

	INSTITUTO DEL DEPORTE, LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA RECREACIÓN (INDERVALLE) SISTEMA DE GESTIÓN CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	CODIGO	PE-FO-120-041
		VERSIÓN	8
		APROBADO	14/FEB/2025

Acta Supervisión # 3 del Contrato # IND-26-1068

INFORME PARCIAL : X	INFORME FINAL :		
Cuota Número : 3			
ASPECTOS GENERALES DE CONTRATO Y SU EJECUCIÓN			
FECHA	Día : 25	Mes : Marzo	Año : 2026
NOMBRE DEL SUPERVISOR	GLORIA MYRIAM BEJARANO RODRIGUEZ		
DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN	C.C 31,942,545		
NOMBRE DEL CONTRATISTA	EDWAR ENRIQUE HOYOS MONROY		
IDENTIFICACIÓN	C.C 94,368,601		
CONTRATO No.	IND-26-1068 - 2026		
FECHA CONTRATO	Día : 09	Mes : Enero	Año : 2026
FECHA DE INICIO	Día : 13	Mes : Enero	Año : 2026
DURACIÓN INICIAL DEL CONTRATO	Día : 30	Mes : Junio	Año : 2026
OBJETO DEL CONTRATO: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES ESPECIALIZADOS POR SUS PROPIOS MEDIOS CON PLENA AUTONOMIA TECNICA Y ADMINISTRATIVA, PARA LA EJECUCION DEL PROYECTO ESTRATEGICO DENOMINADO DESARROLLO DE UNA ESTRATEGIA DE LIDERAZGO EN EL DEPORTE COMPETITIVO PARA EL DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA . (AUT-1391)			
CDP No. 1188 de 2026-01-05		RP No. 1468 de 2026-01-13	
(INFORME JURÍDICO)			
Fecha de Inicio 2026-01-13	Plazo de ejecución El plazo de ejecución del presente contrato será hasta el 2026-06-30	Fecha de terminación 2026-06-30	
Observaciones al informe jurídico: NA			
INFORME CONTABLE Y FINANCIERO			
VALOR INICIAL DEL CONTRATO	\$ 36,000,000		
VALOR TOTAL DEL CONTRATO	\$ 36,000,000		
VALOR ANTICIPO	\$ 0		
VALOR PAGO PARCIAL(Corresponde al valor de la cuota a pagar)	\$ 6,000,000		
VALOR EJECUTADO(Corresponde al valor acumulado a la fecha del informe)	\$ 18,000,000		
SALDO CONTRATO	\$ 18,000,000		

	INSTITUTO DEL DEPORTE, LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA RECREACIÓN (INDERVALLE) SISTEMA DE GESTIÓN CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	CODIGO	PE-FO-120-041
		VERSIÓN	8
		APROBADO	14/FEB/2025

Acta Supervisión # 3 del Contrato # IND-26-1068

PRESENTÓ INFORME CON TODOS LOS DOCUMENTOS SOPORTES	SI : X	NO :
Observaciones al informe contable y financiero: NA		
Información del pago de seguridad social: Se verificó el pago de la seguridad social del mes de Febrero a través de : SOL.		
Pagos	Datos Certificación o Planilla de Pago	
Sistema de salud: EPS Sura Sistema de Pensiones: Administradora Colombiana de Pensiones Colpensiones Riesgos Laborales: Positiva Compañía de Seguros	No. de planilla: 6001851322 Período: Febrero	
Información del pago de seguridad social: Se verificó el pago de la seguridad social del mes de Marzo a través de : SOL.		
Pagos	Datos Certificación o Planilla de Pago	
Sistema de salud: EPS Sura Sistema de Pensiones: Administradora Colombiana de Pensiones Colpensiones Riesgos Laborales: Positiva Compañía de Seguros	No. de planilla: 6005623812 Período: Marzo	
Observaciones:		
INFORME TÉCNICO VERIFICACIÓN Y EVIDENCIAS DEL CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES REALIZADAS ASOCIADAS AL CONTRATO		
El contratista presento a satisfacción el informe de actividades correspondiente a la cuota número 3, el supervisor da fe de lo presentado.		

