

	INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE PALMIRA (IMDERPALMIRA) SISTEMA DE GESTIÓN CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	CODIGO	FO-220-005
		VERSIÓN	3
		APROBADO	18/12/2018

Acta Supervisión # 5 del Contrato # IMDP-26-PS-119

INFORME PARCIAL : X	INFORME FINAL :
---------------------	-----------------

Cuota Número : 5

ASPECTOS GENERALES DE CONTRATO Y SU EJECUCIÓN

FECHA	Día : 19	Mes : Junio	Año : 2026
NOMBRE DEL SUPERVISOR	VIVIANA ANDREA OCAMPO GUERRERO		
DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN	C.C 1.113.674.361		
NOMBRE DEL CONTRATISTA	JOSE BERNARDO HENAO FIGUEROA		
IDENTIFICACIÓN	C.C 1.113.630.922		
CONTRATO No.	IMDP-26-PS-119 - 2026		
FECHA CONTRATO	Día : 19	Mes : Enero	Año : 2026
FECHA DE INICIO	Día : 19	Mes : Enero	Año : 2026
DURACIÓN INICIAL DEL CONTRATO	Día : 15	Mes : Mayo	Año : 2026

OBJETO DEL CONTRATO: PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION COMO MONITOR DEPORTIVO EN LA DISCIPLINA ASIGNADA DESARROLLANDO LAS ACTIVIDADES AFINES A LOS PROGRAMAS Y PROYECTOS QUE ADELANTE EL IMDER PALMIRA.

DURACIÓN CONTRATO OTRO SI 1	Día : 14	Mes : Julio	Año : 2026
CDP No. 163 de 2026-01-13	RP No. 119 de 2026-01-19		
OTROSI 1 CDP No. 424 de 2026-04-29	OTRO SI 1 RP No. 442 de 2026-05-12		

Mediante OTROSI No. 1
Se adiciona valor por \$4.000.000.
Se adiciona tiempo por 60 días.

(INFORME JURÍDICO)

Fecha de Inicio 2026-01-19	Plazo de ejecución El plazo de ejecución del presente contrato será hasta el 2026-07-14	Fecha de terminación 2026-07-14
-------------------------------	--	------------------------------------

Observaciones al informe jurídico: CUMPLE CON LOS DOCUMENTOS Y REQUISITOS

INFORME CONTABLE Y FINANCIERO

VALOR INICIAL DEL CONTRATO	\$ 8,000,000
VALOR OTROSI Nro. 1	\$ 4,000,000
VALOR TOTAL DEL CONTRATO	\$ 12,000,000

	INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE PALMIRA (IMDERPALMIRA) SISTEMA DE GESTIÓN CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	CODIGO	FO-220-005
		VERSIÓN	3
		APROBADO	18/12/2018

Acta Supervisión # 5 del Contrato # IMDP-26-PS-119

VALOR ANTICIPO	\$ 0
VALOR PAGO PARCIAL(Corresponde al valor de la cuota a pagar)	\$ 2.000,000
VALOR EJECUTADO(Corresponde al valor acumulado a la fecha del informe)	\$ 10.000,000
SALDO CONTRATO	\$ 2.000,000
PRESENTÓ INFORME CON TODOS LOS DOCUMENTOS SOPORTES	SI : X NO :

Observaciones al informe contable y financiero: CUMPLE CON LOS DOCUMENTOS Y REQUISITOS

Información del pago de seguridad social: Se verificó el pago de la seguridad social del mes de Mayo a través de : Aportes en Línea.

Pagos	Datos Certificación o Planilla de Pago
Sistema de salud: Servicio Occidental de Salud S.O.S. S.A. Sistema de Pensiones: Porvenir Riesgos Laborales: Colmena Riesgos Profesionales	No. de planilla: 9505033446 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. 1.atendió A Todas Las Actividades Técnicas Y Administrativas Conexas Al Objeto Contractual Que Fueron Indicadas Por La Dirección Operativa Deportiva Y El Supervisor Asignado. Participó En Reuniones De Coordinación, El Apoyo Logístico En Eventos Institucionales Y La Elaboración Oportuna De Informes De Gestión Requeridos. De Igual Manera, Mantuvo Una Comunicación Constante Y Una Disposición Inmediata Para Resolver Los Requerimientos Imprevistos, Asegurando Que Cada Tarea Técnica O Administrativa Asignada Se Ejecutara Bajo Altos Estándares De Calidad Y En Total Sintonía Con Las Metas Institucionales. 2.registró De Forma Oportuna Y Sistemática La Totalidad De La Información De Los Deportistas Y Usuarios A Su Cargo Dentro De La Plataforma Institucional Sidd, Perfiles Sociodemográficos, Registros De Asistencia Diaria Y El Seguimiento De Cada Integrante Del Grupo, Asegurando Que El Sistema Se Mantuviera Completamente Actualizado. Asimismo, Realizó La Depuración Y Validación Técnica De La Información Cargada Para Evitar Inconsistencias Y Facilitar La Consolidación De Reportes Institucionales. 3.aplicó Con Total Rigurosidad Cada Una De Las Orientaciones Técnicas Y Metodológicas Recibidas Por Parte Del Profesional Universitario Y El Entrenador Principal Durante El Periodo Evaluado. Incorporo De Manera Inmediata Estas Directrices En La Planificación Diaria De Las Clases Utilizándolas Como Una Estrategia Clave Para El Fortalecimiento De Los Procesos De Enseñanza Y Aprendizaje De Los Deportistas. A Través De Este Acompañamiento Técnico, Optimizó Las Cargas De Entrenamiento, Corrigió Aspectos Metodológicos Esenciales Y Elevé Los Estándares Pedagógicos En El Campo. Estas Acciones Me Permitieron Brindar Un Proceso Formativo De Alta Calidad Que Se Reflejó Directamente En La Evolución Técnica Y El Bienestar Integral Del Grupo. 4.diseño E Implementó Diversas Actividades Y Estrategias Metodológicas Orientadas A La Conformación De Semilleros Deportivos En La

	INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE PALMIRA (IMDERPALMIRA) SISTEMA DE GESTIÓN CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	CODIGO	FO-220-005
		VERSIÓN	3
		APROBADO	18/12/2018

Acta Supervisión # 5 del Contrato # IMDP-26-PS-119

Disciplina Y A La Detección Oportuna De Talentos Con Potencial Competitivo. Para Ello, Organizó Jornadas De Captación, Festivales De Habilidades Motrices Y Pruebas De Diagnóstico Físico Que Permitieron Identificar A Nuevos Deportistas Con Condiciones Idóneas Para El Proceso Formativo. Asimismo, Estructuró Una Base De Datos Con El Perfil De Cada Uno De Los Jóvenes Seleccionados Para Asegurar Su Correcta Vinculación A Las Categorías De Base. Gracias A Estas Acciones, Consolidó Un Semillero Activo Y Motivado, Garantizando Así El Relevo Generacional Y El Fortalecimiento Del Tejido Deportivo Institucional De La Entidad. 5.desarrolló, Entregó, Sustentó Y Ejecutó De Manera Rigurosa El Plan De Trabajo Deportivo Diseñado Para El Grupo Bajo Su Dirección Durante El Periodo Correspondiente. Inicialmente, Planificó Los Objetivos Técnicos, Tácticos Y Físicos Adaptados A Las Necesidades Particulares De Mis Deportistas, Estructurando Un Cronograma Metodológico Detallado Para El Ciclo Actual. Posteriormente, Realizó La Entrega De Los Documentos Y Procedió A Realizar La Sustentación Técnica Ante El Comité Deportivo Y/o Supervisor Del Contrato Donde Aclaró La Metodología Y Los Indicadores De Evaluación Propuestos. Finalmente Desarrolló El Proceso Evidenciando Dicha Ejecución En Las Sesiones De Entrenamiento En El Campo, Registrando Un óptimo Nivel De Asistencia Y Un Avance Progresivo En El Rendimiento De Los Atletas, Cuyas Evidencias Fotográficas, Control Asistencia Y Seguimiento Se Han Cargado En Los Anteriores Informes Y En El Informe Presente..

PRESENTÓ INFORME CON TODOS LOS DOCUMENTOS SOPORTES	SI : X	NO :	
FECHA INFORME	DÍA: 13	MES : Junio	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 \$2,000,000 según lo estipula el contrato Nro. IMDP-26-PS-119-2026, por valor total de \$12,000,000 que fue firmado el 19 de Enero de 2026. Cumple con el informe, las evidencias, pagos de seguridad social y arl.			
CONCLUSIÓN: Con este informe se certifica la ejecución del objeto contractual y se autoriza el pago de la cuota Nro. 5.			

Para constancia de lo anterior se firma en Palmira, a los 19 días del mes de Junio de 2026.

Viviana A. Ocampo G.

