

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

**INFORME TECNICO MENSUAL
PROGRAMA TOLIMA TIERRA DE TALENTOS**

**METODOLOGO: CARLOS ANDRES MARTINEZ NOGUERA
DEPORTE ASOCIADO**

LIGA DE FUTBOL DEL TOLIMA

RESPONSABLES DEL INFORME	CARLOS MARTINEZ
EMAIL LIGA	lidefutbol@yahoo.com
PERIODO DEL INFORME	01 al 30 de Mayo de 2021

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Liga: FUTBOL

Municipio: Ibagué

Zona: Urbana

Lugar: Parque Deportivo, Estadio Alterno

N. ° Asistentes: 94

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

Sesiones durante el mes: 19

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, ya que están en su proceso de competición para jugar la semifinal a desarrollarse en la ciudad de Popayán del 21 al 27 de Junio.

La selección Tolima U 17 durante el mes de mayo realizo aproximadamente 19 sesiones de entrenamiento y 2 partidos preparatorios.

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

"EL TOLIMA NOS UNE"

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

lidefutbol@yahoo.com



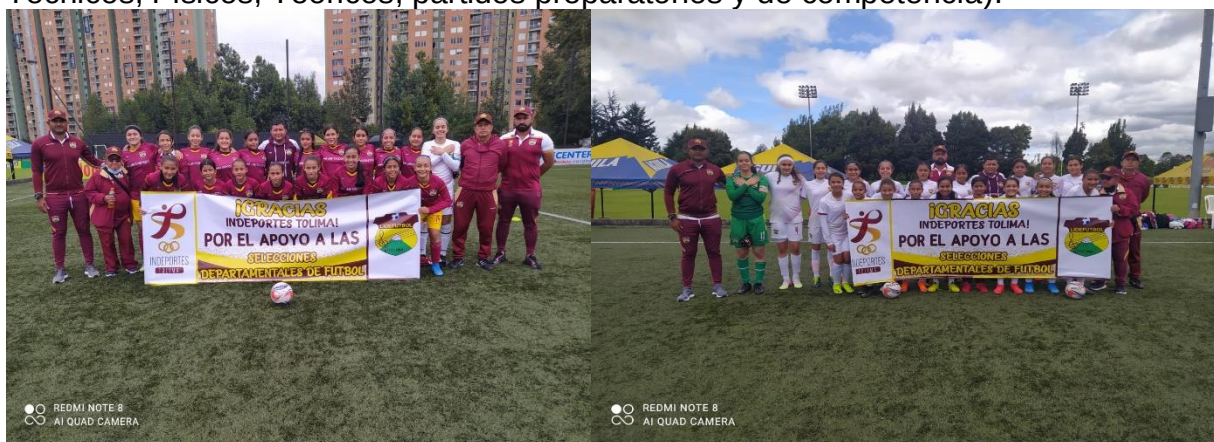
EVIDENCIA FOTOGRAFICA

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-13 femeninas categoría infantil que inician su experiencia a nivel de selecciones y pertenecen a diversos clubes de nuestro departamento del Tolima y la ciudad de Ibagué, la Selección Tolima Infantil U 13 femenina clasificó a la final nacional entre las mejores 6 selecciones de nuestro país Colombia y compitió: finalizando en el 4 puesto, torneo realizado del 24 al 30 de mayo en la ciudad de Bogotá.

La selección Tolima U 13 durante el mes de mayo realizó aproximadamente 19 sesiones de entrenamiento y 4 partidos preparatorios e igualmente 4 partidos de la final Nacional.

Deportistas Avanzados: En total son 29 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: ANTHONY PINZÓN MEDINA

"EL TOLIMA NOS UNE"

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

Instagram: @tolimainfantenil

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 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, ya que están en su proceso de competición para jugar la semifinal a desarrollarse en la ciudad de Popayán del 21 al 27 de Junio.

La selección Tolima U 17 durante el mes de mayo realizó aproximadamente 19 sesiones de entrenamiento y 2 partidos preparatorios.

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

"EL TOLIMA NOS UNE"

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

Correo Electrónico: indeportes@tolima.gov.co



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 15 masculina clasificó a la fase final nacional entre las mejores 8 selecciones de nuestro país Colombia y compitió en la fase semifinal con sede en Ibagué obteniendo dicha clasificación; igualmente está clasificada a la fase semifinal la selección Tolima U17 masculina y competirá en la ciudad de Popayán del 21 al 27 de junio.

