

CUENTA DE COBRO No. 004

INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION "IMDRE"  
NIT.900.326.035-2

DEBE A  
JOHN JAIRO BERMUDEZ OSPINA  
C.C. 1.105.684.696 DE ESPINAL- TOLIMA

DOS MILLONES SETECIENTOS MIL PESOS M/CTE (\$2.700.000)

CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION  
No. 021 30 / ENERO / 2026


**OBJETO:**

APOYO A LA GESTION EN EL PROGRAMA DE CENTROS DE PROMOCION  
DE LA ACTIVIDAD FISICA, RECREACION Y DEPORTE EN LA ZONA URBANA  
- RURAL DEL MUNICIPIO DE EL ESPINAL, CORREGIMIENTO DE CHICORAL  
Y LAS DEMAS ACTIVIDADES QUE LE ASIGNE EL DIRECTOR DEL IMDRE.

CUENTA DE AHORROS No. 410771609  
BANCO AV VILLAS

PERIODO A COBRAR:  
30/ ABRIL / 2026 HASTA 29 / MAYO/ 2026

FECHA DE PRESENTACION DE LA CUENTA:  
10/JUNIO/2026

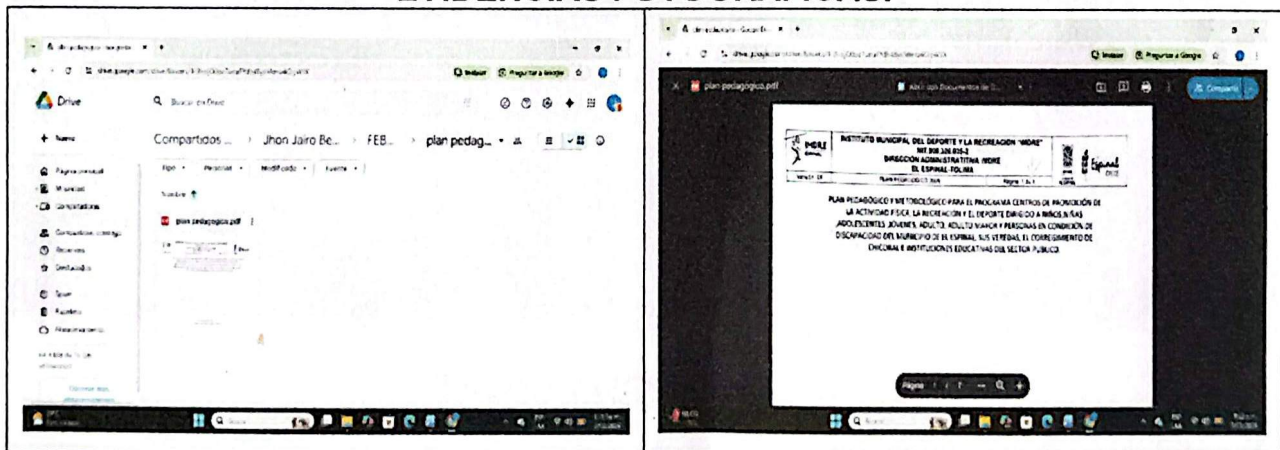
  
JOHN JAIRO BERMUDEZ OSPINA  
C.C. 1.105.684.696 De ESPINAL - TOLIMA  
FECHA DE EXPEDICION 28/JUNIO/2011

<b>INFORME DE ACTIVIDADES</b>	<b>No. 004</b>
<b>CONTRATISTA</b>	<b>JOHN JAIRO BERMUDEZ OSPINA</b>
<b>CONTRATO</b>	<b>No. 021 DEL 30/01/2026</b>
<b>PERIODO A COBRAR</b>	<b>DEL 30 / 04 / 2026 HASTA 29 / 05 / 2026</b>
<b>OBJETO DEL CONTRATO</b>	<b>APOYO A LA GESTION EN EL PROGRAMA DE CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, RECREACION Y DEPORTE EN LA ZONA URBANA - RURAL DEL MUNICIPIO DE EL ESPINAL, CORREGIMIENTO DE CHICORAL Y LAS DEMAS ACTIVIDADES QUE LE ASIGNE EL DIRECTOR DEL IMDRE.</b>

**OBLIGACION 1** – Presentación del plan pedagógico ante el Instituto Municipal del Deporte y la Recreación del Municipio de El Espinal – IMDRE, implementarlos cada mes el cual está dirigido al programa centros de promoción de la actividad física, recreación y deporte en la zona urbana y rural del municipio de el Espinal-Tolima, corregimiento de Chicoral.

**ACTIVIDAD REALIZADA:** se entregó el plan pedagógico.

**EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS.**



**OBLIGACION 2** – Planificar y desarrollar las sesiones del entrenamiento mensualmente

**ACTIVIDAD REALIZADA:** planifique y desarrolle las sesiones de entrenamientos de los centros de promoción en la disciplina de futbol sala, mediante un plan semanal, anexo planes semanales.

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS.

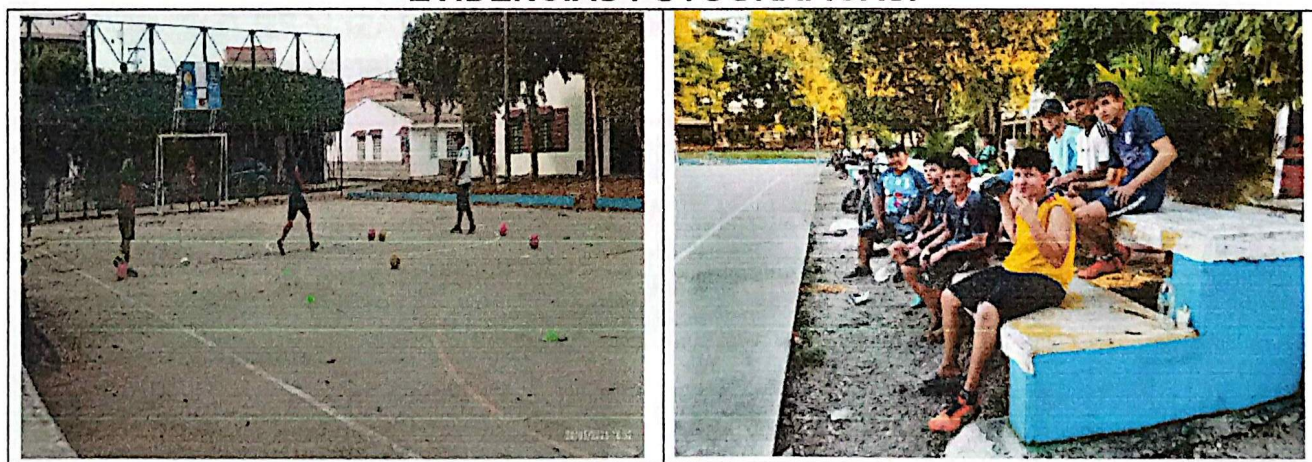


**OBLIGACION 3** – Conformar un (01) grupo poblacional en el sector rural y urbano con un mínimo de 40 o más deportistas, con una frecuencia de DOS (02) sesiones semanales con una duración mínima de dos (02) horas, en sesiones de trabajo.

