| | | |
|---|---|---|
| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso Gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-3<br>Versión: 1.0 |
| | **Formato cuenta de cobro** | Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |

**Septiembre 03 del 2026**

**Factura o Documento Equivalente No: 001 - 2026**

**(Decreto 522 Art.3 de 2003)**

**REPÚBLICA DE COLOMBIA**

**DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA**

**MUNICIPIO DE TABIO**

**INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE TABIO**

**“INDERTAB”**

**NIT: 832001000-3**

**DEBE A**

**NOMBRE : Johan Duran Munevar**

**CÉDULA : 1013256022**

**DIRECCIÓN : Tabio/ Cundí. Vereda Santa Barbara Sector Cuatro Esquinas (Conjunto alameda de la sabana casa 3)**

**TELÉFONO : 3172503963**

**No. Planilla EPS: 1084731347**

**CONCEPTO**

Pago contrato de prestación de servicios de Apoyo a la gestión N° CPS- 2026-044 cómo Prestación de servicios de apoyo a la gestión en la ejecución de actividades como instructor de la escuela de formación de voleibol femenino de Indertab del municipio de Tabio. Durante el periodo comprendido del 03 de Agosto al 02 de Septiembre del 2026.

UN MILLÓN SEISCIENTOS MIL PESOS M/CTE

$ 1.600.000

**JOHAN DURAN MUNEVAR**

**Nº 1013256022.**

**Instructor de la escuela de formación deportiva de voleibol**

**Declaro bajo la gravedad de juramento que pertenezco al régimen simplificado**

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación<br>Formato de informe contractual | Código : 210-GDR-F-10<br>Versión : 1.0<br>Fecha : 04/09/2025<br>Página : 1 de 1 |
|---|---|---|

# INFORME MENSUAL

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **CONTRATISTA** | **Johan Duran Munevar** | | | |
| **DEPORTE** | **Voleibol Femenino** | | | |
| **TIPO DE DOCUMENTO / NÚMERO DOCUMENTO** | **cc** | | **NÚMERO:** | **1013256022** |
| **NÚMERO DE CONTRATO Y FECHA DEL CONTRATO** | **CONTRATO:** | **2026-044** | **FECHA DE FIRMA :** | **2/2/2026** |
| **PLAZO DE EJECUCION EN MESES Y DÍAS** | **4 meses** | | | |
| **FECHA ACTA DE INICIO** | **3/8/2026** | **FECHA DE TERMINACIÓN:** | | **2/12/2026** |
| **MES DE ACTIVIDADES** | **Agosto** | **NÚMERO DE INFORME:** | | **1** |
| **N° DE PLANILLA DE SEGURIDAD SOCIAL** | **1084731347** | | | |
| **OBJETO CONTRACTUAL** | **PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.** | | | |

| **N°** | **ACTIVIDAD OBJETO CONTRACTUAL** | **scripción de la actividad que cumple con la obligación contractual _____** |
|---|---|---|
| **1** | Apoyar en el Diseño, estructurar y ejecutar programas deportivos dirigidos a jóvenes en edades de 12 a 18 años de la escuela de formación de voleibol iniciación de INDERTAB. . | Durante el mes de Agosto se desarrollaron actividades de diseño, estructuración y ejecución de los programas deportivos de voleibol. |
| **2** | Realizar un festival y/o evento deportivo según su disciplina. | Durante el mes de Agosto se esta organizando y planeando la idea de la realización del evento deportivo de voleibol. |
| **3** | Realizar actividades deportivas y recreativas en la disciplina de voleibol femenino dirigidos a los diferentes grupos poblacionales. | En el mes de Agosto se realizaron de manera efectiva todas las actividades planeadas para la disciplina de voleibol en las categorias infantil, menores y juvenil-adultos en la rama femenina. |
| **4** | Apoyar en el desarrollo y la realización de la documentación necesaria para la realización del evento de la escuela o programa a su cargo. | Durante el mes de Agosto se esta organizando y planeando la idea de la realización del evento deportivo de voleibol. |
| **5** | *Cumplir estrictamente con el cronograma de actividades deportivas establecido conjuntamente por el contratista y el supervisor de "INDERTAB".* | Se ha cumplido de manera satisfactoria y completamente con el cronograma de las actividades deportivas en los horarios y espacios disponibles para las mismas. |
| **6** | *Apoyar, Asistir y organizar actividades deportivas, recreativas y de aprovechamiento del tiempo libre dirigidas a la comunidad del municipio de Tabio.* | Durante el mes de Agosto se realizo el apoyo necesario para las diferentes actividades deportivas, recreativas y aprovechamiento del tiempo libre organizadas por el municipio. 1. Acompañamiento Festival dia de la Tierra y el Trabajo. 2. Acompañamiento en feria de inscripciones |
| **7** | *Cumplir con los lineamientos y metas trazadas al inicio del contrato por parte del Gerente del "INDERTAB".* | *Durante el mes de Agosto se ha trabajado constantemente para cumplir con los lineamientos y metas por parte del Gerente de Indertab, como lo es la masificación de deportistas en la disciplina de voleibol femenino realizando inscripciones y legalizando este proceso para que se vean reflejados todos los deportistas a mi cargo.* |
| **8** | *Realizar actividades de divulgación tendientes a masificar y promocionar la oferta institucional en pro del crecimiento de la escuela de formación a su cargo.* | *En el mes de Agosto se realizo constante apoyo y supervisión para inscripciones de la escuela de formación deportiva de voleibol.* |
| **9** | *Realizar mensualmente los aportes a los Sistemas de Salud, Pensión y Administradora de Riesgos Laborales, de conformidad con la normatividad vigente y anexar a los informes de ejecución la copia de la PILA (Planilla Integrada de Liquidación de Aportes) para autorización de pago.* | *Durante el mes de Agosto se realizaron los aportes correspondientes a Salud, Pension y ARL de manera satisfactoria. (N° planilla: 1084731347 )* |
| **10** | *Dar el uso adecuado de los elementos deportivos y recreativos asignados por INDERTAB para el desarrollo de su labor y entregarlo en su totalidad.* | *En el mes de Agosto se le dio el uso adecuado a los espacios y elementos deportivos asignados para el desarrollo de mi labor en la escuela de formación deportiva de voleibol femenino.* |
| **11** | *Entregar en las fechas establecidas por el INDERTAB los informes mensuales sobre las actividades desarrolladas, con sus respectivos soportes.* | *Se realizo la entrega de los informes en la fecha establecida por la coordinadora de las escuela deportivas.* |
| **12** | *Mantener informado al supervisor del contrato sobre el desarrollo de las actividades bajo su responsabilidad y tener constante comunicación sobre cualquier eventualidad presentada.* | *Durante el mes de Agosto se mantuvo informado a mi supervisor directo, respecto al desarrollo de mis actividades y de cualquier eventualidad presentada.* |
| **13** | *Las demás que se le asignen de acuerdo al objeto del contrato, por parte del Gerente de "INDERTAB"* | *Durante el mes de Agosto se a cumplido de manera satisfactoria con todos los demas acuerdos asigandos por el Gerente y de Indertab.* |

Johan Duran Munevar

| **CONTRATISTA DEL INSTITUTO DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO "INDERTAB"** | |
|---|---|
| Yo, contratista firmante, certifico la veracidad de la información, bajo gravedad de juramento de buena fé. | |
| **Firma del contratista** |  |
| **Cédula de ciudadanía:** | 1013256022 |
| **Correo electrónico:** | johitandm16@gmail.com |
| **Celular:** | 3172503963 |
| V°B° GERENCIA "INDERTAB" | |

