Alcaldía Municipal de Tabio	Proceso Gestión de deportes y recreación	Código: 210-GDR-F-3 Versión: 1.0
	Formato cuenta de cobro	Fecha: 04/09/2025 Página: 1 de 1

Mayo 02 del 2026

Factura o Documento Equivalente No: 003 - 2026

(Decreto 522 Art.3 de 2003)

REPÚBLICA DE COLOMBIA

DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA

MUNICIPIO DE TABIO

INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE TABIO

“INDERTAB”

NIT: 832001000-3

DEBE A

NOMBRE : Laura Natalia Bernal Hernandez

CÉDULA : 1007694904

DIRECCIÓN : Tenjo-Centro

TELÉFONO : 3228906629

No. Planilla EPS: 9501572192

CONCEPTO

Pago contrato de prestación de servicios de Apoyo a la gestión N° CPS- 2026-035 como Prestación de servicios de apoyo a la gestión en la ejecución de actividades de instructor de la escuela de formación de baloncesto de INDERTAB. Durante el periodo comprendido del 02 de abril al 01 de mayo del 2026.

UN MILLÓN SEISCIENTOS SETENTA Y CINCO MIL PESOS M/CTE

$1.675.000

Laura B. H.

Laura Natalia Bernal Hernandez

Nº 1007694904

Instructor de la escuela de formación de baloncesto de INDERTAB

Declaro bajo la gravedad de juramento que pertenezco al régimen simplificado

Alcaldía Municipal de Tabio	Proceso de gestión de deportes y recreación	Código : 210-GDR-F-10 Versión : 1.0 Fecha : 04/09/2025 Página : 1 de 1
	Formato de informe contractual	

INFORME MENSUAL

CONTRATISTA	**Laura Natalia Bernal Hernandez**			
DEPORTE	**Baloncesto**			
TIPO DE DOCUMENTO / NÚMERO DOCUMENTO	**cc**		**NÚMERO:**	**1007694904**
NÚMERO DE CONTRATO Y FECHA DEL CONTRATO	**CONTRATO:**	**2026-035**	**FECHA DE FIRMA :**	**2/2/2026**
PLAZO DE EJECUCION EN MESES Y DÍAS	**Cinco (05) meses**			
FECHA ACTA DE INICIO	**2/2/2026**		**FECHA DE TERMINACIÓN:**	**1/7/2026**
MES DE ACTIVIDADES	**Abril**		**NÚMERO DE INFORME:**	**3**
N° DE PLANILLA DE SEGURIDAD SOCIAL	**9501572192**			
OBJETO CONTRACTUAL	PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DEFORMACIONBALONCESTO DE INDERTAB.			

N°	ACTIVIDAD OBJETO CONTRACTUAL	Descripción de la actividad que cumple con la obligación contractual
1	Apoyar en el Diseño, estructurar y ejecutar programas deportivos dirigidos a niños y jóvenes en edades de 12 a 17 años de la escuela de formación de baloncesto.	Durante el mes de abril se elaboró y estructuró la planificación de trabajo correspondiente a la Escuela de Formación de Baloncesto, la cual fue entregada dentro de los tiempos establecidos al área de metodología para su evaluación y aprobación. La programación de las sesiones se distribuyó según los niveles de formación. En los grupos 1 y 2 se enfocó el proceso en el desarrollo de habilidades básicas como el control del balón, el desplazamiento con dribble y la mejora de los pases, incorporando ejercicios de coordinación con doble ritmo. En cuanto a los grupos 3 y 4, las actividades estuvieron dirigidas al perfeccionamiento técnico en situaciones de mayor exigencia, incluyendo conceptos tácticos iniciales, toma de decisiones en juego y fundamentos defensivos aplicados en ejercicios prácticos.
2	Realizar un festival y/o evento deportivo según su disciplina.	Durante el mes correspondiente no se llevó a cabo ningún festival ni evento deportivo relacionado con la disciplina, debido a que las actividades estuvieron enfocadas en el desarrollo de los procesos formativos y la planificación interna de la Escuela de Formación. Sin embargo, se continuará trabajando en la organización de futuras jornadas deportivas que permitan dar cumplimiento a esta actividad dentro del periodo establecido.
3	Realizar actividades deportivas y recreativas en la disciplina de baloncesto dirigidos a los diferentes grupos poblacionales en los niveles de fundamentación.	Se realizo actividades deportivas los dias Miércoles, viernes de 3:30 p.m. a 8:30 p.m. y los sabados de 7:00 a.m. a 9:00 a.m.
4	Apoyar en el desarrollo y la realización de la documentación necesaria para la realización del evento de la escuela o programa a su cargo.	Durante el mes reportado no fue necesaria la elaboración de documentación relacionada con festivales o eventos deportivos, debido a que no se programó ni ejecutó ninguna actividad de este tipo por parte de la Escuela de Formación. Las acciones desarrolladas estuvieron orientadas principalmente al proceso de entrenamiento y organización interna de las sesiones formativas.
5	Cumplir estrictamente con el cronograma de actividades deportivas establecido conjuntamente por el contratista y el supervisor de "INDERTAB"	Las actividades deportivas fueron ejecutadas conforme a la planificación programada para el periodo establecido.
6	Apoyar, Asistir y organizar actividades deportivas, recreativas y de aprovechamiento del tiempo libre dirigidas a la comunidad del municipio de Tabio.	Se brindó apoyo, asistencia y acompañamiento en la organización y ejecución de actividades deportivas y recreativas orientadas al aprovechamiento del tiempo libre de la comunidad del municipio de Tabio. En el marco de estas acciones, se participó en la logística de la semana de la bicicleta, contribuyendo al adecuado desarrollo de ambas actividades.
7	Cumplir con los lineamientos y metas trazadas al inicio del contrato por parte del Gerente del "INDERTAB".	Las acciones desarrolladas durante el periodo permitieron avanzar en el cumplimiento de las metas y responsabilidades planteadas al inicio del contrato, atendiendo las directrices y criterios definidos para la ejecución de las actividades programadas.
8	Realizar actividades de divulgación tendientes a masificar y promocionar la oferta institucional en pro del crecimiento de la escuela de formación a su cargo.	Durante el mes de abril se llevaron a cabo estrategias de difusión de las actividades y eventos a través de diferentes medios digitales, entre ellos redes sociales como Facebook e Instagram, además de grupos de WhatsApp. Estas acciones estuvieron orientadas a fortalecer el alcance de las publicaciones, promover la participación de la comunidad y fomentar la interacción mediante comentarios, compartidos y reacciones en el contenido divulgado.
9	Realizar mensualmente los aportes a los Sistemas de Salud, Pensión y Administradora de Riesgos Laborales, de conformidad con la normatividad vigente y anexar a los informes de ejecución la copia de la PILA (Planilla Integrada de Liquidación de Aportes) para autorización de pago.	Se realizó el pago correspondiente al mes de Marzo como trabajador independiente al sistema de seguridad social en salud y pensión, según planilla N.º 9501572192
10	Dar el uso adecuado de los elementos deportivos y recreativos asignados por INDERTAB para el desarrollo de su labor y entregarlo en su totalidad.	Se le entregó el inventario de los equipos necesarios para el desarrollo de las clases en la Escuela de Formación de Baloncesto. El material recibido fue el siguiente: 30 conos, 10 aros, 2 escaleras de coordinación, 3 balones N.º 3, 10 balones Molten N.º 5, 3 balones Golty N.º 6 y 8 balones Molten N.º 7.
11	Entregar en las fechas establecidas por el INDERTAB los informes mensuales sobre las actividades desarrolladas, con sus respectivos soportes	Se realizó la entrega oportuna del informe mensual de actividades, acompañado de los soportes requeridos por el INDERTAB.
12	Mantener informado al supervisor del contrato sobre el desarrollo de las actividades bajo su responsabilidad y tener constante comunicación sobre cualquier eventualidad presentada.	Se mantuvo comunicación constante con el supervisor del contrato, informando oportunamente sobre el desarrollo de las actividades y las eventualidades presentadas.
13	Las demás que se le asignen de acuerdo al objeto del contrato, por parte del Gerente de "INDERTAB"	Se realizó todas las acciones que estuvieron a su alcance para el adecuado desarrollo del objeto contractual.