### GRUPO 1 (ZONA URBANA)

**ACTIVIDAD REALIZADA:** conforme un grupo poblacional de niños, en el polideportivo del barrio el recreo, los días lunes y miércoles y viernes.

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS.



### GRUPO 2 (ZONA RURAL)

**EJECUCION:** conforme un grupo poblacional de niños, en el polideportivo de escuela de la vereda Montalvo, los días martes y jueves.

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS.



**OBLIGACION 4** – Desarrollar un festival lúdico recreativo durante el periodo de ejecución del contrato.

**ACTIVIDAD REALIZADA:** no se desarrolló el festival lúdico recreativo durante el periodo por motivo de conformación de los grupos de actividad física.

**OBLIGACION 5** – realizar actividades en el cronograma semanal.

**ACTIVIDAD REALIZADA:** realice las actividades del cronograma semanal anexo cronogramas semanales



**OBLIGACION 6** – Asistir y participar en las diferentes capacitaciones y reuniones técnicas, administrativas, deportivos entre otros requeridos por el Instituto Municipal del Deporte y la Recreación del Municipio de El Espinal – IMDRE.

**ACTIVIDAD REALIZADA:** En el mes de **MAYO** asistí a las diferentes reuniones, que el director, coordinador y asesor programaron.

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



**OBLIGACION 7** – Apoyar a entidades territoriales públicos y privados según lo requerido por el Instituto Municipal del Deporte y la Recreación del Municipio de El Espinal – IMDRE.

**ACTIVIDAD REALIZADA:** Apoye en el mes de MAYO, la institución municipal, escuela de la vereda Montalvo sede primaria, en la jornada de la mañana con los grados 2, 3- los días martes y jueves. Y el apoyo de una vez en el mes a la institución de la vereda la dulce

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



**OBLIGACION 8.** Entregar el informe técnico administrativo de manera oportuna de acuerdo con los formatos establecidos de forma digital, física y en los tiempos establecidos por el Instituto Municipal del Deporte y la Recreación del Municipio de El Espinal – IMDRE.

**ACTIVIDAD REALIZADA:** entregue el informe técnico administrativo en la fecha oportuna al Instituto Municipal del Deporte y la Recreación del Municipio de El Espinal – IMDRE.

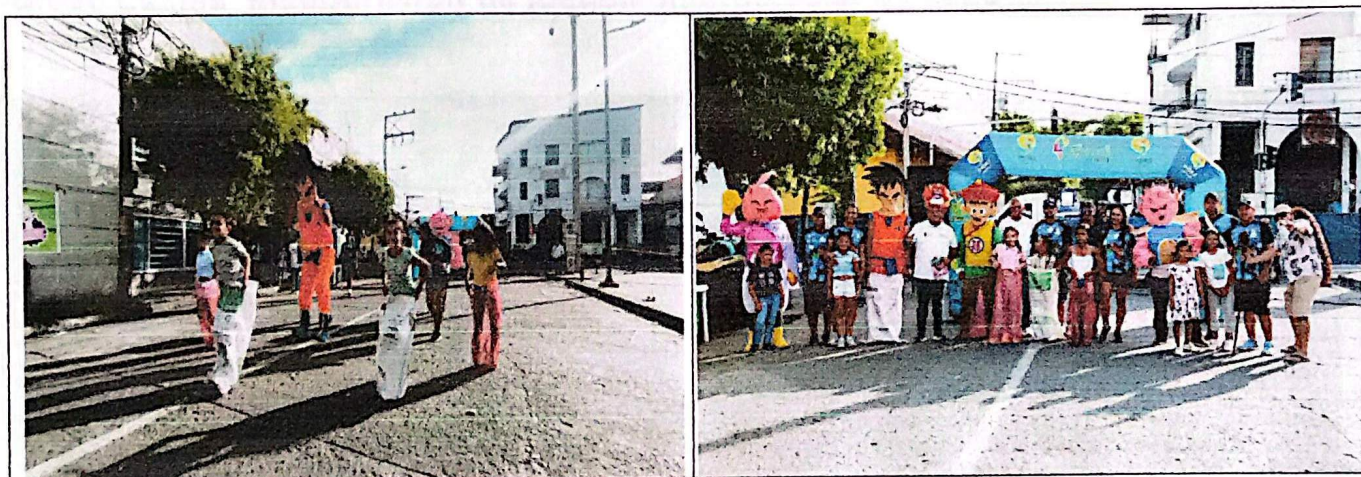
**OBLIGACION 9:** Evidencias fotográficas en todos los anteriores puntos.

**ACTIVIDAD REALIZADA** se aporta evidencia fotográfica en cada una de las obligaciones específicas.

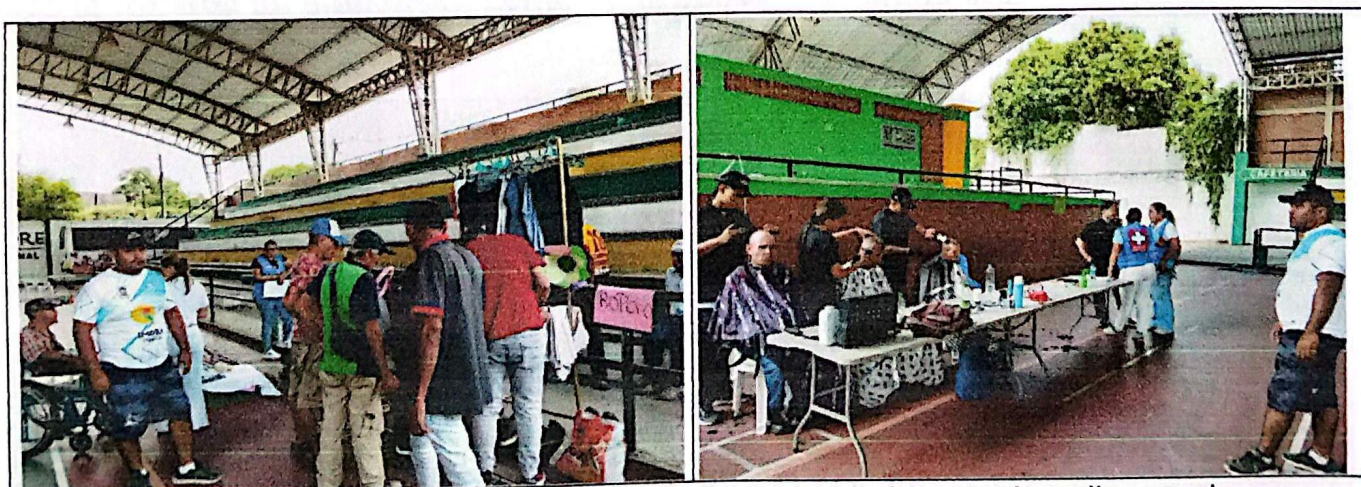
**OBLIGACION 10** – Todas las demás obligaciones que sean asignadas por el Director del Instituto Municipal del Deporte y la Recreación IMDRE del Municipio de el Espinal corregimiento de Chicoral y/o coordinador del programa que contribuyan a garantiza la ejecución del mismo.

