INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE CULTURA DEPORTE Y RECREACION DEL CAQUETA INFORME MENSUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION N°028 -26
CONTRATACION DIRECTA (28 ENERO DE 2026)

Objeto	**PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN DEPORTIVA, DIRIGIDOS AL ENTRENAMIENTO, DISEÑO, DESARROLLO, EJECUCIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS, ENFOCADAS EN LA FORMACIÓN, SELECCIÓN Y FORTALECIMIENTO DEL SECTOR CONVENCIONAL DE LA LIGA CAQUETEÑA DE CICLISMO.**	Producto	**SEGUNDO PRODUCTO - DEL 01 de MARZO AL 31 de MARZO DEL 2026**

Supervisor	**BELLANED VILLANUEVA ORTIZ**	Programa	**FORMACION Y PREPARACION DE DEPORTISTAS**

Nombre	**CARLOS ANDRES LIEVANO B.**	Documento	**C.C 1.117.885.534**

OBLIGACIÓN - NUMERAL 1	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Diseñar el plan gráfico (Excel) y escrito (Word/PDF) de la vigencia con sus respectivos periodos, conforme a la caracterización de categorías de formación, especialización y rendimiento designadas a trabajar, incluyendo aquellos procesos establecidos según las directrices del equipo técnico metodológico, para ser sustentados cuando sea convocado para tal fin por la Coordinación de Deporte Asociado y Formativo.	En cumplimiento de esta obligación, se realizó el diseño y elaboración del plan gráfico y escrito de la vigencia, estructurado de acuerdo con los principios de planificación del entrenamiento deportivo y adaptado a la caracterización de las categorías de formación y especialización con las que trabaja la Liga de Ciclismo del Caquetá. El plan incluye la organización de períodos, macrociclos, mesociclos y microciclos de entrenamiento, orientados al desarrollo progresivo de las capacidades físicas, técnicas y tácticas de los deportistas. Asimismo, se integraron las actividades y proyectos definidos conforme a las directrices del equipo técnico metodológico, garantizando coherencia con los objetivos del proceso deportivo durante la vigencia. (se adjuntan Excel de plan grafico categoría juvenil y plan escrito ANEXO 1)
OBLIGACIÓN – NUMERAL 2	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**

INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE CULTURA DEPORTE Y RECREACION DEL CAQUETA INFORME MENSUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION N°028 -26
CONTRATACION DIRECTA (28 ENERO DE 2026)

Crear el equipo del paradeporte Paraciclismo- generando las adaptaciones necesarias para el desarrollo de este, teniendo en cuenta el tipo de discapacidad y perfilamiento del paraatleta, según las directrices del equipo técnico metodológico y Coordinación de Deporte Asociado y Formativo.	En cumplimiento de esta obligación, se iniciaron las acciones orientadas a la conformación del equipo de paradeporte en la modalidad de paraciclismo, atendiendo las directrices establecidas por el equipo técnico metodológico y la Coordinación de Deporte Asociado y Formativo. Actualmente, el proceso se encuentra en fase de estructuración y consolidación, adelantando gestiones de identificación y convocatoria de posibles deportistas con discapacidad interesados en integrarse a la disciplina. De manera paralela, se están considerando las adaptaciones necesarias en los procesos de entrenamiento, teniendo en cuenta el tipo de discapacidad, clasificación funcional y perfil deportivo de los paratletas, con el fin de garantizar un proceso formativo adecuado, seguro e inclusivo. Este proceso permitirá, de manera progresiva, estructurar el equipo de paraciclismo del departamento, fortaleciendo la participación en el deporte paralímpico y generando oportunidades de desarrollo deportivo para esta población.
OBLIGACIÓN– NUMERAL 3	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Entregar semanalmente el Plan de Entrenamiento (microciclos), que contenga el cronograma de actividades con hora (inicio -final), jornadas y lugar donde desarrollara las sesiones de entrenamiento, en los formatos y base de datos definidas para la aprobación del equipo metodológico del ICDR Caquetá.	En cumplimiento de esta obligación, se realizó la entrega semanal de los planes de entrenamiento correspondientes a los microciclos, en los cuales se detalla el cronograma de actividades programadas para el proceso de preparación deportiva. Cada microciclo incluye la planificación de las sesiones de entrenamiento con especificación de horario de inicio y finalización, jornada, lugar de desarrollo y contenidos de trabajo, permitiendo una organización adecuada del proceso formativo y competitivo de los deportistas. Esta información fue presentada de manera oportuna en los formatos y bases de datos establecidos por el equipo técnico metodológico del ICDR, garantizando el seguimiento, control y evaluación del proceso de entrenamiento de la población deportiva vinculada al programa. ANEXO 2. Se adjuntan microciclos de entrenamiento del SEGUNDO producto de la categoría juvenil.
OBLIGACIÓN– NUMERAL 4	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Asistir al ciento por ciento (100 %) de las sesiones de entrenamiento y ejecutando un mínimo de dos (2) sesiones diarias, en las jornadas de mañana, tarde o noche que determine el respectivo plan de entrenamiento aprobado por el equipo metodológico del ICDR Caquetá.	En cumplimiento de esta obligación, se garantizó la asistencia y acompañamiento permanente a las sesiones de entrenamiento programadas, conforme al plan de entrenamiento previamente estructurado y aprobado por el equipo técnico metodológico del ICDR Caquetá. Durante el período correspondiente, se realizó la ejecución y dirección de las sesiones de entrenamiento en las diferentes jornadas (mañana, tarde y/o noche) según lo establecido en la planificación, desarrollando un mínimo de dos sesiones diarias cuando así lo determinó el plan de trabajo, con el propósito de dar continuidad al proceso de preparación deportiva de los atletas.

