



INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES, (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

INFORME No.
01
FECHA DEL INFORME
30-04-2025

No. DEL CONTRATO Y FECHA
IDRD-STRD-CPS-1141-2025
No. DEL EXPEDIENTE VIRTUAL
No definido

1. INFORMACIÓN GENERAL

NOMBRE DEL CONTRATISTA	RIGOBERTO CARVAJAL ROJAS
NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	1030572504
PLAZO DE EJECUCIÓN	10 meses
VALOR	\$ 47.040.000,00
FECHA ACTA DE INICIO	2025-04-03
FECHA DE TERMINACIÓN	02/02/2026
ADICIÓN Y/O PRÓRROGA	NO APLICA
SUSPENSIONES	NO APLICA
VALOR HONORARIOS MENSUAL	\$ 4.704.000,00
PERIODO DE ACTIVIDADES DE ESTE INFORME	2025-04-03 - 2025-04-30
OBJETO DEL CONTRATO	PRESTAR SUS SERVICIOS COMO ENTRENADOR(A) DE TECNIFICACIÓN 3.2 PARA ELABORAR, PLANIFICAR, MONITOREAR, EJECUTAR Y/O VERIFICAR LOS PLANES DE ENTRENAMIENTO Y PREPARACIÓN DE LOS ATLETAS DEL REGISTRO DE BOGOTÁ EN LA DISCIPLINA ASIGNADA.

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Enunciar cada una de las obligaciones específicas establecidas en el contrato y describir las actividades realizadas en el período para el cumplimiento de la misma, así como enunciar las evidencias y su ubicación (actas, documentos, planillas, listados, etc.).

OBLIGACIONES ESPECÍFICAS	ACTIVIDADES, EVIDENCIAS Y UBICACIÓN
Obligación 1: Planificar, direccionar, monitorear y evaluar, la preparación de los deportistas asignados para la etapa de tecnificación por el equipo metodológico en coordinación con los organismos deportivos del registro de Bogotá, generando planes de trabajo y entrenamiento a seguir durante esta vigencia, realizar los ajustes necesarios que sean requeridos, aportando los respectivos anexos. Cuando se realice una transición de atletas de su disciplina deportiva, el cual debe ser de acuerdo con los parámetros y criterios establecidos por el proyecto de inversión y en los planes pedagógicos, en coordinación con la supervisión.	Se realiza la planificación, dirección, y control, de la preparación de los deportistas del registro de Bogotá que me fueron asignados en la disciplina deportiva de LUCHA OLIMPICA, en la subetapa de tecnificación, a fin de procurar su mejor desempeño deportivo a nivel competitivo. EVIDENCIA: Microciclos UBICACIÓN: Anexo folios # 1
Obligación 2: Desarrollar estrategias de actualización, inducción e implementación de los programas pedagógicos deportivos, criterios de transición, indicadores de rendimiento, test técnicos y pedagógicos de su especialidad deportiva del proyecto de inversión, talento y reserva, masificación e iniciación deportiva que le sean solicitados, así como, realizar el acompañamiento técnico y capacitación a los programas institucionales y de Ligas en las etapas de iniciación deportiva, talento y reserva y tecnificación, en coordinación con la supervisión.	Se dio cumplimiento de la obligación implementando las acciones deportivas planificadas, a fin de contribuir en el desarrollo y perfeccionamiento de las habilidades y cualidades físicas, técnicas y tácticas de los deportistas asignados correspondientes a la subetapa de tecnificación. EVIDENCIA: * Microciclos UBICACIÓN: Anexo folios # 1

Obligación 3: Dar cumplimiento con el volumen de entrenamiento establecido en los planes de entrenamiento acordados y aprobados por el encargado de su disciplina deportiva y socializados con los organismos Deportivos Distritales, garantizando un mínimo de diez (10) sesiones semanales con los deportistas del registro de Bogotá, en el sitio de entrenamiento concertado con el IDR, así como también tres (3) sesiones de acompañamiento en las etapas de talento y reserva e iniciación deportiva, en coordinación con la supervisión.	Se dio cumplimiento de la obligación, realizando las sesiones estipuladas en la obligación, las cuales se programaron y sustentaron al área metodológica, realizándose semanalmente de la siguiente manera: sesión #1- Lunes 7 de abril de 2025 - 8:00am A 10:00am Sesión #2 - Lunes 7 de de abril de 2025 - 3:00pm A 6:00pm sesión #3 – martes de abril de 2025 de 2025 - 8:00am A 10:00am sesión #4 - martes 8 de abril de 2025 - 3:00pm A 6:00pm sesión #5 - miércoles 9 de abril de 2025 - 3:00pm A 6:00pm sesión # 6 - jueves 10 de abril de 2025 - 8:00am A 10:00am sesión #7 - jueves 10 de abril de 2025 - 3:00pm A 6:00pm sesión #8 - viernes 11 de abril de 2025 -8:00am A 10:00am sesión #9 - viernes 11 de abril de 2025 - 3:00pm A 6:00pm sesión # 10 - sábado 12 de abril de 2025 - 9:00am A 11:00am salón comunal súper 13 ubicado en Kennedy - calle 40a sur # 79 - 65 EVIDENCIA: *Formato reporte de asistencia de atletas a entrenamientos (SIM) UBICACIÓN: Anexo folios: # 1
--	--