**ACTIVIDAD REALIZADA:** realice el acompañamiento a las actividades lúdicas recreativas, convocadas por la dirección del instituto municipal del deporte y la recreación IMDRE,

### EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



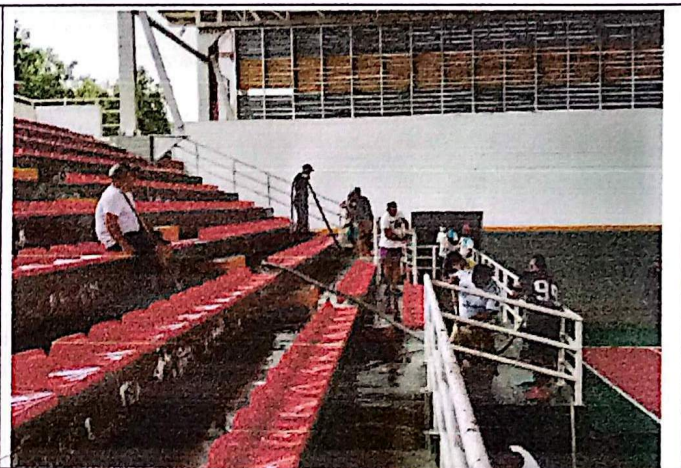
apoyo celebración del día del niño en el espinal en el parque Castañeda



Apoyo a la dirección de programas sociales actividad habitante de calle, en el coliseo rondón



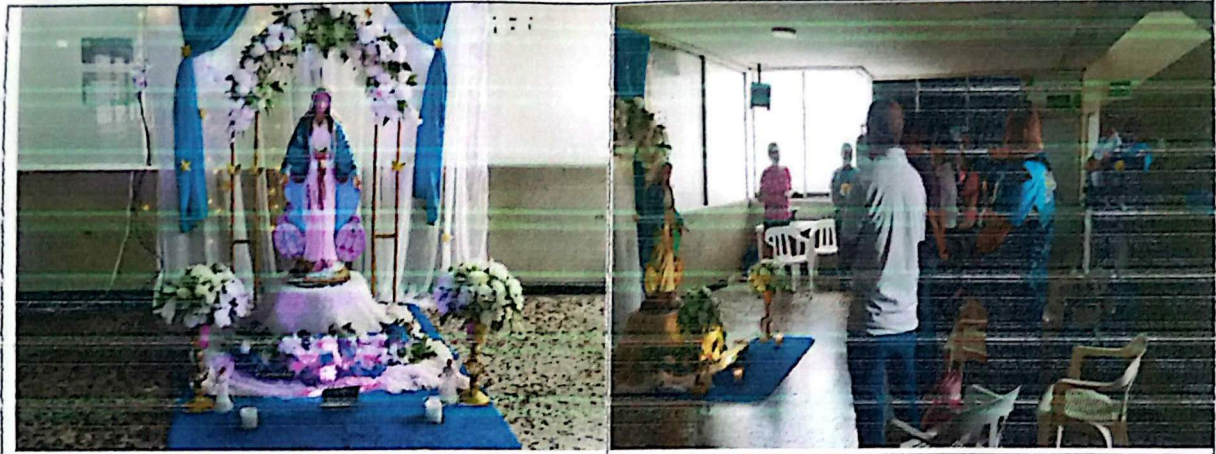
**Apoyo desfile inauguración de juegos Intercolegiados 2026**



**Apoyo jornada de embellecimiento en el coliseo la magdalena**



**Apoyo a los juegos Intercolegiados en el coliseo la magdalena**



**Asistencia el santo Rosario realizado en el 2 piso de la alcaldía municipal**



**Apoyo a la dirección de talento humano actividad recreativa en el parqueadero de la alcaldía**



**Acompañamiento a la sección de fotos de la candidata del IMDRE**

**Cumplimiento de pago de seguridad social**

**Mayo**

SEGURIDAD SOCIAL	ENTIDAD	FECHA DE PAGO	PLANILLA No.	VALOR
SALUD	Nueva eps	01/06/2026	9504221750	\$218,900
PENSION	Porvenir	01/06/2026	9504221750	\$280,200
ARL	Positiva	01/06/2026	9504221750	\$18,300

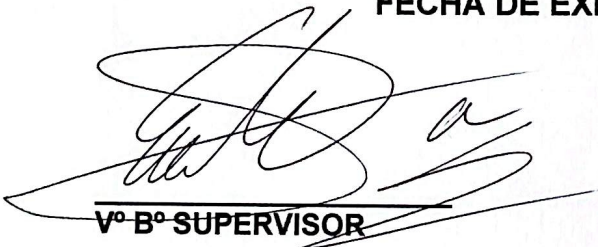
**Existen Observaciones**

<b>SI</b>	<b>NO</b>
	<b>X</b>

**ANEXOS: evidencias, planillas, registros, actas, informe, plan clases y otros.**



**JOHN JAIRO BERMUDEZ OSPINA**  
C.C. No. 1105684696 De espinal- tolima  
FECHA DE EXPEDICION 28/ JUNIO/ 2011



**Vº Bº SUPERVISOR**

CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE			
NOMBRE DEL INSTRUCTOR	JOHN JAIRO BERMUDEZ	NOMBRE DEL COORDINADOR:	JORGE PORTELA LOZANO
SEMANA: 1	30 de abril - 1 DE mayo de 2026	TEMA	Preparación para intercambio torneo

DIA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	HORA/LUGAR
JUEVES	Finalización y Estrategia (ABP)	Maximizar la efectividad de cara al arco y pulir jugadas a balón parado.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Calentamiento (15 min): Circuito de agilidad con balón, cambios de dirección y disparos suaves a portería. Fase Inicial (20 min): Rueda de pases con finalización. Paredes cortas en el borde del área y tiro de primera intención.</li> <li>Fase Central (40 min): * Situaciones reales de 1 vs 1 y 2 vs 1: Duelos directos para fomentar el desborde y la definición rápida. Acciones a Balón Parado (ABP): Ensayar 3 variantes de saques de esquina y 2 de tiros libres. Es vital tener jugadas mecanizadas para un torneo.</li> <li>Fase Final (15 min): Torneo de penaltis y lanzamientos de 10 metros. Estiramiento profundo enfocándose en tren inferior</li> </ul>	Vereda Montalvo de 2:00 pm
VIERNES			<ul style="list-style-type: none"> <li>Festivo</li> </ul>	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm

012

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE

NOMBRE DEL INSTRUCTOR	JOHN JAIRO BERMUDEZ	NOMBRE DEL COORDINADOR:	JORGE PORTELA LOZANO
SEMANA: 2	Del 4 – 8 de mayo	TEMA	Superioridad numérica

