


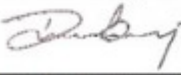
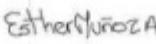



Obligacion 3

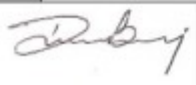
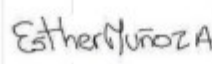

PLAN PEDAGOGICO, REGISTRO FOTOGRAFICO

PANTALLAZO PLAN MENSUAL

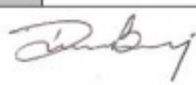
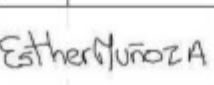

1. MOVILIDAD ARTICULAR BASICA 2. TECNICA CORRECTA DE RESPIRACION 3. CAMINATA SUAVE Y CONTROLADA 4. SENTARSE Y LEVANTARSE CORRECTAMENTE 5. E									
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
  									
PLAN MENSUAL									
EVENTOS DEPORTIVOS PROYECTO 2495 *ACTIVATE SAN CRISTOBAL DEPORTE, RECREACION Y BIENESTAR									
PROGRAMA/ACTIVIDAD FISICA					FECHA DE ELABORACIÓN:	25	3	2026	NOMBRE DEL INSTRUCTOR: DANNY RARAS VARGAS
GRUPO:	QUINDIO	BARRIO	QUINDIO	ESCENARIO:	QUINDIO	HORARIO:	LUNES Y MIÉRCOLES 10:00 AM A 11:30 AM		
					DEPORTE: ACTIVIDAD FISICA				
					No. SEMANA: 1,2,3,4				
					No. SESIONES: 88				
					EDADES: 40 AÑOS EN ADELANTE				
FECHAS		ASPECTOS FORMATIVOS			ASPECTOS TECNICOS (HABILIDADES Y DESTREZAS)			RECURSOS/ MATERIAL	
14 MARZO: 2,5,9,11,16,18,23,25,30		1. LA IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FISICA 2. CUIDADO DEL CUERPO Y BUENA POSTURA 3. CONSCIENCIA DEL PROPIO RITMO 4. IMPORTANCIA DE LA FUERZA AUTONOMA 5. PREVENCIÓN DE CAIDAS 6. FOMENTAR LA AUTONOMIA 7. MOTIVACION Y CONSTANCIA EN LA ACTIVIDAD FISICA			1. MOVILIDAD ARTICULAR BASICA 2. TECNICA CORRECTA DE RESPIRACION 3. CAMINATA SUAVE Y CONTROLADA 4. SENTARSE Y LEVANTARSE CORRECTAMENTE 5. EJERCICIOS BASICOS DE FUERZA CON APOYO 6. COORDINACION DE BRAZOS Y PIERNAS 6. CAMINATA EN LINEA RECTA 7. CAMBIOS SUEVES DE DIRECCION 8. EJERCICIOS DE EQUILIBRIO CON APOYO			SILLAS, BANDAS ELASTICAS, PELOTA SUAVE, CONOS, CINTA ADHESIVA, ESCALONES BAJOS, HIDRATACION	
								ASPECTOS TACTICOS	
								REGULAR LA INTENCION, DECIDIR CUANDO DESCANSAR, MANTENER EL EQUILIBRIO, ELEGIR PUNTOS DE APOYO SEGUROS, AJUSTAR MOVIMIENTO SI HAY FATIGA,	
									
FIRMA DEL INSTRUCTOR					FIRMA DEL COORDINADOR				
									

EVENTOS DEPORTIVOS PROYECTO 2498 "ACTIVATE SAN CRISTOBAL: DEPORTES, RECREACION Y BIENESTAR"

[illegible][illegible]

ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.		SAN CRISTOBAL		BOGOTÁ		DEPORTE SAN CRISTOBAL	
EVENTOS DEPORTIVOS PROYECTO 2495*ACTIVATE SAN CRISTOBAL: DEPORTES, RECREACION Y BIENESTAR*							
PROGRAMA ACTIVIDAD FECHA				FECHA DE ELABORACIÓN	FECHA DE ACTUACIÓN	FECHA DE EVALUACIÓN	FECHA DE CIERRE
FECHA DE CIERRE	FECHA DE ACTUACIÓN	FECHA DE EVALUACIÓN	FECHA DE ELABORACIÓN	FECHA DE ACTUACIÓN	FECHA DE EVALUACIÓN	FECHA DE CIERRE	FECHA DE CIERRE
DEPORTE ACTIVIDAD FECHA FECHA DE CIERRE FECHA DE ACTUACIÓN FECHA DE EVALUACIÓN FECHA DE ELABORACIÓN				OBJETIVO: Fortalecer la identidad del representante mediante acciones de resistencia programada con implementos propios, utilizando la creatividad en la coordinación interdisciplinaria y la capacidad de innovación en actividades de la vida diaria que impliquen trabajo, estudio y participación de otros.			
PARTE		TEMA / CONTENIDO		DURACIÓN (TIEMPO + CANTIDAD)	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES	RECURSOS MATERIAL	EVALUACIÓN DE LOGROS TÉCNICOS
INICIAL		Similitud de torneos con balón Carrilata con brazos activos		20 MINUTOS	Carrilata con movilidad de brazos Movilidad torneos con balón Activación con pelota (pasando alrededor del cuerpo)		Movilidad cintura escapular con apoyo adecuado. Coordina movimientos bilaterales con balón o balón.
CENTRAL		Trabajo con bandas elásticas. Plano. Presa de pecho. Elevaciones laterales. Lanzamientos suaves con balón suave.		35 MINUTOS	Fuerza con bandas (30) 3x12 repeticiones. Plano. Presa pecho. Elevaciones laterales. Cuello brazos. Coordinación oculo-manual (20) Lanzar y atrapar balón. Lanzamiento a diana.	Balón blando, bandas elásticas, pesas.	Ejecuta ejercicios con banda elástica manteniendo control escapular. Regula intensidad del esfuerzo sin compensaciones cervicales. Mejora coordinación oculo-manual en lanzamiento.
FINAL		Estiramientos de brazos. Respiración y conciencia corporal.		15 MINUTOS	Estiramientos bien superior. Respiración profunda y movilidad sobre cervical.		Mantiene elongación de miembros superiores sin dolor. Controla respiración durante la relajación.
 FIRMA DEL INSTRUCTOR				 FIRMA DEL COORDINADOR			
							

ALCALDÍA LOCAL DE SAN CRISTÓBAL		BOGOTÁ		ALCALDÍA LOCAL DE SAN CRISTÓBAL		PLAN MENSUAL		DEPORTES SAN CRISTÓBAL	
EVENTOS DEPORTIVOS PROYECTO 2495*ACTIVATE SAN CRISTÓBAL: DEPORTES, RECREACIÓN Y BIENESTAR*									
PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA				FECHA DE ELABORACIÓN	2023	NOMBRE DEL INSTRUCTOR	DAVID YESSI BARRALES VARGAS	OBJETIVO: Mejorar el control postural, equilibrio y estabilidad mediante estiramientos musculares y dinámicos de reducción del riesgo de caídas, potenciando la actividad de musculatura estabilizadora y fortalecimiento.	
FECHA DE CLASE	11/03/2023	BIENIO	QUINTO	ESCIENARIO	PAQUEL GUINDO	HORARIO ACTIVIDAD FÍSICA	8:00 AM A 11:00 AM	DEPORTE ACTIVIDAD FÍSICA	
								TEMAS:	
								AL SECCIONES DE	
								PROCESO DE SECCIONES DESEARAR	
PARTES	TEMA / CONTENIDOS	DURACIÓN (TIEMPO - CANTIDAD)	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES	RECURSOS MATERIAL	EVALUACIÓN DE LOGROS TÉCNICOS				
INICIAL	Cármata variando apoyos Movilidad básica y cadencia	20 MINUTOS	Cármata con cármata de ritmo Movilidad básica y cadencia		Ayuda postural corporal durante desplazamientos variados Activa musculatura estabilizadora de todo y cadencia				
CENTRAL	Cármata en línea Equilibrio con apoyo reducido Juegos con pelota en paños Cármata con obstáculos bajos	35 MINUTOS	• Trabajo estático (20) Unipodal 300 seg Semi-tandem Tándem • Trabajo dinámico (20) Tándem	Cinta, pelotas, cinta adhesiva en el suelo	Varianza equilibrio estático mínimo 20 segundos con apoyo reducido Coordina desplazamientos en línea sin perder estabilidad Responde a estímulos externos manteniendo control postural				
FINAL	Estiramientos suaves Técnicas de respiración	15 MINUTOS	Estiramientos suaves Ejercicio de conciencia corporal		Recupera estabilidad respiratoria Identifica mejoras en control corporal				
									