Observaciones : 1. Acompañó Durante El Mes De Marzo, El Proceso De Preparación Física Y Metodológica En La Disciplina De Bádminton, Que Alcanzó Su Fase De Puesta A Punto Y Evaluación Competitiva, Enmarcado En La Realización De La I Válida Nacional Junior "ciudad Señora" En Buga A Finales Del Mes De Febrero Y Principios De Marzo. Tras Consolidar La Fuerza Reactiva Y Los Frenados En El Bimestre Anterior, La Intervención Se Centró En La Máxima Eficiencia En Cancha Bajo Condiciones De Torneo: Puesta A Punto Para La Válida Nacional: En Las Semanas Previas Al Evento, Se Implementó Un Tapering Estratégico, Reduciendo El Volumen De Carga En El Gimnasio Para Priorizar La Frescura Neuromuscular. Se Enfocó En La Velocidad De Reacción Simple Y Compleja, Asegurando Que Los Atletas Locales Llegaran Al Certamen Con Niveles óptimos De Explosividad Y Rapidez Mental Para La Toma De Decisiones. Desempeño En Competencia Y Análisis Metodológico: Durante El Desarrollo De La Válida Nacional "ciudad Señora", Realizó El Seguimiento Directo De Los Deportistas, Evaluando La Transferencia De Lo Trabajado En Mes Anterior (frenados Y Cambios De Dirección) A La Realidad Del Partido. Se Observó Una Mejora Significativa En La Estabilidad De Los "lunes" (zancadas) Y En La Capacidad De Recuperación Tras Intercambios Largos, Permitiendo A Los Atletas Mantener La Calidad Técnica En Los Puntos Decisivos Del Tercer Set. Gestión De La Fatiga En Torneo: Dada La Alta Densidad De Partidos De Un Torneo Nacional Junior, Su Gestión Se Centró En Protocolos De Recuperación Activa E Hidratación Entre Rondas. El Monitoreo De La Percepción Del Esfuerzo (rpe) Postpartido Fue Fundamental Para Ajustar Las Sesiones De Estiramiento Dinámico Y Movilidad, Garantizando Que El Rendimiento No Decreciera Por Acumulación De Lactato O

 INDERVALLE Instituto del Deporte, la Educación Física y la Recreación del Valle del Cauca	INSTITUTO DEL DEPORTE, LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA RECREACIÓN (INDERVALLE) SISTEMA DE GESTIÓN CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	CODIGO	PE-FO-120-041
		VERSIÓN	8
		APROBADO	14/FEB/2025