Viviana Andrea Ocampo Guerrero
Supervisor

Personas que intervienen en la elaboración del documento:

Revisado y autorizado por :	rhurtadoq - Rodrigo Hurtado Quiñones - IP: 181.52.218.12 - 2026-06
Revisado y autorizado por :	rhurtadoq - Rodrigo Hurtado Quiñones - IP: 181.52.218.12 - 2026-06

	INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE PALMIRA (IMDERPALMIRA) SISTEMA DE GESTIÓN CERTIFICACIÓN DE SUPERVISIÓN CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS	CODIGO	FO-220-005
		VERSIÓN	3
		APROBADO	18/12/2018

Acta Supervisión # 5 del Contrato # IMPD-26-PS-119

Revisado y autorizado por :	rhurtadoq - Rodrigo Hurtado Quiñones - LP: 181.52.218.12 - 2026-06
Documento generado por :	aocampog - Viviana Andrea Ocampo Guerrero - LP: 181.119.84.173 - 2026-06



INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE PALMIRA (IMDERPALMIRA)

NIT. 815.000.340-6

Calle 27 # 35 - 00.

Palmira - Colombia

contabilidad@imderpalmira.gov.co

DOCUMENTO SOPORTE EN ADQUISICIONES EFECTUADAS A NO OBLIGADOS A FACTURAR

DEPENDENCIA :	General	DE-502060
Autorización de numeración DIAN No. 123625147890 de 2025-07-07 - Vigencia: 36 meses. - RANGO desde 500.001 hasta 9.000.000.		

FECHA GENERACIÓN :	13-06-2026				
CONTRATISTA :	Jose Bernardo Henao Figueroa	RUT	1,113,630,922	DV	1
DIRECCIÓN :	Cl 34b 5eb 20	TELÉFONO	3164517906		
EMAIL :	josehenao1987@gmail.com	CIUDAD	Palmira		

DESCRIPCIÓN DEL BIEN O SERVICIO PRESTADO	VALOR TOTAL DE LA OPERACIÓN
Pago cuota # 5. del contrato IMDP-26-PS-119 - 2026 , con el objeto Prestacion De Servicios De Apoyo A La Gestion Como Monitor Deportivo En La Disciplina Asignada Desarrollando Las Actividades Afines A Los Programas Y Proyectos Que Adelante El Inder Palmira.. RP #442 - 2026-05-12 - Valor Registro \$4,000,000, Valor pago \$ 2,000,000	\$ 2,000,000.00
VALOR TOTAL	\$ 2,000,000.00

<i>Jose Bernardo Henao</i> jhenaof- IP: 190.108.77.175 Fecha: 2026-06-18 16:48:48	<i>Viviana A. Ocampo G.</i>
Jose Bernardo Henao Figueroa CONTRATISTA	Viviana Andrea Ocampo Guerrero SUPERVISOR

INFORME CONTRATISTA**ID . 64098 - 2026.***Informe actividades Contrato # IMPD-26-PS-119 de 2,026.***INFORMACIÓN CONTRACTUAL**

NÚMERO CONTRATO :	IMPD-26-PS-119 - 2.026
OBJETO :	Prestacion De Servicios De Apoyo A La Gestion Como Monitor Deportivo En La Disciplina Asignada Desarrollando Las Actividades Afines A Los Programas Y Proyectos Que Adelante El Imder Palmira.
SUPERVISOR :	VIVIANA ANDREA OCAMPO GUERRERO
CONTRATISTA :	Jose Bernardo Henao Figueroa CC.1,113,630,922

INFORME**DESCRIPCIÓN DEL INFORME :** INFORME NUMERO 5.**PERIODO DE PAGO :** Cuota número 5 mes *Junio de 2,026.***VALOR CUOTA :** DOS MILLONES MCTE (\$2,000,000.00).

OBLIGACIONES CONTRACTUALES : . *1) Elaborar, entregar, sustentar y ejecutar el plan de trabajo deportivo del grupo correspondiente, a la dirección deportiva o el profesional Universitario a cargo. 2) Deberá desarrollar actividades y estrategias que conduzcan a la conformación de semilleros de la disciplina y la selección de talentos deportivos. 3) Implementar las orientaciones técnicas recibidas por parte del profesional universitario y el entrenador como estrategia de fortalecimiento de los procesos de enseñanza y aprendizaje para brindar un proceso deportivo de calidad. 4) Registrar dentro de la plataforma sidd la información de los deportistas y/o personas a cargo. 5) Todas las demás actividades técnicas y administrativas relacionadas con el objeto del contrato que sean indicadas por la Dirección operativa deportiva o el supervisor.

ACTIVIDADES REALIZADAS : 1. Atendí con oportunidad y eficiencia todas las actividades técnicas y administrativas conexas al objeto contractual que me fueron indicadas por la Dirección Operativa Deportiva y el supervisor asignado. Participé en reuniones de coordinación, el apoyo logístico en eventos institucionales y la elaboración oportuna de informes de gestión requeridos. De igual manera, mantuve una comunicación constante y una disposición inmediata para resolver los requerimientos imprevistos, asegurando que cada tarea técnica o administrativa asignada se ejecutara bajo altos estándares de calidad y en total sintonía con las metas institucionales. 2. Registré de forma oportuna y sistemática la totalidad de la información de los deportistas y usuarios a mi cargo dentro de la plataforma institucional SIDD, perfiles sociodemográficos, registros de asistencia diaria y el seguimiento de cada integrante del grupo, asegurando que el sistema se mantuviera completamente actualizado. Asimismo, realicé la depuración y validación técnica de la información cargada para evitar inconsistencias y facilitar la consolidación de reportes institucionales. 3. Apliqué con total rigurosidad cada una de las orientaciones técnicas y metodológicas recibidas por parte del profesional universitario y el entrenador principal durante el periodo evaluado. Incorporé de manera inmediata estas directrices en la planificación diaria de las clases,

INFORME CONTRATISTA**ID . 64098 - 2026.***Informe actividades Contrato #IMDP-26-PS-119 de 2,026.*

utilizándolas como una estrategia clave para el fortalecimiento de los procesos de enseñanza y aprendizaje de los deportistas. A través de este acompañamiento técnico, optimicé las cargas de entrenamiento, corregí aspectos metodológicos esenciales y elevé los estándares pedagógicos en el campo. Estas acciones me permitieron brindar un proceso formativo de alta calidad que se reflejó directamente en la evolución técnica y el bienestar integral del grupo. 4. Diseñé e implementé diversas actividades y estrategias metodológicas orientadas a la conformación de semilleros deportivos en mi disciplina y a la detección oportuna de talentos con potencial competitivo. Para ello, organicé jornadas de captación, festivales de habilidades motrices y pruebas de diagnóstico físico que permitieron identificar a nuevos deportistas con condiciones idóneas para el proceso formativo. Asimismo, estructuré una base de datos con el perfil de cada uno de los jóvenes seleccionados para asegurar su correcta vinculación a las categorías de base. Gracias a estas acciones, consolidé un semillero activo y motivado, garantizando así el relevo generacional y el fortalecimiento del tejido deportivo institucional de la entidad. 5. Desarrollé, entregué, sustenté y ejecuté de manera rigurosa el plan de trabajo deportivo diseñado para el grupo bajo mi dirección durante el periodo correspondiente. Inicialmente, planifiqué los objetivos técnicos, tácticos y físicos adaptados a las necesidades particulares de mis deportistas, estructurando un cronograma metodológico detallado para el ciclo actual. Posteriormente, realicé la entrega de los documentos y procedí a realizar la sustentación técnica ante el comité deportivo y/o supervisor del contrato donde aclaré la metodología y los indicadores de evaluación propuestos. Finalmente he desarrollado el proceso evidenciando dicha ejecución en las sesiones de entrenamiento en el campo, registrando un óptimo nivel de asistencia y un avance progresivo en el rendimiento de los atletas, cuyas evidencias fotográficas, control asistencia y seguimiento se han cargado en los anteriores informes y en el informe presente.

EVIDENCIAS

Desarrollo de Poomsaes por grado del atleta

INFORME CONTRATISTA

ID . 64098 - 2026.

Informe actividades Contrato # IMDP-26-PS-119 de 2,026.



Desarrollo físico semillero deportivo



Desarrollo general y específico de la fuerza



Preparación física Especial para Poomsaes



Desarrollo técnico de combate

INFORME CONTRATISTA**ID . 64098 - 2026.***Informe actividades Contrato #IMDP-26-PS-119 de 2,026.*

FIRMA	<i>Jose Bernardo Henao</i> jhenaof- IP: 190.108.77.175. Fecha: 2026-06-18 16:48:48
FECHA GENERACIÓN	2026-06-13 00:00:00
VERIFICACIÓN	001a929972a26b0f7c77f2cc126cb1db
USUARIO AUTORIZA	aocampog

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo		ENTRENADOR: Jose Henao	SESION N.º 10
MEDIO FISICO: Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 19 / 05 / 2026	EDAD: 6 – 11 años
TEMA: Defensa media de afuera hacia adentro (Momtong Bakat Makki)		MEDIO DIDÁCTICO: Paletas, conos.	
OBJETIVO: Coordinar y mecanizar la trayectoria de la defensa media exterior protegiendo los costados del tronco.			
FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD		DOSIFICACIÓN
INICIAL	• Movilidad articular: Énfasis en la rotación de tronco, hombros y muñecas. • Juego "El Guardián del Castillo": Los niños protegen un cono central esquivando o bloqueando pelotas de espuma lanzadas a media altura. • Desplazamiento: Trote lateral y cruzado con cambios de ritmo al silbato.		10 minutos.
CENTRAL	Técnica de Momtong Bakat Makki: • Explicación del cruce: El brazo sale desde la cadera contraria con el puño mirando hacia adentro y rota al defender. 4 series de 15 repeticiones estáticos en <i>Juchum Seogi</i>. • Avance en <i>Ap Seogi</i> ejecutando la defensa exterior (3 series de 10 metros). Combinación de Bloqueos: • Avance en <i>Ap Kubi</i>: <i>Arae Makki</i> (defensa baja) + <i>Momtong Bakat Makki</i> (defensa exterior) en el sitio (4 series de 10 metros). Aplicación por parejas (15 min): • En parejas, uno simula un golpe directo suave al pecho con una paleta y el compañero debe desviarlo usando <i>Momtong Bakat Makki</i>. Cambio de rol cada 2 minutos.		40 minutos
FINAL	• Vuelta a la calma: Estiramiento estático del tren superior (pectoral, deltoides y antebrazos). • Charla sobre la importancia de la precisión en las defensas para evitar lesiones.		10 minutos

