	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE CHÍA – IMRD NIT 800.201.907-1		
PROCESO:	GESTIÓN JURÍDICA Y DE CONTRATACIÓN	CÓDIGO	GJ-FO-03
NOMBRE:	INFORME DE ACTIVIDADES DE CONTRATISTAS	FECHA	21/06/2024
TIPO DE DOC:	FORMATO	VERSIÓN	1

INFORME DE CONTRATISTA			
NÚMERO DEL CONTRATO:	231		
TIPO DE CONTRATO:	PRESTACIÒN DE SERVICIOS		
OBJETO DEL CONTRATO:	PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES COMO PROFESOR DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE KARATE – DO DEL IMRD CHÍA.		
CONTRATISTA:	PABLO EMILIO LOZANO FUENTES		
No. DE CÉDULA	80400375		
FECHA INICIO DEL CONTRATO:	02 DE FEBRERO DEL 2026	FECHA DE TERMINACIÓN:	01 OCTUBRE DEL 2026
PLAZO DE EJECUCIÓN:	OCHO (8) MESES		
ADICIÓN:	NO APLICA		
PRÓRROGA:	NO APLICA		
PERIODO DEL INFORME:	DEL 01 AL 30 DE ABRIL DEL 2026		

DOCUMENTO SOPORTE DE PAGO	
VALOR TOTAL DEL CONTRATO:	$24’480.000
VALOR A PAGAR EN ESTE PERIODO:	$3’060.000
SALDO POR PAGAR:	$15’402.000
PAGO No.:	03

CONTRATOS DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS VIGENTES		
A la fecha de presentación del presente informe y documento soporte de pago, BAJO LA GRAVEDAD DE JURAMENTO, manifiesto que tengo vigentes los siguientes contratos adicionales de prestación de servicios, y que realicé el pago de aportes al SSI sobre el 40% del total de los ingresos mensuales así:		
ENTIDAD CONTRATANTE	VALOR MENSUAL DE LOS INGRESOS	FECHA INICIO / FECHA TERMINACIÓN CONTRATO
NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA

RELACIÓN DE DOCUMENTOS APORTADOS QUE ACREDITAN PAGOS APORTES A LOS SISTEMAS DE SEGURIDAD SOCIAL Y PARAFISCALES.			
TIPO DE APORTE	PLANILLA No.	MES AL QUE CORRESPONDE EL APORTE	VALOR PAGADO
SALUD	9502345691	ABRIL 2026	$218.900
PENSIÓN			$280.200
ARL			$42.700
VALOR TOTAL			$541.800

En cumplimiento de las obligaciones establecidas en el contrato No IMRD 231 PS 2026, me permito relacionar **las actividades ejecutadas** durante el periodo, en mi condición de contratista conforme a lo siguiente:

OBLIGACIONES ESPECÍFICAS	ACTIVIDADES DESARROLLADAS	No. DE ANEXO
	En el siguiente apartado se relacionarán las sesiones de clase desarrolladas durante el mes de abril del presente año.	

Avenida Pradilla 6 - 84 Coliseo de la Luna
PBX: (601) 884 4625
contactenos@imrdchia.gov.co

	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE CHÍA – IMRD NIT 800.201.907-1			
IMRD Instituto Municipal DE RECREACIÓN Y DEPORTES Chía	PROCESO:	GESTIÓN JURÍDICA Y DE CONTRATACIÓN	CÓDIGO	GJ-FO-03
	NOMBRE:	INFORME DE ACTIVIDADES DE CONTRATISTAS	FECHA	21/06/2024
	TIPO DE DOC:	FORMATO	VERSIÓN	1

