IMRD CÚCUTA	Sistema Integrado de Gestión	Código: GCO-FO-13	
	Proceso Gestión Contractual	Versión: 02	Fecha: 03/02/2026
	Formato Acta de pago	Página 1 de 4	

PAGO N°3 DE N°4

Periodo: 27 de marzo al 26 de abril de 2026	**Valor Cobrado:** $2.500.000
N° Factura: No aplica.	**CE pago anterior:** 00 000995

1. DATOS GENERALES DEL CONTRATO	
N° Contrato: N° IMRD-CPS-490-2026 DEL 26 DE ENERO DE 2026	Clase de Contrato: Presentación de servicios
Nombre del Contratista: INGRI JOHANA TORRADO BOHADA	
Persona Natural: X Persona Jurídica: _____	NIT: 1094244285-2
Correo electrónico: johanatorrado@hotmail.com	Celular: 3225103977
Objeto Contractual: DESARROLLAR ACTIVIDADES PARA BRINDAR ACOMPAÑAMIENTO OPERATIVO Y/O ADMINISTRATIVO EN LA EJECUCION, SEGUIMIENTO DE LOS PROGRAMAS MISIONALES DE RECREACION, ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTES A CARGO DE LA SUBDIRECCION DE DEPORTES DEL IMRD CUCUTA	
Forma de pago: CUATRO (04) MENSUALIDADES VENCIDAS A RAZÓN DE DOS MILLONES QUINIENTOS MIL DE PESOS C/U ($ 2.500.000,00)	
Rubro Presupuestal: 2.3.2.02.02.009 SERVICIOS PARA LA COMUNIDAD SOCIALES Y PERSONALES TASA CSF APOYO A LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACIÒN Y DEPORTE	
Duración del contrato: 4 meses	Responsable de IVA: SI___ NO___
Disponibilidad Presupuestal: 00-000484- 23/01/2026	Registro Presupuestal: al: 00-000333- 26/01/2026
Cuenta Bancaria: 82466410604	Banco y tipo cuenta: Bancolombia ahorros

2. SEGUIMIENTO A EJECUCIÓN PRESUPUESTAL	
CONCEPTO	
Valor inicial del contrato :	10.000.000
Valor Adicional o ajuste 1	0
Valor Adicional o ajuste	0
Valor Total del Contrato	10.000.000
Valor Pagado	5.000.000
Valor Cobrado en el presente informe :	2.500.000
Valor total ejecutado	7.500.000
Valor saldo por ejecutar o saldo a favor del Instituto:	2.500.000

3. CONTROL DE PAGOS	
N° DE PAGO	**N° Comprobante de Egreso**
1	00 000562
2	00 000995
3	
4	

4. SEGUIMIENTO AL DESEMPEÑO DEL PROVEEDOR (Espacio para ser diligenciado por el Líder proceso al que pertenece el contratista)

En este espacio el líder del proceso debe evaluar el desempeño del contratista frente a los requisitos contractuales de productos o servicios contratados.

FACTORES PARA EVALUAR	CALIFICACIÓN		
	SIEMPRE (2) Cumple satisfactoria todos los requisitos establecidos en el contrato	**CASI SIEMPRE (1)** Cumple con falencia los requisitos establecidos en el contrato	**NUNCA (0)** El contratista no cumple con los requisitos establecidos en el contrato
CUMPLIMIENTO DEL OBJETIVO DEL CONTRATO			
1. ¿Cumple con eficacia los objetivos, requisitos y alcance determinados en el contrato?	X		
2. ¿Presenta de manera adecuada los resultados pactados?	X		
OPORTUNIDAD EN EL TRABAJO ENTREGADO O SERVICIO PRESTADO			
3. ¿Cumple con la entrega de resultados en el tiempo pactado?	X		
4. ¿Cumple con las actividades asignadas por el supervisor del contrato?	X		
INTERACCIÓN CON LA EMPRESA			
5. Se relaciona adecuadamente con las personas que debe interactuar para el cumplimiento del objeto del contrato (funcionarios, contratistas, comunidad, entre otros).	X		
6. ¿El contratista tiene iniciativa, disposición, interés, colaboración para cumplir con el objeto del contrato?	X		
7. ¿Demuestra dominio y aplicación de los temas y/o herramientas que la Entidad le ha compartido (¿Inducciones, capacitaciones, jornadas de sensibilización entre otros?	X		
8. ¿Cumple y contribuye eficazmente con los requerimientos del sistema de gestión de calidad?	X		