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo		ENTRENADOR: Jose Henao	SESION N.º 11
MEDIO FISICO: Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 21 / 05 / 2026	EDAD: 6 – 11 años
TEMA: Patada lateral (Yeop Chagi)		MEDIO DIDÁCTICO: Paletas, Barras.	
OBJETIVO: Aprender la rotación del pie de apoyo a 180° y la extensión lineal del talón (<i>Balnal</i>) para la estructura de la patada lateral.			
FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD		DOSIFICACIÓN
INICIAL	• Activación: Juego "Simón dice" con saltos de tijera y sentadillas. • Estiramiento dinámico: Lanzamientos de pierna laterales cruzando por delante (2 series de 12 por pierna). • Elevación de rodilla al pecho en posición de lado sosteniendo el equilibrio.		10 minutos.
CENTRAL	Yeop Chagi asistido (Pared): • Sujetos de la barra o pared: 1. Elevar rodilla flexionada al pecho (posición de lado) 2. Extender pegando con el talón y borde externo del pie 3. Recoger manteniendo la rodilla alta. 4. Recuperar (4 series de 10 repeticiones por pierna). Yeop Chagi al aire: • Desde guardia de combate, dar un pequeño paso atrás con cruce y ejecutar la patada lateral a altura media (3 series de 8 repeticiones por pierna). Impacto con escudo (15 min): • En parejas, patear el escudo buscando empujar al compañero con la fuerza del talón. Énfasis en trabar la rodilla de apoyo. 3 series de 8 impactos potentes.		40 minutos
FINAL	Flexibilidad estática: Sentados con piernas abiertas al máximo, inclinar el torso hacia la pierna derecha e izquierda (mantener 45 segundos por lado).		10 minutos

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo		ENTRENADOR: Jose Henao	SESION N.º 12
MEDIO FISICO: Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 26 / 05 / 2026	EDAD: 6 – 11 años
TEMA: Poomsae (Taegeuk Il Jang - Parte Middle)		MEDIO DIDÁCTICO: Conos, silbato.	
OBJETIVO: Enlazar los movimientos 9 al 14 del primer Poomsae, controlando las transiciones de peso y defensas altas.			
FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	DOSIFICACIÓN	
INICIAL	• Calentamiento: Carrera de obstáculos de agilidad (correr entre conos, saltar pequeñas vallas). • Repaso exprés de los movimientos 1 al 8 de la sesión anterior al ritmo del conteo del Sabonim. • Rotación articular completa.	10 minutos.	
CENTRAL	Taegeuk Il Jang (Movimientos 9 al 14): • Movimiento 9 y 10: Giro hacia el lateral izquierdo en <i>Ap Seogi</i> realizando <i>Eolgul Makki</i> (defensa alta) y puño frontal. • Movimiento 11 y 12: Giro completo de 180° a la derecha en <i>Ap Seogi</i> con <i>Eolgul Makki</i> y puño frontal. • Movimientos 13 y 14: Giro hacia el eje central en <i>Ap Kubi</i> con <i>Arae Makki</i> (defensa baja). Segmentación y memoria: • Practicar los giros de las defensas altas de forma aislada para evitar la pérdida de equilibrio (5 repeticiones por tramo). • Unión de los bloques: Ejecutar desde el movimiento 1 hasta el 14 de corrido con corrección individual de posturas.	40 minutos	
FINAL	Vuelta a la calma: Ejercicios de respiración profunda e inhalación-exhalación guiada. Recordatorio del respeto hacia los compañeros de mayor grado en el Dojang.	10 minutos	

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo		ENTRENADOR: Jose Henao	SESION N.º 13
MEDIO FISICO: Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 28 / 05 / 2026	EDAD: 6 – 11 años
TEMA: Combinación de Patadas Dobles (Bandal Chagi Doble) MEDIO DIDÁCTICO: Paletas, aros.			
OBJETIVO: Desarrollar la agilidad y la transferencia de peso rápida encadenando dos patadas circulares consecutivas sin perder la guardia.			
FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD		DOSIFICACIÓN
INICIAL	• Activación: Saltos continuos simulando el rebote de combate (<i>Step</i>). Cambios de guardia rápidos cada vez que el entrenador aplauda. • Juego de reacción Tocar la línea del dojang del frente y regresar de espaldas velozmente. • Estiramiento dinámico de piernas.		10 minutos.
CENTRAL	Técnica de Patada Doble al aire: • Ejecutar <i>Bandal Chagi</i> con pierna trasera, caer adelante y ligar inmediatamente otra <i>Bandal Chagi</i> con la otra pierna (4 series de 6 repeticiones avanzando). • Énfasis en recoger la primera pierna rápido para usarla como resorte de apoyo. Pateo a las paletas en parejas (20 min): • El compañero sostiene dos paletas a diferentes alturas medias. El ejecutante realiza la combinación doble buscando velocidad y precisión de impacto. • 4 series de 5 combinaciones por pierna. Circuito de combate: Desplazamiento en escalera + combinación doble al domo final.		40 minutos
FINAL	Flexibilidad pasiva: En parejas, sentados frente a frente con las plantas de los pies unidas (<i>Mariposa</i>), empujando suavemente las rodillas hacia abajo. Felicitaciones por el manejo de la fatiga.		10 minutos

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo		ENTRENADOR: Jose Henao	SESION N.º 14
MEDIO FISICO: Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 02 / 06 / 2026	EDAD: 6 – 11 años
TEMA: Taegeuk Il Jang (Movimientos 15 al 18)		MEDIO DIDÁCTICO: Cintas.	
OBJETIVO: Completar la secuencia del primer Poomsae integrando las patadas frontales y los golpes de puño finales con grito de combate (<i>Kihap</i>).			
FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD		DOSIFICACIÓN
INICIAL	- Movilidad articular general. Calentamiento: Juego "El semáforo" (Rojo: guardia estática; Amarillo: rebote lento; Verde: sprints de steps). - Repaso general de las posiciones de caminata (<i>Ap Seogi</i>) y larga (<i>Ap Kubi</i>).		10 minutos.
CENTRAL	Movimientos Finales (15 al 18): Movimiento 15 y 16: Avance por el pasillo central, ejecutar <i>Ap Chagi</i> (patada frontal), caer en <i>Ap Seogi</i> y dar golpe de puño medio. Movimiento 17 y 18: Repetir <i>Ap Chagi</i>, caer en <i>Ap Kubi</i> largo y rematar con puño medio acompañado de un fuerte ¡KIHAP! - Orden de retorno al punto de inicio (<i>Baro</i>). Ensamble completo del Poomsae (20 mín): - Ejecución del Taegeuk Il Jang desde el movimiento 1 hasta el 18 de forma fluida. - Práctica con ojos cerrados (para desarrollar la propiocepción) y evaluación grupal por filas.		40 minutos
FINAL	Vuelta a la calma: Estiramientos suaves en el suelo en posición de plegado. Charla sobre la importancia de cerrar los ejercicios con energía y enfoque.		10 minutos

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo		ENTRENADOR: Jose Henao		SESION N.º 15	
MEDIO FISICO: Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 04 / 06 / 2026		EDAD: 6 – 11 años	
TEMA: Patada con Giro de Espaldas (Dwi Chagi - Fase de Giro)		MEDIO DIDÁCTICO: Conos, colchonetas.			
OBJETIVO: Desarrollar la noción espacial del giro sobre el eje corporal y la mirada por encima del hombro antes de extender la pierna.					
FASE		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD		DOSIFICACIÓN	
INICIAL		• Activación: Giros controlados en el sitio sobre un solo pie para activar el equilibrio y el sistema vestibular. • Juego de "Esquivar la cuerda" saltando a tiempo continuo. • Movilidad de rodillas, tobillos y cadera		10 minutos.	
CENTRAL		Fases de la Rotación en Dwi Chagi: • Fase 1 (El pivote): Desde guardia, girar los pies y cerrar la postura dando la espalda al frente. • Fase 2 (La mirada): Girar la cabeza por encima del hombro correspondiente para enfocar el objetivo (Crucial para no perder la dirección). Repetir este giro 15 veces por lado. Extensión de la Patada (Estilo cox): • Apoyando manos en la pared, lanzar la pierna recta hacia atrás simulando el golpe con el talón (3 series de 10 repeticiones). Unión al Domo de Impacto (15 min): • Se sostiene un domo grande. El niño realiza el pivote, mira y lanza la patada compacta hacia atrás. Priorizar técnica sobre fuerza extrema.		40 minutos	
FINAL		Estiramiento estático: Énfasis profundo en los flexores de cadera, glúteos e isquiotibiales (mantener posiciones por 45 segundos).		10 minutos	

