Yopal, 26 de mayo de 2026

Licenciada
LINA PAOLA AMAYA BAHAMON
Supervisora Contrato 0102 del 29/1/2026
Yopal-Casanare

Asunto: Informe de actividades mensual del Contrato de Prestación de Servicios Profesionales No. 0102 del 29/01/2026.

Cordial saludo.

Respetuosamente me dirijo a usted para presentar el informe 3 de 5 correspondiente al período comprendido del 03 de abril al 02 de mayo de 2026 del contrato 0102 del 1/29/2026, con el siguiente objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO NTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO

Documentos anexos.

- Informe de actividades.
- Anexo informe de actividades.
- Mesociclo gráfico y escrito.
- Horarios de entrenamiento.
- Acta de sustentación(metodólogo)
- Certificación expedida por el metodólogo.
- Formato planilla de asistencia.
- Formato población beneficiada.
- Certificación de veracidad.
- Formato registro fotográfico.
- Certificación de deducciones.
- Certificación decreto 1070.
- Certificación decreto 060 – 2023.
- Copia seguridad social, pensión y riesgos profesionales.
- Certificación bancaria.
- Formato no obligado a facturar.
- Copia del Rut
- Certificación bancaria

Anexo a este periodo de cobro los documentos que corresponden del 3 de abril al 2 de mayo de 2026.

Cordialmente:

GELMAR GIRALDO GUANARO
Entrenador Departamental
Cel. 3114793194

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 3 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0102 - de 2026-01-29 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO.

Yopal, 26 de Mayo del 2026.

Señor(a)
LINA PAOLA AMAYA BAHAMON
PROFESIONAL UNIVERSITARIO DEPORTES
Supervisor
Ciudad

Ref: Informe de Actividades No. 3 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0102 - de 2026-01-29.

Cordial Saludo,

En cumplimiento del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES de la referencia, relaciono a continuación las actividades realizadas desde: 03/04/2026 hasta 02/05/2026.

A. ANTECEDENTES:

CLASE DE CONTRATO	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES
NUMERO DE CONTRATO	0102
FECHA DE CONTRATO	2026-01-29.
NOMBRE DEL CONTRATISTA	GELMAR GIRALDO GUANARO
NUMERO DE IDENTIFICACIÓN DE CONTRATISTA	74860607 de YOPAL
OBJETO DEL CONTRATO	PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO.
FECHA DE INICIO	2026-02-03
PLAZO DE EJECUCIÓN	Cinco (5) MESES
FECHA DE TERMINACIÓN INICIAL	2026-07-02
FECHA DE INFORME	26 de Mayo del 2026
PERIODO DE INFORME	03/04/2026 hasta 02/05/2026
NUMERO DE INFORME	3
DIRECCIÓN DE DOMICILIO	CR 13 25 29 BRR LA UNIDAD
CIUDAD	YOPAL
TELEFONO MOVIL	3114793194
CORREO ELECTRÓNICO	gelmarggg@gmail.com
SUSPENSIÓN	
NUEVA FECHA DE TERMINACIÓN	2026-07-02

Información del Contrato Adicional (consigne la información de adicionales en plazo y/o en valor e incluya las filas según su caso)

	No. Plazo	No. Valor	Fecha Suscripción	Tiempo Adicional	Valor Adicional
-	-	-	-	-	-

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 3 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0102 - de 2026-01-29 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO.

B. ESTADO FÍSICO:

Hasta la fecha 02/05/2026, el CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0102 presenta una ejecución del 60% contra una programada del 100%.

C. ESTADO FINANCIERO:

	Valor	Anticipo	
CONTRATO INICIAL	$24.336.600,00	$0,00	
ADICIONAL	$0,00	$0,00	
TOTAL CONTRATO	$24.336.600,00	$0,00	
	Valor Acta	Amortiza	Vr. Pagado
VALOR ACTA No. 1	$4.867.320,00	$0,00	$4.867.320,00
VALOR ACTA No. 2	$4.867.320,00	$0,00	$4.867.320,00
PRESENTE ACTA	$4.867.320,00	$0,00	$4.867.320,00
POR EJECUTAR	$9.734.640,00		
TOTAL	$24.336.600,00	$0,00	$14.601.960,00

VALOR A PAGAR EN LA PRESENTE ACTA NO. 3: $4.867.320,00 M.L.C.

D. ACTIVIDADES:

ACTIVIDADES: 1. Prestar los servicios como entrenador, para orientar los procesos de formación, preparación y apoyo a deportistas de rendimiento deportivo en el departamento de Casanare de acuerdo con los lineamientos propuestos por la Liga deportiva correspondientes y aprobados por Indercas por intermedio del metodólogo de la disciplina, dejando constancia por escrito del hecho. 2. Presentar el cronograma, horarios y lugares de trabajo por categoría y rama. 3. Presentar y sustentar el Plan metodológico de entrenamiento, por equipo, categoría y deportistas según corresponda, relacionado con el tiempo de contratación ante el metodólogo asignado y/o equipo técnico metodológico. 4. Realizar los Ajustes al Plan metodológico de trabajo y cronograma, en caso de que el metodólogo asignado lo solicite. 5. Presentar los resultados técnicos mensuales de acuerdo con lo programado en el Plan metodológico de trabajo. 6. Presentar al metodólogo asignado por Indercas los pronósticos de participación a eventos departamentales, nacionales e internacionales de cada uno de las selecciones o deportistas, como mínimo diez días antes de cada evento, para su respectivo análisis y aprobación. 7. En caso de participación en eventos deportivos departamentales, nacionales e internacionales, deberá enviar información de los resultados obtenidos al jefe o responsable de prensa de Indercas y presentar el informe técnico de participación de cada uno de las selecciones o deportistas en un plazo máximo de tres días siguientes a la terminación de la competencia al metodólogo asignado por Indercas y consolidarlo en el informe mensual. 8. Desarrollar un proceso técnico, táctico y de planificación deportiva durante mínimo seis (6) horas al día de lunes a viernes y los días festivos cuando se requiera, para atender (En caso de deportes de conjunto 40 personas, deportes individuales 25 personas y deporte adaptado 15 personas) entre niños, niñas y adolescentes por mes de ejecución del contrato en la disciplina asignada. 9. Realizar visitas como estrategia de articulación con los diferentes municipios para detectar e involucrar los deportistas de rendimiento que puedan existir en cada uno a los procesos deportivos. 10. Desarrollar procesos deportivos mediante competencias mínimo una vez al mes, para fortalecer la enseñanza, aprendizaje y fomento del deporte. 11. Apoyar de forma técnica deportiva el proceso de Juegos Intercolegiados de acuerdo con las necesidades de su disciplina deportiva. 12. Verificar que para las sesiones de adiestramiento los deportistas cumplan con los protocolos establecidos por el Centro Especializado del Deporte. 13. Llevar control de la asistencia de los deportistas beneficiados y presentar las correspondientes planillas en cada informe de actividades. 14. Presentar en medio magnético de manera mensual y con la liquidación del contrato, la base de datos estadística de la población beneficiada según formato de Indercas, donde se incluyan los siguientes

aspectos: a) Rango de edad: Primera infancia (0-5); Infancia (6-11); Adolescencia (12-17); b) Enfoque de género: masculino, femenino; c) Enfoque étnico: indígenas, Comunidades NARP, Población ROM, Ninguno; d) Enfoque diferencial: Víctimas del conflicto armado, habitante de calle, PPL-TD, PPR, población en pobreza extrema, personas con discapacidad, ninguno. 15. Las demás asignadas por gerencia y/o supervisor de acuerdo con su objeto contractual. OBLIGACIONES: 1. Cargar mensualmente el informe de ejecución de actividades dentro de los tres (03) días hábiles siguientes al vencimiento del periodo a certificar, en la plataforma de acuerdo con el formato establecido por el Instituto, con los respectivos anexos, planilla detallada y soporte de pago de salud, pensión y riesgos laborales en formato digital, y una vez aprobado por el supervisor presentarlo en medio físico. 2. Asistir y participar de las reuniones, convocatorias y capacitaciones que se realicen por parte del INDERCAS, relacionadas con el objeto del contrato. 3. Apoyar las actividades lideradas o apoyadas por el INDERCAS a las cuales sea convocado, relacionadas con el objeto del contrato. 4. Presentar antes del primer pago, certificado a su nombre del curso de integridad, transparencia y lucha contra la corrupción, que se encuentra en: https://www.funcionpublica.gov.co/eva_/curso-integridad, de acuerdo con lo establecido en el artículo 11. SENSIBILIZACIÓN Y CAPACITACIÓN de la ESTRATEGIA PARA LA GESTIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES, aprobada mediante acta del Comité Institucional de Gestión y Desempeño de Indercas, el día 13 de octubre de 2020. 5. Mantener informada al Indercas de los hechos o circunstancias que puedan constituir actos de corrupción o puedan poner o pongan en riesgo el cumplimiento del contrato, o cuando tal incumplimiento se presente. 6. Presentar antes del primer pago evidencias sobre su participación, replica e información a los padres de familia, deportistas y demás personas del entorno sobre la campaña para la prevención y orientación de las violencias basadas en género en el sector deporte liderada por el Ministerio del Deporte. 7. Realizar mensualmente una campaña para la prevención y orientación de las violencias basadas en género en el sector deporte, para lo cual deberá dejar constancia del hecho por escrito. 8. Cumplir con el objeto del presente contrato por sus propios medios, con plena autonomía técnica y administrativa. 9. Respaldar la ejecución de sus actividades, donde se evidencié los beneficios de realizar regularmente la práctica del deporte, la recreación, actividad física, y el aprovechamiento del tiempo libre, siempre preservando los derechos de los menores de edad determinados en la ley 1098 de 2006 (noviembre 8) por la cual el código de la infancia y la adolescencia, la cual tiene por objeto establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades consagrados en los instrumentos internacionales de derechos humanos, en la constitución política y en las leyes, así como su restablecimiento.

E. ACTIVIDADES DESARROLLADAS:

ACTIVIDAD	ACTIVIDADA REALIZADA	PORCENTAJE (%)
ACTIVIDAD 01. Prestar los servicios como entrenador, para orientar los procesos de formación, preparación y apoyo a deportistas de rendimiento deportivo en el departamento de Casanare de acuerdo con los lineamientos propuestos por la Liga deportiva correspondientes y aprobados por Indercas por intermedio del metodólogo de la disciplina, dejando constancia por escrito del hecho.	Llevé a cabo la dirección y planeación de los ciclos de preparación técnica y capacidades físicas para los atletas de las disciplinas de Atletismo y Paraatletismo, articulando las actividades con el marco metodológico de la Liga de Atletismo de Casanare. La intervención pedagógica se dosificó por medio de microciclos enfocados inicialmente en el calentamiento específico y la flexibilidad activa, seguidos por el fortalecimiento de valencias condicionales prioritarias como la potencia, la resistencia de base y la velocidad de reacción. Se hizo especial énfasis en la corrección de la técnica de carrera, ajustándola de forma personalizada a los atletas con discapacidad visual, intelectual o física, promoviendo así un entorno inclusivo que potencia sus marcas deportivas y consolida el posicionamiento del departamento en la élite del paraatletismo nacional. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
ACTIVIDAD 02. Presentar el cronograma, horarios y lugares de trabajo por categoría y rama.	Se consolidó y entregó el esquema de programación de jornadas y uso de instalaciones, formulado según pautas de rendimiento para cada una de las categorías de trabajo, consolidando un plan de acción que favorece la articulación sistemática entre los horarios de entrenamiento, los núcleos de beneficiarios y los entornos de práctica técnica. Así se garantiza el cumplimiento integral de los compromisos por medio de formatos estandarizados para optimizarlos procesos, determinando los	60

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 3 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0102 - de 2026-01-29 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO.

	horarios. DAMAS Y VARONES LUGAR: ESTADIO SANTIAGO DE LAS ATALAYAS 8:00 A 10:00 AM TODAS LA CATEGORIAS Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	
ACTIVIDAD 03. Presentar y sustentar el Plan metodológico de entrenamiento, por equipo, categoría y deportistas según corresponda, relacionado con el tiempo de contratación ante el metodólogo asignado y/o equipo técnico metodológico.	Realice la presentación y sustentación técnica del plan metodológico ante el metodólogo de la entidad, el profesional Bladimir Barrera Corredor, en la Oficina Indercas - Pier Lora Muñoz. En dicho espacio se expuso de manera detallada la planeación macroestructural (macrociclo), fundamentando las etapas de preparación, competencia y transitoriedad ajustadas a las necesidades de los deportistas, y se realizó la entrega formal de la propuesta escrita junto con el plan de trabajo detallado en cumplimiento de las obligaciones contractuales derivadas del Contrato 102 de 2026, asegurando así la alineación de los procesos de entrenamiento con los estándares de rendimiento institucional. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
ACTIVIDAD 04. Realizar los Ajustes al Plan metodológico de trabajo y cronograma, en caso de que el metodólogo asignado lo solicite.	Dando estricto cumplimiento a las sugerencias y directrices técnico-metodológicas suministradas por la entidad, se ejecutó un proceso de reorganización y ajuste de los volúmenes y cargas de trabajo físico, consolidando de este modo un modelo de planificación más eficiente y adaptado. Mediante este cambio metodológica, se blindó que el incremento progresivo en la densidad y frecuencia de las sesiones de preparación guarde una estricta coherencia y proporcionalidad con los requerimientos energéticos, metabólicos y técnicos demandados por los certámenes de alta competencia que se avecinan en el calendario deportivo, anteponiendo de forma prioritaria la preservación de la salud integral, la prevención de lesiones y la consecución del pico óptimo de rendimiento físico del para-atleta. Medio: Correo electrónico. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
ACTIVIDAD 05. Presentar los resultados técnicos mensuales de acuerdo con lo programado en el Plan metodológico de trabajo.	Se verifica que se cumpla con los objetivos del mesociclo: OBJETIVO ESPECIFICO MICRO 3: Mejorar la coordinación. Estoy en la tarea de formalizar los procesos de iniciación y fundamentación en el departamento a través de la enseñanza de las técnicas de para-atletismo, orientando los esfuerzos hacia la detección y proyección de nuevos talentos deportivos. Esta estrategia metodológica prioriza la apropiación conceptual de los reglamentos vigentes y los fundamentos mecánicos aplicables a cada disciplina de pista y campo, optimizando el desarrollo psicomotor, las capacidades condicionales y las cualidades coordinativas de los jóvenes deportistas. Mediante la aplicación de valoraciones diagnósticas periódicas y el control sistemático de las habilidades motrices básicas y específicas, se busca consolidar una base estructural sólida que viabilice una transición efectiva y progresiva hacia las categorías de competición oficial del sistema paralímpico nacional. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
ACTIVIDAD 06. Presentar al metodólogo asignado por Indercas los pronósticos de participación a eventos departamentales, nacionales e internacionales de cada uno de las selecciones o deportistas, como mínimo diez días antes de cada evento, para su respectivo análisis y aprobación.	Dando cumplimiento a la programación del año 2026, en las fechas del 6 al 12 de abril se formalizó ante el metodólogo el pronóstico de rendimiento deportivo para el grupo de diez (10) para-atletas seleccionados para el Campeonato Nacional Interligas y Clubes Categoría Mayores en Cali. Dicha competencia constituye un objetivo estratégico avalado en la planeación inicial de la entidad. Los documentos de soporte, enfocados en los objetivos de marcas y medallería, recibieron una minuciosa auditoría por parte del Licenciado Bladimir Barrera Corredor en las oficinas del Polideportivo Pier Lora, obteniendo su aprobación definitiva; esta planeación competitiva se ingresó formalmente en el presente ciclo de cobro, acatando el lineamiento reglamentario que exige una antelación mínima de veinte (20) días respecto al inicio del viaje y la competencia. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
ACTIVIDAD 07. En caso de participación en eventos deportivos departamentales, nacionales e internacionales, deberá enviar información de los resultados obtenidos al jefe o responsable de prensa de Indercas y	En estricto cumplimiento de la obligación de reportar las participaciones oficiales, tras la asistencia al Campeonato Nacional Interligas y Clubes de Para-atletismo Categoría Mayores —celebrado del 6 al 12 de abril de 2026—, se remitió el balance de los resultados obtenidos al responsable de prensa de Indercas y se radicó el informe técnico especificado ante el	60

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 3 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0102 - de 2026-01-29 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO.

