

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 1 de 8	CODIGO: GEC-R-03

INFORME TÉCNICO PROGRAMA TOLIMA TIERRA DE TALENTOS

RESPONSABLE DEL INFORME	METODOLOGOS
EMAIL	METODÓLOGO.INDEPORTESTOLIMA@GMAIL.COM
PERIODO DEL INFORME	SEGUNDO TRIMESTRE DEL 2022

EP4MP6 - Deportistas apoyados para la preparación y participación de eventos municipales, departamentales, nacionales e internacionales.

CUADRO INFORMACIÓN GENERAL PARA PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO

TOTAL, POBLACIÓN IMPACTADA GRUPOS REGULARES	853
TOTAL, POBLACIÓN GENERAL	853

Se realizó acompañamiento metodológico a través de visitas presenciales y trabajo virtual con los entrenadores, preparadores físicos y deportistas con el fin de asesorar y brindar ideas de mejoramiento continuo en la planificación de los microciclos, mesociclos y contribuir con el desarrollo deportivo generando rendimiento en las capacidades de cada deportista en su preparación.

Para la liga de ajedrez, liga de fútbol de salón (masculino – femenino), liga de tejo, liga de tenis de mesa y liga de baloncesto se desarrollaron actividades en cada entrenamiento acompañado de chequeos para la preparación de los eventos donde participan los deportistas.

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 2 de 8	CODIGO: GEC-R-03

ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE AJEDREZ (Grupos Regulares)

Municipio: Ibagué

Lugar: Salón Comunal

N.º Asistentes: 29

Liga: Ajedrez

ACTIVIDAD	CATEGORIA	MODALIDAD	POBLACION	ASISTENTES
SEREMOS CAMPEONES	INFANTIL	CLASICO	MASCULINO - FEMENINO	6
TEMATICOS	TODAS	CLASICO	MASCULINO - FEMENINO	17
PRESENCIAL	MIXTA	CLASICO	MASCULINO - FEMENINO	6
TOTAL				29

Liga de Ajedrez del Tolima realiza todos sus entrenamientos de forma virtual establecidos por la liga, en donde trabaja por categorías, infantil, juvenil y mayores. Esto ha sido un trabajo muy beneficioso para la liga ya que le permite de una forma muy productiva el aprovechamiento del tiempo en casa y participar en la mayoría de eventos virtuales; lo que hace mejorar contrastantemente el rendimiento para cada deportista.

Los entrenamientos se realizan de lunes a sábados, llevándose a cabo 24 sesiones por mes de entrenamiento donde participan atletas principalmente de la ciudad de Ibagué, y como alterno están los municipios de anzoátegui, cajamarca y líbano.

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 3 de 8	CODIGO: GEC-R-03

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



Lugar; Ibagué – Salón Comunal

ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE FUTBOL DE SALON – MASCULINO (Grupos Regulares)

Municipio: Ibagué

Vereda o Comuna: 3

Lugar: Coliseo de la 42, Coliseo san cayetano

N.º Asistentes: 26

Liga: Futbol de Salón - Masculino

Los entrenamientos se realizan de lunes, martes a viernes de 7 pm a 9 pm en diferentes escenarios deportivos tales como el coliseo de la 42 y coliseo san cayetano y los días sábados 10 am a 12 pm en el coliseo de las 42 con 5. por lo que al mes se llevan a cabo unas 24 secciones de entrenamiento donde participan deportistas principalmente de la ciudad de Ibagué y alterno en los municipios de espinal y guamo.

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 4 de 8	CODIGO: GEC-R-03

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



Lugar; Ibagué – Coliseo de la 42

ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE FUTBOL DE SALON – FEMENINO (Grupos Regulares)

Municipio: Ibagué

Vereda o Comuna: 3

Lugar: Poliderpotivo la granja, Coliseo de la 42 y Coliseo san cayetano

N.º Asistentes: 19

Liga: Futbol de salón - Femenino

Los entrenamientos se realizan de lunes a viernes de 6 pm a 8 pm en el polideportivo la granja y sábados de 8 am a 10 pm en el coliseo de las 42 con 5 y coliseo san cayetano. Por lo que al mes se llevan a cabo 18 secciones de entrenamiento donde participan deportistas principalmente de la ciudad de Ibagué.

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 5 de 8	CODIGO: GEC-R-03

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



Lugar; Ibagué – Coliseo san Cayetano

ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE TEJO (Grupos Regulares)

Municipio: Ibagué

Vereda o Comuna: 8-7-11

Lugar: Campo de Tejo Palos Verdes

N.º Asistentes: 17

Liga: Tejo

Se realizaron actividades de entrenamiento con deportistas selección Tolima género masculino y femenino, énfasis en técnicas de lanzamiento, ejercicios de precisión con aros y bandas de caucho, competencias internas valorando su mejor desempeño. Se desarrolla el meso-ciclo No.4 orientado a preparación a eventos locales y nacionales. Se trabaja tres días semanales con cada género tres horas diarias.

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 6 de 8	CODIGO: GEC-R-03

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



Lugar; Ibagué – Campo de tejo palos verdes

ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE TENIS DE MESA – MASCULINO (Grupos Regulares)

Municipio: Ibagué

Lugar: Indeportes

Comuna: 1

N.º Asistentes: 14

Liga: Tenis de Mesa

Se realizaron 28 sesiones de entrenamiento presenciales con la selección femenino y masculino de tenis de mesa apoyado en el plan de entrenamiento, los trabajos se enfocaron en el servicio, los trabajos individuales de corrección y trabajo de volumen en mesa. Se realizaron trabajos de intercambio con deportista de Rionegro – Antioquia en el plan de acción de la liga con el fin de aumentar la capacidad competitiva de la selección en preparación para los eventos federativos del presente año.

ACTIVIDAD	CANTIDAD	CATEGORÍA	POBLACIÓN
TRABAJO AERÓBICO	14	MAYORES	FEMENINO Y MASCULINO

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 7 de 8	CODIGO: GEC-R-03

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



Lugar; Ibagué – Indeportes Tolima

ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE BALONCESTO (Grupos Regulares)

Municipio: Ibagué

Lugar: Barrio Limonar

Comuna: 7

Nº Asistentes: 18

Liga: Baloncesto

Los entrenamientos se realizan de lunes a viernes de 6 pm a 8 pm en el polideportivo del estadio y sábados 10 am a 12 pm, en el coliseo de las 42 con 5. por lo que al mes se llevan a cabo unas 20 secciones de entrenamiento donde participan atletas principalmente de la ciudad de Ibagué.

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 1 de 5	CODIGO: GEC-R-03

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



Lugar; Ibagué – Canchas Barrio Limonar

ACTIVIDADES REALIZADAS

Se realiza seguimiento a deportistas de las ligas de atletismo, lucha olímpica, tenis de campo, savate, sofutbol y wushu kun fu; dando prioridad: a los juegos nacionales del año 2023, la liga de Sofutbol que inicia proceso de formación, la liga de lucha que participa en torneo de los juegos bolivarianos y los juegos suramericanos de la juventud rosario argentina.

En la liga de tenis de campo se realiza entrenamientos para el torneo juvenil grado 4, y se realizan visitas a municipios de espinal, líbano, melgar para el torneo internacional de tenis de campo COSAT, y para la liga de atletismo se realiza preparación física para la diferentes competencias nacionales donde ya se asistió a intercubles y participaciones en juegos suramericanos de la juventud.

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

Municipio: Ibagué, Cajamarca, Santa Isabel, Líbano, Venadillo

Área: Indeportes

N. ° Asistentes: 236

Liga: Atletismo

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 1 de 5	CODIGO: GEC-R-03



Lugar; Polideportivo, Venadillo - Tolima



Lugar; Parque Deportivo, Ibagué - Tolima



Lugar; Polideportivo, Libano - Tolima

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 1 de 5	CODIGO: GEC-R-03

Municipio: Ibagué, Venadillo

Área: Indeportes Tolima

N. ° Asistentes: 30

Liga: Softbol



Lugar; Cancha Central, Venadillo - Tolima



Municipio: Ibagué, Espinal, Líbano, Melgar

Área: Indeportes

N. ° Asistentes: 107

Liga: Tenis de Campo



Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 1 de 5	CODIGO: GEC-R-03



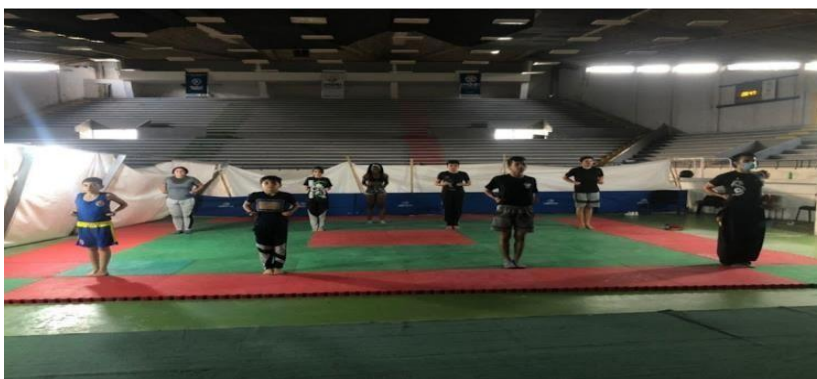
Lugar; Cancha de Tenis, Ibagué - Tolima

Municipio: Ibagué

Área: Indeportes

N. ° Asistentes: 30

Liga: Wushu Kun Fu



Lugar; Polideportivo, Ibagué - Tolima

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

Municipio: Ibagué, Venadillo, Alvarado

Área: Indeportes

N. ° Asistentes: 60

Liga: Lucha Olímpica



Lugar; Polideportivo, Ibagué – Tolima

Municipio: Ibagué

Área: Indeportes

N. ° Asistentes: 78

Liga: Savate



Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03



Lugar; Polideportivo, Ibagué – Tolima

ACTIVIDADES REALIZADAS LIGA DE VOLEIBOL – PLAYA **ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)**

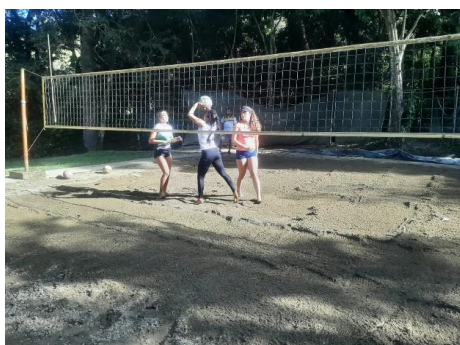
Se ajusta la planificación del mes de Julio en ambas ramas con el fin de ajustar ciertas deficiencias que se observaron en la I y II parada clasificatoria a JDN 2023. Por lo cual se trabajó en las sesiones de entrenamiento todo lo relacionado a la mejora de la técnica como la corrección de los desplazamientos en la recepción, la defensa, el contra ataque, el voleo, las salidas y la buena toma de decisiones a la hora de definir, para poder así obtener un excelente preparatorio para las competencias que aproximan en el mes de septiembre y octubre. Así mismo, se trabajo con las categorías inferiores como lo son el sub-17, sub-19 y sub-21 de ambas ramas con miras a los torneos de dichas categorías. Se inicio la cuarta etapa del “Preparatorio 2” que va desde el 5 de junio hasta el 25 de julio en el cual se busca elevar las cargas de entrenamiento específicas de este deporte, al igual que el perfeccionamiento de la técnica y el desarrollo de las habilidades tácticas tanto individuales como colectivas trabajando el K1 y K2, para así obtener una buena ejecución y poder lograr una muy buena preparación para afrontar las competencia de la II parada clasificatoria a JDN 2023. Dentro de las actividades realizadas encontramos sesiones de entrenamiento de acondicionamiento físico donde se implementa lo técnico/táctico, la preparación física (velocidad general y reacción, resistencia Aeróbica-Anaeróbica) y el día de partidos de preparación para las paradas clasificatorias, evidenciado en el siguiente horario de entrenamiento:

Total, de Asistentes: 16

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

Horario de entrenamineto Liga de voleibol playa del Tolima							
Día	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
GRUPO MASCULINO (MAYORES Y U 19)							
Hora		6:30 - 9:00 am	6:30 - 9:am	6:30 - 9:00 am		7:00- 9:00 am	8:00 - 10:00 am
Lugar		Finca via totumo	Finca via totumo	Finca via totumo		Finca via totumo	Finca via totumo
Concepto	Descanso	Tecnico/Tactico con Velocidad y reacción	Tecnico/Tactico	Tecnico/Tactico con resistencia Aeróbica- Anaeróbica.	Descanso	Trabajo de Defensa	Partidos de preparación
GRUPO FEMENINO (MAYORES Y U 21)							
Hora		9:00 -11:00 am	9:00 -11:00 am	9:00 -11:00 am		9:00 -11:00 am	10:00 a 12:00 am
Lugar		Finca via totumo	Finca via totumo	Finca via totumo		Finca via totumo	Finca via totumo
Concepto	Descanso	Tecnico/Tactico con Velocidad y reacción	Tecnico/Tactico	Tecnico/Tactico con resistencia Aeróbica- Anaeróbica.	Descanso	Trabajo de Defensa	Partidos de preparación
GRUPO FEMENINO (U 17)							
Hora		2:00 - 4:00 am	2:00 - 4:00 am	2:00 - 4:00 am		9:00 -11:00 am	10:00 a 12:00 am
Lugar		Finca via totumo	Finca via totumo	Finca via totumo		Finca via totumo	Finca via totumo
Concepto	Descanso	Tecnico/Tactico con Velocidad y reacción	Tecnico/Tactico	Tecnico/Tactico con resistencia Aeróbica- Anaeróbica.	Descanso	Trabajo de Defensa	Partidos de preparación

EVIDENCIAS FOTOGRAFICA



Lugar; Finca Vía Totumo, Ibagué

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851
Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

A continuación, el horario de estos deportistas en sus respectivas ciudades:

HORARIO DE ENTRENAMIENTO DEL JUGADOR FELIPE TORRES							
Día	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Hora		7:00 - 9:00 am		7:00 - 9:00 am		8:00- 10:00 am	8:00 - 10:00 am
Lugar	Descanso	canchas panamericanas	Descanso	canchas panamericanas	Descanso	canchas panamericanas	canchas panamericanas

VOLEIBOL MASCULINO **ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)**

En cuanto a los aspectos físicos se aplicó un plan de trabajo en el cual se le dio prioridad a las capacidades de Velocidad, Potencia y flexibilidad, con el apoyo de personal capacitado se direcciono estos aspectos que arrojaron los resultados esperados. En cuanto a los aspectos técnicos, fueron disminuidos para entrar en el plano de la cultura táctica del seleccionado, entrando a perfeccionar los elementos de cada uno de los complejos en las diversas variables posicionales con que cuenta el equipo. Infortunadamente no se lograron desarrollar los microciclos precompetitivos que se tenían agendados en las ciudades de Armenia y Medellín, en razón a la carencia de recursos para la movilidad y sostenimiento.

Total, de Asistentes: 25

VOLEIBOL FEMENINO **ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)**

Se realiza el desarrollo de la planificación de la temporada 2022 de la liga de voleibol del Tolima en la rama femenina con miras al torneo clasificatorio a juegos deportivos nacionales 2023 y sus competencias preparatorias, evidenciado en el plan gráfico y escrito del año 2022. Respondiendo al desarrollo de la etapa competitiva y orientando los contenidos a las tareas específicas de la disciplina deportiva. Además, se participa del torneo de clubes libre en Silvania - Cundinamarca, donde jugamos 8 partidos con equipos de buen nivel competitivo y logramos consolidar aspectos técnico-tácticos del entrenamiento. Así mismo se desarrollan los entrenamientos en las sedes del coliseo del barrio Ibagué 2000, polideportivo barrio Montealegre y la sala de pesas de la liga de pesas del Tolima.