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo		ENTRENADOR: Jose Henao	SESION N.º 16
MEDIO FISICO: Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 09 / 06 / 2026	EDAD: 6 – 11 años
TEMA: Táctica de combate: Esquives laterales e interceptación		MEDIO DIDÁCTICO: Churros de espuma, petos y cascos.	
OBJETIVO: Aprender a salir de la línea de ataque directo del oponente mediante pasos laterales (<i>Step lateral</i>) y responder velozmente con contragolpe.			
FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD		DOSIFICACIÓN
INICIAL	- Movilidad articular dinámica. Calentamiento: Desplazamientos multidireccionales en el tatami (adelante, atrás, diagonales). Juego "Pisar el pie": En parejas en posición de guardia, intentar tocar suavemente el pie del compañero con el tuyo sin dejarse tocar.		10 minutos.
CENTRAL	Mecanización del Step Lateral: - Desde rebote, desplazar el pie delantero a 45 grados para quitar la línea central del cuerpo ante un ataque imaginario (3 series de 12 repeticiones). Esquive + contragolpe: - El profesor avanza con un churro de espuma de frente; el niño realiza el <i>step lateral</i> y contraataca inmediatamente con una <i>bandal chagi</i> rápida al peto. (4 series de 8 repeticiones por lado). Sparring con tarea específica (15 min): - Combates de 1 minuto con protecciones completas. Regla obligatoria: Cada vez que un compañero ataque, el defensor debe intentar un paso de salida lateral antes de patear.		40 minutos
FINAL	Vuelta a la calma: Caminata lenta controlando las pulsaciones cardíacas. Masaje muscular suave en piernas. Charla breve sobre el respeto por el espacio del rival durante el combate.		10 minutos

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo		ENTRENADOR: Jose Henao	SESION N.º 17
MEDIO FISICO: Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 11 / 06 / 2026	EDAD: 6 – 11 años
TEMA: Repaso general, examen de Ciclo		MEDIO DIDÁCTICO: Paletas.	
OBJETIVO: Evaluar la asimilación del bloque técnico completo (Taegeuk Il Jang completo, Yeop Chagi y bases de Dwi Chagi) cerrando el ciclo mensual antes del 15 de junio.			
FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD		DOSIFICACIÓN
INICIAL	• Activación Integral: Dinámica de "La cadena" para fomentar el trabajo en equipo y calentar el cuerpo rápidamente. • Estiramientos rápidos e intensos generales. Saludo de etiqueta formal002E		10 minutos.
CENTRAL	Circuito de Examen Mensual: • Bloque 1 (Formas): Presentación individual o por parejas del <i>Taegeuk Il Jang</i> completo sin comandos externos del entrenador. • Bloque 2 (Pateo técnico): Ejecución limpia de <i>Yeop Chagi</i> demostrando el uso correcto del borde del pie y mantenimiento de la guardia alta. Prueba de Enfoque y Rompimiento Reutilizable: • Los niños deben concentrar su fuerza aplicando una patada frontal (<i>Ap Chagi</i>) o descendente (<i>Naeryeo Chagi</i>) sobre una tabla de plástico/espuma armada especial para niños. Esta actividad eleva la autoconfianza y mide la colocación exacta del impacto. • Calificación y retroalimentación directa a cada alumno de sus aciertos y puntos a mejorar en el siguiente ciclo.		40 minutos
FINAL	Vuelta a la calma: Estiramientos suaves en el suelo en posición de cruz.		10 minutos

PLANTILLA PARA REALIZACIÓN DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: TAEKWONDO		ENTRENADOR: JOSE BERNARDO HENAO	SESION N.º 1
FECHA: 15/05/26		EDAD: 12 - 17 AÑOS	
OBJETIVO: Prevenir lesiones, acelerar la recuperación muscular y mejorar la movilidad de los atletas.			
FASE	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	DOSIFICACIÓN	
I N I C I A L	Evaluación individual (10 min): - El fisioterapeuta realiza una breve evaluación del estado físico de cada atleta, identificando posibles molestias o áreas de riesgo. Calentamiento suave (10 min): - Movilidad articular y estiramientos dinámicos suaves, guiados por la fisioterapeuta.	20 MINUTOS	
C E N T R A L	Terapia manual (30 min): - Masaje terapéutico, liberación miofascial u otras técnicas de terapia manual aplicadas por el fisioterapeuta según las necesidades individuales. Ejercicios de propiocepción y estabilidad (20 min): - Ejercicios para mejorar el equilibrio, la coordinación y la estabilidad articular, especialmente en tobillos, rodillas y Core. Ejercicios de fortalecimiento correctivo (20 min): - Ejercicios específicos para corregir desequilibrios musculares o debilidades identificadas en la evaluación.	70 MINUTOS	
F I N A L	Estiramientos estáticos (15 min): - Estiramientos específicos para los grupos musculares más utilizados en el combate, Poomsae y Freestyle. Crioterapia o termoterapia (10 min): - Aplicación de hielo o calor según sea necesario para reducir la inflamación o relajar los músculos. Recomendaciones y tarea para casa (5 min): - El fisioterapeuta proporciona recomendaciones individuales y ejercicios para realizar en casa.	30 MINUTOS	

OBSERVACIONES: _____

PLANTILLA PARA REALIZACION DE SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: TAEKWONDO		ENTRENADOR: JOSE BERNARDO HENAO	SESION N.º 2
FECHA: 20/05/26		EDAD: 12 - 17 AÑOS	
OBJETIVO: Simular las condiciones del chequeo y afinar la estrategia individual.			
FASE	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	DOSIFICACIÓN	
I N I C I A L	- Calentamiento específico (15 min): Calentamiento similar al que se realizará en el chequeo. - Revisión de la estrategia individual (5 min): Repasar la estrategia de combate para el chequeo.	15 MINUTOS	
C E N T R A L	Simulación de combates de chequeo (50 min): - Combates con reglas oficiales, tiempo de combate y descansos similares a los del chequeo. - Simulación de diferentes oponentes y situaciones de combate. Ajustes tácticos (20 min): - Se realizan ajustes tácticos en función de la simulación de combate.	70 MINUTOS	
F I N A L	Visualización del chequeo (15 min): - Visualizar el desempeño exitoso en el chequeo. Estiramientos suaves (10 min). - Respiración diafragmática (5 min).	30 MINUTOS	

OBSERVACIONES: _____

PLANTILLA PARA REALIZACION DE SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: TAEKWONDO		ENTRENADOR: JOSE BERNARDO HENAO	SESION N.º 3
FECHA: 22/05/26		EDAD: 12 - 17 AÑOS	
OBJETIVO: Activar el cuerpo y optimizar la velocidad para el chequeo.			
FASE	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	DOSIFICACIÓN	
I N I C I A L	Calentamiento ligero (15 min): Trote suave, movilidad articular. Estiramientos dinámicos (5 min).	20 MINUTOS	
C E N T R A L	Ejercicios de velocidad y reacción (40 min): - Sprints cortos, ejercicios de reacción a estímulos visuales y auditivos. Ejercicios de velocidad de pateo (30 min): - Pateo al aire y al peto con enfoque en la velocidad y la aceleración.	70 MINUTOS	
F I N A L	Estiramientos suaves (10 min). Relajación y enfoque (20 min): Ejercicios de respiración y concentración.	30 MINUTOS	

OBSERVACIONES: _____

PLANTILLA PARA REALIZACION DE SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: TAEKWONDO		ENTRENADOR: JOSE BERNARDO HENAO	SESION N.º 4
FECHA: 25/05/26		EDAD: 12 - 17 AÑOS	
OBJETIVO: Fortalecer la concentración, el control del estrés y la confianza para el chequeo.			
FASE	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	DOSIFICACIÓN	
I N I C I A L	Ejercicios de respiración y relajación (10 min). Visualización positiva (10 min).	20 MINUTOS	
C E N T R A L	Técnicas de enfoque y concentración (30 min). Estrategias de manejo del estrés y la ansiedad (20 min). Ejercicios de construcción de la confianza (20 min).	70 MINUTOS	
F I N A L	Charla motivacional (15 min). Estiramientos estáticos (10 min). Respiración diafragmática (5 min)	30 MINUTOS	

OBSERVACIONES: _____

DEPORTE: TAEKWONDO		ENTRENADOR: JOSE BERNARDO HENAO	SESION N.º 5
FECHA: 27/06/26		EDAD: 12 - 17 AÑOS	
OBJETIVO: Realizar los últimos ajustes tácticos y entrar en ritmo de combate antes del chequeo.			
FASE	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD		DOSIFICACIÓN
I N I C I A L	Calentamiento específico (15 min).		20 MINUTOS
	Revisión de la estrategia individual (5 min).		
C E N T R A L	Combates de práctica con enfoque táctico (60 min): - Combates donde se ponen en práctica las estrategias individuales y se realizan los últimos ajustes. Análisis individual (20 min): - Revisión de los combates de la sesión para identificar los últimos detalles a mejorar.		80 MINUTOS
F I N A L	Charla técnica final (10 min): Se indican las últimas instrucciones y consejos para el chequeo. Estiramientos estáticos (5 min). Respiración (5 min).		20 MINUTOS