presentar el informe técnico de participación de cada uno de las selecciones o deportistas en un plazo máximo de tres días siguientes a la terminación de la competencia al metodólogo asignado por Indercas y consolidarlo en el informe mensual.	metodólogo asignado dentro del plazo establecido de tres días posteriores a la finalización de la competencia. Con esta actuación se certifica que se cumplió con éxito el pronóstico de participación en el evento, logrando una optimización sustancial de las marcas técnicas en las diferentes pruebas de pista y campo, lo cual consolida los soportes del informe mensual y permite proyectar con firmeza a los deportistas hacia los objetivos fundamentales del ciclo. RESUMEN DE PRONOSTICO VERSUS RESULTADOS PRONOSTICO REAL 4 ORO 3 ORO 3 PLATA 3 PLATA 3 BRONCE 3 BRONCE Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	
ACTIVIDAD 08. Desarrollar un proceso técnico, táctico y de planificación deportiva durante mínimo seis (6) horas al día de lunes a viernes y los días festivos cuando se requiera, para atender (En caso de deportes de conjunto 40 personas, deportes individuales 25 personas y deporte adaptado 15 personas) entre niños, niñas y adolescentes por mes de ejecución del contrato en la disciplina asignada.	Durante el presente ciclo, el macrociclo se redirigió hacia la optimización de las capacidades físicas condicionales y la transición técnico-metodológica orientada de forma directa a la preparación para la competencia de para-atletismo. Se priorizaron sistemas de activación neuromuscular dinámica, flexibilidad adaptada y el desarrollo de la fuerza en la zona central y extremidades, ajustando las cargas a las exigencias biomecánicas del reglamento paralímpico. Este enfoque pedagógico se estructuró enfocando los patrones de movimiento y la alineación postural hacia el gesto deportivo específico, lo que garantiza el blindaje osteomuscular de los para-atletas y eleva su rendimiento de cara a los próximos competencias nacionales. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
ACTIVIDAD 09. Realizar visitas como estrategia de articulación con los diferentes municipios para detectar e involucrar los deportistas de rendimiento que puedan existir en cada uno a los procesos deportivos.	Trabaje liderando equipos de inspección metodológica en los diferentes entes deportivos municipales, utilizándolas como plataforma estratégica de articulación para captar e involucrar formalmente a deportistas de rendimiento en los planes de entrenamiento adaptado del departamento . Este esquema de búsqueda activa en terreno suministró un censo claro del potencial atlético regional, optimizando la conformación de la reserva deportiva departamental de cara a los compromisos del sistema paralímpico. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
ACTIVIDAD 10. Desarrollar procesos deportivos mediante competencias mínimo una vez al mes, para fortalecer la enseñanza, aprendizaje y fomento del deporte.	Se realizó la entrega formal del informe técnico correspondiente a la salida nacional para la participación en el Campeonato Nacional Interligas y Clubes de Para-atletismo Categoría Mayores, certamen desarrollado en la ciudad de Cali del 6 al 12 de abril de 2026. Este documento recopila detalladamente el balance de rendimiento, el cumplimiento de los pronósticos de marcas, los resultados deportivos alcanzados por la delegación y los soportes metodológicos requeridos por la institución, consolidando así la evidencia técnica de la competencia dentro del periodo correspondiente Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
ACTIVIDAD 11. Apoyar de forma técnica deportiva el proceso de Juegos Intercolegiados de acuerdo con las necesidades de su disciplina deportiva.	Se coordinaron trabajos de preparación física y asimilación técnica con la población estudiantil de múltiples colegios del municipio orientadas al reforzamiento de la motricidad fina, gruesa y el perfil competitivo. Este proceso formativo se proyecta como el soporte técnico esencial para afrontar las competencias del programa Supérate Intercolegiados, dando cumplimiento normativo a las directrices de fomento atlético, descentralización del servicio y proyección del semillero deportivo departamental. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
ACTIVIDAD 12. Verificar que para las sesiones de adiestramiento los deportistas cumplan con los protocolos establecidos por el Centro Especializado del Deporte.	Bajo los lineamientos del plan metodológico aprobado, se desarrolló un sistema de intervención y auditoría del estado deportivo, utilizando eficazmente los test y registros del Centro Especializado del Deporte. Con este enfoque se blinda el componente de preparación técnico-física mediante indicadores constantes, facilitando la planificación de las sesiones según el estado funcional real y la adaptación del equipo. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
ACTIVIDAD 13. Llevar control de la asistencia de los deportistas beneficiados y presentar las correspondientes planillas en cada informe de actividades.	Se adjuntan las planillas de asistencia y la validación de concurrencia de las deportistas de la modalidad de para-atletismo, empleando los formatos exigidos para el trámite de la cuenta de cobro., este procedimiento blinda el seguimiento estricto de la planificación deportiva, sustentando el perfeccionamiento de las sesiones por medio de una fiscalización constante; bajo el principio de evaluar para optimizar, se	60

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 3 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0102 - de 2026-01-29 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO.

	reconfiguraron los volúmenes y cargas de esfuerzo, garantizando que cada estímulo técnico esté alineado con la condición y el entorno competitivo del seleccionado. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	
ACTIVIDAD 14. Presentar en medio magnético de manera mensual y con la liquidación del contrato, la base de datos estadística de la población beneficiada según formato de Indercas, donde se incluyan los siguientes aspectos: a) Rango de edad: Primera infancia (0-5); Infancia (6-11); Adolescencia (12-17); b) Enfoque de género: masculino, femenino; c) Enfoque étnico: indígenas, Comunidades NARP, Población ROM, Ninguno; d) Enfoque diferencial: Víctimas del conflicto armado, habitante de calle, PPL-TD, PPR, población en pobreza extrema, personas con discapacidad, ninguno.	Se tramitó la radicación en plataforma de la población deportiva impactada en este ciclo del contrato, sistematizando el reporte a través de la segmentación poblacional y el enfoque diferencial aplicable. Este informe técnico cumple con las directrices, códigos y formatos estandarizados por el INDERCAS, asegurando una elaboración transparente para los procesos de interventoría técnica, verificación de asistencia y cumplimiento normativo del plan de acción. Se entrega una población total de 20 deportistas en la disciplina de para atletismo. ADOLESCENCIA 12 A 17 AÑOS 15 JUVENTUD 18 A 28 AÑOS 3 ADULTO 29 A 60 2 Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
ACTIVIDAD 15. Las demás asignadas por gerencia y/o supervisor de acuerdo con su objeto contractual.	Estuve en disposición para acoger y desarrollar los lineamientos extraordinarios que ordene la supervisión del contrato o la alta gerencia en la vigencia del 3 de abril al 2 de mayo de 2026, garantizando que toda acción metodológica se despliegue en perfecta alineación con las normativas institucionales y las cláusulas técnicas que rigen este compromiso	60
OBLIGACIÓN 01. Cargar mensualmente el informe de ejecución de actividades dentro de los tres (03) días hábiles siguientes al vencimiento del periodo a certificar, en la plataforma de acuerdo con el formato establecido por el Instituto, con los respectivos anexos, planilla detallada y soporte de pago de salud, pensión y riesgos laborales en formato digital, y una vez aprobado por el supervisor presentarlo en medio físico.	Para dar cumplimiento a la radicación de cuentas del período ejecutado, se procede a la presentación de evidencias necesario para el trámite administrativo del contrato. El consolidado integra los documentos de soporte técnico (informe de metas, planillas de asistencia y macrociclo), las aprobaciones metodológicas de la Liga y el profesional asignado, junto con la documentación tributaria y de seguridad social (RUT, pagos a la planilla única y certificaciones de ley), lo cual asegura la trazabilidad, legalidad y veracidad de los soportes técnicos entregados. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 02. Asistir y participar de las reuniones, convocatorias y capacitaciones que se realicen por parte del INDERCAS, relacionadas con el objeto del contrato.	Estuve atento ante cada uno de los requerimientos, mesas técnicas y jornadas de capacitación programadas por INDERCAS con total receptividad a las convocatorias ligadas al objeto contractual. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 03. Apoyar las actividades lideradas o apoyadas por el INDERCAS a las cuales sea convocado, relacionadas con el objeto del contrato.	Mantengo toda la disposición para ayudar en el cumplimiento de los planes operativos y de respaldo que lidere el instituto. Mi participación estará orientada a dar soluciones prácticas y apoyo organizativo a la entidad, atendiendo con puntualidad las reuniones y asegurando una representación adecuada en los espacios deportivos o de participación que me sean asignados. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 04. Presentar antes del primer pago, certificado a su nombre del curso de integridad, transparencia y lucha contra la corrupción, que se encuentra en: https://www.funcionpublica.gov.co/eva_/curso-integridad, de acuerdo con lo establecido en el artículo 11. SENSIBILIZACIÓN Y CAPACITACIÓN de la ESTRATEGIA PARA LA GESTIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES, aprobada mediante acta del Comité Institucional de Gestión y Desempeño de Indercas, el día 13 de octubre de 2020.	Se anexa a este documento la constancia de aprobación de la capacitación en Integridad, Transparencia y Lucha contra la Corrupción, otorgada por el Departamento Administrativo de la Función Pública. Al acreditar esta instrucción, se acatan las directrices estatales enfocadas en robustecer la ética en el servicio y la correcta administración de los fondos asignados para el desarrollo de las actividades del contrato Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 05. Mantener informada al Indercas de los hechos o circunstancias que	Certifico que, con corte a la fecha del presente reporte, el cumplimiento de las obligaciones contractuales ha marchado bajo estrictos parámetros	60

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 3 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0102 - de 2026-01-29 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO.

puedan constituir actos de corrupción o puedan poner o pongan en riesgo el cumplimiento del contrato, o cuando tal incumplimiento se presente.	normativos, transcurriendo el ciclo sin novedades, reportes o alertas de corrupción que pusieran en riesgo la continuidad de la atención deportiva o el logro de los objetivos del plan de trabajo Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	
OBLIGACIÓN 06. Presentar antes del primer pago evidencias sobre su participación, replica e información a los padres de familia, deportistas y demás personas del entorno sobre la campaña para la prevención y orientación de las violencias basadas en género en el sector deporte liderada por el Ministerio del Deporte.	ACTIVIDAD CUMPLINA EN EN INFORME 1 Se realizó la socialización de los protocolos para la prevención de la violencia de género, definiéndola como el conjunto de herramientas para prevenir daños físicos, psicológicos o sociales vinculados al rol de género de los individuos. El enfoque destaca la importancia de identificar los desequilibrios de poder y establecer rutas de atención para salvaguardar la integridad de las deportistas y personas con identidades diversas dentro del sistema deportivo Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 07. Realizar mensualmente una campaña para la prevención y orientación de las violencias basadas en género en el sector deporte, para lo cual deberá dejar constancia del hecho por escrito.	Dando cumplimiento estricto a las cláusulas del contrato, se estableció un taller de prevención mensual en materia de Violencias Basadas en Género (VBG). Al dar apertura a las sesiones de trabajo físico, se aparta un lapso de diez minutos para desarrollar temas transversales, implementando una dinámica de interacción constante basada en interrogantes y respuestas ágiles; dicha herramienta técnica permite agilizar el diálogo constructivo, enfocar la concentración del grupo y mecanizar las pautas de alerta temprana frente a posibles vulneraciones en el entorno deportivo. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 08. Cumplir con el objeto del presente contrato por sus propios medios, con plena autonomía técnica y administrativa.	Se certifica el cumplimiento absoluto de las actividades y asignaciones derivadas del objeto del presente vínculo, liderando los procesos del deporte adaptado con estricta independencia técnica y profesionalismo. Esta intervención se distinguió por la eficiencia práctica y la idoneidad técnica aplicadas a lo largo de las etapas del macrociclo y en el soporte documental exigido para la vigencia en el territorio Casanareño. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 09. Respaldar la ejecución de sus actividades, donde se evidencié los beneficios de realizar regularmente la práctica del deporte, la recreación, actividad física, y el aprovechamiento del tiempo libre, siempre preservando los derechos de los menores de edad determinados en la ley 1098 de 2006 (noviembre 8) por la cual el código de la infancia y la adolescencia, la cual tiene por objeto establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades consagrados en los instrumentos internacionales de derechos humanos, en la constitución política y en las leyes, así como su restablecimiento.	Se impulsa el para-atletismo como una herramienta fundamental para potenciar capacidades de resiliencia y autonomía, articulando las mejoras morfofuncionales con la consolidación de la salud mental y afectiva de los usuarios. Esta práctica deportiva estimula la autosuficiencia motora y la cohesión en el territorio, disminuyendo de forma notable los índices de segregación social. Al planificar las sesiones de preparación con base en el esfuerzo compartido, el respeto y la resiliencia, se asegura que las infancias y juventudes con discapacidad alcancen un desarrollo biopsicosocial óptimo y una vinculación activa en la comunidad. Todo esta evidenciado en el registro fotográfico Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 10. Ejecutar idónea y oportunamente el objeto del contrato.	Se da cumplimiento integral del contrato para el sector de para-atletismo, actuando bajo parámetros de transparencia, ética y responsabilidad comunitaria. Las intervenciones en campo y oficina respondieron fielmente a los estándares de la entidad, certificando que los planes de preparación técnica y pedagógica se ejecutaran de manera idónea, transparente y con una alta dedicación al fortalecimiento de los semilleros deportivos regionales. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 11. Desarrollar las actividades establecidas en la cláusula segunda del presente contrato.	Se llevaron a cabo las tareas asignadas en el marco del contrato con criterios de rendimiento operativo y honestidad profesional, enfocando el trabajo en la entrega de productos bajo normas de alta calidad y con total claridad administrativa. El acatamiento de los plazos de entrega y el uso responsable de la información del programa deportivo fueron las directrices clave para asegurar el éxito misional en el presente mes de ejecución. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 12. Obrar con lealtad y buena	Las actividades del periodo se cumplieron siguiendo fielmente los valores	60

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 3 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0102 - de 2026-01-29 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO.

fe en las distintas etapas contractuales.	institucionales y las normas de conducta exigidas, lo que garantizó que el funcionamiento técnico y administrativo del contrato se desarrollara con absoluta claridad y honestidad. La gestión deportiva se encaminó siempre hacia la excelencia operativa, demostrando un desempeño idóneo, alineado con las políticas misionales y enfocado en el cumplimiento estricto de las obligaciones contractuales. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	
OBLIGACIÓN 13. Avisar oportunamente al INDERCAS las situaciones previsibles que puedan afectar el equilibrio financiero del contrato.	Asumo el compromiso de reportar al instante y de forma pormenorizada cualquier situación anómala que atente contra la estabilidad de los elementos de la entidad. Esta dinámica garantiza un intercambio de información rápido y efectivo, permitiendo que la supervisión técnica tome decisiones inmediatas para contrarrestar riesgos y asegurar el uso correcto de los recursos del instituto. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 14. Atender las observaciones de quien ejerce la supervisión del contrato.	Dando estricto cumplimiento a las sugerencias y directrices técnico-metodológicas suministradas por la entidad, se ejecutó un proceso de reorganización y ajuste de los volúmenes y cargas de trabajo físico, consolidando de este modo un modelo de planificación más eficiente y adaptado. Mediante este cambio metodológica, se blindó que el incremento progresivo en la densidad y frecuencia de las sesiones de preparación guarde una estricta coherencia y proporcionalidad con los requerimientos energéticos, metabólicos y técnicos demandados por los certámenes de alta competencia que se avecinan en el calendario deportivo, anteponiendo de forma prioritaria la preservación de la salud integral, la prevención de lesiones y la consecución del pico óptimo de rendimiento físico del para-atleta. Medio: Correo electrónico. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 15. Presentar los informes específicos o extraordinario cuando le sean solicitados por el interventor o supervisor	Se realizó la entrega formal del informe técnico correspondiente a la salida nacional para la participación en el Campeonato Nacional Interligas y Clubes de Para-atletismo Categoría Mayores, certamen desarrollado en la ciudad de Cali del 6 al 12 de abril de 2026. Este documento recopila detalladamente el balance de rendimiento, el cumplimiento de los pronósticos de marcas, los resultados deportivos alcanzados por la delegación y los soportes metodológicos requeridos por la institución, consolidando así la evidencia técnica de la competencia dentro del periodo correspondiente. RESUMEN DE PRONOSTICO VERSUS RESULTADOS PRONOSTICO REAL 4 ORO 3 ORO 3 PLATA 3 PLATA 3 BRONCE 3 BRONCE Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 16. Presentar informes de actividades mensuales, detallando la actividad realizada en el periodo de ejecución, y anexando soporte del mismo, dentro de los cinco (05) días hábiles siguientes al vencimiento de cada periodo, así como acreditar el cumplimiento de las obligaciones al sistema de seguridad Social en Salud y aportes parafiscales, del correspondiente mes, según las normas vigentes en la materia.	Se formalizó la entrega a término de los balances de actividades, proveyendo un inventario técnico descriptivo de los procesos adelantados durante el mes. Esta documentación institucional se radicó de manera exacta dentro del plazo perentorio de los primeros cinco (05) días hábiles tras el corte del periodo, anexando ordenadamente los soportes normativos y las actas de asistencia que legitiman el avance presencial y administrativo, los cuales se enuncian seguidamente: Oficio remisorio Anexo del informe Macro-Meso escrito-Mesociclo Horarios Acta de sustentación Certificado aprobado por el metodólogo Certificado de la Liga de TEJO de Casanare Asistencia firmada Población Beneficiada Demas documentos contables Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 17. En caso de que el instituto le facilite algún elemento para el desarrollo del objeto contractual, deberá devolverlo en buen estado a la finalización del contrato.	Se manifiesta que la ejecución de las obligaciones del contrato se apoya de forma exclusiva en recursos técnicos, tecnológicos y de conectividad del contratista, puestos de manera permanente al servicio del para-atletismo, garantizando un proceso autónomo e independiente, protegiendo la ejecución oportuna de los planes de preparación y el óptimo nivel técnico en cada una de las jornadas institucionales realizadas en la región Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60
OBLIGACIÓN 18. Allegar el certificado del examen pre-ocupacional dentro de los términos establecidos en el Decreto 0723	Se ratifica que la constancia de aptitud psicofísica, producto de la valoración médica pre-ocupacional, ha sido debidamente cargada y vinculada al expediente electrónico del contrato en la plataforma SECOP	60

