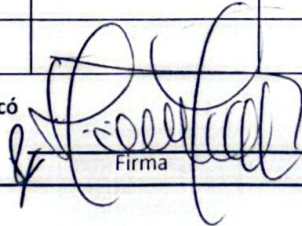


LISTA CHEQUEO DOCUMENTOS PARA PAGOS

CONTRATO N°: CPS-108 DE 2026

CONTRATISTA: JAIRO LEONEL BELTRAN ROMERO

PAGO N°: 04

		Verificación Supervisor	Verificación Contratación	Verificación Secretaría de Hacienda
LISTA DOCUMENTOS NECESARIOS PARA PAGO				
Documentos Contratos Prestación de Servicios				
1	Informe de actividades del contratista			
2	Factura o documento equivalente			
3	Comprobante de pago y/o paz y salvo parafiscales			
4	Carta solicitud no retención en la fuente (1er pago))			
5	Certificación bancaria (1er pago)			
6	Acta final o parcial (según el caso)			
Documentos Adicionales Contratos de Obra				
1	Informe Técnico (parcial o final adjunto al informe contratista)			
2	Certificación Pago SENA-FIC (adjunto a la factura)			
3	Acta de Liquidación (adjunto acta final último Pago)			
Documentos Adicionales Contratos de Suministros y Compra Venta				
1	Entrada de Almacén (adjunto acta supervisión)			
2	Acta de Liquidación (último Pago)			
Verificó				
		Firma	Firma	Firma

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

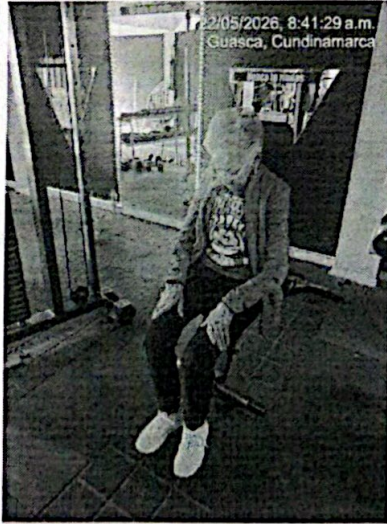
Código postal 251210 - Nit 899999442-1

INFORME MENSUAL	X	NÚMERO DE INFORME:	04	INFORME FINAL:	N/A
No. CONTRATO:	CPS-108 DE 2026	FECHA SUSCRIPCIÓN:	21 DE ENERO 2026	TÉRMINO DE EJECUCIÓN:	SISTE (07) MESES
OBJETO	PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES COMO INSTRUCTOR DE ACTIVIDAD FÍSICA, ENFOCADO EN EJERCICIOS DE FUERZA, PLIOMETRIA, HABILIDADES COORDINATIVAS Y DESTREZAS CON EL FIN DE MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS MAYORES DEL MUNICIPIO DE GUASCA, CUNDINAMARCA				
VALOR INICIAL	\$25.900.000	VALOR ADICIÓN	N/A	VALOR FINAL	\$25.900.000
CONTRATISTA	JAIRO LEONEL BELTRAN ROMERO	IDENTIFICACIÓN DEL CONTRATISTA	1069303968	FECHA INICIO:	2 DE FEBRERO 2026
PORCENTAJE (%) AVANCE DE EJECUCIÓN FINANCIERA	57.13%	PORCENTAJE (%) AVANCE DE EJECUCIÓN EN TIEMPO	57.13%	PRORROGA:	N/A
PERIODO REPORTE:	2 DE MAYO AL 1 DE JUNIO DE 2026	SUSPENSIÓN DEL CONTRATO:	N/A	FECHA FINALIZACIÓN:	1 DE SEPTIEMBRE DEL 2026
VALOR EJECUTADO POR EL CONTRATISTA	\$14.800.000 ✓	VALOR EJECUTADO CANCELADO AL CONTRATISTA	\$11.100.000 ✓	VALOR EJECUTADO PENDIENTE POR CANCELAR AL CONTRATISTA	\$11.100.000 ✓
PÓLIZAS VIGENTES - CUALES	N/A	SI		NO	X
ESTADO ACTUAL DEL CONTRATO	ACTIVO		CAUSA ESTADO ACTUAL DEL CONTRATO	N/A	
PLAN DE DESARROLLO "GUASCA COMPROMISO DE TODOS 2024-2027"					
LÍNEA ESTRATÉGICA:	GUASCA COMPROMISO EN LO SOCIAL		SECTOR	INCLUSIÓN SOCIAL Y RECONCILIACIÓN	
PROGRAMA			ATENCIÓN INTEGRAL DE POBLACIÓN EN SITUACIÓN PERMANENTE DE DESPROTECCIÓN SOCIAL Y/O FAMILIAR		
META DEL PRODUCTO:	IMPLEMENTAR (1) ESTRATEGIA PARA EL FUNCIONAMIENTO DE PROGRAMAS ENFOCADOS AL ADULTO MAYOR				
PLAN DE ACCIÓN DEL CONTRATO	NA		PORCENTAJE (%) DE CUMPLIMIENTO DEL PLAN DE ACCIÓN DEL CONTRATO	NA	
EJECUCIÓN DEL CONTRATO					

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.quasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

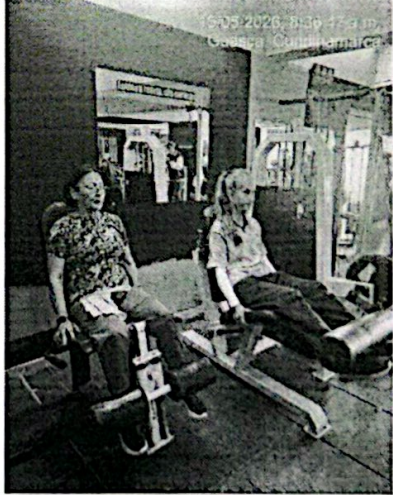
📮 Código postal 251210 - Nit 899999442-1