OBSERVACIONES: _____

PLANTILLA PARA REALIZACION DE SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: TAEKWONDO		ENTRENADOR: JOSE BERNARDO HENAO	SESION N.º 6
FECHA: 29/05/26		EDAD: 12 - 17 AÑOS	
OBJETIVO:			
FASE	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	DOSIFICACIÓN	
I N I C I A L	CHEQUEO		
C E N T R A L	CHEQUEO		
F I N A L	CHEQUEO		

OBSERVACIONES: _____

PLANTILLA PARA REALIZACION DE SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: TAEKWONDO		ENTRENADOR: JOSE BERNARDO HENAO	SESION N.º 7
FECHA: 01/06/26		EDAD: 12 - 17 AÑOS	
OBJETIVO: Facilitar la recuperación muscular y articular después del chequeo.			
FASE	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	DOSIFICACIÓN	
I N I C I A L	Evaluación y movilidad articular (10 min). Estiramientos dinámicos (10 min).	20 MINUTOS	
C E N T R A L	Masaje de descarga (25 min). Ejercicios de recuperación activa (10 min): - Ejercicios de baja intensidad para promover la circulación y la eliminación de desechos metabólicos. Ejercicios de estiramiento (15 min): - Estiramientos para mejorar la flexibilidad y reducir la rigidez. Crioterapia (10 min): Aplicación de hielo para reducir la inflamación	60 MINUTOS	
F I N A L	Recomendaciones para la recuperación (10 min): El fisioterapeuta proporciona recomendaciones individuales para la recuperación en casa (descanso, nutrición, hidratación). Relajación (10 min): Ejercicios de respiración profunda y vuelta a la calma.	20 MINUTOS	

OBSERVACIONES: _____

PLANTILLA PARA REALIZACION DE SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: TAEKWONDO		ENTRENADOR: JOSE BERNARDO HENAO	SESION N.º 8
FECHA: 03/06/26		EDAD: 12 - 17 AÑOS	
OBJETIVO: Aumentar la velocidad de ejecución de las técnicas y la precisión en el ataque.			
FASE	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	DOSIFICACIÓN	
I N I C I A L	Calentamiento específico (15 min): - Técnicas de combate, desplazamientos rápidos, patadas a la Pal chagüi. Ejercicios de reacción (5 min): - Reacción a estímulos visuales y auditivos.	20 MINUTOS	
C E N T R A L	Velocidad de pateo (30 min): - Pateo a la tula y petos con máxima velocidad (3 series de 10 repeticiones por pierna). - Ejercicios de aceleración de patada (bandas elásticas, Sprints cortos con patada) (3 series de 5 repeticiones por pierna). Precisión de ataque (20 min): - Ejercicios de ataque a objetivos pequeños y específicos (3 series de 10 repeticiones). - Combinaciones de ataque y contraataque enfocadas en la precisión (3 series de 5 repeticiones). Combate de velocidad (20 min): - Combate con reglas modificadas para enfatizar la velocidad.	70 MINUTOS	
F I N A L	Análisis de la sesión (15 min): Identificar errores y áreas de mejora en la velocidad y precisión. Estiramientos estáticos (10 min). Respiración (5 min).	20 MINUTOS	

OBSERVACIONES: _____

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo WT		ENTRENADOR: José Bernardo Henao Figueroa	SESION N.º 09
MEDIO FÍSICO: Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 05 / 06 / 2026	EDAD: 12 – 15 años
TEMA: Potencia Explosiva y Contraataque		MEDIO DIDÁCTICO: aros, vallas, dojang, pal chagui	
OBJETIVO: Desarrollar potencia en el pateo doble (<i>Narae Chagi</i>).			
FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD		DOSIFICACIÓN
INICIAL	• Saludo reglamentario (<i>Charyot</i> y <i>Kyong-Ye</i>) • Movilidad articular • Calentamiento: Salto de cuerda Circuito coordinativo.		20 minutos.
CENTRAL	• Combate: Driles de <i>Narae Chagui</i>, <i>Dollyo Chagi</i>, <i>Bandall Chagui</i>, <i>Ap Chagui</i>, <i>Yop Chagui</i> a la paleta buscando altura media-alta. • Técnica: Manejo de la "distancia corta" para entrar con doble pateo.		55 minutos
FINAL	• Flexibilidad asistida enfocada en cuádriceps y psoas.		15 minutos

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo WT		ENTRENADOR: José Bernardo Henao Figueroa	SESION N.º 10
MEDIO FÍSICO: Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 10 / 06 / 2026	EDAD: 12 – 15 años
TEMA: Potencia Explosiva y Contraataque		MEDIO DIDACTICO: aros, vallas, dojang, pal chagui	
OBJETIVO: Perfeccionar la fluidez en <i>Taegeuk Sam Jang</i> .			
FASE	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD		DOSIFICACIÓN
INICIAL	• Saludo reglamentario (<i>Charyot</i> y <i>Kyong-Ye</i>) • Movilidad articular • Movilidad escapular y de cadera. • Calentamiento: Circuito de fuerza Juego		20 minutos.
CENTRAL	• Poomsaes: Segmentación de <i>Taegeuk Sam Jang</i> enfocada en el doble golpe de puño y la estabilidad en <i>Dwitt Kubi</i>. • Físico: 4 series de 30 segundos de defensas básicas de <i>Taegeuk Sam Jang</i>.		55 minutos
FINAL	• Flexibilidad asistida y retroalimentación técnica.		15 minutos

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo WT		ENTRENADOR: José Bernardo Henao Figueroa	SESION N.º 11
MEDIO FÍSICO Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 12 / 06 / 2026	EDAD: 12 – 15 años
TEMA: Técnica Base		MEDIO DIDACTICO: aros, vallas, dojang, pal chagui	
OBJETIVO: Afianzar la técnica de <i>Yop Chagi</i> (patada lateral).			
FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD		DOSIFICACIÓN
INICIAL	• Saludo reglamentario (<i>Charyot</i> y <i>Kyong-Ye</i>) • Movilidad articular • Calentamiento: Trote Juego		20 minutos.
CENTRAL	• Técnica: Ejecución de <i>Yop Chagi</i> asistida con la pared para corregir la posición del talón y la cadera. 4 series de 15 repeticiones por pierna. <i>Ejecución de Yop Chagi con desplazamiento.</i> <i>Ejecución de Yop Chagi a la Pal Chagui</i>		55 minutos
FINAL	• Estiramiento profundo de abductores y demás (Split lateral).		15 minutos

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo		ENTRENADOR: Jose Henao	SESION N.º 16
MEDIO FISICO: Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 09 / 06 / 2026	EDAD: 6 – 11 años
TEMA: Táctica de combate: Esquives laterales e interceptación		MEDIO DIDÁCTICO: Churros de espuma, petos y cascos.	
OBJETIVO: Aprender a salir de la línea de ataque directo del oponente mediante pasos laterales (<i>Step lateral</i>) y responder velozmente con contragolpe.			
FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD		DOSIFICACIÓN
INICIAL	- Movilidad articular dinámica. Calentamiento: Desplazamientos multidireccionales en el tatami (adelante, atrás, diagonales). Juego "Pisar el pie": En parejas en posición de guardia, intentar tocar suavemente el pie del compañero con el tuyo sin dejarse tocar.		10 minutos.
CENTRAL	Mecanización del Step Lateral: - Desde rebote, desplazar el pie delantero a 45 grados para quitar la línea central del cuerpo ante un ataque imaginario (3 series de 12 repeticiones). Esquive + contragolpe: - El profesor avanza con un churro de espuma de frente; el niño realiza el <i>step lateral</i> y contraataca inmediatamente con una <i>bandal chagi</i> rápida al peto. (4 series de 8 repeticiones por lado). Sparring con tarea específica (15 min): - Combates de 1 minuto con protecciones completas. Regla obligatoria: Cada vez que un compañero ataque, el defensor debe intentar un paso de salida lateral antes de patear.		40 minutos
FINAL	Vuelta a la calma: Caminata lenta controlando las pulsaciones cardíacas. Masaje muscular suave en piernas. Charla breve sobre el respeto por el espacio del rival durante el combate.		10 minutos

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo		ENTRENADOR: Jose Henao		SESION N.º 15	
MEDIO FISICO: Centro Deportivo Musul Sports			FECHA: 04 / 06 / 2026		EDAD: 6 – 11 años
TEMA: Patada con Giro de Espaldas (Dwi Chagi - Fase de Giro)			MEDIO DIDÁCTICO: Conos, colchonetas.		
OBJETIVO: Desarrollar la noción espacial del giro sobre el eje corporal y la mirada por encima del hombro antes de extender la pierna.					
FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD				DOSIFICACIÓN
INICIAL	• Activación: Giros controlados en el sitio sobre un solo pie para activar el equilibrio y el sistema vestibular. • Juego de "Esquivar la cuerda" saltando a tiempo continuo. • Movilidad de rodillas, tobillos y cadera002E				10 minutos.
CENTRAL	Fases de la Rotación en Dwi Chagi: • Fase 1 (El pivote): Desde guardia, girar los pies y cerrar la postura dando la espalda al frente. • Fase 2 (La mirada): Girar la cabeza por encima del hombro correspondiente para enfocar el objetivo (Crucial para no perder la dirección). Repetir este giro 15 veces por lado. Extensión de la Patada (Estilo cox): • Apoyando manos en la pared, lanzar la pierna recta hacia atrás simulando el golpe con el talón (3 series de 10 repeticiones). Unión al Domo de Impacto (15 min): • Se sostiene un domo grande. El niño realiza el pivote, mira y lanza la patada compacta hacia atrás. Priorizar técnica sobre fuerza extrema.				40 minutos
FINAL	Estiramiento estático: Énfasis profundo en los flexores de cadera, glúteos e isquiotibiales (mantener posiciones por 45 segundos).				10 minutos