Informe INFORME ACTIVIDADES de Actividades No. 3 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES No. 0102 - de 2026-01-29 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO.

de 2013.	II. Este documento reposa como soporte de idoneidad y requisito indispensable de ejecución, garantizando el acceso y la transparencia en la verificación de los antecedentes de salud ocupacional para la entidad. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	
OBLIGACIÓN 19. Cumplir con todas las obligaciones derivadas de los Estudios Previos y del presente contrato.	Garantizo el cumplimiento integral de las obligaciones emanadas del proceso de planeación (Estudios Previos) y del contrato suscrito, manteniendo una ejecución alineada con el objeto, los plazos y las condiciones técnicas que fundamentan la relación con el INDERCAS. Periodo: Del 3 de abril al 2 de mayo de 2026	60

F. OBSERVACIONES:

Atentamente,



GELMAR GIRALDO GUANARO
Contratista

PLAN ESCRITO SELECIONES PARAATLETISMO

2026

PRESENTADO POR:

GELMAR GIRALDO GUANARO

74.860.607 de Yopal Casanare

Contrato. 0102-2026

OBJETO CONTRACTUAL: PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO NTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO.

CATEGORIAS: U18, U20, Y MAYORES.

EDADES: U18: 16,17 AÑOS Y U20: 18, 19 Y MAYORES: 20 AÑOS EN ADELNATE

METODÓLOGO: BLADIMIR BARRERA CORREDOR

INDERCAS

JUSTIFICACIÓN

El deporte paralímpico es crucial porque no solo promueve la salud física y el bienestar de las personas con discapacidad, sino que también fomenta la inclusión social, desafía estereotipos y eleva la autoestima de los atletas. Además, impulsa cambios sociales positivos y promueve una mayor conciencia sobre la discapacidad fomenta la salud física y mental. Los atletas paralímpicos son ejemplos de perseverancia, superación y determinación, inspirando a otros a perseguir sus metas y a no darse por vencidos, independientemente de sus desafíos, este sector deportivo toma cada vez más fuerza que permite seguir proyectando deportistas a la competición en las discapacidades que hacen parte del sistema paralímpico y donde Casanare cuenta con proyección de deportistas a la competición en diferentes eventos del calendario nacional e Internacional igualmente fortalecer los procesos a los JUEGOS DEPORTIVOS PARANACIONLES 2027 Y JUEGOS DEPORTIVOS PARANACIONALES JUVENILES 2028.

En el sector Paralímpico es importante que la adaptación de la técnica se ajustan los movimientos y gestos deportivos para que sean accesibles y efectivos para atletas con diversas discapacidades. Por ejemplo, en el atletismo, un atleta con discapacidad visual puede utilizar un guía o un sistema de sonido para orientarse en la pista siendo de esta manera más eficaz el proceso del entrenamiento deportivo. Los atletas paralímpicos son modelos para seguir, inspirando a otros y cambiando la percepción sobre las capacidades de las personas con discapacidad, en atención a lo anterior se generarán espacios deportivos para la promoción y masificación del deporte en Casanare en diferentes categorías en la rama femenino y masculino.

PLAN DE ENTRENAMIENTO	
TIPO DE MACROCICLO	MACROCICLO I
MESOCICLOS PLANIFICADOS	6 MESOCICLOS
HORAS PLANIFICADAS POR MICROCICLO	30 HORAS
HORAS DE TRABAJO POR MESOCICLO	120 HORAS
HORAS DE TRABAJO POR MACROCICLO	720 HORAS

OBJETIVOS DEL MACROCICLO

OBJETIVOS GENERALES:

Fomentar la práctica del Paratletismo en las áreas de carreras, saltos y lanzamientos en los jóvenes en el departamento de Casanare, impulsado la competición y la proyección de deportistas en las diferentes categorías que hacen parte del sistema paralimpico

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Adquirir conocimientos teóricos sobre las diferentes modalidades y reglas del paraatletismo.
- Mejorar el desarrollo de las habilidades coordinativas
- Adquirir conocimientos teóricos sobre las técnicas de las diferentes disciplinas atléticas.
- Mejorar el desarrollo de habilidades técnicas del atletismo en cada una de sus modalidades
- Incrementar mejorar el desarrollo de las capacidades físicas (resistencia, velocidad, fuerza y flexibilidad.)
- Comprender la importancia de la entrada en calor antes de realizar ejercicio físico.

- Identificar y realizar los movimientos básicos y técnicos de la carrera de velocidad.

- Ejecutar correctamente las técnicas del salto en largo

- Conocer y aplicar gestos predeportivos y técnicos del lanzamiento en atletismo.

- Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo a través de dinámicas grupales.

- Desarrollar la capacidad de análisis y autoevaluación.

- Aprender a trabajar en equipo y a apoyar a los compañeros.

COMPONENTES DEL MACROCICLO

1. **Mesociclo corriente del 29 de enero al 25 de febrero de 2026.**

MESOCICLO ESPECIAL/DESARROLLADOR: fase de entrenamiento deportivo enfocado en la preparación específica, aumentando la intensidad y acercándose a los movimientos competitivos.

Contiene 4 microciclos de 3 CORRINETES 1 DE CHOQUE: objetivo principal es facilitar el paso de un ciclo a otro, permitiendo la fase de adaptación del deportista y preparando el cuerpo para la siguiente fase de entrenamiento o competición.

1. Corriente
2. Corriente
3. Corriente
4. Choque

FÍSICO

MICRO 1:

- **Trotes ligeros:** Actividad de intensidad media, con énfasis en la recuperación de la frecuencia cardíaca y la respiración.
- **Ejercicios de fuerza de baja intensidad:** Flexiones, sentadillas, zancadas, o ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y evitando la fatiga.

MICRO 2:

- **Carrera continua suave:** Correr a un ritmo muy ligero, manteniendo una conversación fluida.
- **Ejercicios de técnica de carrera a baja intensidad:** Ejecución de ejercicios como skipping o elevación de rodillas a baja, velocidad, enfocándose en la técnica correcta.
- **Ejercicios de fuerza de baja intensidad:** Flexiones, sentadillas, zancadas, o ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y evitando la fatiga.

MICRO 3:

- **Ejercicios de movilidad articular:** Movimientos suaves y amplios de las articulaciones para mejorar la flexibilidad y reducir la rigidez.

- **Ejercicios de fuerza de baja intensidad:** Flexiones, sentadillas, zancadas, o ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y evitando la fatiga.

MICRO 4:

- **Carrera continua suave:** Correr a un ritmo muy ligero, manteniendo una conversación fluida.
- **Ejercicios de técnica de carrera a baja intensidad:** Ejecución de ejercicios como skipping o elevación de rodillas a baja, velocidad, enfocándose en la técnica correcta.
- **Ejercicios de fuerza de baja intensidad:** Flexiones, sentadillas, zancadas, o ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y evitando la fatiga.

TÉCNICO

MICRO 1:

- Ejercicios de técnicas de carrera, en diferentes direcciones
- Carreras progresivas enfatizando el desarrollo de la técnica de carrera
- **Ejercicios de fuerza de baja intensidad:** Flexiones, sentadillas, zancadas, o ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y evitando la fatiga. (EJERCICIOS CARGADA OLIMPICA)
- Ejercicios metodológicos de los lanzamientos.

MICRO 2:

- Ejercicios de técnicas de carrera, en diferentes direcciones
- Carreras progresivas enfatizando el desarrollo de la técnica de carrera

- **Ejercicios de fuerza de baja intensidad:** Flexiones, sentadillas, zancadas, o ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y evitando la fatiga. (EJERCICIOS CARGADA OLIMPICA)
- Ejercicios metodológicos de los lanzamientos

MICRO 3

- Ejercicios de técnicas de carrera, en diferentes direcciones
- Carreras progresivas enfatizando el desarrollo de la técnica de carrera
- **Ejercicios de fuerza de baja intensidad:** Flexiones, sentadillas, zancadas, o ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y evitando la fatiga. (EJERCICIOS CARGADA OLIMPICA)
- Ejercicios metodológicos de los lanzamientos

MICRO 4:

- Ejercicios de técnicas de carrera, en diferentes direcciones
- Carreras progresivas enfatizando el desarrollo de la técnica de carrera
- **Ejercicios de fuerza de baja intensidad:** Flexiones, sentadillas, zancadas, o ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y evitando la fatiga. (EJERCICIOS CARGADA OLIMPICA)
- Ejercicios metodológicos de los lanzamientos

TÁCTICO

MICRO 1:

- **Carreras de velocidad:** Enfocadas en la salida explosiva, la transición rápida a la fase de vuelo y la máxima velocidad durante la carrera
- **Pruebas de lanzamiento:** Técnicas específicas para optimizar la fuerza y la técnica de lanzamiento, así como la posición en la zona de lanzamiento

MICRO 2:

- **Simulaciones de carrera:** Crear situaciones de carrera similares a la competición para practicar las tácticas y mejorar la toma de decisiones.

MICRO 3:

- **Pruebas de lanzamiento:** Técnicas específicas para optimizar la fuerza y la técnica de lanzamiento, así como la posición en la zona de lanzamiento
- **Simulaciones de carrera:** Crear situaciones de carrera similares a la competición para practicar las tácticas y mejorar la toma de decisiones.

MICRO 4:

- **Pruebas de lanzamiento:** Técnicas específicas para optimizar la fuerza y la técnica de lanzamiento, así como la posición en la zona de lanzamiento
- **Simulaciones de carrera:** Crear situaciones de carrera similares a la competición para practicar las tácticas y mejorar la toma de decisiones

- Revisar videos de carreras propias o de atletas de alto nivel para identificar fortalezas y debilidades y mejorar la técnica y la táctica.

UNIDADES DE ENTRENAMIENTO

PLANEADAS VS REALIZADAS	
SE PLANIFICARON 24 DIAS	24 SESIONES 5 HORAS POR SESION
VOLUMEN H0RAS 120	

DIFICULTADES AFRONTADAS	CORECTIVOS APLICADOS
La adaptación aumento gradual de lntensidad.	La competencia nos permite seguir mejorando, fortaleciendo y proyectando nuevos referentes deportivos.

LOGROS

EVENTO/AÑO	LOGRO
Campeonato nacional de Paraatletismo Interligas y Clubes - Cali	10 Medallas de oro, 6 Medallas de plata, 4 Medallas de bronce.
Campeonato Nacional Interligas de Paraatletismo categoría mayores.	4 Medallas de oro, 7 Medallas plata, 4 Medallas de bronce.

REUNIONES INTREDISCIPLINARIAS

PROGRAMADAS	REALIZADAS
Reunión deportistas y padres de familia	Se convoco reunión para socialización de procedimientos administrativos ante la federación y programa deportista apoyado

TEST DE VALORACIONES

TEST: velocidad, Fuerza, Saltos, resistencia.

TEST: Específicos

CRONOGRAMA ACTIVIDADES

Febrero 3 al 2 julio de 2026

ACTVIDAD	FECHA	OBJETIVO	LUGAR
Test de choque	12 de enero	Evaluar nivel técnico y físico	Yopal
Competencia preparatoria	24 al 28 de febrero	Evaluar el desarrollo técnico y físico de los deportistas proyectados a JDPN	Cali
Competencia fundamental	6 al 12 de abril	Campeonato Nacional Interligas, competencia fundamental	Cali
Competencia preparatoria	10 al 16 de junio	Evaluación y control del desarrollo técnico y físico de los deportistas en las modalidades de pista y campo.	Ibagué

GELMAR GIRALDO GUANARO
Entrenador.

1. **ACTIVIDADES DE ENTRENAMIENTO**:

- **Selección trabajada**: CATEGORIA JUVENIL
- **Macrociclo en proceso**: I
- **Periodo**: PREPARATORIO
- **Etapa**: PREPARACION GENERAL
- **Tipo de Mesociclo**: ESPECIAL/ DESARROLLADOR
- **Tipos de Microciclos** CORRINETE, CORRIENTE, CORRIENTE CHOQUE.

OBJETIVO MESOCICLO ESPECIAL/DESARROLLADOR: fase de entrenamiento deportivo enfocado en la preparación específica, aumentando la intensidad y acercándose a los movimientos competitivos.

MICROCICLO 1- CORRIENTE. estimular la mejora de la condición física y perfeccionar aspectos técnico-tácticos mediante una carga de trabajo media y constante.

MICROCICLO 2- CORRIENTE. estimular la mejora de la condición física y perfeccionar aspectos técnico-tácticos mediante una carga de trabajo media y constante.

MICROCICLO 3- CORRIENTE. estimular la mejora de la condición física y perfeccionar aspectos técnico-tácticos mediante una carga de trabajo media y constante.

MICROCICLO 4- CHOQUE. Alta carga para romper la rutina y forzar la adaptación

- **Horas trabajadas**: 120 horas

- **Unidades de entrenamiento**: se planificaron 44, se realizaron 44 sesiones.

- **Dificultades técnicas afrontadas y correctivos aplicados**.

Para el periodo comprendido entre el 03 de febrero al 02 de marzo de 2026, se desarrolla respectivo trabajo de perfilamiento en las discapacidades que hacen parte del sistema Paralímpico, falta de generación de espacios deportivos.

- ✪ Anexo el plan gráfico y escrito, mesociclo correspondiente al periodo del 03 de febrero al 02 de marzo 2026, de la categoría juvenil y mayores de Casanare.

2. **COMPETENCIAS A LAS QUE ASISTIÓ**:
   - ✪ Se participo en evento preparatorio COPA DE PARAATLETISMO VALLE ORO PURO.