Laura Natalia Bernal Hernandez

CONTRATISTA DEL INSTITUTO DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO "INDERTAB"

Yo, contratista firmante, certifico la veracidad de la información, bajo gravedad de juramento de buena fé.

Firma del contratista	LAURA B. H.
Cédula de ciudadanía:	10076904904
Correo electrónico:	laurabernal0405@gmail.com
Celular:	3228906629
V°B° GERENCIA "INDERTAB"	

Alcaldía Municipal de Tabio	Proceso de gestión de deportes y recreación	Código: 210-GDR-F-11 Versión: 1.0 Fecha: 04/09/2025 Página: 1 de 1
	Formato de informe mensual de actividades	

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 1

Nombre del Contratista:		**Laura Natalia Bernal Hernandez**		**Cédula**	**1007694904**	**No. de contrato**	2026-035
Escuela de formación	**Baloncesto**		**Categoría**	**Iniciacion 1 y 2**		**Rama**	**Masculino y Femenino**
Meso No:	**3**	**Micro No:**	**1**	**Tipo de micro**	Carga media	**MES**	**Abril**
No. de deportistas		**29**					
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:		PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DEFORMACIONBALONCESTO DE INDERTAB.					
OBJETIVO MENSUAL:		Desarrollar la ejecución de los fundamentos técnicos en desplazamiento e iniciar situaciones simples de juego.					
OBJETIVO DEL MICRO:		Fortalecer el control del balón en desplazamientos rápidos, integrando la coordinación entre pase y movimiento para mejorar la ejecución de las acciones de finalización después de recibir o driblar.					

		LUNES	MARTES	MIERCOLES 08/04/2026	JUEVES	Viernes 10/04/2026	SABADO 11/04/2026	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO				Coliseo Municipal		Coliseo Municipal	Coliseo Municipal	
HORARIO				3:30 a 5:40 PM		3:30 a 5:40 PM	7:00 a 9:00 AM	
Fase Inicial	**Contenido**			1. Movilidad Articular 2. Calentamiento: trote, talones a la cola, rodillas al pecho, caballito, bailarina, trote de espaldas, trote lateral, y velocidades (el balón va estar encima de la cabeza)		1. Movilidad Articular 2. Calentamiento: trote, talones a la cola, rodillas al pecho, caballito, bailarina, trote de espaldas, trote lateral, y velocidades (el balón va estar encima de la cabeza)	1. Movilidad Articular 2. Calentamiento: trote, talones a la cola, rodillas al pecho, caballito, bailarina, trote de espaldas, trote lateral, y velocidades (el balón va estar encima de la cabeza)	
	Volumen (min)			15		15	15	
Fase central	**Contenido**			2.Bote en línea recta de línea a línea 3.Bote en zigzag entre conos 4.Bote con cambio de mano por delante 5.Carrera con dribling y finalización en bandeja 6.Juego relevos con balón		1.Pase de pecho en parejas caminando 2.Pase picado en movimiento 3.Pase en triángulo con desplazamiento 4.Pase y corte al aro 5.Pase y bandeja 6.Juego 3 vs 3	1.Tiro cercano tras pase 2.Tiro tras dribling 3.Tiro desde diferentes posiciones 4.Bandeja derecha e izquierda 5.Competencia de tiro por equipos 6.Juego 3 vs 3	
	Carga			Media		Media	Media	
	Intensidad (%)	0	0	60%	0	60%	60%	0
	Volumen (%)	0	0	70%	0	70%	70%	0
	Volumen (min)	0	0	35	0	35	35	0
Comportamiento de la intensidad vs volumen								
Fase final	**Contenido**			1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos		1. Vuelta a la calma 2. Estiramientos	1. Vuelta a la calma 2. Estiramientos	
	Volumen (min)	0	0	10	0	10	10	0
Total volumen (min) sesion		0	0	60	0	60	60	0

