

**Pasantía en el Instituto para el Fomento del Deporte, la Recreación, el Aprovechamiento
del Tiempo Libre y Educacion Física de Barrancabermeja (INDERBA)**

Sergio Alfonso Rueda Hernández

Trabajo de grado para optar el título de Especialista en Administración Deportiva

Director

Nelson Ariel Niño García

Esp. Administración Deportiva

Universidad Santo Tomás, Bucaramanga

División Ciencias de la Salud

Especialización en Administración Deportiva

2025

Contenido

	Pág.
Introducción	9
1. Contexto de la Organización	10
2. Propósito de la Pasantía	10
3. Descripción de las Actividades Desarrolladas	11
3.1 . Postulación del Evento “Recreovia del Sol”	11
3.2 Presentación de una Prueba Piloto y 6 “Recreovias del Sol” ante el Comité de Eventos	11
3.3 Organización y Ejecución de una Prueba Piloto	12
3.4 Elaboración de un Presupuesto Financiero para la Ejecución de la “Recreovida del Sol”	13
3.5 Organización de los Programas y Actividades a Desarrollar en el Evento.....	14
3.6 Ejecución de la “Recreovida del Sol”	14
3.7 Establecimiento del Legado	16
4. Aprendizajes	17
5. Recomendaciones	18
Referencias.....	20
Apéndices.....	22

Lista de Figuras

	Pág.
Figura 1. <i>Socialización Plan “Recreovida del Sol”</i>	11
Figura 2. <i>Presentación Prueba Piloto</i>	12
Figura 3. <i>Asignación de Roles</i>	12
Figura 4. <i>Prueba Piloto “Recreovida del Sol”</i>	13
Figura 5. <i>Socialización del Presupuesto Financiero</i>	13
Figura 6. <i>Organización de los Programas y Actividades</i>	14
Figura 7. <i>Vía Activa</i>	15
Figura 8. <i>Zona de Recreación</i>	15
Figura 9. <i>Zona Deportiva</i>	16
Figura 10. <i>Implementación del Legado</i>	17

Lista de Apéndices

	Pág.
Apendice A. <i>Plano Operativo “Recrovida del Sol”</i>	22
Apendice B. <i>Presupuesto Financiero</i>	23
Apendice C. <i>Programación Prueba Piloto</i>	25
Apendice D. <i>Programaciones Aprobadas para 5 “Recreovidas del Sol”</i>	26

Resumen

El presente documento contiene el informe final de la pasantía realizada en el Instituto para el Deporte, la Recreación, el Aprovechamiento del Tiempo Libre y la Educación Física del Distrito de Barrancabermeja, INDERBA, en este periodo como pasante, se intentó escribir un nuevo capítulo en el sector donde se brindó espacios para los niños, jóvenes, adultos, familias y amantes del deporte que permitiera dinamizar sus domingos con la mejor oferta recreativa del Instituto.

Durante el desarrollo de la pasantía se trabajó en la creación y ejecución de un evento deportivo que supiera la necesidad de tener a todos los programas misionales de la entidad funcionando al mismo tiempo para la comunidad articulando la Actividad Física, el Deporte y la Recreación con el propósito de implementar una estrategia social que buscara través del ejercicio físico, reunir a todos los estratos socioeconómicos con el fin de combatir el sedentarismo, disminuir el alto índice de violencia, transmitir un mensaje de paz y engrandecer la cultura del Distrito de Barrancabermeja.

Se logro adquirir valiosas experiencias como lo fueron: construir junto a un equipo interdisciplinario el nombre de la “Recreovida del Sol”, conocer todos los requisitos públicos para la realización de un evento masivo, trabajar en un presupuesto público, enriquecer el proceso administrativo y coordinar con los diferentes actores la puesta en marcha de múltiples actividades al servicio de toda la población barranqueña.

Palabras Clave: Actividad Física, Deporte, Ejercicio Físico, Recreación.

