

	INSTITUTO DEL DEPORTE, LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA RECREACIÓN (INDERVALLE) SISTEMA DE GESTIÓN CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	CODIGO	PE-FO-120-041
		VERSIÓN	8
		APROBADO	14/FEB/2025

Acta Supervisión # 5 del Contrato # IND-26-1068

INFORME PARCIAL : X	INFORME FINAL :		
Cuota Número : 5			
ASPECTOS GENERALES DE CONTRATO Y SU EJECUCIÓN			
FECHA	Día : 25	Mes : Mayo	Año : 2026
NOMBRE DEL SUPERVISOR	GLORIA MYRIAM BEJARANO RODRIGUEZ		
DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN	C.C 31,942,545		
NOMBRE DEL CONTRATISTA	EDWAR ENRIQUE HOYOS MONROY		
IDENTIFICACIÓN	C.C 94,368,601		
CONTRATO No.	IND-26-1068 - 2026		
FECHA CONTRATO	Día : 09	Mes : Enero	Año : 2026
FECHA DE INICIO	Día : 13	Mes : Enero	Año : 2026
DURACIÓN INICIAL DEL CONTRATO	Día : 30	Mes : Junio	Año : 2026
OBJETO DEL CONTRATO: PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES ESPECIALIZADOS POR SUS PROPIOS MEDIOS CON PLENA AUTONOMIA TECNICA Y ADMINISTRATIVA, PARA LA EJECUCION DEL PROYECTO ESTRATEGICO DENOMINADO DESARROLLO DE UNA ESTRATEGIA DE LIDERAZGO EN EL DEPORTE COMPETITIVO PARA EL DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA . (AUT-1391)			
CDP No. 1188 de 2026-01-05		RP No. 1468 de 2026-01-13	
(INFORME JURÍDICO)			
Fecha de Inicio 2026-01-13	Plazo de ejecución El plazo de ejecución del presente contrato será hasta el 2026-06-30	Fecha de terminación 2026-06-30	
Observaciones al informe jurídico: NA			
INFORME CONTABLE Y FINANCIERO			
VALOR INICIAL DEL CONTRATO	\$ 36,000,000		
VALOR TOTAL DEL CONTRATO	\$ 36,000,000		
VALOR ANTICIPO	\$ 0		
VALOR PAGO PARCIAL(Corresponde al valor de la cuota a pagar)	\$ 6,000,000		
VALOR EJECUTADO(Corresponde al valor acumulado a la fecha del informe)	\$ 30,000,000		
SALDO CONTRATO	\$ 6,000,000		

	INSTITUTO DEL DEPORTE, LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA RECREACIÓN (INDERVALLE) SISTEMA DE GESTIÓN CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	CODIGO	PE-FO-120-041
		VERSIÓN	8
		APROBADO	14/FEB/2025

Acta Supervisión # 5 del Contrato # IND-26-1068

PRESENTÓ INFORME CON TODOS LOS DOCUMENTOS SOPORTES	SI : X	NO :
Observaciones al informe contable y financiero: NA		
Información del pago de seguridad social: Se verificó el pago de la seguridad social del mes de Abril a través de : SOL.		
Pagos	Datos Certificación o Planilla de Pago	
Sistema de salud: EPS Sura Sistema de Pensiones: Administradora Colombiana de Pensiones Colpensiones Riesgos Laborales: Positiva Compañía de Seguros	No. de planilla: 6009105123 Período: Abril	
Información del pago de seguridad social: Se verificó el pago de la seguridad social del mes de Mayo a través de : SOL.		
Pagos	Datos Certificación o Planilla de Pago	
Sistema de salud: EPS Sura Sistema de Pensiones: Administradora Colombiana de Pensiones Colpensiones Riesgos Laborales: Positiva Compañía de Seguros	No. de planilla: 6013316325 Período: Mayo	
Observaciones:		
INFORME TÉCNICO VERIFICACIÓN Y EVIDENCIAS DEL CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES REALIZADAS ASOCIADAS AL CONTRATO		
El contratista presento a satisfacción el informe de actividades correspondiente a la cuota número 5, el supervisor da fe de lo presentado.		