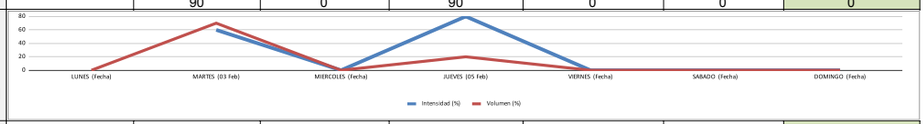
| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 1

| Nombre del Contratista: | Johan Duran Munevar | Cédula | 1013256022 | No. de contrato | 2026-044 |
|---|---|---|---|---|---|
| Escuela de formación | Voleibol Femenino | Categoría | Infantil | Rama | Femenino |
| Meso No: 1 | Micro No: 1 | Tipo de micro | Introductorio | MES | Agosto |
| No. de deportistas | | | | | 42 |

| | |
|---|---|
| OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL: | PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB. |
| OBJETIVO MENSUAL: | Mejorar la lectura del juego mediante el reconocimiento de las situaciones ofensivas y defensivas que se presentan durante la aplicación del sistema 5:1. |
| OBJETIVO DEL MICRO: | Identificar las responsabilidades tácticas correspondientes a cada posición dentro del sistema de juego, reconociendo las funciones específicas en las fases ofensiva y defensiva. |

| | | LUNES (Fecha) | MARTES (04) | MIERCOLES (Fecha) | JUEVES (06) | VIERNES (Fecha) | SABADO (Fecha) | DOMINGO (Fecha) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| LUGAR Y/O ESCENARIO | | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | | |
| HORARIO | | | 4:00 - 6:00 | | 4:00 - 6:00 | | | |
| Fase Inicial | Contenido | | Movilidad articular, juego aerobico de calentamiento (ponchados), buscando un aumento progresivo del Vo2MAX | | Movilidad articular, juego de calentamiento de parejas para trabajar la reaccion viso manual (tocar rodillas con variantes), mejorando la activacion neuromuscular | | | |
| | Volumen (min) | | 15 | | 15 | | | |
| Fase central | Contenido | | Los jugadores se pasan el balón en movimiento, enfocándose en una postura correcta y en la precisión del pase.<br>El colocador recibe el pase y coloca el balón de forma precisa para que el rematador haga un golpe limpio.<br>Se trabaja en la sincronización y la precisión del pase y el remate en un solo flujo de juego. | | El jugador realiza un servicio dirigido a zonas específicas de la cancha.<br>El receptor pasa el balón al colocador, quien lo coloca para el rematador.<br>Se enfoca en la precisión del servicio y la sincronización entre recepción, pase, colocación y remate. | | | |
| | Carga | | Media | | Alta | | | |
| | Intensidad (%) | | 60 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | Volumen (%) | 0 | 70 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 |
| | Volumen (min) | | 90 | 0 | 90 | 0 | 0 | 0 |
| Comportamiento de la intensidad vs volumen | |  | | | | | | |
| Fase final | Contenido | | Se realiza juego del rey del campo con la condicion de realizar solo golpe de ante brazo y estiramiento guiado final. | | Se realiza juego del rey del campo con la condicion de realizar minimo 2 golpes de antebrazo o volea y estiramiento guiado final. | | | |
| | Volumen (min) | 0 | 15 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 |
| Total volumen (min) sesion | | 0 | 120 | 0 | 120 | 0 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| FIRMA DEL ENTRENADOR (A) | | V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB" | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO







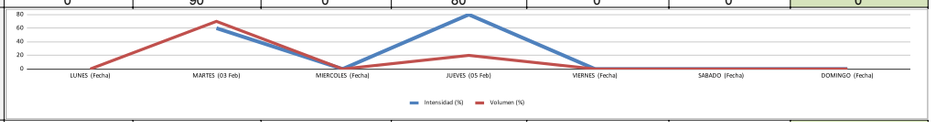



| TABIO<br>Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 2

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nombre del Contratista:** | | **Johan Duran Munevar** | | **Cédula** | **1013256022** | **No. de contrato** | 2026-044 |
| **Escuela de formación** | **Voleibol Femenino** | | **Categoría** | **Infantil** | | **Rama** | **Femenino** |
| **Meso No:** | **1** | **Micro No:** | **2** | **Tipo de micro** | **Introductorio** | **MES** | **Agosto** |
| **No. de deportistas** | | | | | | | **42** |
| **OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:** | | **PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.** | | | | | |
| **OBJETIVO MENSUAL:** | | **Fortalecer la sincronización entre las líneas de juego, favoreciendo la coordinación entre colocador, atacantes, bloqueadores y defensores durante las diferentes fases de la acción.** | | | | | |
| **OBJETIVO DEL MICRO:** | | Mejorar la ocupación de los espacios mediante el posicionamiento adecuado de cada jugador, evitando desajustes y zonas descubiertas durante el juego. | | | | | |

| | | LUNES (Fecha) | MARTES (11) | MIERCOLES (Fecha) | JUEVES (13) | VIERNES (Fecha) | SABADO (Fecha) | DOMINGO (Fecha) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **LUGAR Y/O ESCENARIO** | | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | | |
| **HORARIO** | | | 4:00 - 6:00 | | 4:00 - 6:00 | | | |
| **Fase Inicial** | **Contenido** | | Movilidad articular, trote de 15 min para empezar una oxidacion lactica para el respectivo entrenamiento. | | Movilidad articular, juego de calentamiento (ponchados llevando el balon en atebrazos). | | | |
| | **Volumen (min)** | | 20 | | 20 | | | |
| **Fase central** | **Contenido** | | Los jugadores se colocan en parejas o grupos pequeños. Se pasan el balón con antebrazo, trabajando en mantener una postura adecuada y controlando la dirección del pase. El enfoque está en minimizar los errores y garantizar que el pase llegue con precisión a la zona deseada. | | Los jugadores realizan voleas, enfocándose en dirigir el balón a diferentes zonas de la cancha (baja, media o alta). Se ajusta la altura y dirección de cada pase según las indicaciones del entrenador o la situación del juego, mejorando la adaptabilidad en el pase. | | | |
| | **Carga** | | Media | | Media | | | |
| | **Intensidad (%)** | 0 | 80 | 0 | 40 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (%)** | 0 | 40 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (min)** | 0 | 90 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| **Comportamiento de la intensidad vs volumen** | |  | | | | | | |
| **Fase final** | **Contenido** | | Juego del rey del campo haciendo enfasis en realizar siempre los 3 golpes | | Juego del rey del campo haciendo enfasis en realizar siempre los 3 golpes | | | |
| | **Volumen (min)** | 0 | 10 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 |
| **Total volumen (min) sesion** | | 0 | 120 | 0 | 110 | 0 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| **FIRMA DEL ENTRENADOR (A)** | | **V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB"** | |
|---|---|---|---|

**EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO**

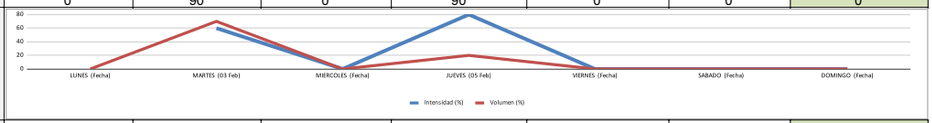


| TABIO<br>Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 3

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nombre del Contratista:** | | **Johan Duran Munevar** | | **Cédula** | **1013256022** | **No. de contrato** | 2026-044 |
| **Escuela de formación** | **Voleibol Femenino** | | **Categoría** | **Infantil** | | **Rama** | **Femenino** |
| **Meso No:** | **1** | **Micro No:** | **3** | **Tipo de micro** | **Introductorio** | **MES** | **Marzo** |
| **No. de deportistas** | | | | | | | **42** |
| **OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:** | | | **PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.** | | | | |
| **OBJETIVO MENSUAL:** | | | **Optimizar la utilización de los espacios de la cancha, promoviendo desplazamientos, coberturas y ocupación adecuada de zonas según las características de cada situación de juego.** | | | | |
| **OBJETIVO DEL MICRO:** | | | Fortalecer la coordinación entre posiciones, favoreciendo el equilibrio táctico y la cobertura de los compañeros ante desplazamientos o situaciones de juego. | | | | |

