INDERHUILA

Nit: 813005578-7

COMPROBANTE DE EGRESOS

Fecha: 15/04/2026 **Número:** 2026000451

A FAVOR DE TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN **NIT** 1082215328 - 3

CHEQUE No 49 **por valor de** 2,730,000.00

TELEFONO 3204115081

POR VALOR DE DOS MILLONES SETECIENTOS TREINTA MIL PESOS MC.

COMPROBANTE AFECTADO COM **Nro.** 2026000375

DETALLE PAGO DE CUENTA DE COBRO SEGÚN CONTRATO No. CDIH121 DE 2026 - CORRESPONDIENTE AL PERIODO COMPRENDIDO ENTRE EL 28 DE FEBRERO AL 27 DE MARZO DE 2026

Vigencia Presupuestal 2026

Disp.	Registro	Rubro	Nombre del Rubro Presupuestal	Valor
2026000129	2026000123	2.3.2.02.02.009	SERVICIOS PARA LA COMUNIDAD, SOCIALES Y PERSONALES UNIDAD EJECUTORA:0-General SECTOR:43-DEPORTE Y RECREACIÓN PROGRAMA: 4301-Fomento a la recreación, la actividad física y el deporte PRODUCTO: 4301001-Servicio de apoyo a la actividad física, la recreación y el deporte META: 1.1-45000 PERSONAS BENEFICIADAS - ACTIVIDAD FISICA, RECREACIÓN Y DEPORTE ACTIV: 1.1.2-REALIZAR JORNADAS DE ACTIVIDAD FÍSICA, RECREACIÓN Y CAMPAÑAS DE SENSIBILIZACIÓN QUE FOMENTEN HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES PROYECTO:202500000035978-FORTALECIMIENTO A LA RECREACIÓN. EL DEPORTE FORMATIVO Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN EL DEPARTAMENTO DEL HUILA FUENTE:1212-Tasa Prodeporte	2,730,000.00

Total Presupuesto: **2,730,000.00**

3. MOVIMIENTO FINANCIERO Y CONTABLE					RETENCIONES	
Cuenta	Nombre de la Cuenta	C.Csto	Débito	Crédito	Tipo	Base
1110060407	CUENTA No. 7452108974 - TASA PRODEPORTE		00.00	2,730,000.00		0.00
249054	Honorarios-TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN		2,730,000.00	00.00		0.00
			SUMAS IGUALES	2,730,000.00		2,730,000.00

Elaboró: STELLAT	Modifico:	**Firma y Sello Beneficiario**
Aprobo:	Reviso:	
FELIPE VICTORIA BARRAGAN Director	STELLA TOVAR CERQUERA TESORERA	c.c ó Nit

INDERHUILA

Nit: 813005578-7

COMPROBANTE DE EGRESOS

Fecha: 15/04/2026 **Número:** 2026000451

A FAVOR DE TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN **NIT** 1082215328 - 3

CHEQUE No 49 **por valor de** 2,730,000.00

TELEFONO 3204115081

POR VALOR DE DOS MILLONES SETECIENTOS TREINTA MIL PESOS MC.

COMPROBANTE AFECTADO COM **Nro.** 2026000375

DETALLE PAGO DE CUENTA DE COBRO SEGÚN CONTRATO No. CDIH121 DE 2026 - CORRESPONDIENTE AL PERIODO COMPRENDIDO ENTRE EL 28 DE FEBRERO AL 27 DE MARZO DE 2026

Vigencia Presupuestal 2026

Disp.	Registro	Rubro	Nombre del Rubro Presupuestal	Valor
2026000129	2026000123	2.3.2.02.02.009	SERVICIOS PARA LA COMUNIDAD, SOCIALES Y PERSONALES UNIDAD EJECUTORA:0-General SECTOR:43-DEPORTE Y RECREACIÓN PROGRAMA: 4301-Fomento a la recreación, la actividad física y el deporte PRODUCTO: 4301001-Servicio de apoyo a la actividad física, la recreación y el deporte META: 1.1-45000 PERSONAS BENEFICIADAS - ACTIVIDAD FISICA, RECREACIÓN Y DEPORTE ACTIV: 1.1.2-REALIZAR JORNADAS DE ACTIVIDAD FÍSICA, RECREACIÓN Y CAMPAÑAS DE SENSIBILIZACIÓN QUE FOMENTEN HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES PROYECTO:202500000035978-FORTALECIMIENTO A LA RECREACIÓN. EL DEPORTE FORMATIVO Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN EL DEPARTAMENTO DEL HUILA FUENTE:1212-Tasa Prodeporte	2,730,000.00

Total Presupuesto: **2,730,000.00**

3. MOVIMIENTO FINANCIERO Y CONTABLE					RETENCIONES	
Cuenta	Nombre de la Cuenta	C.Csto	Débito	Crédito	Tipo	Base
1110060407	CUENTA No. 7452108974 - TASA PRODEPORTE		00.00	2,730,000.00		0.00
249054	Honorarios-TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN		2,730,000.00	00.00		0.00
			SUMAS IGUALES	2,730,000.00		2,730,000.00

Elaboró: STELLAT	Modifico:	Firma y Sello Beneficiario
Aprobo:	Reviso:	
FELIPE VICTORIA BARRAGAN Director	STELLA TOVAR CERQUERA TESORERA	c.c ó Nit