Dentro de las actividades realizadas encontramos sesiones de entrenamiento

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

técnico/táctico, preparación física, teoría y día de partido evidenciado en el siguiente horario de entrenamiento:

Total, de Asistentes: 18

Horario de entrenamiento Liga de voleibol del tolíma Rama Femenina JDN 2023							
Día	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Hora	6:00 pm - 8:00 pm	5:30 pm - 7:30 pm	5:30 pm - 7:30 pm	5:30 pm - 7:30 pm	5:30 pm - 7:30 pm	2:00 - 3:00 pm	8:00 am - 11:00 am
Lugar	Polideportivo Montealegre	Liga de pesas del tolíma	Sin espacio	Liga de pesas del tolíma	Coliseo Ibagué 2000	Virtual	Universidad del Tolima (actualmente sin autorización)
Concepto	Técnico/Táctico	Preparación Física	Técnico/Táctico	Preparación Física	Técnico/Táctico	Teoría (Análisis Audiovisual)	Partido de preparación
Día		Martes		Jueves			
Hora		10:00 am - 11:30 am		10:00 am - 11:30 am			
Lugar	Descanso	Liga de pesas del tolíma	Descanso	Liga de pesas del tolíma	Descanso	Descanso	Descanso
Concepto		Preparación Física		Preparación Física			
Observaciones							
Las sesiones de fisioterapia se programaron personalizadas con las deportistas relacionadas en la solicitud							
Las sesiones de psicología se realizan todos los miércoles junto con el entrenamiento tec/tac							

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



Lugar; Polideportivo, Montealegre Ibagué

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851
Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

PROGRAMA DE HAPKIDO ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Se orientan las sesiones de entrenamiento realizando trabajos de acuerdo a su nivel técnico y competitivo según las actividades a desempeñar en cada sesión según lo programado en el plan de entrenamiento. Del 27 de enero al 30 de diciembre del 2022. Se están realizando las sesiones de entrenamientos los días lunes, martes, miércoles, jueves y viernes de 4,30 a 6 p.m. y de 6 p.m. a 8 p.m. los días sábados de 4:30 a 7:00 pm y domingos de 9:00 a 12:00 M, para un total general de 21 horas de trabajo con los deportistas donde se desarrollan actividades que permitan desarrollar, mejorar y aumentar su nivel técnico deportivo y competitivo con miras a juegos nacionales 2023.

Total, de Asistentes: 25

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



Lugar; Liga Tolimense de Hapkido- Ibagué

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

LIGA DE GIMNASIA

Así también se presentó una charla orientadora para el grupo de estudiantes de educación física de 6 semestre de la universidad del Amazonas, que se encontraban en práctica pedagógica en la ciudad de Ibagué con la dirección del profesor Carlos Rodríguez, abordando temas de técnica, metodología y pedagogía orientadora a los proceso de enseñanza aprendizaje de la gimnasia en la Liga de Gimnasia del Tolima.

Total, de Asistentes: 12

LIGA DE FUTBOL SALA – MASCULINO

Se fortalecieron los procesos de desarrollo, mejora y mantenimiento de los componentes físicos, técnicos, tácticos y estratégicos de la Selección sub 17 masculina a fin de estar lo más cerca posible de la forma física individual y colectiva, técnica, de afianzar los conceptos técnicos y tácticos oportunos de cara a la posible competencia zonal de Selecciones, qué se encuentra en espera de fechas por parte de Difútbol y teniendo en cuenta lo visto y analizado en el desarrollo del cuadrangular amistoso.

Los horarios con los cuales contamos van acorde a los espacios disponibles en los escenarios de la ciudad tales como el coliseo de las piscinas olímpicas de la calle 42 y Polideportivo coliseo la Gaitana, en horarios de 12:00 a 2:00pm de Lunes a Viernes.

Total, de Asistentes: 35

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



Lugar; Piscinas Olímpicas - Ibagué

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03



Lugar; Polideportivo La Gaitana- Ibagué



Lugar; Polideportivo La Gaitana- Ibagué

FUTBOL SALA FEMENINO

Municipios: Ibagué, Chaparral, Armero Guayabal, Cajamarca, S.S. de Mariquita.

Zona: Urbana – Semi-Urbana

Lugar: Cancha anexa al Estadio y Parque Centenario (Ibagué), Coliseo de las Piscinas Olímpicas de la calle 42 (Ibagué), Coliseo la Magdalena (Chaparral), Coliseo CIC de Huamatepa (Mariquita), Coliseo de Cajamarca, Coliseo de Armero Guayabal.

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

A través de la virtualidad continuamos con la orientación y seguimiento de los planes de entrenamientos elaborados para las jugadoras que viven en los diferentes municipios del departamento y hacen parte del proceso al Clasificatorio a Juegos Deportivos Nacionales 2023. Trabajos que permiten intensificar el desarrollo, mejora y mantenimiento de los componentes físicos, técnicos, tácticos y estratégicos de la Selección, por costos de traslado y compromisos académicos es imposible tener las jugadoras todos los días de manera presencial en Ibagué, es por eso que y de acuerdo a lo establecido en el Macro, se realizan entrenamientos virtuales, visitas a los municipios y un módulo de trabajo (microciclo) durante el mesociclo de preparación en el cual se concentran durante 6 días a **14 jugadoras** en Ibagué, gracias al aporte del hospedaje por parte del patrocinador del club Tolima John Jota Sport, Alimentación por parte de la Liga de Fútbol del Tolima y los gastos de elaboración de las comidas, gastos de traslado a entrenamientos por parte del entrenador de la Selección, Oscar Villamizar.

ACTIVIDADES REALIZADAS

- Se envía Microciclo (semanal) para la realización de actividades programadas para las jugadoras de los diferentes municipios, contando con la colaboración de los entrenadores de los clubes a que pertenecen las jugadoras y bajo la supervisión del cuerpo técnico del seleccionado.
- Se realizó el IV módulo de preparación (microciclo) con 14 jugadoras de las categorías sub18, con miras a participar en hexagonal invitacional preparatorio a juegos nacionales, en la ciudad de Granada - Meta los días 25 y 26 de junio del 2022.
- Durante este mes no se realizaron visitas a los municipios (motivado a la participación de la selección en un torneo preparatorio en Granada Departamento del Meta).

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PAGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



Lugar; Estadio Manuel Murillo Toro - Ibagué

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

FUTBOL PLAYA

Lugar: cancha la Ceiba y cancha la América

Horario: 6:30 a 8:30 AM

N.º Asistentes: 20 deportistas

Liga: futbol del Tolima (futbol playa)

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Se orientan las sesiones de entrenamiento semanal donde se trabajó la parte inicial en el deporte, reglamento deportivo, físico técnico, guiados a la masificación del deporte con miras a tener un numeroso grupo de personas practicando futbol playa y así poder reforzar el equipo para los próximos juegos nacionales de mar y playa y afrontar los torneos de carácter nacionales de la mejor manera organizados por la di fútbol ente encargado de los eventos. durante el mes de mayo los días lunes, martes, miércoles, jueves, viernes y sábado de 6:30 am a 8:30 am en los escenarios polideportivos la ceiba y la américa en el municipio de Ibagué con la categoría libre de futbol playa 2022 Se realizaron los entrenamientos en el mes de abril.

EVENTOS O APOYOS REALIZADOS

Durante los días del 5 al 07 de mayo del 2022 se participó en torneo nacional Interclues junto a los jugadores que hacen parte de selección Tolima que clasifico a jugos nacionales en el 2021 más algunos jugadores de algunos clues de este departamento realizado en el municipio de El Espinal Tolima donde se obtuvo el título de campeón enfrentando a clues de varios departamentos como meta, Huila, Guaviare, Atlántico, Guajira, Girardot, valle entre otros.

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



Lugar; Polideportivo, Espinal - Tolima

ACTIVIDADES SUBACUATICAS ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Se realizó el plan de entrenamiento en los microciclos 21-22-23-24-25 desarrollando las capacidades de resistencia aeróbica, resistencia aeróbica intensa, máximo consumo de oxígeno y velocidad. Se realizó intercambio con el club campestre para el fortalecimiento de la selección Tolima infantil. Al igual aprovechando las vacaciones se realizaron entrenamientos en la liga de pesas para el mejoramiento de la técnica y fuerza de la selección Tolima juvenil y mayores.

Total, Población Impactada Grupos Regulares: 24

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA VERSION: 00	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

EVIDENCIA FOTOGRAFICA



Lugar; Club Campestre – Ibagué - Tolima



**SANDRA MILENA PENA
PLANEACION INDEPORTES**