Obligación 4: Realizar seguimiento a los deportistas preseleccionados y seleccionados avalados por el equipo técnico metodológico del IDRD en coordinación con los organismos Deportivos Distritales, en las unidades de acondicionamiento físico, evaluaciones médicas y de ciencias aplicadas al deporte, en los entrenamientos, fogueos, competencias preparatorias y principales, de acuerdo a lo establecido en el plan de entrenamiento, así como actuar en reuniones o eventos distritales, nacionales o internacionales, que le sean asignados por el Supervisor del Contrato y/o metodólogo, siempre y cuando estas guarden relación con el cumplimiento del objeto contractual. PARÁGRAFO: La participación en los eventos Nacionales o Internacionales deben ser autorizados por la Dirección General o por la Subdirección Técnica de Recreación y Deportes del IDRD, en preferencia, en coordinación con el equipo metodológico y/o con los organismos deportivos del registro de Bogotá.	se proporcionó el direccionamiento y acompañamiento planificado en el plan de entrenamiento, a los deportistas asignados, avalados por el equipo técnico metodológico del IDRD en los entrenamientos. Unidades de preparación física Se realiza todos los días en las mañanas trabajo de preparación física apoyado del metodólogo Rafael Avella, entrenamientos en salón comunal super 13 EVIDENCIA: * registro fotográfico UBICACIÓN: Anexo folios: #1
Obligación 5: Generar un informe técnico de competencia con la gestión, teniendo como objetivo desarrollar resultados de acuerdo con el modelo implementado por el área de deportes, participando activamente en fogueos y competencias preparatorias y principales a nivel local, distrital, nacional e internacional máximo cinco (5) días hábiles después de cada competencia y anexarlo evidencias de seguimiento en el informe mensual, adjuntando los resultados oficiales de competición, en coordinación con la supervisión.	se realiza entrenamientos en salón comunal super 13 en la localidad de Kennedy y plaza de artesanos. EVIDENCIA: registro fotográfico UBICACIÓN: Anexo folio # 1
Obligación 6: El Contratista adoptará todas las medidas necesarias para evitar cualquier situación de conflicto de intereses conforme a lo estipulado en la resolución 424 de 2021, "Por medio de la cual se adopta la política sobre conflicto de Intereses en el Instituto Distrital de Recreación y Deporte-IDRD", o la vigente. Esta situación se produce cuando, como consecuencia de intereses económicos, profesionales, afinidades políticas o nacionales, vínculos familiares, afectivos, o cualesquiera otros intereses compartidos, se ve comprometida la ejecución imparcial y objetiva del Contrato.	Se dio cumplimiento de las actividades programadas sin afectaciones que involucraron eventuales conflictos de interés, considerando lo estipulado en la resolución 424 de 2021 o la vigente, Por medio de la cual se adopta la política sobre conflicto de Intereses en el Instituto Distrital de Recreación y Deporte- IDRD. EVIDENCIA: Formatos institucionales y demás adjuntos en el presente informe. UBICACIÓN: folios #1
Obligación 7: Las demás que sean inherentes al objeto contractual y a las obligaciones precedentes.	se dará cumplimiento en el momento que se requiera

3. INFORMACIÓN APORTES PRESTACIONES SOCIALES

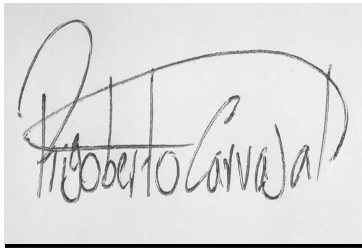
DESCRIPCIÓN DEL APORTE	NOMBRE EMPRESA	VALOR APORTE PAGADO
PAGO APORTES SALUD	FAMISANAR	\$ 0,00
PAGO APORTES PENSIÓN	COLPENSIONES	\$ 0,00

PAGO RIESGOS LABORALES	POSITIVA DE SEGUROS	\$ 0,00
	TOTAL	\$ 0,00

[Ver Planilla de Pago](#)

4. ANEXOS

Para la entrega del informe correspondiente al último periodo de actividades; es indispensable anexar adicionalmente: el documento expedido por el Almacén General y el Área de Sistemas donde se evidencie que el contratista se encuentra a paz y salvo con la entidad y el medio magnético con las evidencias de las actividades realizadas durante la ejecución contractual.