Observaciones : 1. Proyectó Junto Al Profesor Loaiza Un Trabajo En La Movilidad Escapular Y Fuerza En Seco De Los Nadadores Del Ciclo De Valle A Oro Puro, Como El Nadador Vive En Un Estado De Rotación Interna Constante Del Hombro. Mayo Fue El Mes De La Apertura Y La Salud Articular De Los Deportistas Del Programa. Para El Manejo Del Protocolo De Manguito Rotador De Los Nadadores Implementamos Ejercicios De Rotación Externa Y Retracción Escapular Con Bandas De Baja Tensión. El Objetivo Fue Equilibrar La Musculatura Anterior (pectorales) Con La Posterior (romboides, Trapecio Inferior) Para Prevenir El Pinzamiento Subacromial. En El Tema De La Fuerza De Tracción Realizamos En El Gimnasio Varios Ejercicios Generales, Pero Luego Se Centraron En Las Dominadas (pull-ups) Con Agarre Neutro Y Remos, Fortaleciendo El Dorsal Ancho, Principal Motor De La Fase De Tirón En El Agua Y Por último Para El Manejo Del Core Hidrodinámico Trabajamos La Estabilidad Del Tronco En Planos Horizontales Para Mejorar El Streamline O Posición De Flecha, Reduciendo La Resistencia Al Avance En La Piscina. Los Atletas Del Valle Oro Puro Cierran Mayo Con Una Sensación De Frescura Física Y Mental. El "hambre De Triunfo" Se Mantiene Intacta, Pero Ahora Está Respaldada Por Un Organismo Recuperado Y Estructuralmente Más Fuerte. Estan Listos Para Iniciar El Mes De Junio Con Cargas De Alta Intensidad, Proyectando Los Picos De Forma Para Las Competencias Y Eventos Nacionales E Internacionales De Fin De Año. Organizó Con El Profesor Octavio Un Proceso En El Volumen Y Biomecánica De Carrera Con Los Deportistas, Tras La Válida De Palmira. Los Atletas Del Triatlón Del Municipio Y Que Hacen Parte Del Proceso Departamental Del Valle, Requieren Una Base Aeróbica Sólida Antes De Volver A La Potencia Crítica. Por Esto Con El Profesor,

Carrera 36 No. 5B3 - 65. Casa del Deporte. / Tels: 5569242 - 5560556 Fax: 5570906 / Cali - Colombia

 INDERVALLE Instituto del Deporte, la Educación Física y la Recreación del Valle del Cauca	INSTITUTO DEL DEPORTE, LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA RECREACIÓN (INDERVALLE) SISTEMA DE GESTIÓN CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	CODIGO	PE-FO-120-041
		VERSIÓN	8
		APROBADO	14/FEB/2025