| | | LUNES (Fecha) | MARTES (18) | MIERCOLES (Fecha) | JUEVES (20) | VIERNES (Fecha) | SABADO (Fecha) | DOMINGO (Fecha) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **LUGAR Y/O ESCENARIO** | | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | | |
| **HORARIO** | | | 4:00 - 6:00 | | 4:00 - 6:00 | | | |
| **Fase Inicial** | **Contenido** | | Movilidad articular, juego de calentamiento | | Movilidad articular, juego de calentamiento | | | |
| | **Volumen (min)** | | 20 | | 20 | | | |
| **Fase central** | **Contenido** | | Los jugadores practican bloqueos en diferentes zonas de la red, tanto en el centro como en los extremos.<br>Se enfocan en mantener una postura sólida y extender los brazos al máximo para cubrir el área de la red.<br>El ejercicio se complementa con remates simulados para trabajar la reacción rápida y el ajuste de la posición de bloqueo. | | El jugador realiza un ejercicio de anticipación al leer el remate del adversario, posicionándose correctamente para bloquear.<br>Se enfoca en la sincronización entre el momento de saltar para el bloqueo y el remate del contrario, maximizando la cobertura de la red. | | | |
| | **Carga** | | Alta | | Alta | | | |
| | **Intensidad (%)** | 0 | 90 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (%)** | 0 | 80 | 0 | 90 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (min)** | 0 | 90 | 0 | 90 | 0 | 0 | 0 |
| **Comportamiento de la intensidad vs volumen** | |  | | | | | | |
| **Fase final** | **Contenido** | | Juego del rey del campo con 3 golpes obligatorios y el tercero debe ser remate | | Juego del rey del campo con 3 golpes obligatorios y el tercero debe ser remate | | | |
| | **Volumen (min)** | 0 | 10 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 |
| **Total volumen (min) sesion** | | 0 | 120 | 0 | 120 | 0 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| **FIRMA DEL ENTRENADOR (A)** | | **V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÒN "INDERTAB"** | |
|---|---|---|---|

**EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO**

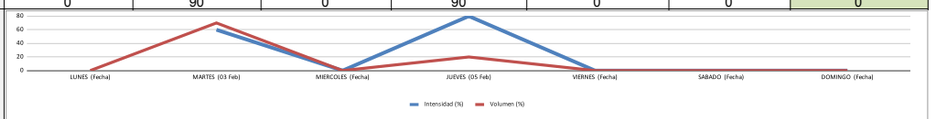


| TABIO | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 4

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nombre del Contratista:** | | **Johan Duran Munevar** | | **Cédula** | **1013256022** | **No. de contrato** | 2026-044 |
| **Escuela de formación** | **Voleibol Femenino** | | **Categoría** | **Infantil** | | **Rama** | **Femenino** |
| **Meso No:** | **1** | **Micro No:** | **4** | **Tipo de micro** | **Introductorio** | **MES** | **Marzo** |
| **No. de deportistas** | | | | | | | **42** |
| **OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:** | | | **PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.** | | | | |
| **OBJETIVO MENSUAL:** | | | **Consolidar la comunicación y la toma de decisiones colectivas, buscando aumentar la eficacia de las acciones ofensivas y defensivas en escenarios de juego real.** | | | | |
| **OBJETIVO DEL MICRO:** | | | Consolidar la toma de decisiones individual, promoviendo respuestas tácticas adecuadas según la posición fija, el desarrollo de la jugada y las necesidades del equipo. | | | | |

| | | LUNES (Fecha) | MARTES (25) | MIERCOLES (Fecha) | JUEVES (27) | VIERNES (Fecha) | SABADO (Fecha) | DOMINGO (Fecha) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **LUGAR Y/O ESCENARIO** | | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | | |
| **HORARIO** | | | 4:00 - 6:00 | | 4:00 - 6:00 | | | |
| **Fase Inicial** | **Contenido** | | Movilidad articular, juego de calentamiento | | Movilidad articular, juego de calentamiento | | | |
| | **Volumen (min)** | | 20 | | 20 | | | |
| **Fase central** | **Contenido** | | Los jugadores realizan recepciones de saques dirigidos a diferentes zonas de la cancha.<br>Se busca mantener la postura baja, los brazos firmes y orientar el pase hacia el colocador con precisión.<br>El ejercicio se complementa con variaciones en la potencia y dirección del saque para mejorar la capacidad de ajuste. | | Los jugadores practican secuencias de desplazamiento rápido hacia la red seguidas de saltos para rematar.<br>Se enfatiza en la coordinación entre la carrera de impulso, el salto y la acción del brazo.<br>El ejercicio se complementa con defensas simuladas para obligar al atacante a variar la dirección del remate. | | | |
| | **Carga** | | Alta | | Alta | | | |
| | **Intensidad (%)** | 0 | 80 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (%)** | 0 | 80 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (min)** | 0 | 90 | 0 | 90 | 0 | 0 | 0 |
| **Comportamiento de la intensidad vs volumen** | |  | | | | | | |
| **Fase final** | **Contenido** | | Juego del rey del campo con 3 golpes obligatorios y el tercero debe ser remate | | Juego del rey del campo con 3 golpes obligatorios y el tercero debe ser remate | | | |
| | **Volumen (min)** | 0 | 10 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 |
| **Total volumen (min) sesion** | | 0 | 120 | 0 | 120 | 0 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| **FIRMA DEL ENTRENADOR (A)** | | **V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB"** | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO

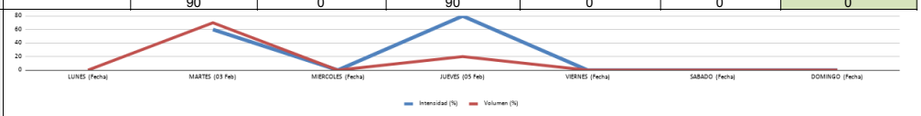


| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 1

| Nombre del Contratista: | | Johan Duran Munevar | | Cédula | 1013256022 | No. de contrato | 2026-044 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Escuela de formación | Voleibol Femenino | | Categoría | Menores | | Rama | Femenino |
| Meso No: | 1 | Micro No: | 1 | Tipo de micro | Introductorio | MES | Agosto |
| No. de deportistas | | | | | | | 29 |
| OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL: | | PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB. | | | | | |
| OBJETIVO MENSUAL: | | **Mejorar la lectura del juego mediante el reconocimiento de las situaciones ofensivas y defensivas que se presentan durante la aplicación del sistema 5:1.** | | | | | |
| OBJETIVO DEL MICRO: | | Identificar las responsabilidades tácticas correspondientes a cada posición dentro del sistema de juego, reconociendo las funciones específicas en las fases ofensiva y defensiva. | | | | | |

| | | LUNES (Fecha) | MARTES (04) | MIERCOLES (Fecha) | JUEVES (06) | VIERNES (Fecha) | SABADO (Fecha) | DOMINGO (Fecha) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| LUGAR Y/O ESCENARIO | | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | | |
| HORARIO | | | 6:00 - 8:00 | | 6:00 - 8:00 | | | |
| Fase Inicial | Contenido | | Movilidad articular, juego aerobico de calentamiento (ponchados), buscando un aumento progresivo del Vo2MAX | | Movilidad articular, juego de calentamiento de parejas para trabajar la reaccion viso manual (tocar rodillas con variantes), mejorando la activacion neuromuscular | | | |
| | Volumen (min) | | 15 | | 15 | | | |
| Fase central | Contenido | | Los jugadores se pasan el balón en movimiento, enfocándose en una postura correcta y en la precisión del pase.<br>El colocador recibe el pase y coloca el balón de forma precisa para que el rematador haga un golpe limpio.<br>Se trabaja en la sincronización y la precisión del pase y el remate en un solo flujo de juego. | | El jugador realiza un servicio dirigido a zonas específicas de la cancha.<br>El receptor pasa el balón al colocador, quien lo coloca para el rematador.<br>Se enfoca en la precisión del servicio y la sincronización entre recepción, pase, colocación y remate. | | | |
| | Carga | | Media | | Alta | | | |
| | Intensidad (%) | | 60 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | Volumen (%) | 0 | 70 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 |
| | Volumen (min) | | 90 | 0 | 90 | 0 | 0 | 0 |
| Comportamiento de la intensidad vs volumen | |  | | | | | | |
| Fase final | Contenido | | Se realiza juego del rey del campo con la condicion de realizar solo golpe de ante brazo y estiramiento guiado final. | | Se realiza juego del rey del campo con la condicion de realizar minimo 2 golpes de antebrazo o volea y estiramiento guiado final. | | | |
| | Volumen (min) | 0 | 15 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 |
| Total volumen (min) sesion | | 0 | 120 | 0 | 120 | 0 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| FIRMA DEL ENTRENADOR (A) | | V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB" | |
|---|---|---|---|

**EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO**









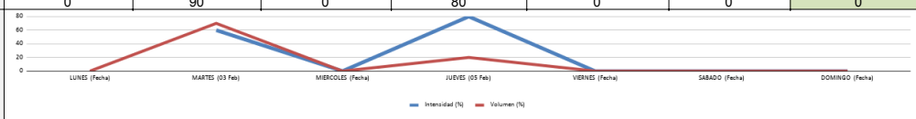



| TABIO<br>Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 2

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nombre del Contratista:** | | **Johan Duran Munevar** | | **Cédula** | **1013256022** | **No. de contrato** | 2026-044 |
| **Escuela de formación** | **Voleibol Femenino** | | **Categoría** | **Menores** | | **Rama** | **Femenino** |
| **Meso No:** | **1** | **Micro No:** | **2** | **Tipo de micro** | **Introductorio** | **MES** | **Agosto** |
| **No. de deportistas** | | | | | | | **29** |
| **OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:** | | **PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.** | | | | | |
| **OBJETIVO MENSUAL:** | | **Fortalecer la sincronización entre las líneas de juego, favoreciendo la coordinación entre colocador, atacantes, bloqueadores y defensores durante las diferentes fases de la acción.** | | | | | |
| **OBJETIVO DEL MICRO:** | | Mejorar la ocupación de los espacios mediante el posicionamiento adecuado de cada jugador, evitando desajustes y zonas descubiertas durante el juego. | | | | | |

| | | LUNES (Fecha) | MARTES (11) | MIERCOLES (Fecha) | JUEVES (13) | VIERNES (Fecha) | SABADO (Fecha) | DOMINGO (Fecha) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **LUGAR Y/O ESCENARIO** | | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | | |
| **HORARIO** | | | 6:00 - 8:00 | | 6:00 - 8:00 | | | |
| **Fase Inicial** | **Contenido** | | Movilidad articular, trote de 15 min para empezar una oxidacion lactica para el respectivo entrenamiento. | | Movilidad articular, juego de calentamiento (ponchados llevando el balon en atebrazos). | | | |
| | **Volumen (min)** | | 20 | | 20 | | | |
| **Fase central** | **Contenido** | | Los jugadores se colocan en parejas o grupos pequeños. Se pasan el balón con antebrazo, trabajando en mantener una postura adecuada y controlando la dirección del pase. El enfoque está en minimizar los errores y garantizar que el pase llegue con precisión a la zona deseada. | | Los jugadores realizan voleas, enfocándose en dirigir el balón a diferentes zonas de la cancha (baja, media o alta). Se ajusta la altura y dirección de cada pase según las indicaciones del entrenador o la situación del juego, mejorando la adaptabilidad en el pase. | | | |
| | **Carga** | | Media | | Media | | | |
| | **Intensidad (%)** | 0 | 80 | 0 | 40 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (%)** | 0 | 40 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (min)** | 0 | 90 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| **Comportamiento de la intensidad vs volumen** | |  | | | | | | |
| **Fase final** | **Contenido** | | Juego del rey del campo haciendo enfasis en realizar siempre los 3 golpes | | Juego del rey del campo haciendo enfasis en realizar siempre los 3 golpes | | | |
| | **Volumen (min)** | 0 | 10 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 |
| **Total volumen (min) sesion** | | 0 | 120 | 0 | 110 | 0 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| **FIRMA DEL ENTRENADOR (A)** | | **V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB"** | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO









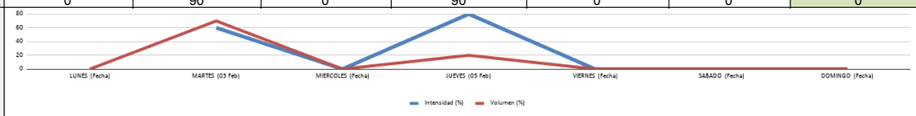



| TABIO<br>Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 3

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nombre del Contratista:** | | **Johan Duran Munevar** | | **Cédula** | **1013256022** | **No. de contrato** | 2026-044 |
| **Escuela de formación** | **Voleibol Femenino** | | **Categoría** | **Menores** | | **Rama** | **Femenino** |
| **Meso No:** | **1** | **Micro No:** | **3** | **Tipo de micro** | **Introductorio** | **MES** | **Marzo** |
| **No. de deportistas** | | | | | | | **29** |
| **OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:** | | | **PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.** | | | | |
| **OBJETIVO MENSUAL:** | | | **Optimizar la utilización de los espacios de la cancha, promoviendo desplazamientos, coberturas y ocupación adecuada de zonas según las características de cada situación de juego.** | | | | |
| **OBJETIVO DEL MICRO:** | | | Fortalecer la coordinación entre posiciones, favoreciendo el equilibrio táctico y la cobertura de los compañeros ante desplazamientos o situaciones de juego. | | | | |

| | | LUNES (Fecha) | MARTES (18) | MIERCOLES (Fecha) | JUEVES (20) | VIERNES (Fecha) | SABADO (Fecha) | DOMINGO (Fecha) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **LUGAR Y/O ESCENARIO** | | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | | |
| **HORARIO** | | | 6:00 - 8:00 | | 6:00 - 8:00 | | | |
| **Fase Inicial** | **Contenido** | | Movilidad articular, juego de calentamiento | | Movilidad articular, juego de calentamiento | | | |
| | **Volumen (min)** | | 20 | | 20 | | | |
| **Fase central** | **Contenido** | | Los jugadores practican bloqueos en diferentes zonas de la red, tanto en el centro como en los extremos.<br>Se enfocan en mantener una postura sólida y extender los brazos al máximo para cubrir el área de la red.<br>El ejercicio se complementa con remates simulados para trabajar la reacción rápida y el ajuste de la posición de bloqueo. | | El jugador realiza un ejercicio de anticipación al leer el remate del adversario, posicionándose correctamente para bloquear.<br>Se enfoca en la sincronización entre el momento de saltar para el bloqueo y el remate del contrario, maximizando la cobertura de la red. | | | |
| | **Carga** | | Alta | | Alta | | | |
| | **Intensidad (%)** | 0 | 90 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (%)** | 0 | 80 | 0 | 90 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (min)** | 0 | 90 | 0 | 90 | 0 | 0 | 0 |
| **Comportamiento de la intensidad vs volumen** | |  | | | | | | |
| **Fase final** | **Contenido** | | Juego del rey del campo con 3 golpes obligatorios y el tercero debe ser remate | | Juego del rey del campo con 3 golpes obligatorios y el tercero debe ser remate | | | |
| | **Volumen (min)** | 0 | 10 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 |
| **Total volumen (min) sesion** | | 0 | 120 | 0 | 120 | 0 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| **FIRMA DEL ENTRENADOR (A)** | | **V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÒN "INDERTAB"** | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO

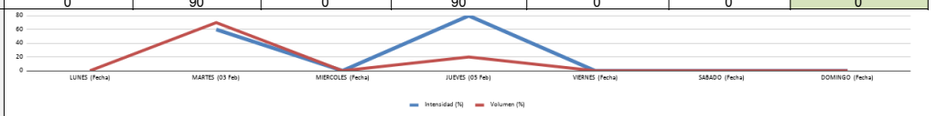


| TABIO | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 4

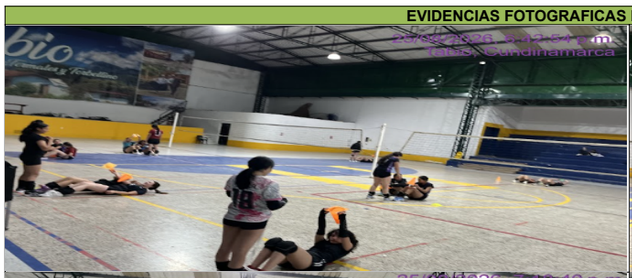
| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nombre del Contratista:** | | **Johan Duran Munevar** | | **Cédula** | **1013256022** | **No. de contrato** | 2026-044 |
| **Escuela de formación** | **Voleibol Femenino** | | **Categoría** | **Menores** | | **Rama** | **Femenino** |
| **Meso No:** | **1** | **Micro No:** | **4** | **Tipo de micro** | **Introductorio** | **MES** | **Marzo** |
| **No. de deportistas** | | | | | | | **29** |
| **OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:** | | | **PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.** | | | | |
| **OBJETIVO MENSUAL:** | | | **Consolidar la comunicación y la toma de decisiones colectivas, buscando aumentar la eficacia de las acciones ofensivas y defensivas en escenarios de juego real.** | | | | |
| **OBJETIVO DEL MICRO:** | | | Consolidar la toma de decisiones individual, promoviendo respuestas tácticas adecuadas según la posición fija, el desarrollo de la jugada y las necesidades del equipo. | | | | |