SESION DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE: Taekwondo		ENTRENADOR: Jose Henao		SESION N.º 14
MEDIO FISICO: Centro Deportivo Musul Sports		FECHA: 02 / 06 / 2026		EDAD: 6 – 11 años
TEMA: Taegeuk Il Jang (Movimientos 15 al 18)		MEDIO DIDÁCTICO: Cintas.		
OBJETIVO: Completar la secuencia del primer Poomsae integrando las patadas frontales y los golpes de puño finales con grito de combate (<i>Kihap</i>).				
FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD			DOSIFICACIÓN
INICIAL	• Movilidad articular general. • Calentamiento: Juego "El semáforo" (Rojo: guardia estática; Amarillo: rebote lento; Verde: sprints de steps). • Repaso general de las posiciones de caminata (<i>Ap Seogi</i>) y larga (<i>Ap Kubi</i>).			10 minutos.
CENTRAL	Movimientos Finales (15 al 18): • Movimiento 15 y 16: Avance por el pasillo central, ejecutar <i>Ap Chagi</i> (patada frontal), caer en <i>Ap Seogi</i> y dar golpe de puño medio. • Movimiento 17 y 18: Repetir <i>Ap Chagi</i>, caer en <i>Ap Kubi</i> largo y rematar con puño medio acompañado de un fuerte ¡KIHAP! • Orden de retorno al punto de inicio (<i>Baro</i>). Ensamble completo del Poomsae (20 min): • Ejecución del Taegeuk Il Jang desde el movimiento 1 hasta el 18 de forma fluida. • Práctica con ojos cerrados (para desarrollar la propiocepción) y evaluación grupal por filas.			40 minutos
FINAL	Vuelta a la calma: Estiramientos suaves en el suelo en posición de plegado. Charla sobre la importancia de cerrar los ejercicios con energía y enfoque.			10 minutos

DATOS GENERALES

orte: TAEKWONDO

Comuna/Corregimiento: 4

Mes: Mayo

Entrenador/a : JOSE BERNARDO HENAO FIGUEROA

de entrenamiento: ☐ Lu ☒ X ☐ Ma ☐ Mi ☒ X ☐ Ju ☐ Vi ☒ X ☐ Sa ☒ Do

[illegible]



LISTADO DE ASISTENCIA - AREA DEPORTIVA

orte: TAEKWONDO

Comuna/Corregimiento: 4

Entrenador / Formador : JOSE BERNARDO HENAO FIGUEROA
Grupo: Cadetes y Junior: 12 a 17 años
Escenario deportivo: CLUB DEPORTIVO TAEKWONDO MUSUL

Hora Final: 8:30 p.m.

Hora Inicio: 7 p.m.

Do

Sa	x
----	---

xi

☐

ju

Xi

22

21

X	n_j
-----	-------

ento:

ntrenami

DATOS GENERALES

LISTADO DE ASISTENCIA

[illegible]

MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN

LISTADO DE ASISTENCIA - AREA DEPORTIVA

Código: FD-FO-08
Elaboración: 13/03/2024
Actualización: 17/02/2025
Versión: 2



DATOS GENERALES

Deporte: **TAEKWONDO** Comuna/Corregimiento: **4** Mes: **Mayo**
Monitor/ Entrenador / Formador : **JOSE BERNARDO HENAO FIGUEROA** Grupo: **Infantiles de 6 a 10 años** Escenario deportivo: **CLUB DEPORTIVO TAEKWONDO MUSUL**
Días de entrenamiento: **Lu** ☐ **Ma** ☒ **Mi** ☐ **Ju** ☒ **Vi** ☐ **Do** ☐ Hora Inicio: **3 p.m.** Hora Final: **4 p.m.**

LISTADO DE ASISTENCIA																																				
No	DEPORTISTA	DIAS																															F	A	% ASISTENCIA	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
1	Juan Sebastian Garcia Lombana																																	4	0	100%
2	Martin Saldarriaga Barrera																																4	0	100%	
3	Luciana Nunez Figueroa																																4	0	100%	
4	Matias Arias Castrillon																																4	0	100%	
5	Matias Marin Chim																																4	0	100%	
6	Andres Felipe Bueno Jaramillo																																4	0	100%	
7	Samuel Alejandro Paz Tapia																																4	0	100%	
8																																	4	0	100%	
9																																	0	0	100%	
10																																	0	0	100%	
11																																	0	0	100%	
12																																	0	0	100%	
13																																	0	0	100%	
14																																	0	0	100%	
15																																	0	0	100%	
16																																	0	0	100%	
17																																	0	0	100%	
18																																	0	0	100%	
19																																	0	0	100%	
20																																	0	0	100%	
21																																	0	0	100%	
22																																	0	0	100%	
23																																	0	0	100%	
24																																	0	0	100%	
25																																	0	0	100%	
Convenciones:		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
		1 - Si Asiste 0 - No Asiste																																		



MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN

LISTADO DE ASISTENCIA - AREA DEPORTIVA

Código: FD-FO-08
Elaboración: 13/03/2024
Actualización: 17/02/2025
Versión: 2



DATOS GENERALES

Deporte: TAEKWONDO
Comuna/Corregimiento: 4 Mes: JUNIO
Monitor/ Entrenador / Formador : JOSE BERNARDO HENAO FIGUEROA
Grupo: Infantiles de 6 a 10 años Escenario deportivo: CLUB DEPORTIVO TAEKWONDO MUSUL
Días de entrenamiento: Lu ☐ Ma ☒ Mi ☐ Ju ☒ Vi ☐ Sa ☐ Do ☐
Hora Inicio: 3 p.m. Hora Final: 4 p.m.

No		DEPORTISTA		LISTADO DE ASISTENCIA																															F		A		%	
				DIAS																																				
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						
1	Juan Sebastian Garcia Lombana	✓	✓									✓		✓																				4	0	100%				
2	Martin Saldarriaga Barrera	✓	✓									✓		✓																			4	0	100%					
3	Luciana Nuñez Figueroa	✓	✓									✓		✓																			4	0	100%					
4	Matias Arias Castrillón	✓	✓									✓		✓																			4	0	100%					
5	Matias Marin Chin	✓	✓									✓		✓																			4	0	100%					
6	Andres Felipe Bueno Jaramillo	✓	✓									✓		✓																			4	0	100%					
7	Samuel Alejandro Paz Tapia	✓	✓									✓		✓																			4	0	100%					
8																																	4	0	100%					
9																																	0	0	100%					
10																																	0	0	100%					
11																																	0	0	100%					
12																																	0	0	100%					
13																																	0	0	100%					
14																																	0	0	100%					
15																																	0	0	100%					
16																																	0	0	100%					
17																																	0	0	100%					
18																																	0	0	100%					
19																																	0	0	100%					
20																																	0	0	100%					
21																																	0	0	100%					
22																																	0	0	100%					
23																																	0	0	100%					
24																																	0	0	100%					
25																																	0	0	100%					
Convencciones:		0	7	0	7	0	0	0	0	0	7	0	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100%					
		1 - Si Asiste																															0 - No Asiste							

Convenciones:

1 - Si Asiste 0 - No Asiste



MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN

Código:	F0-FR-06
Elaboración:	28/02/2024
Actualización:	
Versión:	1



LISTADO DE ASISTENCIA

RELACIÓN DE CONTACTOS DE MASIFICACIÓN DEPORTIVA

NOMBRE CONTRATISTA: Jose Bernardo Henao Figueroa				DEPORTE: Taekwondo			COMUNA: 4		FECHA: Mayo-Junio	
ID	NOMBRE	DOCUMENTO IDENTIDAD	EDAD	FECHA NACIMIENTO	POBLACIÓN ESPECIAL	DISCAPACIDAD	CELULAR	DIRECCIÓN		
1	Juan Sebastian Garcia Lombana	1114557870	6	7/08/2019			3153225187	cra 16#29-45		
2	Martin Saldarriaga Barrera	1114012969	7	8/06/2019			3235526773	Calle 32#5AE-36		
3	Luciana Nuñez Figueroa	1113702144	6	11/08/2019			3135211104	Calle 5D#28C-56		
4	Maias Arias Castrillón	1113700145	8	20/01/2018			3207790245	Calle 33B#7E-36		
5	Maias Marin Chim	1114319150	7	27/09/2018			3214252823	Calle 27#11-121		
6	Andres Felipe Bueno Jaramillo	1112066613	7	20/05/2019			3166394560	cra 31#5-06		
7	Samuel Alejandro Paz Tapia	1114011790	8	21/05/2018			3166394561	cra 31#5-07		
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										

Nota: En el cumplimiento de la ley 1581 de 2012 de protección de Datos y Personal y su decreto reglamentario 1377, el Instituto para el Deporte y la Recreación de Palmira, le comunica que sus datos personales, los cuales comparte, ni son cedidos a ninguna empresa o negocio, toman parte de esta base de datos de contactos para los fines exclusivos de nuestra entidad y serán enviados con la debida diligencia, acatando lo dispuesto en la ley con finalidad de contactarle por nuestros diferentes canales de comunicación para brindarle información sobre nuestros servicios. Esta entidad actúa como responsable del tratamiento de estos datos para los fines propios. Salvo que usted informe lo contrario, no se dará a conocer a terceros. También nos puede escribir al correo: info@palmira.gov.co, o a nuestra página web: www.palmira.gov.co, o a nuestro portal: www.palmira.gov.co



Código:	FD-FR-06
Elaboración:	28/02/2024
Actualización:	
Versión:	1

MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN

LISTADO DE ASISTENCIA



ImderPalmira
INTEGRITY • DIVERSITY • EXCELLENCE

RELACIÓN DE CONTACTOS DE MASIFICACIÓN DEPORTIVA

NOMBRE CONTRATISTA: Jose Bernardo Henao Figueroa				Tkt Musul	DEPORTE: Taekwondo			COMUNA: 4	FECHA: Mayo-Junio
No	NOMBRE	DOCUMENTO IDENTIDAD	EDAD	FECHA NACIMIENTO	POBLACIÓN ESPECIAL	DISCAPACIDAD	CELULAR	DIRECCIÓN	
1	David Mina Belalcázar	111450475	11	5/05/2015			3185877727	Calle 34 b # 5 eb 19	
2	Isabella Arias Palillo	1105388582	12	30/01/2014			3205966247	Calle 25a N° 21-18	
3	Jorge Esteban Pantoja Benavides	1031817904	17	8/05/2009			3183175477	Ci 183 # 25 41	
4	Daniel Ortega Cuesta	1191216653	15	14/08/2010			31555676008	Calle 5 C 31 47	
5	Daniela Diaz Torrez	1109924274	14	11/06/2011			3162323287	Ci 5EA # 34 37	
6	Scarlett Naomi Sanchez Ospina	1117023544	16	28/05/2010			3054701594	Calle 27 N° 9-17	
7	Luis Enrique Sierra Monsón	1113696412	16	30/01/2009			3163430630	cra 25 45 68	
8	Nicolas Andrus Mosquera	1114244853	15	30/11/2010			320 5408761	calle 15 # 25 -18	
9	Emmanuel Marín Ruiz	1114550431	11	10/05/2014			3186902287	cra 25a# 42-51 b/La Italia	
10	Alejandro Omega Achpiz	1114008169	11	1/12/2014			3136648964	Calle 43c # 1-173	
11	Daniel Santacruz Aranda	1107863059	14	7/02/2011			3104550277	Calle 16a # 25 - 46	
12	María Victoria Hernandez	5190120	13	10/07/2012			3177094081	cra 25A-4-27 esteros de la Italia	
13	Maria Alejandra Abril	1114005460	14	07/24/2011			3113599702	Calle 43 b # 13 a 43 Plaza Campestre	
14	Maria Karina Moreno Orozco	1113666750	14	3/02/2012			3148252144	Calle 3 #24-341	
15	Jose Miguel Villanueva	1105388771	11	02/28/2014			3176487927	Calle 28# 42-155	
16	Enmanuel Rivera Guerrero	1114549414	11	02/14/2014			3146120764	calle 33a # 2e • 17 piso 2	
17	Santiago Silva Gil	1109556772	11	07/23/2014			3173488785	carrera 27 # 33 - 51	
18	Sebastian Sandoval Farfita	1114548235	12	1/07/2013			3153168699	Calle 29 N°18-50	
19	Darne Isabelle Romero Enríquez	1114313890	15	6/05/2011			3150205761	Carrera 29G#4-63	
20									

[illegible]



CERTIFICACIÓN DE AFILIACIÓN

Colmena Seguros se permite certificar que el(la) trabajador(a) mencionado(a) a continuación se encuentra afiliado(a) a esta administradora, bajo los siguientes datos:

NOMBRE:	HENAO FIGUEROA JOSE BERNARDO
IDENTIFICACIÓN:	CC 1113630922
INICIO VIGENCIA TRABAJADOR:	10/02/2026
FECHA INICIO CONTRATO:	19-01-2026
FECHA FIN CONTRATO:	15-07-2026
TIPO DE TRABAJADOR:	INDEPENDIENTE CON CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS SUPERIOR A 1 MES.
CLASE:	3
TASA:	2,436
CONTRATO TRABAJADOR:	302297173
INGRESO MENSUAL:	\$2.000.000
ESTADO ACTUAL TRABAJADOR:	VIGENTE
CODIGO ACTIVIDAD ECONOMICA DEL TRABAJADOR:	3931902
DESCRIPCION ACTIVIDAD ECONOMICA:	Otras actividades deportivas, las actividades por cuenta propia de deportistas y atletas, árbitros, jueces, cronometradores, guías de montaña e instructores, entre otros. (Decreto 768 de 2022)

DATOS COTIZANTE

CONTRATANTE:	INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION DE PAL
CC /NIT:	NI 815000340
CONTRATO:	87492
SEDE:	PRINCIPAL
CENTRO DE TRABAJO:	ENTRENADORES-1
INICIO VIGENCIA CONTRATO:	01/02/2011
ESTADO ACTUAL CONTRATO:	VIGENTE
CODIGO ACTIVIDAD ECONOMICA DEL CENTRO DE TRABAJO:	3931201
DESCRIPCION ACTIVIDAD ECONOMICA:	Actividades de clubes deportivos, incluye los clubes sociales y deportivos (Decreto 768 de 2022)

La presente se expide a los 03 días del mes de junio del año 2026.

Cualquier información adicional que se requiera sobre los datos contenidos en el presente documento, no dude en consultarla a través de nuestra Línea Efectiva 01-8000-9-19667 gratis a nivel nacional o al teléfono 4010447 en Bogotá.

Cordialmente,

Gerente de Servicio

Colmena Seguros

DATOS GENERALES DEL APORTANTE			
Identificación	CV	Razon Social	Clase Aportante
CC 1113830922		HENAO FIGUEROA JOSE BERNARDO	INDEPENDIENTE
DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION		Sucursal Principal	Direccion
		PRINCIPAL	Carrera 21 a # 20-71
			PALMIRA-VALLE
			Exonerado SENA e ICBF
			SI
			Teléfono
			2859905
			Valor
			\$541,600

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES									
EMPLEADO					PENSION				
No.	Identificación	Nombres	Código	Días	IBIC	Aporte	Códigos	Días	IBIC
Securata PRINCIPAL (1 Afiliados)					\$1,750,905	\$280,200			\$1,750,905
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					\$1,750,905	\$280,200			\$1,750,905
Ciudad: PALMIRA Depto: VALLE (1 Afiliados)					\$1,750,905	\$280,200			\$1,750,905
1	CC 1113830922	HENAO JOSE	220301	30	\$1,750,905	\$280,200	F45018	30	\$1,750,905
Total Afiliados(1)					\$1,750,905	\$280,200			\$1,750,905

SALUD					CCF				
No.	Identificación	Nombres	Código	Días	IBIC	Aporte	Códigos	Días	IBIC
Securata PRINCIPAL (1 Afiliados)					\$1,750,905	\$218,900			\$1,750,905
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					\$1,750,905	\$218,900			\$1,750,905
Ciudad: PALMIRA Depto: VALLE (1 Afiliados)					\$1,750,905	\$218,900			\$1,750,905
1	CC 1113830922	HENAO JOSE	220301	30	\$1,750,905	\$218,900	F45018	30	\$1,750,905
Total Afiliados(1)					\$1,750,905	\$218,900			\$1,750,905

RIESGOS					PARAFISCALES				
No.	Identificación	Nombres	Código	Días	IBIC	Aporte	Códigos	Días	IBIC
Securata PRINCIPAL (1 Afiliados)					\$1,750,905	\$42,700			\$1,750,905
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					\$1,750,905	\$42,700			\$1,750,905
Ciudad: PALMIRA Depto: VALLE (1 Afiliados)					\$1,750,905	\$42,700			\$1,750,905
1	CC 1113830922	HENAO JOSE	220301	30	\$1,750,905	\$42,700	F45018	30	\$1,750,905
Total Afiliados(1)					\$1,750,905	\$42,700			\$1,750,905

DATOS GENERALES DEL APORTANTE									
Identificación	DV	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF	
CC 111363922		HENAO FIGUEROA JOSE BERNARDO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	Carrera 21 a # 20-71	PALMIRA-VALLE	2869900	SI	
DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION									
Periodo		Clave		Tipo		Fecha		Pago	
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Límite	Pago	Banco	Días Mora	Valor
2026-05	2026-05	36,7971351	9505033446	1	2026/06/05	2026/06/05	BANCOLOMBIA	0	\$541,800
RESUMEN DE PAGO									
RIESGO		CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)									
PORVENIR		230301	800,224,008	8	1	\$280,200	\$0	\$0	\$280,200
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)									
COLMENA		14-25	800,226,175	3	1	\$42,700	\$0	\$0	\$42,700
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)									
S.O.S. SERVICIO OCCIDENTAL DE SALUD S.A.		EPS018	805,001,157	2	1	\$218,900	\$0	\$0	\$218,900
TOTAL					1	\$541,800	\$0	\$0	\$541,800