Calificación total: (Es la sumatoria de todas las calificaciones obtenidas)	16

RANGOS DE EVALUACIÓN DEL PROVEEDOR
EXCELENTE (SIEMPRE): Cuando el puntaje es entre 15 y 1 6 se cumple a cabalidad.
BUENO (CASI SIEMPRE): Cuando el puntaje es entre 12 y 14 Para esta clasificación se generan acciones preventivas o correctivas.
MALO (NUNCA): Cuando el puntaje es inferior a 12 para esta clasificación se tomarán las acciones pertinentes por parte del supervisor del contrato.
Compromisos:

5. CERTIFICACIÓN DEL CONTRATISTA

Yo. INGRI JOHANA TORRADO BOHADA con cedula de ciudadanía 1094244285 en mi calidad de contratista certifico bajo gravedad de Juramento que:

1. Cumplí a cabalidad las actividades del objeto contractual las cuales se encuentran descritas en el informe de cumplimiento.
2. Los documentos de soporte suministrados contienen el pago de Seguridad Social en Salud y Pensión de acuerdo con la normatividad legal vigente.
3. Autorizo el pago en la cuenta bancaria registrada en la presente acta, de acuerdo con los documentos previamente enviados.
4. No he realizado cambios en mi Registro Único Tributario de acuerdo con el documento registrado para el trámite de pagos ante el Instituto Municipal para la recreación y el deporte.
5. Que SI X o, NO___ soy declarante de renta y complementarios.
   Que SI____ o, NO X estoy obligado a emitir factura de venta o documento equivalente según Art. 1.6.1 del decreto 358 de 2020.

Que para el cálculo de retención en la fuente a título de renta me acojo a la siguiente opción.

☒ Opción 1. "Certifico que son rentas de trabajo diferentes a las provenientes de una relación laboral legal y reglamentaria (contrato de trabajo). Y por lo tanto solicito la aplicación de la retención en la fuente de qué trata el artículo 383 del estatuto tributario y lo previsto en el numeral 10 del artículo 206 del estatuto tributario, para lo cual declaro bajo gravedad de juramento, que no tomaré costo o deducciones asociados a las rentas incluidas en este documento de acuerdo lo establecido en el decreto 2231 del 2023".

☐ Opción 2. Certifico que tomare costo o deducciones asociados a las rentas incluidas en este documento, por tal razón, solicito se me apliquen las tarifas de retención en la fuente previstas en los artículos 392 y 401 del estatuto tributario según corresponda.

Marcar opción 02 si requiere la aplicación de retención en la fuente

6. Que SI___ o, NO X soy declarante de Impuesto de Industria y Comercio.

JOHANA TORRADO

INGRI JOHANA TORRADO BOHADA
CONTRATISTA

6. VERIFICACIÓN – CUMPLIMIENTO DE ACTIVIDADES ADMINISTRATIVA, TÉCNICAS Y LEGALES

Yo, **JORGE ESTEBAN CHAPARRO** en mi calidad de Supervisor del contrato aquí relacionado, CERTIFICO

Cumplimiento: Los anexos aportados por el contratista dan cuenta del cumplimiento durante el periodo entre el 27/03/2026 al 26/04/2026 propias del contrato 490 del 2026.

El contratista cumplió con sus obligaciones contractuales con calidad y oportunidad, presentó los informes que le fueron solicitados.

El contratista presento la planilla de seguridad social No. 4651578236 del mes de marzo del 2026

Teniendo en cuenta lo anterior se autoriza el pago de la suma de $2.500.000 M/CTE a los 28 días del mes de abril del 2026.

JORGE ESTEBAN CHAPARRO
SUPERVISOR DE CONTRATO

Nota. Recuerde que los documentos contractuales que deben ser publicados, seguirán las políticas de publicación conforme a lo establecido en el artículo 2.1.1.2.1.7. y artículo 2.1.1.2.1.8. del Decreto Único Reglamentario 1081 de 2015.

Revisado Deportes:
Fecha: 28/04/26
KELLY TORRES S.

Revisado Financiera:
Fecha:

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CÉDULA DE CIUDADANÍA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	1094244285
NOMBRE O RAZÓN SOCIAL:			INGRI JOHANA TORRADO BOHADA
CIUDAD/MUNICIPIO:	CUCUTA	DEPARTAMENTO:	NORTE DE SANTANDER
DIRECCIÓN:	MZ F CS 8 URB ALTOS DEL TAMARINDO	TELÉFONO:	5705080
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Actividades reguladoras y facilitadoras de la act
FORMA DE PRESENTACIÓN:	SUCURSAL	SUCURSAL / DEPENDENCIA:	01 - CONTRATO
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:		4651578236	TIPO DE PLANILLA:		I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES marzo AÑO	2026	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES marzo AÑO	2026
DÍAS DE MORA:		5			
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):		2026/04/27	NÚMERO AUTORIZACIÓN:		999656318