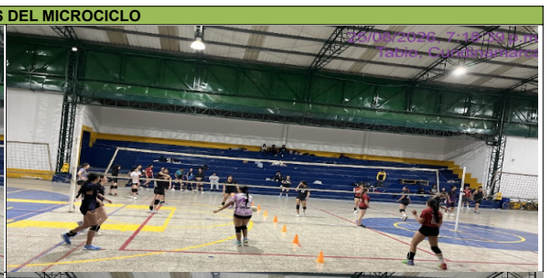
| | | LUNES (Fecha) | MARTES (25) | MIERCOLES (Fecha) | JUEVES (27) | VIERNES (Fecha) | SABADO (Fecha) | DOMINGO (Fecha) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **LUGAR Y/O ESCENARIO** | | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | | |
| **HORARIO** | | | 6:00 - 8:00 | | 6:00 - 8:00 | | | |
| **Fase Inicial** | **Contenido** | | Movilidad articular, juego de calentamiento | | Movilidad articular, juego de calentamiento | | | |
| | **Volumen (min)** | | 20 | | 20 | | | |
| **Fase central** | **Contenido** | | Los jugadores realizan recepciones de saques dirigidos a diferentes zonas de la cancha.<br>Se busca mantener la postura baja, los brazos firmes y orientar el pase hacia el colocador con precisión.<br>El ejercicio se complementa con variaciones en la potencia y dirección del saque para mejorar la capacidad de ajuste. | | Los jugadores practican secuencias de desplazamiento rápido hacia la red seguidas de saltos para rematar.<br>Se enfatiza en la coordinación entre la carrera de impulso, el salto y la acción del brazo.<br>El ejercicio se complementa con defensas simuladas para obligar al atacante a variar la dirección del remate. | | | |
| | **Carga** | | Alta | | Alta | | | |
| | **Intensidad (%)** | 0 | 80 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (%)** | 0 | 80 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (min)** | 0 | 90 | 0 | 90 | 0 | 0 | 0 |
| **Comportamiento de la intensidad vs volumen** | |  | | | | | | |
| **Fase final** | **Contenido** | | Juego del rey del campo con 3 golpes obligatorios y el tercero debe ser remate | | Juego del rey del campo con 3 golpes obligatorios y el tercero debe ser remate | | | |
| | **Volumen (min)** | 0 | 10 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 |
| **Total volumen (min) sesion** | | 0 | 120 | 0 | 120 | 0 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| | | | |
|---|---|---|---|
| **FIRMA DEL ENTRENADOR (A)** | | **V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB"** | |

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO







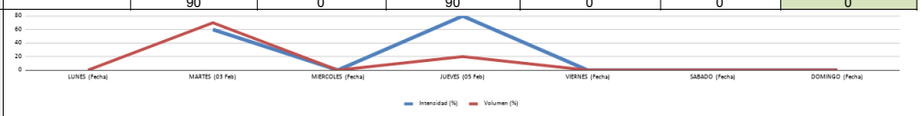


| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 1

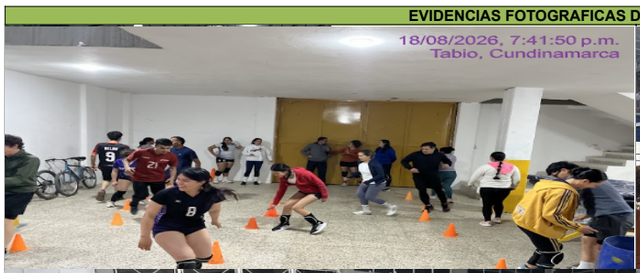
| Nombre del Contratista: | Johan Duran Munevar | Cédula | 1013256022 | No. de contrato | 2026-044 |
|---|---|---|---|---|---|
| Escuela de formación | Voleibol Femenino | Categoría | Junevil / Mayores | Rama | Femenino |
| Meso No: | 1 | Micro No: | 1 | Tipo de micro | Introductorio | MES | Agosto |
| No. de deportistas | 19 | | | | |
| OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL: | PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB. | | | | |
| OBJETIVO MENSUAL: | Mejorar la lectura del juego mediante el reconocimiento de las situaciones ofensivas y defensivas que se presentan durante la aplicación del sistema 5:1. | | | | |
| OBJETIVO DEL MICRO: | Identificar las responsabilidades tácticas correspondientes a cada posición dentro del sistema de juego, reconociendo las funciones específicas en las fases ofensiva y defensiva. | | | | |

| | | LUNES (Fecha) | MARTES (04) | MIERCOLES (Fecha) | JUEVES (06) | VIERNES (Fecha) | SABADO (Fecha) | DOMINGO (Fecha) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| LUGAR Y/O ESCENARIO | | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | | |
| HORARIO | | | 7:30 - 9:30 | | 7:30 - 9:30 | | | |
| Fase Inicial | Contenido | | Movilidad articular, juego aerobico de calentamiento (ponchados), buscando un aumento progresivo del Vo2MAX | | Movilidad articular, juego de calentamiento de parejas para trabajar la reaccion viso manual (tocar rodillas con variantes), mejorando la activacion neuromuscular | | | |
| | Volumen (min) | | 15 | | 15 | | | |
| Fase central | Contenido | | Los jugadores se pasan el balón en movimiento, enfocándose en una postura correcta y en la precisión del pase.<br>El colocador recibe el pase y coloca el balón de forma precisa para que el rematador haga un golpe limpio.<br>Se trabaja en la sincronización y la precisión del pase y el remate en un solo flujo de juego. | | El jugador realiza un servicio dirigido a zonas específicas de la cancha.<br>El receptor pasa el balón al colocador, quien lo coloca para el rematador.<br>Se enfoca en la precisión del servicio y la sincronización entre recepción, pase, colocación y remate. | | | |
| | Carga | | Media | | Alta | | | |
| | Intensidad (%) | | 60 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | Volumen (%) | 0 | 70 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 |
| | Volumen (min) | | 90 | 0 | 90 | 0 | 0 | 0 |
| Comportamiento de la intensidad vs volumen | |  | | | | | | |
| Fase final | Contenido | | Se realiza juego del rey del campo con la condicion de realizar solo golpe de ante brazo y estiramiento guiado final. | | Se realiza juego del rey del campo con la condicion de realizar minimo 2 golpes de antebrazo o volea y estiramiento guiado final. | | | |
| | Volumen (min) | 0 | 15 | 0 | 15 | 0 | 0 | 0 |
| Total volumen (min) sesion | | 0 | 120 | 0 | 120 | 0 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| FIRMA DEL ENTRENADOR (A) | | V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB" | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO









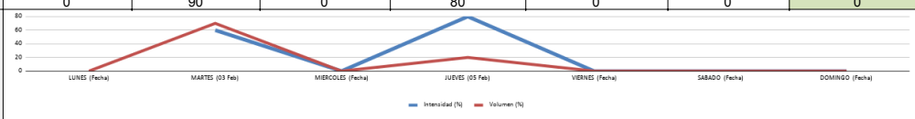



| TABIO<br>Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 2

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nombre del Contratista:** | | **Johan Duran Munevar** | | **Cédula** | **1013256022** | **No. de contrato** | 2026-044 |
| **Escuela de formación** | **Voleibol Femenino** | | **Categoría** | **Junevil / Mayores** | | **Rama** | **Femenino** |
| **Meso No:** | **1** | **Micro No:** | **2** | **Tipo de micro** | **Introductorio** | **MES** | **Agosto** |
| **No. de deportistas** | | | | | | | **19** |
| **OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:** | | **PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.** | | | | | |
| **OBJETIVO MENSUAL:** | | **Fortalecer la sincronización entre las líneas de juego, favoreciendo la coordinación entre colocador, atacantes, bloqueadores y defensores durante las diferentes fases de la acción.** | | | | | |
| **OBJETIVO DEL MICRO:** | | Mejorar la ocupación de los espacios mediante el posicionamiento adecuado de cada jugador, evitando desajustes y zonas descubiertas durante el juego. | | | | | |

| | | LUNES (Fecha) | MARTES (11) | MIERCOLES (Fecha) | JUEVES (13) | VIERNES (Fecha) | SABADO (Fecha) | DOMINGO (Fecha) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **LUGAR Y/O ESCENARIO** | | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | | |
| **HORARIO** | | | 7:30 - 9:30 | | 7:30 - 9:30 | | | |
| **Fase Inicial** | **Contenido** | | Movilidad articular, trote de 15 min para empezar una oxidacion lactica para el respectivo entrenamiento. | | Movilidad articular, juego de calentamiento (ponchados llevando el balon en atebrazos). | | | |
| | **Volumen (min)** | | 20 | | 20 | | | |
| **Fase central** | **Contenido** | | Los jugadores se colocan en parejas o grupos pequeños. Se pasan el balón con antebrazo, trabajando en mantener una postura adecuada y controlando la dirección del pase. El enfoque está en minimizar los errores y garantizar que el pase llegue con precisión a la zona deseada. | | Los jugadores realizan voleas, enfocándose en dirigir el balón a diferentes zonas de la cancha (baja, media o alta). Se ajusta la altura y dirección de cada pase según las indicaciones del entrenador o la situación del juego, mejorando la adaptabilidad en el pase. | | | |
| | **Carga** | | Media | | Media | | | |
| | **Intensidad (%)** | 0 | 80 | 0 | 40 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (%)** | 0 | 40 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (min)** | 0 | 90 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| **Comportamiento de la intensidad vs volumen** | |  | | | | | | |
| **Fase final** | **Contenido** | | Juego del rey del campo haciendo enfasis en realizar siempre los 3 golpes | | Juego del rey del campo haciendo enfasis en realizar siempre los 3 golpes | | | |
| | **Volumen (min)** | 0 | 10 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 |
| **Total volumen (min) sesion** | | 0 | 120 | 0 | 110 | 0 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| **FIRMA DEL ENTRENADOR (A)** | | **V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB"** | |
|---|---|---|---|

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO









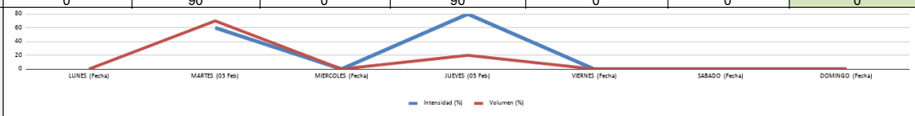



| TABIO<br>Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación | |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 3

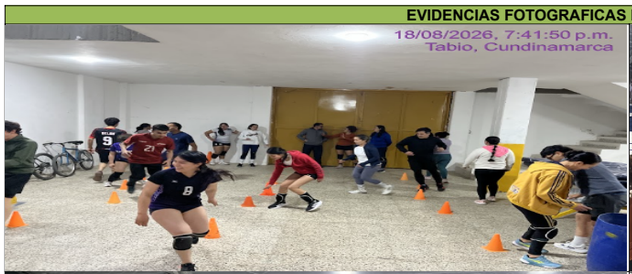
| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nombre del Contratista:** | **Johan Duran Munevar** | | **Cédula** | **1013256022** | **No. de contrato** | 2026-044 | |
| **Escuela de formación** | **Voleibol Femenino** | **Categoría** | **Junevil / Mayores** | | **Rama** | **Femenino** | |
| **Meso No:** | **1** | **Micro No:** | **3** | **Tipo de micro** | **Introductorio** | **MES** | **Marzo** |
| **No. de deportistas** | | | | | | | **19** |
| **OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:** | **PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.** | | | | | | |
| **OBJETIVO MENSUAL:** | **Optimizar la utilización de los espacios de la cancha, promoviendo desplazamientos, coberturas y ocupación adecuada de zonas según las características de cada situación de juego.** | | | | | | |
| **OBJETIVO DEL MICRO:** | Fortalecer la coordinación entre posiciones, favoreciendo el equilibrio táctico y la cobertura de los compañeros ante desplazamientos o situaciones de juego. | | | | | | |

| | | LUNES (Fecha) | MARTES (18) | MIERCOLES (Fecha) | JUEVES (20) | VIERNES (Fecha) | SABADO (Fecha) | DOMINGO (Fecha) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **LUGAR Y/O ESCENARIO** | | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | | |
| **HORARIO** | | | 7:30 - 9:30 | | 7:30 - 9:30 | | | |
| **Fase Inicial** | **Contenido** | | Movilidad articular, juego de calentamiento | | Movilidad articular, juego de calentamiento | | | |
| | **Volumen (min)** | | 20 | | 20 | | | |
| **Fase central** | **Contenido** | | Los jugadores practican bloqueos en diferentes zonas de la red, tanto en el centro como en los extremos.<br>Se enfocan en mantener una postura sólida y extender los brazos al máximo para cubrir el área de la red.<br>El ejercicio se complementa con remates simulados para trabajar la reacción rápida y el ajuste de la posición de bloqueo. | | El jugador realiza un ejercicio de anticipación al leer el remate del adversario, posicionándose correctamente para bloquear.<br>Se enfoca en la sincronización entre el momento de saltar para el bloqueo y el remate del contrario, maximizando la cobertura de la red. | | | |
| | **Carga** | | Alta | | Alta | | | |
| | **Intensidad (%)** | 0 | 90 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (%)** | 0 | 80 | 0 | 90 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (min)** | 0 | 90 | 0 | 90 | 0 | 0 | 0 |
| **Comportamiento de la intensidad vs volumen** | |  | | | | | | |
| **Fase final** | **Contenido** | | Juego del rey del campo con 3 golpes obligatorios y el tercero debe ser remate | | Juego del rey del campo con 3 golpes obligatorios y el tercero debe ser remate | | | |
| | **Volumen (min)** | 0 | 10 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 |
| **Total volumen (min) sesion** | | 0 | 120 | 0 | 120 | 0 | 0 | 0 |

**Observaciones y/o retroalimantación:**

| **FIRMA DEL ENTRENADOR (A)** | | **V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÒN "INDERTAB"** | |
|---|---|---|---|

**EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO**









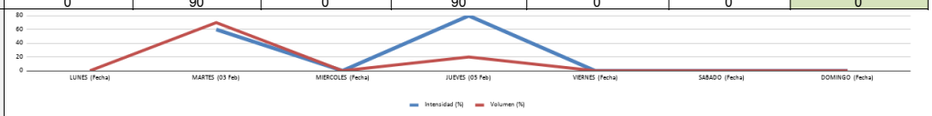



| TABIO | Proceso de gestión de deportes y recreación | Código: 210-GDR-F-11<br>Versión: 1.0<br>Fecha: 04/09/2025<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|
| | Formato de informe mensual de actividades | |

# INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

## SEMANA 4

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nombre del Contratista:** | | **Johan Duran Munevar** | | **Cédula** | **1013256022** | **No. de contrato** | 2026-044 |
| **Escuela de formación** | **Voleibol Femenino** | | **Categoría** | **Junevil / Mayores** | | **Rama** | **Femenino** |
| **Meso No:** | **1** | **Micro No:** | **4** | **Tipo de micro** | **Introductorio** | **MES** | **Marzo** |
| **No. de deportistas** | | | | | | | **19** |
| **OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:** | | **PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.** | | | | | |
| **OBJETIVO MENSUAL:** | | **Consolidar la comunicación y la toma de decisiones colectivas, buscando aumentar la eficacia de las acciones ofensivas y defensivas en escenarios de juego real.** | | | | | |
| **OBJETIVO DEL MICRO:** | | Consolidar la toma de decisiones individual, promoviendo respuestas tácticas adecuadas según la posición fija, el desarrollo de la jugada y las necesidades del equipo. | | | | | |