	Estas sesiones fueron orientadas bajo criterios metodológicos y pedagógicos propios del entrenamiento deportivo, garantizando el seguimiento técnico, control de cargas y desarrollo progresivo de las capacidades físicas, técnicas y tácticas de los deportistas vinculados al proceso.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 5	GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES
Caracterizar los deportistas por etapa de desarrollo deportivo (formación, especialización y rendimiento y/o clases deportivas del paradeporte), además, presentar los deportistas de talento y reserva de su respectiva disciplina y aquellos preseleccionados para los Juegos Nacionales Juveniles 2028 del sector olímpico y paralímpico y Juegos Deportivos Nacionales y Paranacionales 2027 dentro de los tiempos, parámetros e indicadores del equipo técnico metodológico del ICDR Caquetá.	**CARACTERIZACION DEL DESARROLLO DEPORTIVO EN CICLISMO PARA LA LIGA DEL CAQUETA** Etapa de formación y especialización (desarrollo de habilidades competitivas) PREJUVENIL Y JUVENIL. Edad: de 15 a 18 años. como parte del proceso de caracterización de los deportistas por etapa de desarrollo deportivo, desde nuestra escuela de formación ciclística venimos trabajando con niños y jóvenes en las categorías prejuvenil y juvenil, enfocados principalmente en las etapas de formación y especialización. A través de un acompañamiento técnico-metodológico, se han identificado talentos con proyección al alto rendimiento, quienes ya presentan condiciones destacadas en pruebas específicas de ruta mediante test de contra reloj individual. Actualmente contamos con un grupo de ciclistas prejuveniles y juveniles que cumplen con los parámetros y perfiles definidos por el equipo técnico metodológico del ICDR Caquetá, con potencial para integrar la reserva deportiva del departamento y ser preseleccionados a los Juegos Nacionales Juveniles 2028. Además, se adelanta seguimiento constante a sus tiempos, rendimiento físico, técnico y táctico, de cara a los Juegos Deportivos Nacionales 2027 y demás eventos clasificatorios, con el propósito de fortalecer el desarrollo del ciclismo regional y aportar al sector olímpico desde edades tempranas.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 6	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Entregar el listado de asistencia mensual resaltando los atletas y/o paraatleta del programa deportista apoyado atendidos mensualmente en los casos que aplique.	En cumplimiento de esta obligación, se realizó la entrega mensual del listado de asistencia de los deportistas vinculados al proceso de entrenamiento, registrando de manera organizada la participación en las diferentes sesiones programadas. Dentro de estos reportes se identificaron y resaltaron los atletas y/o paratletas pertenecientes al programa Deportista Apoyado, en los casos que aplicó, con el fin de facilitar el seguimiento y control por parte del equipo técnico metodológico y la coordinación correspondiente. Esta información fue presentada de manera oportuna en los formatos establecidos por el ICDR Caquetá, permitiendo llevar un registro

	claro de la asistencia, continuidad y participación de los deportistas en el proceso de preparación deportiva. **ANEXO 4. Asistencias.**
OBLIGACIÓN – NUMERAL 7	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Presentar el registro fotográfico semanal del cumplimiento de las sesiones de entrenamiento con las aplicaciones tecnológicas de modo, tiempo y lugar.	En cumplimiento de esta obligación, se realizó de manera semanal el registro fotográfico de las sesiones de entrenamiento desarrolladas, como evidencia del cumplimiento de las actividades programadas dentro del proceso de preparación deportiva. Dicho registro fue presentado utilizando aplicaciones tecnológicas que permiten verificar la información de tiempo y lugar, garantizando la trazabilidad y validez de las evidencias de las sesiones realizadas con los deportistas. Este material fue entregado de forma oportuna conforme a los lineamientos y formatos establecidos por el ICDR Caquetá, permitiendo respaldar el desarrollo de las actividades y el acompañamiento permanente al proceso de entrenamiento. **ANEXO 5.** Se adjuntan evidencias fotográficas de los entrenamientos realizados durante el mes de febrero.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 8	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Formalizar ante el área metodológica del ICDR, mediante los soportes institucionales vigentes, la entrega de la proyección de competencia con antelación mínima de ocho (8) días hábiles al certamen, y el balance técnico post competencia dentro de los cinco (5) días hábiles subsiguientes, contrastando el desempeño del seleccionado y el análisis de rivales frente a la planificación estipulada.	A la fecha, estamos en etapa de proyección de las competencia tales como, clásica nacional futuras estrellas así que aún no hemos realizado salidas, teniendo en cuenta que durante el período reportado no se ha participado en competencias oficiales que permitan realizar la proyección formal ante la DEA metodológica del ICDR ni la elaboración del balance técnico post-competencia. Una vez el proceso deportivo participe en los certámenes competitivos programados, se procederá a cumplir con esta obligación mediante la presentación de la proyección de competencias con la debida anticipación, así como la elaboración y entrega del respectivo balance técnico posterior, en los tiempos establecidos por la entidad, incluyendo el análisis del desempeño de los deportistas y la evaluación del nivel competitivo frente a la planificación del entrenamiento.
OBLIGACIÓN /– NUMERAL 9	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Notificar por escrito al supervisor del contrato con antelación los desplazamientos programados dentro y fuera del departamento por competencias deportivas, seguimiento a deportistas u otras actividades, y proporcionar piezas audiovisuales oficiales y publicaciones en redes institucionales para contribuir al fortalecimiento de la imagen institucional.	Durante el mes de MARZO específicamente el día 30 de MARZO del 2026 se realizó un chequeo prueba de fondo ruta, el chequeo se realizó con los corredores de diferentes clubes, los resultados y tiempos deben ser mejorados para futuras competencias. Chequeo #2 de ruta ciclistas de diferentes clubes, para buscar la selección de reserva de la liga de ciclismo del Caquetá. Prueba de ruta: 80 kilómetros