	ACTIVIDAD	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	HORA/LUGAR
LUNES	Superioridad Básica en Transición (\$2 \times 15)	Identificar el momento exacto para fijar al defensor único y asistir al compañero libre, o finalizar si el defensor no sale a tapar.	<p>1. Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min. Activación: Trote suave con cambios de ritmo y desplazamientos laterales.—Movilidad articular: Énfasis en cadera, rodillas y tobillos.—Rondo dinámico: Un rondo de \$3 \times 15\$ a un toque en espacio reducido (\$4 \times 45\$ metros) para empezar a buscar al hombre libre bajo presión.</p> <p>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicio 1: Transición corta \$2 \times 15\$ desde mitad de cancha (20 min). Dos atacantes salen desde el medio campo contra un defensor que espera al borde del área. <ul style="list-style-type: none"> <li>Regla: El portador del balón debe conducir hacia el defensor para "fijarlo" (atraer su marca). Si el defensor se queda con el compañero, el portador patea. Si el defensor sale a apretar, da el pase al espacio.</li> </ul> </li> <li>Ejercicio 2: Oleadas de \$2 \times 15\$ continuas (25 min) <ul style="list-style-type: none"> <li>Se divide el grupo en dos extremos. Dos atacan contra un defensor. En cuanto termina la jugada (gol, balón fuera o robo), el defensor sale, uno de los atacantes se convierte inmediatamente en el nuevo defensor, y dos nuevos jugadores entran disparados desde el fondo para atacar en sentido contrario. Exige un retorno y cambio de chip mental inmediato.</li> </ul> </li> </ul> <p>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min. Trote de desintoxicación muy suave.—Charla técnica breve: Feedback sobre el "timing" del pase (ni muy pronto, ni muy tarde).—Estiramientos estáticos (isquiotibiales, cuádriceps y pantorrillas).</p>	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm
MARTES	Superioridad Básica en Transición (\$2 \times 15)	Identificar el momento exacto para fijar al defensor único y asistir al compañero libre, o finalizar si el defensor no sale a tapar.	<p>1. Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min. Activación: Trote suave con cambios de ritmo y desplazamientos laterales.—Movilidad articular: Énfasis en cadera, rodillas y tobillos.—Rondo dinámico: Un rondo de \$3 \times 15\$ a un toque en espacio reducido (\$4 \times 45\$ metros) para empezar a buscar al hombre libre bajo presión.</p> <p>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicio 1: Transición corta \$2 \times 15\$ desde mitad de cancha (20 min). Dos atacantes salen desde el medio campo contra un defensor que espera al borde del área. <ul style="list-style-type: none"> <li>Regla: El portador del balón debe conducir hacia el defensor para "fijarlo" (atraer su marca). Si el defensor se queda con el compañero, el portador patea. Si el defensor sale a apretar, da el pase al espacio.</li> </ul> </li> <li>Ejercicio 2: Oleadas de \$2 \times 15\$ continuas (25 min) <ul style="list-style-type: none"> <li>Se divide el grupo en dos extremos. Dos atacan contra un defensor. En cuanto termina la jugada (gol, balón fuera o robo), el defensor sale, uno de los atacantes se convierte inmediatamente en el nuevo defensor, y dos nuevos jugadores entran disparados desde el fondo para atacar en sentido contrario. Exige un retorno y cambio de chip mental inmediato.</li> </ul> </li> </ul> <p>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min. Trote de desintoxicación muy suave.—Charla técnica breve: Feedback sobre el "timing" del pase (ni muy pronto, ni muy tarde).—Estiramientos estáticos (isquiotibiales, cuádriceps y pantorrillas).</p>	Vereda Montalvo de 2:00 pm

M I E R C O L E S	Superioridad en Zona de Finalización (S3 \times 2S)	Crear amplitud en ataque para estirar a los dos defensores y aprovechar el espacio central o el segundo palo..	<p>1. Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min Activación: Carreras con saltos, giros y cambios de dirección.-Trabajo con balón: Pases en trios en línea recta intercambiando posiciones (trenzas).  <b>Juego de posesión:</b> S4 \times 2S en un espacio de S10 \times 10S metros para mecanizar el pase al compañero sin marca.</p> <p>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min-Ejercicio 1: Ataque posicional S3 \times 2S estructurado (20 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tres atacantes (un pivot arriba y dos alas abiertos) contra dos defensores en zona.</li> <li>○ <i>Consigna:</i> Los alas deben jugar abiertos para obligar a la defensa a separarse. El objetivo es filtrar el balón al pivot o que un ala rompa en diagonal hacia el segundo palo para empujar el balón.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ejercicio 2: Transición rápida S3 \times 2S con repliegue (25 min)       <ul style="list-style-type: none"> <li>○ El portero saca en largo hacia tres atacantes que corren contra dos defensores. Si los defensores recuperan el balón, deben cruzar la línea de mitad de cancha conduciendo. Esto obliga a los atacantes a reaccionar también en la pérdida.</li> </ul> </li> </ul> <p>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Caminata libre por la cancha hidratándose.</li> <li>● Análisis grupal: ¿Por qué es vital el rol del jugador en el "segundo palo"</li> <li>● Sesión de flexibilidad profunda enfocada en el tren inferior y zona lumbar.</li> </ul>	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm
J U E V E S	Superioridad en Zona de Finalización (S3 \times 2S)	Crear amplitud en ataque para estirar a los dos defensores y aprovechar el espacio central o el segundo palo..	<p>1. Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min Activación: Carreras con saltos, giros y cambios de dirección.-Trabajo con balón: Pases en trios en línea recta intercambiando posiciones (trenzas).  <b>Juego de posesión:</b> S4 \times 2S en un espacio de S10 \times 10S metros para mecanizar el pase al compañero sin marca.</p> <p>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min-Ejercicio 1: Ataque posicional S3 \times 2S estructurado (20 min)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tres atacantes (un pivot arriba y dos alas abiertos) contra dos defensores en zona.</li> <li>○ <i>Consigna:</i> Los alas deben jugar abiertos para obligar a la defensa a separarse. El objetivo es filtrar el balón al pivot o que un ala rompa en diagonal hacia el segundo palo para empujar el balón.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ejercicio 2: Transición rápida S3 \times 2S con repliegue (25 min)       <ul style="list-style-type: none"> <li>○ El portero saca en largo hacia tres atacantes que corren contra dos defensores. Si los defensores recuperan el balón, deben cruzar la línea de mitad de cancha conduciendo. Esto obliga a los atacantes a reaccionar también en la pérdida.</li> </ul> </li> </ul> <p>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Caminata libre por la cancha hidratándose.</li> <li>● Análisis grupal: ¿Por qué es vital el rol del jugador en el "segundo palo"</li> <li>● Sesión de flexibilidad profunda enfocada en el tren inferior y zona lumbar.</li> </ul>	Vereda Montalvo de 2:00 pm
V I E R N E S			Partido confirmando 3 equipos del mismo grupo de trabajo	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm



EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE			
NOMBRE DEL INSTRUCTOR	JOHN JAIRO BERMUDEZ	NOMBRE DEL COORDINADOR:	JORGE PORTELA LOZANO
SEMANA: 3	Del 11 – 15 de mayo	TEMA	Superioridad numérica