TOTAL APORTES A PENSIÓN

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	COTIZACIÓN	APORTES VOLUNTARIOS		FSP		MORA		TOTALES		
CÓDIGO	NOMBRE			EMPLEADOR	COTIZANTE	SOLIDARIDAD	SUBSISTENCIA	COTIZACIÓN	FSP	APORTES	MORA	VALOR PAGADO
230301	230301-PORVENIR	1	$ 280.200	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 1.000	$ 0	$ 280.200	$ 1.000	$ 281.200
SUBTOTALES:										$ 280.200	$ 1.000	$ 281.200

TOTAL APORTES A SALUD

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD POR ENFERMEDAD		LICENCIA MATERNIDAD		SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN		MORA		TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
EPS037	EPS037-NUEVA EPS	1		$ 0		$ 0		$ 0	$ 218.900	$ 0	$ 800	$ 0	$ 218.900	$ 800	$ 0	$ 219.700
SUBTOTALES:													$ 218.900	$ 800	$ 0	$ 219.700

TOTAL APORTES A RIESGOS PROFESIONALES

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD IRP			SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN	TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PAGO A OTROS RIESGOS	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A	1		$ 0	$ 0		$ 0	$ 42.700	$ 42.700	$ 200	$ 0	$ 42.900
SUBTOTALES:									$ 42.700	$ 200	$ 0	$ 42.900

LIQUIDACIÓN DETALLADA APORTES

DATOS DEL COTIZANTE										NOVEDADES																		SEGURIDAD SOCIAL																						PARAFISCALES						
Nº	IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	TIPO COTIZANTE	SUBTIPO COTIZANTE	SALARIO BÁSICO	TIPO DE SALARIO	COLOMBIANO EXTRANJERO	REFORMA TRIBUTARIA	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	PENSIÓN								SALUD						ARP																									
																										ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	FSP SUBSISTENCIA	FSP SOLIDARIDAD	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADOR	APORTES VOLUNTARIOS COTIZANTE	INDICADOR TARIFA ESPECIAL	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	CENTRO DE TRABAJO	TOTAL APORTE	DÍAS COT	tBC	ADMIN	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE	TOTAL APORTE
1	CC 1094244285	TORRADO BOHADA INGRI JOHANA	INDEPENDIENTE CONTRATO PRESTACIÓN DE SERVICIOS		$ 1.750.905			NO																		230301-PORVENIR	30	$ 1.750.905	$ 280.200	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 280.200	EPS037-NUEVA EPS	30	$ 1.750.905	$ 218.900	$ 0	$ 218.900	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A	30	$ 1.750.905	$1094244285	$ 42.700	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

TOTAL PAGADO: $ 543.800

Planilla Pagada
SOI
Planilla Pagada

IMRD CÚCUTA	Sistema Integrado de Gestión	Código: GCO-FO-15	
	Proceso Gestión Contractual	Versión: 02	Fecha: 15/10/2025
	Formato Informe de Cumplimiento	Página 1 de 4	

Contrato No. 490	**Fecha:** 28 DE ABRIL DEL 2026
Periodo del reporte: 27 de marzo al 26 de abril	**Pago: 3** de 4
Nombre del contratista: Ingri Johana Torrado Bohada	**C.C:** 1094244285
Objeto del contrato: DESARROLLAR ACTIVIDADES PARA BRINDAR ACOMPAÑAMIENTO OPERATIVO Y/O ADMINISTRATIVO EN LA EJECUCION, SEGUIMIENTO DE LOS PROGRAMAS MISIONALES DE RECREACION, ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTES A CARGO DE LA SUBDIRECCION DE DEPORTES DEL IMRD CUCUTA.	

Obligaciones del contrato	Actividades realizadas por el contratista
1. Apoyar la ejecución de actividades recreativas, deportivas y de actividad física desarrolladas en el marco de los programas misionales del IMRD, en zonas urbanas y rurales del municipio de San José de Cúcuta.	Actividad desarrollada En cumplimiento del objetivo de apoyar la ejecución de actividades recreativas, deportivas y de actividad física en zonas urbanas y rurales del municipio de San José de Cúcuta, se implementa un programa comunitario de bienestar y salud integral dirigido a población diversa. Descripción ampliada de la acción - Se consolida un espacio comunitario de yoga y meditación en el Parque Playa, orientado a promover hábitos saludables, la regulación emocional y la participación activa de la ciudadanía. - La actividad se desarrolla todos los domingos, garantizando continuidad, acceso abierto y acompañamiento profesional. - Se ofrecen dos sesiones consecutivas para facilitar la profundización en la práctica e integrar la meditación. - Primera sesión: 7:30 a.m. – 8:30 a.m. - Segunda sesión: 8:30 a.m. – 9:30 a.m. - Cada encuentro integra prácticas de movilidad consciente, respiración, estiramiento, fortalecimiento suave y meditación guiada, adaptadas a las necesidades de la comunidad.