ALCANCE DEL OBJETO Y/O OBLIGACIONES ESPECÍFICAS DEL CONTRATISTA	ACTIVIDADES Y/O ACCIONES DE CUMPLIMIENTO	EVIDENCIAS APORTADAS Y/O MEDIO DE VERIFICACIÓN
1-Acordar con el supervisor un plan y cronograma mensual, relacionando las actividades a desarrollar semanalmente, dándolas a conocer al supervisor del contrato.	Durante el mes de mayo de 2026 se continuó con la planeación, organización y ejecución de las actividades físicas dirigidas a la población adulta mayor del municipio de Guasca, desarrollando un cronograma estructurado de trabajo orientado al fortalecimiento físico, funcional y emocional de los participantes. Las actividades fueron programadas de manera progresiva y organizada, teniendo en cuenta las necesidades individuales, antecedentes médicos, capacidades funcionales y nivel de adaptación física de cada adulto mayor, garantizando procesos seguros, incluyentes y acordes a los objetivos planteados dentro del programa. Las sesiones desarrolladas durante el periodo reportado estuvieron enfocadas en: - Fortalecimiento muscular mediante ejercicios funcionales y trabajo guiado en máquinas. - Actividades cardiovasculares de bajo y moderado impacto. - Ejercicios de coordinación motriz, equilibrio y estabilidad corporal. - Trabajo de movilidad articular y flexibilidad. - Actividades recreativas y dinámicas grupales orientadas a fortalecer la integración social y la motivación.	
2-Realizar valoraciones físicas periódicas a cada una de las personas mayores inscritas, con el fin de generar planes de actividades, seguimientos, avances y planes de mejora de los participantes.	Durante el mes de mayo se dio continuidad al proceso de valoración física y seguimiento funcional de los participantes activos del programa, permitiendo evidenciar avances progresivos en aspectos relacionados con movilidad, fuerza, resistencia y autonomía funcional. Las valoraciones realizadas permitieron identificar necesidades individuales y ajustar las cargas de entrenamiento de manera segura y personalizada, favoreciendo una mejor adaptación al ejercicio físico. Dentro de las actividades desarrolladas se realizaron: - Seguimiento de peso corporal y composición corporal mediante bioimpedancia. - Toma y control de frecuencia cardíaca en reposo. - Observación del rendimiento físico durante las sesiones.	

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

📮 Código postal 251210 - Nit 899999442-1

	Evaluación de movilidad, coordinación y equilibrio. Seguimiento a antecedentes médicos y condiciones especiales de salud. Observación de progresos funcionales y adaptación al entrenamiento. Adicionalmente, se realizó acompañamiento individualizado a varios participantes que presentaban limitaciones articulares, molestias musculares o disminución de movilidad, realizando adaptaciones específicas dentro de los ejercicios programados. Las valoraciones permitieron establecer mejoras progresivas en: Resistencia física. Estabilidad corporal. Coordinación motriz. Confianza y seguridad durante la ejecución de ejercicios. Participación activa dentro de las sesiones. USUARIOS QUE SE REALIZAN MEDIDAS Y SEGUIMIENTOS: 12 PERSONAS MAYORES. ACTIVIDADES DE PREPARACIÓN PARA LAS SIGUIENTES VALORACIONES FÍSICAS Y CONTROLES FUNCIONALES.	ACTIVIDADES DE PREPARACIÓN PARA LAS SIGUIENTES VALORACIONES FÍSICAS.
3-Realizar mínimo 4 sesiones de ejercicio semanal con grupos de no más de 25 personas mayores con el fin de fortalecer grupos musculares y sistema cardio respiratorio .	Durante el mes de mayo de 2026 se dio cumplimiento continuo a las sesiones programadas de actividad física, desarrollando semanalmente jornadas orientadas al fortalecimiento funcional y bienestar integral de la población adulta mayor. Las sesiones se llevaron a cabo en las instalaciones del gimnasio FERA, manteniendo organización por grupos y horarios establecidos para garantizar una adecuada atención y acompañamiento a cada participante.	 Entrenamiento específico: adaptaciones individuales.

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

📮 Código postal 251210 - Nit 899999442-1

Horarios desarrollados:

Martes

9:00 a.m. a 10:00 a.m. – 28 participantes
10:00 a.m. a 11:00 a.m. – 25 participantes

Viernes

8:00 a.m. a 9:00 a.m. – 26 participantes
9:00 a.m. a 10:00 a.m. – 24 participantes
10:00 a.m. a 11:00 a.m. – 22 participantes
11:00 a.m. a 12:00 p.m. – 4 participantes

Promedio mensual de participación activa: entre 65 y 75 personas mayores.

Cada sesión tuvo una duración aproximada entre 50 y 60 minutos, estructurada de la siguiente manera:

Calentamiento

- Movilidad articular.
- Activación cardiovascular.
- Coordinación básica.

Fase central

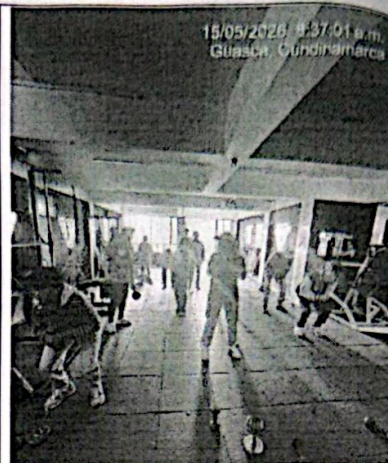
- Caminatas y ejercicios cardiovasculares.
- Trabajo de fuerza funcional con peso corporal, bandas elásticas y máquinas.
- Ejercicios de coordinación y equilibrio orientados a prevención de caídas.
- Trabajo de estabilidad y control postural.
- Adaptaciones individuales según condición física.

Fase final

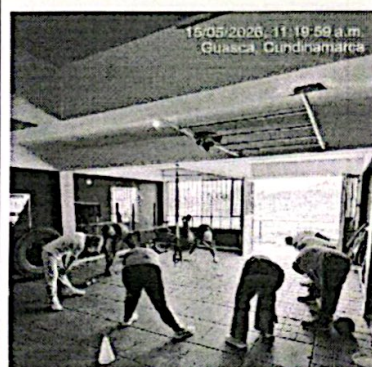
- Estiramientos musculares.
- Respiración y recuperación.
- Relajación muscular.

Durante las jornadas se mantuvo un enfoque progresivo y preventivo, buscando mejorar la condición física general, la autonomía funcional y la calidad de vida de los participantes.

De igual manera, se fortalecieron aspectos importantes como:



Entrenamiento grupal.



Movilidad articular

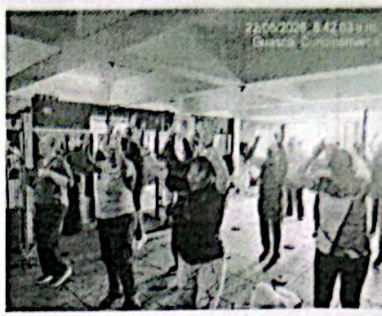
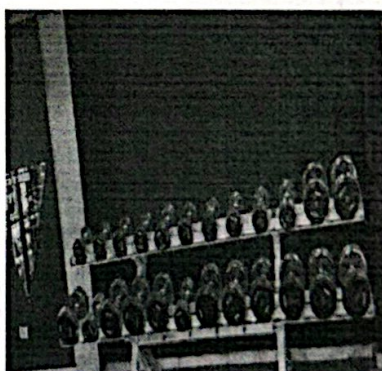


Enfoque integral.