	ANEXO 6. Se adjunta evidencia fotográfica y resultados.
OBLIGACIÓN - NUMERAL 10	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Entregar trimensualmente las evaluaciones técnicas del rendimiento o marca, y evaluación de los diferentes test de cualidades motrices y/o físicas del programa Talento y Reserva y de los deportistas de las categorías de especialización, rendimiento y alto rendimiento.	A la fecha, esta obligación aún no ha sido ejecutada, teniendo en cuenta que el proceso deportivo se encuentra en el SEGUNDO mes de desarrollo de actividades, período en el cual se está realizando la adaptación inicial y la estructuración del proceso de entrenamiento. Las evaluaciones técnicas de rendimiento, registro de marcas y aplicación de los diferentes test de cualidades motrices y biológicas correspondientes al programa Talento y Reserva para las categorías de especialización, perfeccionamiento y alto rendimiento, se tienen programadas para su aplicación y consolidación en los próximos ciclos de trabajo. Una vez se realicen dichas evaluaciones, se procederá a la entrega mensual de los reportes correspondientes, conforme a los lineamientos y formatos establecidos por el equipo técnico metodológico del ICDR Caquetá, con el fin de realizar el seguimiento y control del desarrollo deportivo de los atletas.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 11	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Acompañar a los Atletas y/o paraatletas en las diferentes competencias tanto fundamentales como preparatorias y desplazarse a los eventos para realizar el acompañamiento técnico.	En cumplimiento de esta obligación, se realizó el acompañamiento técnico a los deportistas en eventos competitivos y de evaluación, garantizando la orientación y seguimiento durante su participación. Durante el período reportado, se acompañó a los ciclistas en un chequeo interclubes, espacio que permitió evaluar el estado de forma y el nivel competitivo de los deportistas dentro del proceso de preparación. De igual manera, se realizó el acompañamiento en la competencia regional Reto al Pórtico, evento en el cual los atletas participaron de manera activa. El balance de estas participaciones fue positivo, evidenciando un adecuado desempeño de los deportistas y aportando información importante para el análisis del rendimiento y el ajuste de los procesos de entrenamiento, con miras a las próximas competencias del calendario deportivo.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 12	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Asistir a las reuniones programadas por el equipo metodológico del ICDR Caquetá con el fin de tratar temas relacionados en el proceso técnico, de Ciencias del deporte y social, y medir el avance de los planes de entrenamiento y los logros a obtener dentro del plan de preparación y participación del deportista.	En cumplimiento de esta obligación, se asistió a las reuniones programadas por el equipo metodológico del ICDR Caquetá durante el mes de MARZO, atendiendo las convocatorias realizadas por la entidad. En estos espacios se abordaron temas relacionados con el proyecto técnico, los procesos de ciencia del deporte y el componente social, así como el seguimiento al avance de los planes de entrenamiento y los resultados obtenidos dentro del proceso de preparación y participación de los deportistas. La participación en estas reuniones permitió fortalecer la articulación con el equipo metodológico, realizar el respectivo seguimiento al proceso deportivo y orientar de manera adecuada las acciones

	encaminadas al desarrollo y mejora del rendimiento de los atletas vinculados al programa.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 13	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Apoyar la participación de los atletas y/o paraatletas en la monitorización del entrenamiento, atención a la prevención de lesiones y demás del equipo ciencias aplicadas direccionado por el ICDR Caquetá.	En cumplimiento de esta obligación, se ha promovido la articulación del proceso de entrenamiento con el equipo de ciencias aplicadas del ICDR Caquetá, orientando a los deportistas sobre la importancia de la monitorización del entrenamiento, el cuidado de la salud deportiva y la prevención de lesiones. Durante el período reportado no se han presentado lesiones en los atletas, por lo cual no ha sido necesario recurrir a procesos de atención o intervención especializada por parte del equipo de ciencias aplicadas. No obstante, dentro de las sesiones de entrenamiento se ha realizado acompañamiento y orientación permanente en temas de prevención de lesiones, control de cargas y recuperación, con el fin de preservar la integridad física de los deportistas y garantizar la continuidad del proceso de preparación deportiva. En caso de presentarse alguna situación que lo requiera, se realizará la articulación y remisión correspondiente al equipo de ciencias aplicadas del ICDR Caquetá, siguiendo los protocolos establecidos por la entidad.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 14	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Cumplir con las demás obligaciones que asigne el supervisor y el área metodológica del ICDR Caquetá, con el fin de contribuir a garantizar el cabal cumplimiento y ejecución del presente contrato.	En cumplimiento de esta obligación, se han acatado y atendido de manera oportuna las directrices, orientaciones y requerimientos emitidos por el supervisor del contrato y el área metodológica del ICDR Caquetá, con el fin de garantizar el adecuado desarrollo de las actividades contempladas dentro del proceso deportivo. De igual manera, se ha mantenido disposición permanente para apoyar las acciones y actividades complementarias que contribuyan al fortalecimiento del programa, procurando siempre el cumplimiento eficiente de las responsabilidades establecidas en el contrato y el adecuado desarrollo del proceso de preparación de los deportistas.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 15	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
Presentar informe técnico mensual para su concepto de viabilidad técnica por parte del área técnica metodológica.	En cumplimiento de esta obligación, se presentó el informe técnico mensual el día 8 de ABRIL, atendiendo las directrices, lineamientos y requerimientos establecidos por el área técnica metodológica del ICDR Caquetá. El informe fue elaborado incluyendo la descripción de las actividades desarrolladas, avances del proceso de entrenamiento, seguimiento a los deportistas y demás aspectos técnicos relacionados con el desarrollo del programa, con el propósito de que sea revisado y evaluado para su respectivo concepto de viabilidad técnica por parte del área correspondiente.
OBLIGACIÓN – NUMERAL 16	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**

INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE CULTURA DEPORTE Y RECREACION DEL CAQUETA INFORME MENSUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION N°028 -26
CONTRATACION DIRECTA (28 ENERO DE 2026)

Entregar informe mensual de las actividades ejecutadas dentro del periodo respectivo, junto con la factura o documento soporte, y pago de la seguridad social según la normatividad actual y el régimen aplicable.	En cumplimiento de esta obligación, se realizó la entrega del informe mensual de actividades ejecutadas dentro del período correspondiente, junto con la factura o documento soporte y los comprobantes de pago de seguridad social, conforme a la normatividad vigente y al régimen aplicable. Esta documentación fue presentada el día 8 de ABRIL de 2026, correspondiente al SEGUNDO producto contractual, adjuntando todos los soportes y anexos requeridos para su respectiva revisión y trámite por parte de la entidad.