	- La estrategia aporta al bienestar físico, emocional y social, fortaleciendo la apropiación del espacio público y promoviendo la construcción de tejido comunitario. Resultados observados - Incremento progresivo en la asistencia dominical. - Mayor participación de familias, adultos mayores y jóvenes. - Retroalimentación positiva de los asistentes respecto a mejoras en bienestar, manejo del estrés y activación física. - Consolidación del Parque Playa como punto de encuentro saludable y de integración comunitaria.
2. Participar activamente en la planeación, desarrollo y cierre de jornadas, eventos y programas recreodeportivos, garantizando el adecuado desarrollo de las actividades asignadas.	Por ejecutar
3. Brindar acompañamiento directo a los participantes y beneficiarios de los programas, promoviendo la participación activa, la inclusión social, el respeto y la convivencia ciudadana.	Por ejecutar
4. Apoyar la recolección, registro y verificación de información de usuarios, participantes y beneficiarios, mediante listados de asistencia, caracterización y demás instrumentos.	Actividad desarrollada Se realiza el apoyo al proceso de recolección, registro y verificación de la información de usuarios, participantes y beneficiarios vinculados a las actividades misionales del IMRD. Descripción ampliada de la acción - Se apoya el diligenciamiento y análisis de procesos de caracterización, asegurando la correcta captura de datos sociodemográficos y de participación.

	- Actualmente, la labor se encuentra en fase de consolidación de datos, integrando la información proveniente de diferentes actividades y puntos de atención.
5.Contribuir al cumplimiento de las metas de personas beneficiadas, apoyando las actividades en los diferentes programas según las necesidades operativas del proyecto.	Asistencia a capacitaciones institucionales Actividad desarrollada Se participa de manera activa en las capacitaciones virtuales ofrecidas por el Instituto, orientadas al fortalecimiento de competencias técnicas y administrativas del personal vinculado a los programas misionales. Descripción ampliada de la acción - Se asiste a sesiones formativas relacionadas con la optimización del tiempo mediante el uso de herramientas de Inteligencia Artificial, enfocadas en mejorar la eficiencia operativa y la gestión de procesos internos. - Se participa en capacitaciones sobre códigos de transparencia, lineamientos éticos y buenas prácticas institucionales, con el fin de garantizar el cumplimiento de la normatividad vigente y fortalecer la cultura de integridad dentro del IMRD. - Las capacitaciones se desarrollan en modalidad virtual, permitiendo acceso oportuno, continuidad y actualización permanente del equipo de trabajo. - Los contenidos recibidos se integran progresivamente a las actividades diarias, contribuyendo a la mejora de los procesos de registro, seguimiento y atención a la comunidad.
6. Apoyar la logística operativa de las actividades, incluyendo organización de espacios, control de participación,	Por ejecutar

entrega de implementos, hidratación, refrigerios y demás apoyos requeridos	
7. Apoyar la aplicación de encuestas de satisfacción y herramientas de seguimiento, orientadas a medir el impacto de las actividades recreo deportivas desarrolladas.	Por ejecutar
8. Participar en actividades de seguimiento y control, incluyendo acompañamiento en visitas técnicas, verificación de escenarios y apoyo en actividades de antes, durante y después de los eventos.	Por ejecutar
9. Las demás actividades inherentes a la naturaleza del contrato y aquellas que sean asignadas por el supervisor, relacionadas con el objeto contractual.	Por ejecutar
Anexos: (Se deben adjuntar todos los soportes que permitan evidenciar el cumplimiento de las actividades descritas, Cuando aplique)	
Nota: Corresponde al Supervisor revisar que las obligaciones y productos que constituyen el objeto del contrato sean ejecutadas, reportadas en el informe y con los soportes correspondientes, así como el seguimiento técnico, administrativo y financiero, según lo establecido en la Ley 1474 de 2011.	

JOHANA TORRADO

INGRI JOHANA TORRADO BOHADA
C.C. 1.094.244.285
CONTRATISTA

JORGE ESTEBAN CHAPARRO
C.C
SUPERVISOR CONTRATO

INFORME DE GESTIÓN DEL 27 DE MARZO AL 26 DE ABRIL

Nombres y apellidos: INGRI JOHANA TORRADO BOHADA		**Documento: 1094244285**
Objeto contractual:	DESARROLLAR ACTIVIDADES PARA BRINDAR ACOMPAÑAMIENTO OPERATIVO Y/O ADMINISTRATIVO EN LA EJECUCION, SEGUIMIENTO DE LOS PROGRAMAS MISIONALES DE RECREACION, ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTES A CARGO DE LA SUBDIRECCION DE DEPORTES DEL IMRD CUCUTA	
Producto:		**Código BPIN:**
Nombre del Líder: Flavio Augusto Parada Rey		