3. REUNIONES INTERDISCIPLINARIAS

- ✪ El 10 de febrero de asistió a reunió convocada por el señor gerente
  Lugar: Estadio Santiago de las Atalayas
  Objeto: socialización parámetros entrenadores y presentación grupo interdisciplinario

4. TEST VALORACIONES:

- ✪ Teste de choque, con el objetivo valorar la condición física del deportistas

5. **ASISTENCIA**

- ✪ Anexo planillas de asistencia población beneficiada periodo del junio

GELMAR GIRALDO GUANARO
Entrenador

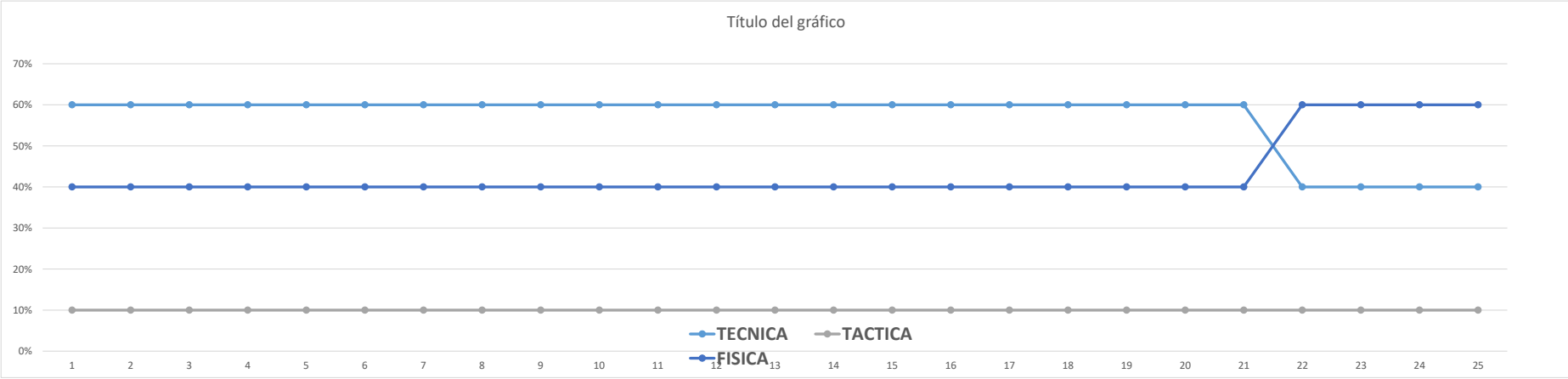
MACROCICLO # I. PLANIFICACION SELECCIÓN PARAATLETISMO

CATEGORIA: JUVENIL– MAYORES GENERO: M Y F FECHA DEL PLAN ANUAL: DEL 1 DE ENERO AL 24 DE JUNIO DE 2026

ENTRENADOR: GELMAR GIRALDO GUANARO

1	MESES	ENERO				FEBRERO				MARZO					ABRIL				MAYO				JUNIO				TOTAL
2	Macrociclos	I																									1
3	Periodos	PREPARATORIO								COMPETITIVO													TRANSITORIO				3
4	Etapas	PREPARACION GENERAL				PREPARACION ESPECIAL				PRE- COMPETITIVO					COMPETITIVO												4
5	No Mesociclos	1				2				3					4				5				6				6
6	Tipos de Mesociclos	BASICO/DESARROLLADOR				ESPECIAL/DESARROLLADOR				PRE-COMPETITIVO					COMPETITIVO				COMPETITIVO				ESTABILIZADOR				5
7	No Microciclos	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	25
8	Tendencia del Microciclo	INT	C	C	c	C	C	C	CH	PRE	C	C	C	CH	C	CO	R	R	C	C	CO	R	R	C	C	CRR	
9	Fecha de inicio y final del micro	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	
		7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	24	
10	Dias w microciclo	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	150
11	Sesiones del microciclo	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	150
12	Horas x sesion	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	125
13	Horas x microciclo	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	625
14	Competencias Preparatorias									CP																	
15	Competencias fundamentales															CF					CF						
16	Test Pedagogicos, fisicos y tecnicos	TI	TF											TT		TT											
17	Pronostico									MMT						MMT					MMT						
18	Volumen en minutos	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	37500
19	Preparacion técnica % Minutos	60%	60%	60%	60%	60%	70%	80%	80%	90%	60%	60%	70%	80%	90%	95%	60%	60%	70%	80%	95%	60%	40%	40%	40%	40%	
		700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	17500
20	Preparacion tactica%Minutos	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	
		200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	5000
21	Preparacion física % Minutos	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	60%	60%	60%	60%	
		500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	12500

GRAFICA DE LOS COMPONENTES DE LA PREPARACION EN PORCENTAJES POR MICROCICLOS																									
MICROCICLOS	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
PREPARACION TECNICA	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	40%	40%	40%	40%
PREPARACION TACTICA	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%
PREPARACION FISICA	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	60%	60%	60%	60%



INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

MODELO DE METODOLOGICOS PARA LA PRESENTACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO

NOMBRE DEL ENTRENADOR:	GELMAR GIRALDO GUANARO									
DEPORTE: **PARA ATLETISMO**	**CATEGORIA:** *JUVENIL* **- MAYORES**			**MODALIDAD:**		**EDAD: 17 - 27** AÑOS			
MACROCICLO No 1	**FECHA:** DEL 1 DE ENERO AL 24 DE JUNIO 2026		**TIPO DE MESOCICLO:** COMPETITIVO: del 30 Marzo al 3 de Mayo.							
TIPO DE MICROCICLOS	**MICRO1**		**MICRO 2**		**MICRO3**		**MICRO 4**		**MICRO 5**	
	PRE- COMPETITIVO		COMPETITIVO		RECUPERACION		RECUPERACION		ESTAB	
FECHAS DE MICROCICLO	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**
	30-mar	*5-abr*	*6-abr*	*12-abr*	*13-abr*	*19-abr*	*20-abr*	*26-abr*	*27-abr*	*3-may*
OBJETIVOS MESOCICLO	*El objetivo principal de un mesociclo, es estabilizar el máximo estado de forma y rendimiento del deportista para afrontar las competiciones buscando integrar y afianzar las capacidades físicas, técnicas y tácticas específicas de la disciplina, logrando llegar al día de la prueba en óptimas condiciones físicas y mentales.*									
MICROCICLOS #	**1**		**2**		**3**		**4**		**5**	
TECNICO	**VOL:** 120	**INT:** 85	**VOL:** 120	**INT:** 100	**VOL:** 100	**INT:** 50%	**VOL:** 100	**INT:** 50%	**VOL:** 100	**INT: 60%**
VOL MIN: *700*	Ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y tecnica de los lanzamientos, lanzamiento con secuencia completa, ejercicios pliometricos.		Ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y tecnica de los lanzamientos, lanzamiento con secuencia completa, ejercicios pliometricos.		Ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y tecnica de los lanzamientos, lanzamiento sin inversion, ejecucion de la tecnica baja intesidad.		Ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y tecnica de los lanzamientos, lanzamiento sin inversion, ejecucion de la tecnica baja intesidad.		Ejercicios con pesas baja intensidad, lanzamiento sin inversion, ejecucion de la tecnica baja intesidad.	
INT FRECAR:										
TACTICO	**VOL:** 25	**INT:** 50%	**VOL:** 25	**INT:** 50%	**VOL:** 25	**INT:** 50%	**VOL:** 25	**INT:** 50%	**VOL:** 25	**INT:** 50%
VOL MIN: *200*	optimizar el desarrollo fisico y tecnico		optimizar el desarrollo fisico y tecnico		optimizar el desarrollo fisico y tecnico		optimizar el desarrollo fisico y tecnico		optimizar el desarrollo fisico y tecnico	
INT FRECAR:										
FISICOS	**VOL:** 70	**INT:** 90%	**VOL:** 70	**INT:** 100%	**VOL:** 100	**INT:** 50%	**VOL:** 100	**INT:** 50%	**VOL:** 100	**INT: 60%**
VOL MIN: *500*	Flexiones, sentadillas, zancadas, o ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y evitando la fatiga		Flexiones, sentadillas, zancadas, o ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y evitando la fatiga		Flexiones, sentadillas, zancadas, o ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y evitando la fatiga		Flexiones, sentadillas, zancadas, o ejercicios con pesas ligeras, priorizando la técnica y evitando la fatiga		Flexiones, sentadillas, velocidad	
INT FRECAR:										
VOLUMEN TOTAL MIN	1500		1500		1500		1500		1500	
INTENSIDAD	60%		70%		70%		70%		60%	
MEDIOS	PESAS, BALONES MEDICINALES, DISCOS, JABALINAS, CONOS, AROS,BASTONES		PESAS, BALONES MEDICINALES, DISCOS, JABALINAS, CONOS, AROS,BASTONES		PESAS, BALONES MEDICINALES, DISCOS, JABALINAS, CONOS, AROS,BASTONES		PESAS, BALONES MEDICINALES, DISCOS, JABALINAS, CONOS, AROS,BASTONES			
METODOS	REPETICIONES		REPETICIONES		REPETICIONES		REPETICIONES			
EVALUACION	DIRECTA		DIRECTA		DIRECTA		DIRECTA			

GELMAR GIRALDO GUANARO

V°B° Metodologo: BLADIMIR BARRERA CORREDOR

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

HORARIOS DE ENTRENAMIENTO 2025

Gobernación de Casanare

DEPORTE	ENTRENADOR	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
PARAATLETISMO	GELMAR GIRALDO GUANARO	7:30 A 10: 00 AM, DE 3:00 PM A 6:00 PM LUGAR: ESTADIO SANTIAGO DE LAS ATALAYAS					8:00 A 11:00 AM ESTADIO SANTIAGO DE LAS ATALAYAS	DESCANSO

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

ACTA
FO-A-GDO-08
04-08-2017
Versión 02

300.05.02

ACTA No. 1

TIPO: Sustentación plan de entrenamiento Atletismo (VISUAL) – GELMAR GIRALDO GUANARO CTO 102-2026				**TEMA**: Sustentación plan de entrenamiento Atletismo (VISUAL) – GELMAR GIRALDO GUANARO CTO 102-2026				
FECHA:	2026	3	26	**HORA:**	10:00 Am	a	11:00 Am	
	Año	Mes	Día		Inicial		Final	

LUGAR:	POLIDEPORTIVO PIER LORA MUÑOZ OFICINA DEPORTES
OBJETIVO:	Sustentación plan de entrenamiento Atletismo (VISUAL) – GELMAR GIRALDO GUANARO CTO 102-2026

ASISTENTES

Nombre Completo	Entidad/Dependencia/Cargo	Correo / Tel.	Firma
BLADIMIR BARRERA CORREDOR	INDERCAS, PROFESIONAL UNIVERSITARIO, METODOLOGIA	bmetodologia@indercas-casanare.gov.co 3118547945	
GELMAR GIRALDO GUANARO	ENTRENADOR DEPARTAMENTAL - ATLETISMO	gelmarggg@gmail.com 3114793194	

AGENDA / ACTIVIDADES

1	Sustentación del plan de entrenamiento
2	Objetivos y metas
3	Cronograma de eventos
4	Horarios y sitio de trabajo

DESARROLLO DE LA REUNION:

A continuación, se describe el plan de entrenamiento propuesto por la entrenadora para el vigente contrato donde describe los parámetros metodológicos a desarrollar en su disciplina deportiva:

OBJETIVOS DEL MACROCICLO

OBJETIVOS GENERALES:

Fomentar la práctica del Paratletismo en las áreas de carreras, saltos y lanzamientos en los jóvenes en el departamento de Casanare, impulsado la competición y la proyección de deportistas en las diferentes categorías que hacen parte del sistema paralimpico

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Adquirir conocimientos teóricos sobre las diferentes modalidades y reglas del paraatletismo.
- Mejorar el desarrollo de las habilidades coordinativas
- Adquirir conocimientos teóricos sobre las técnicas de las diferentes disciplinas atléticas.
- Mejorar el desarrollo de habilidades técnicas del atletismo en cada una de sus modalidades
- Incrementar mejorar el desarrollo de las capacidades físicas (resistencia, velocidad, fuerza y flexibilidad.)
- Comprender la importancia de la entrada en calor antes de realizar ejercicio físico.

COMPONENTES DEL MACROCICLO

1. **Mesociclo transitorio del 25 de noviembre al 24 de diciembre de 2026.**

MESOCICLO TRANSITORIO: fase de entrenamiento que se sitúa entre dos periodos principales de entrenamiento, como el periodo de competición y el periodo de transición

Contiene 4 microciclos de Recuperación: objetivo principal es facilitar el paso de un ciclo a otro, permitiendo la recuperación del deportista y preparando el cuerpo para la siguiente fase de entrenamiento o competición.

1. Recuperación
2. Recuperación
3. Recuperación
4. Recuperación

UNIDADES DE ENTRENAMIENTO

PLANEADAS VS REALIZADAS	
SE PLANIFICARON 24 DIAS	24 SESIONES 5 HORAS POR SESION
VOLUMEN H0RAS 120	

DIFICULTADES AFRONTADAS	CORECTIVOS APLICADOS
La adaptación aumento gradual de Intensidad.	La competencia nos permite seguir mejorando, fortaleciendo y proyectando nuevos referentes deportivos.

LOGROS

EVENTO/AÑO	LOGRO
Campeonato nacional de Paraatletismo Interligas y Clubes - Cali	10 Medallas de oro, 6 Medallas de plata, 4 Medallas de bronce.
Campeonato Nacional Interligas de Paraatletismo categoría mayores.	4 Medallas de oro, 7 Medallas plata, 4 Medallas de bronce.

REUNIONES INTREDISCIPLINARIAS

PROGRAMADAS	REALIZADAS
Reunión deportistas y padres de familia	Se convoco reunión para socialización de procedimientos administrativos ante la federación y programa deportista apoyado

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

ACTA
FO-A-GDO-08
04-08-2017
Versión 02

300.05.02 ACTA No. 1

CRONOGRAMA ACTIVIDADES

Febrero 3 al 2 julio de 2026

ACTVIDAD	FECHA	OBJETIVO	LUGAR
Test de choque	12 de enero	Evaluar nivel técnico y físico	Yopal
Competencia preparatoria	24 al 28 de febrero	Evaluar el desarrollo técnico y físico de los deportistas proyectados a JDPN	Cali
Competencia fundamental	6 al 12 de abril	Campeonato Nacional Interligas, competencia fundamental	Cali
Competencia preparatoria	10 al 16 de junio	Evaluación y control del desarrollo técnico y físico de los deportistas en las modalidades de pista y campo.	Ibagué

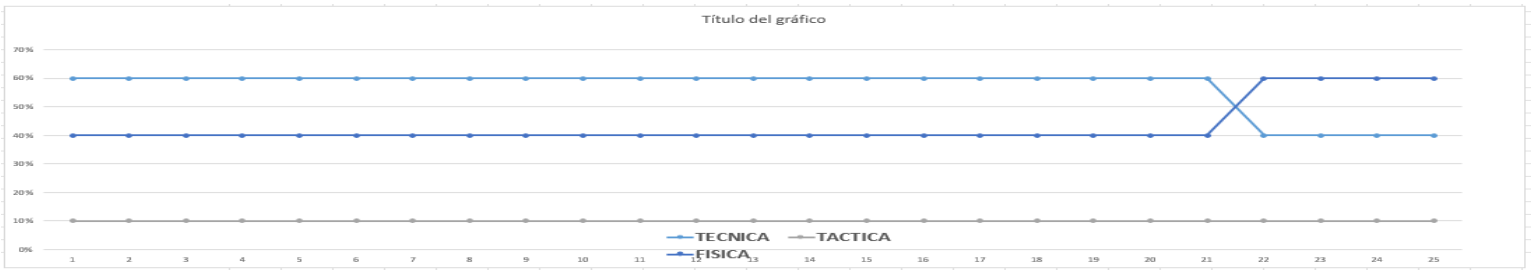
MACROCICLO # I. PLANIFICACION SELECCIÓN PARAATLETISMO
CATEGORIA: JUVENIL– MAYORES GENERO: M Y F FECHA DEL PLAN ANUAL: DEL 1 DE ENERO AL 24 DE JUNIO DE 2026
ENTRENADOR: GELMAR GIRALDO GUANARO

	MESES	ENERO				FEBRERO				MARZO					ABRIL				MAYO						JUNIO					TOTAL
2	Macrociclos	II																												1
3	Periodos	PREPARATORIO													COMPETENCIA															3
4	Etapas	PREPARACION GENERAL				PREPARACION ESPECIAL				PRE– COMPETITIVO					COMPETITIVO													TRANS		4
5	No Mesociclos	1				2				3					4				5				6					TRANS		6
6	Tipos de Mesociclos	BASICO DESARROLLADOR								BASICO ESPECIAL					COMP															5
7	No Microciclos	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				25
8	Tendencia del Microciclo	INT	C	C	R	C	C	C	CH	CO	C	C	C	CP	C	CF	R	R	C	C	CP	R	R	C	C	CRR				
9	Fecha de inicio y final del micro	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16				
		7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	24				
10	Dias w microciclo	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6				150
11	Sesiones del microciclo	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6				150
12	Horas x sesion	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5				125
13	Horas x microciclo	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25				625
14	Competencias Preparatorias									CP											CP									
15	Competencias fundamentales															CF														
16	Test Pedagogicos, fisicos y tecnicos	TI	TF											TT		TT														
17	Pronostico								PODIUM							PODIUM					PODIUM									
18	Volumen en minutos	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500				37500
19	Preparacion técnica % Minutos	60%	60%	60%	60%	60%	70%	80%	80%	80%	60%	60%	70%	80%	80%	90%	60%	60%	70%	80%	80%	60%	40%	40%	40%	40%				
		700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700	700				17500
20	Preparacion tactica%Minutos	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%				
		200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200				5000
21	Preparacion física % Minutos	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	60%	60%	60%				
		500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500				12500