ALCALDÍA LOCAL DE SAN CRISTÓBAL		BOGOTÁ		ALCALDÍA LOCAL DE SAN CRISTÓBAL		PLAN MENSUAL		DEPORTES SAN CRISTÓBAL	
EVENTOS DEPORTIVOS PROYECTO 2495*ACTIVATE SAN CRISTÓBAL: DEPORTES, RECREACIÓN Y BIENESTAR*									
PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA				FECHA DE ELABORACIÓN	2023	NOMBRE DEL INSTRUCTOR	DAVID YESSI BARRALES VARGAS	OBJETIVO: Desarrollar la coordinación motora general a través de ejercicios rítmicos y secuenciales que estimulen la integración neuromuscular de control de espacio-temporal y de coordinación postural, mejorando la plasticidad motora y la flexibilidad postural.	
FECHA DE CLASE	11/03/2023	BIENIO	QUINTO	ESCIENARIO	PAQUEL GUINDO	HORARIO ACTIVIDAD FÍSICA	8:00 AM A 11:00 AM	DEPORTE ACTIVIDAD FÍSICA	
								TEMAS:	
								AL SECCIONES DE	
								PROCESO DE SECCIONES DESEARAR	
PARTES	TEMA / CONTENIDOS	DURACIÓN (TIEMPO - CANTIDAD)	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES	RECURSOS MATERIAL	EVALUACIÓN DE LOGROS TÉCNICOS				
INICIAL	Juegos de pelotas y ritmo Movilidad general	20 MINUTOS	Juegos rítmicos con pelotas Movilidad general con música		Dirige los movimientos rítmicos básicos Coordina pelotas y desplazamientos simples				
CENTRAL	Escuadra de coordinación Lanzar y atrapar pelota Secuencias de pases con música Juegos recreativos grupales	35 MINUTOS	Escuadra coordinación (20) Pase simple Pase lateral Pase cruzado 3 cartas cada pelota • Juegos recreativos (20) Juegos recreativos	Escuadra de pases, pelotas, pelotas	Dirige secuencias rítmicas en escuadra sin perder ritmo Juega precisión en lanzamiento y recepciones Integra memoria motora en secuencias coreografiadas simples				
FINAL	Estiramientos globales Relajación con música suave	15 MINUTOS	Estiramientos globales Relajación con música suave		Reduce tensión muscular post-actividad coordinativa Mantiene postura adecuada en estiramientos globales				
									