ACTIVIDAD OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	HORALUGAR
<b>LUNES</b>  El 1 vs 1 Frontal (Velocidad, Finta y Cambio de Ritmo)  Desarrollar la capacidad de desborde individual mediante el uso de fintas, engaños y cambios de ritmo	<b>1 Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min-</b> Activación: Trote libre combinando skipping bajo, talones a los glúteos y desplazamientos laterales.-Coordinación y agilidad: Escalera de coordinación (pasos rápidos) terminando en un sprint corto de 5 metros.-Trabajo técnico: En parejas, pases a ras de piso seguidos de un control orientado hacia adelante y pisada de balón.  <b>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min.</b> Ejercicio 1: Duelo frontal con entrada en velocidad (20 min) <ul style="list-style-type: none"> <li>○ El atacante se ubica a 12 metros del arco con balón, el defensor a 8 metros de espaldas al arco. El atacante da un pase al defensor, este se la devuelve e inmediatamente se activa el 1 vs 1.</li> <li>○ <i>Consigna:</i> El atacante debe encarar a velocidad, usar un amague (bicicleta, finta de cuerpo) y salir hacia el perfil libre para rematar antes de que el defensor le cierre el ángulo.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ejercicio 2: Duelo 1 vs 1 por las bandas con finalización (25 min)               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ El balón sale desde la posición de "cierre" (medio campo). Este asiste a un "ala" (lateral) que recibe de espaldas y es presionado por un defensa. El ala debe girar y buscar el desborde por la línea de banda o enganchar hacia el centro para rematar.</li> </ul> </li> </ul> <b>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min</b> -Trote muy suave (regenerativo) a lo ancho de la cancha.-Feedback técnico: Charla sobre la importancia de la distancia de seguridad antes de hacer la finta (no hacer el amague encima del defensa).-Estiramientos estáticos enfocados en cuádriceps, aductores y gemelos.	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm
<b>MARTES</b>  El 1 vs 1 Frontal (Velocidad, Finta y Cambio de Ritmo)  Desarrollar la capacidad de desborde individual mediante el uso de fintas, engaños y cambios de ritmo	<b>1 Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min-</b> Activación: Trote libre combinando skipping bajo, talones a los glúteos y desplazamientos laterales.-Coordinación y agilidad: Escalera de coordinación (pasos rápidos) terminando en un sprint corto de 5 metros.-Trabajo técnico: En parejas, pases a ras de piso seguidos de un control orientado hacia adelante y pisada de balón.  <b>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min.</b> Ejercicio 1: Duelo frontal con entrada en velocidad (20 min) <ul style="list-style-type: none"> <li>○ El atacante se ubica a 12 metros del arco con balón, el defensor a 8 metros de espaldas al arco. El atacante da un pase al defensor, este se la devuelve e inmediatamente se activa el 1 vs 1.</li> <li>○ <i>Consigna:</i> El atacante debe encarar a velocidad, usar un amague (bicicleta, finta de cuerpo) y salir hacia el perfil libre para rematar antes de que el defensor le cierre el ángulo.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ejercicio 2: Duelo 1 vs 1 por las bandas con finalización (25 min)               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ El balón sale desde la posición de "cierre" (medio campo). Este asiste a un "ala" (lateral) que recibe de espaldas y es presionado por un defensa. El ala debe girar y buscar el desborde por la línea de banda o enganchar hacia el centro para rematar.</li> </ul> </li> </ul> <b>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min-</b> Trote muy suave (regenerativo) a lo ancho de la cancha.-Feedback técnico: Charla sobre la importancia de la distancia de seguridad antes de hacer la finta (no hacer el amague encima del defensa).-Estiramientos estáticos enfocados en cuádriceps, aductores y gemelos.	Vereda Montavo de 2:00 pm



# INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION "IMBRE"

NIT.900.326.035-2

DIRECCION ADMINISTRATIVA IMBRE  
EL ESPINAL-TOLIMA



Versión: 01

PLAN SEMANAL 2026

Página: 1 de 2

<p><b>MIERCOLES</b></p> <p><b>El 1 vs 1 de Espaldas (Uso del Cuerpo y Pivoteaje)</b></p> <p>Aprender a proteger el balón utilizando el cuerpo como escudo, girar bajo presión y asistir o rematar a portería.</p>	<p>Inicial (Calentamiento) — 15 min</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Activación: Carreras con giros de tronco, saltos simulando cabeceo y cambios de dirección rápidos.-Juego de contacto sutil: En parejas, espalda con espalda, intentar empujar suavemente al compañero fuera de un cuadrado delimitado usando la cadera y piernas (activación de la fuerza del tren inferior).-Rondo dinámico: Un rondo tradicional de 3x15 a dos toques obligatorios (un toque para controlar/proteger, uno para pasar).</li> </ul> <p>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicio 1: El duelo del Pívor (20 min) <ul style="list-style-type: none"> <li>Un atacante se para en la zona de pivot (cerca del área rival) de espaldas al arco con un defensor pegado a él. Un compañero le lanza un pase fuerte a ras de piso.</li> <li>Consigna: El pivot debe aguantar la carga del defensor usando el brazo para medir la distancia y la planta del pie para dominar el balón. Debe intentar un giro rápido (hacia su perfil hábil o ciego) para rematar.</li> </ul> </li> <li>Ejercicio 2: Salida bajo presión extrema en 1 vs 1 (25 min) <ul style="list-style-type: none"> <li>El portero le pasa el balón a un jugador en su propia zona defensiva. Un delantero rival va a presionarlo a toda velocidad. El defensor debe salir jugando de manera individual (pisando el balón, usando un caño, autopase o amague) para cruzar la línea de mitad de cancha de forma segura.</li> </ul> </li> </ul> <p>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min Caminata lenta hidratándose. Análisis grupal: Reflexión sobre cómo el uso correcto de los brazos (sin hacer falta) y bajar el centro de gravedad ayuda a mantener el equilibrio en la disputa del balón. Sesión de flexibilidad profunda de tren inferior y flexores de cadera</p>	<p>Polideportivo de Betania 2:30-4 pm</p>
<p><b>JUEVES</b></p> <p><b>El 1 vs 1 de Espaldas (Uso del Cuerpo y Pivoteaje)</b></p> <p>Aprender a proteger el balón utilizando el cuerpo como escudo, girar bajo presión y asistir o rematar a portería.</p>	<p>Inicial (Calentamiento) — 15 min</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Activación: Carreras con giros de tronco, saltos simulando cabeceo y cambios de dirección rápidos.-Juego de contacto sutil: En parejas, espalda con espalda, intentar empujar suavemente al compañero fuera de un cuadrado delimitado usando la cadera y piernas (activación de la fuerza del tren inferior).-Rondo dinámico: Un rondo tradicional de 3x15 a dos toques obligatorios (un toque para controlar/proteger, uno para pasar).</li> </ul> <p>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicio 1: El duelo del Pívor (20 min) <ul style="list-style-type: none"> <li>Un atacante se para en la zona de pivot (cerca del área rival) de espaldas al arco con un defensor pegado a él. Un compañero le lanza un pase fuerte a ras de piso.</li> <li>Consigna: El pivot debe aguantar la carga del defensor usando el brazo para medir la distancia y la planta del pie para dominar el balón. Debe intentar un giro rápido (hacia su perfil hábil o ciego) para rematar.</li> </ul> </li> <li>Ejercicio 2: Salida bajo presión extrema en 1 vs 1 (25 min) <ul style="list-style-type: none"> <li>El portero le pasa el balón a un jugador en su propia zona defensiva. Un delantero rival va a presionarlo a toda velocidad. El defensor debe salir jugando de manera individual (pisando el balón, usando un caño, autopase o amague) para cruzar la línea de mitad de cancha de forma segura.</li> </ul> </li> </ul> <p>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min Caminata lenta hidratándose. Análisis grupal: Reflexión sobre cómo el uso correcto de los brazos (sin hacer falta) y bajar el centro de gravedad ayuda a mantener el equilibrio en la disputa del balón. Sesión de flexibilidad profunda de tren inferior y flexores de cadera.</p>	<p>Vereda Montalvo de 2:00 pm</p>
	<p><b>Partido confrmando 3 equipos del mismo grupo de trabajo</b></p>	<p>Polideportivo de Betania 2:30-4 pm</p>

**EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS**





INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION "IMBRE"  
 NIT.900.326.035-2  
 DIRECCION ADMINISTRATIVA IMBRE  
 EL ESPINAL-TOLIMA



Versión: 01

PLAN SEMANAL 2026

Página: 1 de 1

CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE

NOMBRE DEL INSTRUCTOR	JOHN JAIRO BERMUDEZ	NOMBRE DEL COORDINADOR:	JORGE PORTELA LOZANO
SEMANA: 4	Del 18 – 22 de mayo	TEMA	Superioridad numérica

ACTIVIDAD OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	HORA/LUGAR
LUNES	FESTIVO	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm
MARTES  Salida en Línea de 3 (Laterales y Pivot) Objetivo del día: Automatizar los movimientos de apertura de las alas (laterales) y el juego directo con el pivot para romper la primera línea de presión rival.	<p><b>Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min Activación:</b> Trote suave con cambios de dirección y velocidad a la señal del silbato. Trabajo técnico: Pases en parejas a dos toques: el primer toque debe orientar el balón hacia la banda simulando un control de escape; el segundo es el pase fuerte. Rondo de presión: Un ronda en espacio reducido. Los dos del centro presionan a tope; los de afuera deben dar un mínimo de 5 pases antes de poder filtrar un pase que cruce el cuadrado por el medio.</p> <p><b>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min Ejercicio 1: Mecanización de la salida en "Y" o "3-1" (20 min)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sin defensa real (solo conos como referencia). El portero saca al "cierre" (defensa central). Las "alas" (laterales) corren pegados a la línea de banda bajando a ofrecer apoyo. El cierre descarga con un ala, y esta busca inmediatamente el pase largo en diagonal hacia el pivot que se muestra al centro.</li> <li>○ <i>Consigna:</i> Precisión en el pase y control con la planta del pie para congelar el balón.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Ejercicio 2: Salida 3-1 con presión semiactiva (25 min),</b> Mismo circuito, pero ahora se colocan 2 o 3 defensores que presionan al 50% de intensidad. Si el equipo atacante logra conectar el pase con el pivot y este logra girar o descargar con un ala que viene de frente, se considera salida exitosa y pueden terminar en tiro al arco.</li> </ul> <p><b>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min-Trote regenerativo</b> muy lento a lo largo de la cancha.-Charla técnica: Explicar por qué el pase al ala debe ir pegado a la línea y al pie más alejado del defensor (perfil de protección).-Estiramientos estáticos (isquiotibiales, pantorrillas y zona lumbar)</p>	Vereda Montalvo de 2:00 pm



# INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION "IMBRE"

NIT.900.326.035-2

DIRECCION ADMINISTRATIVA IMBRE

EL ESPINAL-TOLIMA



Versión: 01

PLAN SEMANAL 2026

Página: 1 de 2

<p><b>MIERCOLES</b></p> <p>Salida en Rotación (Sistema de 4 en Línea / "4 Cero")</p> <p>Objetivo del día: Crear espacios libres mediante la rotación constante de puestos (pasar y cortar)</p>	<p><b>Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Activación:</b> Carreras con saltos, desplazamientos laterales y simulación de giros defensivos.</li> <li>● <b>Coordinación con balón:</b> Trenzas de 3 y 4 jugadores a lo largo de la cancha. El jugador que pasa el balón dobla por detrás del compañero al que le dio el pase (introducción al concepto de rotación).</li> </ul> <p><b>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Ejercicio 1: Rotación básica de tres jugadores (20 min)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tres jugadores en zona de iniciación. El cierre pasa al ala izquierda y corre a ocupar su posición (corta por el centro). El ala izquierda conduce hacia el centro y descarga a ala derecha, quien ahora ocupa el espacio vacío del cierre.</li> <li>○ <i>Consigna:</i> El balón debe moverse rápido. La rotación busca desgastar la marca del rival y generar la duda de a quién seguir.</li> </ul> </li> <li>● <b>Ejercicio 2: Salida en "4 Cero" vs Presión Real Individual (25 min)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Se sitúan 4 atacantes en su propia mitad de cancha frente a 4 defensores que marcan al hombre de forma asfixiante. El portero inicia el juego. Los atacantes deben rotar continuamente. En cuanto un defensor pierda la marca por el arrastre de un movimiento, se filtra el pase entre líneas para picar al espacio y atacar el arco rival.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Caminata lenta alrededor de la cancha mientras los jugadores se hidratan.</li> <li>● Análisis grupal: Reflexión sobre la paciencia. Si la presión es buena, no hay que desesperarse por lanzar el balón; se sigue rotando hasta que aparezca el espacio.</li> <li>● Sesión de flexibilidad profunda de tren inferior y flexores de cadera.</li> </ul>	<p>Polideportivo de Betania a 2:30-4 pm</p>
<p><b>JUEVES</b></p> <p>Salida en Rotación (Sistema de 4 en Línea / "4 Cero")</p> <p>Objetivo del día: Crear espacios libres mediante la rotación constante de puestos (pasar y cortar)</p>	<p><b>Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Activación:</b> Carreras con saltos, desplazamientos laterales y simulación de giros defensivos.</li> <li>● <b>Coordinación con balón:</b> Trenzas de 3 y 4 jugadores a lo largo de la cancha. El jugador que pasa el balón dobla por detrás del compañero al que le dio el pase (introducción al concepto de rotación).</li> </ul> <p><b>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Ejercicio 1: Rotación básica de tres jugadores (20 min)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tres jugadores en zona de iniciación. El cierre pasa al ala izquierda y corre a ocupar su posición (corta por el centro). El ala izquierda conduce hacia el centro y descarga a ala derecha, quien ahora ocupa el espacio vacío del cierre.</li> <li>○ <i>Consigna:</i> El balón debe moverse rápido. La rotación busca desgastar la marca del rival y generar la duda de a quién seguir.</li> </ul> </li> <li>● <b>Ejercicio 2: Salida en "4 Cero" vs Presión Real Individual (25 min)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Se sitúan 4 atacantes en su propia mitad de cancha frente a 4 defensores que marcan al hombre de forma asfixiante. El portero inicia el juego. Los atacantes deben rotar continuamente. En cuanto un defensor pierda la marca por el arrastre de un movimiento, se filtra el pase entre líneas para picar al espacio y atacar el arco rival.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Caminata lenta alrededor de la cancha mientras los jugadores se hidratan.</li> <li>● Análisis grupal: Reflexión sobre la paciencia. Si la presión es buena, no hay que desesperarse por lanzar el balón; se sigue rotando hasta que aparezca el espacio.</li> <li>● Sesión de flexibilidad profunda de tren inferior y flexores de cadera.</li> </ul>	<p>Vereda Montalvo de 2:00 pm</p>
	<p><b>PARTIDO EMCUENTRO</b></p>	<p>Polideportivo de Betania 2:30-4 pm</p>