Abstract

This document contains the final report of the internship carried out at the Institute for Sports, Recreation, Use of Free Time and Physical Education of the District of Barrancabermeja, INDERBA, in this period as a intern, I tried writing a new chapter in the sector where spaces were provided for children, young people, adults, families and sports lovers to energize their Sundays with the best recreational offerings the institute.

During the development of the internship, work was done on the creation and excution of a sporting event was identified that would meet the need to have all the entity's missionary programs functioning at the same time for the community, articulating Physical Activity, Sports and Recreation with the purpose of implement a social strategy that would seek, through physical exercise, to bring together all socioeconomic strata in order to combat sedentary lifestyle, reduce the high rate of violence, transmit a message of peace and enhance the culture of the District of Barrancabermeja.

It was possible to acquire valuable experiences such as: building the name “Recreovida del Sol” together with an interdisciplinary team, knowing all the public requirements for holding a massive event, working on a public budget, enriching the administrative process and coordinating with the different actors the implementation of multiple activities at the service of the entire Barranco population.

Keywords: Physical Activity, Sport, Physical Exercise, Recreation.

Glosario

Actividad física: cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que tiene como resultado un gasto de energía. (Tercedor, 2000, p. 6).

Administración deportiva: se enfoca en la planificación, organización y control de los recursos deportivos garantizando el cumplimiento de los objetivos organizacionales, (Gutierrez Betancur, 2006, p. 2).

Deporte: “es un juego reglado, pues tiene esas características que lo detallan: parte como juego, hay actividad física, competición y tiene una serie de reglas para los participantes. Todos estos elementos se interrelacionan”, (Ibarra, 2022, p. 8)

Evento Deportivo: acontecimiento que “surge de ocasiones no rutinarias y que tienen objetivos de diversión, culturales, personales u organizativos establecidos de forma separada a la actividad normal diaria, cuya finalidad es ilustrar, celebrar, entretener o retar la experiencia de un grupo de personas”, (Cerezuela , 2005, p. 3)

Ejercicio Físico: el ejercicio es reconocido como una subcategoría de la actividad física que ha sido planificada, estructurada, repetitiva y realizada con el propósito de incrementar o mantener uno o más componentes de la condición física, (Ministerio de Sanidad, 2024, p. 1).

Inderba: Instituto para el Fomento del Deporte, La Recreación, El Aprovechamiento Del Tiempo Libre Y La Educación Física de Barrancabermeja. (INDERBA , 2024, p. 1).

Pasantías: periodo practico en el que los estudiantes desarrollan y adquieren habilidades laborales dentro del entorno laboral, (Diccionario de la lengua española , 2025, pág. 1)

Recreación: “es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar, para divertirse o para desarrollar su información o su formación

desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales, (Azcuy , Corbo , & Cuestas, 2010, p. 9)

Vía Activa: Es un concepto que se habilita a espacios públicos para el disfrute de la ciudadanía y la recreación al aire libre. (Ministerio del deporte , 2024, p. 2).

Introducción

Gracias al convenio interinstitucional se logró oficializar como Pasante en el Inderba, el instituto no había tenido la oportunidad de acoger este nivel Profesional con la Universidad, razón por la cual se convirtió en un reto personal para sentar las bases y abrir las puertas a futuros Profesionales y Especialistas. El hecho de estar vinculado a esta organización desde hace algunos años, me permitió conocer a profundidad cada uno de sus procesos, sus actividades y necesidades. Para apostarle a una de sus necesidades que era poder unificar todos los programas misionales en una misma ruta de trabajo y por medio de la Actividad Física, el Deporte y la Recreación se lograra ejecutar una estrategia innovadora y sostenible en el tiempo que beneficiara a toda la comunidad de Barrancabermeja, se trabajó como en las grandes ciudades a nivel nacional, en la implementación de lo que se conoce como Ciclovía, en este caso bajo el nombre de “Recreovida del Sol”, un espacio en una arteria principal del Distrito destinado a unir todos los estratos socioeconómicos con el fin de combatir el sedentarismo, disminuir los altos índices de violencia, transmitir un mensaje de paz y engrandecer la cultura de Barrancabermeja.