Observaciones y/o retroalimantación:

FIRMA		**COORDINACIÓN**	

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO



Agregar pie de foto





Agregar pie de foto





Agregar pie de foto





Agregar pie de foto



TABIO	Proceso de gestión de deportes y recreación	Código: 210-GDR-F-11 Versión: 1.0 Fecha: 04/09/2025 Página: 1 de 1
	Formato de informe mensual de actividades	

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 1

Nombre del Contratista:		**Laura Natalia Bernal Hernandez**		**Cédula**	**1007694904**	**No. de contrato**	2026-035
Escuela de formación	**Baloncesto**		**Categoría**	**Iniciacion 1 y 2**		**Rama**	**Masculino y Femenino**
Meso No:	**3**	**Micro No:**	**2**	**Tipo de micro**	Progresiva	**MES**	**Abril**
No. de deportistas		**29**					
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:		PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DEFORMACIONBALONCESTO DE INDERTAB.					
OBJETIVO MENSUAL:		Desarrollar la ejecución de los fundamentos técnicos en desplazamiento e iniciar situaciones simples de juego.					
OBJETIVO DEL MICRO:		Desarrollar el control del balón en cambios de dirección, incorporando acciones de ataque al aro mediante el dribling y movimientos básicos sin balón aplicados a situaciones de juego.					

		LUNES	MARTES	MIERCOLES 15/04/2026	JUEVES	VIERNES 17/04/2026	SABADO 18/04/2026	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO				Coliseo Municipal		CIC Camilo Torres	CIC Camilo Torres	
HORARIO				3:30 a 5:40 PM		3:30 a 5:40 PM	7:00 a 9:00 AM	
Fase Inicial	**Contenido**			1.Movimiento articular 2. Calentamiento: juego de simon dice y juego de cogidas		1.Movimiento articular 2. Calentamiento: juego de congelados y juego de cogidas	1.Movimiento articular 2. Calentamiento: juego de congelados y juego de cogidas	
	Volumen (min)			10		10		
Fase central	**Contenido**			1.Bote en zigzag entre conos 2.Bote con cambio por delante 3.Bote con cambio entre piernas (adaptado) 4.Bote con cambio de ritmo 5.Circuito de dribling 6.Juego persecución con balón		1.Bote hacia el aro 2.Penetración con bandeja 3.Penetre desde el perímetro 4.Penetre y tiro cercano 5.Situación 1 vs 1 al aro 6.Juego 3 vs 3	1.Pase y seguir 2.Pase y corte al aro 3.Pase y reemplazo 4.Pase y tiro 5.Pase y bandeja 6.Juego 3 vs 3	
	Carga			Progresiva		Progresiva	Progresiva	
	Intensidad (%)	0	0	65%	0	65%	65%	0
	Volumen (%)	0	0	75%	0	75%	75%	0
	Volumen (min)	0	0	40	0	40	0	0
Comportamiento de la intensidad vs volumen								
Fase final	**Contenido**			1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos		1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos		
	Volumen (min)	0	0	10	0	10	0	0
Total volumen (min) sesion		0	0	60	0	60	0	0

Observaciones y/o retroalimantación:

FIRMA		**COORDINACIÓN**	

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO



Agregar pie de foto





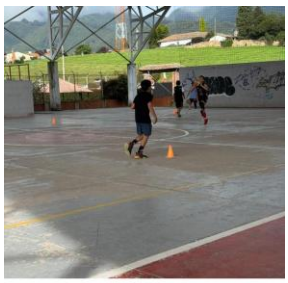
Agregar pie de foto





Agregar pie de foto





Agregar pie de foto



TABIO	Proceso de gestión de deportes y recreación	Código: 210-GDR-F-11 Versión: 1.0 Fecha: 04/09/2025 Página: 1 de 1
	Formato de informe mensual de actividades	

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 1

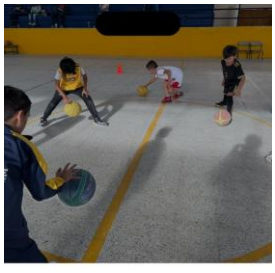
Nombre del Contratista:		**Laura Natalia Bernal Hernandez**		**Cédula**	**1007694904**	**No. de contrato**	2026-035
Escuela de formación	**Baloncesto**		**Categoría**	**Iniciacion 1 y 2**		**Rama**	**Masculino y Femenino**
Meso No:	**3**	**Micro No:**	**3**	**Tipo de micro**	Desarrollo	**MES**	**Abril**
No. de deportistas		**29**					
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:		PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DEFORMACIONBALONCESTO DE INDERTAB.					
OBJETIVO MENSUAL:		Desarrollar la ejecución de los fundamentos técnicos en desplazamiento e iniciar situaciones simples de juego.					
OBJETIVO DEL MICRO:		Fortalecer las capacidades ofensivas y defensivas individuales, promoviendo la aplicación de los fundamentos técnicos y tácticos en situaciones reducidas y reales de juego.					