INDERHUILA

Nit: 813005578-7

ORDEN DE PAGO

2026000375

1. DATOS DEL BENEFICIARIO

Nombre: TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN **CC o Nit:** 1082215328
Dirección: CL 01 08 11 **Teléfonos:** 3204115081
Detalle: PAGO DE CUENTA DE COBRO SEGÚN CONTRATO No. CDIH121 DE 2026 - CORRESPONDIENTE
Concepto: PAGO DE CUENTA DE COBRO SEGÚN CONTRATO No. CDIH121 DE 2026 - CORRESPONDIENTE AL PERIODO COMPRENDIDO ENTRE EL 28 DE FEBRERO AL 27 DE MARZO DE 2026

2. MOVIMIENTO FINANCIERO Y CONTABLE

Cuenta	Nombre de la Cuenta	Centro	Débito	Crédito	*RETENCIONES* Tipo	Base %
5505050501	Personal-TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN		2,730,000.00	00.00		
249054	Honorarios-TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN		00.00	2,730,000.00		

Documento	Fecha (d/m/a)	Débitos	Créditos	Valor a Girar
	15/04/2026	**2,730,000.00**	**2,730,000.00**	**2,730,000.00**

3. MOVIMIENTO PRESUPUESTAL

Vigencia Presupuestal 2026

Disp.	Registro	Rubro	Nombre del Rubro Presupuestal	Valor
2026000129	2026000123	2.3.2.02.02.009	SERVICIOS PARA LA COMUNIDAD, SOCIALES Y PERSONALES UNIDAD EJECUTORA:0-General SECTOR:43-DEPORTE Y RECREACIÓN PROGRAMA: 4301-Fomento a la recreación, la actividad física y el deporte PRODUCTO: 4301001-Servicio de apoyo a la actividad física, la recreación y el deporte META: 1.1-45000 PERSONAS BENEFICIADAS - ACTIVIDAD FISICA, RECREACIÓN Y DEPORTE ACTIV: 1.1.2-REALIZAR JORNADAS DE ACTIVIDAD FÍSICA, RECREACIÓN Y CAMPAÑAS DE SENSIBILIZACIÓN QUE FOMENTEN HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES PROYECTO:202500000035978-FORTALECIMIENTO A LA RECREACIÓN. EL DEPORTE FORMATIVO Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN EL DEPARTAMENTO DEL HUILA FUENTE:1212-Tasa Prodeporte	2,730,000.00

Total Presupuesto: **2,730,000.00**

CAROLINA TRUJILLO PEÑA
APOYO PROFESIONAL FINANCIERA

INDERHUILA

Nit: 813005578-7

ORDEN DE PAGO

2026000375

1. DATOS DEL BENEFICIARIO

Nombre: TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN **CC o Nit:** 1082215328
Dirección: CL 01 08 11 **Teléfonos:** 3204115081
Detalle: PAGO DE CUENTA DE COBRO SEGÚN CONTRATO No. CDIH121 DE 2026 - CORRESPONDIENTE
Concepto: PAGO DE CUENTA DE COBRO SEGÚN CONTRATO No. CDIH121 DE 2026 - CORRESPONDIENTE AL PERIODO COMPRENDIDO ENTRE EL 28 DE FEBRERO AL 27 DE MARZO DE 2026

2. MOVIMIENTO FINANCIERO Y CONTABLE

Cuenta	Nombre de la Cuenta	Centro	Débito	Crédito	*RETENCIONES* Tipo	Base	%
5505050501	Personal-TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN		2,730,000.00	00.00			
249054	Honorarios-TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN		00.00	2,730,000.00			

Documento	Fecha (d/m/a)	Débitos	Créditos	Valor a Girar
	15/04/2026	**2,730,000.00**	**2,730,000.00**	**2,730,000.00**

3. MOVIMIENTO PRESUPUESTAL

Vigencia Presupuestal 2026

Disp.	Registro	Rubro	Nombre del Rubro Presupuestal	Valor
2026000129	2026000123	2.3.2.02.02.009	SERVICIOS PARA LA COMUNIDAD, SOCIALES Y PERSONALES UNIDAD EJECUTORA:0-General SECTOR:43-DEPORTE Y RECREACIÓN PROGRAMA: 4301-Fomento a la recreación, la actividad física y el deporte PRODUCTO: 4301001-Servicio de apoyo a la actividad física, la recreación y el deporte META: 1.1-45000 PERSONAS BENEFICIADAS - ACTIVIDAD FISICA, RECREACIÓN Y DEPORTE ACTIV: 1.1.2-REALIZAR JORNADAS DE ACTIVIDAD FÍSICA, RECREACIÓN Y CAMPAÑAS DE SENSIBILIZACIÓN QUE FOMENTEN HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES PROYECTO:202500000035978-FORTALECIMIENTO A LA RECREACIÓN. EL DEPORTE FORMATIVO Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN EL DEPARTAMENTO DEL HUILA FUENTE:1212-Tasa Prodeporte	2,730,000.00

Total Presupuesto: **2,730,000.00**

CAROLINA TRUJILLO PEÑA
APOYO PROFESIONAL FINANCIERA

Scotiabank. COLPATRIA

Comprobante de pago a proveedores

INSTITUTO DEPARTAMENTAL DEL DE | NIT 813.005.578-7

Cuenta origen

Cuenta de Ahorros - ******8974 - COP

Cuenta destino

Cuenta de ahorros - *******3117 - COP

Perfil del beneficiario

-

Tipo de beneficiario

-

Titular de la cuenta

TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN

Tipo identificación beneficiario

Cédula de ciudadanía

Número identificación beneficiario

1082215328

Banco del beneficiario

BANCOLOMBIA

Monto

$2.730.000,00

Moneda

COP

Descripción

-

Valor retención

$0,00

Valor IVA

-

Número nota débito

0000000000

Valor nota débito

$0,00

Número control pago

0

Fecha de aplicación

16/ABR/2026 | 12:00:00 A. M.