Página 1

GRAFICA DE LOS COMPONENTES DE LA PREPARACION EN PORCENTAJES POR MICROCICLOS

MICROCICLOS	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
PREPARACION TECNICA	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	60%	40%	40%	40%	40%
PREPARACION TACTICA	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%	10%
PREPARACION FISICA	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	40%	60%	60%	60%	60%



INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

HORARIOS DE ENTRENAMIENTO 2026

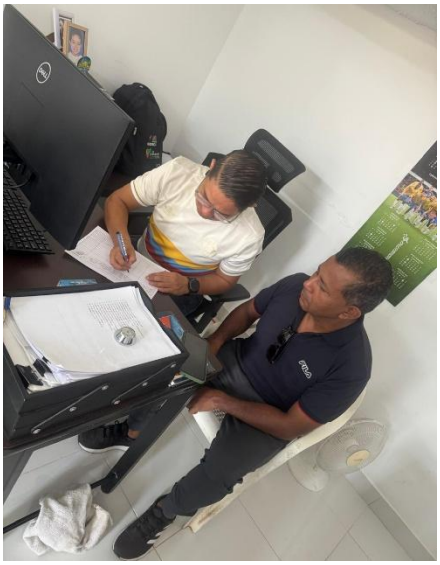
Gobernación de Casanare

DEPORTE	ENTRENADOR	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
PARAATLETISMO	GELMAR GIRALDO GUANARO	7:30 A 10: 00 AM, DE 3:00 PM A 6:00 PM LUGAR: ESTADIO SANTIAGO DE LAS ATALAYAS					8:00 A 10:00 AM ESTADIO SANTIAGO DE LAS ATALAYAS	DESCANSO

Compromisos	Responsables	Fechas
❖ Informar de manera oportuna al metodólogo de apoyo el cambio en los horarios o sitios de trabajo.	GELMAR GIRALDO GUANARO	
❖ Informar de manera oportuna al metodólogo de apoyo algún ajuste al plan de entrenamiento.	GELMAR GIRALDO GUANARO	
❖ Informar de manera oportuna al metodólogo de apoyo algún cambio en las competencias fundamentales o preparatorias.	GELMAR GIRALDO GUANARO	







INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CERTIFICACION
FO-A-GDO-04
04-08-2017
Versión 02

EL SUSCRITO PROFESIONAL DE LA SUBGERENCIA DE DESARROLLO DEPORTIVO – INDERCAS - METODOLOGO

CERTIFICA Y/O DEJA CONSTANCIA QUE:

Que el entrenador, **GELMAR GIRALDO GUANARO**, identificado con cedula de ciudadanía No.74860607 de YOPAL, cumplió con las actividades metodológicas, consignadas en el contrato de prestación de servicios No – 102-2026, el cual tiene como objeto PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO, para el periodo comprendido entre el 03-04-2026 al 02-05-2026

La anterior se expide a los veintidós (22) días del mes de mayo del 2026.

BLADIMIR BARRERA CORREDOR

Profesional Universitario – Metodólogo

CLUB FEDERADO DE PARAATLETISMO AGUILAS
Reconocimiento Deportivo No 060 del 3 junio de 2022 Personería Jurídica 0037 del 10 de agosto del 2022 afiliación a la FEDERACION COLOMBIANA DE PARAATLETISMO Resolución 067 del 7 de diciembre del 2022
NIT 901843356

LA REPRESENTANTE LEGAL DEL CLUB FEDERADO DE PARAATLETISMO AGUILAS, EN USO DE SUS ATRIBUCIONES LEGALES, ESTATUTARIAS.

CERTIFICA:

Que, **GELMAR GIRALDO GUANARO,** identificado con CC. No. 74.860.607de Yopal, dio cumplimiento a las actividades del contrato. 0102 del 29/01/2026, con el siguiente objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO NTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO. En el periodo de labores del 03 de abril al 02 de mayo de 2026.

El presente certificado se expide por solicitud del interesado el día 4 de mayo de 2026 en la ciudad de Yopal – Casanare.

Atentamente,



ANA ELCY CONDE TUAPNTEVE
Representante Legal

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD

CÓDIGO:	PAGCC53
FECHA	10/02/2013
VERSION	01

GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN

PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS

NOMBRE DEL ENTRENADOR: GELMAR GIRALDO GUANARO
DEPORTE: PRAATLETISMO
EDADES: 15 a 28 AÑOS
PERIODO: 03/02/2026 AL 02/03/2026
CONTRATO: 102
FECHA: 29/01/2026

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	SEMANA Nº: 1 DIAS DE TRABAJO 5	6	7	8	9			ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	SEMANA Nº: 2 DIAS DE TRABAJO 12	13	14	15	16			ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	MARYURY VILLAMIZAR CAMACHO	X		A	A	A	A	A			100%	Maryury	A	A	A	A	A			100%	Maryury	
2	JUAN FERNANDO DOMINGUEZ		X	A	A	A	A	F			90%.	Juan Fernando	A	A	A	A	F			90%.	Juan Fernando	
3	MAIDY LORENA AVELLA PAN	X		A	A	A	A	A			100%	maidy A.	A	A	A	A	A			90%.	maidy A.	
4	SARA VALENTINA OSPINA	X		A	A	A	A	A			100%	sara ospina	A	A	A	A	A			100%	Sara ospina	
5	SANTIAGO ANDRES ORTIZ		X	A	A	F	A	A			90%.	Santiago O	A	A	F	A	A			100%	Santiago O	
6	JULIAN ESTEBAN GIRALDO		X	A	A	A	A	A			100%	JULIAN	A	A	A	A	A			83%	JULIAN	
7	JUAN PABLO ROJAS SEGUA		X	A	A	A	A	A			100%	Juan Rojas	A	A	A	A	A			100%	Juan Rojas	
8	CESAR AGUSTO RUEDA GONZALEZ		X	A	A	A	A	A			100%	cesar rueda	A	A	A	A	A			90%.	cesar Rueda	
9	EMILY OÑATE SANCHEZ	X		A	A	A	A	A			100%	EMILY OÑATE	A	A	A	A	A			90%.	EMILY OÑATE	
10	JUAN DAVID LEMUS GONZALEZ		X	A	A	A	A	A			100%	Juan Lemus	A	A	A	A	A			100%	Juan Lemus	
11	MARIA DEL CARME REYES V.	X		A	A	A	A	F			100%	Maria	A	A	A	A	F			100%	Maria	
12	MARIA SOLANGEL REYES V.	X		A	A	A	A	A			100%	ANGIE	A	A	A	A	A			83%	ANGIE	
13	ANGIE LIZETH GUERRERO SANABRIA	X		A	A	A	A	A			100%	Hectorperilla	A	A	A	A	A			100%	Hectorperilla	
14	HECTO PERILLA LEGUIZAMO		X	A	A	A	A	A			83%	Hecto	A	A	A	A	A			100%	Hecto	
15	CAROLINA VARGAS DIAZ	X		A	A	A	A	A			100%	carolina	A	A	A	A	A			90%.	carolina	
16	SANTIAGO RAMIREZ RAMIREZ		X	A	A	A	A	A			100%	Santiago	A	A	A	A	A			83%	Santiago	
17	RONALD DAVID RICAURTE		X	A	F	A	A	A			100%.	Ronald David	A	F	A	A	A			100%	Ronald David	
18	WILMER ARLEY LEGUIZAMON		X	A	A	A	A	A			83%	Jhano	A	A	A	A	A			83%	Jhano	
19	JHOINER YULIAN CABRERA BUSCUE		X	A	A	A	A	A			100%	wilmer. A.	A	A	A	A	A			100%	wilmer. A.	
20	FERNEY STIVEN AGUILAR PUERTAS		X	A	A	A	A	A			100%.	Ferney Aguilar	A	A	A	A	A			100%.	Ferney Aguilar	
21	ESTIVEN ALEJANDRO CASTILLO		X	A	A	A	A	A			100%.	ESTIVEN.	A	A	A	A	A			100%.	ESTIVEN	
22	JEFFER LUCINIO AGUIRRE		X	A	A	A	A	A			100%	JEFFER A	A	A	A	A	A			100%	JEFFER. A.	
23	SAMUEL ANDRES PEÑA		X	A	A	A	A	F			90%.	Samuel P	A	A	A	A	F			90%.	Samuel. P.	

Powered by CamScanner

24	SAMY VALENTINA HIDALGO VARGAS	X		A	A	A	A	A			100%	Valentina H.	A	A	A	A	A			90%.	Valentina H.			
25	ALEJANDRO ZABALA PEREZ		X	A	A	A	A	A			100%	Alejandro P.	A	A	A	A	A			100%	Alejandro P.			
26	JONATHAN BERROTERAN TARACHE		X	A	A	F	A	A			90%.	Jonathan	A	A	F	A	A			100%	Jonathan			
27	JUAN CARLOS QUINTERO RODRIGUEZ		X	A	A	A	A	A			100%	Fabian Ortiz	A	A	A	A	A			83%	Fabian Ortiz			
28	JHON FABIAN ORTIZ RODRIGUEZ		X	A	A	A	A	A			100%	Carlos Q.	A	A	A	A	A			100%	Carlos Q			
29	ORLANDO PASTOR TORRES CAMARGO		X	A	A	A	A	A			100%	Orlando T.	A	A	A	A	A			90%.	Orlando T.			
30	JHONATAN MATEO ARENAS VARGAS		X	A	A	A	A	A			100%	MATEO V.	A	A	A	A	A			90%.	MATEO V.			
31	JOVANI ANDRES RIVAS B.		X	A	A	A	A	A			100%	Jovani rivas	A	A	A	A	A			100%	Jovani rivas			
32	NEIRO ALVAREZ JIMENEZ		X	A	A	A	A	F			100%	Neiro alvarez	A	A	A	A	F			100%	Neiro alvarez			
33	LUIS FERNANDO CAMARGO CUSBA		X	A	A	A	A	A			100%	Luis Camargo	A	A	A	A	A			83%	Luis camargo			
34	JULIAN GUSTAVO ALARCON		X	A	A	A	A	A			100%	Julian alarcon	A	A	A	A	A			100%	Julian alarcon			
35	GINNA S. RIVERA MONZO	X		A	A	A	A	A			83%	Gina S	A	A	A	A	A			100%	Gina S			
36	MARIA VALENTINA ACEVEDO	X		A	A	A	A	A			100%	Maria V	A	A	A	A	A			90%.	Maria V.			
37	DULCE MARIA GONZALEZ	X		A	A	A	A	A			100%	Dulce M	A	A	A	A	A			83%	Dulce M.			
38	ZAHIRA SOFIA ACEVEDO	X		A	F	A	A	A			100%.	ZAHIRA	A	F	A	A	A			100%	ZAHIRA.			
39	ANDREA CONDE	X		A	A	A	A	A			83%	Andrea C	A	A	A	A	A			83%	Andrea C.			
40	ZULMA YARID MARTINEZ	X		A	A	A	A	A			100%	Zulma	A	A	A	A	A			100%	Zulma			
ASISTENCIA %																								

CONVENCIONES	A: ASISTIO			R:LLEGADA TARDE			E:EXCUSA			F:NO ASISTIO		

FIRMA DEL ENTRENADOR GERMAN GIRALDO GRANARO
CEDULA DE CIUDADANIA N° 74860607

Powered by CamScanner

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD

GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN

PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS

CÓDIGO:	RAGCC53
FECHA	10/02/2013
VERSION	01

NOMBRE DEL ENTRENADOR: GELMAR GIRALDO GUANARO
DEPORTE: PRAATLETISMO
EDADES: 15 a 28 AÑOS
PERIODO: 03/04/2026 AL 02/05/2026
CONTRATO: 102
FECHA: 29/01/2026

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	SEMANA Nº: 1 DIAS DE TRABAJO 5	6	7	8	9			ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	SEMANA Nº: 2 DIAS DE TRABAJO 12	13	14	15	16			ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	MARYURY VILLAMIZAR CAMACHO	X		A	A	A	A	A			100%	Maryury V.	A	A	A	A	A			100%	Maryury V.	
2	JUAN FERNANDO DOMINGUEZ		X	A	A	A	A	F			90%.	Juan Dominguez	A	A	A	A	F			90%.	Juan Dominguez	
3	MAIDY LORENA AVELLA PAN	X		A	A	A	A	A			100%	MAIDY L.	A	A	A	A	A			90%.	MAIDY L.	
4	SARA VALENTINA OSPINA	X		A	A	A	A	A			100%	SARA V.	A	A	A	A	A			100%	SARA V.	
5	SANTIAGO ANDRES ORTIZ		X	A	A	F	A	A			90%.	Santiago. O.	A	A	F	A	A			100%	Santiago. O.	
6	JULIAN ESTEBAN GIRALDO		X	A	A	A	A	A			100%	Julian E.	A	A	A	A	A			83%	Julian E.	
7	JUAN PABLO ROJAS SEGUA		X	A	A	A	A	A			100%	Juan Pablo	A	A	A	A	A			100%	Juan Pablo.	
8	CESAR AGUSTO RUEDA GONZALEZ		X	A	A	A	A	A			100%	Cesar R.	A	A	A	A	A			90%.	Cesar R.	
9	EMILY OÑATE SANCHEZ	X		A	A	A	A	A			100%	Emily Oñate	A	A	A	A	A			90%.	Emily Oñate	
10	JUAN DAVID LEMUS GONZALEZ		X	A	A	A	A	A			100%	Juan Lemus	A	A	A	A	A			100%	Juan Lemus	
11	MARIA DEL CARME REYES V.	X		A	A	A	A	F			100%	Maria	A	A	A	A	F			100%	Maria	
12	MARIA SOLANGEL REYES V.	X		A	A	A	A	A			100%	marias	A	A	A	A	A			83%	marias	
13	ANGIE LIZETH GUERRERO SANABRIA	X		A	A	A	A	A			100%	LIZETH	A	A	A	A	A			100%	LIZETH	
14	HECTO PERILLA LEGUIZAMO		X	A	A	A	A	A			83%	Hector Perilla	A	A	A	A	A			100%	Hector perilla	
15	CAROLINA VARGAS DIAZ	X		A	A	A	A	A			100%	Carolina V.	A	A	A	A	A			90%.	Carolina V.	
16	SANTIAGO RAMIREZ RAMIREZ		X	A	A	A	A	A			100%	Santiago R.	A	A	A	A	A			83%	Santiago R.	
17	RONALD DAVID RICAURTE		X	A	F	A	A	A			100%.	Ronal David	A	F	A	A	A			100%	Ronal David	
18	WILMER ARLEY LEGUIZAMON		X	A	A	A	A	A			83%	wilmer.	A	A	A	A	A			83%	wilmer.	
19	JHOINER YULIAN CABRERA BUSCUE		X	A	A	A	A	A			100%	JHOINER.	A	A	A	A	A			100%	JHOINER.	
20	FERNEY STIVEN AGUILAR PUERTAS		X	A	A	A	A	A			100%.	FERNEY	A	A	A	A	A			100%.	FERNEY	
21	ESTIVEN ALEJANDRO CASTILLO		X	A	A	A	A	A			100%.	ESTIVEN.	A	A	A	A	A			100%.	ESTIVEN	
22	JEFFER LUCINIO AGUIRRE		X	A	A	A	A	A			100%	JEFFER L.	A	A	A	A	A			100%	JEFFER L.	
23	SAMUEL ANDRES PEÑA		X	A	A	A	A	F			90%.	Samuel	A	A	A	A	F			90%.	Samuel	