ALCALDÍA LOCAL DE SAN CRISTÓBAL		BOGOTÁ		ALCALDÍA LOCAL DE SAN CRISTÓBAL PLAN MENSUAL		DEPORTES SAN CRISTÓBAL	
EVENTOS DEPORTIVOS PROYECTO 2495 "ACTIVAR SAN CRISTÓBAL: DEPORTES, RECREACIÓN Y BIENESTAR"							
PROGRAMA ACTIVIDAD/FISICA				FECHA DE ELABORACIÓN		NOMBRE DEL ACTIVADOR	
				2018		DANIEL YESSI GARCIA VARGAS	
FECHA DE CLASE				HORA DE ACTIVIDAD FÍSICA		DEPORTE ACTIVIDAD FÍSICA	
10/03/2018				08:00		FUTBOL	
BARRIO				CANTON		MUNICIPIO	
SAN CRISTÓBAL				SAN CRISTÓBAL		SAN CRISTÓBAL	
CATEGORÍA				NOMBRE DEL EQUIPO		NOMBRE DEL EQUIPO	
JUVENIL				EQUIPO A		EQUIPO B	
NOMBRE DEL EQUIPO				NOMBRE DEL EQUIPO		NOMBRE DEL EQUIPO	
EQUIPO A				EQUIPO B		EQUIPO C	
EQUIPO D				EQUIPO E		EQUIPO F	
EQUIPO G				EQUIPO H		EQUIPO I	
EQUIPO J				EQUIPO K		EQUIPO L	
EQUIPO M				EQUIPO N		EQUIPO O	
EQUIPO P				EQUIPO Q		EQUIPO R	
EQUIPO S				EQUIPO T		EQUIPO U	
EQUIPO V				EQUIPO W		EQUIPO X	
EQUIPO Y				EQUIPO Z		EQUIPO AA	
EQUIPO AB				EQUIPO AC		EQUIPO AD	
EQUIPO AE				EQUIPO AF		EQUIPO AG	
EQUIPO AH				EQUIPO AI		EQUIPO AJ	
EQUIPO AK				EQUIPO AL		EQUIPO AM	
EQUIPO AN				EQUIPO AO		EQUIPO AP	
EQUIPO AQ				EQUIPO AR		EQUIPO AS	
EQUIPO AT				EQUIPO AU		EQUIPO AV	
EQUIPO AW				EQUIPO AX		EQUIPO AY	
EQUIPO AZ				EQUIPO BA		EQUIPO BB	
EQUIPO BC				EQUIPO BD		EQUIPO BE	
EQUIPO BF				EQUIPO BG		EQUIPO BH	
EQUIPO BI				EQUIPO BJ		EQUIPO BK	
EQUIPO BL				EQUIPO BM		EQUIPO BN	
EQUIPO BO				EQUIPO BP		EQUIPO BQ	
EQUIPO BR				EQUIPO BS		EQUIPO BT	
EQUIPO BU				EQUIPO BV		EQUIPO BW	
EQUIPO BX				EQUIPO BY		EQUIPO BZ	
EQUIPO CA				EQUIPO CB		EQUIPO CC	
EQUIPO CD				EQUIPO CE		EQUIPO CF	
EQUIPO CG				EQUIPO CH		EQUIPO CI	
EQUIPO CJ				EQUIPO CK		EQUIPO CL	
EQUIPO CM				EQUIPO CN		EQUIPO CO	
EQUIPO CP				EQUIPO CQ		EQUIPO CR	
EQUIPO CS				EQUIPO CT		EQUIPO CU	
EQUIPO CV				EQUIPO CW		EQUIPO CX	
EQUIPO CY				EQUIPO CZ		EQUIPO DA	
EQUIPO DB				EQUIPO DC		EQUIPO DD	
EQUIPO DE				EQUIPO DF		EQUIPO DG	
EQUIPO DH				EQUIPO DI		EQUIPO DJ	
EQUIPO DK				EQUIPO DL		EQUIPO DM	
EQUIPO DN				EQUIPO DO		EQUIPO DP	
EQUIPO DQ				EQUIPO DR		EQUIPO DS	
EQUIPO DT				EQUIPO DU		EQUIPO DV	
EQUIPO DW				EQUIPO DX		EQUIPO DY	
EQUIPO DZ				EQUIPO EA		EQUIPO EB	
EQUIPO EC				EQUIPO ED		EQUIPO EE	
EQUIPO EF				EQUIPO EG		EQUIPO EH	
EQUIPO EI				EQUIPO EJ		EQUIPO EK	
EQUIPO EL				EQUIPO EN		EQUIPO EO	
EQUIPO EP				EQUIPO EQ		EQUIPO ER	
EQUIPO ES				EQUIPO ET		EQUIPO EU	
EQUIPO EV				EQUIPO EW		EQUIPO EX	
EQUIPO EY				EQUIPO EZ		EQUIPO FA	
EQUIPO FB				EQUIPO FC		EQUIPO FD	
EQUIPO FE				EQUIPO FF		EQUIPO FG	
EQUIPO FH				EQUIPO FI		EQUIPO FJ	
EQUIPO FK				EQUIPO FL		EQUIPO FM	
EQUIPO FN				EQUIPO FO		EQUIPO FP	
EQUIPO FQ				EQUIPO FR		EQUIPO FS	
EQUIPO FT				EQUIPO FU		EQUIPO FV	
EQUIPO FW				EQUIPO FX		EQUIPO FY	
EQUIPO FZ				EQUIPO GA		EQUIPO GB	
EQUIPO GC				EQUIPO GD		EQUIPO GE	
EQUIPO GF				EQUIPO GH		EQUIPO GI	
EQUIPO GJ				EQUIPO GK		EQUIPO GL	
EQUIPO GM				EQUIPO GN		EQUIPO GO	
EQUIPO GP				EQUIPO GQ		EQUIPO GR	
EQUIPO GS				EQUIPO GT		EQUIPO GU	
EQUIPO GV				EQUIPO GW		EQUIPO GX	
EQUIPO GY				EQUIPO GZ		EQUIPO HA	
EQUIPO HB				EQUIPO HC		EQUIPO HD	
EQUIPO HE				EQUIPO HF		EQUIPO HG	
EQUIPO HH				EQUIPO HI		EQUIPO HJ	
EQUIPO HK				EQUIPO HL		EQUIPO HM	
EQUIPO HN				EQUIPO HO		EQUIPO HP	
EQUIPO HQ				EQUIPO HR		EQUIPO HS	
EQUIPO HT</							