1. Planear y desarrollar conjuntamente con la coordinación y el metodólogo de la entidad para desarrollar los planes de clase correspondientes al deporte de KARATE – DO, así como la distribución de los grupos poblacionales para suplir las necesidades de la comunidad y las metas de la entidad.	**Actividad:** sesión 1 **Descripción:** Trabajo de pasos y giros en combinación con golpes simples. Combinaciones de kihon con precisión en la ejecución. Kata de nivel inicial-intermedio (Heian Nidan) con trabajo de ritmo y respiración **Actividad:** sesión 2 **Descripción:** Trabajo de combinaciones de ataque y defensa (kihon avanzado). Kata Heian Nidan y Tekki Shodan enfocándose en respiración y control de ritmo. Combate simulado. Uso de fintas y cambios de ritmo. **Actividad:** sesión 3 **Descripción**: Trabajo técnico con enfoque en control y precisión (kihon). Kata Heian Shodan. Ejercicio de control de distancia en situaciones simples de combate. trabajo de defensa y contraataque básico. **Actividad:** sesión 4 **Descripción**: Kihon estático y dinámico. Combinaciones de zuki – geri – uke. Trabajo de coordinación con cambios de guardia y desplazamientos. Kata. Ejecución por segmentos y completo. **Actividad:** sesión 5 **Descripción**: Trabajo de velocidad y precisión. Combinaciones de ataques y defensas rápidas. Ejercicios de reacción con compañero. Kumite básico. Trabajo de anticipación. **Actividad:** sesión 6 **Descripción**: Trabajo táctico básico. Respuesta a ataques simples. Control de la distancia y trabajo de esquivas.	Anexo No. 1. Registro fotográfico de las sesiones de clase. Nota: Los soportes de la presente obligación reposan en la siguiente carpeta digital: https://drive.google.com/drive/folders/1A8jl87oFiCx-6gkDCx60JBy0GGvB_P5J?usp=drive_link

Avenida Pradilla 6 - 84 Coliseo de la Luna
PBX: (601) 884 4625
contactenos@imrdchia.gov.co

	Kumite guiado. Ejercicios de ataque y defensa con compañero. **Actividad:** sesión 7 **Descripción:** Combinaciones de técnicas ofensivas y defensivas. Práctica de técnicas de pierna. Situaciones de combate con combinaciones predefinidas. Adaptación y respuesta ante cambios de estrategia del oponente. **Actividad:** sesión 8 **Descripción**: Trabajo en la precisión y control en Mawashi-geri y Mae-geri. Ejecución de kata intermedio. Aplicación de combinaciones ofensivas y defensivas en situaciones de combate competitivo real. **Actividad:** sesión 9 **Descripción**: Combinación de técnicas ofensivas y defensivas en secuencia rápida. Práctica de kata intermedio. Ejercicios de adaptación y ajuste de estrategia en combate libre. **Actividad:** sesión 10 **Descripción**: Depuración en combinaciones de técnicas ofensivas y defensivas. Trabajo en la precisión y control en Mawashi-geri y Mae-geri. Simulación de combate con combinaciones predefinidas. **Actividad:** sesión 11 **Descripción**: Trabajo de combinaciones ofensivas y defensivas. Ejecución de kata intermedio (Heian Nidan). Aplicación de combinaciones ofensivas y defensivas en situaciones de combate. **Actividad:** sesión 12 **Descripción**: Combinación de técnicas ofensivas y defensivas en secuencia rápida. Práctica de kata intermedio. Ejercicios	

Avenida Pradilla 6 - 84 Coliseo de la Luna
PBX: (601) 884 4625
contactenos@imrdchia.gov.co

	de adaptación y ajuste de estrategia en combate libre. ataque. **Actividad:** sesión 13 **Descripción**: Ejecución de combinaciones técnicas. Trabajo en la precisión y fluidez de las transiciones entre técnicas de ataque y defensa. Ejercicios de kumite dirigido. **Actividad:** sesión 14 **Descripción**: Trabajo en la postura y equilibrio en las posiciones básicas. Ejercicios de golpeo y bloqueo enfocados en la precisión. Kumite básico por parejas (practicar bloqueos y contraataques simples). **Actividad:** sesión 15 **Descripción**: Ejecución de katas básicas con fluidez y precisión. Trabajo en la biomecánica de las técnicas de ataque y defensa. Kumite dirigido y enfocado en anticipación y toma de decisiones. **Soportes o evidencias:** Registro fotográfico de las sesiones.	
2. Entregar semanalmente al metodólogo del programa, las planeaciones de las sesiones de clase conforme a los lineamientos establecidos por el Instituto Municipal de Recreación y Deportes de Chía	**Actividad:** elaboración y envío semanal de las planeaciones correspondientes al mes abril, ajustadas a los lineamientos técnicos establecidos. **Descripción**: el día 27 de marzo se realizó y se entregó la estructuración de los planes de clase semanales, teniendo en cuenta los componentes físicos, teóricos y volitivos, acorde al nivel de los diferentes grupos. **Soportes o evidencias:** Pantallazo de los planes semanales.	Anexo No. 2. Pantallazo de los planes semanales. Nota: Los soportes de la presente obligación reposan en la siguiente carpeta digital: https://drive.google.com/drive/folders/1qX2X1EpKXWsdBdr4kjvHRUoEypIusFKI?usp=drive_link