Powered by CamScanner

24	SAMY VALENTINA HIDALGO VARGAS	X		A	A	A	A	A			100%	Samy V	A	A	A	A	A			90%.	Samy. V				
25	ALEJANDRO ZABALA PEREZ		X	A	A	A	A	A			100%	Alejandro.	A	A	A	A	A			100%	Alejandro.				
26	JONATHAN BERROTERAN TARACHE		X	A	A	F	A	A			90%.	jonathan.	A	A	F	A	A			100%	Jonathan				
27	JUAN CARLOS QUINTERO RODRIGUEZ		X	A	A	A	A	A			100%	Juan C.	A	A	A	A	A			83%	Juan C.				
28	JHON FABIAN ORTIZ RODRIGUEZ		X	A	A	A	A	A			100%	orlando T	A	A	A	A	A			100%	Orlando T				
29	ORLANDO PASTOR TORRES CAMARGO		X	A	A	A	A	A			100%	Jhon. F	A	A	A	A	A			90%.	Jhon F				
30	JHONATAN MATEO ARENAS VARGAS		X	A	A	A	A	A			100%	Jonatan.	A	A	A	A	A			90%.	Jonatan				
31	JOVANI ANDRES RIVAS B.		X	A	A	A	A	A			100%	JOVANI A	A	A	A	A	A			100%	JOVANI A				
32	NEIRO ALVAREZ JIMENEZ		X	A	A	A	A	F			100%	Neiro A	A	A	A	A	F			100%	Neiro A				
33	LUIS FERNANDO CAMARGO CUSBA		X	A	A	A	A	A			100%	NEIRO.	A	A	A	A	A			83%	NEIRO.				
34	JULIAN GUSTAVO ALARCON		X	A	A	A	A	A			100%	Julian	A	A	A	A	A			100%	Julian.				
35	GINNA S. RIVERA MONZO	X		A	A	A	A	A			83%	Ginna S	A	A	A	A	A			100%	Ginna S.				
36	MARIA VALENTINA ACEVEDO	X		A	A	A	A	A			100%	Maria V	A	A	A	A	A			90%.	Maria V.				
37	DULCE MARIA GONZALEZ	X		A	A	A	A	A			100%	Dulce M	A	A	A	A	A			83%	Dulce M				
38	ZAHIRA SOFIA ACEVEDO	X		A	F	A	A	A			100%.	ZAHIRA S	A	F	A	A	A			100%	ZAHIRA S				
39	ANDREA CONDE	X		A	A	A	A	A			83%	Andrea C	A	A	A	A	A			83%	Andrea C				
40	ZULMA YARID MARTINEZ	X		A	A	A	A	A			100%	Zulma M	A	A	A	A	A			100%	Zulma M				
ASISTENCIA %																									

CONVENCIONES	A: ASISTIO			R:LLEGADA TARDE			E:EXCUSA			F:NO ASISTIO		

FIRMA DEL ENTRENADOR: GELMAR GIRALDO GUANARO

CEDULA DE CIUDADANIA Nº 74860607

Powered by CamScanner

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD

GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN

PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS

CÓDIGO:	RAGCC53
FECHA	10/02/2013
VERSION	01

NOMBRE DEL ENTRENADOR: GELMAR GIRALDO GUANARO
DEPORTE: PARAATLETISMO
EDADES: 15 a 28 AÑOS
PERIODO: 03/04/2026 AL 02/05/2026
CONTRATO: 102
FECHA: 29/01/2026

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	SEMANA Nº: 3 DIAS DE TRABAJO 19	20	21	22	23			ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	SEMANA Nº: 4 DIAS DE TRABAJO 26	27	28	29	30			ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	MARYURY VILLAMIZAR CAMACHO	X		A	A	A	A	A			100%	Maryury V	A	A	A	A	A			100%	Maryury V.	
2	JUAN FERNANDO DOMINGUEZ		X	A	A	A	A	F			90%.	Juan Domingo	A	A	A	A	F			90%.	Juan Domingo	
3	MAIDY LORENA AVELLA PAN	X		A	A	A	A	A			100%	MAIDY L.	A	A	A	A	A			90%.	MAIDY L	
4	SARA VALENTINA OSPINA	X		A	A	A	A	A			100%	SARA V	A	A	A	A	A			100%	SARA V	
5	SANTIAGO ANDRES ORTIZ		X	A	A	F	A	A			90%.	Santiago O.	A	A	F	A	A			100%	Santiago O	
6	JULIAN ESTEBAN GIRALDO		X	A	A	A	A	A			100%	Julian E	A	A	A	A	A			83%	Julian E	
7	JUAN PABLO ROJAS SEGUA		X	A	A	A	A	A			100%	Juan Pablo	A	A	A	A	A			100%	Juan Pablo,	
8	CESAR AGUSTO RUEDA GONZALEZ		X	A	A	A	A	A			100%	Cesar R	A	A	A	A	A			90%.	Cesar R	
9	EMILY OÑATE SANCHEZ	X		A	A	A	A	A			100%	Emily oñate	A	A	A	A	A			90%.	Emily Oñate	
10	JUAN DAVID LEMUS GONZALEZ		X	A	A	A	A	A			100%	Juan Lemus	A	A	A	A	A			100%	Juan Lemus	
11	MARIA DEL CARME REYES V.	X		A	A	A	A	F			100%	Maria	A	A	A	A	F			100%	Maria	
12	MARIA SOLANGEL REYES V.	X		A	A	A	A	A			100%	maría S	A	A	A	A	A			83%	marias	
13	ANGIE LIZETH GUERRERO SANABRIA	X		A	A	A	A	A			100%	LIZETH	A	A	A	A	A			100%	LIZETH	
14	HECTO PERILLA LEGUIZAMO		X	A	A	A	A	A			83%	Hecto perilla	A	A	A	A	A			100%	Hector perrilla	
15	CAROLINA VARGAS DIAZ	X		A	A	A	A	A			100%	Carolina V	A	A	A	A	A			90%.	Carolina V.	
16	SANTIAGO RAMIREZ RAMIREZ		X	A	A	A	A	A			100%	santiago R.	A	A	A	A	A			83%	santiago R	
17	RONALD DAVID RICAURTE		X	A	F	A	A	A			100%.	Ronal David	A	F	A	A	A			100%	ronal david	
18	WILMER ARLEY LEGUIZAMON		X	A	A	A	A	A			83%	wilmar.	A	A	A	A	A			83%	wilmar.	
19	JHOINER YULIAN CABRERA BUSCUE		X	A	A	A	A	A			100%	JHOINER	A	A	A	A	A			100%	JHOINER	
20	FERNEY STIVEN AGUILAR PUERTAS		X	A	A	A	A	A			100%.	FERNEY	A	A	A	A	A			100%.	FERNEY	
21	ESTIVEN ALEJANDRO CASTILLO		X	A	A	A	A	A			100%.	ESTIVEN	A	A	A	A	A			100%.	ESTIVEN	
22	JEFFER LUCINIO AGUIRRE		X	A	A	A	A	A			100%	JEFFER. C	A	A	A	A	A			100%	JEFFER. C	
23	SAMUEL ANDRES PEÑA		X	A	A	A	A	F			90%.	Samuel	A	A	A	A	F			90%.	Samuel	

Powered by CamScanner

24	SAMY VALENTINA HIDALGO VARGAS	X		A	A	A	A	A			100%	SAMY V	A	A	A	A	A			90%.	Samy V				
25	ALEJANDRO ZABALA PEREZ		X	A	A	A	A	A			100%	Alejandro	A	A	A	A	A			100%	Alejandro				
26	JONATHAN BERROTERAN TARACHE		X	A	A	F	A	A			90%.	Jonathan.	A	A	F	A	A			100%	Jonathan.				
27	JUAN CARLOS QUINTERO RODRIGUEZ		X	A	A	A	A	A			100%	Juan C.	A	A	A	A	A			83%	Juan C				
28	JHON FABIAN ORTIZ RODRIGUEZ		X	A	A	A	A	A			100%	Jhon. F	A	A	A	A	A			100%	Jhon. F				
29	ORLANDO PASTOR TORRES CAMARGO		X	A	A	A	A	A			100%	Orlando P	A	A	A	A	A			90%.	Orlando P				
30	JHONATAN MATEO ARENAS VARGAS		X	A	A	A	A	A			100%	Jonatan	A	A	A	A	A			90%.	Jonatan				
31	JOVANI ANDRES RIVAS B.		X	A	A	A	A	A			100%	Jovani. A	A	A	A	A	A			100%	JOVANI A				
32	NEIRO ALVAREZ JIMENEZ		X	A	A	A	A	F			100%	Luis F	A	A	A	A	F			100%	Luis F				
33	LUIS FERNANDO CAMARGO CUSBA		X	A	A	A	A	A			100%	NEIRO.	A	A	A	A	A			83%	NEIRO.				
34	JULIAN GUSTAVO ALARCON		X	A	A	A	A	A			100%	Julian	A	A	A	A	A			100%	Julian				
35	GINNA S. RIVERA MONZO	X		A	A	A	A	A			83%	GINA S.	A	A	A	A	A			100%	GINNA S.				
36	MARIA VALENTINA ACEVEDO	X		A	A	A	A	A			100%	Maria V	A	A	A	A	A			90%.	Maria V				
37	DULCE MARIA GONZALEZ	X		A	A	A	A	A			100%	Dulce M	A	A	A	A	A			83%	Dulce M				
38	ZAHIRA SOFIA ACEVEDO	X		A	F	A	A	A			100%.	ZAHIRA S	A	F	A	A	A			100%	ZAHIRA S				
39	ANDREA CONDE	X		A	A	A	A	A			83%	Andrea	A	A	A	A	A			83%	Andrea				
40	ZULMA YARID MARTINEZ	X		A	A	A	A	A			100%	Zulma M	A	A	A	A	A			100%	Zulma M				
ASISTENCIA %																									

CONVENCIONES	A: ASISTIO			R:LLEGADA TARDE			E:EXCUSA			F:NO ASISTIO	

FIRMA DEL ENTRENADOR: OSLIMAR OSVALDO GUANARO

CEDULA DE CIUDADANIA N° 74859607

Powered by CamScanner

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE CASANARE	SISTEMA DE GESTIÓN - CALIDAD DEPORTES POBLACIÓN BENEFICIADA	POBLACION BENEFICIADA FO-M-DRA-10 04/05/2022 Version 02

BASE DE DATOS

CONTRATO No:	0102..	FECHA DEL CONTRATO:	29/01/2026	**OBJETO CONTRACTUAL:**	PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO NTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO.

NOMBRES Y APELLIDOS:	GELMAR GIRALDO GUANARO			N° CELULAR:	3114793194	DEPORTE:	PARAATLETISMO
PERIODO QUE REPORTA:	Fecha Inicio	3/04/2026	Fecha Fin	2/05/2026	MUNICIPIO	Yopal	CORREO ELECTRONICO:	gelmarggg@gmail.com

363

SIGLA PPR: POBLACION EN PROCEO DE REINSERCION

N°-	NOMBRE Y APELLIDOS	Tipo de Documento	N° D.I.	FECHA DE NACIMIENTO dd/mm/aaaa	EDAD	TELEFONO	E- MAIL	GRUPO SISBEN	F	M	LBGTI	Indigenas	Comunidades Negras - Afro - Raizales - Palenqueras	Pueblo ROM o Gitano	NingunoEE	Victimas del Conflicto Armado	Habitante de Calle	PPL-TD	PPR	Personas con Discapacidad	Población Extranjera	NingunoED	U	R
1	ISABELLA GALINDO PEREZ	T.I.	1029659659	30/05/2012	13	3134567564	isag.10@gmail.com	A	x						X							X	X	
2	LAURA ALEJANDRA ALVAREZ AVILA	T.I.	1031144822	18/02/2011	15	3125674532	laura.aleja22a@gmail.com	B	x						X							X	X	
3	ALISON MARTIN BONILLA	T.I.	1070391152	2/05/2009	17	3112345439	alison.mb@gmail.com	B	x						X							X	X	
4	EDNA FERNANDA ROMERO QUIÑONEZ	T.I.	1076507630	8/04/2010	16	3128764580	romero.quied12@gmail.com	B	x						X							X	X	
5	MICHELL NIKOLL MUÑOZ VARGAS	T.I.	1222114612	4/03/2013	13	3214567658	michell.muñoz3@gmail.com	B	x						X							X	X	
6	LAURA VALENTINA GUERRERO ACEVEDO	T.I.	1054206004	19/11/2011	14	3133234367	laura.vguerrero45@gmail.com	B	x						X							X	X	
7	VALERY SOFIA CORDERO BARON	T.I.	1222114391	19/02/2013	13	3234908761	valery.sofiacordero9@gmail.com	A	x						X							X	X	
8	ANAHÍ SOFIA LOZANO RUIZ	T.I.	1120373057	3/03/2012	14	3234598076	sofi.20lozanoruiz@gmail.com	A	x						X							X	X	
9	ALISON YINETH MONTAÑEZ CONTRERAS	T.I.	1222127025	21/09/2016	9	3229017008	ali.yinmoncon78@gmail.com	A	x						X							X	X	
10	LAURA KATERINE PIRACON GAMEZ	T.I.	1118558742	10/08/2012	13	3100984389	kate.laupiracon29@gmail.com	A	x						X							X	X	
11	MIA CELESTE GONZALEZ RIVERA	T.I.	1029668382	27/03/2013	13	3118907617	celeste.gonzalezr90@gmail.com	A	x						X							X	X	
12	MARIANGEL CHAPARRO MUÑOZ	T.I.	1058357647	27/03/2013	13	3116789043	mariangel.chaparromuñoz3@gmail.com	B	x						X							X	X	
13	MARIA PAULA LOPEZ SOLER	T.I.	1222114187	27/01/2013	13	3225647890	mariap.lopezs2013@gmail.com	B	x						X							X	X	
14	ADRIANA LUCIA VAENA ROJAS	T.I.	1118558698	4/08/2012	13	3214537908	vaena.lucia7@gmai.com	B	x						X							X	X	
15	SHEIRA STEPHANNY VELANDIA PEREZ	T.I.	1115860174	5/04/2012	14	3218726900	sheira.velandia34@gmai.com	B	x						X							X	X	
16	CELMERY LISETH PEREZ ENCISO	T.I.	1029648251	10/01/2008	18	3112567865	celmery.lisethpe1001@gmail.com	B	x						X							X	X	
17	PAULA ANDREA AGUILAR MONDRAGON	T.I.	1029666659	12/10/2011	14	3133631876	paulaa.aguilarm11@gmail.com	B	x						X							X	X	
18	YESLIC YULEISY MONSALVE SUA	T.I.	1029659096	10/03/2012	14	3219087656	yeslicyusmonsalve2012@gmail.com	B	x						X							X	X	
19	KAREN XIOMARA BENITEZ MORENO	T.I.	1029658341	30/10/2011	14	3100098618	k.x.benitezm09@gmail.com	B	x						X							X	X	
20	ZAHIRA ALEJANDRA COLINA RAMOS	T.I.	1222123532	7/10/2015	10	3218769074	zhaira.alecol2@gmail.com	A	X						X							X	X	

FIRMA : _____

NOMBRES Y APELLIDOS:GELMAR GIRALDO GUANARO

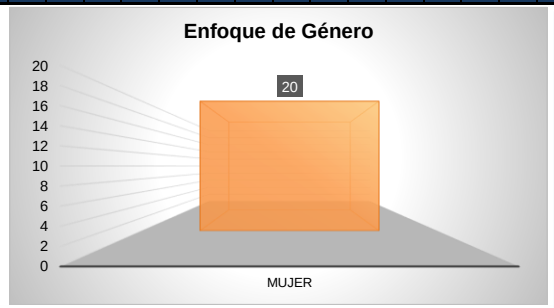
INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE CASANARE	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD DEPORTES POBLACIÓN BENEFICIADA	POBLACION BENEFICIADA FO-M-DRA-10 04/05/2022 Version 02

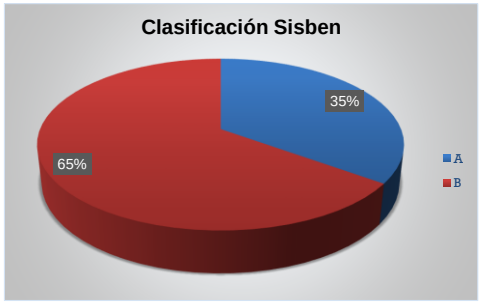
NOMBRES Y APELLID	GELMAR GIRALDO GUANARO	CONTRATO:	0102..
PERIODO:	20/12/2025 AL 29/12/2025	MUNICIPIO:	Yopal
TELEFONO:	3114793194	CORREO ELECTRONICO:	gelmarggg@gmail.com

POBLACION

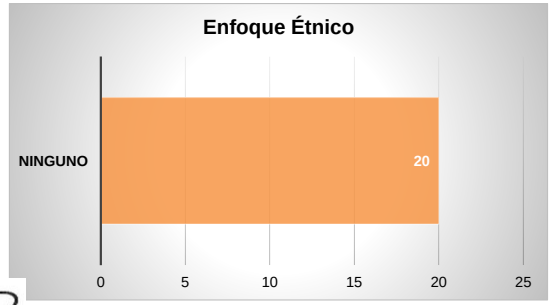
RANGO DE EDAD / POBLACION	AREA URBANA/RURAL		ENFOQUE DE GENERO			GRUPO SISBEN													ENFOQUE ETNICO												ENFOQUE DIFERENCIAL / POBLACIONAL																		TOTAL
						A (Pobreza Extrema)			B (Pobreza Moderada)			C (Población Vulnerable)			D (No pobre, No vulnerable)				Indigenas			Comunidades Negras - Afro - Raizales - Palenqueras			Pueblo ROM o Gitano			Ninguno			Victimas del Conflicto Armado			Habitante de Calle			PPL-TD			PPR			Personas con Discapacidad			Población Extranjera			Ninguno			
	U	R	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	
PRIMERA INFANCIA 0-5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
INFANCIA 6 A 11 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ADOLESCENCIA 12 A 17 AÑOS	15	0	13	2	0	0	0	0	13	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	15
JUVENTUD 18 A 28 AÑOS	3	0	2	1	0	0	0	0	9	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	9	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
ADULTO 29 A 60	2	0	2	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
ADULTO MAYOR - >60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
TOTALES	**20**	**0**	**17**	**3**	**0**	**0**	**0**	**0**	**24**	**16**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**2**	**0**	**0**	**0**	**0**	**24**	**14**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**20**