Acta Supervisión # 3 del Contrato # IND-26-1068

Fatiga Central Durante Los Días De Competencia. Ajuste De La Cadena Cinética Y Potencia De Remate: Se Reforzó, Junto Al Entrenador Diego, La Transferencia De Potencia Hacia El Smash (remate), Verificando Que La Base De Fuerza Del Tren Inferior Se Integrara Correctamente Con La Estabilidad Del "core" Y La Aceleración Del Brazo, Factor Determinante Frente A Rivales De Alto Nivel Nacional Presentes En Buga. Balance Post-evento Y Proyección: Finalizada La Válida, Se Inició Una Fase De Compensación Para Mitigar El Impacto Articular Sufrido Durante El Torneo. Los Resultados Obtenidos Sirven Como Diagnóstico Para Recalibrar Los Objetivos De Fuerza Específica Y Resistencia Intermitente Para El Siguiente Mesociclo, Manteniendo El Estándar De Excelencia De Indervalle. Acompañó, Tras El Exitoso Desempeño En El Chequeo Departamental En Palmira, El Proceso De Preparación Física Y Metodológica En La Disciplina De Triatlón, En Conjunto Con El Entrenador Octavio, Que Se Orientó En Marzo Hacia La Especificidad De La Potencia Crítica Y La Resiliencia Neuromuscular. Utilizando Los Datos Obtenidos En Competencia, Se Ajustaron Las Cargas Para Maximizar La Eficiencia En Los Segmentos Finales. Las Líneas De Acción Ejecutadas Fueron: Ajuste De Zonas De Entrenamiento Post-competición: Se Utilizaron Los Resultados De Palmira Como Test De Campo Para Recalibrar Las Zonas De Intensidad. Se Evolucionó El Trabajo De Umbral Hacia La Potencia Aeróbica Máxima (pam), Integrando Series De Intervalos De Alta Intensidad (vo2 Máx) Que Simulan Los Ataques En El Ciclismo Y Los Cambios De Ritmo Necesarios Para El Posicionamiento En La Natación. Optimización De La Economía De Carrera (running Economy): En El Gimnasio, Se Transitó De La Potencia Mecánica A La Fuerza Reactiva Específica. Se Intensificó El Trabajo De Stiffness (rigidez Articular) En El Tobillo Mediante Saltos De Mayor Demanda Elástica, Buscando Reducir El Tiempo De Contacto Con El Suelo. Esto Es Vital Para Mantener La Eficiencia Biomecánica En La Carrera A Pie, Especialmente Cuando El Glucógeno Está Disminuido Tras El Ciclismo. Perfeccionamiento De Las Transiciones (t2 De Alta Densidad): Si En El Mes Anterior Los "ladrillos" (bricks) Fueron Estructurales, En Este Mes Fueron Específicos De Carrera. Se Implementaron Transiciones Cortas Y Explosivas (ej. 10km De Ciclismo A Ritmo De Competencia Seguidos De 2km De Carrera A Ritmo Superior Al De Competencia), Con El Fin De Mecanizar La Disociación Motora Y Reducir El Tiempo De Adaptación Neuromuscular Del Gesto Del Pedaleo Al De La Zancada. Control De La Carga Interna Y Supercompensación: Se Continuó Con El Monitoreo Riguroso De La Variabilidad De La Frecuencia Cardíaca (hrv) Para Gestionar La Fatiga Acumulada Del Chequeo. La Intervención Se Centró En La Aplicación De Microciclos De Descarga Estratégica, Asegurando Que La Asimilación De Las Cargas De Alta Intensidad De Marzo Se Traduzca En Una Curva De Rendimiento Ascendente, Evitando El Estancamiento Tras El Esfuerzo Realizado En Palmira. Análisis Biomecánico En Terreno: Se Aprovecharon Las Sesiones De Ciclismo En Buga Para Corregir Posturas De Fatiga Identificadas En El Chequeo Previo Y Se Realizó énfasis En El Mantenimiento Del "core" Dinámico Durante Esta Actividad De Larga Duración Para Prevenir La Pérdida Por Inestabilidad Pélvica. Acompañó En El Mes De Marzo, La Planificación Con La Disciplina De Boxeo Junto Al Entrenador José Luis Hacia La Máxima Transferencia Competitiva Y La Optimización Del Ritmo De Asalto. Tras Consolidar La Potencia Balística En El Mes Anterior, El Enfoque Metodológico Se Centró En La Gestión De La Fatiga En Situaciones De Combate Real Y La Agudeza Neuromuscular. Las Estrategias Clave Fueron: Optimización De La Pegada De Contraataque: Se Evolucionó La Potencia De Golpeo Hacia La Fuerza Explosiva Reactiva. Se Implementaron Ejercicios De Pliometría De Tren Superior (lanzamientos De Balón Medicinal Tras Bloqueo O Esquiva), Buscando Que El Pugilista No Solo Golpee Fuerte, Sino Que Logre La Máxima Aceleración Inmediatamente Después De Un Gesto Defensivo, Reduciendo El Tiempo De Transición Defensa-ataque. Densidad De Combate Y Tolerancia Al Lactato: Se Llevaron Los Circuitos Hiit A Una Fase De Resistencia Específica Intermitente. Se Redujeron Ligeramente Los Tiempos De Recuperación Activa (de 1 Minuto A 45-30 Segundos) En Sesiones Seleccionadas De Sacos Y Sombra, Para Estresar El Sistema De Remoción De Lactato. Esto Permitió Que, Durante Los "sparrings" De Control, Los Boxeadores Mantuvieran El Volumen De Golpeo Y La Guardia Alta Incluso En El Tercer Asalto. Ajuste Del "footwork" Y Distancia De Combate: Se Reforzóla Agilidad Con Un Enfoque En La Propiocepción De Combate. Se Integraron Desplazamientos En ángulos Y Pivoteos Bajo Fatiga, Asegurando Que El Boxeador Mantenga El

Carrera 36 No. 5B3 - 65. Casa del Deporte. / Tels: 5569242 - 5560556 Fax: 5570906 / Cali - Colombia

	INSTITUTO DEL DEPORTE, LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA RECREACIÓN (INDERVALLE) SISTEMA DE GESTIÓN CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	CODIGO	PE-FO-120-041
		VERSIÓN	8
		APROBADO	14/FEB/2025