		LUNES	MARTES	MIERCOLES 22/04/2026	JUEVES	VIERNES 24/04/2026	SABADO 25/04/2026	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO				Coliseo Municipal		Coliseo Municipal	Coliseo Municipal	
HORARIO				3:30 a 5:40 PM		3:30 a 5:40 PM	7:00 a 9:00 AM	
Fase Inicial	**Contenido**			1. Movilidad Articular. 2. Calentamiento: juego de cogidas sin balón		1. Movilidad Articular 2. Calentamiento: trote, talones a la cola, rodillas al pecho, caballito, bailarina, trote de espaldas, trote lateral, y velocidades (el balón va estar encima de la cabeza)	1. Movilidad Articular 2. Calentamiento: trote, talones a la cola, rodillas al pecho, caballito, bailarina, trote de espaldas, trote lateral, y velocidades (el balón va estar encima de la cabeza)	
	Volumen (min)			10		10	10	
Fase central	**Contenido**			1.Dribling libre 2.Ataque 1 vs 1 desde el perímetro 3.Ataque 1 vs 1 desde bote 4.Ataque 1 vs 1 al aro 5.Competencia 1 vs 1 6.Juego 3 vs 3		1.Desplazamientos defensivos laterales 2.Defensa 1 vs 1 sin balón 3.Defensa 1 vs 1 con balón 4.Defensa evitando penetración 5.Recuperación defensiva 6.Juego 3 vs 3	1.Juego 2 vs 2 2.Juego 3 vs 3 3.Juego 4 vs 4	
	Carga			**Media- alta**		**Media- alta**	**Media- alta**	
	Intensidad (%)	0	0	70%	0	70%	70%	0
	Volumen (%)	0	0	75%	0	75%	75%	0
	Volumen (min)	0	0	40	0	40	40	0
Comportamiento de la intensidad vs volumen								
Fase final	**Contenido**			1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos		1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos	1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos	
	Volumen (min)	0	0	10	0	10	10	0
Total volumen (min) sesion		0	0	60	0	60	60	0

Observaciones y/o retroalimantación:

FIRMA		**COORDINACIÓN**	

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO



Agregar pie de foto





Agregar pie de foto





Agregar pie de foto





Agregar pie de foto



TABIO	Proceso de gestión de deportes y recreación	Código: 210-GDR-F-11 Versión: 1.0 Fecha: 04/09/2025 Página: 1 de 1
	Formato de informe mensual de actividades	

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 4

Nombre del Contratista:		**Laura Natalia Bernal Hernandez**		**Cédula**	**1007694904**	**No. de contrato**	2026-035
Escuela de formación	**Baloncesto**		**Categoría**	**Iniciacion 1 y 2**		**Rama**	**Masculino y Femenino**
Meso No:	**3**	**Micro No:**	**4**	**Tipo de micro**	**Descarga**	**MES**	**Abril**
No. de deportistas		**29**					
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:		PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DEFORMACIONBALONCESTO DE INDERTAB.					
OBJETIVO MENSUAL:		Desarrollar la ejecución de los fundamentos técnicos en desplazamiento e iniciar situaciones simples de juego.					
OBJETIVO DEL MICRO:		Consolidar habilidades aprendidas.					

		LUNES	MARTES	MIERCOLES 29/04/2026	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO				Coliseo Municipal				
HORARIO				3:30 a 5:40 PM				
Fase Inicial	**Contenido**			1. Movilidad Articular 2. Calentamiento: trote, talones a la cola, rodillas al pecho, caballito, bailarina, trote de espaldas, trote lateral, y velocidades (el balón va estar encima de la cabeza)				
	Volumen (min)			10				
Fase central	**Contenido**			1.Circuito de dribling 2.Pase en parejas 3.Bandejas 4.Tiro cercano 5.Juego 2 vs 2				
	Carga			Juego real lúdico				
	Intensidad (%)	0	0	60%	0	0	0	0
	Volumen (%)	0	0	65%	0	0	0	0
	Volumen (min)	0	0	40	0	0	0	0
Comportamiento de la intensidad vs volumen								
Fase final	**Contenido**			1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos				
	Volumen (min)	0	0	10	0	0	0	0
Total volumen (min) sesion		0	0	60	0	0	0	0

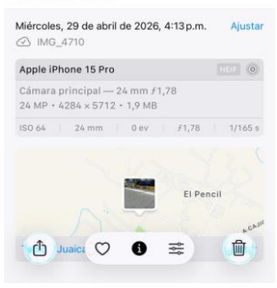
Observaciones y/o retroalimantación:

FIRMA		**COORDINACIÓN**	

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO



Agregar pie de foto





Agregar pie de foto



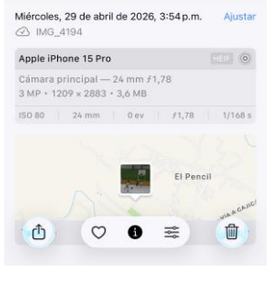


Agregar pie de foto





Agregar pie de foto



Alcaldía Municipal de Tabio	Proceso de gestión de deportes y recreación	Código: 210-GDR-F-11 Versión: 1.0 Fecha: 04/09/2025 Página: 1 de 1
	Formato de informe mensual de actividades	