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE			
NOMBRE DEL INSTRUCTOR	JOHN JAIRO BERMUDEZ	NOMBRE DEL COORDINADOR:	JORGE PORTELA LOZANO
SEMANA: 5	Del 25 – 29 de mayo	TEMA	Superioridad numérica

ACTIVIDAD OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	HORALUGAR
<b>LUNES</b>  Salida en Línea de 3 (Laterales y Pivot) Objetivo del día: Automatizar los movimientos de apertura de las alas (laterales) y el juego directo con el pivot para romper la primera línea de presión rival.	<b>Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min Activación:</b> Trote suave con cambios de dirección y velocidad a la señal del silbato. Trabajo técnico: Pases en parejas a dos toques: el primer toque debe orientar el balón hacia la banda simulando un control de escape; el segundo es el pase fuerte. Rondo de presión: Un ronda en espacio reducido. Los dos del centro presionan a tope; los de afuera deben dar un mínimo de 5 pases antes de poder filtrar un pase que cruce el cuadrado por el medio.  <b>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min Ejercicio 1: Mecanización de la salida en "Y" o "3-1" (20 min)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sin defensa real (solo conos como referencia). El portero saca al "cierre" (defensa central). Las "alas" (laterales) corren pegados a la línea de banda bajando a ofrecer apoyo. El cierre descarga con un ala, y esta busca inmediatamente el pase largo en diagonal hacia el pivot que se muestra al centro.</li> <li>○ <i>Consigna:</i> Precisión en el pase y control con la planta del pie para congelar el balón.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Ejercicio 2: Salida 3-1 con presión semiactiva (25 min)</b>, Mismo circuito, pero ahora se colocan 2 o 3 defensores que presionan al 50% de intensidad. Si el equipo atacante logra conectar el pase con el pivot y este logra girar o descargar con un ala que viene de frente, se considera salida exitosa y pueden terminar en tiro al arco.</li> </ul> <b>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min-</b> Trote regenerativo muy lento a lo largo de la cancha.-Charla técnica: Explicar por qué el pase al ala debe ir pegado a la línea y al pie más alejado del defensor (perfil de protección).-Estiramientos estáticos (isquiotibiales, pantorrillas y zona lumbar)	Polideportivo de Betania 2:30- 4 pm
<b>MARTES</b>  Salida en Línea de 3 (Laterales y Pivot) Objetivo del día: Automatizar los movimientos de apertura de las alas (laterales) y el juego directo con el pivot para romper la primera línea de presión rival.	<b>Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min Activación:</b> Trote suave con cambios de dirección y velocidad a la señal del silbato. Trabajo técnico: Pases en parejas a dos toques: el primer toque debe orientar el balón hacia la banda simulando un control de escape; el segundo es el pase fuerte. Rondo de presión: Un ronda en espacio reducido. Los dos del centro presionan a tope; los de afuera deben dar un mínimo de 5 pases antes de poder filtrar un pase que cruce el cuadrado por el medio.  <b>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min Ejercicio 1: Mecanización de la salida en "Y" o "3-1" (20 min)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Sin defensa real (solo conos como referencia). El portero saca al "cierre" (defensa central). Las "alas" (laterales) corren pegados a la línea de banda bajando a ofrecer apoyo. El cierre descarga con un ala, y esta busca inmediatamente el pase largo en diagonal hacia el pivot que se muestra al centro.</li> <li>○ <i>Consigna:</i> Precisión en el pase y control con la planta del pie para congelar el balón.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Ejercicio 2: Salida 3-1 con presión semiactiva (25 min)</b>, Mismo circuito, pero ahora se colocan 2 o 3 defensores que presionan al 50% de intensidad. Si el equipo atacante logra conectar el pase con el pivot y este logra girar o descargar con un ala que viene de frente, se considera salida exitosa y pueden terminar en tiro al arco.</li> </ul> <b>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min-</b> Trote regenerativo muy lento a lo largo de la cancha.-Charla técnica: Explicar por qué el pase al ala debe ir pegado a la línea y al pie más alejado del defensor (perfil de protección).-Estiramientos estáticos (isquiotibiales, pantorrillas y zona lumbar)	Vereda Montalvo de 2:00 pm



OW  
2



<p><b>MIERCOLES</b></p> <p>Salida en Rotación (Sistema de 4 en Línea / "4 Cero")</p> <p>Objetivo del día: Crear espacios libres mediante la rotación constante de puestos (pasar y cortar)</p>	<p><b>Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Activación: Carreras con saltos, desplazamientos laterales y simulación de giros defensivos.</li> <li>• Coordinación con balón: Trenzas de 3 y 4 jugadores a lo largo de la cancha. El jugador que pasa el balón dobla por detrás del compañero al que le dio el pase (introducción al concepto de rotación).</li> </ul> <p><b>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio 1: Rotación básica de tres jugadores (20 min)             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tres jugadores en zona de iniciación. El cierre pasa al ala izquierda y corre a ocupar su posición (corta por el centro). El ala izquierda conduce hacia el centro y descarga al ala derecha, quien ahora ocupa el espacio vacío del cierre.</li> <li>○ <i>Consigna:</i> El balón debe moverse rápido. La rotación busca desgastar la marca del rival y generar la duda de a quién seguir.</li> </ul> </li> <li>• Ejercicio 2: Salida en "4 Cero" vs Presión Real Individual (25 min)             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Se sitúan 4 atacantes en su propia mitad de cancha frente a 4 defensores que marcan al hombre de forma asfixiante. El portero inicia el juego. Los atacantes deben rotar continuamente. En cuanto un defensor pierda la marca por el arrastre de un movimiento, se filtra el pase entre líneas para picar al espacio y atacar el arco rival.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caminata lenta alrededor de la cancha mientras los jugadores se hidratan.</li> <li>• Análisis grupal: Reflexión sobre la paciencia. Si la presión es buena, no hay que desesperarse por lanzar el balón; se sigue rotando hasta que aparezca el espacio.</li> <li>• Sesión de flexibilidad profunda de tren inferior y flexores de cadera.</li> </ul>	<p>Polideportivo de Betania 2:30-4 pm</p>
<p><b>JUEVES</b></p> <p>Salida en Rotación (Sistema de 4 en Línea / "4 Cero")</p> <p>Objetivo del día: Crear espacios libres mediante la rotación constante de puestos (pasar y cortar)</p>	<p><b>Fase Inicial (Calentamiento) — 15 min</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Activación: Carreras con saltos, desplazamientos laterales y simulación de giros defensivos.</li> <li>• Coordinación con balón: Trenzas de 3 y 4 jugadores a lo largo de la cancha. El jugador que pasa el balón dobla por detrás del compañero al que le dio el pase (introducción al concepto de rotación).</li> </ul> <p><b>2. Fase Central (Desarrollo Táctico) — 45 min</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio 1: Rotación básica de tres jugadores (20 min)             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tres jugadores en zona de iniciación. El cierre pasa al ala izquierda y corre a ocupar su posición (corta por el centro). El ala izquierda conduce hacia el centro y descarga al ala derecha, quien ahora ocupa el espacio vacío del cierre.</li> <li>○ <i>Consigna:</i> El balón debe moverse rápido. La rotación busca desgastar la marca del rival y generar la duda de a quién seguir.</li> </ul> </li> <li>• Ejercicio 2: Salida en "4 Cero" vs Presión Real Individual (25 min)             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Se sitúan 4 atacantes en su propia mitad de cancha frente a 4 defensores que marcan al hombre de forma asfixiante. El portero inicia el juego. Los atacantes deben rotar continuamente. En cuanto un defensor pierda la marca por el arrastre de un movimiento, se filtra el pase entre líneas para picar al espacio y atacar el arco rival.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>3. Fase de Descanso (Vuelta a la calma) — 10 min</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caminata lenta alrededor de la cancha mientras los jugadores se hidratan.</li> <li>• Análisis grupal: Reflexión sobre la paciencia. Si la presión es buena, no hay que desesperarse por lanzar el balón; se sigue rotando hasta que aparezca el espacio.</li> <li>• Sesión de flexibilidad profunda de tren inferior y flexores de cadera.</li> </ul>	<p>Vereda Montalvo de 2:00 pm</p>
	<p>NO SE REALIZAN CENTROS POR MOTIVO DEL DESFILE DE SAMPEDRO DE LA ALCALDIA</p>	<p>Polideportivo de Betania 2:30-4 pm</p>