Estado de operación

Aceptado

Número de operación

9d25a04f-7326-4cd5-958e-3f42a42ee452

Dirección IP

-

Número de sistema

260415154944545

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

®Marca registrada de The Bank of Nova Scotia, utilizada bajo licencia. Scotiabank Colpatria Establecimiento Bancario.

	MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN - MIPG	CÓDIGO:	DIH-GF-F02
Inderhuila	PROCESO DE GESTIÓN FINANCIERA	VERSIÓN:	3
	FORMATO ÚNICO DE RADICACIÓN DE CUENTAS FURC	VIGENCIA:	10/02/2025

Diligenciar Únicamente a Computador

INFORMACIÓN DE PAGOS DEL CONTRATISTA

1- Clase y Datos del Contrato

Tipo de contrato	PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN					No:	CDIH121-2026			Fecha:	28	01	2026
Proveedor	OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO					NIT		C.C.	x	No:	1.082.215.328		
Dirección :	CALLE 1 # 8 - 11			Correo Electronico	oscar.trujillo.huilahevs@gmail.com			Teléfonos		320 4115081			
Establecer si es Secop I o II		SECOP I		SECOP II	x	Código del contrato por Secop II				CO1_PCCNTR_9214803			
Cesión de contrato :	SI		NO	x	Nombre del cedente			NIT		C.C.		No:	
Aporte a pensiones voluntarias	SI		NO	x	Aporte cuenta AFC			Entidad donde realiza el aporte:					
Cuenta de Aporte AFC y/o Pensión Vol.								Banco:					

2- Información para Pago Electrónico

Cuenta Bancaria	45786993117	Banco:	BANCOLOMBIA	Ahorros	x	Corriente

3- Información Tributaria

Responsable de IVA	SI		NO	x	Autorretenedor de Renta		Contribuyente de Renta		Código actividad ICA del Municipio de Neiva	
Gran Contribuyente	SI		NO	x	Prima el factor material		Prima el factor intelectual		Régimen Tributario especial de renta: Art. 19 E.T. y Art. 14 Dec. 4400 de 2004	

DATOS PARA SER TRAMITADOS POR EL INTERVENTOR O SUPERVISOR O PROFESIONAL DESIGNADO

4- Información del Compromiso

Objeto (Copiar tal cual aparece en el contrato "el objeto"):	PRESTAR SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION COMO MONITOR DEPARTAMENTAL DE HABITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE PARA QUE ORIENTE EL DESARROLLO DEL PROGRAMA HUILA ACTIVO Y SALUDABLE EN LOS MUNICIPIOS DE YAGUARÁ, IQUIRA Y TERUEL DEL DEPARTAMENTO DEL HUILA.
Plazo: (copiar tal cual parece en el contrato "plazo"):	SEIS (06) MESES, CONTADOS A PARTIR DE LA SUSCRIPCIÓN DEL ACTA DE INICIO, PREVIO CUMPLIMIENTO DE LOS REQUISITOS LEGALES DE PERFECCIONAMIENTO, EJECUCIÓN DEL CONTRATO E INICIO DE LA COBERTURA DE LA ARL, SIN SUPERAR LA PRESENTE VIGENCIA FISCAL.
Forma de Pago: Copiar como aparece en el contrato "forma de pago"	El INDERHUILA realizará SEIS (06) pagos durante la ejecución del contratos en mensualidades vencidas cada uno por el valor de DOS MILLONES SETECIENTOS TREINTA MIL PESOS ($2.730.000,oo) M/CTE y/o por fracción de mes, previa presentación del informe de actividades realizadas durante el periodo, aprobación por parte del supervisor, recibo de pago de aportes y planilla correspondiente al periodo a cancelar de la seguridad social integral de acuerdo a la Ley, factura o cuenta de cobro e informe de supervisión expedido por el Supervisor del Contrato.

Fecha de Inicio	28	01	2026	Adición		→	Adición No.		→	Fecha				→	Valor adición			
Valor compromiso Inicial	$ 16.380.000			→	Valor adición(es)				→	Valor total compromiso	$ 16.380.000							

5- Clase de Pago

Unico Pago		Pago Final		Pago Parcial No.	2	Periodo	De:	Fecha (dd/mm/aaaa):	28	02	2026	A:	Fecha (dd/mm/aaaa):	27	03	2026		
Anticipo		→	% Anticipo		→	Valor Anticipo												
Entrada a Almacén No		→	Fecha Entrada				→	Valor Entrada										
Otros		→	Cual															

6- Pago de Seguridad Social

Periodos Pagados	Pago ARL	Pago Pensión	Pago Salud	Número de Planillas de Seguridad Social
MARZO	$ 42.700	$ 280.200	$ 218.900	36500619

7- Registros Presupuestales y Valores a afectar

Número del CDP	Número del RP	Código de la Fuente de Financiación y denominación del recurso	Valor pendiente por Ejecutar	Valor Ejecutado
2026000129	2026000123	2.3.2.02.02.009	$ 10.920.000,00	$ 5.460.000,00

Valor a cobrar en pesos $	$ 2.730.000	Valor a cobrar en letras	DOS MILLONES SETECIENTOS TREINTA MIL PESOS MCTE

8- Autorización del pago:

Declaración: Con su firma el Supervisor y/o Interventor y el Contratista certifican que la información contenida en este FURC es verdadera y que el pago cumple con los compromisos adquiridos en el contrato y todos los requisitos de ley (incluidos los aportes al sistema general de seguridad social y publicidad en el SECOP 2 si aplica). Igualmente dan fe de estar a paz y salvo en todos los tributos y obligaciones adquiridas con el Departamento del Huila.

