Período de Informe	ABRIL DE 2026				
ombre contratista	JAIR MANUEL GIL DIAZ				
Tipo de documento	CC	**Numero de documento**	78.296.925		
Liga	LIGA ANTIOQUEÑA DE BOWLING				
Deporte / modalidad	**BOWLING**				
Numero Atletas a cargo por genero	**Femenino** Nro.	**9**	**Masculino** Nro.	**11**	
Supervisor del contrato	Jairo de Jesús Jiménez Supervisor Suplente: Andrés Roberto Gómez				
Número del contrato	127	**Informe de actividades No**	03		
Objeto del Contrato	PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE UN ENTRENADOR DE INICIACIÓN Y DESARROLLO DEPORTIVO PARA ACOMPAÑAR LOS PROCESOS DE SELECCIÓN DE TALENTOS DE LA LIGA ANTIOQUEÑA DE BOLO, EN CATEGORÍAS MENORES, QUE APORTEN AL DESARROLLO DEPORTIVO DE ANTIOQUIA, EN CATEGORÍAS DE JUEGOS NACIONALES				

Asistencias de los deportistas preselección o selección Antioquia					
Nro.	**Nombre**	**Volumen**	**Sesiones realizadas en el periodo**	**Asistencias del deportista**	**Porcentaje de cumplimiento (Asistencias / Sesiones)**
1	Isabella Osorno Posada	40	20	20	100%
2	María L Saavedra Torres	40	20	20	100%
3	Andrés Felipe Buitrago	40	20	20	100%
4	Tomas Álvarez Escobar	40	20	20	100%
5	Tomas Gallego	40	20	20	100%
6	Emiliano Sierra	40	20	20	100%
7	Mariana Naranjo	40	20	20	100%
8	Juan Manuel Arango	40	20	20	100%
9	Mariana Ángel	40	20	20	100%

10	Gabriel Ardila	40	20	20	100%
11	Thomas Zuluaga	40	20	20	100%
12	Susana Corpas	40	20	20	100%
13	Lucas Posada	20	20	10	50%
14	Camilo Medina	24	20	12	60%
15	Michelle Atehortua	30	20	15	75%
16	José Pablo Corpas	40	20	20	100%
17	Susana Correa	20	20	10	50%
18	Ismael Cano	40	20	20	100%
19	Isabella Fontalvo	30	20	15	75%
20	Salome Mesa	40	20	20	100%

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	• Mejorar la mecánica del approach (pasos de aproximación) para lograr mayor estabilidad, equilibrio y repetición del lanzamiento. • Desarrollar la capacidad de analizar las condiciones de la pista (patrón de aceite) y realizar ajustes estratégicos en la posición de lanzamiento, ángulo y velocidad de la bola para mantener un rendimiento efectivo durante la sesión o la competencia
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	✓ Acompañamiento a los deportistas en el torneo nacional de menores ✓ Semana santa
Semana 2	✓ Acompañamiento a los deportistas en el chequeo de domingo a miércoles. ✓ Trabajos de salida y presentación de la bola ✓ Trabajos de dirección del swing ✓ Trabajos dirigidos a mejorar la cadencia de los pasos ✓ Trabajos propioceptivos ✓ Trabajos de conversión de medias
Semana 3	✓ Lanzamientos libres con correcciones individuales ✓ Trabajos de conversión de medias ✓ Simulacros de competencia ✓ Trabajos tácticos relacionados con los ángulos de lanzamiento

	✓ Lanzamientos libres con correcciones individuales ✓ Seguimiento y control del proceso ✓ Lanzamientos hacia distintas medias Simulacros de competencias
Semana 4	✓ Trabajos de entrega ✓ Trabajos desde la línea de falta para mejorar el balance de llegada ✓ Ejercicios físicos para fortalecer los músculos del manguito rotador ✓ Trabajos coordinativos (equilibrio y ritmo) ✓ Trabajos con la banda elástica para mejorar la velocidad de desplazamiento ✓ Simulacros de competencia. ✓ Trabajos de conversión de medias ✓ Trabajos de precisión

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
Solo se realizó el chequeo mensual organizado por la liga Antioqueña de Bowling y donde hubo una masiva participación de los deportistas a cargo

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporte asociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)
No aplica para este periodo

OBJETIVO DEL *SIGUENTE* PERIODO	FORTALECER EL PROCESO FORMATIVO DE LOS DEPORTISTAS DE RESERVA, GARANTIZANDO LA

	CONTINUIDAD DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO Y LA PROYECCION HACIA EQUIPOS PRINCIPALES.
Actividades planificadas para el siguiente periodo	
Semana 1	✓ Trabajos físicos ✓ Trabajos de técnica básica de aproximación ✓ Repeticiones dirigidas a mejorar la conversión de las distintas medias ✓ Trabajos de precisión ✓ Lanzamientos libres con correcciones individuales ✓ Test de medias ✓ Simulacros de competencia
Semana 2	✓ Acompañamiento a los deportistas al chequeo mensual (de domingo a miércoles) ✓ Retro alimentación del chequeo ✓ Trabajos coordinativos ✓ Trabajos de fortalecimiento muscular ✓ Trabajos de precisión ✓ Trabajos de socio afectivos ✓ Trabajo para mejorar la conversión de medias
Semana 3	✓ Desarrollo de la consistencia técnica por medio de las repeticiones ✓ Trabajos de control emocional mediante retos y simulacros de competencia ✓ Desarrollo de la habilidad de lectura de pistas durante las sesiones, simulacros y chequeos ✓ Enfoque en la postura ✓ Enfoque en el swing ✓ Enfoque en el balance de llegada.
Semana 4	✓ Desarrollo de la consistencia técnica por medio de las repeticiones ✓ Ejercicios sin bola (cadencia y numero de pasos)
Semana 5	✓ Acompañamiento al seleccionado senior en el nacional de la categoría (toda la semana) ✓ Rutina de spare (todos) ✓

Observaciones del periodo
No aplica para este periodo.



FIRMA:
NOMBRE: JAIR MANUEL GIL DIAZ