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



**4 CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE**

<b>NOMBRE INSTRUCTOR</b>	JOHN JAIRO BERMUDEZ OSPINA			<b>ZONA</b>	URBANA
<b>JORNADA</b>	<b>DISCIPLINA</b>	FUTBOL DE SALON	<b>COORDINADOR</b>	JORGE PORTELA LOZANO	
<b>FECHA:</b> Del 30 de Abril al 29 mayo			<b>MES:</b> MA'YO		

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	04	06	08	11	13	15	18	20	22	25	27	29
1	JESUS DAVID	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
2	ERICK SANTIAGO	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
3	JESUS GOMEZ	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
5	MAICOL ESTIVEN	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
6	CAMILO ANTONIO	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
4	KEVIN BRIÑEZ	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
7	DAVID SUAREZ	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
8	SAMUEL BERMUDEZ	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
9	BRAYAN STIVEN	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
10	JUAN ANTONIO	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
11	JOSE MANUEL	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
12	NESTOR JOSE	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
13	JUAN MANUEL	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
14	EMMANUEL	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
15	GRENYER JOSE LLIRON	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
16	DANIEL TOVAR	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
17	JUAN SEBASTIAN	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
18	MICHAEL TORRES	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
19	OSCAR ANDRES	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
20	KEVIN JULIAN	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓



CENTROS DE PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA, LA RECREACION Y EL DEPORTE										
NOMBRE INSTRUCTOR		JOHN JAIRO BERMUDEZ					ZONA		RURAL	
JORNADA		DISCIPLINA			COORDINADOR		JORGE PORTELA LOZANO			
FECHA: del 30 de abril al 29 de mayo					MES: mayo					
Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	05	07	12	14	19	21	26	28	02
1	ANDRES FELIPE	/	/	/	/	/	/	/	/	/
2	ANGEL SAMUEL	/	/	/	/	/	/	/	/	/
3	LUISA FERNANDA MORENO	/	/	/	/	/	/	/	/	/
5	NEIFER STIVEN PARRA	/	/	/	/	/	/	/	/	/
6	BRINNY ALLEXANDRA	/	/	/	/	/	/	/	/	/
4	EMMANUEL JOSE	/	/	/	/	/	/	/	/	/
7	HAROLD DAVID	/	/	/	/	/	/	/	/	/
8	JESUS DAVID	/	/	/	/	/	/	/	/	/
9	JORGE ANDRES	/	/	/	/	/	/	/	/	/
10	JOSE MATEO PERDOMO	/	/	/	/	/	/	/	/	/
11	JUAN FELIPE GUZMAN	/	/	/	/	/	/	/	/	/
12	LESLY KARINA MORENO	/	/	/	/	/	/	/	/	/
13	SAMANTHA	/	/	/	/	/	/	/	/	/
14	DARLY PERDOMO	/	/	/	/	/	/	/	/	/
15	BANIA	/	/	/	/	/	/	/	/	/
16	YULIANA PARRA	/	/	/	/	/	/	/	/	/
17	JULIANA ROJAS BRIÑEZ	/	/	/	/	/	/	/	/	/
18	JUAN PABLO	/	/	/	/	/	/	/	/	/
19	MARIHANA PARRA	/	/	/	/	/	/	/	/	/
20	KARINA PARRA	/	/	/	/	/	/	/	/	/

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1105684696		BERNALDEZ OSPINA JOHN JAIRD	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CALLE CUARTA # 10 40	ESPINAL-TOLIMA	3111111	No
DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION								
Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago	
Prestación	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Valor
2026-05	2026-05	348228512	9904221790	I	2026/06/24	2026/06/01	NU	\$517,400

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES																													
EMPLEADO					PENSION					SALUD					CCF					RIESGOS					PARAFISCALES				
No.	Identificación	Nombres		Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Dias	IBC	Aporte							
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)					\$1,750,905	\$280,200	\$1,750,905	\$218,900			\$0	\$0			\$1,750,905	\$18,300			\$0	\$0									
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					\$1,750,905	\$280,200	\$1,750,905	\$218,900			\$0	\$0			\$1,750,905	\$18,300			\$0	\$0									
Ciudad: ESPINAL Depto: TOLIMA (1 Afiliados)					\$1,750,905	\$280,200	\$1,750,905	\$218,900			\$0	\$0			\$1,750,905	\$18,300			\$0	\$0									
1	CC 1105684696	BERNALDEZ JOHN		230301	30	\$1,750,905	\$280,200	EPS037	30	\$1,750,905	\$218,900		0	\$0	\$0	14-23	30	\$1,750,905	\$18,300	0	\$0	\$0							
<b>Total Afiliados( 1)</b>					\$1,750,905	\$280,200	\$1,750,905	\$218,900			\$0	\$0			\$1,750,905	\$18,300			\$0	\$0									

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 11094484		BERNALDEZ OSPINA JOHN JAIRO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CALLE CUARTA # 10 40	ESPINAL-TOLIMA	3111111	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION										
Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago			
Periodo	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor	
2024-05	2024-05	348228912	9504221750	I	2024/06/24	2026/06/01	NU		0	\$517,400

RESUMEN DE PAGO									
RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR	
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)									
PORVENIR	230301	800,224,808	8	1	\$280,200	\$0	\$0	\$280,200	
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)									
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	\$18,300	\$0	\$0	\$18,300	
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)									
NUEVA E.P.S.	EPS037	900,156,264	2	1	\$218,900	\$0	\$0	\$218,900	
<b>TOTAL</b>				<b>1</b>	<b>\$517,400</b>	<b>\$0</b>	<b>\$0</b>	<b>\$517,400</b>	