



INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES, (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

INFORME No.
012
FECHA DEL INFORME
31-03-2026

No. DEL CONTRATO Y FECHA
IDRD-STRD-CPS-1188-2025
No. DEL EXPEDIENTE VIRTUAL
2025800701601149E

1. INFORMACIÓN GENERAL

NOMBRE DEL CONTRATISTA	JUAN VICENTE GONZALEZ KERGUELEN
NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	6870235
PLAZO DE EJECUCIÓN	10 meses
VALOR	\$ 70.560.000,00
FECHA ACTA DE INICIO	2025-04-01
FECHA DE TERMINACIÓN	30/06/2026
ADICIÓN Y/O PRÓRROGA	2026-01-31 - 2026-06-30
SUSPENSIONES	NO APLICA
VALOR HONORARIOS MENSUAL	\$ 4.704.000,00
PERIODO DE ACTIVIDADES DE ESTE INFORME	2026-03-01 - 2026-03-31
OBJETO DEL CONTRATO	PRESTAR SUS SERVICIOS COMO ENTRENADOR(A) DE TECNIFICACIÓN 3.2 PARA ELABORAR; PLANIFICAR; MONITOREAR; EJECUTAR Y/O VERIFICAR LOS PLANES DE ENTRENAMIENTO Y PREPARACIÓN DE LOS ATLETAS DEL REGISTRO DE BOGOTÁ EN LA DISCIPLINA ASIGNADA.

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Enunciar cada una de las obligaciones específicas establecidas en el contrato y describir las actividades realizadas en el período para el cumplimiento de la misma, así como enunciar las evidencias y su ubicación (actas, documentos, planillas, listados, etc.).

Obligación 1: Planificar, direccionar, monitorear y evaluar, la preparación de los deportistas asignados para la etapa de tecnificación por el equipo metodológico en coordinación con los organismos deportivos del registro de Bogotá, generando planes de trabajo y entrenamiento a seguir durante esta vigencia, realizar los ajustes necesarios que sean requeridos, aportando los respectivos anexos. Cuando se realice una transición de atletas de su disciplina deportiva, el cual debe ser de acuerdo con los parámetros y criterios establecidos por el proyecto de inversión y en los planes pedagógicos, en coordinación con la supervisión.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

ACTIVIDADES: Con base en la planificación publicada el mes de febrero, se entregó al metodólogo RAFAEL AVELLA para espera de su revisión y hacer los ajustes si es necesario. Se realiza dirección y control de la preparación de los deportistas del registro de Bogotá que me fueron asignados en la disciplina deportiva del boxeo, en la subetapa de tecnificación, a fin de procurar su mejor desempeño deportivo a nivel competitivo en los torneos distritales y nacionales. Se realizan los ajustes necesarios para seguir con el desarrollo de los deportistas a mi cargo.

EVIDENCIAS: Plan de trabajo y plan gráfico.

UBICACIÓN: Folio #1

Obligación 2: Desarrollar estrategias de actualización, inducción e implementación de los programas pedagógicos deportivos, criterios de transición, indicadores de rendimiento, test técnicos y pedagógicos de su especialidad deportiva del proyecto de inversión, talento y reserva, masificación e iniciación deportiva que le sean solicitados, así como, realizar el acompañamiento técnico y capacitación a los programas institucionales y de Ligas en las etapas de iniciación deportiva, talento y reserva y tecnificación, en coordinación con la supervisión.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

ACTIVIDADES: Se dio cumplimiento a la obligación mediante el plan publicado durante el mes de febrero, realizando las acciones deportivas planificadas, a fin de contribuir en el desarrollo y perfeccionamiento de las habilidades y cualidades. Físicas, técnicas y tácticas de los deportistas asignados correspondientes a la subetapa de tecnificación, mediante un trabajo sistemático, y llevarlos al alto rendimiento. Para que representen a Bogotá en torneos nacionales e internacionales. Se tienen programados los primeros test físicos y técnicos.

EVIDENCIAS: N/A.

UBICACIÓN: N/A

Obligación 3: Dar cumplimiento con el volumen de entrenamiento establecido en los planes de entrenamiento acordados y aprobados por el encargado de su disciplina deportiva y socializados con los organismos Deportivos Distritales, garantizando un mínimo de diez (10) sesiones semanales con los deportistas del registro de Bogotá, en el sitio de entrenamiento concertado con el IDRD, así como también tres (3) sesiones de acompañamiento en las etapas de talento y reserva e iniciación deportiva, en coordinación con la supervisión.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

ACTIVIDADES: Se dio cumplimiento a la obligación, realizando las sesiones estipuladas en la obligación, las cuales se programaron y sustentaron en el área metodológica, realizándose semanalmente de la siguiente manera:

Sesión 1: Lunes 8:00 a 11:00.

Sesión 2: Lunes 15:00 a 18:00.

Sesión 3: Martes 8:00 a 11:00.

Sesión 4: Martes 15:00 a 18:00.

Sesión 5: Miércoles 8:00 a 11:00.

Sesión 6: Miércoles 15:00 a 18:00.

Sesión 7: jueves 8:00 a 11:00.

Sesión 8: jueves 15:00 a 18:00.

Sesión 9: viernes 8:00 a 11:00.

Sesión 10: viernes 15:00 a 18:00.

Sesión 11: sábado 8:00 a 11:00.