La selecciones Tolima U 15 y U 17 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 15.

Deportistas Avanzados: En total son 25 deportistas de cada categoría (U15 y U 17); también se realiza apoyo con la selección U15 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).



EVIDENCIA FOTOGRAFICA

“EL TOLIMA NOS UNE”

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

“Ibagué Tolima” www.indeportestolima.gov.co

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-13 femeninas categoría infantil que inician su experiencia a nivel de selecciones y pertenecen a diversos clubes de nuestro departamento del Tolima y la ciudad de Ibagué, la Selección Tolima Infantil U 13 femenina clasificó a la final nacional entre las mejores 6 selecciones de nuestro país Colombia y compitió: finalizando en el 4 puesto, torneo realizado del 24 al 30 de mayo en la ciudad de Bogotá.

La selección Tolima U 13 durante el mes de mayo realizó aproximadamente 19 sesiones de entrenamiento y 4 partidos preparatorios e igualmente 4 partidos de la final Nacional.

Deportistas Avanzados: En total son 29 deportistas que realizaron entrenamientos semanales distribuidos de la siguiente manera: (Desarrollando los componentes Tácticos, Técnicos, Físicos, Teóricos, partidos preparatorios y de competencia).



EVIDENCIA FOTOGRAFICA

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 fútbol con deportistas U-15 y U 17 masculinos U 13 y U 15 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 U15 masculina clasificó a la fase final nacional entre las mejores 8 selecciones de nuestro país Colombia y compitió en la fase semifinal con sede en Ibagué obteniendo dicha clasificación; igualmente está clasificada a la fase semifinal la selección Tolima U17 masculina y competirá en la ciudad de Popayán del 21 al 27 de junio; la Selección Tolima Infantil U13 femenina compitió en la Final Nacional con sede en Bogotá obteniendo el 4 lugar y la selección Tolima prejuvenil U 15 femenina se prepara para el zonal nacional en Bogotá.

"EL TOLIMA NOS UNE"

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

Instagram: @indeportes_tolima | Facebook: INDEPORTES TOLIMA

La selecciones 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 15 masculina; las selecciones Tolima U 13 y U 15 femenina acumulo 19 sesiones de entrenamiento cada una y la selección que jugo la final juego 4 partidos preparatorios y 4 partidos de competición.

Deportistas Avanzados: En total son 13 deportistas (guardametas masculinos y femeninos) entre todas las categorías (U 13 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).



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-15 Masculina en la ciudad de Ibagué entre el 17 al 23 de mayo, obteniendo como logro deportivo la clasificación a la final nacional, que se desarrollara en sede aún sin confirmar y fecha por definir en los próximos 8 días DIFUTBOL informara por medio de resolución, igualmente se competirá en la semifinal nacional con la categoría Juvenil U-17 masculina del 21 al 27 de junio en Popayán cauca a buscar clasificación a la final nacional; por otro lado las selecciones Tolima femeninas: en cuanto a la U 13 femenina compitió en la ciudad de Bogotá en la Final Nacional de la categoría obteniendo el 4 lugar; y la U 15 tendrá zonal nacional en la ciudad de Bogotá del 15 al 18 de junio, y la categoría Juvenil U-17 Femenina del 10 al 15 de agosto en Ibagué Tolima semifinal Nacional.

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

Cabe resaltar que la selección Tolima U 13 femenina fue apoyada por INDEPORTES

"EL TOLIMA NOS UNE"

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

el Tolima - indeportes@tolima.gov.co



TOLIMA en la final nacional e igualmente la selección u 15 masculina en la semifinal con sede de Ibagué Tolima.

Los entrenadores de las selecciones Tolima están siendo apoyados por INDEPORTES TOLIMA.

Población impactada Liga de Fútbol: 94 Deportistas

TOTAL, GENERAL: 94 Niños, niñas y adolescentes.

INFORME TÉCNICO PROGRAMA LIGA DE LEVANTAMIENTO DE PESAS

RESPONSABLE DEL INFORME	ERIKA L. MUÑOZ PACHECO SERGIO ECHEVERRY NATALIA VERA
EMAIL	lev.pesas.tolima@gmail.com
PERIODO DEL INFORME	1 al 30 mayo del 2021

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Municipio: IBAGUE

Vereda o Comuna: 9

Lugar: Estadio Manuel Murillo Toro

N. ° Asistentes: 30

Liga: Levantamiento de Pesas del Tolima

Entrenadores: Erika Muñoz - Sergio Echeverry

Formadores: Natalia Vera

Sesiones durante el mes: 24

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 sesiones 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.