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

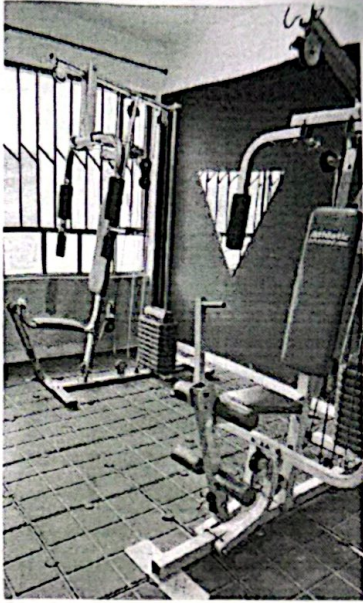
Código postal 251210 - Nit 899999442-1

	• Integración social. • Motivación y adherencia al programa. • Participación activa. • Hábitos de vida saludable. • Seguridad y confianza durante la actividad física. Se incorporaron ejercicios específicos para fortalecer la coordinación motriz, la movilidad y la estabilidad corporal, contribuyendo a disminuir riesgos asociados a caídas y pérdida de funcionalidad en la población adulta mayor.	 
4-Aportar los elementos necesarios para la realización de las actividades, los cuales se encuentren en buen estado con el fin de evitar accidentes.	Durante el mes de mayo se garantizó el uso adecuado y seguro de los implementos deportivos y equipos utilizados en el desarrollo de las sesiones de actividad física. Previo al inicio de cada jornada se realizaron revisiones preventivas de los equipos y materiales utilizados, con el propósito de minimizar riesgos y garantizar condiciones seguras para todos los participantes. Se efectuaron actividades de mantenimiento preventivo y supervisión constante de: Máquinas de musculación. Poleas y guayas. Mancuernas y pesas libres. Bandas elásticas. Colchonetas. Implementos de apoyo para movilidad y equilibrio. Dentro de las acciones realizadas se destacan:	

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

📮 Código postal 251210 - Nit 899999442-1

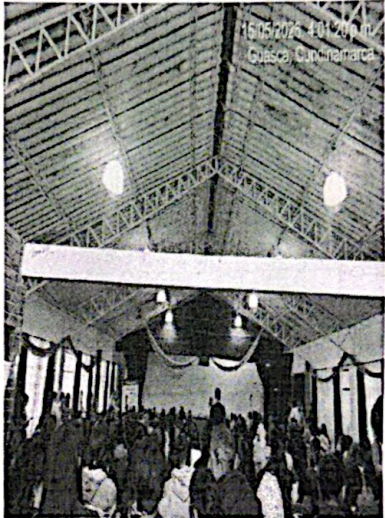
	Ajuste de pernos y piezas móviles. Limpieza y desinfección de superficies de contacto. Verificación del estado de guayas y sistemas de tracción. Organización adecuada de espacios de entrenamiento. Supervisión permanente durante el uso de los equipos. Asimismo, se brindó orientación constante a los participantes sobre el uso correcto de los implementos deportivos y la adecuada ejecución de ejercicios, disminuyendo el riesgo de accidentes o lesiones. Se mantuvo vigilancia continua sobre el estado de los elementos utilizados durante las actividades, realizando ajustes oportunos cuando fue necesario para garantizar el correcto funcionamiento y la seguridad de los asistentes. IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA EN BUEN ESTADO Y DISPONIBLE PARA EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES.	 Implementación deportiva en buen estado
5-Realizar una orientación nutricional de cada uno de los participantes, generando seguimientos mensuales.	Durante el mes de mayo se continuó fortaleciendo el proceso de orientación nutricional y educación en hábitos de vida saludable dirigido a la población adulta mayor participante del programa. Las recomendaciones fueron brindadas de manera grupal e individual al finalizar las sesiones de entrenamiento, buscando generar conciencia sobre la importancia de mantener una alimentación adecuada como complemento fundamental para el bienestar físico, funcional y emocional. Dentro de las orientaciones desarrolladas se trabajaron temas como: Alimentación balanceada Se promovió el consumo adecuado de frutas, verduras, proteínas, cereales integrales y alimentos ricos en nutrientes esenciales para mantener un adecuado estado de salud. Hidratación Se reforzó la importancia del consumo constante de agua antes, durante y después de las actividades físicas, especialmente teniendo en cuenta las necesidades de hidratación propias de la población adulta mayor. Hábitos alimenticios saludables	 Se brindan recomendaciones especiales de nutrición a cada uno de los participantes.

Scanned with
 CamScanner™



Alcaldía
Guasca

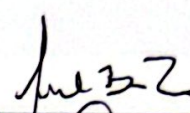
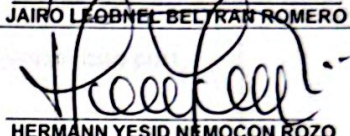
FECHA DE
PRESENTACIÓN

7-Apoyo en las demás actividades relacionadas con el objeto contractual		Durante el mes de mayo se continuó fortaleciendo el acompañamiento integral a la población adulta mayor mediante acciones orientadas a mejorar la motivación, participación y permanencia dentro del programa. Se realizaron actividades complementarias enfocadas en: Motivación constante para fortalecer la adherencia al ejercicio físico. Acompañamiento personalizado durante las sesiones. Orientación sobre beneficios físicos y emocionales de la actividad física. Generación de espacios de integración y socialización. Escucha activa y acompañamiento cercano a los participantes. Asimismo, se mantuvo disposición permanente para apoyar actividades requeridas por la Secretaría de Desarrollo Social relacionadas con el cumplimiento del objeto contractual. Durante el desarrollo de las jornadas se evidenció un ambiente positivo de participación, compañerismo y motivación, favoreciendo el bienestar emocional y social de la población beneficiaria.			
NUMERO TOTAL FOLIOS DEL INFORME	08	NUMERO TOTAL DE ANEXOS DEL INFORME	1	ADJUNTO COPIA PLANILLA DE PAGO SEGURIDAD SOCIAL Y ARL DEL MES	SI
OBSERVACIONES:					

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

Código postal 251210 - Nit 899999442-1

FECHA DE PRESENTACIÓN:	1 DE JUNIO DE 2025	FIRMA CONTRATISTA	 JAIRO LEOBNER BELTRÁN ROMERO
REVISIÓN Y APROBACIÓN SUPERVISOR:	OBSERVACIONES:	 HERMANN YESID NEMOCON ROZO SECRETARIO DE DESARROLLO SOCIAL	