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 1

Nombre del Contratista:		**Laura Natalia Bernal Hernandez**		**Cédula**	**1007694904**	**No. de contrato**	2026-035
Escuela de formación	**Baloncesto**		**Categoría**	**Avanzado**		**Rama**	**Masculino y Femenino**
Meso No:	**3**	**Micro No:**	**1**	**Tipo de micro**	**Alta**	**MES**	**Abril**
No. de deportistas		**25**					
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:		PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DEFORMACIONBALONCESTO DE INDERTAB.					
OBJETIVO MENSUAL:		Desarrollar la comprensión táctica ofensiva y defensiva mediante situaciones reales de juego.					
OBJETIVO DEL MICRO:		Fortalecer la ocupación de espacios y el desmarque en fase ofensiva, incorporando el uso del bloqueo para generar ventajas en el juego, mientras se mejora la presión defensiva sobre el jugador con balón.					

		LUNES	MARTES	MIERCOLES 08/04/2026	JUEVES	Viernes 10/04/2026	SABADO 11/04/2026	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO				Coliseo Municipal		Coliseo Municipal	Coliseo Municipal	
HORARIO				5:30 a 8:30 PM		5:30 a 8:30 PM	7:00 a 9:00 AM	
Fase Inicial	**Contenido**			1.Movilidad Articular 2.Calentamiento: trote, talones a la cola, rodillas al pecho, caballito, bailarina, trote de espaldas, trote lateral, y velocidades (el balón va estar encima de la cabeza)		1.Movilidad Articular 2. trote tipo suicidio durante 6 minutos	1.Movilidad Articular 2. juego de congelados con balon y sin balon	
	Volumen (min)			15		15	15	
Fase central	**Contenido**			2.Escalera de coordinación + recepción de pase 3.Corte hacia el aro desde el lado débil 4.Ejercicio pase y corte en tríos 5.Finalización tras corte al aro 6.Juego reducido 3 vs 3 enfatizando cortes		1. pases en movimiento 2.Explicación técnica del bloqueo directo 3.Ejercicio bloqueador + manejador del balón 4.Situación 2 vs 2 con pick and roll 5.Finalización tras bloqueo 6.Juego 3 vs 3 aplicando bloqueos	1.Desplazamientos defensivos laterales 2.Circuito de reacción defensiva 3.Defensa 1 vs 1 desde el perímetro 4.Defensa 1 vs 1 desde penetración 5.Recuperación defensiva 6.Juego 4 vs 4 con énfasis defensivo	
	Carga			Alta		Alta	Alta	
	Intensidad (%)	0	0	70%	0	70%	70%	0
	Volumen (%)	0	0	80%	0	80%	80%	0
	Volumen (min)	0	0	60	0	60	60	0
Comportamiento de la intensidad vs volumen								
Fase final	**Contenido**			1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos		1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos	1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos	
	Volumen (min)	0	0	15	0	15	15	0
Total volumen (min) sesion		0	0	90	0	90	90	0

Observaciones y/o retroalimantación:

FIRMA		**COORDINACIÓN**	

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO









TABIO	Proceso de gestión de deportes y recreación	Código: 210-GDR-F-11 Versión: 1.0 Fecha: 04/09/2025 Página: 1 de 1
	Formato de informe mensual de actividades	

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 2

Nombre del Contratista:		**Laura Natalia Bernal Hernandez**		**Cédula**	**1007694904**	**No. de contrato**	2026-035
Escuela de formación	**Baloncesto**		**Categoría**	**Avanzado**		**Rama**	**Masculino y Femenino**
Meso No:	**3**	**Micro No:**	**2**	**Tipo de micro**	**Progresiva**	**MES**	**Abril**
No. de deportistas		**25**					
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:		PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DEFORMACIONBALONCESTO DE INDERTAB.					
OBJETIVO MENSUAL:		Desarrollar la comprensión táctica ofensiva y defensiva mediante situaciones reales de juego.					
OBJETIVO DEL MICRO:		Fortalecer la transición rápida ofensiva mediante la mejora en la anticipación y captura del rebote, aumentando además la eficacia en las entradas a canasta durante situaciones reales de juego.					

		LUNES	MARTES	MIERCOLES 15/04/2026	JUEVES	VIERNES 17/04/2026	SABADO 18/04/2026	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO				Coliseo Municipal		Coliseo Municipal	Coliseo Municipal	
HORARIO				5:30 a 8:30 PM		5:30 a 8:30 PM	7:00 a 9:00 AM	
Fase Inicial	**Contenido**			1)Movimiento articular 2)Trote tipo sprints suicidas		1.Movimiento articular 2.Calentamiento juego de policías y ladrones, juego de la lleva con balón.	1.Movimiento articular 2.Calentamiento trote con balón alrededor de la cancha durante 8 minutos.	
	Volumen (min)			15		15	15	
Fase central	**Contenido**			2.Pase largo de salida de contraataque 3.Contraataque 2 vs 1 4.Contraataque 3 vs 2 5.Finalización en velocidad 6.Juego 4 vs 4 transición rápida		1.Saltos coordinativos 2.Técnica de bloqueo de rebote 3.Rebote defensivo con oposición 4.Rebote ofensivo + segunda oportunidad 5.Rebote + salida rápida 6.Juego 3 vs 3 con énfasis en rebote	1.Bote en velocidad 2.Entrada a canasta derecha e izquierda 3.Bandeja con defensa pasiva 4.Eurostep básico 5.Finalización con contacto 6.Juego 1 vs 1 desde el ala	
	Carga			Progresiva		Progresiva	Progresiva	
	Intensidad (%)	0	0	75%	0	75%	75%	0
	Volumen (%)	0	0	85%	0	85%	85%	0
	Volumen (min)	0	0	60	0	60	60	0
Comportamiento de la intensidad vs volumen								
Fase final	**Contenido**			1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos		1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos	1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos	
	Volumen (min)	0	0	15	0	15	15	0
Total volumen (min) sesion		0	0	90	0	90	90	0