EVIDENCIAS: Microciclos 9 al 12

UBICACIÓN: Folio # 1

Obligación 4: Realizar seguimiento a los deportistas preseleccionados y seleccionados avalados por el equipo técnico metodológico del IDRD en coordinación con los organismos Deportivos Distritales, en las unidades de acondicionamiento físico, evaluaciones médicas y de ciencias aplicadas al deporte, en los entrenamientos, fogueos, competencias preparatorias y principales, de acuerdo a lo establecido en el plan de entrenamiento, así como actuar en reuniones o eventos distritales, nacionales o internacionales, que le sean asignados por el Supervisor del Contrato y/o metodólogo, siempre y cuando estas guarden relación con el cumplimiento del objeto contractual. PARÁGRAFO: La participación en los eventos Nacionales o Internacionales deben ser autorizados por la Dirección General o por la Subdirección Técnica de Recreación y Deportes del IDRD, en preferencia, en coordinación con el equipo metodológico y/o con los organismos deportivos del registro de Bogotá.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

ACTIVIDADES: Se proporcionó el direccionamiento y acompañamiento planificados en el plan de entrenamiento a los deportistas de tecnificación, por el equipo técnico metodológico IDRD en los entrenamientos. Y en unidad de acondicionamiento físico, evaluación médica y de ciencias aplicadas al deporte. Se realizó reunión con los entrenadores de Bogotá el día 13 de marzo para definir la selección que nos representará en el torneo nacional junior, que se realizará en la ciudad de Bogotá del 4 al 11 de abril. Capacitación el día 21 de marzo, tema: reglamento IBA para mejorar el arbitraje en los torneos distritales que se van a realizar en el presente año. Ponentes: JUAN GONZALEZ y GUSTAVO ORTIZ. El día 25 de marzo se realizó capacitación en la plaza de los artesanos. Tema: Tenis de campo, ponente JAIME CORTES.

EVIDENCIAS: Registros fotográficos.

UBICACIÓN: folio #1

Obligación 5: Generar un informe técnico de competencia con la gestión, teniendo como objetivo desarrollar resultados de acuerdo con el modelo implementado por el área de deportes, participando activamente en fogueos y competencias preparatorias y principales a nivel local, distrital, nacional e internacional máximo cinco (5) días hábiles después de cada competencia y anexarlo evidencias de seguimiento en el informe mensual, adjuntando los resultados oficiales de competición, en coordinación con la supervisión.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

ACTIVIDADES: Conforme a la planificación general de actividades para el periodo del reporte registrado en el presente informe, se continua con la preparacion de la seleccion junior que representara a Bogotá en el torneo nacional organizado en la propia capital.

EVIDENCIAS: Registros fotográficos.

UBICACIÓN: folio # 1

Obligación 6: El Contratista adoptará todas las medidas necesarias para evitar cualquier situación de conflicto de intereses conforme a lo estipulado en la resolución 424 de 2021, "Por medio de la cual se adopta la política sobre conflicto de Intereses en el Instituto Distrital de Recreación y Deporte-IDRD", o la vigente. Esta situación se produce cuando, como consecuencia de intereses económicos, profesionales, afinidades políticas o nacionales, vínculos familiares, afectivos, o cualesquiera otros intereses compartidos, se ve comprometida la ejecución imparcial y objetiva del Contrato.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

ACTIVIDADES: Se realizaron las actividades requeridas, junto con la coordinación del equipo metodológico, para asegurar el cumplimiento integral e imparcial del contrato. Evitando así cualquier conflicto de intereses.

EVIDENCIAS: N/A.

UBICACIÓN: N/A

Obligación 7: Las demás que sean inherentes al objeto contractual y a las obligaciones precedentes.

Actividades, Evidencias y Ubicación:

ACTIVIDADES: Se realizó la carga correspondiente de los informes realizados anteriormente en la plataforma Secop II.

EVIDENCIAS: Pantallazo secop II

UBICACIÓN: folios #1

3. INFORMACIÓN APORTES PRESTACIONES SOCIALES

DESCRIPCIÓN DEL APORTE	NOMBRE EMPRESA	VALOR APORTE PAGADO
PAGO APORTES SALUD	NUEVA E.P.S.	\$ 235.200,00
PAGO APORTES PENSIÓN	COLPENSIONES	\$ 0,00
PAGO RIESGOS LABORALES	POSITIVA DE SEGUROS	\$ 45.900,00
	TOTAL	\$ 281.100,00

[Ver Planilla de Pago](#)

4. ANEXOS

Para la entrega del informe correspondiente al último periodo de actividades; es indispensable anexar adicionalmente: el documento expedido por el Almacén General y el Área de Sistemas donde se evidencie que el contratista se encuentra a paz y salvo con la entidad y el medio magnético con las evidencias de las actividades realizadas durante la ejecución contractual.



Firma Contratista

Nombre Completo: JUAN VICENTE GONZALEZ KUERGUELEN

No. Identificación: 6870235

Cargo: CONTRATISTA

CONCEPTO DEL SUPERVISOR DEL CONTRATO SOBRE EL CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES DEL CONTRATISTA

El contratista cumple con las obligaciones contractuales y las tareas asignadas en los tiempos pactados, demostrando su compromiso, calidad y colaboración con el equipo de trabajo.



Firma Supervisor

Nombre Completo: NURY ZORAIDA PEREZ BELTRAN

No. Identificación: 52068514

Cargo: PROFESIONAL ESPECIALIZADO 222-07

Señores

INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
Atn. Area Financiera

Referencia: Certificado de Información Tributaria para Depuración de la Base del cálculo Retención en La Fuente, Art. 383, 387, 388 Estatuto Tributario (Art. 1.2.4.1.6. y siguientes del Decreto 1625 De 2016), por rentas de trabajo que no provienen de una relación laboral o legal y reglamentaria. (ley 2277 de 2022 y Decreto 2231 de 2023).