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

Código postal 251210 - Nit 899999442-1

FICHA TÉCNICA SEMANA #1 (4 DE MAYO)			
Responsable a cargo	Jairo Leonel Beltrán Romero		
Tema	Reactivación progresiva y adaptación al esfuerzo físico post continuidad del proceso		
Objetivo	Reactivar el proceso de acondicionamiento físico después del ciclo anterior, fortaleciendo la adaptación cardiovascular y muscular de los participantes, promoviendo seguridad en la ejecución y confianza en el entorno de entrenamiento.		
Dirigido a	Adulto mayor	Duración	6 horas
METODOLOGÍA O DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD			
1. Parte Inicial (10 a 15 minutos): Se realizó activación progresiva con movilidad articular general, ejercicios de coordinación básica y desplazamientos suaves, buscando preparar el organismo para el esfuerzo físico. 2. Parte Central (30 a 35 minutos): Se desarrollaron ejercicios funcionales de bajo impacto enfocados en resistencia cardiovascular, fuerza básica y control postural. Se utilizaron bandas, conos y ejercicios con peso corporal. Se retomaron niveles de carga progresivamente según la condición de cada participante. 3. Parte Final (10 minutos): • Espacio breve para el retorno a la calma y socialización final. • Charla nutricional final • Se ejecutaron ejercicios de estiramiento global y técnicas de relajación, promoviendo la recuperación muscular y el bienestar general. Se incluyó un espacio de retroalimentación que fortaleció la comunicación con los participantes. Entrenamiento Personalizado (casos especiales): Con los participantes que, según sus valoraciones iniciales, presentaron limitaciones motrices, dolor articular, condiciones médicas restrictivas o menor			

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

Código postal 251210 - Nit 899999442-1

condición física, se desarrollaron rutinas individualizadas dentro del mismo horario.

Estructura del trabajo personalizado:

- Parte inicial: Activación articular en colchoneta o de pie, de forma asistida.
- Parte central: Ejercicios de fuerza funcional adaptados, trabajos de equilibrio con apoyo, uso de máquinas con pesos mínimos y supervisión directa. En algunos casos, trabajo en banco o silla para control postural.
- Parte final: Estiramientos suaves dirigidos, ejercicios respiratorios y control de signos vitales post actividad.

Tema: Importancia de la hidratación y consumo de frutas

- Contenido de la charla:
Se habló sobre la necesidad de mantenerse hidratados durante el día, especialmente en la actividad física.
Se explicó que, en adultos mayores, la sensación de sed disminuye, por lo que es clave tomar agua aunque no sientan sed.
Se recomendó consumir al menos 6 vasos de agua al día y evitar bebidas azucaradas.
Se incentivó el consumo de frutas, especialmente aquellas ricas en agua como sandía, melón, piña, naranja, y su rol en vitaminas y minerales.

Recursos o materiales

no se emplearon las máquinas del gimnasio. Sin embargo, se utilizaron diversos implementos adecuados a las capacidades y necesidades de la población adulta mayor, con el fin de trabajar movilidad, fuerza funcional, coordinación y resistencia de forma segura y progresiva. Los recursos fueron:

- Bancos Step: Utilizados para ejercicios de movilidad, coordinación y fortalecimiento del tren inferior.
- Conos: Implementados para trabajos de agilidad, desplazamiento y ejercicios de coordinación.
- Bandas elásticas de resistencia: Usadas en ejercicios de activación muscular, movilidad y fortalecimiento.
- Cuerdas: Utilizadas para trabajo cardiovascular moderado, de manera controlada y adaptada.
- Cronómetro: Para control de tiempos durante la ejecución de los ejercicios y descanso.
- Mancuernas de diferentes pesos:
 - 2 libras, 4 libras, 8 libras, según la capacidad individual de cada participante, empleadas en rutinas de fuerza para tren superior e inferior.

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

Código postal 251210 - Nit 899999442-1



	Discos pequeños: Integrados en ejercicios de fuerza y equilibrio, tanto en posición estática como en desplazamientos.
Número de participantes	Martes: 9:00 a 10:00 → 28 participantes 10:00 a 11:00 → 26 participantes Viernes: 8:00 a 9:00 → 22 participantes 9:00 a 10:00 → 26 participantes 10:00 a 11:00 → 18 participantes
Observaciones	Se evidenció buena disposición de los participantes, aunque algunos presentaron disminución en la resistencia debido a pausas previas, lo cual fue manejado con progresión adecuada.

FICHA TÉCNICA SEMANA #2 (11 MAYO)			
Responsable a cargo	Jairo Leonel Beltrán Romero		
Tema	Fortalecimiento funcional y control corporal		
Objetivo	Mejorar la fuerza funcional, coordinación y estabilidad, favoreciendo la autonomía en actividades diarias.		
Dirigido a	Adulto mayor	Duración	6 horas
METODOLOGÍA O DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD			
1. Parte Inicial (10 a 15 minutos): - Activación dinámica con mayor exigencia en coordinación. 2. Parte Central (30 a 35 minutos): - Se implementaron circuitos de entrenamiento funcional con estaciones, trabajando grupos musculares específicos de manera alternada. Se reforzó el uso de implementos y se incrementó de forma progresiva la intensidad, siempre respetando las capacidades individuales.			

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaquasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

📮 Código postal 251210 - Nit 899999442-1



Se hizo especial énfasis en el control del movimiento, la postura y la respiración durante cada ejercicio.

3. Parte Final (10 minutos):

- Estiramientos musculares globales y segmentarios, con énfasis en piernas, espalda y brazos.
- Ejercicios de respiración para retornar a la calma.
- Espacio breve para escucha activa, motivación y retroalimentación con los asistentes.
- Charla nutricional.

Entrenamiento Personalizado (casos especiales):

Los adultos mayores que, por sus evaluaciones físicas o condiciones médicas específicas, requirieron un tratamiento diferenciado, continuaron con rutinas individualizadas, bajo una metodología paralela.

Estructura del trabajo personalizado:

- Parte inicial: Ejercicios suaves de movilidad con apoyo, trabajo respiratorio y ejercicios de activación controlada.
- Parte central: Fortalecimiento adaptado con uso de bandas, ejercicios isométricos, trabajo de equilibrio con apoyo (barras, bancos), caminatas asistidas o trabajo en colchoneta.
- Parte final: Estiramientos específicos, relajación guiada y seguimiento verbal sobre cómo se sintieron durante la actividad.

Distribución adecuada de las comidas en el día

- Contenido de la charla:
Se resaltó la importancia de mantener una rutina de alimentación con 3 comidas principales y 1 o 2 refrigerios saludables.
Se explicó que saltarse comidas puede afectar los niveles de energía, el metabolismo y el control del apetito.
Se dieron ejemplos de desayunos y refrigerios saludables (fruta, avena, yogurt natural, frutos secos en pequeñas cantidades).
Se promovió el evitar el exceso de harinas refinadas y fritos.
Se hizo énfasis en la alimentación balanceada como apoyo al ejercicio físico.