Acta Supervisión # 5 del Contrato # IND-26-1068

Miraron Varios Aspectos Importantes Como El Tema De La Economía De Carrera (running Economy) El Enfoque Fue El "stiffness" O Rigidez Del Tobillo. Un Tobillo "laxo" Disipa Energía. Realizamos Trabajos De Pliometría De Grado 1 (saltos De Baja Altura) Para Mejorar El Aprovechamiento De La Energía Elástica Del Tendón De Aquiles. En El Ciclismo Manejamos El Volumen Así: Se Realizaron Salidas De Larga Duración A Intensidades Moderadas En Las Rutas Del Valle (buga-darién), Buscando La Adaptación Del Metabolismo De Las Grasas Y La Resistencia Muscular Local. Para El Manejo De La Estabilidad Pélvica Realizamos En El Gimnasio, Trabajos De La Estabilidad Del Glúteo Medio. Esto Es Vital Para Evitar El "valgo De Rodilla" Durante La Carrera A Pie, Especialmente Cuando El Atleta Viene Fatigado De La Transición Del Ciclismo. Mayo Ha Cumplido Su Objetivo: Devolverle Al Atleta Su Capacidad De Empuje Máximo. Cerramos Este Periodo Con Un Grupo Físicamente Nítido Y Mentalmente Enfocado. El Diagnóstico Es Positivo Y La Ruta Está Trazada; En Junio, Aumentaran Los Decibeles De La Preparación Física. No Solo Estan Preparados Para Las Competencias De Fin De Año, Estan Estructuralmente Diseñados Para Ganarlas. Inician El Próximo Ciclo Con La Maquinaria Al 100%. Ejecutó Junto Al Profesor José Luis La Recuperación Neuromuscular Y Técnica Sin Impacto En Los Boxeadores Durante Este Periodo De Intervención, Tras Las Sesiones De "sparring" De Alta Intensidad De Abril, Los Boxeadores Del Valle Entraron En Mayo En Un Periodo De "limpieza Técnica". La Coordinación Fina Y Propiocepción Se Manejó Cuando Redujieron El Volumen De Golpeo Pesado (sacos De 100lb) Para Priorizar El Trabajo De Coordinación óculo-manual Con Pelotas De Reacción Y Punching-balls Ligeros. Esto Permite Mantener El "timing" Sin El Estrés Articular Del Impacto Seco. En El Tema De La Potencia De Núcleo (core Power), Es De Notarse Que Como El Boxeo Nace En Los Pies, Pero Se Transfiere Por El Núcleo, Trabajaron La Potencia Rotacional Con Lanzamientos Horizontales De Balón Medicinal, Enfocándose En La Fase Excéntrica Del Movimiento Para Mejorar La Capacidad De Frenado Y Estabilidad Defensiva. En La Gestión Biopsicosocial Este Mes De Mayo Permitió Un Respiro Mental. Los Microciclos De Descarga Ayudaron A Los Pugilistas A Reconectar Con La Motivación Deportiva, Monitorizando De Cerca El Cortisol Mediante Encuestas De Bienestar (wellness). La Transición Ejecutada En Mayo Ha Permitido Una Supercompensación Efectiva, Cerrando El Mes En Niveles óptimos. Esta Frescura Neuromuscular Es El Cimiento Necesario Para La Transición Hacia Las Cargas De Alta Intensidad De Junio. La Proyección Es Clara: Han Construido Un Organismo Estructuralmente Robusto, Capaz De Soportar Las Exigencias Tácticas De Los Torneos Finales De Año, Asegurando Que Cada Pico De Forma Coincida Con La Máxima Exigencia Del Calendario Competitivo. Acompañó A La Profesora Olga, En La Realización De Varios Ciclos De Preparación Con El Deporte En Desbalances Del Deportista, Si Miraron La Esgrima Es, Por Naturaleza, Una Disciplina Asimétrica. El Brazo Armado Y La Pierna De Ataque Soportan El 80% De La Carga Mecánica. Por Esta Razón En Mayo, La Labor Con La Maestra Fue La Neutralización De Desbalances, Mediante Un Fortalecimiento Compensatorio Así: Diseñaron Rutinas Específicas Para El Lado No Dominante. El Uso De Mancuernas Y Bandas Elásticas Permitió Trabajar La Cadena Cruzada Posterior, Evitando La Escoliosis Funcional Común En Tiradores De élite. También Manejaron La Resistencia Aeróbica De Base: Aprovecharon La Salida Al Derrumbado En Buga Para Realizar Trabajos De Carrera Continua A Intensidades Lipolíticas (zona 2). El Objetivo Es Mejorar La Eficiencia Mitocondrial De Los Esgrimistas, Permitiéndoles Recuperarse Más Rápido Entre Asaltos Durante Las Jornadas Largas De Competencia. En La Movilidad Específica Se Enfatizó La Movilidad De La Cadera (aducción Y Abducción) Para Mejorar La Profundidad Del Fondo Y Reducir La Tensión En El Ligamento Cruzado Anterior De La Pierna Delantera. Hoy Los Atletas Del Valle Oro Puro No Solo Están Recuperados; Están Renovados. Han Transformado El Descanso En Fortaleza Y La Fatiga En Una Nueva Plataforma De Lanzamiento. Ese 'hambre De Triunfo' Que Los Caracteriza Ahora Tiene Un Sustento Físico Inquebrantable. Estan Listos Para Que Junio Sea El Mes De La Intensidad Máxima, Proyectando La Bandera Hacia Lo Más Alto De Los Eventos Internacionales. Realizó En La Disciplina De Lucha Un Análisis De La Demanda Metabólica Mixta (anaeróbica Aláctica Y Láctica) Junto Al Profesor Mario Izquierdo. Tras El Nacional De Buga, Los Atletas Presentaron Un Desgaste Significativo En Sus Niveles De Fuerza Máxima Y Una Pérdida De Masa Magra Debido A La Pérdida De Peso Rápido. Re-acumulación De Fuerza Máxima: En El Gimnasio, Abandonaron El Método De Contraste