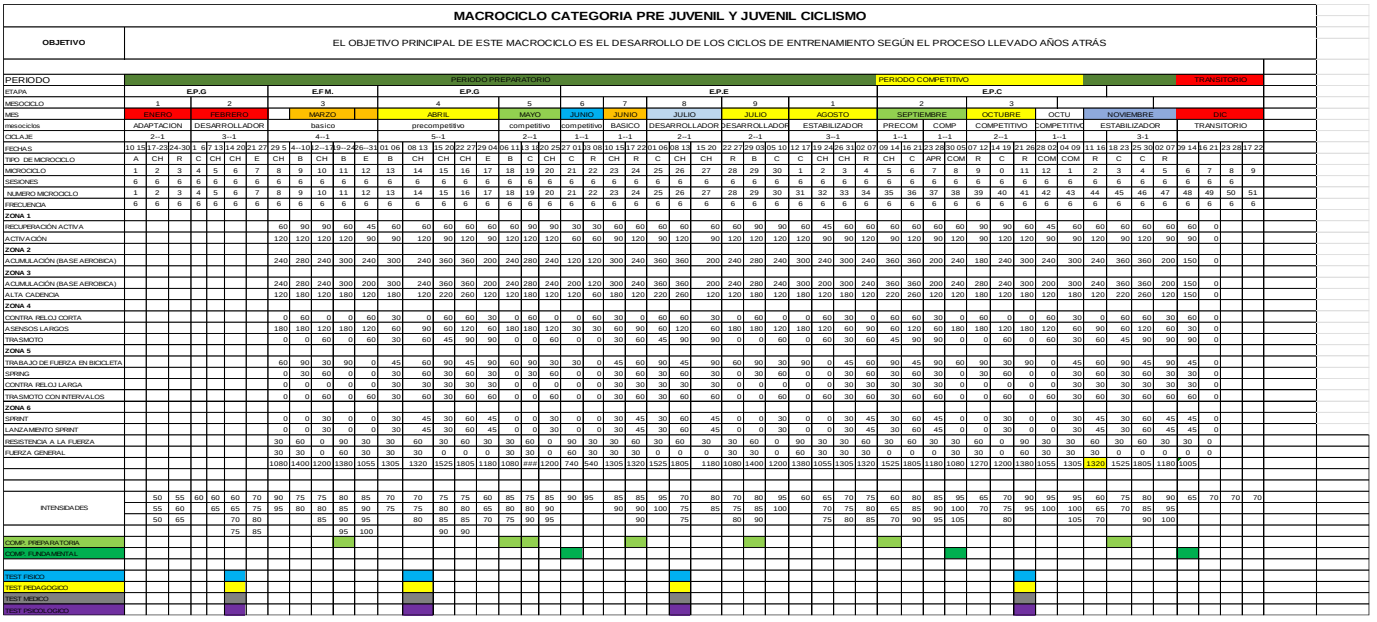
OBLIGACION / PAGO DE SEGURIDAD SOCIAL	**GESTIÓN DESARROLLADA, OBSERVACIONES**
PAGO CORRESPONDIENTE AL PERIODO A CANCELAR DE LA SEGURIDAD SOCIAL INTEGRAL DE ACUERDO A LA LEY.	ADJUNTO PLANILLA DE PAGO DE SEGURIDAD SOCIAL DEL MES DE MARZO N. 4645674061 **DEL 2026** APORTES EN LÍNEA

SALUD	SANITAS	$	218.900
PENSION	PORVENIR	$	280.200
ARL	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	$	42.700
TOTAL, PAGADO		$	541.800

	**08 DE ABRIL DEL 2026**
FIRMA CONTRATISTA	**FECHA DE ENTREGA**

INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE CULTURA DEPORTE Y RECREACION DEL CAQUETA INFORME MENSUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION N°028 -26
CONTRATACION DIRECTA (28 ENERO DE 2026)

OBLIGACION 1. ANEXO 1. PANTALLAZO DE PLANES DE ENTRENAMIENTO Y PLANES ESCRITOS DE AMBAS CATEGORIAS.



MACROCICLO CATEGORIA PRE JUVENIL Y JUVENIL CICLISMO

OBJETIVO	EL OBJETIVO PRINCIPAL DE ESTE MACROCICLO ES EL DESARROLLO DE LOS CICLOS DE ENTRENAMIENTO SEGÚN EL PROCESO LLEVADO AÑOS ATRÁS