Recursos o materiales	no se emplearon las máquinas del gimnasio. Sin embargo, se utilizaron diversos implementos adecuados a las capacidades y necesidades de la población adulta mayor, con el fin de trabajar movilidad, fuerza funcional, coordinación y resistencia de forma segura y progresiva. Los recursos fueron: • Bancos Step: Utilizados para ejercicios de movilidad, coordinación y fortalecimiento del tren inferior. • Conos: Implementados para trabajos de agilidad, desplazamiento y ejercicios de coordinación. • Bandas elásticas de resistencia: Usadas en ejercicios de activación muscular, movilidad y fortalecimiento. • Cuerdas: Utilizadas para trabajo cardiovascular moderado, de manera controlada y adaptada. • Cronómetro: Para control de tiempos durante la ejecución de los ejercicios y descanso. • Mancuernas de diferentes pesos: ◦ 2 libras, 4 libras, 8 libras, según la capacidad individual de cada participante, empleadas en rutinas de fuerza para tren superior e inferior. • Discos pequeños: Integrados en ejercicios de fuerza y equilibrio, tanto en posición estática como en desplazamientos.
Número de participantes	Martes: 9:00 am a 10:00 am: 31 participantes 10:00 am a 11:00 am: 26 participantes Viernes: 8:00 am a 9:00 am: 24 participantes 9:00 am a 10:00 am: 25 participantes 10:00 am a 11:00 am: 20 participantes 11:00 am a 12:00 am: 1 participante
Observaciones	Durante esta semana también se reforzó la construcción del vínculo con los asistentes, fomentando un ambiente de confianza y bienestar, lo que favorece la adherencia al proceso. Además, se continuó con el registro de asistencia firmado y la observación individual para la planificación del trabajo futuro. Durante esta semana se observó mayor familiarización con el entorno y mayor compromiso por parte de los participantes, facilitando la implementación progresiva de ejercicios más estructurados y seguros para todos los perfiles presentes.

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

📮 Código postal 251210 - Nit 899999442-1

--	--

FICHA TÉCNICA SEMANA #3 (18 DE MAYO)			
Responsable a cargo	Jairo Leonel Beltrán Romero		
Tema	Resistencia física y equilibrio dinámico		
Objetivo	Mejorar la resistencia muscular y el equilibrio, contribuyendo a la prevención de caídas y al fortalecimiento de la autonomía funcional del adulto mayor.		
Dirigido a	Adulto mayor	Duración	6 horas
METODOLOGÍA O DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD			
• Parte inicial (10-15 min): • Ejercicios de movilidad articular general (cuello, hombros, cadera, rodillas y tobillos). • Caminatas suaves alrededor del espacio, combinadas con ejercicios de coordinación como tocar conos, levantar rodillas, movimientos cruzados de brazos y piernas. • Juegos motores breves para activar cognitivamente (ej. seguir instrucciones con colores o números). • Parte central (35-40 min): • Circuito funcional con estaciones utilizando: ○ Bandas elásticas para trabajo de fuerza de brazos y espalda. ○ Steps y conos para coordinación y agilidad. ○ Mancuernas ligeras para tren superior (bíceps, tríceps, deltoides).			

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

📮 Código postal 251210 - Nit 899999442-1

- Ejercicios en colchoneta o sentado para fortalecimiento abdominal básico.
- Trabajo respiratorio y de activación del core.
- Actividades grupales con pares para fomentar integración y confianza.

• **Parte final (10-15 min):**

- Estiramientos musculares (tren inferior, superior y espalda).
- Respiración guiada y relajación activa con música suave.
- Breve espacio para socialización y retroalimentación verbal del grupo.

Entrenamiento personalizado:

Durante esta semana, se identificaron adultos mayores con limitaciones motrices o condiciones específicas (dolores articulares, hipertensión, sobrepeso). A estos participantes se les adaptaron rutinas personalizadas:

- Parte inicial: Ejercicios de movilidad controlada y calentamiento con menor intensidad.
- Parte central: Trabajo individual en colchoneta, sentado o con apoyo, enfocado en fuerza básica, equilibrio y coordinación motora fina. Se usaron bandas, mancuernas ligeras y ejercicios de desplazamiento corto.
- Parte final: Estiramientos asistidos, ejercicios respiratorios controlados y feedback individual sobre su progreso.

Reducción del consumo de sal y azúcar

Contenido de la charla:

Se explicó cómo el exceso de sal puede afectar la presión arterial y la retención de líquidos.

Se incentivó a probar la comida con menos sal y reemplazarla con hierbas naturales como el orégano, la cúrcuma o el ajo natural.

También se habló del azúcar, sus efectos sobre la glucosa en sangre y la salud dental.

Se dieron tips para reducir azúcar en bebidas y postres, como el uso de fruta natural para endulzar.

Se relacionó el tema con enfermedades crónicas comunes en adultos mayores como hipertensión y diabetes.

Recursos o materiales	• Bandas elásticas de diferentes resistencias: para trabajo de brazos, espalda y piernas. • Mancuernas de diferentes pesos (2, 4 y 8 libras): utilizadas para ejercicios de fuerza general en tren superior. • Discos pequeños de peso variable: para entrenamiento individualizado y fortalecimiento progresivo.
------------------------------	---

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

Código postal 251210 - Nit 899999442-1



	• Bancos step: para ejercicios de coordinación, subida y bajada, y trabajo cardiovascular. • Conos plásticos: utilizados para circuitos de agilidad, coordinación y juegos motores. • Cuerdas (lazos de velocidad): usadas en ejercicios de agilidad y movimiento rítmico. • Colchonetas: para ejercicios en el suelo o sentados, adaptados a quienes lo requieren. • Cronómetro: para controlar intervalos de ejercicio, descanso y tiempo de estaciones. • Toallas y elementos básicos de limpieza: para mantener condiciones de higiene durante las sesiones.
Número de participantes	Martes: 9:00 am a 10:00 am: 21 participantes 10:00 am a 11:00 am: 22 participantes Viernes: 8:00 am a 9:00 am: 26 participantes 9:00 am a 10:00 am: 24 participantes 10:00 am a 11:00 am: 14 participantes 11:00 am a 12:00 am: 1 participante
Observaciones	• Se atendieron personas con dificultades motrices, lesiones previas o limitaciones físicas. • Se trabajó de forma individual con ejercicios asistidos (por ejemplo: sentadillas con apoyo, trabajo sentado con mancuernas livianas, ejercicios sin impacto). • Las sesiones también siguieron estructura de parte inicial, central y final, con foco en mejorar movilidad, fuerza controlada y equilibrio estático. • Se evidenció mejor disposición en los adultos mayores, mayor control del cuerpo y mayor autonomía en los ejercicios. • Algunos participantes expresaron sentirse más activos y seguros en sus movimientos cotidianos. • Se mantuvo la participación activa, respetando los ritmos y capacidades de cada adulto.