Firma Contratista

Nombre Completo: RIGOBERTO CARVAJAL ROJAS

No. Identificación: 1030572504

Cargo: CONTRATISTA

CONCEPTO DEL SUPERVISOR DEL CONTRATO SOBRE EL CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES DEL CONTRATISTA

El contratista cumple con las obligaciones contractuales y las tareas asignadas en los tiempos pactados, demostrando su compromiso, calidad y colaboración con el equipo de trabajo.



Firma Supervisor

Nombre Completo: WILLIAM ARMANDO NIETO GUERRERO

No. Identificación: 11346157

Cargo: PROFESIONAL ESPECIALIZADO 222-09

ACTA DE INICIO

ESPACIO PARA COLOGAR EL STIKER DE RADICACIÓN

CONTRATO ☒

CONVENIO ☐

CONTRATO APROVECHAMIENTO ECONÓMICO ☐

CONTRATO INFERIOR AL 10% DE LA MENOR CUANTÍA ☐

No.:

IDRD-STRD-CPS-1141-2025

NOMBRE DEL CONTRATISTA

CARVAJAL ROJAS RIGOBERTO

☒

SUPERVISOR

☐

INTERVENTOR

JUAN CARLOS GUTIERREZ SANCHEZ

OBJETO: PRESTAR SUS SERVICIOS COMO ENTRENADOR A DE TECNIFICACION 3 2 PARA ELABORAR PLANIFICAR MONITOREAR EJECUTAR Y O VERIFICAR LOS PLANES DE ENTRENAMIENTO Y PREPARACION DE LOS ATLETAS DEL REGISTRO DE BOGOTA EN LA DISCIPLINA ASIGNADA

FECHA DE INICIO

3

Día

4

Mes

2025

Año

FECHA DE TERMINACIÓN

2

Día

2

Mes

2026

Año

VALOR TOTAL \$

47.040.000,00

VALOR APOORTE IDRD \$

(Este espacio debe ser diligenciado únicamente para convenios)

DILIGENCIAR SOLO PARA CONTRATOS DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES Y APOYO A LA GESTIÓN

EL CONTRATISTA SE ENCUENTRA AFILIADO A UNA ADMINISTRADORA DE RIESGOS LABORALES

SI ☒ NO ☐

FECHA DE INICIO COBERTURA

3

Día

4

Mes

2025

Año

NOTA: En caso que el contratista no se encuentre afiliado y no cuente con la cobertura de una Administradora de Riesgos Laborales, **NO** podrá dar inicio a la ejecución del contrato conforme a lo señalado en el artículo 6 del Decreto 723 de 2013.

Se firma la presente acta, en Bogotá D.C., a los 03 días del mes de Abril de 2025.

FIRMA

NOMBRE SUPERVISOR O INTERVENTOR:

JUAN CARLOS GUTIERREZ SANCHEZ

FIRMA

NOMBRE CONTRATISTA:

CARVAJAL ROJAS RIGOBERTO

CARGO SUPERVISOR O INTERVENTOR:

PROFESIONAL ESPECIALIZADO 222 GRADO 07 DEL ÁREA DE DEPORTES

SEÑOR SUPERVISOR: INDICAR AL CONTRATISTA LA SIGUIENTE RUTA, PARA LA CONSULTA DE LA INFORMACIÓN CORRESPONDIENTE AL SISTEMA DE GESTIÓN DEL IDRD:

1. Ingresar al aplicativo ISOLUCION en la ruta: isolucion.idrd.gov.co
2. Digitar usuario: consultas
3. Digitar contraseña: consultas
4. Ubicarse sobre la pestaña que dice "documentación", hacer click en el ícono "Mapa de procesos".
5. Una vez ubicado en el mapa de procesos, dar click en el vínculo del proceso al cual usted hace parte
6. Cuando haga click sobre el proceso, se desplegará la caracterización en donde podrá consultar todos los documentos del mismo.

