 10727038048 | VERONICA GARAVITO QUINTERO | F | 13 | 3142492447 | MAMÁ | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 14 | 14 |
| 9 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 10 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 11 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 12 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 13 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 14 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 15 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 16 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 17 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 18 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 19 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 20 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 21 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 22 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 23 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 24 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 25 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 26 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 27 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 28 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 29 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |
| 30 | | | | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | 0 | |

**Observaciones / Comentarios:**

| | |
|---|---|
| **Firma Instructor:** | Alejandro Camacho |

Scanned with CamScanner

aportes en línea

# Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

| Identificación | dv | Razon Social | Clase Aportante | Sucursal Principal | Direccion | Ciudad-Departamento | Teléfono | Exonerado SENA e ICBF |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| CC 1003878460 | | CAMACHO GUZMAN LUIS ALEJANDRO | INDEPENDIENTE | PRINCIPAL | VDA CHICU PALOVERDE | TABIO-CUNDINAMARCA | 8648190 | Si |

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

| Periodo | | Clave | | Tipo | Fecha | | Pago | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Pensión | Salud | Pago | Planilla | Planilla | Limite | Pago | Banco | Dias Mora | Valor |
| 2026-01 | 2026-01 | 93004755 | 9497710973 | I | 2026/02/13 | 2026/02/13 | BANCO DE OCCIDENTE | 0 | $396,700 |

**LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES**

| EMPLEADO | | | | | PENSION | | SALUD | | | | CCF | | | | RIESGOS | | | | PARAFISCALES | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| No. | Identificación | Nombres | Codigo | Días | IBC | Aporte | Codigo | Días | IBC | Aporte | Codigo | Días | IBC | Aporte | Codigo | Días | IBC | Aporte | Días | IBC | Aporte |
| **Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)** | | | | | $1,342,361 | $214,800 | | | $1,342,361 | $167,800 | | | $0 | $0 | | | $1,342,361 | $14,100 | | $0 | $0 |
| **Centro de Trabajo: PRINCIPAL ( 1 Afiliados)** | | | | | $1,342,361 | $214,800 | | | $1,342,361 | $167,800 | | | $0 | $0 | | | $1,342,361 | $14,100 | | $0 | $0 |
| Ciudad: TABIO Depto: CUNDINAMARCA ( 1 Afiliados) | | | | | $1,342,361 | $214,800 | | | $1,342,361 | $167,800 | | | $0 | $0 | | | $1,342,361 | $14,100 | | $0 | $0 |
| 1 | CC | 1003878460 | CAMACHO LUIS | 230301 | 23 | $1,342,361 | $214,800 | EPS017 | 23 | $1,342,361 | $167,800 | | 0 | $0 | $0 | 14-23 | 23 | $1,342,361 | $14,100 | 0 | $0 | $0 |
| **Total** | | **Afiliados( 1)** | | | | $1,342,361 | $214,800 | | | $1,342,361 | $167,800 | | | $0 | $0 | | | $1,342,361 | $14,100 | | $0 | $0 |

aportes en línea

# Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

| Identificación | dv | Razon Social | Clase Aportante | Sucursal Principal | Direccion | Ciudad-Departamento | Teléfono | Exonerado SENA e ICBF |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| CC 1003878460 | | CAMACHO GUZMAN LUIS ALEJANDRO | INDEPENDIENTE | PRINCIPAL | VDA CHICU PALOVERDE | TABIO-CUNDINAMARCA | 8648190 | Si |

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

| Periodo | | Clave | | Tipo | Fecha | | Pago | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Pensión | Salud | Pago | Planilla | Planilla | Limite | Pago | Banco | Dias Mora | Valor |
| 2026-01 | 2026-01 | 93004755 | 9497710973 | I | 2026/02/13 | 2026/02/13 | BANCO DE OCCIDENTE | 0 | $396,700 |

## RESUMEN DE PAGO

| RIESGO | CODIGO | NIT | DV | AFILIADOS | VALOR LIQUIDADO | INTERESES MORA | SALDOS E INCAPACIDADES | VALOR A PAGAR |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| AFP (ADMINISTRADORAS: 1) | | | | 1 | $214,800 | $0 | $0 | $214,800 |
| PORVENIR | 230301 | 800,224,808 | 8 | 1 | $214,800 | $0 | $0 | $214,800 |
| ARL (ADMINISTRADORAS: 1) | | | | 1 | $14,100 | $0 | $0 | $14,100 |
| POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS | 14-23 | 860,011,153 | 6 | 1 | $14,100 | $0 | $0 | $14,100 |
| EPS (ADMINISTRADORAS: 1) | | | | 1 | $167,800 | $0 | $0 | $167,800 |
| FAMISANAR | EPS017 | 830,003,564 | 7 | 1 | $167,800 | $0 | $0 | $167,800 |
| TOTAL | | | | 1 | $396,700 | $0 | $0 | $396,700 |