Carrera 36 No. 5B3 - 65. Casa del Deporte. / Tels: 5569242 - 5560556 Fax: 5570906 / Cali - Colombia

CODIGO	PE-FO-120-041
VERSIÓN	8
APROBADO	14/FEB/2025

De Abril Para Retomar Métodos De Intensidad Submáxima (75-85% 1rm). El Objetivo Es Recuperar La Integridad De Las Fibras Tipo lib. Se Priorizaron Ejercicios Multiarticulares Como La Sentadilla Trasera Y El Peso Muerto Para Reconstruir El Eje De Potencia Tren Inferior-tronco. Compensación De La Estabilidad Articular: La Lucha Genera Un Estrés Asimétrico Severo. Mayo Fue El Mes Del "mantenimiento Preventivo" Del Cuello Y La Zona Lumbar. Implementamos Protocolos De Isometría Funcional Para Fortalecer Los Flexores Y Extensores Del Cuello, Reduciendo El Riesgo De Traumas Por Proyecciones En La Próxima Fase. Control De Carga: El Rpe (esfuerzo Percibido) Promedio Del Mes Se Mantuvo En Un 6-7/10. Esto Permitió Una Recuperación Del Sistema Nervioso Central (snc), Asegurando Que El Atleta Asimile El Entrenamiento Sin Caer En Estados De Fatiga Crónica. Con El Cierre De Mayo, Consolidaron La Fase De Restauración Necesaria Para Garantizar La Trazabilidad Del Rendimiento. El Grupo De Atletas No Solo Ha Recuperado Su Integridad Funcional, Sino Que Ha Blindado Su Estructura Para Las Demandas De Junio. Entran Al Próximo Mesociclo Con La Certeza De Que La Base Fisiológica Es Sólida, Permitiéndonos Elevar La Densidad De Carga Con Seguridad Biomecánica Y El Firme Objetivo De Alcanzar La Hegemonía En El Podio Nacional E Internacional Al Cierre De La Temporada..

PRESENTÓ INFORME CON TODOS LOS DOCUMENTOS SOPORTES	SI : X	NO :
FECHA INFORME	DÍA: 25	MES : Mayo AÑO : 2026
CUMPLIÓ CON EL OBJETO CONTRACTUAL DETERMINADO EN EL CONTRATO RESPECTIVO	SI : X.	NO :
Observaciones al informe : El presente informe corresponde a la cuota Nro. 5 por valor de \$6,000,000 según lo estipula el contrato Nro. IND-26-1068-2026, por valor total de \$36,000,000 que fue firmado el 09 de Enero de 2026. ACTA DE SUPERVISIÓN MES DE MAYO 2026		
<u>CONCLUSIÓN:</u> Con este informe se certifica la ejecución del objeto contractual y se autoriza el pago de la cuota Nro. 5.		

9m37

Personas que intervienen en la elaboración del documento:

	INSTITUTO DEL DEPORTE, LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA RECREACIÓN (INDERVALLE) SISTEMA DE GESTIÓN CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	CODIGO	PE-FO-120-041
		VERSIÓN	8
		APROBADO	14/FEB/2025

Acta Supervisión # 5 del Contrato # IND-26-1068

Revisado y autorizado por :	avillota - Andres Felipe Villota Duque - IP: 179.32.60.167 - 2026-05
Revisado y autorizado por :	daldana - Daniel Eduardo Aldana Cabezas - IP: 179.32.60.167 - 2026-05
Revisado y autorizado por :	agutierrez - Andres Gutierrez Ramirez - IP: 181.78.17.198 - 2026-05
Documento generado por :	gbejarano - Gloria Myriam Bejarano Rodriguez - IP: 179.32.60.167 - 2026-05