Firma del Contratista	Firma del Interventor(si aplica)	Firma del Supervisor (Unicamente Supervisores Directos o Líderes de Grupo)
Oscar Ivan Trujillo		

INFORMACIÓN PARA SER DILIGENCIADA POR POR CONTABILIDAD O TESORERÍA

9- Firmas de aprobación de pagos por parte de Contabilidad y Tesorería

Visto bueno Contabilidad (Firma y fecha)	Firma de aprobación de Tesorería con fecha de aprobación

10- Devolución

Causa	Fecha	Radicación	Devuelto Por:	Vo. Bo. Jefe de Tesorería y/o Contabilidad

CUENTA DE COBRO No. 2/6

EL INDERHUILA
NIT 813.005.578-7

DEBE A
OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO
C.C. 1.082.215.328

LA SUMA DE: DOS MILLONES SETECIENTOS TREINA MIL PESOS M/CTE.
($2.730.000)

POR CONCEPTO DE: contrato de prestación de servicios de apoyo a la gestión No. CDIH121-2026, cuyo objeto es prestar servicios de apoyo a la gestión como monitor departamental de hábitos y estilos de vida saludable para que oriente el desarrollo del programa Huila activo y saludable en los municipios de Yaguará, Iquira y Teruel del departamento del Huila durante el periodo del 28 de febrero al 27 de marzo de 2026.

Favor consignar a la cuenta de ahorros Bancolombia No. 45786993117 según certificación anexa.

Neiva 6 de abril 2026

Oscar Ivan Trujillo Ocampo

OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO
C.C. 1.082.215.328 de Yaguará Huila
Celular. 3204115081

CUENTA DE COBRO No. 2/6

EL INDERHUILA
NIT 813.005.578-7

DEBE A
OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO
C.C. 1.082.215.328

LA SUMA DE: DOS MILLONES SETECIENTOS TREINA MIL PESOS M/CTE.
($2.730.000)

POR CONCEPTO DE: contrato de prestación de servicios de apoyo a la gestión No. CDIH121-2026, cuyo objeto es prestar servicios de apoyo a la gestión como monitor departamental de hábitos y estilos de vida saludable para que oriente el desarrollo del programa Huila activo y saludable en los municipios de Yaguará, Iquira y Teruel del departamento del Huila durante el periodo del 28 de febrero al 27 de marzo de 2026.

Favor consignar a la cuenta de ahorros Bancolombia No. 45786993117 según certificación anexa.

Neiva 6 de abril 2026

Oscar Ivan Trujillo Ocampo

OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO
C.C. 1.082.215.328 de Yaguará Huila
Celular. 3204115081

Inderhuila	MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN - MIPG	CÓDIGO: DIH-GJC-F16
	PROCESO DE GESTIÓN JURÍDICA Y CONTRATACIÓN	VIGENCIA: 05/03/2026
	DECLARACIÓN JURAMENTADA PARA EFECTOS TRIBUTARIOS CONTRATISTAS POR PRESTACIÓN DE SERVICIOS	VERSIÓN: 3

Yo, **OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO** *identificado con cédula de ciudadanía No 1.082.215.328 expedida en Yaguará-Huila, obrando en nombre propio, y de acuerdo con los artículos 10,103, 383 y 499 del estatuto tributario y acuerdo municipal 028 de 2018, declaro bajo la gravedad de juramento que:*

- *Soy residente en Colombia* **SI**__x__**NO**____
- *Mis ingresos son obtenidos por concepto de salarios, comisiones, viáticos, honorarios o servicios personales* **SI**__x__**NO**____
- *Soy responsable de IVA* **SI**____**NO**__x__
- *Me encuentro afiliado al Sistema de Seguridad Social y Cumplo con el pago de aporte.* **SI**__x__**NO**____
- *Estoy obligado a presentar factura electrónica* **SI**____**NO**__x__

APLICACIÓN DE RETENCIÓN EN LA FUENTE - DECRETO 2231 DE 2023 (UNICAMENTE PARA LA PRESTACIÓN DE SERVICIOS) - MARQUE CON UNA X LA OPCIÓN QUE CORRESPONDA

En mi declaración de renta mis ingresos serán depurados en la cédula de rentas de trabajo tomando el beneficio del 25% de renta exenta y no descontaré costos y gastos - artículo 103 et (Retefuente art 383 ET) [x]

En mi declaración de renta mis ingresos serán depurados en la cédula de rentas de trabajo y no tomaré el beneficio del 25% de renta exenta y descontare costos y gastos- artículo 103 et (Retención Art 392 ET) [ ]

APLICACIÓN DE RETENCIÓN EN LA FUENTE – ACUERDO 028 DE 2018

- *Que de acuerdo con el artículo 72, numeral 9 del acuerdo municipal 028 de 2018, soy responsable del Impuesto de Industria y Comercio para la actividad 306 (servicios profesionales, científicos, administrativos y técnicos, prestados por persona natural en forma personal y directa), a una tarifa del 3.5 por mil, en razón a que mis ingresos anuales SI*_____*NO*__x___ *superan los 45 SMMLV.*

En constancia de lo anterior se firma a 6 día del mes de abril del 2026

Firma:

Oscar Ivan Trujillo Ocampo

Nombre: **OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO**
Documento de Identificación: 1.082.215.328
Teléfono: 3204115081

DIAN

Formulario del Registro Único Tributario

001

2. Concepto 0 2 Actualización

4. Número de formulario 141186873224

(415)7707212489984(8020) 000014118687322 4

5. Número de Identificación Tributaria (NIT)	6. DV	12. Dirección seccional	14. Buzón electrónico
1 0 8 2 2 1 5 3 2 8	3	Impuestos y Aduanas de Neiva 1 3	

IDENTIFICACIÓN

24. Tipo de contribuyente	25. Tipo de documento	26. Número de Identificación	
Persona natural o sucesión ilíquida 2	Cédula de Ciudadanía 1 3	1 0 8 2 2 1 5 3 2 8	

Lugar de expedición	28. País	29. Departamento	30. Ciudad/Municipio
COLOMBIA	1 6 9	Huila 4 1	Yaguará 8 8 5

31. Primer apellido	32. Segundo apellido	33. Primer nombre	34. Otros nombres
TRUJILLO	OCAMPO	OSCAR	IVAN

35. Razón social

36. Nombre comercial	37. Sigla

UBICACIÓN

38. País	39. Departamento	40. Ciudad/Municipio
COLOMBIA 1 6 9	Huila 4 1	Yaguará 8 8 5

41. Dirección principal: CL 01 08 11

42. Correo electrónico: oscari-27@hotmail.com

43. Código postal	44. Teléfono 1	45. Teléfono 2
	3 2 0 4 1 1 5 0 8 1	

CLASIFICACIÓN

Actividad económica

Actividad principal		Actividad secundaria		Otras actividades		Ocupación	
46. Código	47. Fecha inicio actividad	48. Código	49. Fecha inicio actividad	50. Código 1	2	51. Código	52. Número establecimientos
8 5 5 2	2 0 2 4 0 1 0 1	0 1 1 2	2 0 2 0 0 4 2 9	5 6 1 3		6 2 1 1	

Responsabilidades, Calidades y Atributos

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
53. Código 4 9																									

49 - No responsable de IVA

Usuarios aduaneros

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
54. Código									

11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Exportadores

55. Forma	56. Tipo	Servicio	1	2	3
		57. Modo			
		58. CPC			

IMPORTANTE: Sin perjuicio de las actualizaciones a que haya lugar, la inscripción en el Registro Único Tributario -RUT-, tendrá vigencia indefinida y en consecuencia no se exigirá su renovación

Para uso exclusivo de la DIAN

59. Anexos SI [ ] NO [X] 60. No. de Folios: 0

La información suministrada a través del formulario oficial de inscripción, actualización, suspensión y cancelación del Registro Único Tributario (RUT), deberá ser exacta y veraz; en caso de constatar inexactitud en alguno de los datos suministrados se adelantarán los procedimientos administrativos sancionatorios o de suspensión, según el caso, Parágrafo del artículo 1.6.1.2.6 del Decreto 1625 del 2016. De igual manera al formalizar el trámite el usuario fue informado y acepta la política de tratamiento de datos ley 1581 de 2012.

Firma del solicitante:

Sin perjuicio de las verificaciones que la DIAN realice.

Firma autorizada:

984. Nombre TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN

985. Cargo CONTRIBUYENTE

COPIA CERTIFICADO
DOCUMENTO SIN COSTO

Fecha generación documento PDF: 24-01-2026 11:00:54AM

ASOPAGOS s.a.

CONSTANCIA DE PAGO
Período Pensión: 2026-03
Período Salud : 2026-03

Se certifica que en la fecha 2026-03-17 la empresa OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO con documento de identificación CC 1082215328 sucursal 0, canceló los aportes de seguridad social correspondientes al cotizante TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN identificado con CC-1082215328, dirigido a las siguientes entidades administradoras:

Datos Aportante	
Identificación	Razón Social
CC-1082215328	OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO

Datos Planilla			
Número Planilla	Tipo Planilla	Fecha de Pago	Tarifa Riesgos Laborales
36500619	I	2026-03-17	0,02436

Datos Administradoras

Tipo	NIT	Código	Nombre	Días
AFP	800224808	230301	PORVENIR	30
EPS	900156264	EPS037	NUEVA EMPRESA PROMOTORA DE SALUD S.A.	30
ARL	860011153	14-23	ARL - POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	30

RESUMEN PLANILLA PAGADA

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
CC 1082215328	0	OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO	I	0	POSITIVA - 14-23	ÚNICA	9329	Natural
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
41-885	CALLE 1 8 09		3204115081			OSCARI-27@HOTMAIL.COM		N

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN										
PERÍODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2026-03	2026-03	36500619	I	2026-03-17	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	541.800	0	NEQUI
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
1	36500619	2026-04-09	Pagada							

EMPLEADO					NOVEDADES																DÍAS				PENSIÓN					SALUD			CCF			RIESGOS		TARIFA	PARAF	SENA	ICBF	ESAP	MIN				Exento de Parafiscales	Actividad Económica
N.	ID	EMPLEADO	SALARIO	MODALIDAD DE SALARIO	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	VTE	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRL	EPST	AFPT	AFP	EPS	CCF	ARL	NOMBRE	IBC	Cot	FNSOL	FNSUB	NOMBRE	IBC	Cot	NOMBRE	IBC	Cot	IBC	Cot	ARL	IBC	Cot	Cot	Cot	Cot	Cot	Tipo Cot.	Rie. Tipo Cot.	Total		
1	CC 1082215328	TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN	1.750.905																	0			30	30	0	30	PORVENIR-230301	1.750.905	280.200	0	0	NUEVA E.P.S. S.A.-EPS037	1.750.905	218.900	SIN CCF-SINCCF	0	0	1.750.905	42.700	0,02436	0	0	0	0	0	59	0	541.800	N	3931201

RESUMEN PLANILLA PAGADA

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
CC 1082215328	0	OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO	I	0	POSITIVA - 14-23	ÚNICA	9329	Natural
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
41-885	CALLE 1 8 09		3204115081			OSCARI-27@HOTMAIL.COM		N

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN										
PERÍODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2026-03	2026-03	36500619	I	2026-03-17	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	541.800	0	NEQUI
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
1	36500619	2026-04-09	Pagada							

TOTALES IBC				
IBC PENSIÓN	IBC SALUD	IBC RIESGOS	IBC CAJAS	IBC PARAF
1.750.905	1.750.905	1.750.905	0	0

SUBSISTEMA	CÓDIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	VALOR UPC	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES DESCONTADOS	VALOR A PAGAR
AFP(Administradoras: 1)				1	280.200	0	0	0	280.200
PORVENIR	230301	800224808	8	1	280.200	0	0	0	280.200
EPS(Administradoras: 1)				1	218.900	0	0	0	218.900
NUEVA E.P.S. S.A.	EPS037	900156264	2	1	218.900	0	0	0	218.900
ARP(Administradoras: 1)				1	42.700	0	0	0	42.700
POSITIVA	14-23	860011153	6	1	42.700	0	0	0	42.700
Gran Total					541.800	0	0	0	541.800

ASOPAGOS s.a.

CONSTANCIA DE PAGO
Período Pensión: 2026-03
Período Salud : 2026-03

Se certifica que en la fecha 2026-03-17 la empresa OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO con documento de identificación CC 1082215328 sucursal 0, canceló los aportes de seguridad social correspondientes al cotizante TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN identificado con CC-1082215328, dirigido a las siguientes entidades administradoras:

Datos Aportante	
Identificación	Razón Social
CC-1082215328	OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO

Datos Planilla			
Número Planilla	Tipo Planilla	Fecha de Pago	Tarifa Riesgos Laborales
36500619	I	2026-03-17	0,02436

Datos Administradoras

Tipo	NIT	Código	Nombre	Días
AFP	800224808	230301	PORVENIR	30
EPS	900156264	EPS037	NUEVA EMPRESA PROMOTORA DE SALUD S.A.	30
ARL	860011153	14-23	ARL - POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	30

RESUMEN PLANILLA PAGADA

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
CC 1082215328	0	OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO	I	0	POSITIVA - 14-23	ÚNICA	9329	Natural
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
41-885	CALLE 1 8 09		3204115081			OSCARI-27@HOTMAIL.COM		N

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN										
PERIODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2026-03	2026-03	36500619	I	2026-03-17	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	541.800	0	NEQUI
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
1	36500619	2026-04-09	Pagada							

EMPLEADO					NOVEDADES																DÍAS				PENSIÓN					SALUD			CCF			RIESGOS		TARIFA	PARAF	SENA	ICBF	ESAP	MIN					
N.	ID	EMPLEADO	SALARIO	MODALIDAD DE SALARIO	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	VTE	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRL	EPST	AFPT	AFP	EPS	CCF	ARL	NOMBRE	IBC	Cot	FNSOL	FNSUB	NOMBRE	IBC	Cot	NOMBRE	IBC	Cot	IBC	Cot	ARL	IBC	Cot	Cot.	Cot.	Cot.	Cot.	Tipo Cot.	Sub. Tipo Cot.	Total	Exento de Parafiscales	Actividad Económica
1	CC 1082215328	TRUJILLO OCAMPO OSCAR IVAN	1.750.905																	0			30	30	0	30	PORVENIR-230301	1.750.905	280.200	0		NUEVA E.P.S. S.A.-EPS037	1.750.905	218.900	SIN CCF-SINCCF	0	0	1.750.905	42.700	0,02436	0	0	0	0	0	59	0	541.800	N	3931201

RESUMEN PLANILLA PAGADA

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
CC 1082215328	0	OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO	I	0	POSITIVA - 14-23	ÚNICA	9329	Natural
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
41-885	CALLE 1 8 09		3204115081			OSCARI-27@HOTMAIL.COM		N

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN										
PERIODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2026-03	2026-03	36500619	I	2026-03-17	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	541.800	0	NEQUI
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
1	36500619	2026-04-09	Pagada							

TOTALES IBC				
IBC PENSIÓN	IBC SALUD	IBC RIESGOS	IBC CAJAS	IBC PARAF
1.750.905	1.750.905	1.750.905	0	0

SUBSISTEMA	CÓDIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	VALOR UPC	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES DESCONTADOS	VALOR A PAGAR
AFP(Administradoras: 1)				1	280.200	0	0	0	280.200
PORVENIR	230301	800224808	8	1	280.200	0	0	0	280.200
EPS(Administradoras: 1)				1	218.900	0	0	0	218.900
NUEVA E.P.S. S.A.	EPS037	900156264	2	1	218.900	0	0	0	218.900
ARP(Administradoras: 1)				1	42.700	0	0	0	42.700
POSITIVA	14-23	860011153	6	1	42.700	0	0	0	42.700
Gran Total					541.800	0	0	0	541.800