De conformidad con las normas citadas en la referencia, y con el fin de suministrarla información necesaria para el cálculo de mi base de retención en la fuente aplicable por los ingresos obtenidos en ejecución del contrato de prestación de servicios 1188 de 2025, suscrito entre el IDRD y JUAN VICENTE GONZALEZ KERQUELEN identificado con C.C 6870235, **bajo la gravedad de juramento certifico que:**

A. De conformidad con el numeral 6 del artículo 1.2.4.1.6. y con el párrafo 4 artículo 1.2.4.1.17. del Decreto 1625 de 2016, tomaré costos y/o deducciones asociados a las rentas percibidas por mi contrato.

SI ☒ NO ☐

Si marca (SI), se aplicará la tarifa de retención en la fuente del artículo 392 del E.T (entre el 4% y 11%).

Si marca (NO), se aplicará la tarifa de retención en la fuente del artículo 383.

B. Soy Pensionado (a)

SI ☒ NO ☐

Requiere adjuntar certificación de pensión

C. Soy declarante de renta

SI ☒ NO ☐

D. Soy responsable de Iva

SI ☒ NO ☐

E. Solicito realizar una retención en la fuente adicional a la calculada, por valor de:

Responda las preguntas 1 al 10 solo si respondió NO a la pregunta A

1. Durante el año 2025 realicé pago de intereses por préstamos para adquisición de vivienda (incluido Leasing habitacional)

SI ☐ NO ☒

2. En caso de responder afirmativamente la pregunta 1, por favor adjuntar la certificación bancaria y completar la siguiente información:

• Terceras personas con las que adquirí el inmueble hacen uso del beneficio tributario

SI ☐ NO ☒

• Mi conyugue hace USO del beneficio tributario

SI ☐ NO ☒

• Por lo anterior, Declaro que la deducción prevista se debe realizar proporcionalmente (Decreto 3750 de 1986 Artículo 8). A mi favor

(% de 1 a 100)

Bajo la gravedad de juramento declaro que el inmueble por el cual estoy pasando la disminución cumple con los requisitos establecidos en la ley para acceder a este beneficio

3. Durante el año 2025 realicé pagos por salud (medicina prepagada - seguros de salud)
Anexar certificado de la entidad donde se evidencie el valor pagado y el periodo. SI ☐ NO ☒
4. Para el presente pago realicé aporte a pensiones voluntarios
Anexar copia del pago. SI ☐ NO ☒
5. Para el presente pago realicé aporte a AFC
Anexar copia de la consignación. SI ☐ NO ☒
6. Certifico que tengo algunos de los siguientes dependientes SI ☒ NO ☐
7. Número de dependientes, conforme establecido en el inciso 2 del artículo 387 del Estatuto Tributario (72 UVT) hasta un máximo de cuatro (4) dependientes.
- Hijos menores de 18 años
Requiere registro civil. SI ☒ NO ☐
 - Hijos entre los 18 y 23 años a quienes se les esté dando educación
Requiere anexar certificación semestral de pago de matrícula expedida por la respectiva entidad educativa. SI ☐ NO ☒
 - Hijos de cualquier edad que se encuentren en situación de dependencia por discapacidad
Requiere adjuntar certificado de Medicina Legal o de EPS sobre situación de discapacidad o certificado de contador público si es dependiente por ingresos SI ☐ NO ☒
 - Cónyuge o compañero permanente en situación de dependencia por ausencia de ingresos o ingresos anuales inferiores a 260 UVT (2025) \$12,947.740 anuales, o por discapacidad
Requiere adjuntar certificado de Medicina Legal o de EPS sobre situación de discapacidad o certificado de contador público si es dependiente por ingresos SI ☐ NO ☒
 - Padres y hermanos en situación de dependencia por ausencia de ingresos o por ingresos inferiores a 260 UVT (2025) \$12,947.740 anuales, o por discapacidad
Requiere adjuntar certificado de Medicina Legal o de EPS sobre situación de discapacidad o certificado de contador público si es dependiente por ingresos SI ☐ NO ☒

Nota: Me comprometo a informar cualquier novedad relacionada con lo aquí manifestado, presentando nuevamente el certificado, junto con los soportes a que haya lugar.

Firma: 
Nombre: JUAN VICENTE GONZALEZ KERGUELEN
Cédula: 6870235

La información tributaria determinada con base en lo aquí certificado, surtirá efecto a partir del primer pago o abono en cuenta posterior a la fecha de entrega.

PAGADO 21/03/2026 EN HORARIO EXTENDIDO

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	JUAN VICENTE GONZALEZ KERGUELEN		
Documento	CC6870235	Dirección	CLL 25 SUR # 24 G 34
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Teléfono	8054261
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	ÚNICO
Ciudad	BOGOTA D.C.	Departamento	BOGOTA D.C.
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	ING	RET	RET P	TAE	TAE	TAP	TAP	USP	COR	SVT	SVT	IGE	LMC	VAC	VAC	VCT	ING	Días AFP	Días EPS	Días AFP	Días EPS	Días AFP	Días EPS	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC 6870235	JUAN VICENTE GONZALEZ KERGUELEN	59	02																	0	0	0	30	30	0	(NIN-AF) NINGUNA AFP	\$ 0	\$ 0	(EPS037) NUEVA EPS S.A.	\$ 1.881.600	\$ 235.200	2.436	\$ 1.881.600	\$ 45.900	(NIN-CC) NINGUNA CCF	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 281.100	

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
\$ 0	\$ 1.881.600	\$ 1.881.600	\$ 0	\$ 0	\$ 235.200	\$ 45.900	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 281.100	\$ 2.800	\$ 283.900

Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 601 4446634 - Cali: 602 5540577 - Medellín: 604 5146669 - Bucaramanga: 607 6438000 - Cartagena: 605 6945444 - Pereira: 606 3402582 - Barranquilla: 605 3618850 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!

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

Página 1 de 1

¡El Poder de lo SIMPLE!