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

📮 Código postal 251210 - Nit 899999442-1



FICHA TÉCNICA SEMANA #4 (25 DE MAYO)			
Responsable a cargo	Jairo Leonel Beltrán Romero		
Tema	Fortalecimiento muscular con uso progresivo de máquinas		
Objetivo	uso de máquinas del gimnasio como herramienta para el fortalecimiento muscular, promoviendo su uso seguro y adecuado.		
Dirigido a	Adulto mayor	Duración	6 horas
METODOLOGÍA O DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD			
• Parte inicial (10-15 min): • Calentamiento general con caminata y ejercicios de movilidad articular. • Ejercicios de activación con bandas y mancuernas. • Explicación teórica breve sobre el uso de máquinas y su importancia. • Parte central (35-40 min): • Estaciones con rotación de ejercicios, incluyendo: ◦ Multifuerzas: extensión y flexión de piernas, remo, press de pecho. ◦ Banco predador: trabajo de bíceps con orientación personalizada. ◦ Banco press de pecho: ejercicios con mancuernas o barra ligera para pectorales. ◦ Barras libres (asistidas): ejercicios de empuje o remo adaptado. • Supervisión técnica constante, explicando postura, respiración y rango de movimiento. • Alternancia con estaciones funcionales con conos y steps para mantener variedad y actividad aeróbica. • Parte final (10-15 min): • Estiramientos asistidos. • Retroalimentación sobre el uso de las máquinas y cómo se sintieron. • Hidratación y entrega de fruta al finalizar. Entrenamiento personalizado: Para adultos mayores con restricciones (dolores crónicos, limitaciones articulares o miedo al uso de máquinas), se mantuvo una rutina alterna adaptada:			

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.quasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

Código postal 251210 - Nit 899999442-1

- Parte inicial: Movilidad articular con mayor atención individual.
- Parte central: Trabajo de fuerza con bandas elásticas, mancuernas ligeras y ejercicios en colchoneta. También se les presentó el funcionamiento de las máquinas sin usarlas, para preparación progresiva.
- Parte final: Rutina de estiramiento dirigida, con énfasis en respiración y relajación individual.

Fuentes de proteína para mantener masa muscular

Contenido de la charla:

Se destacó la importancia de consumir suficiente proteína para conservar la masa muscular, especialmente al combinarse con el ejercicio.

Se explicaron fuentes accesibles de proteína como: huevos, lentejas, garbanzos, queso campesino bajo en sal, pollo, pescado y algunas semillas.

Se enfatizó en distribuir la proteína durante el día, no solo en el almuerzo.

Se aclaró que no es necesario consumir carnes en exceso y que hay opciones vegetales de buena calidad.

Se conectó la charla con el trabajo de fuerza en las máquinas que se realizó esa semana.

Recursos o materiales

no se emplearon las máquinas del gimnasio. Sin embargo, se utilizaron diversos implementos adecuados a las capacidades y necesidades de la población adulta mayor, con el fin de trabajar movilidad, fuerza funcional, coordinación y resistencia de forma segura y progresiva. Los recursos fueron:

- Bancos Step: Utilizados para ejercicios de movilidad, coordinación y fortalecimiento del tren inferior.
- Conos: Implementados para trabajos de agilidad, desplazamiento y ejercicios de coordinación.
- Bandas elásticas de resistencia: Usadas en ejercicios de activación muscular, movilidad y fortalecimiento.
- Cuerdas: Utilizadas para trabajo cardiovascular moderado, de manera controlada y adaptada.
- Cronómetro: Para control de tiempos durante la ejecución de los ejercicios y descanso.
- Mancuernas de diferentes pesos:
 - 2 libras, 4 libras, 8 libras, según la capacidad individual de cada participante, empleadas en rutinas de fuerza para tren superior e inferior.
- Discos pequeños: Integrados en ejercicios de fuerza y equilibrio, tanto en posición estática como en desplazamientos.



	• Multifuerzas: para ejercicios guiados de empuje, tracción, piernas, espalda y brazos. • Banco predicador: para aislamiento de bíceps y entrenamiento controlado. • Banco press de pecho: para fortalecimiento de pectorales, con barra ligera o mancuernas. • Barras fijas y libres (con pesos adaptados): para ejercicios de empuje, remo y trabajo postural. • Pesas ligeras y discos pequeños: para ajuste gradual del esfuerzo según la capacidad del adulto mayor.
Número de participantes	Martes: 9:00 am a 10:00 am: 33 participantes 10:00 am a 11: 00 am: 18 participantes Viernes: 8:00 am a 9:00 am: 21 participantes 9:00 am a 10:00 am: 23 participantes 10:00 am a 11:00 am :21 participantes 11:00 am a 12:00 am : 2 participantes
Observaciones	• Algunos adultos con condiciones particulares no utilizaron máquinas y siguieron rutinas adaptadas. • Se realizaron ejercicios de fuerza isométrica, equilibrio asistido, fortalecimiento sin impacto y ejercicios respiratorios. • Estas sesiones personalizadas mantuvieron la misma estructura general, respetando las necesidades específicas del participante. • Excelente adaptación de los participantes al uso de máquinas, con adecuada supervisión. • Se observó motivación por el cambio de dinámica y percepción de progreso físico. • Mejora en la postura y en el control del esfuerzo durante los ejercicios. • Se reforzó la importancia de la técnica correcta, especialmente en máquinas, para evitar lesiones.

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.guasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

📮 Código postal 251210 - Nit 899999442-1

MUNICIPAL DE GUASCA

NIT. 899.999.442 - 1

Calle 4º No 3 -48

Telefono 8835186

DOCUMENTO SOPORTE
No Consecutivo cronologico 04

Fecha: 1 DE JUNIO DE 2026

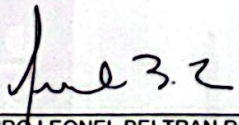
Proveedor del Servicio
JAIRO LEONEL BELTRAN ROMERO
CC. 1069303968 de Guasca
CRA 9 # 2 a 22 Barrio el rubi
3118464658

Este es un documento soporte en adquisiciones efectuadas a no obligados a facturar.