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.		ALCALDÍA LOCAL DE SAN CRISTÓBAL		BOGOTÁ		ALCALDÍA LOCAL DE SAN CRISTÓBAL		PLAN MENSUAL		DEPORTES SAN CRISTÓBAL	
EVENTOS DEPORTIVOS PROYECTO 2495 "ACTIVATE SAN CRISTÓBAL: DEPORTES, RECREACIÓN Y BIENESTAR"											
PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA				FECHA DE ELABORACIÓN		NOMBRE DEL INSTRUCTOR		CANTIDAD DE BÚLGULAS VAPORAS		OBJETIVO	
FECHA DE CLASE				BARRIO		QUINDO		EJECUTIVO		DESCRIPCIÓN	
MARQUE QUINDO				HORARIO ACTIVIDAD FÍSICA		LUGAR Y HORARIO DE LA CLASE		SEMANA		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 1		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 2		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 3		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 4		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 5		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 6		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 7		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 8		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 9		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 10		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 11		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 12		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 13		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 14		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 15		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 16		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 17		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 18		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 19		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 20		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 21		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 22		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 23		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 24		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 25		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 26		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 27		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 28		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 29		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 30		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 31		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 32		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 33		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 34		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 35		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 36		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 37		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 38		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 39		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 40		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 41		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 42		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 43		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 44		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 45		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 46		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 47		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 48		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 49		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 50		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 51		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 52		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 53		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 54		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 55		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 56		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 57		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 58		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 59		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 60		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 61		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 62		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 63		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 64		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 65		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 66		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 67		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 68		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 69		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 70		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 71		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 72		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 73		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 74		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 75		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 76		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 77		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 78		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 79		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 80		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 81		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 82		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 83		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 84		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 85		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 86		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 87		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 88		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 89		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 90		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 91		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 92		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 93		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 94		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 95		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 96		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 97		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 98		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 99		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
								SEMANA 100		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	