Para llegar a la ejecución del evento deportivo, se tuvo que pasar por una serie de etapas que abarcaron la postulación, los permisos pertinentes por ser una entidad pública, la realización de una prueba piloto, la construcción de un presupuesto en vía proyecto y la puesta en marcha que a feliz término logro implantar un legado no solo a nivel deportivo, sino también social, ambiental y económico, el cual reflejo el beneficio en cientos de Barranqueños. Cada una de las fases trabajadas en la institución me permitieron aplicar mi rol como Especialista y trabajar de la mano con distintos actores que hicieron posible todas las actividades desarrolladas, que al final dejan un sin número de enseñanzas no solo a nivel profesional, sino también desde lo humano.

1. Contexto de la Organización

El instituto para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la actividad física de Barrancabermeja , INDERBA, por ordenanza entidad de carácter público, ubicada en el único Distrito del Departamento, tiene como misión garantizar a la comunidad el derecho de participar en los programas deportivos, recreativos, de aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y gestionar la infraestructura donde realizarlos, para cumplir estas metas la entidad ejecuta una serie de proyectos orientados hacia el desarrollo de sus programas misionales, los cuales le brindan un servicio a la comunidad a través de actividades, convenios interinstitucionales y eventos, siendo estos últimos los más esperados por la población debido a su impacto en todos los sectores.

2. Propósito de la Pasantía

El objetivo general de la pasantía fue Ejecutar el evento llamado “Recreovida del Sol” desde la postulación hasta la consolidación del legado, con el fin de promover la salud y el desarrollo social en niños y jóvenes a través de espacios de Actividad Física, Deporte y Recreación. De igual manera la Pasantía brindo la posibilidad de adquirir una experiencia práctica, entender el funcionamiento del sistema público y participar activamente en el cumplimiento de las metas de desarrollo institucional.

3. Descripción de las Actividades Desarrolladas

3.1 . Postulación del Evento “Recreovia del Sol”

Fue el primer momento, allí se socializo ante las diferentes áreas del INDERBA la propuesta del evento, la cual contenía: postulación del nombre, el objetivo general, los programas a llevar a cabo, las líneas de acción y el plano operativo para visualizar de una manera más clara el funcionamiento del sistema, Ver Anexo A y Figura 1.

Figura 1. Socialización Plan “Recreovia del Sol”



3.2 Presentación de una Prueba Piloto y 6 “Recreovias del Sol” ante el Comité de Eventos

Ante los entes encargados de vigilar los eventos del Distrito de Barrancabermeja se llevó la propuesta y el plano operativo del evento, con el fin de acceder a los permisos para poder llevar a cabo todas las actividades, pero también buscando trabajar de la mano con organismos como la Cruz Roja, Tránsito y Transporte de Barrancabermeja y Bomberos, Ver Figura 2.

Figura 2. *Presentación Prueba Piloto*

3.3 Organización y Ejecución de una Prueba Piloto

En este momento se asignaron unos roles a los diferentes programas misionales del Inderba (Escuelas Deportivas, Actividad Física y Recreación) y al equipo Logístico, los cuales asumieron actividades específicas por sector, de tal manera que se pudiera mostrar la oferta institucional a la hora de la ejecución. Al mismo tiempo se dio paso al desarrollo de la Primera Prueba Piloto, la cual estuvo supervisada por el comité organizador, Ver Figura 3 y 4.

Figura 3. *Asignación de Roles*

Figura 4. *Prueba Piloto “Recreovida del Sol”*

3.4 Elaboración de un Presupuesto Financiero para la Ejecución de la “Recreovida del Sol”

En este periodo se trabajó de la mano con la Dirección y el área Financiera con el fin de construir un presupuesto para fines logísticos, apoyados en la idea de acompañar de manera organizada y estructurada las 6 salidas proyectadas y dar cumplimiento al evento, Ver Anexo B.