GRUPOS Y POLOS DE DESARROLLO

ENTRENADOR:	JUAN VICENTE GONZALEZ KERGUELEN
DEPORTE:	BOXEO
MODALIDAD:	COMBATE /FEMENINO / MASCULINO
ETAPA 2026:	TECNIFICACIÓN

GRUPO	PARQUE	ESCENARIO	LOCALIDAD
TECNIFICACIÓN 1	PARQUE EL OLAYA	GIMNASIO DEL SUR	RAFAEL URIBE URIBE
TECNIFICACIÓN 2	PARQUE EL OLAYA	GIMNASIO DEL SUR	RAFAEL URIBE URIBE

POSIBLES GRUPOS DE ENTRENAMIENTO
RENDIMIENTO 1
RENDIMIENTO 2
TECNIFICACIÓN 1
TECNIFICACIÓN 2
TALENTO Y RESERVA 1
TALENTO Y RESERVA 2
TALENTO Y RESERVA 3

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN DE LOS GRUPOS PROYECTADOS

DEPORTE: BOXEO MODALIDAD: COMBATE ENTRENADOR: JUAN VICENTE GONZALEZ KERGUELEN

Hora	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
5:00							
6:00							
7:00							
8:00	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	
9:00	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	
10:00	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	
11:00	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	TECNIFICACIÓN 1	
12:00							
1:00							
2:00							
3:00	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2		
4:00	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2		
5:00	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2		
6:00	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2	TECNIFICACIÓN 2		
7:00							
8:00							
9:00							

DEPORTISTAS A CARGO (POR GRUPO)				
# DEP.	NOMBRES Y APELLIDOS (Completo)	RAMA	GRUPO	FECHA TRANSICIÓN (mm/aa)
1	Matias Lopez Lopez	M	Tecnificacion 1	
2	Jhostin David Perez Vargas	M	Tecnificación 1	
3	David Santiago Arevalo Oliva	M	Tecnificación 1	
4	Johan Alexander Gomez Montejo	M	Tecnificación 2	
5	Cristopher adan Tibaquira Fonseca	M	Tecnificación 2	
6	juan David Salamanca Salamanca	M	Tecnificación 2	
7	Samuel David Pava Rumbo	M	Tecnificación 1	
8	Abiel Samuel Torres Castillo	M	Tecnificación 2	
9	Daniel Felipe Rubio Vergara	M	Tecnificación 1	
10	jhoan Santiago Gomez Roncancio	M	Tecnificación 2	
11	Diego Alejandro Fula Bohorquez	M	Tecnificacion 2	
12	Nicole Dayane Blanco Guzman	M	Tecnificacion 2	
13	Jhorwen Emanuel Chacon Nieves	M	Tecnificacion 2	
14	Kevin Santiago Martinez Bedoya	M	Tecnificacion 2	
15	Daniel Alejandro Jaimes Urrego	M	Tecnificacion 2	
16	Josep David Delgado Torres	M	Tecnificacion 2	
17	Juan Esteban Espejo Chingate	M	Tecnificacion 1	
18	Sarom Malagon Rodriguez	F	Tecnificacion 1	
19	Juan Sebastian Merchan Alvarez	M	Tecnificacion 1	
20	Pool Andrei Sanchez Perez	M	Tecnificacion 1	
21	Marlon Stiven Rivera Caballero	M	Tecnificacion 2	
22	Daniel Jacobo Alvarado Sanchez	M	Tecnificacion 2	
23	Leyton Sneyder Quiroga	M	Tecnificacion 2	
24	Maira Sofia Silva Yundes	F	Tecnificacion 2	
25	Karonlays Osnailis Mendoza Perozo	F	Tecnificacion 2	

DEPORTISTAS PROMOVIDOS A LA SIGUIENTE ETAPA				
# DEP.	NOMBRES Y APELLIDOS (Completo)	RAMA	PROMOVIDO A	ENTRENADOR
1	DANIEL JACOBO ALVARADO SANCHEZ	M	RENDIMIENTO	ALEXANDER BRAND
2	HAROLD STIVEN MARTINEZ CARREÑO	M	RENDIMIENTO	ALEXANDER BRAND
3	JORWEN EMMANUEL CHACON NIEVES	M	RENDIMIENTO	ALEXANDER BRAND
4	SAROM MALAGON RODRIGUEZ	F	RENDIMIENTO	ALEXANDER BRAND
5	ANDRES FELIPE SILVA VEGA	M	RENDIMIENTO	ALEXANDER BRAND
6	HEIDYD LORENA MARQUEZ	F	RENDIMIENTO	ALEXANDER BRAND
7	ALEXANDER BLANCO ATENCIO	M	RENDIMIENTO	ALEXANDER BRAND
8	LAURA AGUILAR	F	RENDIMIENTO	ALEXANDER BRAND

ETAPAS
RENDIMIENTO
TECNIFICACIÓN
TALENTO Y RESERVA

--

[illegible]

DEPORTISTAS PROYECTADOS A SELECCIONES COLOMBIA

# DEP.	NOMBRES Y APELLIDOS (Completos)	SEXO	CATEGORÍA	PRUEBA	ENTRENADOR DE SELECCIÓN COLOMBIA	OBSERVACIONES (ALERTAS)
1	Sarom Malagon Rodriguez	F	Mayores	Por definir	Alexander Brand	
2	Daniel Jacobo Alvarado	M	Junior	Por definir	Alexander Brand	
3	Leyton Sneyder Quiroga	M	Junior	Por definir	Alexander Brand	
4	Maira Sofia Silva Yundes	F	Junior	Por definir	Alexander Brand	
5	Karonlays Osnailis Mendoza Perozo	F	Junior	Por definir	Alexander Brand	
6						
7						
8						
9						
10						
11						