Observaciones y/o retroalimantación:

FIRMA		**COORDINACIÓN**	

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO



Agregar pie de foto





Agregar pie de foto





Agregar pie de foto





Agregar pie de foto



TABIO	Proceso de gestión de deportes y recreación	Código: 210-GDR-F-11 Versión: 1.0 Fecha: 04/09/2025 Página: 1 de 1
	Formato de informe mensual de actividades	

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 3

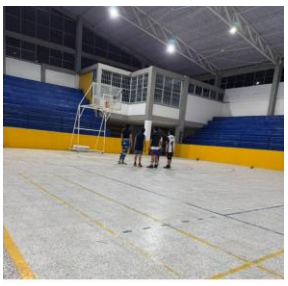
Nombre del Contratista:	**Laura Natalia Bernal Hernandez**	**Cédula**	**1007694904**	**No. de contrato**	2026-035	
Escuela de formación	**Baloncesto**	**Categoría**	**Avanzado**	**Rama**	**Masculino y Femenino**	
Meso No:	**3**	**Micro No:**	**3**	**Tipo de micro**	**Alta**	**MES**	**Abril**
No. de deportistas	**25**					
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:	PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DEFORMACIONBALONCESTO DE INDERTAB.					
OBJETIVO MENSUAL:	Desarrollar la comprensión táctica ofensiva y defensiva mediante situaciones reales de juego.					
OBJETIVO DEL MICRO:	Fortalecer la circulación del balón y la lectura del juego en situaciones colectivas, incorporando las ayudas defensivas para mejorar la toma de decisiones y el trabajo en equipo.					

		LUNES	MARTES	MIERCOLES 22/04/2026	JUEVES	VIERNES 24/04/2026	SABADO 25/04/2026	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO				Coliseo Municipal		Coliseo Municipal	Coliseo Municipal	
HORARIO				5:30 a 8:30 PM		5:30 a 8:30 PM	7:00 a 9:00 AM	
Fase Inicial	**Contenido**			1.Movimiento articular 2.Calentamiento: trote por alrededor de la cancha de 10 minutos		1.Movimiento articular 2.Calentamiento: trote por alrededor de la cancha de 10 minutos	1.Movimiento articular 2.Calentamiento:juego de ladron de balones	
	Volumen (min)			15		15	15	
Fase central	**Contenido**			1.Pase rápido en círculo 2.Movimiento continuo sin balón 3.Ejercicio pase extra 4.Ataque 4 vs 0 sistema básico 5.Ataque 4 vs 4 6.Partido condicionado		1.Desplazamientos defensivos 2.Defensa 1 vs 1 con ayuda 3.Rotaciones defensivas 4.Situación 3 vs 3 defensa colectiva 5.Recuperación tras ayuda 6.Juego 4 vs 4	1.Reacción con estímulos visuales 2.Situación 2 vs 1 3.Situación 3 vs 2 4.Juego reducido con límite de botes 5.Ataque rápido tras rebote 6.Partido controlado	
	Carga			Alta		Alta	Alta	
	Intensidad (%)	0	0	80%	0	80%	80%	0
	Volumen (%)	0	0	85%	0	85%	85%	0
	Volumen (min)	0	0	60	0	60	60	0
Comportamiento de la intensidad vs volumen								
Fase final	**Contenido**			1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos		1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos	1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos	
	Volumen (min)	0	0	10	0	10	10	0
Total volumen (min) sesion		0	0	85	0	85	85	0

Observaciones y/o retroalimantación:

FIRMA		**COORDINACIÓN**	

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO



Agregar pie de foto





Agregar pie de foto





Agregar pie de foto





Agregar pie de foto



TABIO	Proceso de gestión de deportes y recreación	Código: 210-GDR-F-11 Versión: 1.0 Fecha: 04/09/2025 Página: 1 de 1
	Formato de informe mensual de actividades	

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 4

Nombre del Contratista:		**Laura Natalia Bernal Hernandez**		**Cédula**	**1007694904**	**No. de contrato**	2026-035
Escuela de formación	**Baloncesto**		**Categoría**	**Avanzado**		**Rama**	**Masculino y Femenino**
Meso No:	**3**	**Micro No:**	**4**	**Tipo de micro**	**Descarga**	**MES**	**Abril**
No. de deportistas		**25**					
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:			PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DEFORMACIONBALONCESTO DE INDERTAB.				
OBJETIVO MENSUAL:			Desarrollar la comprensión táctica ofensiva y defensiva mediante situaciones reales de juego.				
OBJETIVO DEL MICRO:			Evaluar comprensión del juego colectivo.				