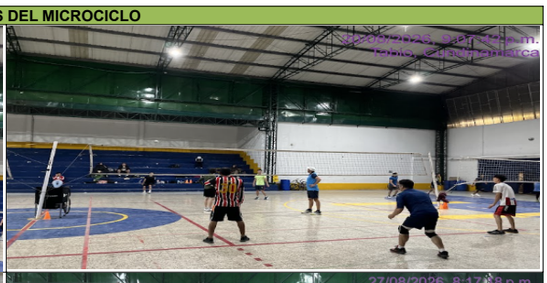
| | | LUNES (Fecha) | MARTES (25) | MIERCOLES (Fecha) | JUEVES (27) | VIERNES (Fecha) | SABADO (Fecha) | DOMINGO (Fecha) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **LUGAR Y/O ESCENARIO** | | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | POLIDEPORTIVO MUNICIPAL | | | |
| **HORARIO** | | | 7:30 - 9:30 | | 7:30 - 9:30 | | | |
| **Fase Inicial** | **Contenido** | | Movilidad articular, juego de calentamiento | | Movilidad articular, juego de calentamiento | | | |
| | **Volumen (min)** | | 20 | | 20 | | | |
| **Fase central** | **Contenido** | | Los jugadores realizan recepciones de saques dirigidos a diferentes zonas de la cancha.<br>Se busca mantener la postura baja, los brazos firmes y orientar el pase hacia el colocador con precisión.<br>El ejercicio se complementa con variaciones en la potencia y dirección del saque para mejorar la capacidad de ajuste. | | Los jugadores practican secuencias de desplazamiento rápido hacia la red seguidas de saltos para rematar.<br>Se enfatiza en la coordinación entre la carrera de impulso, el salto y la acción del brazo.<br>El ejercicio se complementa con defensas simuladas para obligar al atacante a variar la dirección del remate. | | | |
| | **Carga** | | Alta | | Alta | | | |
| | **Intensidad (%)** | 0 | 80 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (%)** | 0 | 80 | 0 | 80 | 0 | 0 | 0 |
| | **Volumen (min)** | 0 | 90 | 0 | 90 | 0 | 0 | 0 |
| **Comportamiento de la intensidad vs volumen** | |  | | | | | | |
| **Fase final** | **Contenido** | | Juego del rey del campo con 3 golpes obligatorios y el tercero debe ser remate | | Juego del rey del campo con 3 golpes obligatorios y el tercero debe ser remate | | | |
| | **Volumen (min)** | 0 | 10 | 0 | 10 | 0 | 0 | 0 |
| **Total volumen (min) sesion** | | 0 | 120 | 0 | 120 | 0 | 0 | 0 |

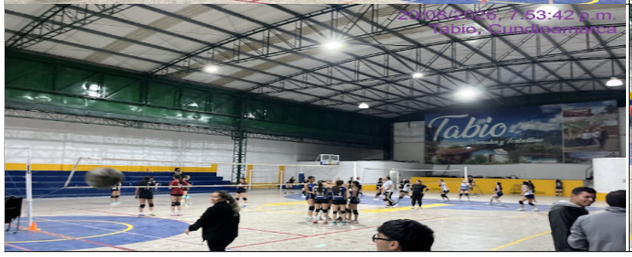
**Observaciones y/o retroalimantación:**

| | | | |
|---|---|---|---|
| **FIRMA DEL ENTRENADOR (A)** |  | **V°B° COORDINACIÓN ESCUELAS DE FORMACIÓN "INDERTAB"** | |

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO






| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación<br>Formato de control de asistencia | Código : 210-GDR-F-12<br>Versión : 1.0<br>Fecha : 04/09/2025<br>Página : 1 de 1 |
|---|---|---|

**NIVEL** **Infantil**

| Nombre del contratista | Johan Duran Munevar | | Cédula | | 1013256022 | Cat. | Infantil | Rama | Femenina | Mes | Agosto |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Escuela de Formación | Voleibol Femenino | | Nº Contrato | | 2026-044 | Escenario | Polideportivo Municipal | | Nº Deportistas | | 42 |

| SEMANA | | | | | | Semana 1 | | | Semana 2 | | | Semana 3 | | | Semana 4 | | | Sesiones cumplidas | Sesiones programadas |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| FECHA | | | | | | 4 | | 6 | 11 | | 13 | 18 | | 20 | 25 | | 27 | | |
| N° | No. IDENTIFICACION | | SEXO | EDAD | No. CONTACTO DE EMERGENCIA | PARENTESCO | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 1109520318 | Adriana lucia Buritica Herrera | FEMENINO | 14 | 3134886739 | Madre | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 2 | 1220214238 | Alison Nicol Romero Pulido | FEMENINO | 13 | 322 8726326 | Madre | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 3 | 1220213287 | Amy Vanesa Casas Forero | FEMENINO | 14 | 3113734014 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 4 | 1077062238 | ANA PAULA GONZALEZ GARCÍA | FEMENINO | 14 | 3212818255 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 5 | 1027290921 | Andrea Ramirez Parada | FEMENINO | 13 | 3138701927 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 7 | 1072704658 | Danna Isabella Guerrero Moreno | FEMENINO | 13 | 3202748844 | Mama | 0 | | 0 | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 5 | 8 |
| 8 | 1076624641 | Danna nicolle Peña sanchez | FEMENINO | 12 | 3107512259 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 9 | 1076624688 | Eyleen amara Julio morales | FEMENINO | 12 | 322 212 4380 | Papá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 10 | 1013141163 | GABRIEL ALEJANDRA GARCIA BARACALDO | FEMENINO | 12 | 3504531916 | MAMÁ | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 11 | 1011218752 | ISABELA RIVERA GUITIERREZ | FEMENINO | 14 | 3214640771 | MAMÁ | 0 | | 0 | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 5 | 8 |
| 12 | 1076624430 | Isabella Bulla Mendivelso | FEMENINO | 13 | 3138897616 | Madre | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 13 | 1076624348 | Isabella Daza Pinto | FEMENINO | 13 | 3115633835 | Mamá | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 14 | 1076624773 | Isabella Durán Lozano | FEMENINO | 12 | 3224153162 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 15 | 1014881059 | ISABELLA QUINTERO PINZON | FEMENINO | 14 | 3108710724 | PADRE | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 16 | 1072990765 | Juana Gabriela Castañeda Alfonso | FEMENINO | 14 | 3142071723 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 18 | 1073484667 | Karen Juliana Sierra Guerrero | FEMENINO | 12 | 322 5305048 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 19 | 1073484667 | Karen juliana Sierra guerrero | FEMENINO | 12 | 322 5305048 | Mama | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 20 | 1032486504 | Leonor Martin Castro | FEMENINO | 13 | 3017980897 | Madre | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 21 | 1014740549 | Luana Valentina Portela Reyes | FEMENINO | 13 | 3138186928 | madre | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 22 | 1077062284 | Luciana Ceballos Cardenas | FEMENINO | 12 | 3134282029 | Madre | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 23 | 1073484188 | Luna Sharik Rodríguez Prada | FEMENINO | 14 | 3132029348 | Padre | 0 | | 0 | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 5 | 8 |
| 24 | 1076624126 | Maria alejandra Arevalo poveda | FEMENINO | 13 | 46683296 | Madre | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 25 | 1072702340 | María Alejandra Rodriguez Linares | FEMENINO | 14 | 316 390 9246 | Madre | 0 | | 0 | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 5 | 8 |
| 26 | 1072703301 | MARIA CAMILA ESPINOSA GOMEZ | FEMENINO | 14 | 3102039565 | MAMA | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 7 | 8 |
| 27 | 1077062259 | MARÍA FERNANDA MOYANO PACHON | FEMENINO | 13 | 3138567652 | Madre | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 28 | 1076624480 | MARIA ISABEL ORTIZ INFANTE | FEMENINO | 13 | 3146501335 | mama | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 29 | 1076624616 | María José Rodríguez Godoy | FEMENINO | 12 | 3118968016 | Padre | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 30 | 1077062278 | Maria paz Cárdenas casallas | FEMENINO | 12 | 3134826368 | Madre | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 1 | | 0 | 1 | | 1 | 6 | 8 |
| 31 | 1076624117 | María Victoria León tauta | FEMENINO | 13 | 3124601122 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 33 | 1072705626 | Michelle Naomi Espinosa Vásquez | FEMENINO | 13 | 3132568033 | Abuelo | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 34 | 1077062223 | NATALIA BAUTISTA TENJO | FEMENINO | 14 | 3202553082 | PADRE | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 35 | 1076627257 | Nikool Ruiz Primera | FEMENINO | 14 | 3224536028 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 36 | 5018374 | Ornella Giovanna Di Pietro Andrade | FEMENINO | 13 | 3108725680 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 7 | 8 |
| 37 | 1011221159 | Salomé Mejía Ledesma | FEMENINO | 13 | 3004176404 | Padre | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 39 | 1078370505 | Sarita Ramos Carrillo | FEMENINO | 13 | 3016090141 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 40 | 1076623894 | Shaira Martinez | FEMENINO | 14 | 3177647771 | Madre | 0 | | 0 | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 5 | 8 |
| 41 | 1010762476 | Sofia Forero Cruz | FEMENINO | 13 | 3222771949 | Padre | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 42 | 1010844195 | Valeria Vega Meza | FEMENINO | 13 | 3228698936 | Madre | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 7 | 8 |