PROPUESTA DE CAPACITACIONES

# CAP.	MES	CONTENIDO A SOCIALIZAR	ENTRENADORES A CAPACITAR (ETAPA)
1	ABRIL	FUNDAMENTOS BASICOS DEL BOXEO	JEC, E. DE MI B., SEMILLEROS
2	JUNIO	REGLAMENTO BOXEO AMATEUR	JEC, E. DE MI B., SEMILLEROS
3	SEPTIEMBRE	REGLAMENTO BOXEO AMATEUR	JEC, E. DE .MI B., SEMILLEROS
4	NOVIEMBRE	FUNDAMENTOS BASICOS DEL BOXEO	JEC, E. DE .MI B., SEMILLEROS

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES

FECHA: 3/2/2026 **AL** 3/7/2026 **DEPORTE:** BOXEO

ENTRENADOR: JUAN VICENTE GONZALEZ KERGUELEN **CONTRATO N°:** 1108/2025

MICROCICLO N°: 9 **TENDENCIA MICRO:** AJUSTE **OBJETIVO MICRO:** Mejorar la tecnica de los golpes rectos y defensas.

SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1 ^a	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo sombra contendor imaginario 2x3x1 Aparatos 4x3x1 cuerda 15' circuito fuerza con su propio cuerpo,rapida. brazo,sentadillas,fondos rapida., cantidad 20 rep. de c/u X 1' descanso entre cada uno 3 series.carrera cont.30 min. 200 abdominales Estiramientos 10' teoria 5 min reglamento.	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo sombra contendor imaginario 4x3x1 aparatos 4x3x1 carrera continua. 25 min.salto a la cuerda 10 min 200 abdominales, estiramiento 15 min.teoria 5 min.reglamento	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: preparacion fisica ej.especificos de coordinacion Desarrollo de Ejercicios: calentamiento 20' ej.generales y especificos, trabajo sombra 3x3x1 ,contendor imaginario, pasos planos con golpes rectos y defensas aparatos.4x3x1 Circuito fuerza con sobrepeso, brazo y piernas,rapida 20 repeticiones por 3 series30 segundos de descanso,carrera continua 30 min estiramientos 15' teoria 5 min.reglamento	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo sombra contendor imaginario 2x3x1 Aparatos 4x3x1 cuerda 15' circuito fuerza con su propio cuerpo,rapida. brazo,sentadillas,fondos rapida., cantidad 20 rep. de c/u X 1' descanso entre cada uno 3 series.carrera cont.25 min. 200 abdominales Estiramientos 10' teoria 5 min reglamento.	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 4x3x1 aparatos 4x3x1 carrera continua. 30 min.salto a la cuerda 10 min 200 abdominales, estiramiento 15 min.teoria 5 min.reglamento	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo sombra contendor imaginario 2x3x1 Aparatos 4x3x1 cuerda 15' circuito fuerza con su propio cuerpo,rapida. brazo,sentadillas,fondos rapida., cantidad 20 rep. de c/u X 1' descanso entre cada uno 3 series.carrera cont.25 min. 200 abdominales Estiramientos 10' teoria 5 min reglamento.	
2 ^a	Hora: 3.00 a 6.00 pm Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo sombra contendor imaginario 2x3x1 Aparatos 4x3x1 cuerda 15' circuito fuerza con su propio cuerpo,rapida. brazo,sentadillas,fondos rapida., cantidad 20 rep. de c/u X 1' descanso entre cada uno 3 series.carrera cont30 min. 200 abdominales Estiramientos 10' teoria 5 min reglamento.	Hora: 3.00 a 6.00 pm Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 4x3x1 aparatos 4x3x1 carrera continua. 25 min.salto a la cuerda 10 min 200 abdominales, estiramiento 15 min.teoria 5 min.reglamento	Hora: 3.00 a 6.00 pm Contenidos de la sesión: preparacion fisica ej.especificos de coordinacion Desarrollo de Ejercicios: calentamiento 20' ej.generales y especificos, trabajo sombra 3x3x1 ,contendor imaginario, pasos planos con golpes rectos y defensas aparatos.4x3x1 Circuito fuerza con sobrepeso, brazo y piernas,rapida 20 repeticiones por 3 series30 segundos de descanso,carrera continua 30 min estiramientos 15' teoria 5 min.reglamento	Hora: 3.00 a 6.00 pm Contenidos de la sesión: preparacion fisica ej.especificos de coordinacion Desarrollo de Ejercicios: calentamiento 20' ej.generales y especificos, trabajo sombra 3x3x1 ,contendor imaginario, pasos planos con golpes rectos y defensas aparatos.4x3x1 Circuito fuerza con sobrepeso, brazo y piernas,rapida 20 repeticiones por 3 series30 segundos de descanso,carrera continua 25 min estiramientos 15' teoria 5 min.reglamento	Hora: 3.00 a 6.00 pm Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 4x3x1 aparatos 4x3x1 carrera continua.30 min.salto a la cuerda 10 min 200 abdominales, estiramiento 15 min.teoria 5 min.reglamento		
3 ^a							
4 ^a	8	7	9	8	7	9	

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES

FECHA: 3/9/2026 AL 3/14/2026 DEPORTE: BOXEO

ENTRENADOR: JUAN VICENTE GONZALEZ KERGUELEN CONTRATO N°: 1108/2025

MICROCICLO N°: 10 TENDENCIA MICRO: MEDIA/ALTA OBJETIVO MICRO: Mejorar la tecnica de los golpes rectos y defensas.

SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1 ^a	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo sombra contendor imaginario 2x3x1 Aparatos 4x3x1 cuerda 15' c circuito fuerza con su propio cuerpo,rapida, brazo,sentadillas,fondos rapida., cantidad 20 rep. de c/u X 1'descanso entre cada uno 3 series.carrera cont.30 min. 200 abdominales Estiramientos 10'teoría 5 min reglamento.	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 4x3x1 aparatos 4x3x1 carrera continua. 25 min. sparring 3x3x1- 200 abdominales, circuito estiramiento 15 min.teoría 5 min.reglamento	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: preparacion fisica ej.especificos de coordinacion Desarrollo de Ejercicios: calentamiento 20' ej.generales y especificos, trabajo sombra 3x3x1 ,contendor imaginario, pasos planos con golpes rectos y defensas aparatos.4x3x1 Circuito fuerza con sobrepeso, brazo y piernas,rapida 20 repeticiones por 3 series30 segundos de descanso,carrera continua 30 min estiramientos 15' teoría 5 min.reglamento	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo sombra contendor imaginario 2x3x1 Aparatos 4x3x1 cuerda 15' c circuito fuerza con su propio cuerpo,rapida, brazo,sentadillas,fondos rapida., cantidad 20 rep. de c/u X 1'descanso entre cada uno 3 series.carrera cont.30 min. 200 abdominales Estiramientos 10'teoría 5 min reglamento.	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 4x3x1 aparatos 4x3x1 carrera continua. 25 min.salto a la cuerda 10 min 200 abdominales, estiramiento 15 min.teoría 5 min.reglamento	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas ECDG 4X3X1 Aparatos 3x3x1 sombra 3x3x1 cuerda 15' carrera 30 minutos teoría 5 min reglamento.	
2 ^a	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo sombra contendor imaginario 2x3x1 Aparatos 4x3x1 cuerda 15' c circuito N° 5 fuerza con su propio cuerpo, rapida, brazo,sentadillas,fondos , cantidad 20 de c/u X 1'descanso entre cada uno 3 series.carrera continua 30 min 200 abdominales Estiramientos 10'	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 sombra 3x3x1 aparatos 5x3x1 200 abdominales sparring 3x3x1' carrera cont.25 200 abdominales Estiramientos 10'	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: preparacion tecnica Desarrollo/Ejercicios: calentamiento 20' trabajo tecnico , desplazamientos adelante,atras,izq,der, con golpes rectos y defensas , sombra 3x3x1, aparatos 4x3x1, salto a la cuerda 25', abdominales 200, fuerza con sobrepeso,brazo y pierna rapida ,30 rep. 3 series 30 seg, descanso sentadillas 20 rep 3 series carrera cont. 30 min. estiramientos 15 min.	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo sombra contendor imaginario 2x3x1 Aparatos 4x3x1 cuerda 15' c circuito N° 5 fuerza con su propio cuerpo, rapida, brazo,sentadillas,fondos , cantidad 20 de c/u X 1'descanso entre cada uno 3 series.carrera continua 30 min 200 abdominales Estiramientos 10'	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 sombra 3x3x1 aparatos 5x3x1 200 abdominales salto a la cuerda 10' carrera cont.25 Estiramientos 10'		
3 ^a							
4 ^a	8	7	9	8	7	9	

**FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES**

FECHA: 3/16/2026

AL

3/21/2026

DEPORTE: BOXEO

ENTRENADOR: JUAN VICENTE GONZALEZ KERGUELEN

CONTRATO N°: 1108/2025

MICROCICLO N°:

11

TENDENCIA MICRO:

CHOQUE

OBJETIVO MICRO:

Mejorar la tecnica de golpes rectos y defensas.

SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1 ^a	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo sombra contendor imaginario ECDG 5X3X1 Aparatos 4x3x1 cuerda 15' circuito N° 5 fuerza con su propio cuerpo rapida, brazo, sentadillas, fondos , cantidad 20 de c/u X 1' descanso entre cada uno 3 series carrera cont.30 min. 200 abdominales Estiramientos 10'	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 4x3x1 aparatos 5x3x1 circuito N° 6 salto a la cuerda 10' CARRERA CONT. 30 MIN 200 abdominales Estiramientos 10'	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: preparacion fisica ej.especificos de coordinacion Desarrollo de Ejercicios: calentamiento 20' ej.generales y especificos, trabajo sombra aparatos 4x 3x3x1 ,contendor imaginario, pasos planos con golpes rectos y defensas , salto a la cuerda 10' Circuito fuerza con sobrepeso, brazo y piernas, 30 repeticiones por 3 series 30 segundos de descanso, ,sentadillas 20 rep. 3 series carrera cont. 25 min estiramientos 15 min.	Hora: 8:00 a 11:00 pm Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos Trabajo sombra contendor imaginario 3x3x1 ECDG 4X3X1 Aparatos 4x3x1 cuerda 10 min.carrera cont.30 min. ' circuito N° 7 200 abdominales Estiramientos 10'	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos Trabajo sombra contendor imaginario 4x3x1 APARATOS.3X3X1 MIN fuerza natural, brazo, sentadillas,rapida , cantidad 20 de c/u X 1' descanso entre cada uno 4 series FLEX. DE BRAZOS 20 REP. 4 SERIES., salto a la cuerda 20' 200 abdominales carrera cont.25 min. Estiramientos 10'	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 4x3x1 sparring 3x3x1 aparato 3x3x1 salto a la cuerda 15' carrera cont. 30 min.200 abdominales Estiramientos 10'	
2 ^a	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo sombra contendor imaginario 2X3X1 ECDG 5X3X1 Aparatos 4x3x1 cuerda 15' circuito N° 5 fuerza con su propio cuerpo, rapida, brazo,sentadillas,fondos , cantidad 20 de c/u X 1' descanso entre cada uno 3 series.carrera continua 30 min 200 abdominales Estiramientos 10'	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas sombra 3x3x1 SPARRING 3X3X1 aparatos 4x3x1 200 abdominales salto a la cuerda 10' carrera cont.30 min 200 abdominales Estiramientos 10'	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: preparacion tecnica Desarrollo/Ejercicios: calentamiento 20' trabajo tecnico , desplazamientos adelante,atrás,izq,der, con golpes rectos y defensas , sombra 3x3x1, aparatos 4x3x1, salto a la cuerda 25', abdominales 200, fuerza con sobrepeso,brazo y pierna rapida ,30 rep. 3 series 30 seg. descanso sentadillas 20 rep 3 series carrera cont. 25 min. estiramientos 15 min.	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: preparacion tecnica Desarrollo/Ejercicios: calentamiento 20' trabajo tecnico , desplazamientos adelante,atrás,izq,der, con golpes rectos y defensas , sombra 3x3x1,ECDG 4X3X1 aparatos 4X3X1, salto a la cuerda 10' min.carrera cont.30 min, abdominales 200, estiramientos 15'.	Hora: 3 pm a 6 pm Contenidos de la sesión: preparacion tecnica Desarrollo/Ejercicios: calentamiento 20' trabajo tecnico , desplazamientos adelante,atrás,izq,der, con golpes rectos y defensas , sombra 3x3x1, aparatos 4x3x1,fuerza. flex. de brazos rapida 20 rep 4 series sentadillas fondos 20 rep. 3 series. salto a la cuerda 20 carrera cont.25 min.', abdominales 200, estiramientos 15'.		
3 ^a							
4 ^a	7	8	9	8	10	7	0