Avenida Pradilla 6 - 84 Coliseo de la Luna
PBX: (601) 884 4625
contactenos@imrdchia.gov.co

3. Garantizar la asistencia continua de mínimo 50 usuarios evitando la deserción y entregando el registro de asistencia y cobertura en los formatos institucionales de SPP (seguimiento a la política pública) mensualmente.	**Actividad:** se realizó la toma de asistencia y el reporte en el SPP durante el mes de abril. **Descripción**: durante el periodo reportado, el contratista, garantizó la asistencia y permanencia de los usuarios en el proceso formativo, evitando la deserción y cumplimiento así: grupo iniciación 6 a 10 años: 13 usuarios; grupo iniciación más de 10 años: 14 usuarios; grupo deporte para adultos: 11 usuarios, para un total de 38 usuarios. Asimismo, realizó el registro de asistencia y cobertura en los formatos institucionales del SPP, conforme a los lineamientos establecidos para el seguimiento mensual. **Soportes o evidencias:** Pantallazo de los formatos diligenciados de asistencia y SPP.	Anexo No. 3. Pantallazo de los formatos diligenciados de asistencia y SPP. Nota: Los soportes de la presente obligación reposan en la siguiente carpeta digital: https://drive.google.com/drive/folders/1rSnjXnDg0P3myWbiQnDhf3uzvysSRo-L?usp=drive_link
4. Atender con prontitud y disposición los apoyos de diversas actividades o eventos de la entidad de acuerdo a la asignación de la entidad, cumpliendo a cabalidad con las funciones y tiempos establecidos.	No hubo solicitud de apoyo a eventos.	

Avenida Pradilla 6 - 84 Coliseo de la Luna
PBX: (601) 884 4625
contactenos@imrdchia.gov.co

IMRD Instituto Municipal DE RECREACIÓN Y DEPORTES-Chía	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE CHÍA – IMRD NIT 800.201.907-1			
	PROCESO:	GESTIÓN JURÍDICA Y DE CONTRATACIÓN	CÓDIGO	GJ-FO-03
	NOMBRE:	INFORME DE ACTIVIDADES DE CONTRATISTAS	FECHA	21/06/2024
	TIPO DE DOC:	FORMATO	VERSIÓN	1

5. Asistir a las reuniones, jornadas pedagógicas, capacitaciones, talleres de formación o eventos que convoque la Entidad a través del Supervisor del contrato, a fin de fortalecer el área misional de la Entidad.	**Actividad:** asistencia a evento institucional. **Descripción:** durante el periodo correspondiente al presente informe, el contratista asistió el día 06 de abril a la celebración del Deportista del Año, realizada en la Concha Acústica. **Actividad:** se asistió a reunión correspondiente a un taller teórico-práctico desarrollado de manera virtual. **Descripción:** durante el periodo reportado, se asistió el día 20 de abril a un taller teórico-práctico desarrollado de manera virtual, orientado al fortalecimiento eficaz del SPP. **Soportes o evidencias:** Registro fotográfico de las actividades.	Anexo No. 4. Registro fotográfico de las la reunión virtual y del evento "Deportista del año" Nota: Los soportes de la presente obligación reposan en la siguiente carpeta digital: https://drive.google.com/drive/folders/1E3RTew5EUzy1BczpiGTX9Z1aBGYWOJrq?usp=drive_link
6. Promover en los usuarios el desarrollo integral en valores, el juego limpio, la identidad deportiva, y el respeto por la entidad, compañeros, el medio ambiente, la institucionalidad y la comunidad en general.	**Actividad:** se desarrollaron juegos predeportivos y dinámicas grupales enfocadas en el fomento de valores y la convivencia. **Descripción**: durante el desarrollo de las sesiones de karate-do, el contratista promovió en los usuarios el desarrollo integral en valores como el respeto, la disciplina y el juego limpio. Asimismo, fomento la identidad deportiva y el respeto hacia la institución, los compañeros, el entorno y la comunidad en general. **Soportes o evidencias:** Registro fotográfico de las actividades.	Anexo No. 4 Registro fotográfico de las actividades. Nota: Los soportes de la presente obligación reposan en la siguiente carpeta digital: https://drive.google.com/drive/folders/1-X2P8IWNAPeShxe48jy8XigYGL_AqsYB?usp=drive_link
7. Las demás que le sean asignadas por el supervisor de acuerdo a la naturaleza del contrato.		