La siguiente información corresponde a el registro de actividades del sistema Arcgis (Este se remitirá mensualmente a los lideres para revisión):

Actividad N°: 1 Yoga desarrollo de la consciencia corporal
Programa: CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE Y ALTO RENDIMIENTO

Fecha del evento: 29 de marzo del 2026	Barrio/ Comuna: Niza, parque playa
Tipo Entidad: comunidad en general	Entidad:
Total de Personas beneficiadas: 18	Niños: Niñas: Adolescentes: Adultos:13 Adulto Mayor:5
Descripción de la actividad:	Sesión 1 ~ 7:30 a 8:30 a.m. Actividad desarrollada Se implementa una sesión de movilidad, respiración consciente y yoga accesible, orientada a regular el sistema nervioso y promover la conciencia corporal. Descripción ampliada - Movilidad articular progresiva. - Respiración consciente para generar presencia. - Secuencia de yoga enfocada en alineación y estabilidad. - Estiramientos suaves para liberar tensión. Impacto comunitario Fortalece la calma, la autorregulación emocional y la apropiación del espacio público.

Espacio exclusivo para ser diligenciado por el líder: Los siguientes ítems son de **obligatorio** cumplimiento por parte de monitor y deben ser verificados por el líder, agregando el VBo a cada uno.

Verificación de caracterización de la población: VBo Líder:	Verificación de evidencias: Los registros y asistencias deben demostrar el cumplimiento de la actividad descrita	
	Fotos: N° 1 y 2 VBo Líder:	Lista asistencia y certificaciones: VBo Líder:



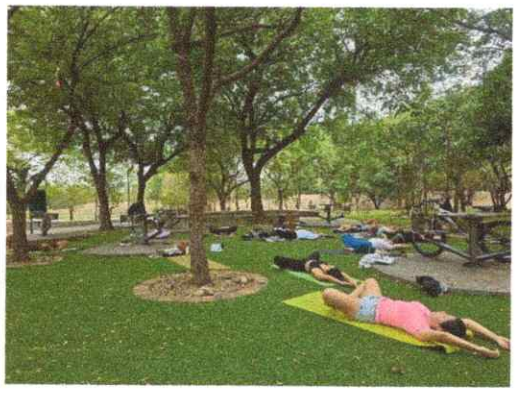


Actividad N°: 2 Yoga dinámico movilidad, estabilidad y relajación profunda.
Programa: CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE Y ALTO RENDIMIENTO

Fecha del evento: 29 de marzo del 2026	Barrio/ Comuna: Niza, parque playa
Tipo Entidad: comunidad en general	Entidad:
Total de Personas beneficiadas: 20	Niños: Niñas: Adolescentes: Adultos:14 Adulto Mayor:6
Descripción de la actividad:	Sesión 2 — 7:30 a 8:30 a.m. Actividad desarrollada Sesión centrada en movilidad dinámica y activación muscular suave para mejorar la postura y la coordinación. Descripción ampliada - Activación de cadenas musculares posteriores. - Ejercicios de respiración diafragmática. - Secuencia de yoga enfocada en equilibrio y estabilidad. - Relajación guiada para disminuir estrés. Impacto comunitario Mejora la postura, reduce molestias lumbares y fortalece la participación constante.

Espacio exclusivo para ser diligenciado por el líder: Los siguientes ítems son de **obligatorio** cumplimiento por parte de monitor y deben ser verificados por el líder, agregando el VBo a cada uno.

Verificación de caracterización de la población: VBo Líder:	Verificación de evidencias: Los registros y asistencias deben demostrar el cumplimiento de la actividad descrita	
	Fotos: N° VBo Líder:	Lista asistencia y certificaciones: VBo Líder:





Actividad N°: 3 Sesión de yoga dinámico, desarrollo de movilidad en cadera y estabilidad en asanas de pie.

Programa: CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE Y ALTO RENDIMIENTO

Fecha del evento: 5 de abril	Barrio/ Comuna: la libertad
Tipo Entidad: programa adulto mayor	Entidad:
Total de Personas beneficiadas: 26 personas	Separar el total de personas beneficiadas: Niños: Niñas: Adolescentes: 2 Adultos: 19 Adulto Mayor: 7
Descripción de la actividad:	Sesión 1 — 7:30 a 8:30 a.m. Actividad desarrollada Práctica orientada a la regulación emocional mediante respiración y estiramientos profundos. Descripción ampliada - Movilidad de columna y cintura escapular. - Técnicas de respiración para disminuir ansiedad. - Posturas restaurativas accesibles. - Cierre con relajación corporal completa. Impacto comunitario Aumenta la sensación de bienestar y disminuye niveles de tensión reportados por los asistentes.
Espacio exclusivo para ser diligenciado por el líder: Los siguientes ítems son de **obligatorio** cumplimiento por parte de monitor y deben ser verificados por el líder, agregando el VBo a cada uno.	