PERIODO	PERIODO PREPARATORIO	PERIODO COMPETITIVO	TRANSITORIO
ETAPA	E.P.G	E.F.M.	E.P.G	E.P.E	E.P.C	
MESOCICLO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	
MES	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	JUNIO	JULIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	OCTU	NOVIEMBRE	DIC
mesociclos	ADAPTACION	DESARROLLADOR	basico	precompetitivo	competitivo	competitivo	BASICO	DESARROLLADOR	DESARROLLADOR	ESTABILIZADOR	PRECOM	COMP	COMPETITIVO	COMPETITIVO	ESTABILIZADOR	TRANSITORIO
CICLAJE	2--1	3--1	4--1	5--1	2--1	1--1	1--1	2--1	2--1	3--1	1--1	1--1	2--1	1--1	3-1	
FECHAS	10 15	17-23	24-30	1 6	7 13	14 20	21 27	29 5	4--10	12--17	19--24	26--31	01 06	08 13	15 20	22 27	29 03	05 10	12 17	19 24	26 31	02 07	09 14	16 21	23 28	30 05	07 12	14 19	21 26	28 02	04 09	11 16	18 23	25 30	02 07	09 14	16 21	23 28	17 22
TIPO DE MICROCICLO	A	CH	R	C	CH	CH	E	CH	B	CH	B	E	B	CH	CH	CH	E	B	C	CH	CH	CH	R	B	C	C	CH	CH	R	CH	C	APR	COM	R	C	R	COM	COM	R	C	C	R			
MICROCICLO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9
SESIONES	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6		
NUMERO MICROCICLO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51
FRECUENCIA	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
ZONA 1																																																			
RECUPERACIÓN ACTIVA								60	90	90	60	45	60	60	60	60	60	60	90	90	30	30	60	60	60	60	60	60	90	90	60	45	60	60	60	60	60	90	90	60	45	60	60	60	60	60	0			
ACTIVACIÓN								120	120	120	120	90	90	120	90	120	90	120	120	120	60	60	90	120	90	120	90	120	120	120	120	90	90	120	90	120	120	90	90	120	90	120	90	90	90	0			
ZONA 2																																																			
ACUMULACIÓN (BASE AEROBICA)								240	280	240	300	240	300	240	360	360	200	240	280	240	120	120	300	240	360	360	200	240	280	240	300	240	300	240	360	360	200	240	180	240	300	240	300	240	360	360	200	150	0		
ZONA 3																																																			
ACUMULACIÓN (BASE AEROBICA)								240	280	240	300	200	300	240	360	360	200	240	280	240	200	120	300	240	360	360	200	240	280	240	300	200	300	240	360	360	200	240	280	240	300	200	300	240	360	360	200	150	0		
ALTA CADENCIA								120	180	120	180	120	180	120	220	260	120	120	180	120	60	180	120	220	260	120	120	180	120	180	120	180	120	220	260	120	120	180	120	180	120	180	120	220	260	120	150	0			
ZONA 4																																																			
CONTRA RELOJ CORTA								0	60	0	0	60	30	0	60	60	30	0	60	0	0	60	30	0	60	60	30	0	60	0	0	60	30	0	60	60	30	0	60	0	0	60	30	0	60	60	30	60	0		
ASENSOS LARGOS								180	180	120	180	120	60	90	60	120	60	180	180	120	30	30	60	90	60	120	60	180	180	120	180	120	60	90	60	120	60	180	180	120	180	120	60	90	60	120	60	30	0		
TRASMOTO								0	0	60	0	0	60	30	60	45	90	90	0	0	0	60	0	0	30	60	45	90	90	0	0	60	0	60	30	60	45	90	90	0	0	60	0	60	30	60	45	90	90	90	0	
ZONA 5																																																			
TRABAJO DE FUERZA EN BICICLETA								60	90	30	90	0	45	60	90	45	90	60	90	30	30	0	45	60	90	45	90	60	90	30	90	0	45	60	90	45	90	60	90	30	90	0	45	60	90	45	90	45	0		
SPRING								0	30	60	0	0	30	60	30	60	30	0	30	60	0	0	30	60	30	60	30	0	30	60	0	0	30	60	30	60	30	0	30	60	0	0	30	60	30	60	30	30	0		
CONTRA RELOJ LARGA								0	0	0	0	0	30	30	30	30	0	0	0	0	0	0	30	30	30	30	30	0	0	0	0	0	30	30	30	30	0	0	0	0	0	30	30	30	30	30	0			
TRASMOTO CON INTERVALOS								0	0	60	0	60	30	60	30	60	60	0	0	60	0	0	30	60	30	60	60	0	0	60	0	60	30	60	30	60	60	0	0	60	0	60	30	60	30	60	60	60	0		
ZONA 6																																																			
SPRINT								0	0	30	0	0	30	45	30	60	45	0	0	30	0	0	30	45	30	60	45	0	0	30	0	0	30	45	30	60	45	0	0	30	0	0	30	45	30	60	45	45	0		
LANZAMIENTO SPRINT								0	0	30	0	0	30	45	30	60	45	0	0	30	0	0	30	45	30	60	45	0	0	30	0	0	30	45	30	60	45	0	0	30	0	0	30	45	30	60	45	45	0		
RESISTENCIA A LA FUERZA								30	60	0	90	30	30	60	30	60	30	30	60	0	90	30	30	60	30	60	30	30	60	0	90	30	30	60	30	60	30	30	60	0	90	30	30	60	30	60	30	30	0		
FUERZA GENERAL								30	30	0	60	30	30	30	0	0	30	30	0	60	30	30	30	0	0	0	0	30	30	0	60	30	30	30	0	0	0	30	30	0	60	30	30	30	0	0	0	0	0		
								1080	1400	1200	1380	1055	1305	1320	1525	1805	1180	1080	###	1200	740	540	1305	1320	1525	1805	1180	1080	1400	1200	1380	1055	1305	1320	1525	1805	1180	1080	1270	1200	1380	1055	1305	1320	1525	1805	1180	1005			
INTENSIDADES			50	55	60	60	60	70	90	75	75	80	85	70	70	75	75	60	85	75	85	90	95	85	85	95	70	80	70	80	95	60	65	70	75	60	80	85	95	65	70	90	95	95	60	75	80	90	65	70	70	70
			55	60		65	65	75	95	80	80	85	90	75	75	80	80	65	80	80	90			90	90	100	75	85	75	85	100		70	75	80	65	85	90	100	70	75	95	100	100	65	70	85	95			
			50	65			70	80			85	90	95		80	85	85	70	75	90	95				90		75		80	90			75	80	85	70	90	95	105		80			105	70		90	100				
							75	85				95	100			90	90																																			
COMP. PREPARATORIA																																																			
COMP. FUNDAMENTAL																																																			
TEST PSICO																																																			
TEST PEDAGOGICO																																																			
TEST MEDICO																																																			
TEST PSICOLOGICO																																																			

