

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

INFORME TÉCNICO PROGRAMA

RESPONSABLE DEL INFORME	GREY DAMARIS SÁNCHEZ DUCUARA
EMAIL	gdsanchezd@ut.edu.co
PERIODO DEL INFORME	1 – 30 DE JUNIO 2021

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Ciudad: Ibagué

Comuna: No. 9

Lugar: Piscina Villa Café.

N.º Asistentes:14

Liga: Livitol – Para natación

DÓNDE:

Ciudad de Ibagué, departamento del Tolima, piscinas del polideportivo Villa-Café.

CUANDO:

Los días Martes y jueves de 9:00 a 11:00 AM y de 2:30 a 4:00 PM.

Miércoles Viernes de 3:00 a 5:00 PM.

Sábados de 8:00 a 10:00 AM.

POR QUÉ:

Cumplimiento al objeto contractual de lo planificado dentro del plan de entrenamiento para la vigencia 2021, desarrollando las actividades que logren una óptima preparación en lo técnico, físico y competitivo de nuestros atletas, siguiendo las recomendaciones y los estrictos protocolos de bioseguridad de la federación deportiva y la secretaria de salud en la atención, de los deportistas en este caso de la modalidad de natación carreras del sistema para nacional.

PARA QUÉ:

Fortalecer el proceso del ciclo de preparación y la clasificación de los deportistas nuevos en la vigencia actual del 2021, en los eventos avalados por el comité paralímpico colombiano que nos serán de gran referente y medición con miras a

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	PÁGINA 2 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

los juegos para nacionales de 2023, con el objetivo claro de consolidar y posesionar a la liga con buenos resultados y la consecución de medallas para el departamento del Tolima. Así mismo se ejecutaron las actividades del plan de entrenamiento dentro lo planificado en el meso-ciclo No. 5 y los micro-ciclos del 17 al 20 de 19 sesiones programadas y la asistencia de 14 deportistas; Dentro de las novedades se presentaron 4 casos positivos de covid 19 con los deportistas: Ana Karina Sáenz, Brenda Ramírez, Natalie Vargas y Wilder Cortes. Los demás deportistas se tomaron la prueba y su reporte fue negativo igual que el entrenador Ricardo Díaz. Por tal motivo desde el 16 de junio se suspendió los entrenamientos presenciales y todos los deportistas y personal técnico se aíslan por 14 días siguiendo las recomendaciones del área técnica metodológica y las instrucciones de la ARL de Indeportes Tolima.

Durante los entrenamientos presenciales se desarrollaron las actividades funcionales, movilidad articular en tierra, fortalecimiento físico y en agua se desarrolló la capacidad aeróbica aplicando los medios de entrenamiento con énfasis de la técnica de nado de los estilos natatorios y desarrollo de resistencia R1,R2 y velocidad. En la modalidad virtual de diseño los micro-ciclos de trabajo funcional especial para trabajarlos cada deportista en casa con su debido acompañamiento.



TOTAL, DE POBLACIÓN IMPACTADA, GRUPOS REGULARES:14

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

lbagué -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	PÁGINA 3 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

EL CLUB DEPORTIVO NUEVOS HORIZONTES

El club deportivo “Nuevos Horizontes” realiza entrenamientos en “Atletismo” con niños de discapacidad cognitiva y Síndrome de Down desarrollando actividades que permitan desarrollar las cualidades físicas, psicológicas, técnicas y tácticas propias de este deporte para participar en diferentes eventos deportivos.

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Actividad: entrenamiento

Municipio: Ibagué

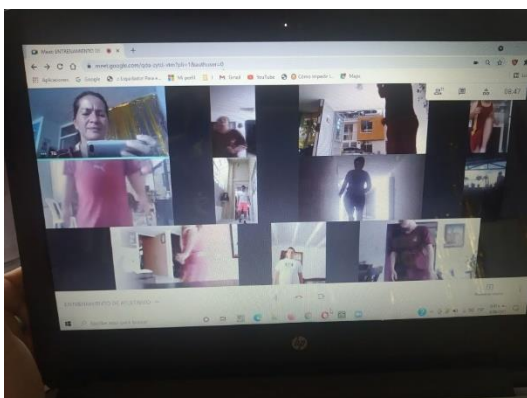
Lugar: Virtual

Horario: lunes a viernes de 8 a 10 de la mañana y de 3 a 5 de la tarde

N° Asistentes: 18

Liga: El club deportivo “Nuevos Horizontes” está realizando el proceso de formación y entrenamiento con 8 deportistas de alto logro, 5 de reserva deportiva y 5 de natación

se realizaron actividades de entrenamiento virtual desarrollando múltiples ejercicios de fuerza, resistencia, velocidad, coordinación, balística que permitan mejorar las capacidades y cualidades físicas propias del deporte, que permitan tener un estado de mantenimiento a nuestros deportistas



TOTAL, DE POBLACION GRUPOS REGULARES: 18 DEPORTISTAS

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	PÁGINA 4 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

LIGA LIDISCATOL- TENIS DE MESA ADAPTADO

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Municipio: Ibagué

Vereda o Comuna:

Lugar: Liga de Tenis de Mesa del Tolima – Indeportes Tolima

N.º Asistentes: 13 deportistas

Liga: Lidiscatol Para Tenis de Mesa

Los entrenamientos se efectúan los días lunes, miércoles, viernes de 6:00 am a 8:30 am y sábado de 8:00 am a 12:00 M, jueves de 4:00 Pm a 7:00 Pm por lo que al mes se llevan a cabo unas 20 secciones de entrenamiento donde participan alrededor de 13 deportistas repartidos en proyección y fundamentación.



Total, Población Impactada Grupos Regulares: 13

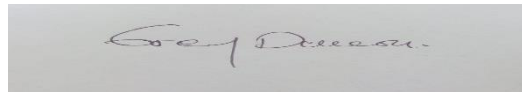
Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

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	PÁGINA 5 de 5	CÓDIGO: GEC-R-03

Total, Población Impactada Grupos Regulares:45

TOTAL, GENERAL:45



**GREY DUCUARA
METODOLOGA DEPORTIVA DE DISCAPACIDAD**

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 19/04/2021	PÁGINA 1 de 8	CÓDIGO: GEC-P-03

INFORME TÉCNICO PROGRAMA TOLIMA TIERRA DE TALENTOS

RESPONSABLE DEL INFORME	METODOLOGO LINO ANDRES GOMEZ ESPINOSA
EMAIL	Metodologo.indeportestolima@gmail.com
PERIODO DEL INFORME	01/06/2021 al 30/06/2021

Informe de actividades del mes de mayo de las ligas deportivas del ciclo de juegos nacionales, tales como ajedrez, futbol de salón, lucha, tejo, tenis de mesa y triatlón donde se les acompaña en el proceso de cómo se están desarrollando las actividades en los entrenamientos, chequeos y eventos que participan nuestros deportistas.

Todo el acompañamiento metodológico se realiza a través de visitas presenciales y trabajo virtual con los deportistas el cual se realiza para asesorar y aportarles ideas de mejoramiento continuo en la planificación de los microciclos y mesociclos, de esta manera ayudar a contribuir con el desarrollo deportivo y generar procesos de rendimiento deportivo que ayuden en el mejoramiento de las diferentes capacidades del deportista en su preparación general y específica.

Hay que tener en cuenta que por la situación actual del país muchos de los entrenamientos tuvieron que ser suspendidos y aplazados, además se empleó el trabajo de virtualidad para poder realizar las secciones de entrenamiento planificadas.

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 19/04/2021	PÁGINA 2 de 8	CÓDIGO: GEC-P-03

ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE AJEDREZ (Grupos Regulares)

Municipio: Ibagué

Vereda o Comuna:

Lugar: Virtual

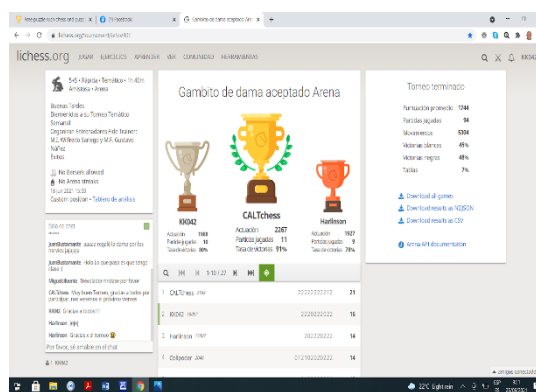
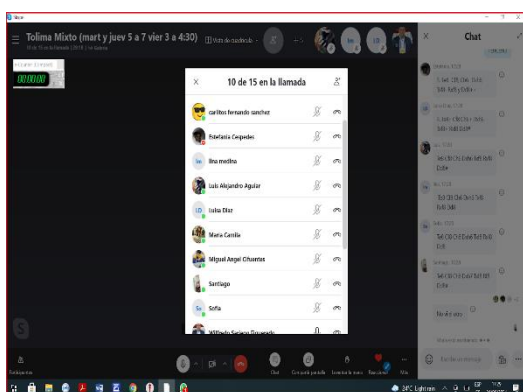
N.º Asistentes: 23 ATLETAS

Liga: Ajedrez

ACTIVIDAD	CANTIDAD MES	CATEGORIA	MODALIDAD	POBLACION
CLASES INDIVIDUALES	15	ADULTO	CLÁSICO	MASCULINO
CLASES	12	INFANTIL	CLASICO	Masculino y Femenino
Clases Grupo Mixto	12	ADULTO	CLASICO	Masculino y Femenino
Clases Grupo Principal	12	ADULTO	CLASICO	MASCULINO

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 acertada y eficaz y aprovechando todo el tiempo en casa, mejorar y además participar en gran cantidad de eventos virtuales y estar en constante competición y cada día mejorar el rendimiento deportivo de cada uno de los deportistas.

Los entrenamientos se realizan de lunes a sábados, por lo que al mes se llevan a cabo 24 sesiones de entrenamiento donde participan atletas principalmente de la ciudad de Ibagué pero también de Anzoátegui, Cajamarca, Líbano.



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: 19/04/2021	PÁGINA 3 de 8	CÓDIGO: GEC-P-03

ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE FUTBOL DE SALON – MASCULINO

Municipio: Ibagué

Vereda o Comuna: 3

Lugar: presencial

N.º Asistentes: 20 ATLETAS

Liga: futbol de salón del Tolima

Los entrenamientos se efectúan de martes, jueves, viernes 8 pm a 10 pm en el polideportivo la granja 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 16 secciones de entrenamiento donde participan atletas principalmente de la ciudad de Ibagué pero también 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: 19/04/2021	PÁGINA 4 de 8	CÓDIGO: GEC-P-03

ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE FUTBOL DE SALON - FEMENINO

Municipio: Ibagué

Vereda o Comuna: 3

Lugar: presencial

N.º Asistentes: 19 ATLETAS

Liga: futbol de salón del Tolima

Los entrenamientos se efectúan de martes, jueves, viernes 6 pm a 8 pm en el polideportivo la granja y sábados 8 am a 10 pm en el coliseo de las 42 con 5. por lo que al mes se llevan a cabo unas 18 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: 19/04/2021	PÁGINA 5 de 8	CÓDIGO: GEC-P-03

ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE LUCHA OLÍMPICA

Municipio: Ibagué

Vereda o Comuna: 9

Lugar: praderas de santa rita mz14 casa 18 etapa 3

N.º Asistentes: 20 ATLETAS

Liga: lucha olímpica

Los entrenamientos se efectúan de lunes a sábados, por lo que al mes se llevan a cabo unas 24 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: 19/04/2021	PÁGINA 6 de 8	CÓDIGO: GEC-P-03

ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE TEJO (Grupos Regulares)

Municipio: Ibagué

Vereda o Comuna: 8-7-11

Lugar: Campo Tejo donde Jefferson: Avenida Ambala 42-40 B. San Luis

Campo Tejo Los Naranjos: B. Ancón

Campo tejo Chispazo: Calle 24 No. 1-26 B, Ferias

N.º Asistentes: 11 ATLETAS

Liga: TEJO

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: 19/04/2021	PÁGINA 7 de 8	CÓDIGO: GEC-P-03

ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE TENIS DE MESA - MASCULINO

Municipio: Ibagué

Lugar: Calle 18 # 7- 30 interlaken

Comuna: 1

N.º Asistentes: 14 ATLETAS

Liga: Tenis de Mesa

Los entrenamientos se efectúan de lunes a viernes, por lo que al mes se llevan a cabo unas 13 sesiones de entrenamiento donde participan atletas principalmente de la ciudad de Ibagué, infortunadamente por la problemática actual del paro nacional hemos tenido inconvenientes para que todos los deportistas asistan a los entrenamientos.



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: 19/04/2021	PÁGINA 8 de 8	CÓDIGO: GEC-P-03

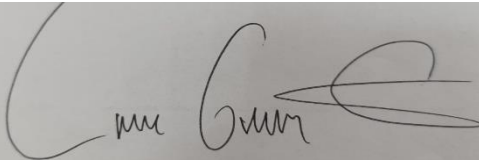
ACTIVIDADES REALIZADAS DE LA LIGA DE TENIS DE MESA - FEMENINO (Grupos Regulares)

Municipio: Ibagué
Lugar: Calle 18 # 7- 30 interlaken
Comuna: 1
Nº Asistentes: 20 ATLETAS
Liga: Tenis de Mesa del Tolima

Se realizaron 25 entrenamientos presenciales con la selección Femenino de Tenis de Mesa apoyado en el plan de entrenamiento, los trabajos se enfocaron en mejorar el trabajo de servicios y las técnicas avanzadas de derecha en mesa, Multibola y trabajo en mesa para el desarrollo de la consistencia de juego con efecto.



TOTAL, GENERAL: 127 ATLETAS



LINO ANDRES GOMEZ ESPINOSA
METODOLOGO DEPORTIVO

 	GOBERNACIÓN DEL TOLIMA NIT: 800.113.672-7 INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE DEPORTES “INDEPORTES TOLIMA” NIT: 809.005.065-6 www.indeportestolima.gov.co	
---	---	---

**INFORME MENSUAL JUNIO DEL 2021 METODOLOGO:
CARLOS ANDRES MARTINEZ NOGUERA
INFORME TÉCNICO PROGRAMA –
JUDO CONVENCIONAL**

RESPONSABLE DEL INFORME	JORGE ENRIQUE FLOREZ DIAZ
EMAIL	Jorgeflorez1278@gmail.com
PERIODO DEL INFORME	Del 01 al 30 de Junio de 2021

La Liga de Judo del Tolima, inicia con un trabajo metodológico orientada al desarrollo de habilidades motrices básicas y practicadas en jornadas donde se realizaron procesos de fundamentación que permiten el perfeccionamiento técnico, táctico, teóricos, físicos y psicológicos del Judo a través de la realización de diferentes métodos de enseñanza, el proceso de cadetes, junior y mayores se realizó en tres sesiones por semana en fundamentación técnica de Tachi waza (desplazamientos, agarres y derribos desde la posición de pie) y dos sesiones por semana en fundamentación técnica de Ne waza (controles, inmovilizaciones, estrangulamientos y luxaciones) con una intensidad total de 5 sesiones por semana de dos horas por sesión y el día sábado una sesión de una hora de preparación física (trabajo individual).

Sesiones: 23

**ACTIVIDADES REALIZADAS
(Grupos Regulares)**

Se llevaron procesos de entrenamiento, masificación y formación deportiva, la Liga de Judo del Tolima desarrolla estos procesos formativos de enseñanza y aprendizaje, con el proceso de Cadetes, Junior y mayores de 18:30 a 20:30 horas de la noche, lunes, miércoles y viernes se realizan trabajos técnico - tácticos de Tachi waza (desplazamientos, agarres y derribos desde la posición de pie), yakuzoku y Randori (combates técnicos sin resistencia y con resistencia), martes y jueves trabajo técnico de Ne waza (controles, inmovilizaciones, estrangulamientos y luxaciones), Yakuzoku y Randori en suelo de ataque y defensa, circuitos de alta intensidad, trabajos isométricos y de fuerza, piques de agilidad y reacción de 10x5 mts, juegos, escalada de laso, coordinativos, gestos técnicos con bandas elásticas de poder y con el compañero, uchi Komi (técnica repetitiva) de resistencia y de velocidad, nage Komi (lanzamientos repetitivos) de velocidad y remate, trabajos de kumi kata (agarres), trabajos de potencia con peso libre y con el compañero (Snatch, hand clean, press militar, remo), pliométricos, propiocepción y combinados, al igual que se realizaron chequeos amistosos y entrenamientos con la Liga de Judo de las Fuerzas Militares para el mejoramiento técnico y táctico de nuestros Judokas tolimeses.

El total de asistencia entre cadetes, Junior y mayores a los Entrenamientos fue de 21 deportistas, (anexo lista de asistencia).

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos No Regulares)

Se realizó Taller de promoción y masificación en iniciación deportiva de Judo para el fortalecimiento del semillero.

El total de asistencia al taller de promoción y masificación, 12 niños.

EVENTOS REALIZADOS Y APOYADOS

En el presente mes no se realizó ningún evento deportivo.

SESIONES DE ENTRENAMIENTO

LUGAR: DOJO LIGA DE JUDO DEL TOLIMA



"EL TOLIMA NOS UNE"

Calle 18 No. 7 – 30 B/Interlaken –TEL: 2794850 - 2794851
Ibagué Tolima – indeportestolima@gmail.com

Se Realizaron entrenamientos y chequeos amistosos con la Liga de Judo FFAA



Taller de promoción y masificación en iniciación deportiva de Judo para el fortalecimiento del semillero.



Total, Población Impactada Grupos Regulares: 21
Total, Población Impactada Grupos No Regulares: 12
Total, Población Impactada Eventos: 0
Total, Inversión: 0
TOTAL, GENERAL: 33



JORGE ENRIQUE FLOREZ DIAZ
Entrenador Liga de Judo del Tolima

 	GOBERNACIÓN DEL TOLIMA NIT: 800.113.672-7 INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE DEPORTES “INDEPORTES TOLIMA” NIT: 809.005.065-6 www.indeportestolima.gov.co	
---	---	---

LIGA DE KARATE DO

RESPONSABLES DEL INFORME	LUIS EDUARDO TORRES SANCHEZ LUIS ALEJANDRO POVEDA GUTIERREZ STEFANNY MEDINA ARBELÁEZ
EMAIL	likatol@hotmail.com bushidoibague@hotmail.com
PERIODO DEL INFORME	01 al 30 de Junio de 2021

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Liga: Karate Do

Municipio: Ibagué

Zona: Urbana

Lugar: Cr5 calle 44 frente a la glorieta (unidad deportiva) Y Bushido Dojo Ibagué, Cra 5 calle 74 esquina Piso 2 Jordán Et 3

N. ° Asistentes: 240

SESIONES: 22

Entrenadores: Luis Eduardo Torres y Luis Alejandro Poveda

Formadora: Stefanny Medina Arbeláez

ENTRENADOR: LUIS EDUARDO TORRES

Las actividades que normalmente se realizan son las de entrenamiento deportivo en karate-do con deportistas que ya llevan cierta experiencia en la disciplina algunos de ellos son selección Colombia, medallistas nacionales o están en su proceso de preparación para representar al departamento, ellos realizan aproximadamente 24 sesiones de entrenamiento y en su mayoría son adolescentes entre los 11 a los 40 años, divididos por categorías:

Principiantes-Masificación: se trabajó con un promedio de 20 deportistas nuevos los cuales realizan entrenamiento básico y entrenan 3 sesiones semanales, proceso importante para la detección de talentos que en un futuro pueden representar a la liga.

Intermedios: deportistas que ya llevan más de un año de entrenamientos en adelante pero que no han competido en ningún evento departamental y de haber participado no se ha posicionado bien en el ranking departamental. Dichos deportistas realizan 5 sesiones de entrenamiento semanal este grupo ya es un poco más reducido y se maneja alrededor de 25 deportistas.

"EL TOLIMA NOS UNE"

Calle 18 No. 7 – 30 B/Interlaken –TEL: 2794850 - 2794851
Ibagué Tolima – indeportestolima@gmail.com

 	GOBERNACIÓN DEL TOLIMA NIT: 800.113.672-7 INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE DEPORTES "INDEPORTES TOLIMA" NIT: 809.005.065-6 www.indeportestolima.gov.co	
---	---	---

Avanzados: estos deportistas son 15 que realizan entrenamientos un poco más extensos y trabajan 8 sesiones semanales distribuidas de la siguiente manera: (1 sesión de solo Kumite 2 sesiones tácticas 3 de preparación física y dos sesiones técnicas) en ellos se encuentran selecciones Colombia, medallistas nacionales y departamentales y deportistas proyectados a juegos nacionales.

ENTRENADOR: LUIS ALEJANDRO POVEDA

Se llevaron a cabo entrenamientos con grupo de pre-karate, semilleros de formación y trabajos de preparación física con los deportistas (avanzados), a cargo me encuentro con cinco grupos, con un promedio de 3 entrenamientos semanales, divididos de la siguiente manera:

- Grupo 1 pre-karate (4 a 6 años) principiantes
- Grupo 2 formación (7 a 11 años) principiantes
- Grupo 3 formación (7 a 11 años) intermedios
- Grupo 4 formación (8 en adelante) intermedios
- Grupo 5 preparación física (13 a 25 años) avanzados

Se abarca un total de 60 deportistas, trabajando en el grupo de pre- karate habilidades motrices básicas, gimnasia básica, técnica, flexibilidad y la importancia del respeto y la empatía con los compañeros, en los semilleros de formación se trabajó preparación física básica, el grupo de semillero intermedios que abarca edades entre 8 a 11 años se especificó el trabajo táctico del combate y se reforzó el trabajo técnico del kata y en el grupo de preparación física (avanzados) realizamos trabajos de velocidad en el centenario y cap. aeróbica zona 3 y 4 alternada por semana, de igual manera complementaron con ejercicios de fuerza isométrica con técnicas de la modalidad de kata.

FORMADOR: STEFANNY MEDINA ARBELÁEZ

Se llevaron a cabo entrenamientos con semilleros de formación y selección del club Bushido Dojo, en horarios de lunes a sábado, los primeros entrenando con una intensidad de 3 veces por semana y los segundos de lunes a sábado. Cada uno de los grupos de semilleros y seleccionado del club se subdividen en rangos de edades.

Grupos de semilleros de Formación: **Grupo 1** (6 a 10 años) Principiantes
Grupo 2 (11 a 16 años) Principiantes
Grupo 3 (6 a 10 años) Intermedios

"EL TOLIMA NOS UNE"
Calle 18 No. 7 – 30 B/Interlaken –TEL: 2794850 - 2794851
Ibagué Tolima – indeportestolima@gmail.com

Grupo 4 (11 a 16 años) Intermedios
Grupo 5 (16 años y mayores) Intermedios

Grupo Selección: ÚNICO (12 años en adelante) Avanzados

Con todos los grupos de formación (según nivel de práctica) se realizaron trabajos de perfeccionamiento técnico haciendo énfasis en el trabajo de KIHON y KATA ya que se aproximan los exámenes de cambio de grado. De igual manera se incluyeron trabajos de habilidades coordinativas y acondicionamiento físico.

Con el grupo de competencia, se llevaron a cabo entrenamientos específicos teniendo como prioridad en el Trabajo de KATA, el trabajo de KATA EQUIPO – BUNKAI (Aplicaciones del Kata) y en la parte de KUMITE, enfatizando en el trabajo técnico – táctico, como su aplicabilidad en momentos específicos del combate, teniendo como metodología la modelación situacional, simulacros de competencia y combates arbitrados.

EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

El Primer campeonato Nacional Federado que está programado para las fechas comprendidas entre el 21 y 25 de julio, al parecer esta fecha es la definitiva, ya que todos los deportistas necesitan eventos competitivos y la federación mantener su calendario de competencias (FCK).

1. Se realizó el día 12 de junio el 4° taller de defensa personal, con los deportistas de la liga de karate-do como tema de referencia fue enfocado hacia el combate urbano el entrenador invitado fue el 4° dan en taekwondo Gilbert espinosa Lizcano.
2. Todos los viernes se han proyectado competencias interna de Kumite como si se realizaran campeonatos relámpagos.
3. Se proyectó para la primera semana de julio una concentración con la selección de Cundinamarca con el fin de preparar a nuestros deportistas al interligas que se realizara afinales del mismo mes.
4. Se realizó un entrenamiento funcional con el entrenador Luis Meneses en el cual participaron los deportistas de competencia de la liga.
5. Se proyectó realización de un taller básico de karate con la comunidad de

praderas de Santa Rita.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



Población impactada Liga de Karate del Tolima (240) Deportistas

TOTAL, GENERAL: 240 Niños, niñas, adolescentes Y Adultos

50 Niños, niñas, adolescentes Y Adultos (Grupos Regulares, competidores)

60 Niños, niñas, adolescentes y Adultos (Grupos Regulares, nivel intermedio)

130 Niños, niñas adolescentes y Adultos (Grupos Regulares, semilleros, escuelas de formación).



LUIS ALEJANDRO POVEDA
ENTRENADOR LIGA DE KARATE

INFORME TÉCNICO LIGA DE LEVANTAMIENTO DE PESAS

RESPONSABLE DEL	ERIKA L. MUÑOZ PACHECO
------------------------	-------------------------------

"EL TOLIMA NOS UNE"

Calle 18 No. 7 – 30 B/Interlaken –TEL: 2794850 - 2794851

Ibagué Tolima – indeportestolima@gmail.com

 	GOBERNACIÓN DEL TOLIMA NIT: 800.113.672-7 INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE DEPORTES "INDEPORTES TOLIMA" NIT: 809.005.065-6 www.indeportestolima.gov.co	
---	---	---

INFORME	SERGIO ECHEVERRY NATALIA VERA
EMAIL	lev.pesas.tolima@gmail.com
PERIODO DEL INFORME	1 al 30 junio del 2021

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Municipio: IBAGUE

Vereda o Comuna: 9

Lugar: Estadio Manuel Murillo Toro

N.º Asistentes: 30

Liga: Levantamiento de Pesas del Tolima

Entrenadores: Erika Muñoz - Sergio Echeverry

Formadores: Natalia Vera

Sesiones :21

Se realizaron los entrenamientos de levantamiento de pesas con los deportistas de selección y los deportistas de iniciación, en la ciudad de Ibagué, de forma presencial cumpliendo con todos los protocolos de bioseguridad. En el cual se efectuaron las respectivas secciones de entrenamientos de las diferentes categorías, ramas masculinas y femeninas, de igual manera se han venido vinculando nuevos deportistas a la iniciación deportiva, además, se inició la preparación física, técnica y táctica para los próximos eventos por desarrollarse, con el acompañamiento del equipo biomédico de las ciencias aplicadas del deporte de Indeportes Tolima.

Los horarios de entrenamiento son: de lunes a viernes de 8 a 12 de la mañana y de 2 a 6 de la tarde y los sábados a las 4 de la tarde.



ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos No Regulares)

"EL TOLIMA NOS UNE"

Calle 18 No. 7 – 30 B/Interlaken –TEL: 2794850 - 2794851

Ibagué Tolima – indeportestolima@gmail.com

Municipio: IBAGUE

Vereda o Comuna: 9

Lugar: Estadio Manuel Murillo Toro

N.º Asistentes: 10

Liga: Levantamiento de Pesas del Tolima

Se efectuaron los entrenamientos de levantamiento de pesas con los deportistas de masificación y formación, en la ciudad de Ibagué, de forma presencial cumpliendo con todos los protocolos de bioseguridad. Se han vinculado nuevos deportistas que, aunque no son constantes en los entrenamientos se ha tenido contactos con ellos para que continúen con el proceso. Las secciones de entrenamientos se realizan de acuerdo a la edad y al desarrollo básico motor en las diferentes categorías de peso corporal, ramas masculinas y femeninas, además, se inició la preparación física y técnica. Se realizan los entrenamientos de lunes a viernes de 9 a 11 de la mañana y de 2 a 4 de la tarde.



EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

Municipio: IBAGUE

Vereda o Comuna: COMUNA 9

Lugar: IBAGUE, COLEGIO LICEO NACIONAL

N.º Asistentes: 97 DEPORTISTAS

El campeonato se realizó del 3 al 5 de junio del 2021, colegio Liceo Nacional, en la ciudad de Ibagué, Tolima. En este evento participaron deportistas de todo el departamento del Tolima, además, se invitaron clubes de 5 departamentos (Risaralda, Caldas, Quindío, Huila y Cundinamarca) donde participaron alrededor de 100

"EL TOLIMA NOS UNE"

Calle 18 No. 7 – 30 B/Interlaken – TEL: 2794850 - 2794851

Ibagué Tolima – indeportestolima@gmail.com

deportistas. Se participó con 27 deportistas de levantamiento de pesas del departamento del Tolima en el campeonato Copa Eje Cafetero en las categorías sub 17 y libre (mayores).

El torneo fue de gran importancia para nosotros como liga y para los atletas volver a tener eventos presenciales después de más de un año sin participación de este tipo de competencias, se vuelve a sentir el espíritu competitivo y motivación de cada día superasen así mismos. Además, estos tipos de eventos nos ayuda a preparar a nuestros atletas para afrontar los eventos nacionales e internacionales que están por venir.



Total, Población Impactada Grupos Regulares:30

Total, Población Impactada Grupos No Regulares:10

Total, Población Impactada Eventos: 97

TOTAL, GENERAL: 137

ERIKA MUÑOZ

ENTRENADORA LEV. PESAS

"EL TOLIMA NOS UNE"

Calle 18 No. 7 – 30 B/Interlaken –TEL: 2794850 - 2794851

Ibagué Tolima – indeportestolima@gmail.com

 	GOBERNACIÓN DEL TOLIMA NIT: 800.113.672-7 INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE DEPORTES “INDEPORTES TOLIMA” NIT: 809.005.065-6 www.indeportestolima.gov.co	
---	---	---

INFORME TÉCNICO LIGA DE FUTBOL

RESPONSABLES DEL INFORME	JORGE LUIS BERNAL CAVIEDES JORGE ENRIQUE ESPINEL RAMIREZ NESTOR ENRIQUE CORTEZ DIAZ ANTONY PINZON HARRISON ALEXANDER MENDOZA GARCIA JOHN ALEXANDER AGUILAR CAMPOS ELKIN JOSE GRANADOS VELASQUEZ
EMAIL	lidefutbol@yahoo.com
PERIODO DEL INFORME	01 al 30 de Junio de 2021

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Liga: FUTBOL

Municipio: Ibagué

Zona: Urbana

Lugar: Parque Deportivo, Estadio Alterno

N. ° Asistentes: 89

Entrenadores: JORGE LUIS BERNAL CAVIEDES, JORGE ENRIQUE ESPINEL RAMIREZ, NESTOR ENRIQUE CORTEZ DIAS, ANTONY PINZON

Preparadores Físicos: HARRISON ALEXANDER MENDOZA GARCIA, JOHN ALEXANDER AGUILAR CAMPOS.

Preparador Guardametas: ELKIN JOSE GRANADOS VELASQUEZ

Entrenador - Coordinador Selecciones Tolima: JORGE LUIS BERNAL CAVIEDES

Las actividades que se desarrollan son de acuerdo a los principios del entrenamiento deportivo en el componente técnico táctico en futbol con deportistas U-17 masculinos categoría juvenil que ya llevan cierta experiencia y pertenecen a diversos clubes de nuestro departamento del Tolima y la ciudad de Ibagué, y están en su proceso de competición para jugar la Final a desarrollarse en la ciudad de Barranquilla en fechas por confirmar durante el mes de julio.

La selección Tolima U 17 durante el mes de junio realizo aproximadamente 19 sesiones de entrenamiento y 5 partidos de competencia en la semifinal nacional con sede en la ciudad de Popayán – Cauca del 21 al 27 de junio de 2021.

Deportistas Avanzados: En total son 25 deportistas que realizan entrenamientos semanales distribuidos de la siguiente manera: (Desarrollando los componentes Tácticos, Técnicos, Físicos, Teóricos, partidos de competencia y preparatorios).

"EL TOLIMA NOS UNE"

Calle 18 No. 7 – 30 B/Interlaken –TEL: 2794850 - 2794851

Ibagué Tolima – indeportestolima@gmail.com



EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Entrenador: JORGE ENRIQUE ESPINEL RAMIREZ

Las actividades se desarrollaron de acuerdo a los principios del entrenamiento deportivo en el componente técnico táctico en fútbol con deportistas U-15 femeninas categoría prejuvenil que suman experiencia y procesos deportivo a nivel de selecciones y pertenecen a diversos clubes de nuestro departamento del Tolima y la ciudad de Ibagué, la Selección Tolima Infantil U 15 femenina participo en el zonal nacional con sede en Bogotá realizando 4 puntos y ocupando el tercer puesto del zonal nacional del 18 al 21 de mayo del año 2021 en la ciudad de Bogotá.

La selección Tolima U 15 durante el mes de junio realizo aproximadamente 15 sesiones de entrenamiento y 1 partido preparatorio e igualmente 3 partidos competitivos del zonal nacional.

Deportistas Avanzados: En total son 25 deportistas que realizaron entrenamientos semanales distribuidos de la siguiente manera: (Desarrollando los componentes Tácticos, Técnicos, Físicos, Teóricos, partido preparatorio y competitivos).



EVIDENCIA FOTOGRAFICA

"EL TOLIMA NOS UNE"

Calle 18 No. 7 – 30 B/Interlaken – TEL: 2794850 - 2794851
Ibagué Tolima – indeportestolima@gmail.com

Entrenador: ANTHONY PINZÓN MEDINA

Las actividades se desarrollaron de acuerdo a los principios del entrenamiento deportivo en el componente técnico táctico en fútbol con deportistas U-15 Masculinos categoría pre juvenil que compitieron en la semifinal nacional en la sede de Ibagué Tolima del 17 al 23 de mayo; los deportistas pertenecen a diversos clubes de nuestro departamento del Tolima y la ciudad de Ibagué, la Selección Tolima prejuvenil U 15 masculina clasificó a la final nacional entre las mejores 8 selecciones de nuestro país Colombia y competirá en el mes de junio en fechas y sedes por confirmar.

La selección Tolima U 15 durante el mes de mayo realizó aproximadamente 19 sesiones de entrenamiento y 5 partidos de competición en la fase semifinal Nacional.

Deportistas Avanzados: En total son 25 deportistas que realizaron entrenamientos semanales distribuidos de la siguiente manera: (Desarrollando los componentes Tácticos, Técnicos, Físicos, Teóricos, partidos preparatorios y de competencia).



EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Entrenador: NESTOR ENRIQUE CORTEZ DIAZ

Las actividades que se desarrollan como asistente técnico son de acuerdo a los principios del entrenamiento deportivo en el componente técnico táctico en fútbol con deportistas U-17 masculinos categoría juvenil que ya llevan cierta experiencia y pertenecen a diversos clubes de nuestro departamento del Tolima y la ciudad de Ibagué, y están en su proceso de competición para jugar la Final a desarrollarse en la ciudad de Barranquilla en fechas por confirmar durante el mes de julio.

La selección Tolima U 17 durante el mes de junio realizó aproximadamente 19 sesiones de entrenamiento y 5 partidos de competencia en la semifinal nacional con sede en la ciudad de Popayán – Cauca del 21 al 27 de junio de 2021.

Deportistas Avanzados: En total son 25 deportistas que realizan entrenamientos semanales distribuidos de la siguiente manera: (Desarrollando los componentes Tácticos, Técnicos, Físicos, Teóricos, partidos de competencia y preparatorios).



EVIDENCIA FOTOGRAFICA

PREPARADOR FISICO: HARRISON ALEXANDER MENDOZA GARCIA

Las actividades se están desarrollando de acuerdo a los principios del entrenamiento deportivo enfatizado en la Preparación Física del fútbol con deportistas U-15 y U 17 masculinos categoría prejuvenil y juvenil los cuales pertenecen a diversos clubes de nuestro departamento del Tolima y la ciudad de Ibagué, la Selección Tolima prejuvenil U 17 masculina clasificó a la fase final nacional entre las mejores 8 selecciones de nuestro país Colombia y competirá en dicha final en sede de barranquilla y fechas por confirmar; en la fase semifinal con sede en Popayán obteniendo dicha clasificación; igualmente está compitiendo a la fase semifinal la selección Tolima U15 masculina en la ciudad de Bucaramanga del 27 de junio al 04 de julio.

Las selecciones Tolima U 15 y U 17 durante el mes de junio realizaron aproximadamente 19 sesiones de entrenamiento cada una, partidos preparatorios U 17 e igualmente los partidos de la semifinal Nacional U 15.

Deportistas Avanzados: En total son 25 deportistas de cada categoría (U15 y U 17); también se realiza apoyo con la selección U17 femenina por el cual se realizaron entrenamientos semanales distribuidos de la siguiente manera: (Desarrollando los componentes Tácticos, Técnicos, Físicos, Teóricos, partidos preparatorios y de competencia).



GOBERNACIÓN DEL TOLIMA
NIT: 800.113.672-7
INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE
DEPORTES "INDEPORTES TOLIMA"
NIT: 809.005.065-6
www.indeportestolima.gov.co



EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Entrenador: JOHN ALEXANDER AGUILAR CAMPOS

Las actividades se desarrollaron de acuerdo a los principios del entrenamiento deportivo y el componente de la preparación física en fútbol con deportistas U-15 femeninas categoría prejuvenil que suman experiencia y proceso deportivo a nivel de selecciones y pertenecen a diversos clubes de nuestro departamento del Tolima y la ciudad de Ibagué, la Selección Tolima Infantil U 15 femenina participo en el zonal nacional con sede en Bogotá realizando 4 puntos y ocupando el tercer puesto del zonal nacional del 18 al 21 de mayo del año 2021 en la ciudad de Bogotá.

La selección Tolima U 15 durante el mes de junio realizo aproximadamente 15 sesiones de entrenamiento y 1 partido preparatorio e igualmente 3 partidos competitivos del zonal nacional.

Deportistas Avanzados: En total son 25 deportistas que realizaron entrenamientos semanales distribuidos de la siguiente manera: (Desarrollando los componentes Tácticos, Técnicos, Físicos, Teóricos, partido preparatorio y competitivos).



EVIDENCIA FOTOGRAFICA

"EL TOLIMA NOS UNE"

Calle 18 No. 7 – 30 B/Interlaken –TEL: 2794850 - 2794851
Ibagué Tolima – indeportestolima@gmail.com

PREPARADOR GUARDAMETAS: ELKIN JOSE GRANADOS VELASQUEZ

Las actividades se están desarrollando de acuerdo a los principios del entrenamiento deportivo enfatizado en la Preparación de los Guardametas del futbol con deportistas U-15 y U 17 masculinos U 15 y U 17 femeninas categoría prejuvenil y juvenil los cuales pertenecen a diversos clubes de nuestro departamento del Tolima y la ciudad de Ibagué, la Selección Tolima prejuvenil U17 masculina clasifico a la fase final nacional entre las mejores 8 selecciones de nuestro país Colombia y compitió en la fase semifinal con sede en Popayán obteniendo dicha clasificación; igualmente está compitiendo en la fase final nacional la selección Tolima U15 del 27 de junio al 04 de julio del año 2021; la Selección Tolima Infantil U15 femenina compitió en zonal Nacional con sede en Bogotá obteniendo el 3 lugar y la selección Tolima prejuvenil U 17 femenina se prepara para el zonal nacional en Ibagué.

La selección Tolima U 15 y U 17 masculinas durante el mes de mayo realizaron aproximadamente 19 sesiones de entrenamiento cada una, partidos preparatorios U 17 e igualmente los partidos de la semifinal Nacional U 17 masculina; las selecciones Tolima U 15 y U 17 femenina acumulo 15 sesiones de entrenamiento cada una y la selección que jugo el zonal nacional 1 partido preparatorio y e partidos de competición.

Deportistas Avanzados: En total son 14 deportistas (guardametas masculinos y femeninos) entre todas las categorías (U 15 y U 17); por el cual se realizaron entrenamientos semanales distribuidos de la siguiente manera: (Desarrollando los componentes Tácticos, Técnicos, Físicos, Teóricos, partidos preparatorios y de competencia).



EVIDENCIA FOTOGRAFICA

EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

Los eventos realizados y programados en diferentes categorías y géneros se describirán a continuación:

Se desarrolló la semifinal Nacional en la categoría infantil U-17 Masculina en la ciudad de Popayán - Cauca entre el 21 al 27 de junio del año 2021, obteniendo como logro deportivo la clasificación a la final nacional, que se desarrollara en barranquilla y fecha por definir hasta en los próximos 8 días DIFUTBOL informara por medio de resolución, igualmente se está compitiendo en la final nacional con la categoría Juvenil U-15 masculina del 27 de junio al 04 de julio en Bucaramanga – Santander; por otro lado las selecciones Tolima femeninas: en cuanto a la U 15 femenina compitió en la ciudad de Bogotá en la fase zonal Nacional de la categoría obteniendo el 3 lugar; y la U 17 tendrá zonal nacional en la ciudad de Ibagué del 8 al 11 de agosto.

Torneos federados organizados por el ente rector en el futbol colombiano DIFUTBOL (División Aficionada del Futbol Colombiano).

Cabe resaltar que la selecciones Tolima son apoyadas por INDEPORTES TOLIMA debido a la contratación de sus entrenadores como Entrenadores, preparadores físicos y de guardametas; para todas las categorías de las selecciones Tolima tanto masculinas como femeninas.

Población impactada Liga de Futbol: 89 Deportistas
TOTAL, GENERAL: 89 Niños, niñas y adolescentes.


JORGE ENRIQUE ESPINEL RAMIREZ
ENTRENADOR

 	GOBERNACIÓN DEL TOLIMA NIT: 800.113.672-7 INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE DEPORTES “INDEPORTES TOLIMA” NIT: 809.005.065-6 www.indeportestolima.gov.co	
---	---	---

INFORME TÉCNICO LIGA DE BILLAR

RESPONSABLE DEL INFORME	JAVIER ERNESTO DIAZ ALVAREZ HENRY SAMUEL DIAZ PARADA YULI SIEMPIRA HOLGUIN ANDRES YESID LOZANO BARRAGAN
EMAIL	jdbillar@yahoo.es
PERIODO DEL INFORME	Junio 2021

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Liga: BILLAR

Municipio: Ibagué.

Zona: Urbana

Lugar: Billares Arkacentro

N. ° Asistentes: 28

Entrenadores Selecciones Tolima: JAVIER ERNESTO DIAZ ALVAREZ Y HENRY DIAZ

Formadores: YULI SIEMPIRA HOLGUIN ,ANDRES YESID LOZANO BARRAGAN

Se realizaron torneos en el mes de junio.

Se llevaron a cabo procesos de Entrenamiento, masificación y Formación en el municipio de el Ibagué, Carmen de Apiclá, presencialmente en escenarios comerciales deportivos (billares) teniendo en cuenta protocolos sanitarios de bioseguridad, alcanzando un total 10 deportistas por municipio se les recalca la importancia de realizar actividades de acondicionamiento físico, técnico, tácticos y también apoyo de las ciencias aplicadas al deporte durante los entrenamientos cotidianos,

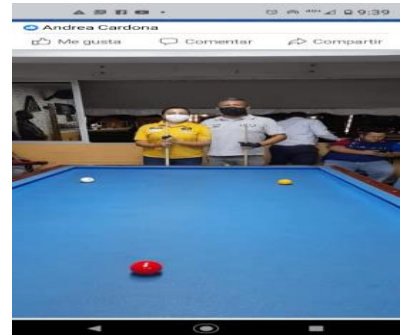
Los días programados fueron los días lunes y martes de todas las semanas en el municipio de Líbano, modalidad tres bandas.

Ibagué 09 de junio torneo de tres bandas billares Arkacentro. Ganador del torneo Javier Díaz, Raúl Reina Sub Campeón y Andrea Cardona un excelente tercer puesto Ibagué 23 de junio en este último evento se contó con la participación de jugadores del club El Monarca del municipio de Líbano y yon Fredy Martínez, dando como ganador a Ricardo Quintero y sub campeón a Alejandro García

"EL TOLIMA NOS UNE"

Calle 18 No. 7 – 30 B/Interlaken –TEL: 2794850 - 2794851

Ibagué Tolima – indeportestolima@gmail.com



La liga de billar del Tolima en su estrategia de formación de nuevos talentos y el entrenamiento de sus selecciones realiza el apoyo de a los billares de los diferentes municipios en el modelo de simulación de torneos.

EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

Total, Población impactada grupos regular: 28 deportistas aproximadamente.

Total, Población impactada grupos no regular: 30

Total, Población impactada eventos: 58

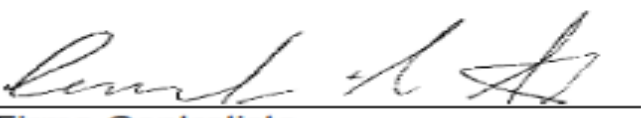


JAVIER ERNESTO DIAZ ALVAREZ
Entrenador Liga de Billar del Tolima

TOTAL LIGAS

LIGA	REGULARES	NO REGULARES	TOTAL
KARATE DO	240	-	240
JUDO	21	12	33
LEVANTAMIENTO PESAS	30	10	40
FUTBOL	89	-	89
BILLAR	28	30	58
	408	52	460

FECHA DE ENTREGA 1 DE JULIO DEL 2021



CARLOS ANDRES MARTINEZ NOGUERA
METODOLOGO INDEPORTES

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 19/04/2021	PÁGINA 1 de 6	CÓDIGO: GEC-P-03

INFORME TÉCNICO PROGRAMA TOLIMA TIERRA DETALENTOS

RESPONSABLE DEL INFORME	RAFAEL MENDEZ RAMOS
EMAIL	Rafaelfmen25@hotmail.com
PERIODO DEL INFORME	Del 01 al 30 de junio 2021

INFORME TÉCNICO PROGRAMA TOLIMA TIERRA DE TALENTOS

Para elaborar una estrategia adecuada de priorización deportiva orientada al alto rendimiento, es necesario considerar todo aquello que gira en torno al atleta como eje fundamental del proceso deportivo, de ahí que los análisis deben contemplar no solo los resultados deportivos y las condiciones morfo funcionales sino, además, la preparación, proyección y oportunidad que, comparativamente, se constituyan en elementos estratégicos para alcanzar los objetivos trazados como programa

En el marco del desarrollo de las diferentes acciones realizadas por los entrenadores del programa Tolima Tierra De Talentos, con el objetivo de valorar la importancia de la preparación técnico táctica de los diferentes atletas del departamento del Tolima,

El presente informe de tiene como objetivo, dar a conocer las acciones desarrolladas por los entrenadores y formadores deportivos, en el periodo comprendido del 01 al 30 del mes de junio, acciones que fueron ejecutas basadas en el marco de las políticas del programa Tolima tierra de talentos

INFORME TÉCNICO LIGAS DEPORTIVAS

LIGA DE ATLETISMO ACTIVIDADES REALIZADAS

Trabajo intensificado para la categoría SUB 20 con miras al próximo torneo nacional de esta categoría a realizarse en el mes de junio. Campeonato Nacional U 20 con clasificatorio al Suramericano U20 en Lima-Perú, el departamento del Tolima conto con la participación de 26 deportistas, obteniendo 1 ORO, 1 PLATA, 4 BRONCES, y la Clasificación de 2 deportistas al Suramericano de Lima.

Tolima obtuvo el puesto 7 con la participación de 23 ligas y más de 200 deportistas, Por encima de departamentos como Bolívar, Quindío y Risaralda.

Se realiza proceso de iniciación y masificación de la enseñanza del Atletismo, sus diferentes modalidades, de igual forma se desarrolla en los niños habilidades motrices básicas y se complementa con gimnasia básica, con el fin de avanzar en la captación de los próximos talentos, de igual forma se

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: 19/04/2021	PÁGINA 2 de 6	CÓDIGO: GEC-P-03

realizo Trabajo presencial por grupos de 15 alumnos utilizando los medios existentes para mejorar habilidades físico motrices específicas del atletismo (velocidad, resistencia, fuerza, técnicas de carrera, marcha con su respectiva técnica). Utilizando el tiempo libre por medio de los espacios existentes. Grupo 1: 12 sesiones, grupo 2: 24 sesiones y Trabajo intensificado para la categoría SUB 20 con miras al próximo torneo nacional de esta categoría a realizarse en el mes de junio la liga de atletismo, viene desarrollando sus acciones en los municipios de Santa Isabel, trabajo que viene desarrollando el entrenador Henry Ibagué, basado en la formación de base en la modalidades de fondo y medio fondo, en el municipio de San Luis, trabajo realizado por el entrenador Edilson castillo, en el municipio de Chaparral, trabajo realizado por el entrenador Jhonatham Jamir Lezama Jamir, en el municipio de Líbano, trabajo realizado por el entrenador Luis Gabriel Villegas Cruz y en el capital del Tolima con los entrenadores, Daniela Ortiz Salas, Edilson Sanchez Garzon, Milena Agudelo Medina Y Pablo Romero Barragán.

Evidencia Fotográfica



POBLACIÓN IMPACTADA:

Total, Población Impactada Grupos Regulares	146
Total, Población Impactada Grupos No Regulares:	13
Total, Población Impactada Eventos:	26
TOTAL, GENERAL:	185

LIGA DE PATINAJE

Este es el grupo de liga de categorías transición 13 años y mayores de 14 años en adelante aumento

Calle 18 # 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: 19/04/2021	PÁGINA 3 de 6	CÓDIGO: GEC-P-03

considerablemente por la acogida de los clubes al proceso que llevamos para la captación de talentos y proyección al rendimiento, con un total de 102 deportistas de estas categorías. Las categorías mayores se convocan todos de nuevo por el aplazamiento del interligas hasta el mes de octubre. Los entrenamientos de liga quedaron los miércoles, jueves, sábado y domingo. Los demás días de trabajo lo realizaran con los clubes, pero con supervisión de planeación de la liga tolimese de patinaje, En las categorías transición y mayores se les realizaron la planificación de sus entrenamientos con un objetivo claro, tenemos el CAMPEONATO NACIONAL INTERLIGAS, en este mes tuvimos algunos deportistas con miras al SELECTIVO NACIONAL, con miras a obtener un cupo en la Selección Colombia y procesos con miras a JUEGOS NACIONALES. Con estos deportistas se llevan a cabo también entrenamientos de bicicleta, gimnasio y una programación distinta para los deportistas de velocidad y fondo.

Los entrenadores vienen desarrollando actividades de masificación en los municipios de Espinal con la entrenadora Camila Celemin, en el municipio San Sebastián de Mariquita con el entrenador OSCAR HERNAN RODRIGUEZ y la ciudad de Ibagué con los entrenadores Yamid Leandro Díaz y Julian Crespo, los entrenadores anteriormente mencionados trabajan la modalidad de patinaje de carreras y la entrenadora Nancy Andrea Velásquez Cárdenas realiza sus acciones en el municipio del Líbano e Ibagué, la modalidad de patinaje artístico.

DEPORTISTAS PRE-SELECCIONADOS:

JUAN ESTEBAN SANCHEZ CLUB MRC TOLIMA
 JAIMY VERGARA CLUB CCP
 ESTEFANIA FARIAS CLUB METROPOLITANO
 MARIA ANA CONDE CLUB METROPOLITANO

Informe técnico entrenador OSCAR RODRIGUEZ

Una vez más se ve reflejado los entrenamientos que realizo con el grupo de entrenamiento de liga donde siempre se quejaba que no le gustaba los entrenamientos de volumen de vueltas y se retiraba a rodar sola o con Estefanía así ocurrió todas las veces que se citaron a entrenamientos en conjunto con otros deportistas en el cual yo como entrenador estaba dirigiendo los trabajos a realizar.

Mi concepto personal como entrenador y se lo he expresado a los otros entrenadores en ocasiones pasadas es que la deportista María Ana Conde debe socializar su intención de estar en grupo de selección con los directivos de la liga ya que es una deportista que por todo se queja, todo le parece mal y no hace los entrenamientos completos y en todo momento es incitando a los demás compañeros a que le baje a la intensidad programada por el entrenador esto ocurrió muchas veces con mis deportistas de Mrc Tolima donde los regañaba para que hicieran caso omiso a su petición.

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 19/04/2021	PÁGINA 4 de 6	CÓDIGO: GEC-P-03

Evidencia Fotográfica



POBLACIÓN IMPACTADA:

Total, Población Impactada Grupos Regulares	157
Total, Población Impactada Grupos No Regulares:	97
Total, Población Impactada Eventos:	15
TOTAL, GENERAL:	269

LIGA DE CICLISMO

Ilustración pedagógica sobre reglamento, Fisiología, conceptos técnicos, entrenamiento de R.G. R.E. velocidad, trasmonito individual y grupal, fuerza general y específica, secciones de entrenamiento intervalito, controles físicos y técnicos.

Se participó y coordinó la ejecución del chequeo promocional preparatorio a clásica futuras estrellas, articulado con Indeportes Tolima y la empresa privada ovosanti el día 22 de junio en los Municipios de Espinal y Guamo con una participación de 34 deportistas de las categorías Pre juvenil y juvenil, pertenecientes a los Municipios de Villahermosa, Casa Blanca, Fresno, Mariquita, Guayabal, Libano, Ibagué, Coello, Espinal, Flandes y guamo

Categoría pre juvenil

1. Fernando Cifuentes
2. Brihan López
3. Cristófer Mahecha
4. Guillermo Cardona
5. Santiago Mejía
6. Miguel Hernández
7. Santiago Núñez
8. Jeferson Pineda

Categoría Juvenil

1. Brayan Parra
2. Hans Poveda
3. Steven Avilés
4. Johan Obando
5. Felipe Rueda
6. Marlon Castro
7. Oscar Rodríguez
9. Juan Uribe
10. Sebastián Usma

Calle 18 # 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: 19/04/2021	PÁGINA 5 de 6	CÓDIGO: GEC-P-03

Entrenadores:

Carlos Enrique Perez- San Sebastián de Mariquita

Orlando Rojas – Líbano

Geovanny Oyola – Villahermosa

Carlos Alberto Bonilla-Líbano-Mtb

Evidencia Fotográfica



 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 19/04/2021	PÁGINA 6 de 6	CÓDIGO: GEC-P-03

POBLACIÓN IMPACTADA:

Total, Población Impactada Grupos Regulares	63
Total, Población Impactada Grupos No Regulares:	10
Total, Población Impactada Eventos:	40
TOTAL, GENERAL:	113

TOTAL POBLACIÓN IMPACTADA

Total, Población Impactada Grupos Regulares: 366
Total, Población Impactada Grupos No Regulares: 120
Total, Población Impactada Eventos: 81

TOTAL, GENERAL: 567

EVALUACIÓN INDEPORTES TOLIMA		
CARGO	NOMBRE	Vo. Bo
METODÓLOGO	RAFAEL MENDEZ RAMOS	

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 19/04/2021	PÁGINA 1 de 9	CÓDIGO: GEC-P-03

INFORME TÉCNICO PROGRAMA

RESPONSABLE DEL INFORME	CARLOS JOSE VARON TRIANA
EMAIL	Carlos.varon1983@gmail.com
PERIODO DEL INFORME	01/06/2021 al 30/06/2021

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

ACTIVIDADES REALIZADAS LIGA DE ESGIRMA (Grupos Regulares)

La liga de esgrima del Tolima realiza sus entrenamientos de lunes a viernes en horarios de 6:00 am a 8:00 am y de 3:00 pm a 7:00 pm, los días sábados de 10:00 am a 12:00 am, horarios establecidos por la liga en clases virtuales y presenciales. Las clases presenciales se realizan en la sala de esgrima que se encuentra ubicada en el parque deportivo, se trabajan las categorías m9, m11, m13, precadetes, cadetes, juvenil y mayores. Los entrenamientos de la preparación física son generales para la mayoría del grupo y los de preselección Tolima son específicos para cada deportista, los entrenamientos presenciales son individuales todos y virtual por categoría.

En este programa se trabaja con una población de 54 deportistas en las diferentes categorías en proceso de masificación y que se encuentran con proyección competitiva a corto, mediano y largo plazo.

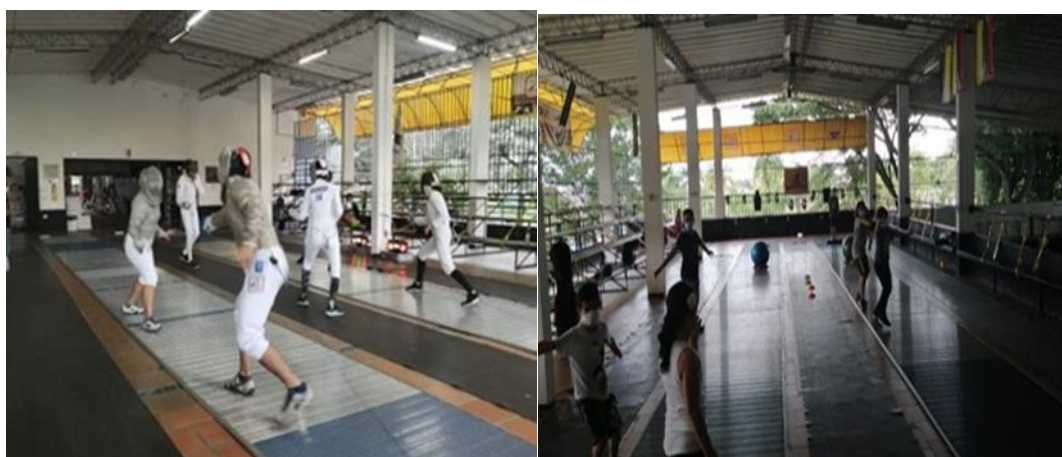
ACTIVIDAD	CANTIDAD MES	CATEGORÍA	MODALIDAD	POBLACIÓN
Clases individuales	78	M13, Precadetes, cadetes, juvenil y mayores	Florete, Espada y sable	Femenino y masculino
Desplazamientos técnicos	3	M13, Precadetes, cadetes, juvenil y mayores	Florete, Espada y sable	Femenino y masculino
Desplazamientos tácticos	5	M13, Precadetes, cadetes, juvenil y mayores	Florete, Espada y sable	Femenino y masculino
Plastrón	1	M13, Precadetes, cadetes, juvenil y mayores	Florete, Espada y sable	Femenino y masculino
Combates dinámica	12	M13, Precadetes, cadetes, juvenil y mayores	Florete, Espada y sable	Femenino y masculino
Concentración Nal	1	Precadetes, cadetes, juvenily mayores	Florete, Espada y sable	Femenino y masculino
Copa Nal	1	Precadetes, cadetes, juvenily mayores	Florete, Espada y sable	Femenino y masculino
ACTIVIDAD	CANTIDAD MES	CATEGORÍA	MODALIDAD	POBLACIÓN

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

lbagué -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: 19/04/2021	PÁGINA 2 de 9	CÓDIGO: GEC-P-03

Clases individuales	2	M9 Y M11	Florete, Espada y sable	Femenino y masculino
Acompañamiento y apoyo entrenamiento técnicos	5	M9 Y M11	Florete, Espada y sable	Femenino y masculino
Acompañamiento entrenamiento físico	5	M9 Y M11	Florete, Espada y sable	Femenino y masculino



EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

Municipio: Ibagué

Vereda o Comuna: 4

Lugar: Sótano 2 Centro Comercial Aqua

N.º Asistentes: 15 (deportistas Tolima)

Liga: Esgrima

Se participó en la Concentración nacional, cadetes, juvenil y mayores en las 3 modalidades: florete, espada y sable, (femenino y masculino) evento de carácter obligatoria como requisito para estar en la preselección Colombia y tener opción de clasificar a los eventos internacionales del 2021.

Se participó en la I Copa nacional M15, cadetes, juvenil y mayores en las 3 modalidades: florete, espada y sable, (femenino y masculino) evento puntuable en el ranking requisito para estar en la preselección Colombia y tener opción de clasificar a los eventos internacionales del 2021.

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 19/04/2021	PÁGINA 3 de 9	CÓDIGO: GEC-P-03



ACTIVIDADES REALIZADAS LIGA DE BOXEO (Grupos Regulares)

La liga de boxeo del Tolima realiza sus entrenamientos de lunes a sábado en horarios de 6:00 am a 8:00 am y de 2:00 pm a 7:00 pm establecidos por la liga presencialmente en espacios abierto en las comunas 13,12,11,10 en Ibagué y en las comunas 2,3,4 en el Espinal en donde se trabaja por categorías iniciación, infantil, juvenil y mayores. Los entrenamientos de la preparación física son generales para la mayoría del grupo y los de preselección Tolima es específica de cada deportista, los entrenamientos presenciales son individuales todos y virtual por categoría.

En este programa se trabaja con una población de 106 deportistas en las diferentes categorías en proceso de masificación y que se encuentran con proyección competitiva a corto, mediano y largo plazo.

N°	ACTIVIDAD	CANTIDAD CLASES	CATEGORIA	MODALIDAD
1	Parada de Combate y pasos planos - combinaciones	12	Mayores. formación juvenil,	combate
2	Ataques-Golpes básicos- rectos y combinaciones	10	Mayores. formación juvenil,	Combate
3	Ataques-Golpes básicos- Ganchos y combinaciones	10	Mayores. formación juvenil,	Combate
4	Ataques-Golpes básicos- cruzados y combinaciones	10	Mayores. formación juvenil,	Combate
5	Defensas de los golpes rectos – de tronco- pierna y brazos	6	Mayores. formación juvenil,	Combate
6	Defensas-Golpes Ganchos- de tronco- pierna y brazos	8	Mayores. formación juvenil,	Combate
7	Defensas-Golpes cruzados de tronco- pierna y brazos	6	Mayores. formación juvenil,	Combate
8-	Preparación física general- fuerza general	10	Mayores. formación juvenil,	Combate
9	Preparación física general- Resistencia Aeróbica. Martinica, variante	10	Mayores. formación juvenil,	Combate

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: 19/04/2021	PÁGINA 4 de 9	CÓDIGO: GEC-P-03

10-	Ciclo-vibra, apoyando los programas del instituto departamental	1	Mayores, juvenil, junior, iniciación	Combate
-----	---	---	--------------------------------------	---------



ACTIVIDADES REALIZADAS: Capacitación técnica de boxeo

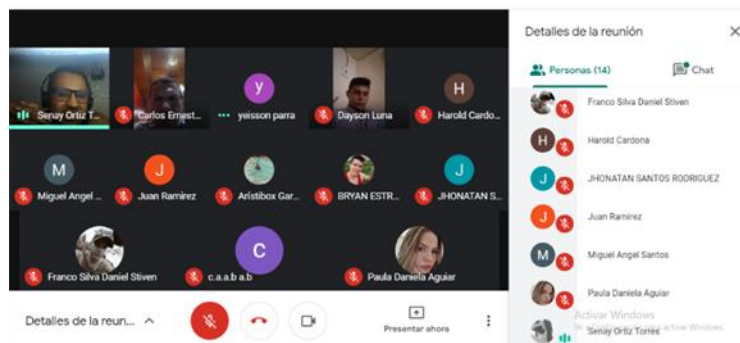
Municipio: Ibagué

Lugar: Virtual

N.º Asistentes: 8

LIGA: BOXEO

Nº	ACTIVIDAD	ROL	MODALIDAD	POBLACION
1	Aspectos metodológicos para la enseñanza del boxeo	Deportistas, monitores y entrenadores Y jueces de la Liga de boxeo del Tolima	combate	masculino
2	Metodología para Planificación del boxeo	Deportistas, monitores y entrenadores de la Liga de boxeo del Tolima	combate	masculino



Total, Población Impactada Grupos Regulares:106

Total, Población Impactada Eventos: 8

TOTAL, GENERAL: 114

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: 19/04/2021	PÁGINA 5 de 9	CÓDIGO: GEC-P-03

ACTIVIDADES REALIZADAS LIGA DE NATACION CARRERAS (Grupos Regulares)

Liga de natación carreras del Tolima realiza sus entrenamientos de lunes a viernes en horarios de 2:30 am a 6:30 pm y los sábados de 8:00 am a 12:00 am establecidos por la liga presencialmente en lagos club comfatolima, en donde trabaja por categorías pre infantil, infantil, pre juvenil, juvenil y mayores (pre selección juegos nacionales. Los entrenamientos de la preparación física son generales para la mayoría del grupo y los de preselección Tolima es específica de cada deportista, los entrenamientos presenciales son individuales y en relevos según el desarrollo del mesociclo con los respectivos microciclos de entrenamiento No 16 al 20, en donde los objetivos fueron mantenimiento de la resistencia Aeróbica de RI-RII, RII, desarrollo y énfasis en el VO2MAX, además de los trabajos Capacidad Aeróbica y Potencia Aeróbica como inicio de la fase precompetitiva y Series Rotas y Series Simuladoras, trabajos de Resistencia a la Velocidad y trabajo Regenerativo en RI. En lo referente a los trabajos en Seco o tierra se continua con el Acondicionamiento físico General, Fuerza Máxima, Resistencia Fuerza Aeróbica, Resistencia a la Fuerza Lactica-Alactica, Fuerza Explosiva cíclica y Fuerza Explosiva Aciclica, Resistencia a la Fuerza de Velocidad, Core, Predeportivo y la Flexibilidad.

En este programa se trabaja con una población de 40 deportistas en las diferentes categorías en proceso de masificación y que se encuentran con proyección competitiva a corto, mediano y largo plazo.



 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 19/04/2021	PÁGINA 6 de 9	CÓDIGO: GEC-P-03

EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

Municipio: Barranquilla

Vereda o Comuna:

Lugar: Complejo acuático

N.º Asistentes: 30 (deportistas Tolima)

Liga: Natación

Se participó en el primer campeonato nacional **INTERLIGAS CATEGORIA INFANTIL B Y JUVENIL A, JUVENIL B Y MAYORES 2021 FECNA** evento puntuable en el ranking requisito para estar en la preselección Colombia y tener opción de clasificar a los eventos internacionales del 2021.



Total, Población Impactada Grupos Regulares: 40

Total, Población Impactada Eventos: 30

TOTAL, GENERAL: 70

ACTIVIDADES REALIZADAS LIGA DE NATACION CARRERAS MODALIDAD POLO ACUATICO (Grupos Regulares)

La liga de natación carreras del Tolima en la modalidad de polo acuático realiza sus entrenamientos de lunes a viernes en horarios de 3:00 pm a 7:00 pm y de 10:00 am a 12:00 am los días sábados, establecidos por la liga presencialmente en espacios abierto en la sede deportiva de la universidad cooperativa y la piscina del barrio villa café, en donde se trabaja por categorías iniciación, infantil, juvenil y mayores. Los

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 19/04/2021	PÁGINA 7 de 9	CÓDIGO: GEC-P-03

entrenamientos de la preparación física son generales para la mayoría del grupo y los de preselección Tolima es específica de cada deportista, los entrenamientos presenciales son individuales todos y virtual por categoría.

En este programa se trabaja con una población de 56 deportistas en las diferentes categorías en proceso de masificación y que se encuentran con proyección competitiva a corto, mediano y largo plazo.



ACTIVIDADES REALIZADAS LIGA DE TENIS DE CAMPO (Grupos Regulares)

Liga de tenis de campo del Tolima realiza sus entrenamientos de lunes a sábado en horarios de 8:30 am a 12:30 pm establecidos por la liga presencialmente en el club campestre, en donde trabaja por categorías pre infantil, infantil, pre juvenil, juvenil y mayores (pre selección juegos nacionales. Los entrenamientos de la preparación física son generales para la mayoría del grupo y los de preselección Tolima es específica de cada deportista, los entrenamientos presenciales son individuales todos y dobles.

Se realizó acompañamiento al cuarto microciclo en las categorías juveniles para consolidar la preseleccion Tolima que participo en el grado 2

En este programa se trabaja con una población de 32 deportistas en las diferentes categorías en proceso de masificación y que se encuentran con proyección competitiva a corto, mediano y largo plazo

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 19/04/2021	PÁGINA 8 de 9	CÓDIGO: GEC-P-03



EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

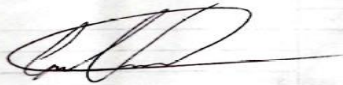
Municipio: Ibagué
Vereda o Comuna:
Lugar: Club campestre
N.º Asistentes: 170
Liga: tenis de campo

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 19/04/2021	PÁGINA 9 de 9	CÓDIGO: GEC-P-03

Se participó en el campeonato nacional **GRADO 2 DESDE LA CATEGORIA INFANTIL A SUB 18** evento puntuable en el ranking requisito para estar en la preselección Colombia y tener opción de clasificar a los eventos internacionales del 2021.



TOTAL, IMPACTADO LIGAS: 511



**FIRMA DEL METODOLOGO
CARLOS JOSE VARON TRIANA**