Verificación de caracterización de la población: VBo Líder:	Verificación de evidencias: Los registros y asistencias deben demostrar el cumplimiento de la actividad descrita Fotos: N°3,4 VBo Líder:	Lista asistencia y certificaciones: VBo Líder:
		

Actividad N°: 4 Practica de yoga restaurativo como preparación a la meditación.

Programa: CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE Y ALTO RENDIMIENTO

Fecha del evento: 5 de abril	Barrio/ Comuna: Niza, parque playa
Tipo Entidad: comunidad en general	Entidad:
Total de Personas beneficiadas: 26 personas	Separar el total de personas beneficiadas: Niños: Niñas: Adolescentes: 2 Adultos: 19 Adulto Mayor: 7
Descripción de la actividad:	Sesión 2 — 8:30 a 9:30 a.m. Actividad desarrollada Práctica restaurativa para recuperación física y emocional. Descripción ampliada - Movilidad suave para articulaciones. - Respiración lenta para activar el sistema parasimpático. - Posturas restaurativas con apoyo. - Relajación profunda. Impacto comunitario Favorece la recuperación, reduce estrés y fortalece la adherencia al programa.
Espacio exclusivo para ser diligenciado por el líder: Los siguientes ítems son de **obligatorio** cumplimiento por parte de monitor y deben ser verificados por el líder, agregando el VBo a cada uno.	

Verificación de caracterización de la población: VBo Líder:	Verificación de evidencias: Los registros y asistencias deben demostrar el cumplimiento de la actividad descrita	
	Fotos: N° (Mínimo 2 por actividad) VBo Líder:	Lista asistencia y certificaciones: VBo Líder:
		

Actividad N°: 5 Integración de movilidad, fuerza y respiración

Programa: CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE Y ALTO RENDIMIENTO

Fecha del evento: 12 de abril	Barrio/ Comuna: Niza, parque playa
Tipo Entidad: comunidad en general	Entidad:
Total de Personas beneficiadas: 28 Personas	Separar el total de personas beneficiadas: Niños: Niñas: 1 Adolescentes: 3 Adultos: 15 Adulto Mayor: 10
Descripción de la actividad:	Sesión 1 Actividad desarrollada Sesión integrativa que reúne los elementos trabajados en encuentros anteriores. Descripción ampliada - Movilidad articular completa. - Secuencia de yoga accesible para todos los niveles. - Trabajo de estabilidad del core. - Estiramientos globales. Impacto Consolida aprendizajes corporales y mejora la coordinación general.

	Resultado: Sensación de apertura y vitalidad desde el inicio, acompañada de estabilidad y claridad interna. El practicante se siente preparado para sostener la práctica con energía activa y presencia plena.
Espacio exclusivo para ser diligenciado por el líder: Los siguientes ítems son de **obligatorio** cumplimiento por parte de monitor y deben ser verificados por el líder, agregando el VBo a cada uno.	
Verificación de caracterización de la población: VBo Líder:	Verificación de evidencias: Los registros y asistencias deben demostrar el cumplimiento de la actividad descrita Fotos: N°3,4 . Lista asistencia y certificaciones: VBo Líder: VBo Líder:
	

Actividad N°: 6 Practica de yoga y relajación profunda.

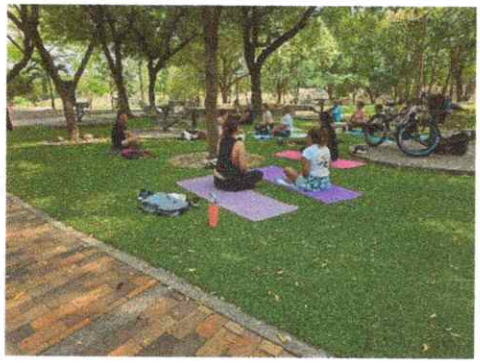
Programa: CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE Y ALTO RENDIMIENTO

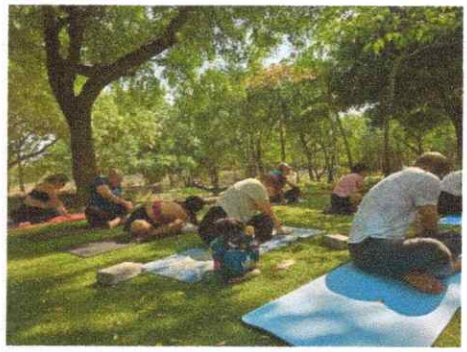
Fecha del evento: 12 de abril	Barrio/ Comuna: Niza, parque playa
Tipo Entidad: comunidad en general	Entidad:
Total de Personas beneficiadas: 28 Personas	Separar el total de personas beneficiadas: Niños: Niñas: 1 Adolescentes: 3 Adultos: 15 Adulto Mayor: 10
Descripción de la actividad:	Sesión 2 Cierre restaurativo y meditación integradora Actividad desarrollada Sesión final orientada a integrar el proceso vivido. Descripción ampliada - Respiración consciente para integrar la experiencia. - Posturas restaurativas suaves.