Certificación Bancaria

Lunes, 19 de enero de 2026

A quien pueda interesar

Bancolombia S.A. se permite informar que OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO identificado(a) con CC 1082215328, a la fecha de expedición de esta certificación, tiene con el Banco los siguientes productos:

Producto	No. Producto	Fecha Apertura aaaa-mm-dd	Estado	Saldo
Cuenta Ahorros	45786993117	2018-01-03	ACTIVO	*****

*Importante: Esta constancia solo hace referencia a los productos mencionados anteriormente.
*Si desea verificar la veracidad de esta información, puede comunicarse con la Sucursal Telefónica Bancolombia a los siguientes números: Medellín - Local: (57-4) 510 90 00 - Bogotá - Local: (57-1) 343 00 00 - Barranquilla - Local: (57-5) 361 88 88 - Cali - Local: (57-2) 554 05 05 Resto del país: 01800 09 12345.Sucursales telefónicas en el exterior: España(34) 900 995 717 - Estados Unidos(1) 1 866 379 97 14.

Catalina Cortés Uribe.
Gerente Servicios Contact Center & BPO.

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA BANCOLOMBIA S.A. Establecimiento Bancario

Bancolombia

Bancolombia nunca solicitará sus datos personales o de sus productos bancarios mediante vínculos de correo electrónico. En caso de recibir alguno, repórtelo de inmediato a correosospechoso@bancolombia.com.co

Nombre Contratante	INSTITUTO DEPARTAMENTAL DEL DEPORTE, LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE DEL HUILA – "INDERHUILA"
Nombre Supervisor (E)	GERARDO PINZON ZUÑIGA
Nombre Contratista	OSCAR IVAN TRUJILLO OCAMPO
Identificación Contratista	1.082.215.328
Tipo de contrato	PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN
N° contrato	CDIH121-2026
Objeto del contrato	PRESTAR SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION COMO MONITOR DEPARTAMENTAL DE HABITOS Y ESTILOS DE VIDA Y SALUDABLE PARA QUE ORIENTE EL DESARROLLO DEL PROGRAMA HUILA ACTIVO Y SALUDABLE EN LOS MUNICIPIOS DE YAGUARÁ, IQUIRA Y TERUEL DEL DEPARTAMENTO DEL HUILA.
Informe N°	2/6
Correspondiente al periodo:	DEL 28 DE FEBRERO AL 27 DE MARZO DEL 2026
Valor por cobrar:	DOS MILLONES SETECIENTOS TREINTA MIL PESOS ($2.730.000) M/CTE
Fecha de entrega de informe	06 DE ABRIL DE 2026

ACTIVIDADES ESPECÍFICAS REALIZADAS EN DESARROLLO DEL CONTRATO CDIH121 DE 2026

1. Residir obligativamente en el municipio donde realizará sus acciones.

Actualmente me encuentro residiendo en el municipio de **Yaguará** - Huila, en la **Calle 1 # 8 - 09** del barrio **las mercedes**. Esta ubicación me permite estar disponible de manera inmediata para el cumplimiento de las funciones asignadas en el territorio. Conozco bien el contexto local, las dinámicas comunitarias y las necesidades del municipio, lo cual facilitará la ejecución oportuna y eficiente de las actividades programadas. Además, mi residencia en el lugar garantiza compromiso, continuidad y presencia constante durante el desarrollo de las acciones.

2. Conformar como mínimo cuatro (4) grupos de actividad física. Estos grupos deben ser intervenidos tres (3) veces por semana cada grupo, en sesiones de una hora. Dos (2) grupos deben estar integrados como mínimo por 50 personas y los otros dos (2) grupos, con un mínimo de 30 personas

cada uno en el ámbito comunitario impactando a todo el curso de vida, los cuales deberá está conformado, tamizado y presentando al Gestor en su totalidad en el segundo (2) mes a partir de la fecha de inicio del contrato de presentación de servicios. Las sesiones se deben realizar una vez a la semana, una sesión de estimulación muscular o entrenamiento funcional.

Durante este periodo se dio continuidad a las sesiones, realizando una modificación a los días asignados al grupo regular de Betania Fit, con el objetivo de poder alcanzar una mayor población.

Los cuales quedaron establecidos de la siguiente manera:

YAGUARÁ:
-Grupo Regular YAGUARA RUNNERS
Día: lunes.
Hora: 7:00 p.m.
Día: jueves
Hora: 7:45 p.m
Días: sábado
Hora: 6:00 a.m.
Lugar: malecón
N.º de usuarios proyectados: 30
Líder: Andres Felipe Vaicue
Celular: 3213093406

-Grupo Regular YAGUARA FIT
Días: lunes y miércoles.
Hora: 7:00 p.m.
Día: jueves
Hora: 6:30 p.m
Lugar: parque principal
N.º de usuarios proyectados: 50
Líder: Omaira Montaña
Celular: 3133409269

Grupo Regular BETANIA FIT
Días: martes.
Hora: 4:30 p.m.
Días: miércoles y jueves
Hora: 7:30 a.m.
Lugar: parque principal
N.º de usuarios proyectados: 30
Líder: patricia Carvajal
Celular: 3165716178

IQUIRA:
-Grupo Regular IQUIRA FIT
Día: lunes, miércoles y jueves.
Hora: 4:30 p.m.
Lugar: parque principal
N.º de Usuarios proyectados: 50
Líder: Soely Días
Celular: 3138546344

Con los grupos regulares se está realizando secciones de actividad física musicalizada en las diferentes modalidades en tipo de sección, estimulación muscular, gimnasia aeróbica, rumba aeróbica y stick aerobic.