Figura 5. *Socialización del Presupuesto Financiero*

3.5 Organización de los Programas y Actividades a Desarrollar en el Evento

Aquí se estructuró la Bitácora del evento en general, la cual estaba compuesta por cada uno de los programas, las actividades a llevar a cabo, los horarios, los responsables y sus supervisores, de modo que se tuviera un orden claro del funcionamiento de cada una de las zonas al servicio de la población. Se reunió a los coordinadores encargados de los programas para darles a conocer la ruta de trabajo, ver Anexo C y D.

Figura 6. *Organización de los Programas y Actividades*



3.6 Ejecución de la “Recreovida del Sol”

En este periodo se llevaron a cabo 5 actividades en una de las principales Arterias de Barrancabermeja (Avenida del Ferrocarril), las cuales estuvieron coordinadas por el Comité Organizador, el cual se encargó de la dirección y el control de cada una de las Áreas ofertadas en los eventos, cuyo propósito principal fue promover un espacio diferente donde se pudiera encontrar la Actividad física, El Deporte y la Recreación al servicio de la comunidad, ver figura 7, 8 y 9.

Figura 7. Vía Activa

Nota. Aquí se puede ver el espacio creado para el desarrollo de la Vía Activa, donde se camina, se trota y se utiliza para aquellos medios de ruedas.

Figura 8. Zona de Recreación

Nota. En esta imagen se observa la recreación que consta de gimnasio interactivo, juegos de piso, juegos tradicionales, pinturitas, zona de pinturas, mini bicicletas y una recreación dirigida.

Figura 9. Zona Deportiva

Nota. Aquí se observa espacios para la práctica del Deporte en Microfútbol, Baloncesto, Tenis de Mesa, entre otros.

3.7 Establecimiento del Legado

Esta etapa estuvo inmersa en el evento desde el primer momento, bajo el lema de “Deporte, Cultura y Paz”, aquí se verificó el impacto que tuvo el evento a nivel social con la vinculación en un evento de todos los estratos socioeconómicos, la asistencia de las fuerzas armadas transmitiendo un mensaje de paz y brindándole tranquilidad a la comunidad, que también obliga a la fuerza pública a continuar con el patrullaje en el sector, a nivel económico con la dinamización de la economía tanto para los vendedores formales de los alrededores como para los informales inmersos en los 3 km de ruta y por supuesto deportivo con el impacto que tuvo para todos los grupos etarios, creando una experiencia única en la familia al promover unidad a través del ejercicio físico.

Figura 10. *Implementación del Legado*

Nota. En esta imagen se puede evidenciar la movilización de la economía para los Vendedores Informales y el acompañamiento del Ejército Nacional en la “Recreovida del Sol”.

4. Aprendizajes

Fue de gran importancia crear de la mano de un grupo interdisciplinario un nombre a lo que se conoce tradicionalmente en nuestro País como Ciclovía, el cual por decisión unánime estuvo arraigado a la representación del distrito, al mensaje que transmitió el alcalde de turno desde su campaña y al espacio brindado para recrear la vida de cada uno de los participantes, de allí nació el nombre de la “Recreovida del Sol”.

Se convirtió en un reto trabajar en un presupuesto de carácter público, pues allí se conoció el formato general donde se consolidan los proyectos financieros de la institución, legalmente que bienes y servicios eran los que se podían contratar desde la entidad deportiva y el procedimiento que se requería para tener los recursos disponibles al servicio de la operación.

Se logro profundizar en cada una de las partes del proceso administrativo. A nivel de planeación, se proyectó estratégicamente todo lo que se quería hacer y luego operativamente de la mano con el comité organizador, en la organización se ordenaron todas las partes, sus funciones y responsabilidad, en cuanto a la dirección se administró eficazmente el recurso humano, financiero y material. En cada salida se tuvo el control de cada una de las áreas, tratando siempre de ir al detalle y elevar el evento a su mayor expresión.

Fue enriquecedor Coordinar cada una de las salidas del evento con las distintas áreas del Instituto como lo son: dirección, prensa y control deportivo, de manera que se logró consolidar un equipo, intercambiar opiniones y contribuir en cada momento al mejoramiento de las actividades realizadas.