Avenida Pradilla 6 - 84 Coliseo de la Luna
PBX: (601) 884 4625
contactenos@imrdchia.gov.co





Trabajos de saltabilidad *Trabajos de estiramientos*





Trabajos de kata

ANEXO 2.

PANTALLAZO DE LOS PLANES SEMANALES.

FECHA Del 13 al 19 de abril del 2026	DEPORTE KARATE-DO	GRUPO Iniciación y Fundamentación	NUMERO DE MICRO 10	TIPO DE MICROCICLO Corriente	
FISICO/ COORDINATIVO	TÉCNICO	TACTICO/ESTRATEGICO	TEORICO	VOLITIVO	
Mejorar la coordinación específica mediante ejercicios de combinación de movimientos (desplazamientos + técnicas). Incrementar la velocidad de reacción mediante ejercicios de respuesta a estímulos visuales y auditivos. Fortalecer la resistencia anaeróbica mediante repeticiones de técnicas de combate (kumite) de alta intensidad.	Perfeccionar la fluidez en la combinación de técnicas ofensivas y defensivas. Mejorar la precisión y control en técnicas de pierna (Mawashi-geri, Mae-geri). Practicar la ejecución de kata de nivel intermedio (Heian Nidan, Heian Sandan).	Aplicar combinaciones ofensivas y defensivas en situaciones simuladas de combate. Mejorar la capacidad de adaptación ante cambios en la estrategia del oponente. Trabajar en la creación de oportunidades para el contraataque.	Analizar las fases de un combate y la importancia de la postura. Comprender las penalizaciones y puntuaciones en el kumite. Conocer la estructura y propósito de un kata.	Incrementar la autoconfianza e de combate. Fortalecer la capacidad para t decisiones rápidas y efectivas. Desarrollar la resistencia ment situaciones de fatiga y presión	
LUNES		MIERCOLES			
OBJETIVO DE LA SESION Trabajar la base técnica y la coordinacion		OBJETIVO DE LA SESION Trabajar la combinación y la estrategia		OBJETIVO DE LA SESION D	
PI	**Calentamiento (20 minutos):** Movilidad articular (5 minutos): Movimientos circulares de cabeza, hombros, codos, caderas, rodillas y tobillos. Ejercicios de activación (5 minutos): Saltos suaves en el sitio. Desplazamientos laterales y frontales a baja intensidad. Coordinación (10 minutos): Ejercicios de golpeo al aire (zuki y keri) con cambio de guardia. Trabajo de pasos y giros en combinación con golpes simples (1-2 movimientos).		**Calentamiento (20 minutos):** Movilidad articular dinámica. Juego de reacción (respuesta ante señales sonoras o visuales). Desplazamientos con cambios de ritmo y dirección.		**Calentamiento (20 minutos):** Movilidad articular y activación Trabajo de agilidad y reacción Ejercicios de velocidad de reac
	ACTIVIDADES / EJERCICIOS		ACTIVIDADES / EJERCICIOS		ACTI
	Parte técnica (40 minutos): Fundamentación: Combinaciones de técnicas ofensivas y defensivas. Práctica de técnicas de pierna (Mae-geri, Mawashi-geri).		**Parte técnica (40 minutos)** Fundamentación: Trabajo en la precisión y control en Mawashi-geri y Mae-geri. Ejecución de kata intermedio (Heian Nidan).		**Fase técnica (40 minutos)** Fundamentación: Combinación de técnicas ofen Práctica de kata intermedio (H

MICROCICLO 5 ABRIL | MICROCICLO 4 ABRIL | MICROCICLO 3 ABRIL | MICROCICLO ...