Acta Supervisión # 3 del Contrato # IND-26-1068

Equilibrio Y La Base De Sustentación (stance) Necesaria Para Disparar Golpes Potentes Desde Cualquier Posición Del Ring, Evitando El Agotamiento De Las Piernas En Los Desplazamientos Laterales. Monitoreo Del Peso Y Recuperación Neuromuscular: Dada La Cercanía De Compromisos Competitivos En Fogueos Con Municipios Cercanos, Se Intensificó El Control De La Carga Interna. Se Cruzó La Escala Rpe Con Indicadores De Recuperación Subjetiva Y Calidad Del Gesto, Ajustando El Volumen De Pesas Para Priorizar La Frescura Del Sistema Nervioso Central (snc). El Objetivo Fue Garantizar Que La Velocidad De Salida Del Golpe (hand Speed) Se Mantuviera En Niveles óptimos Sin Riesgo De Sobreentrenamiento. Se Ejecutó Durante El Mes De Marzo, El Proceso De Preparación Física Con La Disciplina De Esgrima Evolucionó Hacia La Especificidad Táctico-motriz, Marcada Por La Participación En El Primer Torneo Departamental Realizado En Buga. Tras Consolidar La Base De Fuerza Explosiva En El Bimestre Anterior, Las Acciones Propuestas Por La Maestra Olga Se Centrarón En Los Sigüientes Ejes Estratégicos: Puesta A Punto (tapering) Y Supercompensación: En Las Semanas Previas Al Certamen Departamental, Se Ajustó La Densidad De Las Cargas, Reduciendo El Volumen Total De Entrenamiento, Pero Manteniendo Una Alta Intensidad En La Velocidad De Ejecución. Este Ajuste Buscó Eliminar La Fatiga Residual Del Mes Anterior, Para Alcanzar El Pico De Frescura Neuromuscular En El Momento De Los Asaltos Oficiales. Transferencia Al Gesto Técnico De Esgrima: Se Evolucionó El Trabajo De Potencia Hacia Situaciones Reales De Combate. Se Implementaron Driles De Velocidad De Reacción Compleja (estimulos Visuales Y Auditivos) Integrados Con El Footwork Específico, Optimizando La Capacidad Del Tirador Para Ejecutar Fondos Y Flechas Con Máxima Aceleración Desde Una Postura De Guardia Estática. Análisis Post-competencia (torneo Departamental Buga): La Ejecución Del Torneo Local Sirvió Como La Principal Herramienta De Control Metodológico. Se Realizó Una Observación Directa Del Comportamiento Físico De Los Esgrimistas Bajo Estrés Competitivo, Identificando: La Capacidad De Mantener La Postura Baja (en Guardia) Durante Asaltos Prolongados. La Eficiencia De Los Desplazamientos Laterales Y La Recuperación Tras El Ataque. Niveles De Resistencia A La Fatiga En Las Fases Finales De La Eliminación Directa. Compensación De La Asimetría Y Recuperación: Posterior Al Torneo, Se Reforzó El Trabajo De Estabilidad Central (core) Y El Fortalecimiento Compensatorio Del Lado No Dominante. Esta Medida Es Crucial Para Mitigar El Impacto Del Gesto Unilateral Repetitivo Propio De La Competencia Y Asegurar La Longevidad Deportiva De Los Esgrimistas Del Valle. Se Realizó Durante El Mes De Marzo, La Intervención Metodológica Y De Preparación Física Con La Disciplina De Lucha En La Especificidad Táctica Y La Supercompensación. Tras Consolidar La Potencia En El Mes Anterior, El Enfoque Viró Hacia La Calidad Del Movimiento Y La Toma De Decisiones Bajo Altos Niveles De Lactato. En Articulación Con El Entrenador Mario, Se Ejecutaron Los Sigüientes Pilares: Afinamiento De La Potencia Reactiva: En Esta Se Redujo El Volumen De Carga En El Gimnasio Para Priorizar La Velocidad De Contracción. Se Implementó El Método De "contraste" (complex Training), Alternando Cargas Pesadas A Alta Velocidad Con Gestos Técnicos Explosivos (ej. Deadlift Explosivo Seguido Inmediatamente De Entrada A Dos Piernas), Buscando Una Transferencia Directa En La Colchoneta. Capacidad De "sprint" Final Y Recuperación Intracombate: Se Evolucionó La Resistencia A La Lactacidemia Hacia El Trabajo De Potencia Anaeróbica Aláctica Y Láctica Combinada. Se Diseñaron Driles De 30 Segundos De Máxima Intensidad Seguidos De Situaciones De "lucha Negativa" (defensa Pasiva), Obligando Al Atleta A Gestionar Su Energía En El último Minuto De Cada Periodo De Combate. Blindaje Funcional Y Propiocepción: Ante El Aumento Del Contacto Real Y Los Combates De Control, Se Intensificó El Trabajo De Estabilidad Reactiva De Tobillos Y Rodillas. Se Incorporaron Ejercicios De Desequilibrio Provocado Para Minimizar El Riesgo De Lesiones Durante Las Proyecciones Y Transiciones En El Suelo (parterre). Control Del "weight Cutting" Y Fatiga Mental: Como Parte Del Seguimiento Integral De Indervalle, Se Inició El Monitoreo Del Peso Corporal En Relación Con El Rendimiento. Se Cruzaron Los Datos De La Escala De Esfuerzo Percibido (rpe) Con La Calidad Del Sueño Y El Estado Anímico, Ajustando La Densidad De Las Sesiones Para Asegurar Que El Deportista Llegue Al Pico De Forma Con Frescura Neuromuscular..

14/FEB/2025

Pagina 5