En mi calidad de contratista, dejo constancia que recibí por parte del supervisor del contrato las instrucciones para la consulta de la información general del Sistema de Gestión del Instituto Distrital de Recreación y Deporte – IDRD.

Igualmente, adjunto el certificado de afiliación a la Administradora de Riesgos Laborales. (Solo aplica para contratos de prestación de servicios profesionales y de apoyo a la gestión).

CONTRATISTA



CERTIFICADO

**BOGOTA, D.C.,
BOGOTA, D.C.,
COLOMBIA,
A quien interese**

30/04/2025

Por medio de la presente hacemos constar que **el señor RIGOBERTO CARVAJAL ROJAS** con **Cédula de Ciudadanía** número **1030572504**

Posee en el banco Davivienda:

CUENTA DE AHORROS DAMAS

Número	0550007700706422
Fecha de apertura	20/05/2011

Cordialmente,

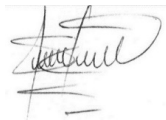
BANCO DAVIVIENDA

LA ADMINISTRADORA COLOMBIANA DE PENSIONES - COLPENSIONES

CERTIFICA QUE

Verificada la base de datos de afiliados, el/la señor/a **RIGOBERTO CARVAJAL ROJAS** identificado/a con documento de identidad **Cédula de Ciudadanía** número **1030572504**, se encuentra afiliado/a desde **01/01/1995** al Régimen de Prima Media con Prestación Definida (RPM) administrado por la Administradora Colombiana de Pensiones **COLPENSIONES**.

La presente certificación se expide en Bogotá, el día 07 de mayo de 2025.



Rosa Mercedes Nino Amaya
Dirección de Afiliaciones

Nota: Certificado generado desde la página Web. Este documento no es válido para el reconocimiento de prestaciones económicas, está sujeto a verificación y no tiene costo alguno.

VIGILADO
SUPERINTENDENCIA FINANCIERA
DE COLOMBIA



PAGOSIMPLE | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2025-04-30, 03:25:28 PM Tipo Planilla I Número Planilla 1071867767 Referencia pago(PIN) 8823061993

Periodo Cotización 202503 Periodo Servicio 202503

Cliente:

PAGADA 2025-04-22

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	RIGOBERTO CARVAJAL ROJAS						
Documento	CC 1030572504			Dirección	CRA 80 N 41 A 20 SUR		
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE			Teléfono	3138234868		
Tipo Persona	NATURAL			Forma Presentación	ÚNICO	Total Afiliados	1
Ciudad	BOGOTA D.C.			Departamento	BOGOTA D.C.		
Representante Legal				Identificación			

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 1030572504		Residente		Exonerado	N	Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	59	00					CARVAJAL ROJAS RIGOBERTO	11001000 - 11		BOGOTA D.C.

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión						Salud						Riesgos					Caja				Parafiscales																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP				Días AFP	Días EPS	Días AFP	Días EPS	Días AFP	Días EPS	Días AFP	Días EPS	Código EPS	Código Tras. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos	Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
															0	30	30	30	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSFS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLPENSIONES	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	FAMISANAR EPS	POSITIVA DE SEGUROS	NINGUNA CCF	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
\$ 320.000	\$ 0	\$ 0	\$ 250.000	\$ 48.800	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	\$ 0	



CERTIFICADO DE AFILIACIÓN

POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS S.A.

HACE CONSTAR QUE:



Verificada la base de datos de afiliación en el Ramo de Riesgos Laborales se evidenció que, **RIGOBERTO CARVAJAL ROJAS** identificado con CC No. **1030572504**, registra la siguiente información.

Datos del Contratante	Datos de la Relación Laboral
INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y DEPORTE - NI. 860061099	Fecha de inicio de cobertura: 03/04/2025 Estado Afiliación: ACTIVO Fecha de inicio de Contrato: 02/04/2025 Fecha fin de Contrato: 08/02/2026 Tipo Vinculación: TRABAJADOR INDEPENDIENTE Clase de Riesgo: 3

Recuerde que una vez cumplida la fecha fin de contrato, el sistema aplica de forma automática la novedad de retiro, por lo anterior, en caso de tener un nuevo contrato o prórroga deberá realizar la correspondiente novedad a través de nuestro portal www.positivaenlinea.gov.co, para continuar con la cobertura.

Para validar la información emitida en este certificado, visite nuestra página web y seleccione la opción 'VALIDAR CERTIFICADOS'. Ingrese el siguiente código (válido por un mes): 20250101582791.