**Observaciones / Comentarios:**

**Firma Instructor:** 

| Alcaldía Municipal de Tabio | Proceso de gestión de deportes y recreación<br>Formato de control de asistencia | Código : 210-GDR-F-12<br>Versión : 1.0<br>Fecha : 04/09/2025<br>Página : 1 de 1 |
|---|---|---|

| NIVEL | **Menores** | | |

Alcaldía Municipal de Tabio

Proceso de gestión de deportes y recreación

Formato de control de asistencia

Código : 210-GDR-F-12
Versión : 1.0
Fecha : 04/09/2025
Página : 1 de 1

| NIVEL | **Juvenil / Mayores** | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Nombre del contratista** | Johan Duran Munevar | **Cédula** | 1013256022 | **Cat.** | Mayores / Juvenil | **Rama** | Femenina | **Mes** | Agosto | |
| **Escuela de Formación** | Voleibol Femenino | **Nº Contrato** | 2026-044 | **Escenario** | Polideportivo Municipal | **Nº Deportistas** | 19 | | | |

| SEMANA | | | | | | | Semana 1 | | | Semana 2 | | | Semana 3 | | | Semana 4 | | | **Sesiones cumplidas** | **Sesiones programadas** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| FECHA | | | | | | | 4 | | 6 | 11 | | 13 | 18 | | 20 | 25 | | 27 | | |
| N° | **No. IDENTIFICACION** | **NOMBRE Y APELLIDO** | **SEXO** | **EDAD** | **No. CONTACTO DE EMERGENCIA** | **PARENTESCO** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 1070009001 | Adriana Marcela Bello Castiblanco | FEM | 36 | 3103326095 | mamá | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 2 | 1065623376 | Alejandra Marcela Patiño Calderón | FEM | 35 | 3042494436 | Pareja | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 3 | 1076620148 | Alexa fernanda Ramirez Ruiz | FEM | 22 | 3203248729 | Hermana | 0 | | 0 | 0 | | 0 | 0 | | 0 | 0 | | 0 | 0 | 8 |
| 4 | 1072658553 | Angelica Caballero Ruiz | FEM | 17 | 3203248729 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 5 | 1069492580 | Dariangelys Díaz Hernández | FEM | 19 | 315 6335301 | Padre | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 6 | 52666328 | JUDY ESPERANZA ACOSTA OTALORA | FEM | 47 | 3105163533 | HiJA | 0 | | 0 | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 5 | 8 |
| 7 | 1076621689 | Karen Lizeth Chisco Jiménez | FEM | 18 | 3103114434 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 8 | 1072656664 | Laura Valentina Granados Neusa | FEM | 18 | 1076620352 | Papá | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 9 | 1010208970 | Leidy Galvis Galvis | FEM | 33 | 3125836559 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 0 | 1 | | 1 | 7 | 8 |
| 10 | 1076624272 | LEIDY PAOLA FANDIÑO GARCIA | FEM | 31 | 3162243943 | MADRE | 0 | | 1 | 0 | | 1 | 0 | | 1 | 0 | | 1 | 4 | 8 |
| 11 | 1072655813 | María Fernanda Alzate castiblanco | FEM | 18 | 3246874386 | Hermana | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 12 | 1103712687 | Maryi Paola Benavides Acuña | FEM | 38 | 3213613274 | Esposo | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 13 | 1013279521 | Sara Katherin Zabala Castañeda | FEM | 18 | 3173899262 | Esposa | 0 | | 0 | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 5 | 8 |
| 14 | 1077062151 | Sara Sofia Antonio Arias | FEM | 19 | 3185282126 | Madre | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 15 | 1076620670 | Yeimy Johana Casallas Vanegas | FEM | 39 | 3112434130 | Esposo | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 16 | 1076622609 | Yuly Natalia Gonzalez Guzman | FEM | 34 | 3209455846 | Esposo | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 17 | 1001561134 | Yurleidis Osorio Gil | FEM | 23 | 3128679187 | Hermana | 0 | | 0 | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 5 | 8 |
| 18 | 1072656198 | Cristian Orjuela Laverde | MAS | 18 | 3155253069 | Mamá | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 8 | 8 |
| 19 | 1030563217 | Oscar Santiago Mendez Ruiz | MAS | 18 | 3014441003 | Madre | 1 | | 1 | 0 | | 1 | 1 | | 1 | 1 | | 1 | 7 | 8 |

**Observaciones / Comentarios:**

**Firma Instructor:**



# PAGOSIMPLE | REPORTE INDIVIDUAL

**Fecha creación reporte** 2026-08-31, 09:03:25 AM **Tipo Planilla** I **Número Planilla** 1084731347

**Periodo Cotización** 202608 **Periodo Servicio** 202608

**Cliente:**

## PAGADA 2026-08-31

### I. DATOS DEL APORTANTE

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Razón Social** | JOHAN DURAN MUNEVAR | | | | |
| **Documento** | CC 1013256022 | **Dirección** | CL 7 #0 - 0 VDA CENTRO SANTA BARBARA | | |
| **Tipo de Empresa** | INDEPENDIENTE | **Teléfono** | 6013213232 | | |
| **Tipo Persona** | NATURAL | **Forma Presentación** | ÚNICO | **Total Afiliados** | 1 |
| **Ciudad** | TABIO | **Departamento** | CUNDINAMARCA | | |
| **Representante Legal** | | **Identificación** | | | |

### II. DATOS DEL AFILIADO

| **Documento** | CC 1013256022 | | Residente | | Exonerado | N | **Apellidos y Nombres** | **Código Ciudad - Departamento** | **Centro de Trabajo** | **Ubicación Laboral** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Tipo Cotizante | 59 | 00 | | | | | DURAN MUNEVAR JOHAN | 25785000 - 25 | | CUNDINAMARCA |

### 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 ARP | Días CCF | | | | Código AFP | Código Tras. AFP | Tarifa AFP | IBC | Total Aporte AFP | Total Aporte FSP | Total Aporte FSPS | 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 |
| X | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 28 | 28 | 28 | 0 | | | $ 1.750.905 | 25-14 | | 16 % | $ 1.634.178 | $ 261.500 | $ 0 | $ 0 | EPS008 | | 12,5 % | $ 1.634.178 | $ 204.300 | $ 0 | 14-23 | 1 | 0,522 % | $ 1.634.178 | $ 8.600 | NIN-CC | 0 % | $ 0 | $ 0 | 0 % | $ 0 | 0 % | $ 0 |

### IV.TOTALES

| Total Aportes Pensión | Total Aportes FSP | Total Aportes FSPS | 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 | COMPENSAR EPS | POSITIVA DE SEGUROS | NINGUNA CCF | SENA | ICBF | ESAP | MEN | |
| $ 261.500 | $ 0 | $ 0 | $ 204.300 | $ 8.600 | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 474.400 |



**Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 601 4446634 - Cali: 602 5540577 - Medellín: 604 5146669 - Bucaramanga: 607 6438000 - Cartagena: 605 6945444 - Pereira: 606 3402582 - Barranquilla: 605 3618850 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!**

¡El Poder de lo SIMPLE!