	- Meditación guiada de cierre. - Espacio de reflexión final. Impacto Fortalece la cohesión del grupo, la calma interna y la continuidad del autocuidado.

Espacio exclusivo para ser diligenciado por el líder: Los siguientes ítems son de **obligatorio** cumplimiento por parte de monitor y deben ser verificados por el líder, agregando el VBo a cada uno.

Verificación de caracterización de la población: VBo Líder:	Verificación de evidencias: Los registros y asistencias deben demostrar el cumplimiento de la actividad descrita	
	Fotos: N° (Mínimo 2 por actividad) VBo Líder:	Lista asistencia y certificaciones: VBo Líder:





Actividad N°: 7 Activación y fortaleza funcional

Programa: CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE Y ALTO RENDIMIENTO

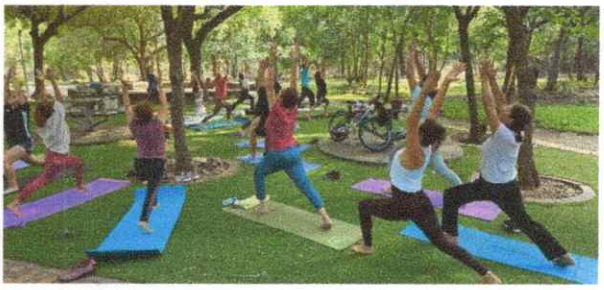
Fecha del evento: 19 de abril	Barrio/ Comuna: Niza, parque playa
Tipo Entidad: comunidad en general	Entidad:
Total de Personas beneficiadas: 28 Personas	Separar el total de personas beneficiadas: Niños: Niñas: 1 Adolescentes: 3 Adultos: 15 Adulto Mayor: 10
Descripción de la actividad:	Sesión Actividad desarrollada Trabajo de fuerza suave y movilidad integral.

	Descripción ampliada - Calentamiento dinámico. - Secuencia de yoga con énfasis en piernas y brazos. - Ejercicios de estabilidad del core. - Estiramientos globales. Impacto Mejora la fuerza funcional y la seguridad en el movimiento.

Espacio exclusivo para ser diligenciado por el líder: Los siguientes ítems son de **obligatorio** cumplimiento por parte de monitor y deben ser verificados por el líder, agregando el VBo a cada uno.

Verificación de caracterización de la población: VBo Líder:	Verificación de evidencias: Los registros y asistencias deben demostrar el cumplimiento de la actividad descrita	
	Fotos: N° (Mínimo 2 por actividad) VBo Líder:	Lista asistencia y certificaciones: VBo Líder:





Actividad N°: 8 Restauración profunda y respiración diafragmática

Programa: CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE Y ALTO RENDIMIENTO

Fecha del evento: 19 de abril	Barrio/ Comuna: Niza, parque playa
Tipo Entidad: comunidad en general	Entidad:
Total de Personas beneficiadas: 28 Personas	Separar el total de personas beneficiadas: Niños: Niñas: 1 Adolescentes: 3 Adultos: 15 Adulto Mayor: 10

Descripción de la actividad:	Sesión 2 Actividad desarrollada Práctica orientada a ampliar la respiración y relajar el sistema nervioso. Descripción ampliada - Movilidad torácica. - Respiración diafragmática guiada. - Posturas restaurativas. - Relajación final. Impacto Aumenta la capacidad respiratoria y disminuye la tensión emocional.

Espacio exclusivo para ser diligenciado por el líder: Los siguientes ítems son de **obligatorio** cumplimiento por parte de monitor y deben ser verificados por el líder, agregando el VBo a cada uno.

Verificación de caracterización de la población: VBo Líder:	Verificación de evidencias: Los registros y asistencias deben demostrar el cumplimiento de la actividad descrita	
	Fotos: N° (Mínimo 2 por actividad) VBo Líder:	Lista asistencia y certificaciones: VBo Líder:





Actividad N°: 9 Movilidad de columna y estabilidad lumbar

Programa: CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE Y ALTO RENDIMIENTO

Fecha del evento: 26 de abril	Barrio/ Comuna: Niza, parque playa
Tipo Entidad: comunidad en general	Entidad:
Total de Personas beneficiadas: 16 Personas	Separar el total de personas beneficiadas: Niños: Niñas: Adolescentes: Adultos: 8 Adulto Mayor: 8
Descripción de la actividad:	Sesión 1 Actividad desarrollada Trabajo de movilidad segmentada y fortalecimiento del core. Descripción ampliada - Movilidad de columna en sus diferentes planos. - Activación abdominal consciente. - Secuencia de yoga para estabilidad lumbar. - Estiramientos de cadera y espalda baja. Impacto Reduce molestias lumbares y mejora la postura.

Espacio exclusivo para ser diligenciado por el líder: Los siguientes ítems son de **obligatorio** cumplimiento por parte de monitor y deben ser verificados por el líder, agregando el VBo a cada uno.

Verificación de caracterización de la población: VBo Líder:	Verificación de evidencias: Los registros y asistencias deben demostrar el cumplimiento de la actividad descrita	
	Fotos: N° (Mínimo 2 por actividad) VBo Líder:	Lista asistencia y certificaciones: VBo Líder:





Actividad N°: 10 Cierre restaurativo y meditación integradora

Programa: CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE Y ALTO RENDIMIENTO

Fecha del evento: 26 de abril	Barrio/ Comuna: Niza, parque playa
Tipo Entidad: comunidad en general	Entidad:
Total de Personas beneficiadas: 16 Personas	Separar el total de personas beneficiadas: Niños: Niñas: Adolescentes: Adultos: 8 Adulto Mayor: 8
Descripción de la actividad:	Sesión 2 Actividad desarrollada

	Sesión final orientada a integrar el proceso vivido. Descripción ampliada - Respiración consciente para integrar la experiencia. - Posturas restaurativas suaves. - Meditación guiada de cierre. - Espacio de reflexión final. Impacto Fortalece la cohesión del grupo, ¡a calma interna y la continuidad del autocuidado.

Espacio exclusivo para ser diligenciado por el líder: Los siguientes ítems son de **obligatorio** cumplimiento por parte de monitor y deben ser verificados por el líder, agregando el VBo a cada uno.

Verificación de caracterización de la población: VBo Líder:	Verificación de evidencias: Los registros y asistencias deben demostrar el cumplimiento de la actividad descrita	
	Fotos: N° (Mínimo 2 por actividad) VBo Líder:	Lista asistencia y certificaciones: VBo Líder:





Nota: Es obligatorio anexar a cada actividad los registros de asistencias y certificaciones que correspondan.

IMRD

INSTITUTO MUNICIPAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE IMRD
NIT : 807001836-2

REGISTRO PRESUPUESTAL No. 00 000333

FECHA : 26/01/2026
A FAVOR DE : TORRADO BOHADA INGRI JOHANA NIT: 1094244285-2
COMPROMISO : DESARROLLAR ACTIVIDADES PARA BRINDAR ACOMPAÑAMIENTO OPERATIVO Y/O ADMINISTRATIVO EN LA EJECUCION, SEGUIMIENTO DE LOS PROGRAMAS MISIONALES DE RECREACION, ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE A CARGO DE LA SUBDIRECCION DE DEPORTES DEL IMRD CUCUTA
DISPONIBILIDAD : 00 000484 -- 23/01/2026
DEPENDENCIA : DIRECCION
N°. CONTRATO : CPS#490-2026

TIPO CONTRATO : CPS - CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS
DURACION : 4 MESES

CON CARGO A LOS SIGUIENTES RUBROS:

UNIDAD EJECUTORA	CODIGO	NOMBRE CUENTA	DISPONIBILIDAD	VALOR
1	2.3.2.02.02.009	Servicios para la comunidad, sociales y personales Tasa CSF Apoyo actividad física la recreación y deporte	000484 - 23/01/2026	10,000,000.00

Fuente Recurso: 1.2.3.1.18.1-TASA PRODEPORTE Y RECREACION - CSF
Producto MGA: 4301001 - SERVICIO DE APOYO A LA ACTIVIDAD FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE
Código BPIN: 2024540010209 - TRANSFORMACIÓN SOCIAL E INCLUSIÓN A TRAVÉS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN EN EL MUNICIPIO DE SAN JOSÉ DE CÚCUTA
Producto DANE: 96511 - Servicios de promoción de eventos deportivos y recreativos
Atributo: 1.2.3.1.18.1 - TASA PRODEPORTE Y RECREACION CSF

TOTALES **10,000,000.00**

VIGENCIA : 2026
VALOR : DIEZ MILLONES PESOS.

APROBO
WILLIAM ANTONIO GALVIS CARRILLO
SUBDIRECTOR ADMINISTRTIVO Y FINANCIERO

ELABORO

REVISO
CONTADOR CONTRATISTA

ELABORÓ:
ALVARADO ROPERO MARIA ANGELICA