5. Recomendaciones

Se recomienda a la Universidad y a los directivos encargados de las Pasantías Profesionales tener más en cuenta el desarrollo habitual de las funciones para aquellos pasantes que residen por fuera de Bucaramanga y su Área metropolitana, de tal manera que se pueda mantener una comunicación cercana con las entidades en convenio, conocer en primera mano el avance del proceso y evaluar en cierta medida la función del pasante.

Será de vital importancia para futuros egresados poder mantener aquellos convenios con entidades que, si bien no ofician en la Ciudad Origen de la Especialización, abren una ventana para mantener relaciones institucionales que a buen término beneficiaria programas, proyectos, actividades de cualquiera de las dos partes, abriendo oportunidades no solo a pasantes.

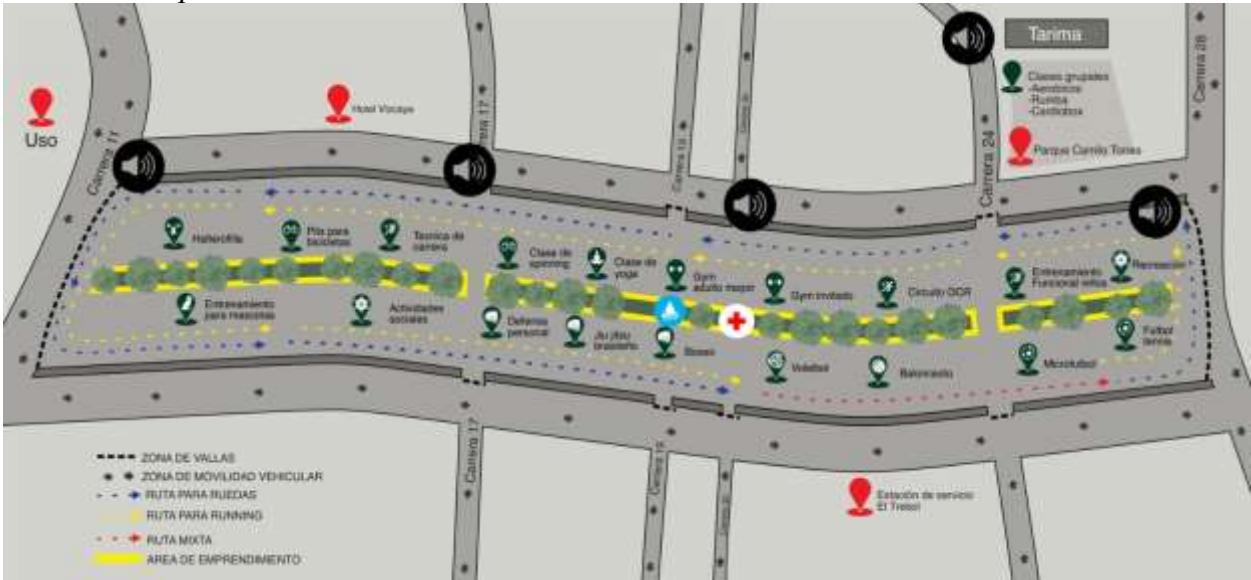
Referencias

- A. Rezi and M. Allam,. (1995). Techniques in array processing by means of transformations . En *Control and Dynamic Systems Vol. 69* (págs. 133-180). San Diego: Academic Press.
- American Psychological Association. (s.f.). *Style and Grammar Guidelines*. Recuperado el 17 de enero de 2020, de Apastyle: <https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines>
- Azcuy Miranda , M. Z., Corbo Rodríguez , M., & Cuestas Martinez , L. A. (2010). La recreación comunitaria, una opción para ocupar el tiempo libre de los jóvenes . *Revista Electrónica Ciencia e Innovación tecnologica en el deporte* , 1-9.
- Cerezuela , B. (2005). La información y documentación deportiva y los grandes eventos deportivos . *Centre Estudis Olímpics, Universitat Autònoma de Barcelona* , 3-14.
- CRAI USTA Bucaramanga. (2020). *Informe de recursos y servicios bibliográficos*. Bucaramanga: Universidad Santo Tomás.
- Diccionario de la lengua española . (20 de Enero de 2025). *Real Academia Española* |. Obtenido de <https://dle.rae.es/contenido/cita>
- Gutierrez Betancur, J. (2006). Administración deportiva . *Dialnet* , 2-7.
- Ibarra Angulo , C. (2022). El deporte . *Universidad Autonoma del estado de hidalgo* , 8.
- Instituto para el Fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física de en Barrancabermeja. (2+ de Diciembre de 2024). *INDERBA* . Obtenido de <https://www.inderba.gov.co/>
- Miao, L. L. (November 8-12). A specification based approach to testing polymorphic attributes. *Formal Methods and Software Engineering: Proceedings of the 6th International Conference on Formal Engineering Methods, ICFEM 2004*. Seattle, WA, USA,.