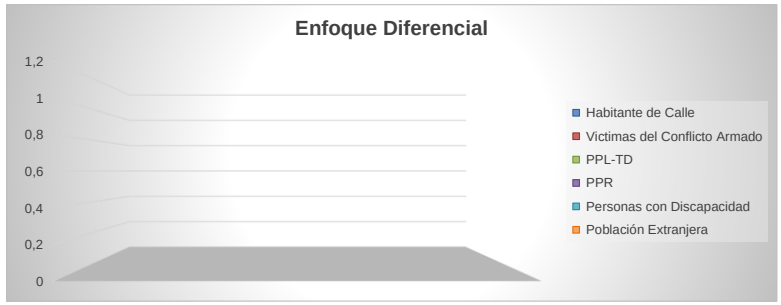












FIRMA : _____

NOMBRES Y APELLIDOS: GELMAR GIRALDO GUNARO

EL SUSCRITO CONTRATISTA

GELMAR GIRALDO GUANARO

CERTIFICA QUE

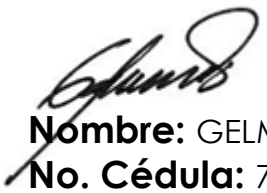
Es de total veracidad, confiabilidad y responsabilidad absoluta, que toda la información presentada en el desarrollo y ejecución de las actividades suscritas dentro del contrato No. 0102 del 29/01/2026, con el siguiente objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS PRFESIONALES COMO ENTRENADORES DEPARTAMENTALES NIVEL III, PARA ACOMPAÑAR, PREPARAR Y GARANTIZAR EL DESARROLLO NTEGRAL DE LOS DEPORTISTAS VINCULADOS AL DEPORTE ASOCIADO DEL DEPARTAMENTO.

para el proceso de verificación como son: registros fotográficos, y demás formatos establecidos por el INDERCAS, durante el periodo de labores del 03 de abril al 02 de mayo de 2026 son legítimas y tomadas durante la ejecución.

Con la firma de la presente certificación acepto y doy fe de la veracidad de la información y me acuso a las implicaciones legales que tienen la falsedad de información.

Se expide en el municipio de Yopal, a los 26 días del mes de mayo de 2026.

Firma:



Nombre: GELMAR GIRALDO GUANARO
No. Cédula: 74.860.607 de Yopal
No. Contacto: 3114793194

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

REGISTRO FOTOGRAFICO
FO-A-GCC-18
24-09-2018
Version 02

DEPARTAMENTO	CASANARE			MUNICIPIO(S)	**YOPAL**		
NOMBRES Y APELLIDOS	GELMAR GIRALDO GUANARO			No. CÉDULA	74.860.607		
No. CONTRATO	0 1 0 2			FECHA INICIO DE CONTRATO	29 DE ENERO DE 2026	PLAZO DE EJECUCIÓN	5 MESES
MES DEL INFORME	03/04/2026 al 02/05/2026	INFORME	3 de 5	FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME	26 DE MAYO DE 2026		
DATOS CONTACTO	TELEFONO CELULAR	3114793194		CORREO ELECTRONICO	gelmarggg@gmail.com		

REGISTRO FOTOGRÁFICO



ACCION	TRABAJO DESARROLLO RESISTENCIA	**FECHA**	**17/04/2026**



ACCION	TRABAJO DESARROLLO RESISTENCIA	**FECHA**	**17/04/2026**



ACCION	TRABAJO DESARROLLO DE LAS HABILIDADES TECNICAS	**FECHA**	**22/04/2026**



ACCION	TRABAJO FISICO	**FECHA**	**22/04/2026**

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

REGISTRO FOTOGRAFICO
FO-A-GCC-18
24-09-2018
Version 02

DEPARTAMENTO	CASANARE			MUNICIPIO(S)	**YOPAL**		
NOMBRES Y APELLIDOS	GELMAR GIRALDO GUANARO			No. CÉDULA	74.860.607		
No. CONTRATO	0 1 0 2			FECHA INICIO DE CONTRATO	29 DE ENERO DE 2026	PLAZO DE EJECUCIÓN	5 MESES
MES DEL INFORME	03/04/2026 al 02/05/2026	INFORME	3 de 5	FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME	26 DE MAYO DE 2026		
DATOS CONTACTO	TELEFONO CELULAR	3114793194		CORREO ELECTRONICO	gelmarggg@gmail.com		





ACCION	TRABAJO DESARROLLO DE LAS HABILIDADES TECNICAS	FECHA	23/04/2026	ACCION	TRABAJO DESARROLLO DE LAS HABILIDADES TECNICAS	FECHA	23/04/2026





ACCION	CAMPAÑA VIOLENCIA DE GENERO	FECHA	27/04/2026	ACCION	CAMPAÑA VIOLENCIA DE GENERO	FECHA	27/04/2026

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

REGISTRO FOTOGRAFICO
FO-A-GCC-18
24-09-2018
Version 02

DEPARTAMENTO	CASANARE			**MUNICIPIO(S)**	**YOPAL**		
NOMBRES Y APELLIDOS	GELMAR GIRALDO GUANARO			No. CÉDULA	74.860.607		
No. CONTRATO	0 1 0 2			FECHA INICIO DE CONTRATO	29 DE ENERO DE 2026	PLAZO DE EJECUCIÓN	5 MESES
MES DEL INFORME	03/04/2026 al 02/05/2026	INFORME	3 de 5	FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME	26 DE MAYO DE 2026		
DATOS CONTACTO	TELEFONO CELULAR	3114793194		CORREO ELECTRONICO	gelmarggg@gmail.com		



ACCION	ACOMPAÑAMIENTO DE PSICOLOGIA	**FECHA**	**30/04/2026**



ACCION	ACOMPAÑAMIENTO DE PSICOLOGIA	**FECHA**	**30/04/2026**



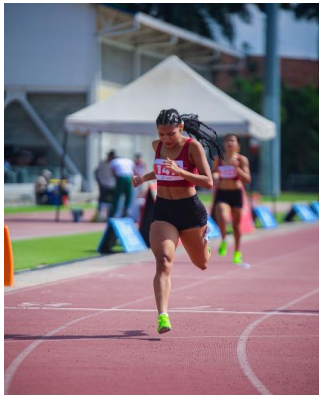
ACCION	CAMPEONATO NACIONAL INTERLIGAS E CLUBES PARAATLETISMO CATEGORÍA MAYORES	**FECHA**	**6 AL 12 DE ABRIL DE 2026**



ACCION	CAMPEONATO NACIONAL INTERLIGAS E CLUBES PARAATLETISMO CATEGORÍA MAYORES	**FECHA**	**6 AL 12 DE ABRIL DE 2026**

DEPARTAMENTO	CASANARE			MUNICIPIO(S)	**YOPAL**		
NOMBRES Y APELLIDOS	GELMAR GIRALDO GUANARO			No. CÉDULA	74.860.607		
No. CONTRATO	0 1 0 2			FECHA INICIO DE CONTRATO	29 DE ENERO DE 2026	PLAZO DE EJECUCIÓN	5 MESES
MES DEL INFORME	03/04/2026 al 02/05/2026	INFORME	3 de 5	FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME	26 DE MAYO DE 2026		
DATOS CONTACTO	TELEFONO CELULAR	3114793194		CORREO ELECTRONICO	gelmarggg@gmail.com		





ACCION	CAMPEONATO NACIONAL INTERLIGAS E CLUBES PARAATLETISMO CATEGORÍA MAYORES	**FECHA**	**6 AL 12 DE ABRIL DE 2026**



ACCION	CAMPEONATO NACIONAL INTERLIGAS E CLUBES PARAATLETISMO CATEGORÍA MAYORES	**FECHA**	**6 AL 12 DE ABRIL DE 2026**

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

INFORME TÉCNICO DE Participación EN EVENTOS DEPORTIVOS DEPARTAMENTALES, NACIONALES E INTERNACIONALES

1. INFORMACIÓN GENERAL												
LIGA DEPORTIVA	LIGA DE PARA ATLETISMO DE CASANARE											
DEPORTE/ MODALIDAD	PARA ATLETISMO											
NOMBRE DEL EVENTO	CAMPEONATO NACIONAL INTERLIGAS E CLUBES DE PARAATLETISMO CATEGORIA MAYORES											
TIPO DE COMPETENCIA	FUNDAMENTAL				PRECOMPETITIVA		X					
CATEGORÍA Y EDAD												
CARÁCTER DEL EVENTO	INTERLIGAS	X	INTERCLUBES		OTRO		ABIERTO					
OBJETIVO	Competir en el CAMPEONATO NACIONAL INTERLIGAS E CLUBES por la FEDERACION COLOMBIANA DE PARAATLETISMO esto con el objetivo para evaluar el redimeinto tecnico y fisico de los Deportistas en la modalidad de pruebas de pista y Campo y proyeccion clasificatorio a Juegos Deportivos Paranacionales 2027.											
SEDE	CALI											
FECHA	6 4 AL 12 DE ABRIL DEL 2026											
OTORGA CUPOS A SELECCIÓN COLOMBIA CICLO OLÍMPICO				N/A								
POBLACIÓN BENEFICIADA				13	POBLACIÓN MAYORITARIA:							
DISCAPACIDAD: 10	AFRO COLOMBIANO: 1			INDÍGENA:	ADULTO M. : 3						DESPLAZADOS:	
RANGOS DE EDAD POBLACIÓN BENEFICIADA												
P. INFANCIA	INFANCIA		ADOLESCENCIA		JUVENTUD	5	ADULTO					
ESCENARIOS				DAMAS			VARONES				TOTAL	
DELEGACIÓN	No DEPORTISTAS			4			6				10	
	No ENTRENADORES						1				1	
	No DELEGADOS						1				1	
	ETM - EQUIPO METODOLÓGICO						1				1	
	EN - EQUIPO MEDICO											
	PRENSA											
											13	

1.2 RESULTADOS								
GENERO / DUPLA / EQUIPOS	MEDALLAS/PUESTO/LUGAR							
	DISPUTADOS	LOGRADOS						
	TOTAL	M - ORO	M - PLATA	M - BRONCE	4o - 8o	9o - 16o	17o - 32o	OTRO
DAMAS		0	3		1			
VARONES		3		4	3			
DUPLAS VARONES								
DUPLAS DAMAS								
MIXTOS								
EQUIPOS								
TOTAL	0	3	3	4				

1.3 RESUMEN DE PRONOSTICO VERSUS RESULTADOS DE Participación							
RESULTADO	ORO	PLATA	BRONCE	4o - 8o	9o - 16o	17o - 32o	OTRO
PRONOSTICO	4	3	3	4			
REAL	3	3	4	4			
PRONOSTICO							
REAL							
OBSERVACIONES AL PRONOSTICO Y RESULTADOS OBTENIDOS	SE CUMPLE EL PRONOSTICO DE PARTICIPACION EN EL EVENTO, MEJORANDO MARCAS TECNICAS EN PRUEBAS DE PISTAS Y CAMPO, ESTO NOS PEMITE SEGUIR AVANZANDO Y PROYECATADO LOS DEPORTISTAS A LOS OBJETIVOS FUNDAMENTALES.						

2. INFORMACIÓN PREVIA PARA EL PROCESO DE Preparación Y SELECCIÓN			
SELECTIVO/CHEQUEO/FOGUEO/EVENTO	SEDE	FECHA	OBSERVACIONES
TEST DE CHOQUE	ESTADIO	24-28/2/2026	fortalecer el desarrollo tecnico y fisco de cada uno de los deportista.

3. CLASIFICACIÓN GENERAL POR DELEGACIÓN								
PUESTO	LIGA	DAMAS			VARONES			MIXTO/DOBLES/EQUIPOS
		M. ORO	M. PLATA	M. BRONCE	M. ORO	M. PLATA	M. BRONCE	PUESTO
1								
2								
3								
4								
6		0	3	0	3		4	6
NUMERO TOTAL DE DEPORTISTAS, DUPLAS, DOBLES O EQUIPOS PARTICIPANTES								275

3.1 RESULTADOS DEPORTIVOS POR DEPORTISTA - EQUIPO - DUPLA									
DEPORTISTA		MUNICIPIO	CATEGORÍA	PRUEBA	PRONOSTICO	LUGAR	PARTICIPANTES	MARCA	ANÁLISIS DEL RESULTADO
1	JUAN FERNANDO DOMINGUEZ	YOPAL	MAYORES	IMPULSION DE BALA	1 AL 3	1	7	11,86	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				LANZAMIENTO DE DISCO	1 AL 3	2	2	37,89	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				LANZAMIENTO DE JABALINA	1 AL 3	2	6	38,56	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
2	EMILY OÑATE SANCHEZ	YOPAL	U20	400 METROS	1 A 4	1	7	1.01.01	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				200 METROS	1 A 4	1	8	27,23	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				100 METROS	1 A 4	1	8	13,02	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
3	ALISSON DANIELA ACOSTA	YOPAL	U20	400 METROS	1 AL 8	3	7	1.05.3	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				100 METROS	1 AL 5	2	8	13,38	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				200 METROS	1 AL 5	2	7	27,15	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
4	ANDRES PUENTES AGUIRRE	YOPAL	U20	400 METROS	1 AL 5	2	8	54,16	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				200 METROS	1 AL 8	3	7	25,05	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				SALTO LARGO	1 AL 8	2	7	5,37	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
5	MARYRY CAMACHO	YOPAL	MAYORES	BALA	1 AL 5	4	5	9,67	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				DISCO	1 AL 4	2	5	34,65	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				JABALINA	1 AL 4	2	5	27,78	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
6	SANTIAGO ORTIZ	YOPAL	MAYORES	400	1 AL 4	3	8	53,24	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				200	1 AL 4	4	8	24,7	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				100	1 AL 4	4	8	11,7	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
7	HECTOR LIGUIZAMO	YOPAL	MAYORES	BALA	1 AL 8	7	8	8,37	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				JABALINA	1 AL 8	3	6	26,87	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				DISCO	1 AL 8	4	6	21,78	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
8	SANTIAGO RAMIREZ	YOPAL	MAYORES	200	1 AL 8	6	7	31,7	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				400	1 AL 8	4	5	1,04,2	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				SALTO LARGO	1 AL 8	5	6	4,57	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO

9	IZABELLA TOCA	YOPAL	U20	1500	1 AL 10	0	0	0	NO SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO DEL ANALISIS TECNICO, COMPETITITVO Y CLASISIFCACION FUNCIONAL.
				800	1 AL 10	0	0	0	NO SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO DEL ANALISIS TECNICO, COMPETITITVO Y CLASISIFCACION FUNCIONAL.
10	JUAN PABLO ROJAS	YOPAL	U20	1500	1 AL 4	1	5	4,32,7	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				800 METROS	1 AL 5	4	6	2.07.03	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO
				400 METROS	1 AL 5	5	8	55,78	SE CUMPLE CON EL PRONOSTICO EL ANALISIS TECNICO Y COMPETITITVO

EQUIPO - DUPLA	MUNICIPIO	CATEGORÍA	PRUEBA	PRONOSTICO	LUGAR	PARTICIPANTES	MARCA	ANÁLISIS DEL RESULTADO

ANÁLISIS DE ENCUENTROS

EQUIPO A	EQUIPO B	RESULTADO	ANÁLISIS DEL ENCUENTRO

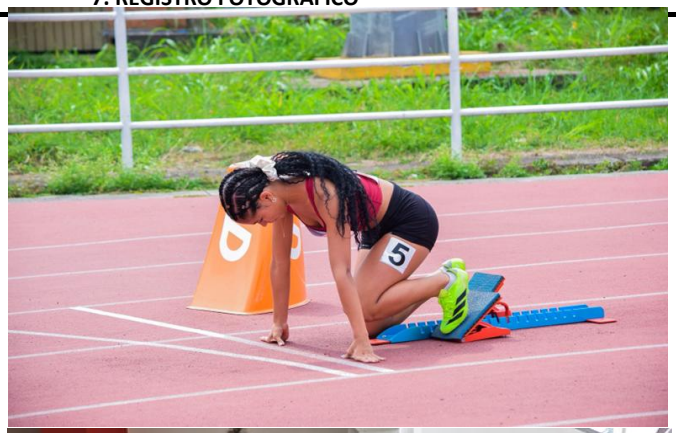
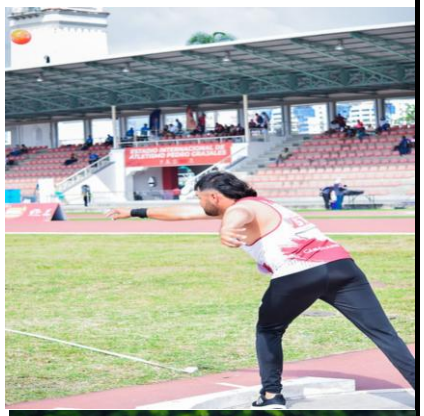
4. LOGROS, OBJETIVOS Y METAS DE LA PARTICIPACIÓN

IMPORTANTE EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA, EN ESTA OCACION SE PARIICPARON CON 10 DEPORTISTAS EN LA S MODALIDADE DE PISTA Y CAMPO LOGRANDO 10 MEDALLAS 3 DE ORO 3 DE PLATA 4 DE BRONCE, ADEMAS SEMEJORARON MARCAS TECNICAS QUE NOS PERMITE SEGUIR PROYECTANDO DE MANERA IMPORTANTE NUSTROS PROXIMOS OBJETIVOS, IGUALMENE SE LOGRA LA CLASIFICACION FUNCIONAL DE NUEVOS DEPORTISTAS.