		LUNES	MARTES	MIERCOLES 29/04/2026	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
LUGAR Y/O ESCENARIO				Coliseo Municipal				
HORARIO				5:30 a 8:30 PM				
Fase Inicial	**Contenido**			1.Movilidad Articular 2.Calentamiento: juego captura la bandera con balon y sin balon				
	Volumen (min)			15				
Fase central	**Contenido**			1.Circuito técnico 2.Situaciones ofensivas 3 vs 2 3.Juego 4 vs 4 4.Partido libre				
	Carga			Descarga				
	Intensidad (%)	0	0	60%	0	0	0	0
	Volumen (%)	0	0	70%	0	0	0	0
	Volumen (min)	0	0	60	0	0	0	0
Comportamiento de la intensidad vs volumen								
Fase final	**Contenido**			1.Vuelta a la calma 2.Estiramientos				
	Volumen (min)	0	0	15	0		0	0
Total volumen (min) sesion		0	0	90	0		0	0

Observaciones y/o retroalimantación:

FIRMA		**COORDINACIÓN**	

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO



Agregar pie de foto





Agregar pie de foto





Agregar pie de foto





Agregar pie de foto



Alcaldía Municipal de Tabio	Proceso de gestión de deportes y recreación	Código : 210-GDR-F-12 Versión : 1.0 Fecha : 04/09/2025 Página : 1 de 1
	Formato de control de asistencia	

NIVEL	Iniciacion 1 y 2																				
Nombre del contratista	Laura Natalia Bernal Hernandez		Cédula	1007694904		Cat.	Iniciaicion 1 y 2		Rama	M y F		Mes	Abril								
Escuela de Formación	Baloncesto		Nº Contrato	2026-035		Escenario	Coliseo municipal			Nº Deportistas	29										

SEMANA							Semana 1			Semana 2			Semana 3			Semana 4			Sesiones cumplidas	Sesiones programadas
FECHA							8	10	11	15	17	18	22	24	25	29				
N°	No. IDENTIFICACION	NOMBRE Y APELLIDO	SEXO	EDAD	No. CONTACTO DE EMERGENCIA	PARENTESCO														
1	1077062574	Mathias Santiago Rocha Garavito	M	6	3008046164	Madre	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			0	10
2	1076626810	Hannah Lucia Martínez González	F	8	3013950098	Padre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
3	1077062413	Maria Antonia Mejía Mayorga	F	8	3214454452	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
4	1076622602	Kristopher Julian Cardona Rodriguez	M	8	3144310123	Madre	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1			8	10
5	1076626864	Geronimo Gomez prieto	M	8	3180405551	Madre	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1			9	10
6	1023304671	Daniela Fula Medina	F	11	3014584725	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
7	1023304672	Maria Jose Fulano Medina	M	11	3014584725	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
8	1099554915	Juan Pablo Cuevas Ascanio	M	11	3228975923	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
9	1076624487	Jonathan David Gonzalez Garcia	M	12	3138836492	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
10	1020002085	Matias Hernandez	M	11	3133229030	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0			6	10
11	1078371889	Sarah Gabriela Camargo Ortiz	F	11	311 2972860	Madre	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1			8	10
12	1076625074	Isis Violeta Sanchez Rodriguez	F	11	3112752681	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
13	1072705441	Maicol Daniel Orjuela Granados	M	12	3204753248	Madre	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1			9	10
14	1032879668	Martin Andres Salazar Lima	M	10	3176986438	Abuela	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
15	1027296643	Emma Belic	F	10	3176793258	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
16	1025328650	Darek Asprilla Hurtado	M	10	3214909393	Madre	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1			9	10
17	1076625611	Martin Luque Quintero	M	10	3208280747	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
18	1078371710	Andres Felipe Turriago Paez	M	10	3168425397	Madre	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0			5	10
19	1076627114	Jeronimo Fonseca Barrios	M	8	3004423377	Padre	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1			8	10
20	1073484271	Andres Steban Rodriguez Rodriguez	M	13	3107889621	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
21	1016604929	Kenneth Farfan Leal	M	10	3143032155	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
22	1013040000	Joaquín Grijalba Cortes	M	10	3118967229	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
23	1013040407	Rafael Grijalba Cortes	M	7	3118967229	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
24	1076624347	Fabian Felipe Forero Rodriguez	M	13	3223345476	Madre	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1			8	10
25	1076625097	Angel David Galvis Gelves	M	11	3133538605	Madre	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1			3	10
26	1025150696	Salvador Zapata Reyes	M	12	3193920346	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
27	1053346238	Brayan Alexis Rozo Gonzalez	M	11	3228591922	Madre	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0			4	10
28	1016919020	Gael Correa Reyes	M	7	3193920346	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
29	1126425432	Maria Fernanda Ladino Yunda	M	14	3204716782	Madre	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			0	10

Observaciones / Comentarios:

Firma Instructor: LAURA B. H.

Alcaldía Municipal de Tabio	Proceso de gestión de deportes y recreación	Código : 210-GDR-F-12 Versión : 1.0 Fecha : 04/09/2025 Página : 1 de 1
	Formato de control de asistencia	

NIVEL	Avanzados												
Nombre del contratista	Laura Natalia Bernal Hernandez		Cédula	1007694904		Cat.	Avanzados	Rama	M y F	Mes	abril		
Escuela de Formación	Baloncesto		Nº Contrato	2026-035		Escenario	Colisea municipal		Nº Deportistas		25		