Descripción de la operación	VALOR
PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES COMO INSTRUCTOR DE ACTIVIDAD FISICA, ENFOCADO EN EJERCICIOS DE FUERZA, PLIOMETRIA, HABILIDADES COORDINATIVAS Y DESTREZAS CON EL FIN DE MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS MAYORES DEL MUNICIPIO DE GUASCA, CUNDINAMARCA	3.700.000
DEL 2 DE MAYO AL 1 DE JUNIO 2026	
Totales	\$ 3.700.000

TRES MILLONES SETECIENTOS MIL DE PESOS M/CTE

Contabilizaciones



JAIRO LEONEL BELTRAN ROMERO
CC 1.069.303.968 de Guasca

Simple**PAGOSIMPLE |**AUTOLIQIDACION
CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2026-05-26, 11:45:23 AM

Tipo Planilla:

I: PLANILLA INDEPENDIENTES

Número Planilla:

1082289516

Periodo Cotización:

abril de 2026

Periodo Servicio:

abril de 2026

PAGADO 26/05/2026**I. DATOS DEL APORTANTE**

Razón Social	JAIRO LEONEL BELTRAN ROMERO			Dirección	CR 9 #2 A - 22
Documento	CC1069303968			Teléfono	3118464658
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE			Forma Presentación	ÚNICO
Tipo Persona	NATURAL			Departamento	CUNDINAMARCA
Ciudad	GUASCA			Identificación	
Representante Legal				ARP	POSITIVA DE SEGUROS
Total Afiliados	1				

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado			Novedades													Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales			Total							
Identificación	Afiliados y Nombres	Tipo Cotización	Subtipo Cotización	ING	RET	RET P	TDE	TA	TA P	VSP	COM	VST	SLU	DE	MAC	AUP	VCT	EP	DA AFP	DA EPS	DA CCT	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC 1069303968	JAIRO LEONEL BELTRAN ROMERO	59	00														0	30	30	30	0	(230301) PORVENIR	\$ 2.800.000	\$ 448.000	(EPS037) NUEVA EPS S.A.	\$ 2.800.000	\$ 350.000	2.436	\$ 2.800.000	\$ 68.300	(NHN-CC) NINGUNA CCF	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 866.300

III. TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes SENA	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
\$ 2.800.000	\$ 2.800.000	\$ 2.800.000	\$ 0	\$ 448.000	\$ 350.000	\$ 68.300	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 866.300	\$ 4.500	\$ 870.800

Página 1 de 1

Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 601 4446634 - Cali: 602 5540577 - Medellín: 604 5146689 - Bucaramanga: 607 6438000 - Cartagena: 605 6945444 - Pereira: 605 3402582 - Barranquilla: 605 3618850 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Mas que Facil, SIMPLE!

Antes de imprimir, asegurese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.





ADMINISTRADORA DE LOS RECURSOS DEL SISTEMA GENERAL DE SEGURIDAD SOCIAL EN SALUD - ADRES

Información de afiliación en la Base de Datos Única de Afiliados – BDUA en el Sistema General de Seguridad Social en Salud

Resultados de la consulta

Información Básica del Afiliado :

COLUMNAS	DATOS
TIPO DE IDENTIFICACIÓN	CC
NÚMERO DE IDENTIFICACION	1069303968
NOMBRES	JAIRO LEONEL
APELLIDOS	BELTRAN ROMERO
FECHA DE NACIMIENTO	**/**/**
DEPARTAMENTO	BOGOTA D.C.
MUNICIPIO	BOGOTA D.C.

Datos de afiliación :

ESTADO	ENTIDAD	REGIMEN	FECHA DE AFILIACIÓN EFECTIVA	FECHA DE FINALIZACIÓN DE AFILIACIÓN	TIPO DE AFILIADO
ACTIVO	NUEVA EPS S.A.	CONTRIBUTIVO	01/08/2008	31/12/2999	COTIZANTE

Fecha de Impresión: 05/25/2026 22:08:10 Estación de origen: 192.168.70.220

La información registrada en esta página es reflejo de lo reportado por las entidades del Régimen Subsidiado y el Régimen Contributivo, en cumplimiento de la Resolución 1133 de 2021 del Ministerio de Salud y Protección Social y las Resoluciones 2153 de 2021 y 762 de 2023 de la ADRES, normativa por la cual se adopta el anexo técnico, los lineamientos y especificaciones técnicas y operativas para el reporte y actualización de las bases de datos de afiliación que opera la Administradora de los Recursos del Sistema General de Seguridad Social en Salud - ADRES".

Respecto a las fechas de afiliación contenidas en esta consulta, se aclara que la **Fecha de Afiliación Efectiva** hace referencia a la fecha en la cual inicia la afiliación para el usuario, la cual fue reportada por la EPS o EOC, sin importar que haya estado en el Régimen Contributivo o en el Régimen Subsidiado en dicha entidad. Ahora bien, la **Fecha de Finalización de Afiliación**, establece el término de la afiliación a la entidad de acuerdo con la fecha de la novedad que haya presentado la EPS o EOC. A su vez se aclara que la fecha de 31/12/2999 determina que el afiliado se encuentra vinculado con la entidad que genera la consulta.

La responsabilidad por la calidad de los datos y la información reportada a la Base de Datos Única de Afiliados - BDUA, junto con el reporte oportuno de las novedades para actualizar la base de datos,



LA GERENCIA DE AFILIACIONES Y NOVEDADES

CERTIFICA QUE:

JAIRO LEONEL BELTRAN ROMERO identificado con CC. 1069303968 registra la siguiente información en el ramo de Riesgos Laborales:

INFORMACIÓN DEL CONTRATANTE

Nombres y/o Razón	ALCALDIA MUNICIPAL DE GUASCA
Tipo y Numero de Documento	NI - 899999442

INFORMACIÓN RELACIÓN LABORAL

Fecha de inicio de cobertura	2026/02/02	Fecha inicio contrato	2026/02/02
Tipo de vinculación	Independiente con Contrato	Fecha de fin contrato	2026/09/02
Riesgo	2	Código actividad económica	2855201 - Enseñanza deportiva y recreativa, esta clase comprende el adiestramiento en actividades deportivas
Estado afiliación	Activa		
Fecha retiro	2026/09/02	Estado del contrato	Activa

Esta certificación se expide a los 2 días del mes de febrero del 2026.

Tenga en cuenta que, una vez finalice la fecha de terminación del contrato, el sistema aplicará automáticamente el retiro. Si tiene un nuevo contrato o prórroga, registre la novedad en www.positivaenlinea.gov.co para mantener la cobertura.

Para verificar la autenticidad de este certificado, escanea el código QR incluido o visita nuestra página web. Selecciona la opción "Validar certificados de afiliación" e ingresa el siguiente código: **CC02022026N1069303968A5804981**. Este código es válido por un mes.

Cordialmente,

Gerencia de afiliaciones y novedades ARL
POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S. A.