OBLIGACION 3. ANEXO 2. SE ADJUNTAN PANTALLAZOS DE LOS MICROCICLOS DE ENTRENANMIENTO DEL SEGUNDO PRODUCTO (PREJUVENIL Y JUVENIL)

Nombre de la Liga Deportiva:	**LIGA DE CICLISMO DEL CAQUETA**				
Nombre del Entrenador encargado	**CARLOS ANDRES LIEVANL BOTERO**				
Mes					
Tipo de Mesociclo	**MESOCICLO BASICO**	**MESOCICLO DESARROLLADOR**	**MESOCICLO ADAPACION**	**MESOCICLO ESPECIAL**	**MESOCICLO COMPETENCIA**	**MESOCICLO DE RESTABLECIMIENTO**
	X					
Especialidad Deportivo:						
Fechas de inicio del informe que se presenta:	**DIA**	**MES**	**AÑO**			
	01	**3**	**2026**			
Fechas de finalización del	**DIA**	**MES**	**AÑO**			
	31	3	2026			

INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE CULTURA DEPORTE Y RECREACION DEL CAQUETA INFORME MENSUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION N°028 -26
CONTRATACION DIRECTA (28 ENERO DE 2026)

periodo correspondiente al informe que se presenta									
Especialidad y/o modalidad dentro de la Liga		**PREJUVENIL Y JUVENIL**							
a.	Horario de Trabajo	**JORNADA**	**LUNES**	**MARTES**	**MIERCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SABADO**	**DOMINGO**
		MAÑANA		6:00 a 9:00	6:00 a 9:00	6:00 a 9:00	6:00 a 9:00	6:00 a 9:00	
		TARDE	4:00 a 6:00	4:00 a 6:00	4:00 a 6:00	4:00 a 6:00	4:00 a 6:00		

Atletas bajo su seguimiento:

ATLETA	CLUB Y/O MUNCIPIO	PRUEBA	MODALIDAD (SI APLICA)	CATEGORÍA
1.Samuel David Álvarez Aguilar	**Florencia**	**RUTA**	**RUTA**	**JUVENIL**
2.Juan Manuel Álvarez Galindo	**Florencia**	**RUTA**	**RUTA**	**JUVENIL**
3.Amsuadkav Castañeda Montoya	**Florencia**	**RUTA**	**RUTA**	**JUVENIL**
4.Paulo Adrián Rivera Bermeo	**Florencia**	**RUTA**	**RUTA**	**JUVENIL**
5.Juan José Puentes Collazos	**Florencia**	**RUTA**	**RUTA**	**JUVENIL**

OBLIGACION 4. FOTOGRAFIAS Asistir al ciento por ciento (100 %) de las sesiones de entrenamiento





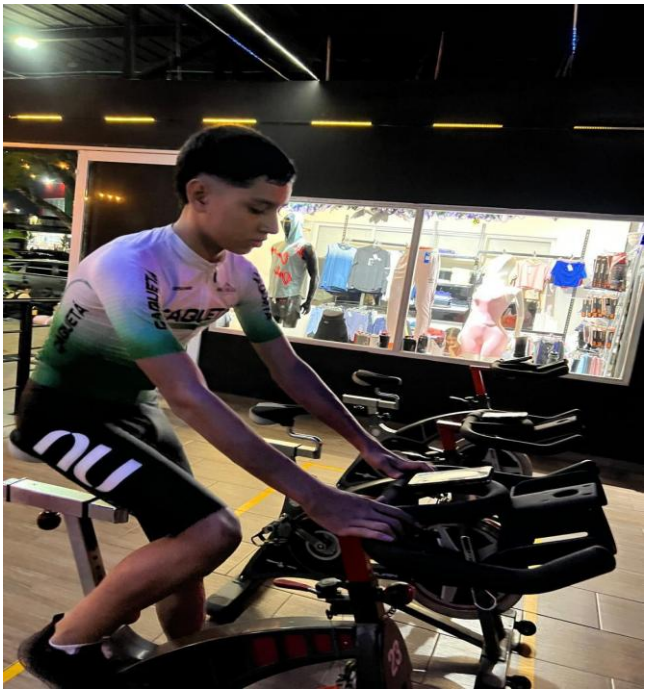
OBLIGACION 7. EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL SEGUNDO PRODUCTO (ENTRENAMIENTOS)

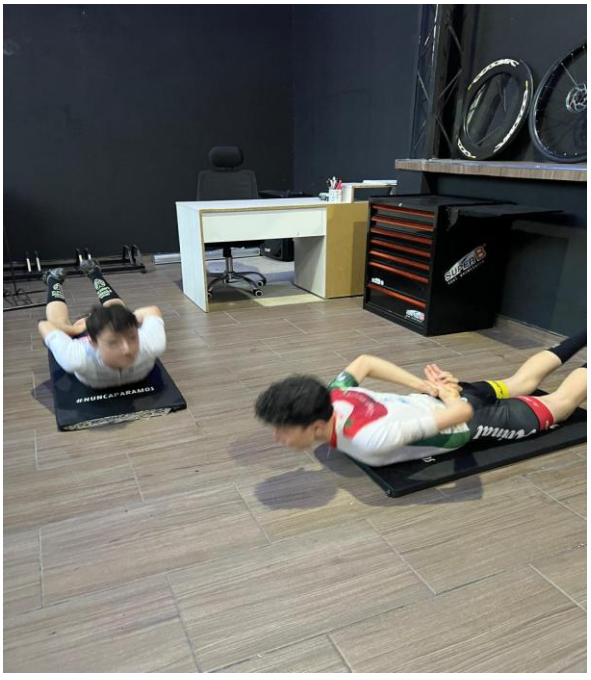




INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE CULTURA DEPORTE Y RECREACION DEL CAQUETA INFORME MENSUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION N°028 -26
CONTRATACION DIRECTA (28 ENERO DE 2026)