Microciclos de abril enviados al drive

Avenida Pradilla 6 - 84 Coliseo de la Luna
PBX: (601) 884 4625
contactenos@imrdchia.gov.co

	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE CHÍA – IMRD NIT 800.201.907-1			
IMRD Instituto Municipal DE RECREACIÓN Y DEPORTES-Chía	PROCESO:	GESTIÓN JURÍDICA Y DE CONTRATACIÓN	CÓDIGO	GJ-FO-03
	NOMBRE:	INFORME DE ACTIVIDADES DE CONTRATISTAS	FECHA	21/06/2024
	TIPO DE DOC:	FORMATO	VERSIÓN	1

Reuniòn virtual Celebración "Deportista del Año"

ANEXO 5.

REGISTRO FOTOGRÁFICO DE LAS ACTIVIDADES



Más que técnica formación en valores

Las evidencias reposan en carpeta Drive:
https://drive.google.com/drive/folders/13TAgz_8V8M8-aJdYmgymJrni1tMkKY5f?usp=drive_link

Adicionalmente se adjuntan soportes y/o evidencias fotográficas. (se indica si hay necesidad de anexa CD, USB, o si se entregan adjuntas).
El presente informe contiene el soporte de pago correspondiente, para el periodo del informe que se presenta. De igual manera, el presente documento se entenderá presentado por el contratista una vez se realice su respectivo cargue en SECOP II.

Atentamente.

PABLO EMILIO LOZANO FUENTES
CÉDULA: 80400375

VoBo

Avenida Pradilla 6 - 84 Coliseo de la Luna
PBX: (601) 884 4625
contactenos@imrdchia.gov.co

Chía, 30 de abril de 2026

EL INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTES DE CHIA
NIT: 800201907-1

DEBE A:

PABLO EMILIO LOZANO FUENTES, identificado con cédula de ciudadanía No. 80400375 de Chìa Cundinamarca.

Quien cuenta con las siguientes características contractuales:

Objeto:	Prestar los servicios profesionales como profesor de la escuela de formación deportiva de karate – do del IMRD chía.
Periodo ejecutado:	01/04/2026 al 30/04/2026
Valor:	**TRES MILLONES SESENTA MIL PESOS M/CTE. ($3'060.000=)**
Por Concepto de	Prestación de servicios del Contrato No 231 PS 2026
Nº y mes de planilla de Seguridad Social	SE ANEXAN PLANILLAS N: 9502345691 **MES DE ABRIL**
Nivel del riesgo ARL	Riesgo 03
Modalidad de pago	___Cheque **X** Transferencia electrónica
** Si el pago es por transferencia electrónica realizar en la cuenta **AHORROS** Nº337-680469-43 de BANCOLOMBIA	

Atentamente:

PABLO EMILIO LOZANO FUENTES
C.C. 80400375 de Chia
Cel.: 3118868871
Correo electrónico: pabloelfuntes@hotmail.com

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 80400375		LOZANO FUENTES PABLO EMILIO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	VEREDA LA VALSA SECTOR RINCON SANTO	CHIA-CUNDINAMARCA	8625610	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION									
Período		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Días Mora	Valor
2026-04	2026-04	1000001420	9502345691	I	2026/05/20	2026/04/09	BANCO DE BOGOTA	0	$541,800

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			$0	$0			$1,750,905	$42,700		$0	$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)							$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$0	$0			$1,750,905	$42,700		$0	$0
Ciudad: CHIA Depto: CUNDINAMARCA (1 Afiliados)							$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$0	$0			$1,750,905	$42,700		$0	$0
1	CC	80400375	LOZANO PABLO		25-14	30	$1,750,905	$280,200	EPS010	30	$1,750,905	$218,900		0	$0	$0	14-23	30	$1,750,905	$42,700	0	$0	$0
Total			**Afiliados(1)**				$1,750,905	$280,200			$1,750,905	$218,900			$0	$0			$1,750,905	$42,700		$0	$0