Esta certificación se expide en la ciudad de Bogotá D.C. a los 7 días del mes de mayo de 2025.

Cordialmente,

GERENCIA DE AFILIACIONES Y NOVEDADES
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) | defensorclientel@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 autorregulación.

LA ASEGURADORA
DE TODOS LOS
COLOMBIANOS

REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS

ENTRENADOR: RIGOBERTO CARVAJAL

LUGARES DE ENTRENAMIENTO: Lugar: Nacional,Virtual . Escenarios: BOSQUES DE KENNEY,CIUDAD KENNEDY SUPERMANZANA 13

DEPORTE / MODALIDAD: _____

FECHA DE REPORTE Periodo 2025-04-03 a 2025-04-30

No.	ATLETAS (Nombre y apellido)	SEXO	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	DIRECCIÓN	TELÉFONO	ETAPA	DÍAS			TOTAL SESIONES		
							Asistencias	Fallas	Excusa Médica	PLAN	REAL	% DE ASISTENCIA
1	Hossman Eduardo Carvajal Rojas	Hombre	1001046654	CR 80 F 41A 20 SUR	3219467349	Rendimiento	34	0	0	34	34	100,0
2	Jhon Esneider Gonzalez Gongora	Hombre	1001341970	Calle 42 F Sur #81B b 17	5,73024E+11	Rendimiento	33	0	0	33	33	100,0
3	Kristian Leandro Quiñones Zarate	Hombre	1001344551	CR 80G 40D 32 SUR	3118926071	Rendimiento	34	0	0	34	34	100,0
4	Andrea Yurani Gonzalez Gongora	Mujer	1030667541	CL 42 F SUR 81B 17	3004052100	Rendimiento	34	0	0	34	34	100,0
5	Katherine Gineth Gongora Zambrano	Mujer	1030675911	CL 42F SUR 81B 17	3135931227	Rendimiento	24	0	0	24	24	100,0
6	LAURA NATALIA MOLANO ANZOLA	Mujer	1030520468	Calle 41 b bis sur # 80 d 09	5,73209E+11	Tecnificación	34	0	0	34	34	100,0
7	MOLANO ANZOLA JUAN SEBASTIAN	Hombre	1030547939	Calle 41 b bis sur #80d 09	5,73145E+11	Tecnificación	24	0	0	24	24	100,0
8	Juan David Leon Paniabua	Hombre	1034656791	Cr 81k No 41-15 sur	3153498532	Tecnificación	24	0	0	24	24	100,0
9	Daniel Felipe cañon Giraldo	Hombre	1013587521	Diagonal 74sur # 79_14	5,7323E+11	Tecnificación	24	0	0	24	24	100,0
10	DUBAN ANDRES PEÑA MAPE	Hombre	1095484348	Carrera 80 F # 35 16	3508378126	Tecnificación	34	0	0	34	34	100,0
11	ANGELICA SOFIA RIVERA LEGUIZAMON	Mujer	1016717750	Cra 81 f # 54 A 24 sur	3229043136	Tecnificación	24	0	0	24	24	100,0
12	Yesid Alexander Urbano Cardona	Hombre	1023378430	Olivo	57	Tecnificación	24	0	0	24	24	100,0
13	Gabriel Santiago Rojas Gutierrez	Hombre	1026566218	Cra 79b#48-08 sur	3193562561	Tecnificación	24	0	0	24	24	100,0
14	VALERY EDITH SOFIA RUBIO TORRES	Mujer	1028889633	Calle 54 c sur # 82 b 50	3145840243	Tecnificación	24	0	0	24	24	100,0
15	Zoe Isabella Llanos Tangarife	Hombre	1141335398	Kr78g#43a29sur	3118298266	Talento y Reserva	24	0	0	24	24	100,0
16	Javier Santiago Sanabria Nuñez	Hombre	1030600107	Calle 38C Sur # 79C 51	3027849463	Talento y Reserva	24	0	0	24	24	100,0
17										0	0	
18										0	0	
19										0	0	
20										0	0	
21										0	0	
22										0	0	
23										0	0	
24										0	0	
25										0	0	
26										0	0	
27										0	0	
28										0	0	
29										0	0	
30										0	0	
31										0	0	
32										0	0	
33										0	0	
34										0	0	
35										0	0	
36										0	0	
37										0	0	
38										0	0	
39										0	0	
40										0	0	
41										0	0	
42										0	0	
43										0	0	
44										0	0	
45										0	0	
46										0	0	
47										0	0	