SEMANA							Semana 1			Semana 2			Semana 3			Semana 4			Sesiones cumplidas	Sesiones programadas
FECHA							8	10	11	15	17	18	22	24	25	29				
N°	No. IDENTIFICACION	NOMBRE Y APELLIDO	SEXO	EDAD	No. CONTACTO DE EMERGENCIA	PARENTESCO														
1	1033493560	Joan Sebastian Arboleda Acevedo	M	14	3217348092	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
2	1013015807	Nicolas Barrero Morales	M	13	3102670366	Padre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
3	1077062528	Jose Thomas Peña Sarmiento	M	14	3212215834	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
4	1077962252	Emmanuel Cristiano cortes	M	13	3154751403	Padre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
5	1011105860	Ilona Simonsen Patarroyo	F	14	3138278441	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
6	1028497578	Hanna Velria Lopez Gomez	F	14	3132875119	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
7	1013008161	Nicolas Lopez Medina	M	15	3105862002	Padre	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			0	10
8	1013008164	Sebastian Lopez Medina	M	15	3105862002	Padre	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			0	10
9	1031611064	Luis Esteban Sanchez Campos	M	13	3123781577	Padre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
10	1016958917	Leonardo Mayorga Cardozo	M	14	3115064550	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
11	1070390241	Juana Valeria Camargo Ortiz	F	17	311 2972860	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
12	1141123841	Juan Esteban Romero Mora	M	14	3108659269	Padre	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1			4	10
13	1076624134	Matias Rodriguez Tellez	M	13	3103070566	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
14	1076624037	Gregor Santiago Sanchez Rodriguez	M	13	3112752681	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
15	1019904166	Jeronimo Rozo Prieto	M	15	3112243862	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
16	1076623871	Johan Surid Fonseca Gonzalez	M	13	3114627289	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
17	1073483284	Katerin Chivara Yunda	F	15	3125500114	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
18	1141126704	Isabella Ochoa Quintero	F	13	3152114129	Madre	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1			8	10
19	1076620248	Juan Jose Correa Clavijo	M	13	3118590480	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
20	107299063	Santiago Porte Ballesteros	M	15	3123077645	Padre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
21	1034305664	Miguel Fulano Medina	M	14	3014584725	Madre	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1			8	10
22	1141123084	Laura sofia Calderon Cortes	F	15	3157313157	Padre	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1			9	10
23	1076623779	Zharick Nicolle Giraldo Tinjaca	F	16	3194246345	Madre	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10	10
24	1034301633	Tévari Marcelo Lopez López cano	M	14	3184739160	Madre	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1			5	10
25	1034295493	Kavi jizhan Salek Rubio	M	16	3168481677	Madre	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1			5	10

Observaciones / Comentarios:

Firma Instructor:	LAURA B. H.

Alcaldía Municipal de Tabio	Proceso de gestión de deportes y recreación	Código : 210-GDR-F-12 Versión : 1.0 Fecha : 04/09/2025 Página : 1 de 1
	Formato de control de asistencia	

NIVEL	Adultos																							
Nombre del contratista	Laura Natalia Bernal Hernandez		Cédula	1007694904		Cat.	Adultos	Rama	M y F	Mes	Abril													
Escuela de Formación	Baloncesto		Nº Contrato	2026-035		Escenario	Colisea municipal	Nº Deportistas	6															

SEMANA						Semana 1			Semana 2			Semana 3			Semana 4			Sesiones cumplidas	Sesiones programadas
FECHA						8	10	11	15	17	18	22	24	25	29				
N°	No. IDENTIFICACION	NOMBRE Y APELLIDO	SEXO	EDAD	No. CONTACTO DE EMERGENCIA	PARENTESCO													
1	1076623595	Rosa Ximena Rodriguez Pulido	F	32	3014883067	Esposo	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
2	1121857004	Nathaly Andrea Gomez Diaz	F	36	3138127626	Padre	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			0	10
3	1076621823	Diana Sofia Barrios Molina	F	36	3004448434	Esposo	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1			7	10
4	1070004225	Juan Sebastian Quintero	M	21	3105543809	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1			8	10
5	1095923698	Laura Lizeth Mayorga Jaimes	F	35	3114765620	Esposo	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1			8	10
6	1011090777	Juan Diego Camacho Gómez	M	20	3115068184	Madre	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0			6	10

Observaciones / Comentarios:

Firma Instructor: LAURA B. H.

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1007694904		BERNAL HERNANDEZ LAURA NATALIA	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	cll 3 5 68	TENJO-CUNDINAMARCA	3228906629	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2026-03	2026-03	1000000342	9501572192	I	2026/04/06	2026/04/01	BANCO DE BOGOTA	0	$552,500

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO			PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación	Nombres	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$1,750,905	$35,100			$1,750,905	$18,300		$0	$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$1,750,905	$35,100			$1,750,905	$18,300		$0	$0
Ciudad: TENJO Depto: CUNDINAMARCA (1 Afiliados)					$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$1,750,905	$35,100			$1,750,905	$18,300		$0	$0
1	CC	1007694904	BERNAL LAURA	25-14	30	$1,750,905	$280,200	EPS017	30	$1,750,905	$218,900	CCF24	30	$1,750,905	$35,100	14-11	30	$1,750,905	$18,300	30	$0	$0
Total		**Afiliados(1)**				$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$1,750,905	$35,100			$1,750,905	$18,300		$0	$0

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1007694904		BERNAL HERNANDEZ LAURA NATALIA	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	cll 3 5 68	TENJO-CUNDINAMARCA	3228906629	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2026-03	2026-03	1000000342	9501572192	I	2026/04/06	2026/04/01	BANCO DE BOGOTA	0	$552,500

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$280,200	$0	$0	$280,200
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	1	$280,200	$0	$0	$280,200
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$18,300	$0	$0	$18,300
ARL SURA	14-11	890,903,790	5	1	$18,300	$0	$0	$18,300
CCF (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$35,100	$0	$0	$35,100
COMPENSAR	CCF24	860,066,942	7	1	$35,100	$0	$0	$35,100
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$218,900	$0	$0	$218,900
FAMISANAR	EPS017	830,003,564	7	1	$218,900	$0	$0	$218,900
TOTAL				1	$552,500	$0	$0	$552,500