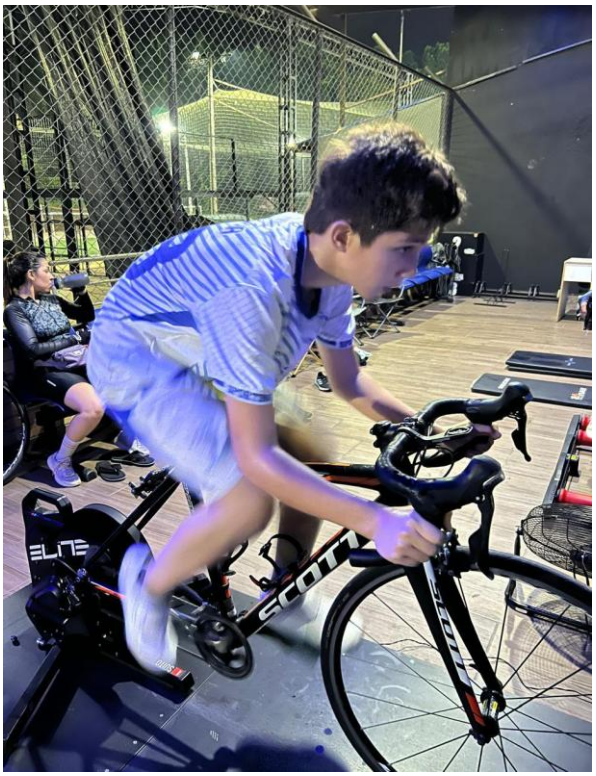


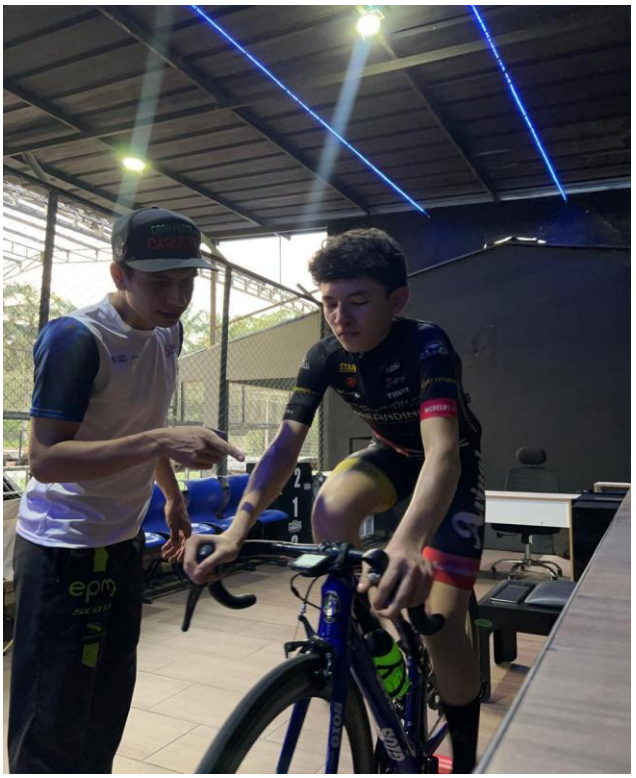


INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE CULTURA DEPORTE Y RECREACION DEL CAQUETA INFORME MENSUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION N°028 -26
CONTRATACION DIRECTA (28 ENERO DE 2026)

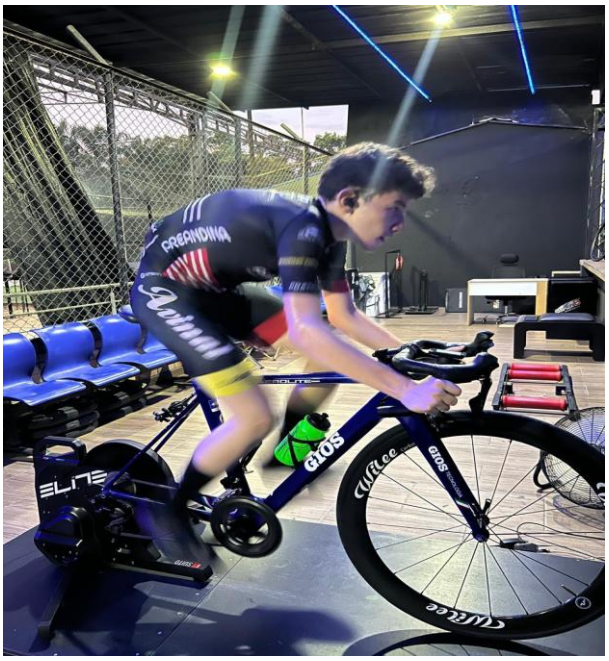






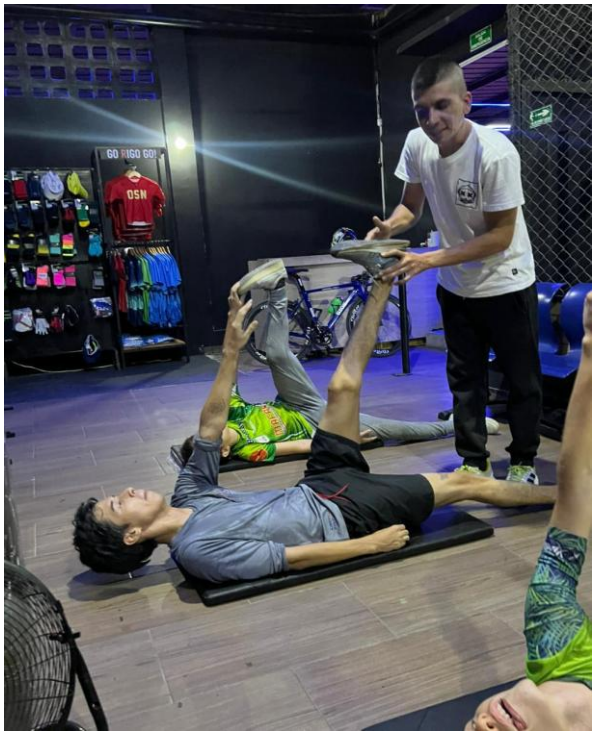


INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE CULTURA DEPORTE Y RECREACION DEL CAQUETA INFORME MENSUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION N°028 -26
CONTRATACION DIRECTA (28 ENERO DE 2026)









INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE CULTURA DEPORTE Y RECREACION DEL CAQUETA INFORME MENSUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION N°028 -26
CONTRATACION DIRECTA (28 ENERO DE 2026)

OBLIGACION 9. ANEXO 6. RESULTADOS DE CHEQUEO INTERCLUBES DEL CAQUETA

CLUB CICLO SACHI Y CASA DEL CILISTA "Donde DORO"

CHEQUEO PUNTUABLES AÑO 2026

PUNTOS ACUMULADOS CLASIFICACION GENERAL

LIBRE Y SUB 23 — CHEQUEOS 1 SEMESTRE AÑO 2026

N	NOMBRES Y APELLIDOS	D	1 CHEQUEO		2 CHEQUEO		3 CHEQUEO		4 CHEQUEO		5 CHEQUEO		GENERAL	
			TIEMPOS	PU	TIEMPOS	PU	TIEMPO	PU	TIEMPOS	PU	TIEMPO	PU	TIEMP	PUNT
1	KALETH IVAN HINCAPIE RODRIGUE		2h 06m 12s	10		10								20
2	JORGE ANDRES MOSQUERA		2h 06m 37s	08		07								15
3	ANSUAKA CASTAÑEDA		2h 06m 37s	07		06								13
4	SERGIO ALEJANDRO BUITRAGO		2h 06m 37s	03		08								11
5	JUAN DAVID ORTIZ VARGAS		2h 06m 37s	06		04								10
6	SANTIAGO MORENO NARVAEZ		2h 06m 37s	04		05								09
7	YEISON CUADRADO VALENCIA		2h 06m 37s	05		00								05
8	HERIBERTO PARRA AVILA		2h 08m 25s	01		03								04
9	EDWARD DAVID VARGAS POLANIA		2h 12m 05s	01		02								03
10	CRISTIAN DAVID LOPEZ LOPEZ		2h 07m 46s	01		01								02
11	BRAYAN STIVEN PEÑA CUBILLOS		2h 07m 40s	02		00								02
12	LUIS CUELLAR CHILITO			00		01								01
13	JOSE NEL MOSQUERA			00		01								01
14	JUAN DAVID GUERRERO CABRERA		2h 08m 59s	01		00								01
15														

PUNTOS ACUMULADOS META VOLANTE

LIBRE Y SUB 23 — CHEQUEOS 2 SEMESTRE AÑO 2025

N	NOMBRES Y APELLIDOS	D	1 CHEQUEO	2 CHEQUEO	3 CHEQUEO	4 CHEQUEO	5 CHEQUEO	GENERAL
			PUNTOS	PUNTOS	PUNTOS	PUNTO	PUNTOS	PUNTO
1	JUAN DAVID ORTIZ VARGAS		03	03				06
2	ANSUAKAD		00	02				02
3	HERIBERTO PARRA AVILA		02	00				02
	YEISON CUADRADO VALENCIA		01	00				01
	JORGE ANDRES MOSQUERA		00	01				01

PUNTOS ACUMULADOS PREMIO DE MONTAÑA

LIBRE Y SUB 23 — CHEQUEOS 2 SEMESTRE AÑO 2025

N	NOMBRES Y APELLIDOS	D	1 CHEQUEO	2 CHEQUEO	3 CHEQUEO	4 CHEQUEO	5 CHEQUEO	GENERAL
			PUNTOS	PUNTOS	PUNTOS	PUNTO	PUNTOS	PUNTO
1	JORGE ANDRES MOSQUERA		02	03				05
2	SERGIO ALEJANDRO BUITRAGO		03	02				05
3	KALETH IVAN HINCAPIE		01	01				02

INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE CULTURA DEPORTE Y RECREACION DEL CAQUETA INFORME MENSUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION N°028 -26
CONTRATACION DIRECTA (28 ENERO DE 2026)

OBLIGACION 11. ANEXO 6.





Constancia de Entrenamientos – Liga de Ciclismo del Caquetá
Entrenador responsable: Carlos Andrés Liévano Botero

Año: 2026 Mes: MARZO

Días de entrenamiento	Horario	Frecuencia	Observaciones
Martes	5:00 A 9:00 AM y de 4:00 p.m. – 6:00 p.m.	Todas las semanas del año 2026	Entrenamiento técnico y físico
Miércoles	5:00 A 9:00 AM y de 4:00 p.m. – 6:00 p.m.	Todas las semanas del año 2026	Entrenamiento técnico y físico
Jueves	5:00 A 9:00 AM y de 4:00 p.m. – 6:00 p.m.	Todas las semanas del año 2026	Entrenamiento técnico y físico
Viernes	5:00 A 9:00 AM y de 4:00 p.m. – 6:00 p.m..	Todas las semanas del año 2026	Entrenamiento técnico y físico
Sábado	5:00 A 9:00 AM y de 4:00 p.m. – 6:00 p.m.	Todas las semanas del año 2026	Entrenamiento de fondo y técnica en ruta
Domingo	5:00 A 9:00 AM	Todas las semanas del año 2026	Actividades especiales, fondo largo o competencia

Nota: Los entrenamientos se realizan de forma continua durante todo el año 2026, incluyendo temporadas escolares y vacaciones, salvo en fechas excepcionales por causas de fuerza mayor o competencias oficiales.



_____

CARLOS ANDRES LIEVANO