MICROCICLOS MES DE ABRIL

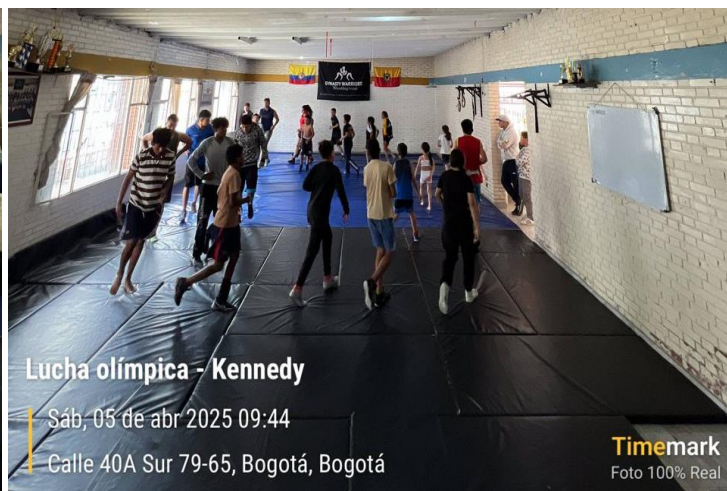
FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS							
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES							
	FECHA	03/04/2025	AL	12/04/2025	DEPORTE	LUCHA OLIMPICA	
	ENTRENADOR:	RIGOBERTO CARVAJAL ROJAS			CONTRATO N°	IDRD-CTO-1141 de 2025	
	MICROCICLO N°	1	TENDENCIA MICRO:	INTRODUCTORIO	OBJETIVO MICRO	Trabajo de recuperación física y mental - descargue	
SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1 ^a	Hora: 8:00 am Calentamiento 6 min Calentamiento específico 10 min Gimnasia – yoga Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso *	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 10 min Calentamiento específico Gimnasio Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso	descanso	Hora: 8:00 am Calentamiento 6 min Calentamiento específico 10 min Gimnasia – yoga Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 10 min Calentamiento específico Gimnasio Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso	Hora: 8:00 am Calentamiento 6 min Calentamiento específico 10 min Gimnasia – yoga Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso *	
2 ^a	Hora: 3:00 pm Calentamiento general 12 min Calentamiento específico de 5 min Trabajo de análisis Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	Hora: 3:00 pm Calentamiento general 12 min Calentamiento específico de 5 min Trabajo de análisis Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	Descaso	Hora: 3:00 pm Calentamiento general 12 min Calentamiento específico de 5 min Trabajo de análisis Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	Hora: 3:00 pm Calentamiento general 12 min Calentamiento específico de 5 min Trabajo de análisis Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso.		

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS							
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES							
	FECHA	14/04/2025	AL	19/04/2025	DEPORTE	LUCHA OLIMPICA	
	ENTRENADOR:	RIGOBERTO CARVAJAL ROJAS			CONTRATO N°	IDRD-CTO-1141 de 2025	
	MICROCICLO N°	2	TENDENCIA MICRO:	INTRODUCCTORIO ESPECIFICO	OBJETIVO MICRO	Mantener la fuerza e en los deportistas de lucha olímpica PFE, y aumentar la parte específica	
SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1 ^a	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 6 min Calentamiento específico CARRERA CONTINUA DE 30 MIN AL 50 % Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 6 min Calentamiento específico Trabajo fisico (especifico) PECHO Y BRAZO Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	descanso	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 6 min Calentamiento específico G8MNASIO Trabajo fisico (especifico) PIERNA Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 6 min Calentamiento específico G8MNASIO Trabajo fisico (especifico) ESPALDA Y HOMBRO Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 6 min Calentamiento específico CARRERA CONTINUA DE 30 MIN AL 50 % Estiramiento * * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	
2 ^a	Hora: 3:00 pm 12 min Calentamiento general 5 min Calentamiento específico Trabajo de relajación Juegos 15 min de técnica individual Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	Hora: 3:00 pm 12 min Calentamiento general 5 min Calentamiento específico Trabajo de gimnasia Trabajo tecnico individual Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	DESCANSO	Hora: 3:00 pm 12 min Calentamiento general 5 min Calentamiento específico Trabajo de gimnasia Trabajo tecnico individual Complejo técnico Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	Hora: 3:00 pm 12 min Calentamiento general 5 min Calentamiento específico Trabajo de flexibilidad 30 min de técnica de corrección 3 cambios de 3 minutos de lucha Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso.).		

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS							
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES							
	FECHA	21/04/2025	AL	26/04/2025	DEPORTE	LUCHA OLIMPICA	
	ENTRENADOR:	RIGOBERTO CARVAJAL ROJAS			CONTRATO N°	IDRD-CTO-1141 de 2025	
	MICROCICLO N°	3	TENDENCIA MICRO:	INTRODUCCTORIO ESPECIFICO	OBJETIVO MICRO	Mantener la fuerza e en los deportistas de lucha olímpica PFE, y aumentar la parte específica	
SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1 ^a	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 6 min Calentamiento específico TRABAJO TECNICO TRABAJO DE PIQUES – VELOCIDAD Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 6 min Calentamiento específico Trabajo fisico (especifico) PECHO Y BRAZO Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	descanso	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 6 min Calentamiento específico G8MNASIO Trabajo fisico (especifico) PIERNA Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 6 min Calentamiento específico G8MNASIO Trabajo fisico (especifico) ESPALDA Y HOMBRO Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 6 min Calentamiento específico TRABAJO TECNICO – LUCHA TRABAJO DE PIQUES – VELOCIDAD Estiramiento * * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	
2 ^a	Hora: 3:00 pm 12 min Calentamiento general 5 min Calentamiento específico Trabajo de relajación Juegos 15 min de técnica individual Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	Hora: 3:00 pm 12 min Calentamiento general 5 min Calentamiento específico Trabajo de gimnasia Trabajo tecnico individual Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	DESCANSO	Hora: 3:00 pm 12 min Calentamiento general 5 min Calentamiento específico Trabajo de gimnasia Trabajo tecnico individual Complejo técnico Estiramiento 4 series de 1 min x 30 seg de descanso.	Hora: 3:00 pm 12 min Calentamiento general 5 min Calentamiento específico Trabajo de flexibilidad 30 min de técnica de corrección 3 cambios de 3 minutos de lucha Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso.).		

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS							
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES							
	FECHA	28/04/2025	AL	03/05/2025	DEPORTE	LUCHA OLIMPICA	
	ENTRENADOR:	RIGOBERTO CARVAJAL ROJAS			CONTRATO N°	IDRD-CTO-1141 de 2025	
	MICROCICLO N°	4	TENDENCIA MICRO:	ESPECIFICO	OBJETIVO MICRO	Desarrollar la fuerza especifica en los deportistas de lucha olimpica PFE.	
SESIONES	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1 ^a	Hora: 8:00 am Calentamiento 6 min Calentamiento especifico 10 min Trabajo técnico Preparación entrada a tacle a dos piernas Preparación entrada a tacle a una pierna Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso *	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 10 min Calentamiento especifico 60 min Trabajo físico en gimnasio (especifico) Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso	descanso	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento 6 min Calentamiento especifico Trabajo físico Gimnasio PIERNA y GLUTEO 30 minutos de bicicleta Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso	Hora: 8:00 am 6 min Calentamiento general 10 min Calentamiento especifico Trabajo físico en gimnasio (especifico) PECHO Y ESPALDA 30 minutos de bicicleta Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 seg de descanso	Hora: 9:00 am Calentamiento 6 min Calentamiento especifico 10 min 45 min Técnico tactico Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 seg de descanso.	
2 ^a	Hora: 3:00 pm 12 min Calentamiento general 5 min Calentamiento especifico 12 min Trabajo de coordinación 12 min Trabajo de movilidad especifica 12 min trabajo técnico rodado Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	Hora: 3:00 pm 12 min Calentamiento general 5 min Calentamiento especifico Trabajo tecnico dirigido * complejo k tecnico * lucha de tareas TECNICA ESPECIFICA Estiramiento * 4 series de 1 min x 30 segde descanso.	DESCANSO	Hora: 3:00 pm 12 min Calentamiento general 5 min Calentamiento especifico 10 min de técnica 3 TOPES de estudio de 6 min cada uno Estiramiento 4 series de 1 min x 30 seg de descanso.).	Hora: 3:00 pm 12 min Calentamiento general 5 min Calentamiento especifico 10 min de técnica 3 TOPES de estudio de 6 min cada uno Estiramiento 4 series de 1 min x 30 segde descanso.).		

FOTOS MES DE ABRIL 2025





Señores

INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
Atn. Area Financiera

Referencia: Certificado de Información Tributaria para Depuración de la Base del cálculo Retención en La Fuente, Art. 383, 387, 388 Estatuto Tributario (Art. 1.2.4.1.6. y siguientes del Decreto 1625 De 2016), por rentas de trabajo que no provienen de una relación laboral o legal y reglamentaria. (ley 2277 de 2022 y Decreto 2231 de 2023).

De conformidad con las normas citadas en la referencia, y con el fin de suministrarla información necesaria para el cálculo de mi base de retención en la fuente aplicable por los ingresos obtenidos en ejecución del contrato de prestación de servicios 1141 de 2025, suscrito entre el IDR y RIGOBERTO CARVAJAL ROJAS identificado con C.C 1030572504, **bajo la gravedad de juramento certifico que:**

A. De conformidad con el numeral 6 del artículo 1.2.4.1.6. y con el párrafo 4 artículo 1.2.4.1.17. del Decreto 1625 de 2016, tomaré costos y/o deducciones asociados a las rentas percibidas por mi contrato. SI ☐ NO ☒

Si marca (SI), se aplicará la tarifa de retención en la fuente del artículo 392 del E.T (entre el 4% y 11%).

Si marca (NO), se aplicará la tarifa de retención en la fuente del artículo 383.

B. Soy Pensionado (a) SI ☐ NO ☒

Requiere adjuntar certificación de pensión

C. Soy declarante de renta SI ☐ NO ☒

D. Soy responsable de Iva SI ☐ NO ☒

E. Solicito realizar una retención en la fuente adicional a la calculada, por valor de:

Responda las preguntas 1 al 10 solo si respondió NO a la pregunta A

1. Durante el año 2024 realicé pago de intereses por préstamos para adquisición de vivienda (incluido Leasing habitacional) SI ☐ NO ☒

2. En caso de responder afirmativamente la pregunta 1, por favor adjuntar la certificación bancaria y completar la siguiente información:

• Terceras personas con las que adquirí el inmueble hacen uso del beneficio tributario SI ☐ NO ☒

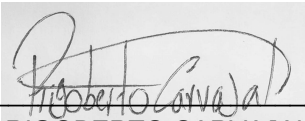
• Mi conyugue hace USO del beneficio tributario SI ☐ NO ☒

• Por lo anterior, Declaro que la deducción prevista se debe realizar proporcionalmente (% de 1 a 100) (Decreto 3750 de 1986 Artículo 8). A mi favor

Bajo la gravedad de juramento declaro que el inmueble por el cual estoy pasando la disminución cumple con los requisitos establecidos en la ley para acceder a este beneficio

3. Durante el año 2024 realicé pagos por salud (medicina prepagada - seguros de salud) SI ☐ NO ☒
Anexar certificado de la entidad donde se evidencie el valor pagado y el periodo.
4. Para el presente pago realicé aporte a pensiones voluntarios SI ☐ NO ☒
Anexar copia del pago.
5. Para el presente pago realicé aporte a AFC SI ☐ NO ☒
Anexar copia de la consignación.
6. Certifico que tengo algunos de los siguientes dependientes SI ☐ NO ☒
7. Número de dependientes
- Hijos menores de 18 años
Requiere registro civil. SI ☐ NO ☒
 - Hijos entre los 18 y 23 años a quienes se les esté dando educación
Requiere anexar certificación semestral de pago de matrícula expedida por la respectiva entidad educativa. SI ☐ NO ☒
 - Hijos de cualquier edad que se encuentren en situación de dependencia por discapacidad
Requiere adjuntar certificado de Medicina Legal o de EPS sobre situación de discapacidad o certificado de contador público si es dependiente por ingresos SI ☐ NO ☒
 - Cónyuge o compañero permanente en situación de dependencia por ausencia de ingresos o ingresos anuales inferiores a 260 UVT (2024) \$12,236.900 anuales, o por discapacidad
Requiere adjuntar certificado de Medicina Legal o de EPS sobre situación de discapacidad o certificado de contador público si es dependiente por ingresos SI ☐ NO ☒
 - Padres y hermanos en situación de dependencia por ausencia de ingresos o por ingresos inferiores a 260 UVT (2024) \$12,236.900 anuales, o por discapacidad
Requiere adjuntar certificado de Medicina Legal o de EPS sobre situación de discapacidad o certificado de contador público si es dependiente por ingresos SI ☐ NO ☒

Nota: Me comprometo a informar cualquier novedad relacionada con lo aquí manifestado, presentando nuevamente el certificado, junto con los soportes a que haya lugar.

Firma: 
Nombre: RIGOBERTO CARVAJAL ROJAS
Cédula: 1030572504

La información tributaria determinada con base en lo aquí certificado, surtirá efecto a partir del primer pago o abono en cuenta posterior a la fecha de entrega.