5. INCONVENIENTES EN EL PROCESO DE Participación EN EL EVENTO
DESCRIBA CUALES FUERON SUS MAYORES INCONVENIENTES: NO SE PRESENTO NINGUNA SITUACION QUE AFECTARA A LOS DEPORTISTAS DURANTE EL DESARROLLO DEL EVENTO

6. SUGERENCIAS, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
SUGERENCIAS:	
MUY IMPORTANTE EL APOYO PARA A LOS DEPORTISTAS EN LOS CAMPEONATOS FEDERADOS NOS PEMITEN SEGUIR MEJORANDO EL NIVEL TECNICO Y COMPETITIVO	
CONCLUSIONES:	OCUPAMOS LA CASILLA NUMERO 6 EN LA CLASIFICACION GENERAL, ENTRE 18 DEPARTAMENTOS Y 275 PARA ATLETAS CON LA PROYECCION DE DEPORTISTAS A COMPETENCIAS A NIVEL INTERNACIONAL.
RECOMENDACIONES:	MEJORAR LAS CONDICINES
ES IMPORTANTE SEGUIR CONTANDO CON EL APOYO PARA LOS EVENTOS PRIORIZADOS EN EL PLAN DE ACCION ESTO PERMITE SEGUIR BRINDADO GARANTIA EN LA PREPARACION DE LOS DEPORTISTAS PROYECTADOS A JUEGOS DEPORTIVOS PARANACIONALES 2027	

7. REGISTRO FOTOGRÁFICO






NOTA:

ENTRENADOR	PRESIDENTE DE LIGA	VO BO METODÓLOGO DE APOYO

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CERTIFICADO DE DEDUCCIONES
FO-A-GFI-02
31/07/2019
Versión 01

Yopal, 26 de mayo 2026

Señores
INDERCAS
La ciudad

REF. Certificado de deducciones
Yo, GELMAR GIRALDO GUANARO, identificado con Cédula de Ciudadanía número 74.860.607 de Yopal, teniendo en cuenta la reforma Tributaria estructural, ley 1819 del 29 de diciembre de 2016, **CERTIFICO QUE**:

- Mis ingresos percibidos por el INDERCAS en el año 2025 corresponden a la prestación de servicios por honorarios, en el que contraté o vinculé por al menos noventa (90) días continuos o discontinuos, dos (2) o más trabajadores o contratistas asociados a la actividad. **SI** ☐ **NO X**

Por lo anterior, solicito que sean aplicadas las siguientes deducciones para depurar de mi base de Retención en la Fuente del periodo comprendido entre el 3/04/2026 y el 2/05/2026, de acuerdo a los siguientes factores:

DESCRIPCIÓN	VALOR
Deducción por intereses préstamos adquisición vivienda o costo financiero leasing habitacional pagados en el año 2025 (Hasta 100 UVT mensuales). *Art 387 ET-DR 4713/05*	$ 0,00
Deducción por pagos de medicina prepagada o seguros de salud. (Hasta 16 UVT mensuales). *Art 387 ET*	$ 0,00

Además, Manifiesto libre y voluntariamente que la(s) persona(s) relacionada(s) a continuación depende (n) económicamente de mí, situación que me otorga el derecho a tomar la deducción del 10% sobre mis ingresos brutos, hasta un máximo de 32 UVT mensuales *Art 387 ET*.

IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	APELLIDO 1	APELLIDO 2	PARENTESCO	EDAD

El pago de aportes de la seguridad social correspondiente al periodo de cobro del cual anexo soporte, fue por:

DESCRIPCIÓN	VALOR
1. Aportes obligatorios a Pensión. (Art. 55 Estatuto Tributario)	$ 311.600
2. Aportes obligatorios a salud. (Art. 56 Estatuto Tributario)	$ 243.400

Adicionalmente solicito se tengan en cuenta los siguientes aportes como rentas exenta, sin exceder el 30% del ingreso laboral y hasta un máximo de 317 UVT mensuales.

DESCRIPCIÓN	VALOR
Aportes voluntarios fondos de pensiones	$ 0,00
Aportes en cuentas AFC	$ 0,00

Finalmente informo que las actividades desarrollas dentro contrato No.0102 de fecha 29/01/2026, fueron ejecutadas en el municipio de Yopal del Departamento de Casanare, y me comprometo a comunicar cualquier cambio que puede modificar los beneficios obtenidos.

Cordialmente,

GELMAR GIRALDO GUANARO
C.C. 74860607 de yopal

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CERTIFICADO DECRETO 1070
FO-A-GFI-08
27/04/2020
Versión 02

Yopal,26 de mayo de 2026

Ref.: Certificación Decreto 1070 de 2013, Clasificación de Personas Naturales

CERTIFICACIÓN

Yo, GELMAR GIRALDO GUANARO, identificada con cédula de ciudadanía No. 74.860.607 expedida en Yopal, para efectos de dar cumplimiento con el artículo 1 del decreto 1070 del 28 de mayo de 2013 y su modificación a través del decreto 3032 de 2013, certifico lo siguiente:

- Mis ingresos en el año gravable inmediatamente anterior provienen de la prestación de servicios de manera personal o del desarrollo de una actividad económica por cuenta y riesgo del empleador o contratante, mediante una vinculación laboral o legal y reglamentaria, en una proporción igual o superior a un ochenta por ciento (80%) del total de los ingresos percibidos por dicho periodo fiscal: SI (X) NO ( )

- Mis ingresos en el año inmediatamente anterior provienen de la prestación de servicios personales mediante el ejercicio de profesiones liberales o de la prestación de servicios técnicos que no requieran la utilización de materiales o insumos especializados, o de maquinaria o equipo especializado, en una proporción igual o superior a un ochenta por ciento (80%) del total de los ingresos percibidos en dicho periodo fiscal: SI (X) NO ( )

- Estoy obligado (a) a presentar declaración de renta por el año gravable inmediatamente anterior: SI ( ) NO (X)

- Los ingresos totales en el año gravable inmediatamente anterior superaron los mil cuatrocientas (1.400) UVT. SI ( ) NO (X)

- En el año gravable inmediatamente anterior no desarrolle una de las actividades señaladas en el artículo 340 del Estatuto Tributario o que si la desarrolle no generó más del veinte por ciento (20%) de mis ingresos totales. SI ( ) NO (X)

- Durante el año gravable inmediatamente anterior no preste servicios técnicos que requieran de materiales o insumos especializados, o maquinaria o equipo especializado, cuyo costo representa más del veinticinco por ciento (25%) del total de los ingresos percibidos por concepto de tales servicios técnicos. SI ( ) NO (X)

Cordialmente

GELMAR GIRALDO GUANARO
C.C. 74,86.607 de Yopal

Yopal, 26 de mayo de 2026

INDERCAS

Referencia: Certificación Decreto 060 del 12 de abril de 2023 Municipio de Yopal

Por medio del cual se compila en un solo cuerpo normativo las disposiciones vigentes contenidas en los acuerdos 013-2012, 007 de 2014, 001 de 2015, 001 de 2017, 022 de 2020, 032 de 2020, 022 de 2021 y 020 de 2022 y según lo dispuesto en sus artículos 26, 36, 42 y 52

CERTIFICO QUE:

1. Mi actividad económica desarrollada en el municipio de Yopal según lo estipulado en el Artículo 36 decreto 060-2023 (Art 31del Acuerdo 032 de 2020, modificado por el Artículo 18 y 19 del Acuerdo 022 de 2021 y artículos 11 y 12 del acuerdo 020 de 2022, es: (**317) - Actividades de Servicio no Clasificadas**.

2. SI ( ) NO (X) tengo expuestos avisos y tableros según lo establecido en el artículo 42 del decreto 060-2023 (Artículo 37 del Acuerdo 032 de 2020).

3. Mis ingresos para efecto de la aplicación de la Retención en la fuente a título de Industria y Comercio, Avisos y Tableros y Sobretasa Bomberil en el Municipio de Yopal se encuentran clasificados: **Desde 50 hasta 250 UVT.,** (UVT 2025 -$49.799) según la siguiente tabla artículo 26 del decreto 060-2023:

RANGO DE INGRESOS BRUTOS GRAVABLES EN EL MUNICIPIO EN UVT		**TARIFA EN UVT** (para el año 2025 está en $49.799)	**RANGO DE INGRESOS BRUTOS GRAVABLES EN VALORES**
0	HASTA 50	0	$2.489.950
MAS DE 50	HASTA 250	1	$2.489.951 - 12.449.750
MAS DE 250	HASTA 500	2	$12.449.751 - 24.899.500
MÁS DE 500	HASTA 750	3	$24.899.501 - 37.349.250
MAS DE 750	HASTA 1.000	5	$37.349.251 - 49.799.000
MÁS DE 1.000	HASTA 3.500	Determina el impuesto aplicando la tarifa que corresponda a la actividad realizada.	$49.799.001- 174.296.500

Nombre: GELMAR GIRALDO GUANARO
No. Cédula: 74.860.607 de Yopal
No. Contacto: 3114793194
Contratista

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
COMPROBANTE DE PAGO

Bancolombia

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CÉDULA DE CIUDADANÍA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	74860607
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:			GELMAR GIRALDO GUANA GIRALDO GUANARO
CIUDAD/MUNICIPIO:	YOPAL	DEPARTAMENTO:	CASANARE
DIRECCIÓN:	CRA 15 BIS 39 46	TELÉFONO:	6324559
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Actividades reguladoras y
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:	**6018943719**		TIPO DE PLANILLA:		I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN	MES:	abril	PERIODO COTIZACIÓN	MES:	abril
OTROS SUBSISTEMAS:	AÑO:	2026	SALUD:	AÑO:	2026
DÍAS DE MORA:		22			
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):		2026/05/27	NÚMERO AUTORIZACIÓN:		339531309

NOVEDADES

ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP

LIQUIDACIÓN GENERAL

			TOTALES	
			COTIZANTES	TOTAL PAGADO
PENSIÓN				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8002248088	230301	230301-PORVENIR	1	$ 316.600
		SUBTOTAL:	1	**$ 316.600**
SALUD				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8002514406	EPS005	EPS005-SANITAS S.A	1	$ 247.300
		SUBTOTAL:	1	**$ 247.300**
RIESGOS PROFESIONALES				
		ADMINISTRADORA		
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8600111536	14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A	1	$ 48.300
		SUBTOTAL:	1	**$ 48.300**

VALOR SIN MORA:	**$ 602.500**
VALOR MORA:	**$ 9.700**
TOTAL PAGADO:	**$ 612.200**

Planilla Pagada

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CÉDULA DE CIUDADANÍA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	74860607
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:			GELMAR GIRALDO GUANA GIRALDO GUANARO
CIUDAD/MUNICIPIO:	YOPAL	DEPARTAMENTO:	CASANARE
DIRECCIÓN:	CRA 15 BIS 39 46	TELÉFONO:	6324559
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Actividades reguladoras y facilitadoras de la act
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:		**6018943719**		TIPO DE PLANILLA:			I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES	abril	AÑO 2026	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES	abril	AÑO 2026
DÍAS DE MORA:		22					
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):		2026/05/27		NÚMERO AUTORIZACIÓN:		339531309	

TOTAL APORTES A PENSIÓN

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	COTIZACIÓN	APORTES VOLUNTARIOS		FSP		MORA		TOTALES		
CÓDIGO	NOMBRE			EMPLEADOR	COTIZANTE	SOLIDARIDAD	SUBSISTENCIA	COTIZACIÓN	FSP	APORTES	MORA	VALOR PAGADO
230301	230301-PORVENIR	1	$ 311.600	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 5.000	$ 0	$ 311.600	$ 5.000	$ 316.600
SUBTOTALES:										**$ 311.600**	**$ 5.000**	**$ 316.600**

TOTAL APORTES A SALUD

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD POR ENFERMEDAD		LICENCIA MATERNIDAD		SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN		MORA		TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
EPS005	EPS005-SANITAS S.A	1		$ 0		$ 0		$ 0	$ 243.400	$ 0	$ 3.900	$ 0	$ 243.400	$ 3.900	$ 0	$ 247.300
SUBTOTALES:													**$ 243.400**	**$ 3.900**	**$ 0**	**$ 247.300**

TOTAL APORTES A RIESGOS PROFESIONALES

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD IRP			SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN	TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PAGO A OTROS RIESGOS	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A	1		$ 0	$ 0		$ 0	$ 47.500	$ 47.500	$ 800	$ 0	$ 48.300
SUBTOTALES:									**$ 47.500**	**$ 800**	**$ 0**	**$ 48.300**

LIQUIDACIÓN DETALLADA APORTES

DATOS DEL COTIZANTE										NOVEDADES																		SEGURIDAD SOCIAL																					PARAFISCALES						
																												PENSIÓN									SALUD						ARP													
Nº	IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	TIPO COTIZANTE	SUBTIPO COTIZANTE	SALARIO BÁSICO	TIPO DE SALARIO	COLOMBIANO	EXTRANJERO	REFORMA TRIBUTARIA	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	FSP SUBSISTENCIA	FSP SOLIDARIDAD	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADOR	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADO	INDICADOR TARIFA ESPECIAL	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	TOTAL APORTE	ADMIN	DÍAS COT	IBC	CENTRO DE TRABAJO	TOTAL APORTE	DÍAS COT	IBC	CCF ADMIN	CCF TOTAL APORTE	SENA TOTAL APORTE	ICBF TOTAL APORTE	ESAP TOTAL APORTE	MINEDU TOTAL APORTE
1	CC 74860607	GIRALDO GUANARO GELMAR	INDEPENDIENTE CONTRATO PRESTACIÓN DE SERVICIOS		$ 1.947.000				NO																		230301-PORVENIR	30	$ 1.947.000	$ 311.600	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 311.600	EPS005-SANITAS S.A	30	$ 1.947.000	$ 243.400	$ 0	$ 243.400	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A	30	$ 1.947.000	74860607	$ 47.500		$ 0		$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

TOTAL PAGADO: $ 612.200

Planilla Pagada

Banco de Occidente

NIT 890.300.279-4

CERTIFICADO

Mediante la presente **CERTIFICAMOS** que **GELMER GIRALDO GUANARO** identificado con C.C. número **74.860.607** es cuentahabiente del BANCO DE OCCIDENTE desde el día **6 de mayo de 2015** con la Cuenta de Ahorros **505823138** y el TAG AVAL **@OCGGG60701**, los cuales a la fecha se encuentran activos y vigentes.

Por lo anterior podemos afirmar que la mejor carta de presentación de: **GELMER GIRALDO GUANARO** es ser un "cliente activo de Banco de Occidente".

Expedimos esta certificación hoy **16 de abril de 2026**

Julio Cesar Ortiz
GERENTE MEDIOS DE PAGOS

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA