TIPO DE INFORME				No. DE CONTRATO	PERIODO DEL INFORME	
					DESDE	HASTA
PARCIAL	X	FINAL		184-2026	28- FEB -2026	27-MARZO -2026

CONTRATANTE	MUNICIPIO DE BUGALAGRANDE		
CONTRATISTA	MANUEL ALEJANDRO JIMENEZ GIL		
No. DE IDENTIFICACION	6199931	EXPEDIDA EN	BUGALAGRANDE
SUPERVISOR O INTERVENTOR	CAROL ANDREA GONZALEZ GONZALEZ		
CARGO	SECRETARIO DE DESARROLLO SOCIAL	DEPENDENCIA	SECRETARÍA DE DESARROLLO SOCIAL
CDP No.	No. 221 de enero 14 de 2026	CRP No.	No. 241 de enero 26 de 2026
RUBRO PRESUPUESTAL No.	2.3.2.02.02.009.4301007.9 6620.16.01.55.0	VALOR TOTAL DEL CONTRATO	$ 14.700.000
FORMA DE PAGO	ACTAS PARCIALES	PAGO No.	2
VALOR A PAGAR	$ 2.100.000		
VALOR POR EJECUTAR	$ 10.500.000		

PAGO SEGURIDAD SOCIAL Y PARAFISCALES			
EPS	S.O. S	VALOR PAGADO	$ 218.900
ARL	SURA	VALOR PAGADO	$ 42.700
AFP	COLFONDOS	VALOR PAGADO	$ 280.200
CCF	NO APLICA	VALOR PAGADO	$ 0
I.C.B.F	NO APLICA	VALOR PAGADO	$ 0
SENA	NO APLICA	VALOR PAGADO	$ 0
No. DE PLANILLA	4642918016	VALOR TOTAL PLANILLA	$ 541.800

OBJETO DEL CONTRATO

PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION PARA REALIZAR ACTIVIDADES COMO MONITOR DE NATACIÓN DE LA ZONA URBANA EN EL MARCO DEL PROYECTO APOYO AL FOMENTO DE LA RECREACION, LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE EN EL MUNICIPIO DE BUGALAGRANDE, DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA.

OBSERVACIONES SOBRE EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES

Este documento es propiedad de la Alcaldía Municipal de Bugalagrande. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio sin previa autorización del SGC.

DESCRIPCION DE ACTIVIDADES REALIZADAS

ACTIVIDADES ESPECIFICAS	EJECUCION
1.Entrega de cuatro (4) planificaciones deportivas de la disciplina deportiva de Natación de la zona urbana a través del correo institucional, cumpliendo con las figuras de microciclo, microciclo y sesiones de entrenamiento. Especificando de manera detallada el contenido en los formatos correspondientes. Macrociclo: presentación trimestral; Microciclo y sesión de entrenamiento: presentación semanal, previo a la semana de ejecución.	Se hace entrega cada semana de la planificación deportiva como lo son microciclos y sesiones de entrenamiento correspondientes al periodo de febrero-marzo Anexando al informe. Puntualmente. se envía al correo metodologiabg@gmail.com
2. Entrega de evidencias de las veinte (20) sesiones de entrenamiento desarrolladas para los grupos formativos y competitivos de la disciplina de natación de la zona urbana.	Se realizan las 20 sesiones de entrenamiento con las diferentes categorías de la disciplina de natación de acuerdo a la planificación ya enviada al metodólogo vía correo electrónico metodologiabg@gmail.com Adicional se anexan en el registro fotográfico.
3. Contribuir a la formación integral de los deportistas de la disciplina de Natación de la zona urbana realizando dos (2) talleres teóricos/prácticos, promoviendo valores, estilos de vida saludable, medio ambiente y prevención en factores de riesgo sociales.	se desarrolló un taller teórico–práctico sobre el fomento de la lectura con el fin de incentivar a los niños y niñas del municipio de Bugalagrande.
4. Reportar cualquier mal uso que se haga de la implementación y escenarios deportivos, por medio del correo institucional asignado en el formato establecido.	Se envía reporte vía correo delegadodeportivo3@gmail.com al delegado deportivo Diego Arias informando que durante el periodo de febrero – marzo no se presenta mal uso del escenario deportivo.
5. Participación activa y cumplimiento en cada jornada de capacitación que se gestione por parte de la Alcaldía Municipal, Departamental y demás entes descentralizados, realizando el respectivo informe en el formato asignado; dos (02) al mes.	Se realiza capacitación virtual curso de monitores y entrenadores de natación con aletas via plataforma YouTube con el fin de fortalecer técnicas de nadado.
6. Realizar cuatro (4) convocatorias a inscripciones mensuales de cada grupo formativo y selectivo de la disciplina de Natación de la zona urbana, junto con la promoción y divulgación de su disciplina deportiva a través de herramientas tecnológicas (redes sociales) y a nivel municipal.	Se realizan convocatorias por medio de las redes sociales como WhatsApp de la disciplina especifica de natación y las demás disciplinas deportivas.
7. Apoyar el proceso de caracterización de la población deportista en el municipio de Bugalagrande de la disciplina de Natación de la zona urbana consolidado en los formatos de asistencia correspondiente.	Se realiza la caracterización mediante los listados de asistencia de la población atendida durante este periodo de febrero-marzo en la disciplina de natación que está trabajando en el Centro Recreacional Bugalagrande.

Este documento es propiedad de la Alcaldía Municipal de Bugalagrande. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del SGC.

8. Apoyo en la ejecución en los programas de educación física en las instituciones educativas públicas y privadas por medio de las plataformas virtuales, exhibiciones, intervenciones de los grupos y liderar el desarrollo de encuentros deportivos; ocho (8) sesiones.	Se continua con el apoyo e intervención con los grados 10 y 11 del Instituto Rojas Orjuela en el Centro Recreativo de Bugalagrande con énfasis en la disciplina de Natación.
9. Apoyo a las actividades lideradas desde la Secretaria de Desarrollo Social y Alcaldía Municipal.	Se realiza apoyo en la publicación de las convocatorias que lidera la secretaria de desarrollo social y la alcaldía municipal a través de las redes sociales (WhatsApp)
10. Apoyo en la programación y ejecución de 4 jornadas deportivas y recreativas programadas desde la alcaldía municipal, sector deporte o disciplina deportiva a cargo, donde se promueva el deporte, la actividad física y la recreación.	**Competencias Internas – Club Polares, disciplina de natación** Se llevaron a cabo competencias internas con el **Club Polares** en la disciplina de natación, con el objetivo, promover la sana competencia y evaluar los avances técnicos de los participantes.

DOCUMENTOS ANEXOS	No. FOLIOS, CD'S
1. Factura electrónica	1
2. Formato Informe contratista	3
3. Declaración Juramentada Retefuente	1
4. Evidencias fotográficas y anexos	42
5. Planilla mensual de Seguridad Social	1
6. Certificados (Revisor Fiscal, Bancaria, Junta central de contadores, Cámara de comercio, otra).	N/A
7. Cédula (Representante legal, revisor fiscal, otra)	N/A
8. Tarjeta profesional (Revisor fiscal, otra)	N/A
9. RUT	N/A
Dado en el Municipio de Bugalagrande – Valle del Cauca, el 27 de marzo del 2026.	
FIRMA CONTRATISTA	Manuel Alejandro Jimenez Gil. **MANUEL ALEJANDRO JIMENEZ GIL**

Este documento es propiedad de la Alcaldía Municipal de Bugalagrande. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del SGC.

NUMERO DEL CONTRATO:	184-2026
OBJETO DEL CONTRATO:	PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION PARA REALIZAR ACTIVIDADES COMO MONITOR DE NATACIÓN DE LA ZONA URBANA EN EL MARCO DEL PROYECTO APOYO AL FOMENTO DE LA RECREACION, LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE EN EL MUNICIPIO DE BUGALAGRANDE, DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA.
CONTRATISTA:	MANUEL ALEJANDRO JIMENEZ GIL
LUGAR:	MUNICIPIO DE BUGALAGRANDE
FECHA DEL REGISTRO FOTOGRÁFICO:	DEL 28 DE FEBRERO AL 27 DE MARZO DE 2026

FOTOGRAFÍA(S) Y/O ANEXO (S)

Actividad 2: Entrega de evidencias de las veinte (20) sesiones de entrenamiento desarrolladas para los grupos formativos y competitivos de la disciplina de natación de la zona urbana.

PATADA LIBRE FUERA DEL AGUA

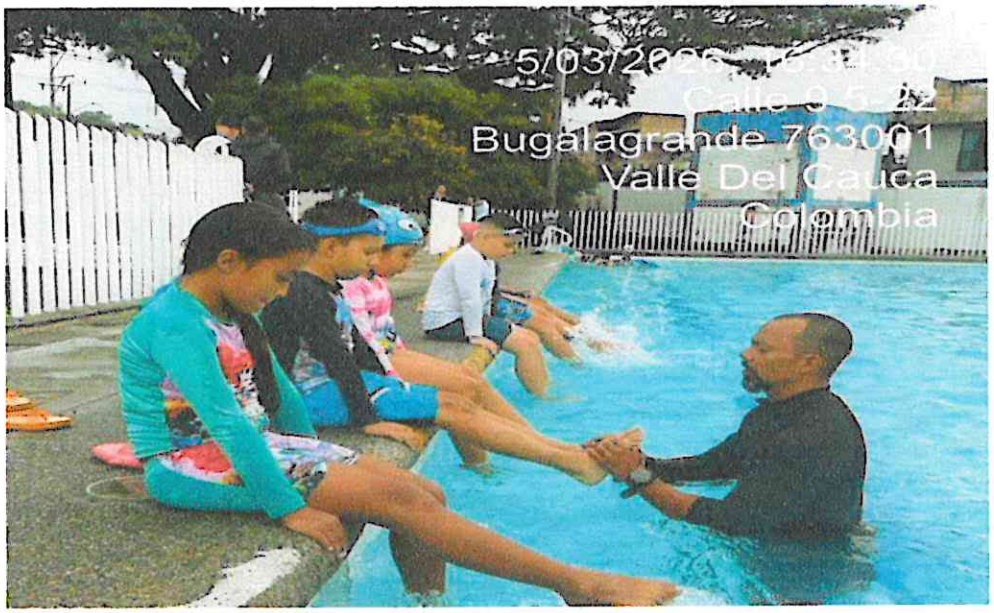


Este documento es propiedad de la Alcaldía Municipal de Bugalagrande. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del SGC

RESPIRACIÓN LATERAL FUERA DEL AGUA



PATADA SENTADO CORRECCIONES



1000 METROS LIBRES



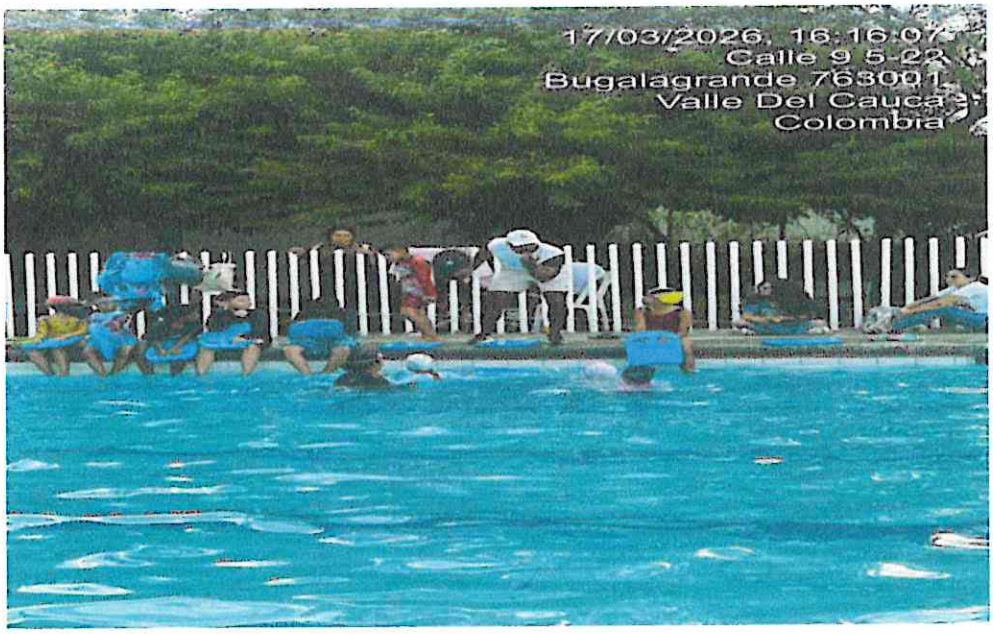
MIL METROS



CORRECCIONES TÉCNICAS



PATADA LIBRE CON TABLA

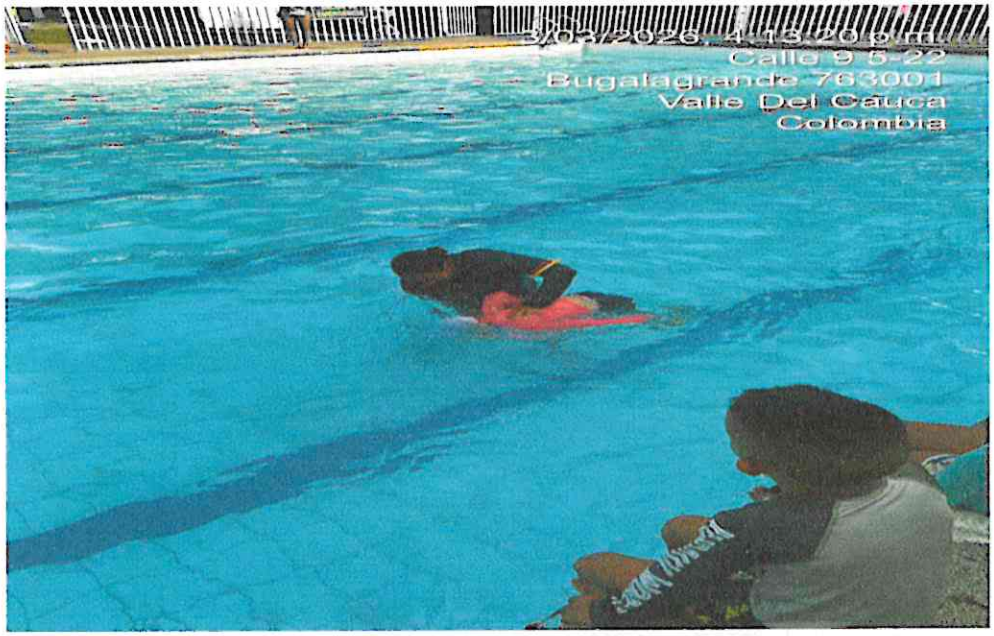


CALENTAMIENTO



INMERSIONES



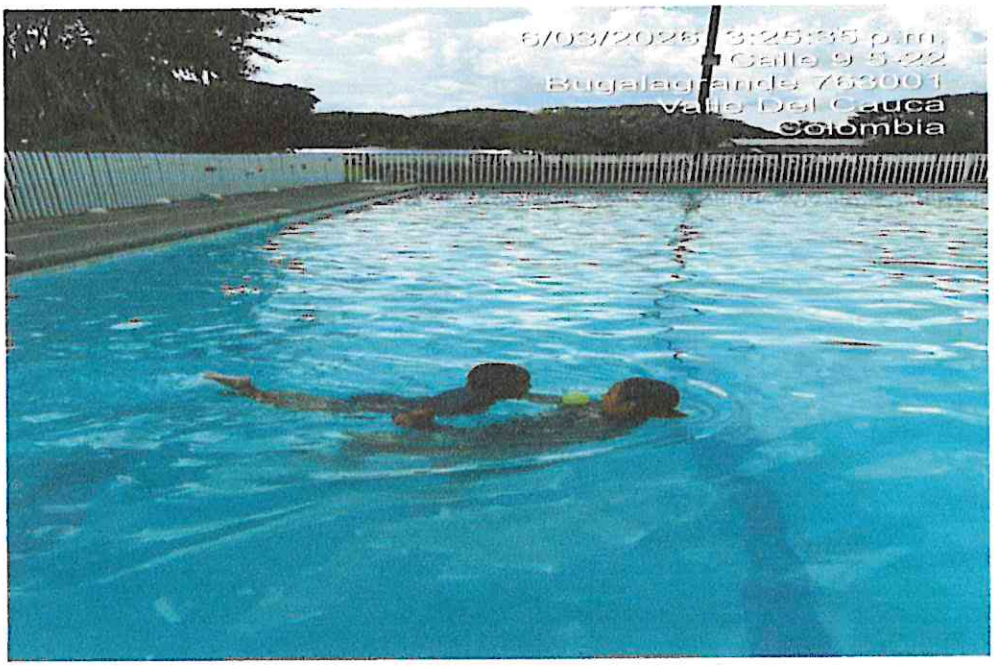

Calle 9 5-22
Bugalagrande 763001
Valle Del Cauca
Colombia


Calle 9 5-22
Bugalagrande 763001
Valle Del Cauca
Colombia

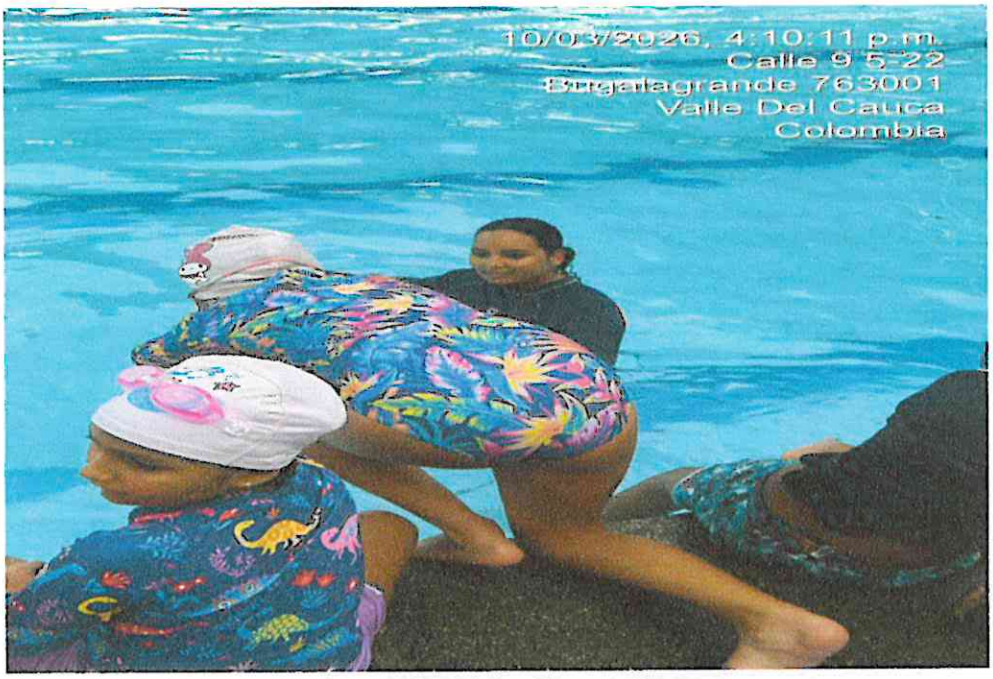
ENTRADAS AL AGUA



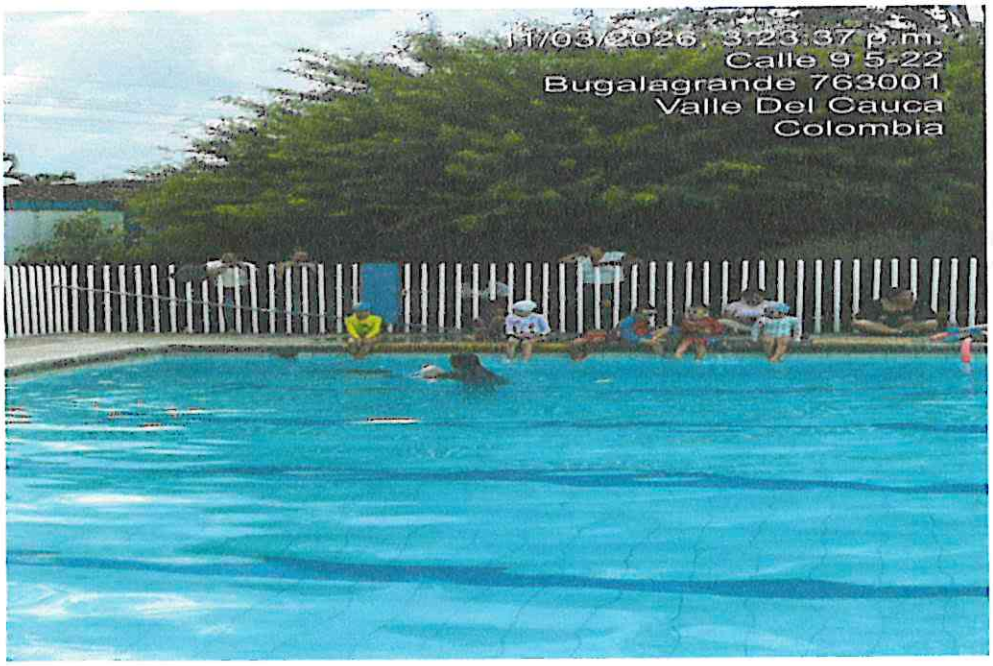
DESLIZAMIENTOS



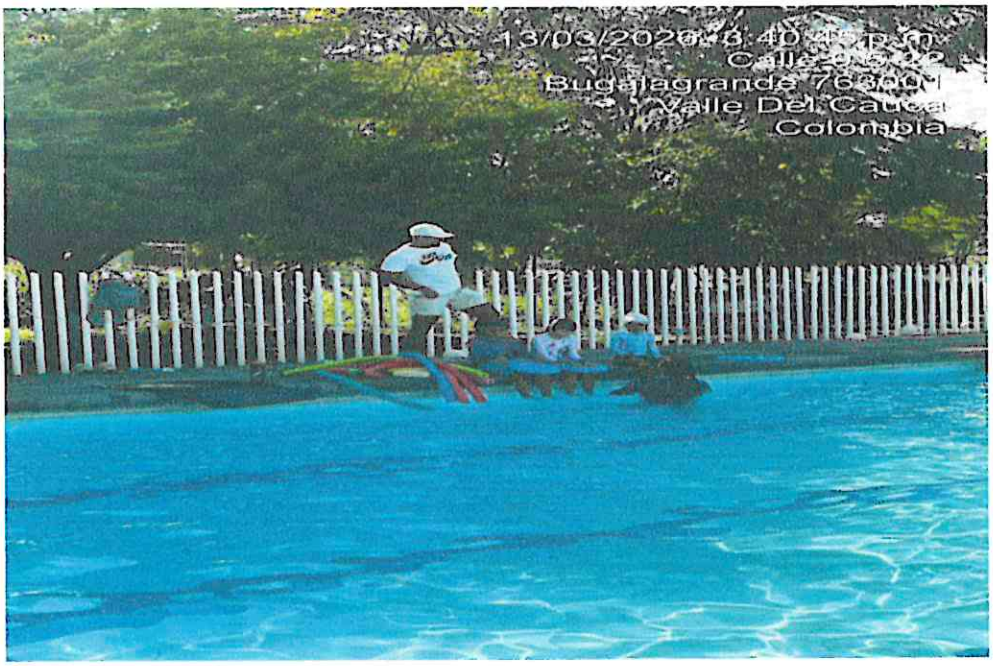
CLAVADOS



POSICIÓN AGUJA MAS DESLIZAMIENTO



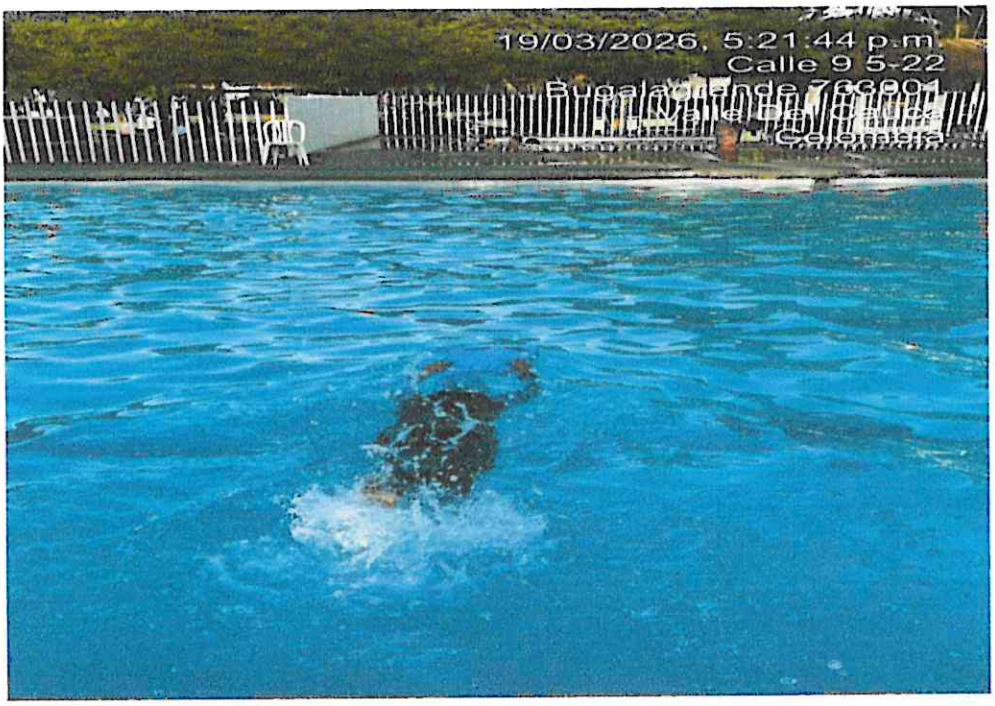
EXPLICACIÓN PATADA DE ESPALDA



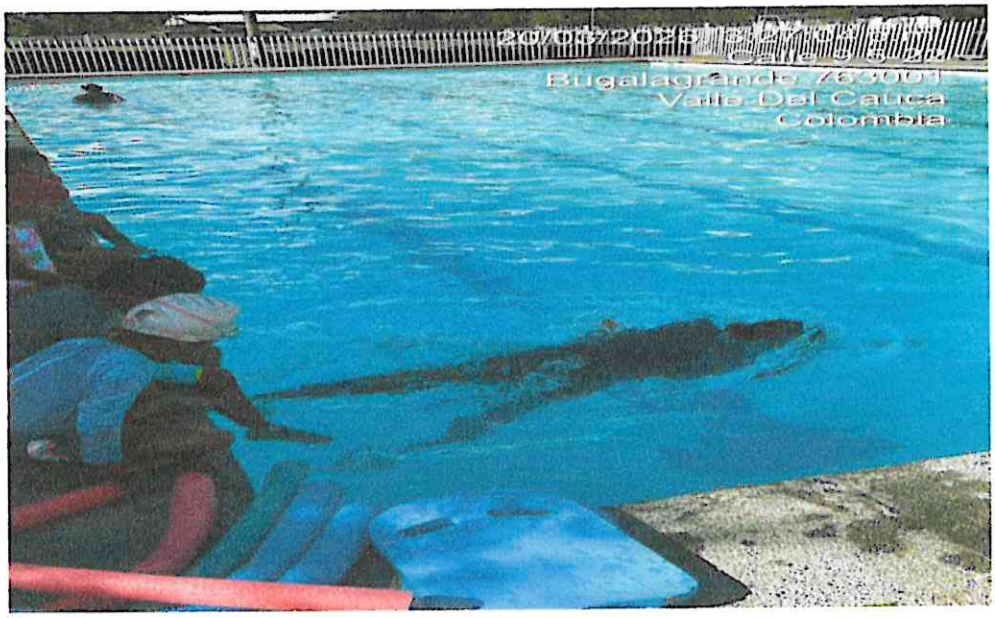
CLAVADOS



PATADA LIBRE CON TABLA



INMERSION CON EL PADRE



DESLIZAMIENTOS



Actividad 3: Contribuir a la formación integral de los deportistas de la disciplina de Natación de la zona urbana realizando dos (2) talleres teóricos/prácticos, promoviendo valores, estilos de vida saludable, medio ambiente y prevención en factores de riesgo sociales

TALLER DE LECTURA



Actividad 4: Reportar cualquier mal uso que se haga de la implementación y escenarios deportivos, por medio del correo institucional asignado en el formato establecido.

Se realiza reporte al correo del delegado en el periodo febrero-marzo

Reporte Mensual Escenario Deportivo



manuel alejandro jimenez

Para: delegadodeportivo3@gmail.com Jue 26/03/2026 6:51 AM

cordial saludo,

la presente es para informarle que durante este periodo de febrero - marzo en las instalaciones del centro recreativo no se presento mal uso de los escenarios ni de la implementación deportiva.

agradezco su atención.

Manuel Jiménez
Monitor de Natación

Responder Reenviar

Actividad 6: Participación activa y cumplimiento en cada jornada de capacitación que se gestione por parte de la Alcaldía Municipal, Departamental y demás entes descentralizados, realizando el respectivo informe en el formato asignado.

CAPACITACIÓN VIRTUAL





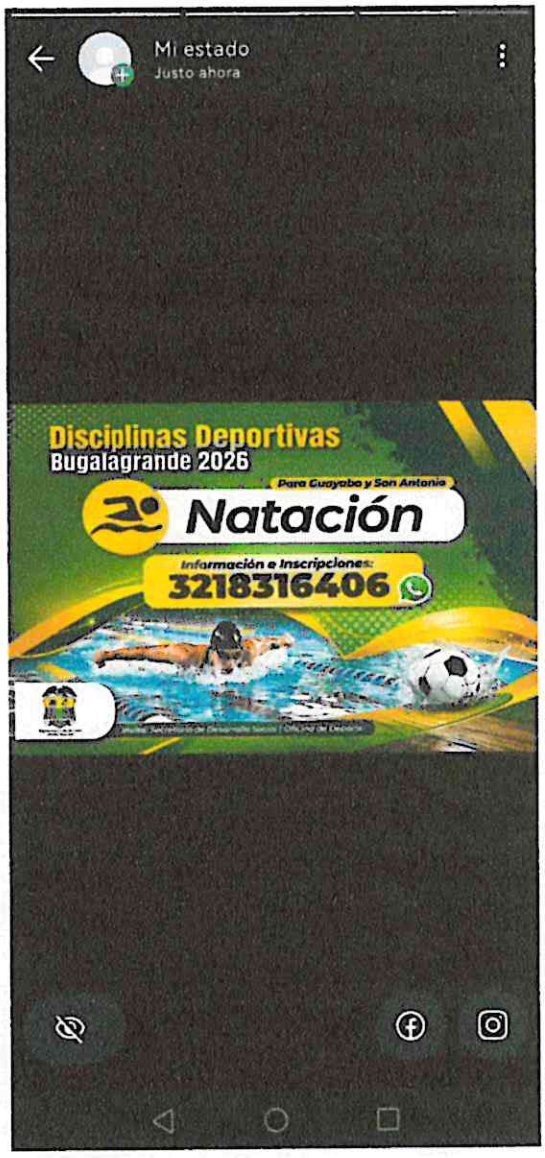
Actividad 6: Realizar cuatro (4) convocatorias a inscripciones mensuales de cada grupo formativo y selectivo de la disciplina de Natación de la zona urbana, junto con la promoción y divulgación de su disciplina deportiva a través de herramientas tecnológicas (redes sociales) y a nivel municipal.

Se realizan publicaciones mediante las redes sociales de la disciplina deportiva






Mi estado
Justo ahora
¡Inscríbete!
Disciplinas Deportivas
Bugalagrande 2026
Natación
Fútbol de Salón
Boxeo
Voleibol
Tenis de Mesa
Levantamiento de Pesas
Power Lifting
Fútbol (Selectivo y Formativo)
Iniciación Deportiva
Tejo
Ajedrez
Atletismo
Patinaje
Baloncesto
Fútbol Sala
Boxeo
Desde hoy puedes inscribirte a tu deporte preferido en el Coliseo Héctor Daniel Useche, en horario de oficina de lunes a viernes
¡Te esperamos!
3226428083
Invita: Secretaría de Desarrollo Social | Sector de Deporte


Mi estado
Justo ahora
Disciplinas Deportivas
Bugalagrande 2026
Para Guayaba y San Antonio
Natación
Información e Inscripciones:
3218316406

Actividad 8: Apoyo en la ejecución en los programas de educación física en las instituciones educativas públicas y privadas por medio de las plataformas virtuales, exhibiciones, intervenciones de los grupos y liderar el desarrollo de encuentros deportivos; ocho (8) sesiones.

SE EJECUTAN INTERVENCIÓN CON LOS ESTUDIANTES DEL GRADO 10 y 11 DEL INSTITUTO ROJAS

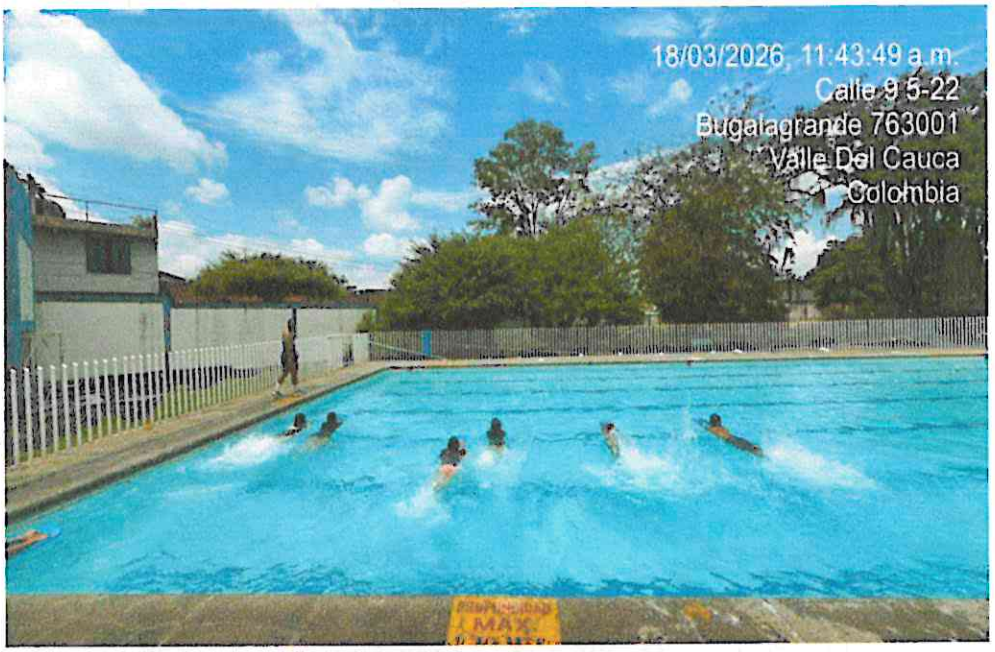





11/03/2026
Calle 9 5-22
Bugalagrande
Colombia


Calle 9 5-22
Bugalagrande 763001
Colombia

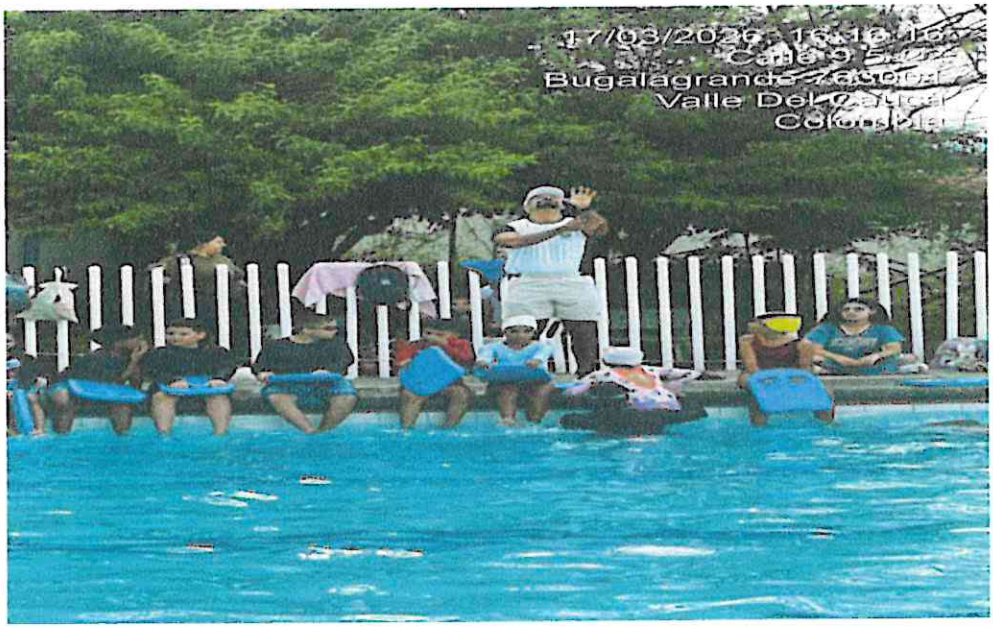

18/03/2026, 11:43:33 a.m.
Calle 9 5-22
Bugalagrande 763001
Valle Del Cauca
Colombia


18/03/2026, 11:43:49 a.m.
Calle 9 5-22
Bugalagrande 763001
Valle Del Cauca
Colombia

Actividad 10: Apoyo en la programación y ejecución de 4 jornadas deportivas y recreativas programadas desde la alcaldía municipal, sector deporte o disciplina deportiva a cargo, donde se promueva el deporte, la actividad física y la recreación.

COMPETENCIAS INTERNAS CON EL CLUB POLARES





Bugalagrande, Valle del Cauca Alcaldía Municipal	FORMATO DE ASISTENCIA	Código: FTO-250-01 Versión: 01 Fecha de Aprobación: 25 de octubre de 2022 Página 1 de 1

DOCUMENTO CONTROLADO

Disciplina: Natacion. **Lugar:** CRB. **Mes:** febrero y Marzo

Hora Inicio: 5pm **Hora Fin:** 6 pm **Categoria:** Infantil **Entrenador:** Manuel Jim

INFORMACION DE ASISTENTES

No	Nombres y Apellidos	Edad	Teléfono	Firma	Semana 1							Semana 2							Semana 3							Sem	
					L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M
1	Juan Jose Gonzala	12	3105142801	Juan	✓	✓						✓	✓						✓	✓							✓
2	Geraldi Quiñores	10	3165217576	Geral	✓	✓						✓	✓						✓	✓							✓
3	Matias Castro	10	3117130546	Matias	✓	✓						✓	✓						✓	✓							✓
4	Melanie Ossa	12	3134223972	Melanie	✓	✓						✓	✓						✓	✓							✓
5	Daniel Arauzo	11	3113655424	Daniel	✓	✓						✓	✓						✓	✓							✓
6	Manuel Espinosa Holguin	10	312 2584954	manuel	✓	✓						✓	✓						✓	✓							✓
7	Alison Patron Ortiz	13	321 5106078	Alison	✓	✓						✓	✓						✓	✓							✓
8	Peterson Diaz Escobar	11	321 6577040	Peterson	✓	✓						✓	✓						✓	✓							✓
9																											
10																											
11																											
12																											
13																											
14																											
15																											
16																											
17																											
18																											
19																											
20																											
21																											
22																											
23																											
24																											
25																											

Proyectó y elaboró: Cristian Camilo Cárdenas Becerra (Coordinador)

Bugalagrande, Valle del Cauca Alcaldía Municipal	**FORMATO DE ASISTENCIA**	Código: FTO-250-01 Versión: 01 Fecha de Aprobación: 25 de octubre de 2022 Página 1 de 1

DOCUMENTO CONTROLADO

Disciplina: Natacion **Lugar:** CRB **Mes:** Febrero - Marzo

Hora Inicio: 4 **Hora Fin:** 5 pm. **Categoria:** Prejuvenil **Entrenador:** Manuel Jimenez

INFORMACION DE ASISTENTES

No	Nombres y Apellidos	Edad	Teléfono	Firma	Semana 1 L	M	M	J	V	S	D	Semana 2 L	M	M	J	V	S	D	Semana 3 L	M	M	J	V	S	D	Semana L	M	M
1	Emanuel Escobar	8	3225873548	Emanuel																								
2	Maximiliano Diaz	7	3219814283	hamilton																								
3	Maria Paula Jimenez	8	3217045467	maria																								
4	Carolina			Caro																								
5	Samuel Moreno	8	3244197027	Samuel																								
6	Antonela Cardona																											
7		8	3173951660																									
8	Roxana Tascon	7	3015419792	Roxana																								
9	Sofia Manzano	9	3104412651	Sofia																								
10	Andrew Cardona	9	3173234641	Andre																								
11	Jacobo Valdirrama	6	3005102203	Jacob																								
12	Maria Sofia Orfin	7	3217563549	Marias																								
13	Geronimo Ladino	9	3174513444	Geronimo																								
14	Ricardo Aponte	8	3187302435	Ricardo																								
15	Jose Luis Chacon	9	3175942139	JLK																								
16	Jhojan Andres Obadia	9	3136607356	Juandy m.m																								
17	Jen Martin Meja	8	3168350956																									
18	Emiliana Mejia	8	3168350956																									
19	Juana Trejos Restrepo	7	3225873548																									
20	Maria Paula Cespedes Gomez	8	3043408611																									
21	Miguel Angel Menes Cardona	7	305 3854618	Diego F Menses																								
22	Jhon Andres Alzate	7																										
23	Luciana Izquierdo Marmolejo	9																										
24	Maria Salome Henao Hern.	10	~~3187207128~~ 310 7207134																									
25																												

Proyectó y elaboró: Cristian Camilo Cárdenas Becerra (Coordinador)

Bugalagrande, Valle del Cauca
Alcaldía Municipal

FORMATO DE ASISTENCIA

Código: FTO-250-01	
Versión: 01	
Fecha de Aprobación: 25 de octubre de 2022	
Página 1 de 1	

DOCUMENTO CONTROLADO

Mes: Febrero - Marzo

Disciplina: Natacion **Lugar:** CRB **Entrenador:** Manuel Jimenez

Hora Inicio: 3pm **Hora Fin:** 4 pm. **Categoria:** Iniciacion

INFORMACION DE ASISTENTES

No	Nombres y Apellidos	Edad	Teléfono	Firma	Semana 1							Semana 2							Semana 3							Sem 4			
					L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	
1	Alejandro Gaitan	4	3225873543	Alej			x		x				x			x				x			x					x	
2	Juan Andres Jimenez	5	3217021569	Juan			x		x				x			x				x			x					x	
3	Arianna S. Coltando	4	3135165404	Adriana			x		x				x			x				x			x					x	
4	Jacobo mesa B.	5	[redacted]	Jacobo			x		x				x			x				x								x	
5	Asly Naomi Hamer	6	3217180956	Naomi			x		x				x			x				x			x						
6	Juan David nuñez	5	3126013481	Juan			x		x				x							x			x					x	
7	Luciana grueso	5	3154679400	luciana			x		x				x			x				x			x						
8	Juan Castro	9	3103741226	Juan			x		x				x															x	
9	Fabian Arboleda	5	3126105703	fabian			x		x				x																
10	Juan Carlos Doman	6	3172433020	Juan			x		x				x										x						
11	Salome Arboleda	8	3127903480	Salome			x						x			x													
12	Nicolas Castro	6	3117130546	Nicolas			x						x			x					x		x					x	
13	Jhoel David Valderrama	7	312 6809699	Jhon			x		x				x																
14	Thaliana Yine Arizabal	7	312 7653618	Jhenifer																									
15	Guillermo Victoria Solarios	6	321 8448041																										
16	Mariana Valderra	8	316 818 1614																										
17	Miguel Angel Meneses Cardona	7	305 3859618																										
18	Juan Jose Espinosa	6																											
19																													
20																													
21																													
22																													
23																													
24																													
25																													

Proyectó y elaboró: Cristian Camilo Cárdenas Becerra (Coordinador)

DISTRIBUCION DEL PLAN GRAFICO ANUAL DE NATACION

ENTRENADOR : Manuel Alejandro Jimenez

CATEGORIA: INFANTIL | GENERO : MASCULINO Y FEMENINO | FECHA : 01 DE FEBRERO DEL 2026 AL 12 DE SEPTIEMBRE DEL 2026

1	MESES			Enero				FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO			
2	MACROCICLOS															I							
3	PERIODOS							Preparatorio															
4	ETAPAS							General								Especial							
5	No DE MESOCICLOS							1				2				3				4			
6	TIPOS DE MESOCICLOS							Introductorio				Basico Desarrollador				Basico Preparatorio control				Estabilizador			
7	No DE MICROCICLOS							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	12	1	2	3
8	TIPOS DE MICROCICLOS							F	F	F	F	F	FT	Te	Te	FT	Te	Te	Te	F	F	F	F
	FECHA DE INICIO Y FINAL							2	2	9	16	23	1	12	20	26	1	11	17	25	2	2	9
9	DEL MICROCICLO							7	7	14	21	31	11	18	25	30	9	16	23	31	7	7	14
#	DIAS W x MICROCICLOS							3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
#	SESIONES x MICROCICLOS							3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
#	HORAS x MICROCICLOS							5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
#	COMPETENCIAS FUNDAMENTALES																						
#	COMPETENCIAS PREPARATORIAS																						
#	TESTS PEDAGOGICOS																						
#	PRUEBAS BIOMEDICAS																						
#	PRUEBAS PSICOLOGICAS																						
#	PRONOSTICO																						
#	V. COMPONENTE POR MESO		0	0				2400				2400				2400				2400			
	V. COMPONENTE (min)							600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600
	PREPARACION FISICA	%						50	50	50	40	40	40	40	35	35	35	35	30	30	30	30	25
#		min		0	0	0	0	300	300	300	240	240	240	240	210	210	210	210	180	180	180	180	150
	PREPARACION TECNICA	%						40	40	40	40	40	40	40	35	35	35	35	30	30	30	30	30
#		min		0	0	0	0	240	240	240	240	240	240	240	210	210	210	210	180	180	180	180	180
	PREPARACION TACTICA	%						5	5	5	15	15	15	15	25	25	25	25	35	35	35	35	40
#		min		0	0	0	0	30	30	30	90	90	90	90	150	150	150	150	210	210	210	210	240
	PREPARACION TEORICA	%						5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
#		min		0	0	0	0	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
#	P. TEORICA - PSICOLOGICAS	min																					

1	MESES		JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE			
2	MACROCICLOS														II							
3	PERIODOS		Competitivo								Preparatorio								Competitivo			
4	ETAPAS		Competitivo								Especial								Competitivo			
5	No DE MESOCICLOS		5				6				7				8				9			
6	TIPOS DE MESOCICLOS		Preparatorio Control				Competitivo				Preparatorio de Control				Precompetitivo				Competitivo			
7	No DE MICROCICLOS		4	5	6	7	8	9	10	11	12	12	1	2	3	3						
8	TIPOS DE MICROCICLOS		F	F	FT	Te	Te	FT	Te	Te	Te	F	F	F	F	F						
	FECHA DE INICIO Y FINAL		16	23	1	12	20	26	1	11	17	25	2	2	9	9						
9	DEL MICROCICLO		21	31	11	18	25	30	9	16	23	31	7	7	14	14						
#	DIAS W x MICROCICLOS		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3						
#	SESIONES x MICROCICLOS		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3						
#	HORAS x MICROCICLOS		5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5						
#	COMPETENCIAS FUNDAMENTALES																					
#	COMPETENCIAS PREPARATORIAS																					
#	TESTS PEDAGOGICOS																					
#	PRUEBAS BIOMEDICAS																					
#	PRUEBAS PSICOLOGICAS																					
#	PRONOSTICO																					
#	V. COMPONENTE POR MESO		2400				2400				2400				2400				2400			
	V. COMPONENTE (min)		600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	600	#
	PREPARACION FISICA	%	25	25	25	25	25	25	25	20	20	20	15	20	20	20	20	15	15	15	15	#
#		min	150	150	150	150	150	150	150	120	120	120	90	120	120	120	120	90	90	90	90	#
	PREPARACION TECNICA	%	30	30	30	25	25	25	25	25	25	25	25	30	30	30	30	25	25	25	25	#
#		min	180	180	180	150	150	150	150	150	150	150	150	180	180	180	180	150	150	150	150	#
	PREPARACION TACTICA	%	40	40	40	45	45	45	45	50	50	50	55	45	45	45	45	55	55	55	55	#
#		min	240	240	240	270	270	270	270	300	300	300	330	270	270	270	270	330	330	330	330	#
	PREPARACION TEORICA	%	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
#		min	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	#
#	P. TEORICA - PSICOLOGICAS	min																				

Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

MICROCICLO SEMANAL

FORMADOR	DEPORTE	PERIODO	SEMANA	MES: MARZO	OBJETIVOS:
	NATACIÓN	GENERAL	DEL 02 AL 06	FISICO:+	X
ASISTENTE	CATEGORIA	MICROCICLO	TOTAL MINUTOS	TACTICO:	
		5	180		SOCIOAFECTIVO:

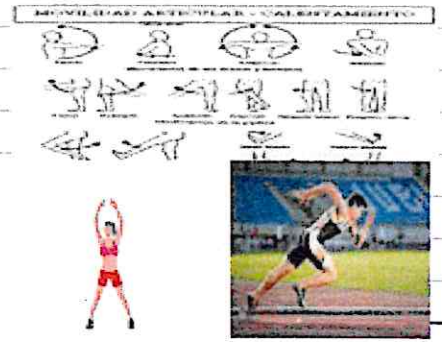
EXPLICACION:

OBJETIVOS: FONDO

			LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES					
			LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB					
			HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE					
			SESION:		SESION: 13		SESION:		SESION: 14		SESION: 15					
	DURACION:		#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	10					
I																
								Movilidad Articular, tronco inferior	5	Movilidad Articular, tronco inferior	5					
N				Calentamiento y charla, Movilidad articular y calenttamiento	10		10	Movilidad Articular, tronco Superior	5	Movilidad Articular, tronco Superior	5					
I																
C																
I																
A																
L																
			#¡REF!	PREPARACION FISICA	50	PREPARACION TECNICAS	#¡REF!	PREPARACION FISICA	40		35		#¡REF!		#¡REF!	
C																
E				TRABAJO DE 1500 ESTILO LIBRE	40			ENTRADAS AL AGUA EN LIBRE	10	CALENTAMIENTO	5					
										TRABAJO DE						
N								300 METROS DE	10	VELOCIDAD						
								PATADA DE LIBRE		EN LIBRE	30					
T								500 DE LIBRE	20							
R																
A																
L																
	TAREAS TEORICAS			TAREAS TEORICAS	10	TAREAS TEORICAS	0	VUELTA A LA CALMA	10	TAREAS TEORICAS	0	TAREAS TEORICAS	0		0	
F																
I				vuelta a la calma	10		10	VUELTA A LA CALMA	10	VUELTA A LA CALMA						
N																
A																
L	Tarea de Reglamento						10						0		0	
	V. TOTAL		#¡REF!	V. TOTAL	60	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	60	V. TOTAL	55	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	#¡REF!	

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

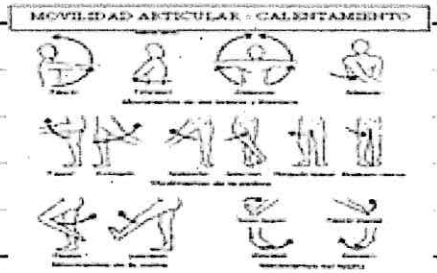
Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN				
FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION
OBJETIVO			FECHA: 03 DE MARZO	13
DE			LUGAR: CRB	DURACION:
SESION	TRABAJO AEROBICO		HORARIO: TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I				
	La fase Inicial tendrá una duración de			Termo, toalla,Reloj
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
C				
I				
A				
L				
	SUMA	40		
C				
E				
N				
T				
R				
A				
L				
	SUMA		TA	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Vuelta a la calma flotaciones			
A				
L		10		
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Còdigo Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

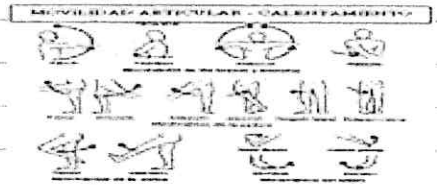
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO			FECHA: 05 DE MARZO	14
DE			LUGAR: CRB	DURACION:
SESION	TRADAS AL AGUA EN TECNICA DE LIBRE Y SEMI FON		HORARIO : TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
F		10		
I	La fase Inicial tendrá una duración de			
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor			Termo, toalla,Reloj
A				
L	Salto con o sin lazo pero realizando el gesto			
	SUMA	40		
	ENTRADAS AL AGUA	10		
	300 metros Patada de libre	10		
				
	500 metros de libre	20		
	SUMA		TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Estiramiento de todos los grupos musculares	10		
A				
L				
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR			CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO DE SESION	TRABAJO DE VELOCIDAD		FECHA: 06 MARZO LUGAR: CRB HORARIO: TARDE	15 DURACION: 60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	
	DURACION:	10		
I				
N	Circuito de calentamiento	10		
I				
		40		
N				
	Trabajos de velocidad de 15 metros con descansos			
T	prolongados	30		
	entre 10 y 15 sprints			
R				
		0		
F				
I				
N	vuelta a la calma con juego			
A				
L				
		60		

Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

MICROCICLO SEMANAL

FORMADOR	DEPORTE	PERIODO	SEMANA	MES: MARZO	OBJETIVOS:
	NATACIÓN	GENERAL	DEL 9 AL 13	FISICO:+	X
ASISTENTE	CATEGORIA	MICROCICLO	TOTAL MINUTOS	TACTICO:	
		6	180		SOCIOAFECTIVO:

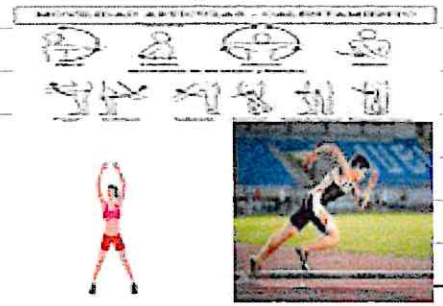
EXPLICACION:
OBJETIVOS: FONDO

	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES					
	LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB					
	HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE					
	SESION:		SESION: 16		SESION:		SESION: 17		SESION: 18					
	DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	10				
I														
							Movilidad Articular, tronco inferior	5	Movilidad Articular, tronco inferior	5				
N			Calentamiento y charla, Movilidad articular y calenttamiento	10		10	Movilidad Articular, tronco Superior	5	Movilidad Articular, tronco Superior	5				
I														
C														
I														
A														
L														
		#¡REF!	PREPARACION FISICA	50	PREPARACION TECNICAS	#¡REF!	PREPARACION FISICA	40		40		#¡REF!		#¡REF!
C														
E			TRABAJO DE 1800 ESTILO LIBRE	50			Rechazos o vuelta olimpica	40	CALENTAMIENTO	10				
N									TRABAJO DE TECNICA DE LA BRAZADA DE LIBRE	30				
T														
R														
A														
L														
	TAREAS TEORICAS		TAREAS TEORICAS	10	TAREAS TEORICAS	0	VUELTA A LA CALMA	10	TAREAS TEORICAS	0	TAREAS TEORICAS	0		0
F														
I			vuelta a la calma	10		10	VUELTA A LA CALMA	10	VUELTA A LA CALMA					
N														
A														
L	Tarea de Reglamento					10				10		0		0
	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	70	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	60	V. TOTAL	60	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	#¡REF!

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION
OBJETIVO			FECHA:10 DE MARZO	16
DE			LUGAR: CRB	DURACION:
SESION	TRABAJO AEROBICO		HORARIO: TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I				
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
C				
I				
A				
L				
	SUMA	50		
C				
E				
N				
T				
R	1800 metros en estilo libre	50		
A				
L	SUMA		TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Vuelta a la calma estiramientos			
A				
L		10		
	V. TOTAL	60	V. TO	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

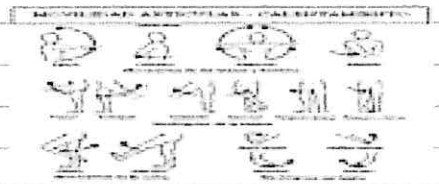
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO DE SESION	rechazos olimpicos		FECHA: 12 DE MARZO LUGAR: CRB HORARIO : TARDE	17 DURACION: 60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I	La fase Inicial tendrá una duración de			
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
C				
I	Salto con o sin lazo pero realizando el gesto			
A	durante 5 minutos			
L				
	SUMA	40		
C				
E	Rechazos o vuelta olimpica	40		
N				
T				
A				
L	SUMA		TAREA	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Estiramiento de todos los grupos musculares	10		
A				
L				
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR			CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO DE SESION			FECHA: 13 DE MARZO	18
			LUGAR: CRB	DURACION:
			HORARIO: TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	
	DURACION:	10		
I				
N	Circuito de calentamiento			
		10		
I				
		40		
N	trabajo de brazada a una mano, la otra extendida			
	q sirve de referencia,	10		
T	trabajo de respiracion lateral, en el borde	10		
	trabajo de brazada llebando el codo bien alto			
R	en su fase aerea	20		
		0		
F				
I				
N	vuelta a la calma con juego			
A				
L				
		60		

Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

MICROCICLO SEMANAL

FORMADOR	DEPORTE	PERIODO	SEMANA	MES: MARZO	OBJETIVOS:
	NATACIÓN	GENERAL	DEL 16 AL 20	FISICO:+	X
ASISTENTE	CATEGORIA	MICROCICLO	TOTAL MINUTOS	TACTICO:	
		7	180		SOCIOAFECTIVO:

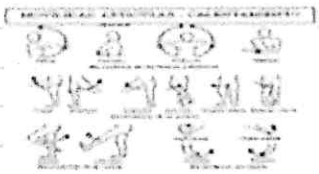
EXPLICACION:
OBJETIVOS: TECNICA DE LIBRE, SEMI FONDOS, PATADA DE ESPALDA

	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES					
	LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB					
	HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE					
	SESION:		SESION: 19		SESION:		SESION: 20		SESION: 21					
	DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	10				
INICIAL			Calentamiento y charla, Movilidad articular y calenttamiento	10		10	Movilidad Articular, tronco inferior Movilidad Articular, tronco Superior	5 5	Movilidad Articular, tronco inferior Movilidad Articular, tronco Superior	5 5				
		#¡REF!	PREPARACION FISICA	50	PREPARACION TECNICAS	#¡REF!	PREPARACION FISICA	40		40		#¡REF!		#¡REF!
CENTRAL			TRABAJO DE 1000 ESTILO LIBRE PATADA DE ESPALDA	30 20			BRAZADA DE LIBRE, TRABAJO DE TECNICA 800 METROS DE LIBRE	15 25	PATADA DE ESPALDA BRAZADA DE ESPALDA	20 20				
FINAL	TAREAS TEORICAS		TAREAS TEORICAS	10	TAREAS TEORICAS	0	VUELTA A LA CALMA	10	TAREAS TEORICAS	0	TAREAS TEORICAS	0		0
			vuelta a la calma	10		10	VUELTA A LA CALMA	10	VUELTA A LA CALMA					
	Tarea de Reglamento					10				10		0		0
	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	70	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	60	V. TOTAL	60	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	#¡REF!

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-85 Parque Principal – Codigo Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2238235
www.bugalagrande-valle.gov.co

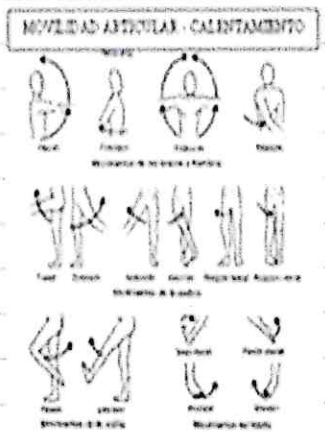
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACION

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION
OBJETIVO DE SESION	TRABAJO DE TECNICA DE ESPALDAY SEMI FONDO DE LIBR		FECHA: 17 DE MARZO	19
			LUGAR: CRB	DURACION:
			HORARIO: TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I	La fase inicial tendra una duracion de			Termo, toalla,Reloj
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
C			 	
I				
A				
L				
	SUMA	50		
C				
E				
N				
T	1000 metros en estilo libre	30		
	PATADA DE ESPALDA CON TABLA			TABLA
R	TRABAJO DE TECNICA			
A				
L				
	SUMA		TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Vuelta a la calma estiramientos			
A				
L		10		
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Codigo Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2238235
www.bugalagrande-valle.gov.co

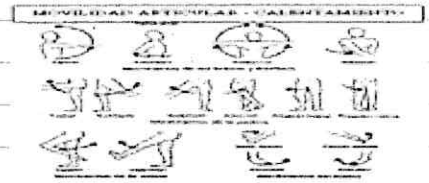
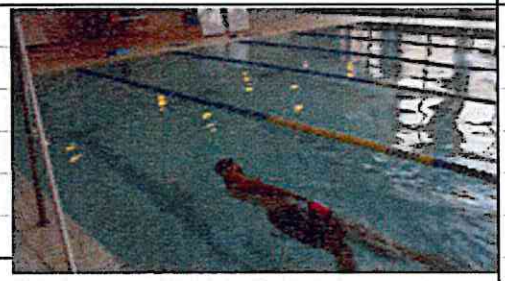
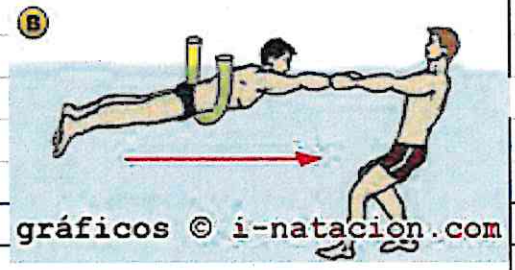
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACION

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO			FECHA: 19 DE MARZO	20
DE			LUGAR: CRB	DURACION:
SESION	TECNICA DE LIBRE Y SEMI FONDO DE LIBRE		HORARIO : TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I				
	La fase inicial tendrá una duración de			
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
				Termo, toalla,Reloj
C				
	Salto con o sin lazo pero realizando el gesto			
I	durante 5 minutos			
A				
L				
	SUMA	40		
C				
	TRAJADOS DE MEJORTAMIENTO DE BRAZADA			
E	AMPLITUD DE LA MISMA Y RESPIRACION LATERA	15		
N	600 METROS DE LIBRE 3.1	25		
R				
	SUMA		TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Estiramiento de todos los grupos musculares	10		
A				
L				
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR			CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO DE SESION	TECNICA DE ESPALDA		FECHA: 20 DE MARZO	21
			LUGAR: CRB	DURACION:
			HORARIO: TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	
	DURACION:	10		
I				
N	Circuito de calentamiento	10		
I				
		40		
N	Patada de espalda con tabla y sin tabla			
	patada lateral	20 min		
T				
	brazada a una mano	10 m		
R	tecnica completa	10 m		
		0		
F				
I				
N	vuelta a la calma FLOTACIONES	10		
A				
L				
		60		

gráficos © i-natacion.com

Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

MICROCICLO SEMANAL

FORMADOR	DEPORTE NATACIÓN	PERIODO GENERAL	SEMANA DEL 23 AL 27	MES: MARZO	OBJETIVOS:
				FISICO:+	X
ASISTENTE	CATEGORIA	MICROCICLO	TOTAL MINUTOS	TACTICO:	
		8	180		SOCIOAFECTIVO:

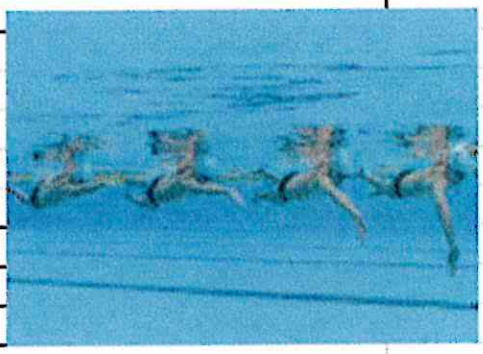
EXPLICACION:
OBJETIVOS: FONDE DE LIBRE YTECNICA COMPLETA DE ESPALDA + SALIDAS DE ESPALDA

	LUNES		MARTES		MIERCOLES		JUEVES		VIERNES					
	LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB		LUGAR: CRB					
	HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE		HORARIO: TARDE					
	SESION:		SESION: 22		SESION:		SESION: 23		SESION: 24					
	DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	#¡REF!	DURACION:	10	DURACION:	10				
INICIAL			Calentamiento y charla, Movilidad articular y calenttamiento	10		10	Movilidad Articular, tronco inferior Movilidad Articular, tronco Superior	5 5	Movilidad Articular, tronco inferior Movilidad Articular, tronco Superior	5 5				
		#¡REF!	PREPARACION FISICA	50	PREPARACION TECNICAS	#¡REF!	PREPARACION FISICA	40		40		#¡REF!		#¡REF!
CENTRAL			TRABAJO DE 2500 ESTILO LIBRE	40			400 METROS DE ESPALDA 800 METROS DE LIBRE	20 25	SALIDAS DE ESPALDA LIBRE 1000 METROS	20 30				
FINAL	TAREAS TEORICAS		TAREAS TEORICAS	10	TAREAS TEORICAS	0	VUELTA A LA CALMA	10	TAREAS TEORICAS	0	TAREAS TEORICAS	0		0
			vuelta a la calma	10		10	VUELTA A LA CALMA	10	VUELTA A LA CALMA					
	Tarea de Reglamento					10				10		0		0
	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	60	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	65	V. TOTAL	70	V. TOTAL	#¡REF!	V. TOTAL	#¡REF!

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

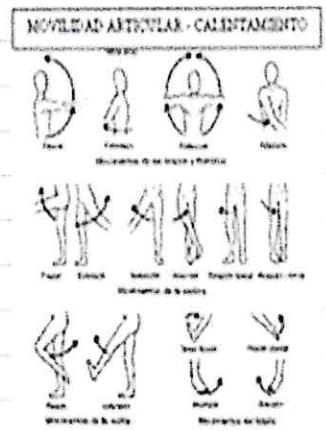
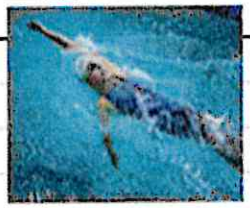
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACION

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION
OBJETIVO	FONDO LIBRE		FECHA: 24 DE MARZO	22
DE			LUGAR: CRB	DURACION:
SESION			HORARIO: TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I				Termo, toalla,Reloj
N	La fase inicial tendra una duración de 15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
C				
I				
A				
L				
	SUMA	50		
C				
E				
N	2500 METROS DE LIBRE	40		
T				
R				
A				
L				
	SUMA		TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Vuelta a la calma estiramientos			
A				
L		10		
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

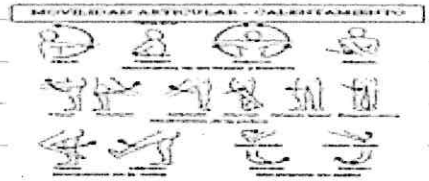
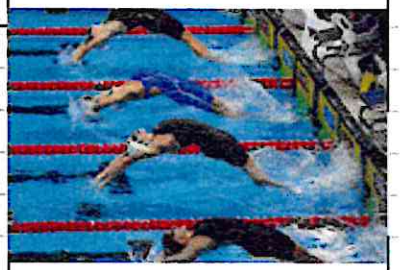
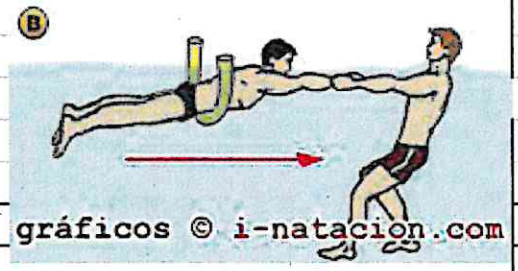
SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR	MANUEL JIMENEZ		CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO			FECHA: 26 DE MARZO	23
DE			LUGAR: CRB	DURACION:
SESION	SEMI DE LIBRE Y ESPALDA		HORARIO : TARDE	60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	MATERIAL
	DURACION:	10		
I				Termo, toalla,Reloj
	La fase inicial tendrá una duración de			
N	15 min y 10 minutos de entrada en calor	10		
I				
C				
	Salto con o sin lazo pero realizando el gesto			
I	durante 5 minutos			
A				
L				
	SUMA	40		
C				
	ESPALDA TECNICA COMPLETA	20		
E				
N	800 METROS DE LIBRE 4.1	25		
R				
	SUMA		TAREAS TEORICAS	TAREAS TEORICAS
F				
I				
N	Estiramiento de todos los grupos musculares	10		
A				
L				
	V. TOTAL	60	V. TOTAL	V. TOTAL

Alcaldía de Bugalagrande
Departamento del Valle del Cauca
República de Colombia

Cra 6 No 5-65 Parque Principal – Código Postal: 763001
Bugalagrande - Valle del Cauca, Colombia
PBX: 57(2) 2237403 Fax 57 (2) 2236235
www.bugalagrande-valle.gov.co

SESION DE ENTRENAMIENTO DEPORTE NATACIÓN

FORMADOR			CATEGORIA: INFANTIL	SESION #
OBJETIVO DE SESION	SEMI FONDO DE LIBRE Y SALIDAS DE ESPALDA		FECHA: 27 DE MARZO LUGAR: CRB HORARIO: TARDE	24 DURACION: 60
FASE	DESCRIPCION ACTIVIDAD		GRAFICO	
	DURACION:	10		
I				
N	Circuito de calentamiento	10		
I				
		40		
N	SEMI FONDO DE LIBRE 1000 METROS	30		
T				
R				
		0		
F I N A L	vuelta a la calma FLOTACIONES	10		
		60		

EVENTOS

MANUEL ALEJANDRO JIMENEZ GIL
NIT: 6199931 - 9
Régimen: Responsable del impuesto sobre las ventas ☐ IVA
Persona Natural
Dirección: CL 8 7 40 BRR ANTONIO NARIÑO, BUGALAGRANDE, Valle del Cauca, Colombia
Tel. 6022236570
Email. man_gil@hotmail.com
Autorización factura electrónica de venta No: 18764105685851 válida desde 2026-02-09 hasta 2026-08-09 rango desde FELE282 hasta FELE400

Nombre/Razón Social:	ALCALDIA DE BUGALAGRANDE
NIT:	891900353-1
Dirección:	CRA 6 5 65 BARRIO CENTRO, BUGALAGRANDE, Valle del Cauca, Colombia, CP 763001
Teléfono:	3164820213
Email:	alcaldia@bugalagrande-valle.gov.co
Forma de pago:	Contado
Medio de pago:	Transferencia Débito Bancaria
Total de Lineas:	1

FACTURA DE VENTA ELECTRÓNICA:	**FELE - 296**
MONEDA:	**COP Peso colombiano**
HORA EMISIÓN:	**12:34:40**
FECHA FIRMADO:	**27/03/2026 12:34:41**