INST.MUNIC. DEPORTE Y RECREACION PALMIRA
CALLE 27 CARRERA 35 - Tel 2864003-2864002
NIT 815.000.340-6 PALMIRA - COLOMBIA

ORDEN DE PAGO PRESUPUESTAL OP-001293

Pagina: 1

Razon Social: HENAO FIGUEROA JOSE BERNARDO

Direcccion...: CL 34 B 5EB 20

Telefono(s) : 3164517906

Ciudad: PALMIRA

D E T A L L E: OTROSI No.01 AL CONTRATO IMDP-26-PS-119

Son: DOS MILLONES DE PESOS M/CTE,

C u e n t a

D e s c r i p c i o n

Obligacion

Valor

2.3.2.02.02.008.19

5.APOYO PROESO FORMATIVO Y COMPETITIVO DE DEPOT.DOTAD.DE TAL

CR -001292

2,000,000.00

Fuente 04

TASA PRODEPORTE

CPC 96620

SERV.APOYO RELACIONADOS CON EL DEPORT.Y RECREACION

Proyec 2400042

MEJORAM.DEL DEPORTE COMPETIT.MEDIANTE LA PREPARAC.INTEGRAL DE LOS

TOTAL => 2,000,000.00

| ELABORADO

ЧМС

REVISADO

YESENIA MARIA MUÑOZ

JORGE ENRIQUE LEAL

| TEC.ADMINISTRATIV

DIR. FINANCIERO

| Aprobado

EDUCLEISYER VALENC

GERENTE

Impreso: 2026/07/08, 08:15:33

INST.MUNIC. DEPORTE Y RECREACION PALMIRA
CALLE 27 CARRERA 35 Tel 2864003-2864002
NIT 815.000.340-6 PALMIRA

Impreso: 2026/07/08, 08:15:16

DOCUMENTO SOPORTE EN ADQUISICIONES EFECTUADAS
A NO OBLIGADOS A FACTURAR No. FCNO-070040
(Art.3 Decr.522 de Mar-7-2003)

Fecha: JULIO 08 de 2026

Beneficiario
pago o abono.....: HENAO FIGUEROA JOSE BERNARDO
CL 34 B 5EB 20
Tel. 3164517906
PALMIRA

NIT:1113,630,922-1

DESCRIPCION DEL BIEN O SERVICIO	V A L O R
OTROSI No.01 AL CONTRATO IMDP-26-PS-119	2,000,000.00
Total.....	2,000,000.00
Ret Estampill 5.50%.	110,000.00
Valor a pagar	1,890,000.00
Impuesto asumido.....	

----- I M P U T A C I O N C O N T A B L E -----					
---Cuenta---	*-----Descripcion-----*	C.Util	Referenci	*-Tercero-*	---Debitos--- ---Creditos---
55050538	Monitores			1113630922	2,000,000.00
24402301	Estampilla prouniversidad del Valle 2%	0056		1113630922	40,000.00
24402302	Estampilla prohospitales universit. 1%	0056		1113630922	20,000.00
24402304	Estampilla bienestar de adulto mayor	0056		1113630922	40,000.00
24402306	Est.Pro Univer del Pacifico Omar Barona	0056		1113630922	10,000.00
240101	Bienes y servicios			1113630922	1,890,000.00

=====

2,000,000.00 2,000,000.00

DECLARO VOLUNTARIAMENTE QUE NO SOY RESPONSABLE DEL IMPUESTO A LA VENTAS, POR LO TANTO DE ACUERDO AL ARTICULO 42 DEL DECRETO 3541 DE 1983 Y AL ARTICULO 511 DEL E.T. NO ESTOY OBLIGADO(A) A EXPEDIR FACTURA DE VENTA.

ELABORADO	Revisado	Aprobado	Proveedor
YESENIA MARIA MUÑOZ	JORGE ENRIQUE LEAL LEMOS	EDUCACIÓN Y SALUD IBA	
TEC.ADMINISTRATIV	DIR.FINANCIERO	GERENTE	

NOTA.- Documento soporte en adquisiciones efectuadas a sujetos no obligados a expedir factura de venta o documento equivalente conforme al artículo 55 de la Resolución 0042 del 5 de mayo de 2020.

INST.MUNIC. DEPORTE Y RECREACION PALMIRA
CALLE 27 CARRERA 35 - Tel 2864003-2864002
NIT 815.000.340-6 PALMIRA - COLOMBIA

* GASTOS - VIGENCIA ACTUAL *

REGISTRO DE OBLIGACIONES CR-001292

Vigencia: 2026

Pagina: 1

PROVEEDOR/CONTRATISTA:

Razon Social: HENAO FIGUEROA JOSE BERNARDO

NIT 1113,630,922-1

Direccion...: CL 34 B 5EB 20

Telefono(s) .: 3164517906

Ciudad: PALMIRA

D E T A L L E: OTROSI No.01 AL CONTRATO IMDP-26-PS-119

Son: DOS MILLONES DE PESOS M/CTE,

TOTAL OBLIGACION ==> \$*****2,000,000.00

***** REGISTRO PRESUPUESTAL DE LA OBLIGACION *****

C u e n t a

Description

Compromiso

Saldo disponibl

V a l o r

2.3.2.02.02.008.19

5.APOYO PROESO FORMATIVO Y COMPETITIVO DE DEPOT.DOTAD OC -000442

4,000,000

2,000,000.00

Fuente 04

TASA PRODEPORTE

CPC 96620

SERV.APOYO RELACIONADOS CON EL DEPORT.Y RECREACION

Proyec 2400042

MEJORAM.DEL DEPORTE COMPETIT.MEDIANTE LA PREPARAC.INT

TOTAL => 2,000,000.00

OBSERVACIONES:

En constancia se firma en PALMIRA a los 08 dias de JULIO de 2026.

| ELABORADO

YMC

REVISADO

| APROBADO

YESENIA MARIA MUÑOZ

JORGE ENRIOUE LEAL

EDUOLETSKER VALENTI

TEC.ADMINISTRATIV

DIR. FINANCIERO

GERENTE

INST.MUNIC. DEPORTE Y RECREACION PALMIRA
CALLE 27 CARRERA 35 Tel 2864003-2864002
NIT 815.000.340-6 PALMIRA

Impreso: 2026/07/08, 09:04:19
Pag 1 de 1

COMPROBANTE DE EGRESO No. S-035592

Fecha: JULIO 08 de 2026
Pagado a.: HENAO FIGUEROA JOSE BERNARDO
CL 34 B 5EB 20 Tel. 3164517906 - PALMIRA
Concepto.: OTROSI No.01 AL CONTRATO IMPD-26-PS-119

NIT: 1113,630,922-1
Codigo: 1113630922
El valor de ...: \$1,890,000.00

Forma pago: TRANSFERENCI CA #12345 de 07-COLOMBIA

Orden pago: OP -001293

----- C O N C E P T O S -----				*----- I M P U T A C I O N E S -----*			
Codigo	Descripcion	Referencia	Valor	Cuenta	C.Util Referenci	Tercero	Valor
11100505				1113630922			1,890,000.00CR
240101				1113630922			1,890,000.00

Imputacion Contable..... 1,890,000.00 1,890,000.00

ELABORO	REVISO	APROBADO	PAGADO	Recibi conforme
JACQUELINE ORTIZ O	JORGE ENRIQUE LEAL LEMOS	EDUZEISKEE VALENCIA	JACQUELINE ORTIZ O	
TEC.ADMINISTRATIV	DIR.FINANCIERO	GERENTE	TEC.ADMINISTRATIV	NIT/CC



Tenga una sucursal del Banco en su escritorio

WWW.BANCODEOCCIDENTE.COM.CO

Consulta y Anulación de Pagos y Débitos

Empresa: INSTITUTO MUNICIPAL DEL
Tipo Identificación: NIT Persona Jurídica No. Identificación: 815000340
Generado por: JACQUELINE ORTIZ

A continuación el detalle de Resumen - Consultar

Tipo Archivo	Fecha Inicial	Fecha Final
Pagos a Terceros	2026/07/08	2026/07/08

Estado

Detalle

Beneficiario/Cliente a Debitar	JOSE BERNARDO HENAO	No. Producto	06679032087
No. Identificación	1113630922	Entidad Financiera	BANCOLOMBIA
Tipo Producto Origen	Cuenta Corriente	No. Comprobante	35592
No. Producto Origen/Recaudador	038108882	Forma de pago	
Fecha Pago/Débito	2026/07/08	Aviso al beneficiario	N
Fecha Transacción	2026/07/08	Estado de Aviso	
Valor Transacción	\$1,890,000.00	Fecha de Aviso	
Comisión	0	Medio Utilizado	-
IVA	0	No. Transacción	038A3212618901K4
Estado	DEB	Información	35592
Descripción de Estado	Debitado	Fecha Cobro	-
Causal de Rechazo	-	No. Factura	-
No. Control	OGH004KSGR	Oficina Pago	-
Tipo Producto Destino	Cuenta Ahorros	Usuario Creador	YESENIA MARIA MUÑOZ CRUZ