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES

FECHA: 3/23/2026 **AL** 3/28/2028 **DEPORTE:** BOXEO

ENTRENADOR: JUAN VICENTE GONZALEZ KERGUELEN **CONTRATO N°:** 1108/2025

MICROCICLO N°: 12 **TENDENCIA MICRO:** RECUPERATORIO **OBJETIVO MICRO:** Mejorar la tecnica de los golpes rectos y defensas.

SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1 ^a	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 2x3x1 Trabajo sombra contendor imaginario 4X2X1 Y 4X3X1 Aparatos 3X2X1 Y 3X3X1 cuerda 15' circuito fuerza con su propio cuerpo,rapida. brazo,sentadillas,fondos rapida, cantidad 20 rep. de c/u X 1' descanso entre cada uno 3 series.carrera cont.30 min. 200 abdominales Estiramientos 10' teoria 5 min reglamento.	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos sparring 3x3x1 aparatos 3X3X1 sombra 3x3x1 carrera continua. 25 min.salto a la cuerda 10 min 200 abdominales, estiramiento 15 min.teoria 5 min.reglamento	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: preparacion fisica cj.especificos de coordinacion Desarrollo de Ejercicios: calentamiento 20' ej.generales y especificos, trabajo sombra 3x3x1 ,contendor imaginario, pasos planos con golpes rectos y defensas aparatos:4x3x1 ECDG 6X3X1 Circuito fuerza con sobrepeso, brazo y piernas,rapida 20 repeticiones por 3 series30 segundos de descanso.carrera continua 25 min estiramientos 15' teoria 5 min.reglamento	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos Trabajo sombra contendor imaginario 2x3x1 Aparatos 4x3x1 ECDG 5X3X1 carrera continua 30 min. Estiramientos 10' .200 abdominales teoria 5 min.reglamento.	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos Trabajo sombra contendor imaginario 2x3x1 Aparatos 4x3x1 ECDG 5X3X1 carrera continua 25 min. Estiramientos 10' .200 abdominales teoria 5 min.reglamento.	Hora: 8:00 a 11:00 am Contenidos de la sesión: preparacion fisica cj.especificos de coordinacion Desarrollo de Ejercicios: calentamiento 20' ej.generales y especificos, trabajo sombra 3x3x1 SPARRING 3X3X1 , aparatos:4x3x1 carrera 30 minutos, abdominales 100 estiramientos, 15 minutos.	
2 ^a	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos con golpes rectos a la cara y defensas 3X2X1 Trabajo sombra contendor imaginario 3X3X1 Aparatos 4x3x1 cuerda 15' circuito N° 5 fuerza con su propio cuerpo, rapida. brazo,sentadillas,fondos , cantidad 20 de c/u X 1' descanso entre cada uno 3 series.carrera continua 30 min 200 abdominales Estiramientos 10'	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: (Ej. Preparación Física, Trabajo de Técnica Individual. Desarrollo/Ejercicios: Calentamiento 20' Trabajo de Desplazamientos sparring 3x3x1 con golpes rectos a la cara y defensas sombra 3x3x1 aparatos 3X3X1 200 abdominales salto a la cuerda 10 carrera cont.30' 200 abdominales Estiramientos 10'	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: preparacion tecnica Desarrollo/Ejercicios: calentamiento 20' trabajo tecnico , desplazamientos adelante,atras,izq,der, con golpes rectos y defensas , sombra 3x3x1,ECDG 6X3X1 aparatos 4x3x1, salto a la cuerda 25', abdominales 200, fuerza con sobrepeso,brazo y pierna rapida ,30 rep. 3 series 30 seg. descanso sentadillas 20 rep 3 series carrera cont. 25 min. estiramientos 15 min.	Hora: 3:00 a 6:00 pm Contenidos de la sesión: preparacion tecnica Desarrollo/Ejercicios: calentamiento 20' trabajo tecnico , desplazamientos adelante,atras,izq,der, con golpes rectos y defensas , sombra 3x3x1,ECDG 4X3X1 aparatos 4X3X1, salto a la cuerda 30' min., abdominales 200, estiramientos 15'.	Hora: 3 pm a 6 pm Contenidos de la sesión: preparacion tecnica Desarrollo/Ejercicios: calentamiento 20' trabajo tecnico , desplazamientos adelante,atras,izq,der, con golpes rectos y defensas , sombra 3x3x1, aparatos 4x3x1,fuerza. flex. de brazos rapida 20 rep 4 series sentadillas fondos 20 rep. 3 series. salto a la cuerda 25', abdominales 200, estiramientos 15'.		
3 ^a							
4 ^a	8	7	8	7	6	8	

Reunión operativa: Elección de deportistas que representaran a bogotá en el campeonato junior - Gimnasio distrital del sur.