FECHA DE EMISIÓN			FECHA DE VENCIMIENTO		
DIA	MES	ANO	DIA	MES	ANO
27	03	2026	27	04	2026

#	CÓDIGO	DESCRIPCIÓN	U.M	CANTIDAD	PRECIO U.	IMPUESTOS			DCTO.	TOTAL
						NOM.	% o VAL	MONTO		
1	292	MONITORIA DE NATACIÓN PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN PARA REALIZAR ACTIVIDADES COMO MONITOR DE NATACIÓN EN LA ZONA URBANA EN EL MARCO DEL PROYECTO APOYO AL FOMENTO DE LA RECREACIÓN, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EL MUNICIPIO DE BUGALAGRANDE DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA, SEGÚN CONTRATO NUMERO 184-2026 COMPRENDIDO DESDE EL PERIODO DEL 28 DE FEBRERO AL 27 DE MARZO DEL 2026	WSD	1,00	$1.764.705,88	IVA	19%	$335.294,12	$0,00	$1.764.705,88

Notas:

SON: (dos millones cien mil pesos cero centavos)

CUFE: 56ddb7344f83b237ab944a7a959d93228cf3064e6e6955f0cbb9d243cffdf36a00b6770b8bc9550e264e9afe40a7b617

Subtotal:	$1.764.705,88
Cargos:	$0,00
Descuentos:	$0,00
IVA:	$335.294,12
Total:	$2.100.000,00

IMPUESTO	BASE	TARIFA / VALOR NOMINAL	IMPORTE
IMPUESTOS			
01 IVA	$1.764.705,88	19,00%	$335.294,12

Firma Digital: AOodvKDqOHpmbXgcjOU/0Suq7Hvo2DWWE6U60TGmd8exlK3yZMHZKZdcp/amvFql
1kWAFp5pqK4inmIWSGYcSGXqQQIVBqv2xbqS9diWhSnRoRc7kmP5Z5ycA3R2RYxZ
kNzLAUzZoQT/sUjMIDgDi2HAVm0hV7ywjKyUm8+6R+7nsxA0EmSgCpvEpsbATZBC
6jtEVg95X5rbMRYF5nfMwCvUnG9ce+NHNmhBaTKv+VhYr+NBCy90s1iFI2p2PJ/S
p1KuVFeGAqL2ehbUchrYMy1ZA3BKuAUAn4hS1tfmyJgnQ/IrVmaTIE7HoEhWuV6n
61mEfsdWVFodSyDuABGoUw==

Esta factura es un título valor de acuerdo al art. 774 del C.C. y una vez aceptada declara haber recibido los bienes y servicios a satisfacción.

Representación Gráfica de la Factura de Venta Electrónica.

Bugalagrande, Valle del Cauca Alcaldía Municipal	**DECLARACIÓN JURAMENTADA PARA EFECTOS DE DEPURACIÓN DE LA RETENCIÓN EN LA FUENTE POR PAGOS DE HONORARIOS, PRESTACIÓN DE SERVICIOS PERSONALES Y PAGOS POR SALARIOS**	Código: FTO-333-01 Versión: 03 Fecha de Aprobación: 22 de julio de 2024 Página **1** de **1**

DOCUMENTO CONTROLADO POR EL SGC

DATOS DEL CONTRATISTA Y/O FUNCIONARIO

Nombres y Apellidos	MANUEL ALEJANDRO JIMENEZ GIL	**Identificación**	6.199.931
Tipo de Ingreso	Honorarios ☐ Prestación de Servicios Ξ Salarios ☐	**Declara Renta**	Si ☐ No Ξ

Para efectos de lo previsto en el parágrafo 2 del Artículo 383 del Estatuto Tributario, modificado por el Artículo 17 de la Ley 1819 del 29 de diciembre de 2016, sobre la reducción de la base de retención en la fuente a los pagos mensualizados por concepto de honorarios y prestación de servicios personales, me permito **DECLARAR BAJO LA GRAVEDAD DE JURAMENTO** que **NO** he contrato o vinculado dos (2) o más trabajadores asociados a la ejecución de este contrato y **NO** me tomare costos o deducciones asociadas a dicha renta, conforme a lo anterior solicito la aplicación de la retención en la fuente según **Artículo 383** del **Estatuto Tributario** y que adicional cumplo con las siguientes deducciones:

1. Crédito de Vivienda y Aportes a Cuentas AFC	**a)** ¿Pago intereses por Crédito Hipotecario o Leasing Habitacional? **Si** ☐ **No** Ξ ¿Mi crédito de vivienda es compartido? **Si** ☐ **No** Ξ porcentaje que me corresponde: **100%** ☐ **50%** ☐ **Otro**_____**%** **d)** ¿Realizo aportes a Cuentas AFC? **Si** ☐ **No** Ξ **(ADJUNTAR CERTIFICADO BANCARIO SEGÚN APLIQUE)**
2. Pagos de Salud	**a)** ¿Realizo pagos por Medicina Prepagada? **Si** ☐ **No** Ξ **b)** ¿Realizo pagos por Planes de Atención Complementaria en Salud? **Si** ☐ **No** Ξ **c)** ¿Realizo pagos por Pólizas de Seguros en Salud? **Si** ☐ **No** Ξ **(ADJUNTAR CERTIFICADO DEL PAGO DE SALUD SEGÚN APLIQUE)**
3. Pagos Dependientes	**¿Tengo alguno de los siguientes dependientes?** **Si** ☐ **No** Ξ Hijos menores de 18 años. **(RELACIONAR DEPENDIENTES ABAJO).** **Si** ☐ **No** Ξ Hijos con edad entre 18 y 23 años, que se encuentren financiando su educación en instituciones formales de educación superior o en los programas técnicos. **(CERTIFICADO ESTUDIOS).** **Si** ☐ **No** Ξ Hijos mayores de 23 años que se encuentren en situación de dependencia originadaen factores físicos o psicológicos. **(CERTIFICADO MEDICINA LEGAL O MEDICO).** **Si** ☐ **No** Ξ Cónyuge o compañero permanente del que se encuentre en situación de dependencia por ausencia de ingresos o ingresos menores a doscientas sesenta (260) UVT, **(CERTIFICADO CONTADOR).** **Si** ☐ **No** Ξ Padres y hermanos del contribuyente que se encuentren en situación de dependencia, sea por ausencia de ingresos, o ingresos en el año menores a doscientas sesenta (260) UVT, **(CERTIFICADO CONTADOR).**

RELACIÓN DE DEPENDIENTES (SI APLICA)

Nombres y Apellidos	Identificación No.		Edad	Parentesco
	CC ☐ TI ☐			
	CC ☐ TI ☐			
	CC ☐ TI ☐			

Manifiesto que lo declarado anteriormente está debidamente certificado, y para tal efecto firmo este documento el día 27 del mes de MARZO del año 2026

Manuel Alejandro Jimenez Gil

Firma Declarante

Este documento es propiedad de la Alcaldía Municipal de Bugalagrande. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

Bancoomeva

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

N:	CÉDULA DE CIUDADANÍA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	5199991
OCIAL:		MANUEL ALEJANDRO JIMENEZ GIL	
	CALI	DEPARTAMENTO:	VALLE
	CALLE 7 #3-15	TELEFONO:	2226045
	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Comercio al por mayor de computadores, equipo per
TACIÓN:	ÚNICO		
PAGO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:			4642918016	TIPO DE PLANILLA:			I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES	febrero	AÑO 2026	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES	febrero	AÑO 2026
DIAS DE MORA:			0				
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):			2026/02/13	NÚMERO AUTORIZACIÓN:			0095722755

TOTAL APORTES A PENSIÓN

ADMINISTRADORA	No. COTIZANTES	COTIZACIÓN	APORTES VOLUNTARIOS		FSP		MORA		TOTALES		
NOMBRE			EMPLEADOR	COTIZANTE	SOLIDARIDAD	SUBSISTENCIA	COTIZACION	FSP	APORTES	MORA	VALOR PAGADO
231001-COLFONDOS	1	$ 280.200	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 280.200	$ 0	$ 280.200
									$ 280.200	$ 0	$ 280.200

TOTAL APORTES A SALUD

ADMINISTRADORA	No. COTIZANTES	INCAPACIDAD POR ENFERMEDAD		LICENCIA MATERNIDAD		SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN		MORA		TOTALES			
NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
EPS018-S.O.S.	1		$ 0		$ 0		$ 0	$ 218.900	$ 0	$ 0	$ 0	$ 218.900	$ 0	$ 0	$ 218.900
												$ 218.900	$ 0	$ 0	$ 218.900

TOTAL APORTES A RIESGOS PROFESIONALES

ADMINISTRADORA	No. COTIZANTES	INCAPACIDAD IRP			SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN	TOTALES			
NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACION	VALOR	PAGO A OTROS RIESGOS	PLANILLA	VALOR	COTIZACION	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
14-11 - ARL SURA	1		$ 0	$ 0		$ 0	$ 42.700	$ 42.700	$ 0	$ 0	$ 42.700
								$ 42.700	$ 0	$ 0	$ 42.700

LIQUIDACIÓN DETALLADA APORTES

DATOS DEL COTIZANTE								NOVEDADES																		SEGURIDAD SOCIAL																																PARAFISCALES						
																										PENSIÓN									SALUD								ARP																											
RES	TIPO COTIZANTE	SUBTIPO COTIZANTE	SALARIO BÁSICO	TIPO DE SALARIO	COLOMBIANO	EXTRANJERO	REFORMA TRIBUTARIA	IGE	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	ADMIN	DIAS COT	IBC	COTIZACIÓN	FSP SUBSISTENCIA	FSP SOLIDARIDAD	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADOR	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADO	INDICADOR TARIFA ESPECIAL	TOTAL APORTE	ADMIN	DIAS COT	IBC	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	TOTAL APORTE	ADMIN	DIAS COT	IBC	CENTRO DE TRABAJO	TOTAL APORTE	DIAS COT	IBC	CCF ADMIN	CCF TOTAL APORTE	SENA TOTAL APORTE	ICBF TOTAL APORTE	ESAP TOTAL APORTE	MINEDUC TOTAL APORTE
	2 DEPENDIENTE		$ 1.750.905				NO																231001-COLFONDOS	30	$ 1.750.905	$ 280.200	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 280.200	EPS018-S.O.S.	30	$ 1.750.905	$ 218.900	$ 0	$ 218.900	14-11 - ARL SURA	30	$ 1.750.905	$ 8199991	$ 42.700	$ 0		$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

TOTAL PAGADO: $ 541.800