3. Atender por lo menos un (1) grupo de actividad física no regular de manera presencial, con un mínimo de 30 personas o dos (2) grupos de actividad física cada uno con un mínimo de 15 personas, en el ámbito comunitario o de salud impactando todo el curso de vida, dirigir las sesiones una o dos (1-2) veces por semana, con una duración de 60 minutos intervenido en el ámbito comunitario o de salud impactando todo el curso de vida.

Durante este periodo se conformó en su totalidad el grupo no regular de actividad física en el hogar geriátrico La María, con una intervención de una vez por semana, en el marco del programa Huila Activo y Saludable del INDERHUILA, con el fin de llevar a todos los habitantes del sector actividad física en los diferentes ámbitos.

Grupo No Regular ADULTO MAYOR
Día: miércoles.
Hora: 10:00 am
Lugar: hogar geriátrico La María.
N° de Usuarios proyectados: 30
Líder: Estefany Gutierrez
Celular: 3132978720

4. Tamizar y reportar de manera ordenada al gestor las fichas de todos los usuarios de los grupos regulares y reportarlos en el mecanismo de captura de información (Drive) que estipule el INDERHUILA y entregar en carpetas rotuladas.

Se desarrollaron actividades con el Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) de los municipios de Yaguará e Iquira, en cumplimiento de los compromisos establecidos en el plan de trabajo. Estas acciones permitieron identificar factores de riesgo y condiciones particulares de salud en la población beneficiaria, lo que facilito la orientación de intervenciones específicas. Asimismo, se fortaleció el seguimiento y acompañamiento a los participantes, garantizando una atención integral y coordinada con los demás componentes del programa, de la siguiente manera.

Yaguará Fit
Total de tamizajes 50

Iquira Fit
Total de tamizajes 50

Yaguara Runners
Total de tamizajes 30

Betania Fit
Total tamizajes 30

Adulto Mayor
Total tamizajes 30

5. Realizar cuatro (4) acciones de promoción y posicionamiento del programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable o del programa Vías Activas y Saludables con un mínimo de veinte (20) personas diferente cada mes. Dichas acciones se deben reportar mensualmente en el informe con los respectivos registros fotográficos y asistencias que las validen

Durante el periodo, se relacionan las siguientes acciones para promover HEVS:

E.S.E SAN ROQUE ACTIVA
Fecha: martes, 03 de marzo de 2026
Hora: 11:00 a.m.
Lugar: E.S.E san roque de Teruel.
Total de Participantes: 20 personas
Descripción de la Actividad:
En el marco de la promoción de hábitos de vida saludable y con el objetivo de combatir el sedentarismo en el entorno laboral, se realizó una jornada de actividad física dirigida a los funcionarios del hospital san roque del municipio de terual. La actividad consistió en una dinámica sesión de **Rumba Aeróbica**, diseñada para fomentar el ejercicio cardiovascular de forma divertida y accesible para todos los niveles de condición física.

ALCALDIA DE YAGUARÁ

Fecha: jueves, 12 de marzo de 2026
Hora: 10:00 a.m.
Lugar: Instalaciones de la alcaldía de Yaguará.
Actividad: Sesión de Rumba Aeróbica
Total de Participantes: 20 personas
Descripción de la Actividad:
En el marco de la promoción de hábitos de vida saludable y con el objetivo de combatir el sedentarismo en el entorno laboral, se realizó una jornada de actividad física dirigida a los colaboradores de la alcaldía municipal de yaguará. La actividad consistió en una dinámica sesión de **Rumba Aeróbica**, diseñada para fomentar el ejercicio cardiovascular de forma divertida y accesible para todos los niveles de condición física.
Durante aproximadamente 60 minutos, los participantes realizaron una rutina guiada de movimientos rítmicos al compás de música latina, estimulando no solo el cuerpo, sino también el ánimo y el trabajo en equipo entre los empleados.

ALCALDIA ACTIVA (IQUIRA)
Fecha: 26 de marzo de 2026
Hora: 2:00 p.m.
Lugar: Instalaciones de alcaldía municipal de Iquira.
Actividad: Sesión de Rumba Aeróbica y toma de peso.
Total de Participantes: 20 personas
Descripción de la Actividad:
En el marco de la promoción de hábitos de vida saludable y con el objetivo de combatir el sedentarismo en el entorno laboral, se realizó una jornada de actividad física dirigida a los funcionarios de la Alcaldía de iquira. La actividad consistió en una dinámica sesión de **Rumba Aeróbica**, diseñada para fomentar el ejercicio cardiovascular de forma divertida y accesible para todos los niveles de condición física.
Durante aproximadamente 30 minutos, los participantes realizaron una rutina guiada de movimientos rítmicos al compás de música latina, estimulando no solo el cuerpo, sino también el ánimo y el trabajo en equipo entre los empleados. asegurando una experiencia segura y energizante para todos los asistentes.

MADRES COMUNITARAS ACTIVAS
Fecha: 27 de febrero de 2026
Hora: 11:00 a.m.
Lugar: Instalaciones de la casa de la cultura.
Actividad: Sesión de Rumba Aeróbica
Total de Participantes: 20 personas
Descripción de la Actividad:
Se realizó acción en la casa de la cultura, realizando una sesión de Estimulación Muscular con el fin de combatir el sedentarismo en las madres comunitarias, y promover los Hábitos y Estilos de Vida Saludable, realizando un circuito funcional de 15 minutos con intervalos de 30 x 10, donde involucramos ejercicios como sentadillas, escaladores, jumping jacs, entre otros.