"EL TOLIMA NOS UNE"

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

indeportes.tolima@gmail.com



ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos No Regulares)

Municipio: IBAGUE

Vereda o Comuna: 9

Lugar: Estadio Manuel Murillo Toro

N. ° 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 contantes en los entrenamientos se ha tenido contactos con ellos para que continúen con el proceso. Las secciones entrenamientos se realizan de acuerdo a la edad y al desarrollo básico motriz 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.

"EL TOLIMA NOS UNE"

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

Instagram: @indeportestolima | Facebook: INDEPORTES TOLIMA



**Total, Población Impactada Grupos Regulares: 30 Total,
Población Impactada Grupos No Regulares: 10 Total,
Población Impactada Eventos: 0**

TOTAL, GENERAL: 40

INFORME TÉCNICO PROGRAMA LIGA DE JUDO DEL TOLIMA

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

ENTRENADOR: JORGE ENRIQUE FLOREZ

Sesiones durante el mes: 20

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, sustentado en el rescate de valores y adquisición de buenos hábitos, que faciliten la formación integral en ambientes de tolerancia, respeto y convivencia de los participantes por medio de la práctica deportiva y recreativa del Judo como un complemento en la formación integral 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 técnicos de Tachi waza (desplazamientos, agarres y derribos desde la posición de pie), yakuzoku (combates técnicos sin resistencia), martes y jueves trabajo técnico de Ne waza (controles, inmovilizaciones, estrangulamientos y luxaciones), Yakuzoku en suelo de ataque y defensa, circuitos de alta intensidad, suicidios en la cancha de microfútbol, trabajos isométricos y de fuerza isométrica por tiempos, piques de 25, 50 y 100 mts, piques de agilidad y reacción de 10x5 mts, juegos, escalada de lazo, coordinativos, gestos técnicos con bandas elásticas de poder, trabajos de potencia con peso libre y con el compañero (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).

"EL TOLIMA NOS UNE"

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

El Tolima nos une jorgeflorez1278@gmail.com

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos No Regulares)

Se realizó Taller de Fundamentación Técnica en Ukemis (caídas) de Judo en apoyo al equipo de Katas de la Liga de Karate Do para el mejoramiento en su desarrollo técnico del Kata.

El total de asistencia al taller de fundamentación técnica, 07 deportistas.

EVENTOS REALIZADOS Y APOYADOS

En el presente mes no se realizó ningún evento deportivo.

REGISTRO FOTOGRAFICO:

SESIONES DE ENTRENAMIENTO GRUPOS REGULARES

LUGAR: DOJO LIGA DE JUDO DEL TOLIMA



"EL TOLIMA NOS UNE"

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

"el Tolima nos une" indeportestolima@gmail.com

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



SESIONES DE ENTRENAMIENTO GRUPOS NO REGULARES

Taller de Fundamentación Técnica en Ukemis (caídas) de Judo en apoyo al equipo de Katas de la Liga de Karate Do



Total, Población Impactada Grupos Regulares: 21
Total, Población Impactada Grupos No Regulares: 7
TOTAL, GENERAL: 28

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

INFORME TÉCNICO PROGRAMA DEPORTE ASOCIADO FUTSAL

RESPONSABLE DEL INFORME	DANIEL CUELLAR - OSCAR VILLAMIZAR
EMAIL	Dcvp18@gmail.com - oscarmaldonado0274@gmail.com
PERIODO DEL INFORME	01 de mayo – 30 de mayo 2021

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Liga: Fútbol, modalidad Fútbol Sala Femenino y Masculino

Municipio: Ibagué, Melgar, Mariquita, Cajamarca.

Zona: Urbana – Semi-Urbana

Lugar: Coliseo de las piscinas Olímpicas de la calle 42, Cancha auxiliar Estadio, Coliseo de la Gaitana Jordán primera etapa.

Sesiones mes: 21

N. ° Asistentes: sub 17 masculino 16 deportistas, sub 20 masculino 14 deportistas Total: 30 deportistas en la rama masculina.

Sub-17 femeninas 18 jugadoras, sub-20/libre

12 jugadoras. Total: 30 deportistas rama femenina.

Entrenador Masculino: Daniel Mauricio Cuellar

Entrenador Femenino: Oscar Villamizar

Se realizaron los entrenamientos de acuerdo a lo establecido en el macro I, se dio continuidad a las convocatorias abiertas en las categorías sub-17 y sub-20 en femenino y masculino (zonas sur- norte e Ibagué) con el fin de organizar y fortalecer las selecciones departamentales con miras a la eliminatoria a juegos nacionales 2023.

Se participó como Club con las pre-selecciones femeninas categorías sub-17 y sub-20 en la 3era Recopa Nacional de Futsal, realizada en Ibagué los días 25 al 28 de Mayo, logrando el campeonato con la categoría sub- 20 / primera.

"EL TOLIMA NOS UNE"

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

el Tolima indeportestolima@gmail.com

En la rama femenina se realizó el IV módulo de trabajo con jugadoras de los diferentes municipios del departamento, un total de 12 deportistas concentradas los días 20 al 28 de Mayo en el Hotel JJ Confort.

Se realizó un intercambio deportivo con las selecciones de fútbol de Cajamarca y las pre - selecciones Tolima de fútbol categorías sub-17 y sub-20 femenino y masculino, en el coliseo de la 42, también se realizaron encuentros de preparación entre las pre-selecciones femeninas y masculinas.

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, cancha alterna del Estadio y Polideportivo coliseo la Gaitana, en horarios de 12:00 a 2:00pm, 4:00 a 8:00pm

Sesiones de entrenamiento y Juegos de la pre-selección sub-17 y sub-20 Masculina



"EL TOLIMA NOS UNE"

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

Instagram: @tolimadesportes | Facebook: Instituto Departamental de Deportes Tolima

Sesión de Entrenamiento Selección Tolima Femenina



Población impactada Liga de Futbol Deportistas
 Grupos regulares: 60
 TOTAL, GENERAL: 60 Niños, niñas y adolescentes.

INFORME TÉCNICO PROGRAMA DEPORTE ASOCIADO 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 mayo 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.º Asistentes: 160

SESIONES DURANTE EL MES: 24

Entrenadores: Luis Eduardo Torres y Luis Alejandro Poveda

Formadora: Stefanny Medina Arbeláez

"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	
---	---	---

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.

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 70 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 básicas, junto a trabajos técnicos y tácticos de kata y de kumite, y

"EL TOLIMA NOS UNE"

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

Ibagué Tolima – indeportestolima@gmail.com

en el grupo de preparación física (avanzados) nos encontramos realizando trabajos específicos de pliometría a bajo y mediano impacto con movimientos relacionados al gesto técnico del karate en las dos modalidades.

FORMADORA: 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
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 y en la parte de KUMITE, tanto la exploración de nuevo arsenal técnico, como su aplicabilidad en momentos específicos del combate, teniendo como metodología la modelación situacional. Lo anteriormente mencionado trae como beneficio, no solo la vivencia física sino también la vivencia emocional de cada una de las situaciones entrenadas. De manera adicional, se han tenido en este mes 2 encuentros con el Sensei Jorge Flórez, director técnico de la liga de JUDO, para hacer entrenamientos de caídas y proyecciones, herramientas fundamentales para el trabajo de BUNKAI de los Kata Equipo, tanto masculino como femenino.

EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

Por motivo de la Pandemia por COVID -19 y por la contingencia de orden público que está pasando nuestro país, todos los eventos federados han sido aplazados, por el momento, la fecha tentativa para llevarse a cabo el Primer Campeonato Nacional Interligas e Interclubes 2021, es el 21 de Julio, pero es muy susceptible a ser aplazado. Esta situación hace que también se aplacen los campeonatos departamentales y algunos eventos abiertos que se llevan a cabo en el País, ya que todos ellos determinan su cronograma según calendario de la Federación Colombiana de Karate Do (FCK).

1. Se realizó el día 16 de mayo el taller de defensa personal, con los deportistas de la liga de karate-do como tema de referencia fue enfocado hacia el combate urbano.
2. Se realizó un tope interno en el cual los deportistas participaron en sus modalidades competitivas, haciendo además una segunda función donde eran jueces de los deportistas más pequeños.
3. En vista al aplazamiento del nacional interligas, Se proyectó la participación en un campamento de entrenamiento en la ciudad de Fusagasugá donde realizaran entrenamientos de doble sesión durante 3 días en los cuales se enfocaran en combate.
4. Se proyectó realización de un taller básico de karate con la comunidad de los conjuntos cerrados ubicados en la Arboleda-Picaleña.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

Sesiones de entrenamiento Grupos de Formación (Principiantes e Intermedios)



"EL TOLIMA NOS UNE"

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

ENTRENAMIENTOS SELECCIÓN KATA INDIVIDUAL, KATA EQUIPO Y KUMITE



TORNEO RECREATIVO



TOTAL, GENERAL: 160 Niños, niñas, adolescentes Y Adultos

 	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 PROGRAMA DEPORTE ASOCIADO **LIGA DE BILLAR**

RESPONSABLE DEL INFORME	JAVIER ERNESTO DIAZ ALVAREZ
EMAIL	jdbillar@yahoo.es
PERIODO DEL INFORME	Mayo 2021

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Liga: BILLAR

Municipio: Ibagué, Carmen de Ápicala. Lérída, Líbano

Zona: Urbana

Lugar: Billar Europa y Arkacento (Ibagué) y los municipios mencionados

N. ° Asistentes: 60

Entrenadores Selecciones Tolima: JAVIER ERNESTO DIAZ ALVAREZ,
HENRY SAMUEL DIAZ

Se realizaron torneos en el mes de mayo

Se llevaron a cabo procesos de Entrenamiento, masificación y Formación en el municipio de el Ibagué, Carmen de Venadillo, Lérída y Líbano; 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 12 y 26 de mayo torneo de tres bandas billares Arkacento.

Ibagué miércoles 19 de mayo pool bola 8 billares Europa.

Lérída domingo 30 de mayo torneo de pool bola 9 billares municipio.

Carmen de Ápicala lunes 31 de mayo tres bandas.

Torneo semanal municipio de Libano tres bandas 1ra y 2da categoria

"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.



	FECHA	CAMPEON	SUBCAMPEON	3 Y 4	MODALIDAD	
1	28/10/20	Henry Diaz	Alejandro Garcia	Nelson Caro Gildardo Tovar	tres bandas salidas	salidas 10 entradas
2	11/11/20	Alejandro Garcia	Oscar Susunaga	Gildardo Tovar-Oscar Rivera	tres bandas individual	
3	18/11/20	Leonardo Céspedes	Ricardo Quintero	Oscar Susunaga-Ricardo Vázquez	tres bandas individual	
4	25/11/20	Alejandro Garcia	Oscar Susunaga	Oscar Rivera Gildardo Tovar	tres bandas individual	2/3 set de 15
5	2/12/20	Javier Diaz	Oscar Rivera	Ricardo Quintero-Manuel Tovar	tres bandas individual	2/3 set de 7
6	9/12/20	Ricardo Quintero Oscar Susunaga Miguel	Javier Diaz Diego López Daniel Ospina	Oscar Rivera Luis Varán Juan Carlos Valbuena	tres bandas por equipos	
7	19/12/20	Henry Diaz	Oscar Rivera	Ricardo Quintero-Leonardo Céspedes	tres bandas departamental	
8	27/1/21	Jefferson Garzón	Olimedo Benítez	Leonardo Céspedes Oscar Susunaga	tres bandas individual	2/3 set de 5
9	10/2/21	Gustavo Ríos	Leonardo Céspedes	Ricardo Quintero-Henry Diaz	tres bandas individual	
10	24/2/21	Henry Diaz	Ricardo Vázquez	Eduard Guzmán-Ricardo Quintero	tres bandas individual	
11	17/3/21	Henry Diaz	Podro Nel Ospina	Carlos Lugo Jorge Triana	tres bandas individual	
12	24/3/21	Henry Diaz	Alejandro Garcia	José Luis Toro-Miguel Prieto	tres bandas individual	
13	31/3/21	Henry Diaz	Jelson Gómez	Olimedo Benítez-Jairo Mantoya	tres bandas individual	
14	14/4/21	Alejandro Garcia	Henry Diaz	Jorge Triana John Marcia	tres bandas individual	
15	12/5/21	Oscar Rivera	Tobi	Olimedo Benítez-Alejandro Garcia	tres bandas individual	
16	26/5/21	John Marcia	Henry Diaz	Carlos Lugo-Tobi	tres bandas individual	

Total Población impactada grupos regular: 30 deportistas.
Total Población impactada grupos no regular: 30
Total Población impactada eventos: 60

TOTAL LIGAS

LIGA	REGULARES	NO REGULARES	TOTAL
KARATE DO	160	-	160
JUDO	21	7	28
LEVANTAMIENTO PESAS	30	10	40
FUTBOL(futbol y futsal)	152	-	152
BILLAR	30	30	60
	393	47	440



CARLOS ANDRES MARTINEZ NOGUERA
METODOLOGO INDEPORTES