Positiva Compañía de Seguros S.A.:

Nit. 860.011.153-6 | Línea Gratuita Nacional: (+57) 01-8000-111-170 - Teléfono: +57 (601) 330 7000

Defensor del Consumidor Financiero: Ana María Giraldo (Principal) - Pablo Valencia (Suplente) | defensordelcliente@positiva.gov.co | Carrera 10 #97A - 13, Oficina 502, Bogotá | +57 (601) 610 8164 | Lunes a Viernes 8:00 a. m. - 6:00 p. m. | El Defensor, resolverá las quejas o reclamos, actuará como Conciliador ante Positiva.

Más información: <https://www.positiva.gov.co/web/guest/defensoria-del-consumidor>
Puedes interponer una queja ante Positiva, o el Defensor, o la SFC u otro organismo de

Positiva Compañía de Seguros @PositivaCol PositivaCol Positiva Seguros

LA ASEGURADORA
DE TODOS LOS
COLOMBIANOS

www.positiva.gov.co



**SOCIEDAD ADMINISTRADORA DE FONDOS DE PENSIONES Y CESANTÍAS
PORVENIR S.A.**

En su condición de administradora del

FONDO DE PENSIONES OBLIGATORIAS PORVENIR

NIT 800.224.808-8

CERTIFICA QUE:

JAIRO LEONEL BELTRAN ROMERO, identificado(a) con cédula de ciudadanía **1.069.303.968**, se encuentra afiliado(a) al **Fondo de Pensiones Obligatorias Porvenir**.

La presente certificación se expide el 25 de Mayo del 2026.

Cordialmente,

Gerencia de Clientes



Tenga en cuenta:

Es importante que sea constante en realizar los aportes obligatorios para su pensión, así lograría recibir el ingreso que desea cuando obtenga su beneficio pensional.

Guasca, 1 de junio de 2026, Señores.
ALCALDÍA MUNICIPAL DE GUASCA-CUNDINAMARCA
Ciudad.

Asunto: Suscripción de Contratos de Prestación de Servicios con otras Entidades Estatales.

Jairo Leonel Beltran Romero, identificado (a) con cédula de ciudadanía No 1069303968, por medio de la presente informo a la Alcaldía Municipal de Guasca - Cundinamarca que, SI x NO he suscrito y tengo vigentes a la fecha los siguientes contratos de prestación de servicios con otras entidades estatales:

No. Contrato	Objeto	Entidad	Fecha de inicio	Fecha de terminación o finalización	Valor honorarios mensuales	Valor total del contrato
Cps 274	CONTRATO 274 DE 2026, PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES PARA LA EJECUCIÓN DEL PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS DIFERENTES ENTORNOS Y GRUPOS POBLACIONALES EN LA EJECUCIÓN DE LA META 167 A CARGO DEL INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA, EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO GOBERNANDO. MÁS QUE UN PLAN AUTORIZACIÓN PARA SUSCRIBIR 45 CONTRATOS BAJO EL MISMO OBJETO	INDEPORTES	26 DE ENERO 2026	25 DE NOVIEMBRE 2026	3.700.000	37450.000

ACTA PARCIAL		CÓDIGO:
		VERSIÓN:
		FECHA:

ACTA PARCIAL DE PAGO No. 04

CONTRATO	CD-CPS-108-2026
CONTRATISTA	JAIRO LEONEL BELTRAN ROMERO
NIT O CEDULA	1.069.303.968 DE GUASCA
SUPERVISOR	HERMANN YESID NEMOCON ROZO
OBJETO	PRESTACION DE SERVICIOS PROFESIONALES COMO INSTRUCTOR DE ACTIVIDAD FISICA, ENFOCADO EN EJERCICIOS DE FUERZA, PLIOMETRIA, HABILIDADES COORDINATIVAS Y DESTREZAS CON EL FIN DE MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS MAYORES DEL MUNICIPIO DE GUASCA, CUNDINAMARCA
FECHA DE INICIO	02 DE FEBRERO DE 2026
FECHA DE TEMINACION	01 DE SEPTIEMBRE DE 2026
VALOR CONTRATO	VEINTICINCO MILLONES NOVECIENTOS MIL PESOS M/CTE (\$25.900.000,00)
PERIODO DE PAGO	02 DE MAYO A 01 DE JUNIO DE 2026
VALOR A PAGAR	\$3.700.000,00
VALOR PAGADO	\$11.100.000,00
VALOR PENDIENTE POR EJECUTAR	\$11.100.000,00

RESULTADOS O INFORME DE AVANCE:	-SE REALIZA VERIFICACION DEL INFORME DE ACTIVIDADES Y SOPORTES ENTREGADOS POR EL CONTRATISTA DONDE SE CERTIFICA QUE CUMPLIO A SATISFACCION CON CADA UNA DE LAS ACTIVIDADES CONTRACTUALES CORRESPONDIENTE AL PERIODO DE 02 DE MAYO A 01 DE JUNIO DE 2026. -EL CONTRATISTA ADJUNTA TODOS LOS SOPORTES Y PAGO DE PARAFISCALES PARA EL RESPECTIVO MES. -SE REALIZA ENTREGA DE INFORME DE ACTIVIDADES DE FORMA FISICA CON SUS RESPECTIVAS EVIDENCIAS (11 folios)
DOCUMENTOS SOPORTE:	Factura No. 04 de 01 de junio de 2026 Planilla: No.1082289516

PAGOS

1. Primer pago: \$3.700.000,00

META	FUENTE	VALOR
67	1220-Estampilla Adulto Mayor	\$3.700.000,00

2. Segundo pago: \$3.700.000,00

META	FUENTE	VALOR
67	1220-Estampilla Adulto Mayor	\$3.700.000,00

3. Tercer pago: \$3.700.000,00

META	FUENTE	VALOR
67	1220-Estampilla Adulto Mayor	\$3.700.000,00

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.quasca-cundinamarca.gov.co

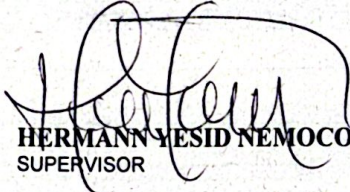
✉ correspondenciaguasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

Código postal 251210 - Nit 899999442-1

4. Cuarto pago: \$3.700.000,00

META	FUENTE	VALOR
67	1220-Estampilla Adulto Mayor	\$3.700.000,00

Para efectos legales, se firma en Guasca a los dos (02) días del mes de junio de 2026.



HERMANN YESID NEMOCON ROZO
SUPERVISOR

📍 Calle 4 No. 3-48 Guasca, Cundinamarca 🌐 www.quasca-cundinamarca.gov.co

✉ correspondenciaquasca@gmail.com ☎ 310 617 1342

Código postal 251210 - Nit 899999442-1