13/03/2026 3:12:15 p. m.
21-35 Calle 22 Sur
Rafael Uribe Uribe
Bogotá

Reunion operativa: Reglamento IBA para mejorar el arbitraje en los torneos distritales que se van a realizar en el presente año / Gimnasio distrital del sur - 21/03/2026



Capacitación (Tema: tenis de campo - ponente: Jaime Cortes) / Plaza de los artesanos

BOGOTÁ

LISTADO DE ASISTENCIA

EVENTO: _____ RESPONSABLE DEL EVENTO: _____

FECHA: DD MM AAA HORA INICIAL HORA FINAL LUGAR

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	DEPENDENCIA	FIRMA	DILIGENCIAR POR ASISTENTES EXTERNOS AL IDRO		
						ENTIDAD	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO
1	Edgar Orlando Balán	7988921	Entrenador	Deporte	[Firma]			
2	Juan Gonzalez	6820235	Entrenador	Deporte	[Firma]			
3	Sharon Stephanie Sanchez	130623919	Entrenador	Deporte	[Firma]			
4	Michael Jordan Rodriguez Gomez	1030654198	Entrenador	Deporte	[Firma]			
5	Mario Augusto Cardozo	74344812	Entrenador	Deporte	[Firma]			
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								

25 mar 2026 12:12:12.9

Preparación para el torneo distrital / gimnasio distrital del sur



4 mar 2026 9:56:00 a.m.
21-9 Calle 22 Sur
Rafael Uribe Uribe
Bogotá



5 mar 2026 4:41:21 p.m.
21-9 Calle 22 Sur
Rafael Uribe Uribe
Bogotá

- 1 Información general
- 2 Condiciones
- 3 Bienes y servicios
- 4 Documentos del Proveedor
- 5 Documentos del contrato
- 6 Información presupuestal
- 7 Ejecución del Contrato
- 8 Modificaciones del Contrato
- 9 Incumplimientos

Datos guardados

Cancelar

Evaluación de la Entidad Estatal

VER CONTRATO

Ejecución del Contrato

Porcentaje

Recepción de artículos

Plan de Pagos

¿Se requieren emisiones de códigos de autorización?

Sí

No

Id de pago	Número de factura	Fecha de emisión	Fecha de recepción	Valor total de la factura	Estado	
Pago 001	Pago 001	4/05/2025 12:00:00 AM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	5/05/2025 12:00:00 PM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	4.704.000 COP	Aceptada	Detalle
Pago 002	Pago 002	3/07/2025 12:00:00 AM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	5/06/2025 12:00:00 PM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	4.704.000 COP	Aceptada	Detalle
Pago 003	Pago 003	2/07/2025 12:00:00 AM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	4/07/2025 12:00:00 PM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	4.704.000 COP	Aceptada	Detalle
Pago 004	Pago 004	1/08/2025 12:00:00 AM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	6/08/2025 12:00:00 PM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	4.704.000 COP	Aceptada	Detalle
Pago 005	Pago 005	2/09/2025 12:00:00 AM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	-	4.704.000 COP	Enviado a la Entidad Estatal	Detalle
Pago 006	Pago 006	2/10/2025 12:00:00 AM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	-	4.704.000 COP	Enviado a la Entidad Estatal	Detalle
Pago 007	Pago 007	5/11/2025 12:00:00 AM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	-	4.704.000 COP	Enviado a la Entidad Estatal	Detalle
Pago 008	Pago 008	1/12/2025 12:00:00 AM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	-	4.704.000 COP	Enviado a la Entidad Estatal	Detalle
Pago 009	Pago 009	1/01/2026 12:00:00 AM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	-	4.704.000 COP	Enviado a la Entidad Estatal	Detalle
Pago 010	Pago 010	4/02/2026 12:00:00 AM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)	-	4.704.000 COP	Enviado a la Entidad Estatal	Detalle
Pago 011	Pago 011	19 días de tiempo transcurrido (5/03/2026 12:00:00 AM ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito))	-	4.704.000 COP	Enviado a la Entidad Estatal	Detalle

Crear

Documentos de ejecución del contrato

Descripción	Nombre del archivo	Cargado por	
☐ RP 1188-2025.pdf	RP 1188-2025.pdf	Comprador	Descargar Detalle
☐ 64672-ARL_6870235_IDRD_STRD_CPS_1188_2025_20250326151654_16788.pdf	64672-ARL_6870235_IDRD_STRD_CPS_1188_2025_20250326151654_16788.pdf	Comprador	Descargar Detalle
☐ ENT 3.2 GONZALEZ KERGUELEN JUAN VICENTE.pdf	ENT 3.2 GONZALEZ KERGUELEN JUAN VICENTE.pdf	Comprador	Descargar Detalle
☐ 120255000297743_00001Cambio_Supervisor.pdf	120255000297743_00001Cambio_Supervisor.pdf	Comprador	Descargar Detalle
☐ 120255100390923_00001dfCambio_Supervisor.pdf	120255100390923_00001dfCambio_Supervisor.pdf	Comprador	Descargar Detalle
☐ 120255100439733_00001Cambio_Supervisor.pdf	120255100439733_00001Cambio_Supervisor.pdf	Comprador	Descargar Detalle
☐ Certificado_de_Afiliación_ARL.pdf	Certificado_de_Afiliación_ARL.pdf	Proveedor	Descargar Detalle

Borrar

Cargar nuevo

Cancelar

Evaluación de la Entidad Estatal