- Ministerio de Sanidad. (2024). *Conceptos importantes en materia de actividad física y de condición física* . Obtenido de Sanid.gob.es:
https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/actividadFisica/guiaInfanciaAdolescencia/docs/capitulo1_Es.pdf
- Ministerio del deporte . (12 de Diciembre de 2024). *Mindeporte.gov.co*. Obtenido de Deporte. Vias activas y saludables : <https://www.mindeporte.gov.co/mindeporte/quienes-somos/dependencias/direccion-fomento-desarrollo/actividad-fisica-3/vias-activas-saludables-vas>
- Sole, A. C. (2006). *Instrumentación Industrial*. Mexico: Alfaomega.
- Tercedor Sánchez , P. (2000). *Actividad física, condicion física y salud*. Deportiva .
doi:9788487520792
- Wigner, E. P. (2005). Theory of traveling wave optical laser . *Phys. Rev.*, 134, A635-A646.

Apéndices

Apendice A.Plano Operativo “Recrovida del Sol”



Apndice B.Presupuesto Financiero

EVENTO DEPORTIVO RECREOVIA INDERBA							
ITEM	DESCRIPCION	DETALLE	UNIDAD	TIEMPO	CANT	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL
	Mano de Obra no calificada	Mano de Obra no calificada					
1	Servicio apoyo logístico organizaci3n recreovía	Servicio apoyo logístico organizaci3n recreovía	Evento	5	10	200.000,00	10.000.000,00
2	Servicio apoyo a la gesti3n coordinador logístico recreovía	Servicio apoyo a la gesti3n coordinador logístico recreovía	Evento	5	2	700.000,00	7.000.000,00
3	Servicio apoyo a la gesti3n aminorador presentador recreovías	Servicio apoyo a la gesti3n aminorador presentador recreovías	Unidad	5	2	400.000,00	4.800.000,00
4	Servicio apoyo paramédico para el evento	Servicio apoyo paramédico para el evento	Unidad	5	1	510.000,00	3.060.000,00
	Servicio alojamiento, bebidas y comidas	Servicio alojamiento, bebidas y comidas					
5	Hidrataci3n paca de agua en bolsa de 300 ml x 20 unidades, refrigerada y en cava	Hidrataci3n paca de agua en bolsa de 300 ml x 20 unidades, refrigerada y en cava	Paca	NA	518	12.000,00	6.216.000,00
	Servicios para la comunidad sociales y personales	Servicios para la comunidad sociales y personales					
6	Alquiler de vallasde contenci3n: de 200x120 cm en estructura de hierro, lámina lisa negra	Alquiler de vallas de contenci3n: de 200x120 cm en estructura de hierro, lámina lisa negra, incluye montaje y desmontaje	Evento	4	60	21.000,00	7.560.000,00
7	Alquiler de Sonido grande: Servicio de Sistema de amplificaci3n de sonido profesional no menor a 15000 watt	Alquiler de Sonido grande: Servicio de Sistema de amplificaci3n de sonido profesional no menor a 15000 watt: magnitud mínima: Mixer o consola digital de 16 - 32 canales, cabinas activas o pasivas, micrófono inalámbrico de mano uhf línea profesional, set de micrófonos dinámicos para voz línea profesional, computador portátil, sonidista, personal de montaje requerido estructuras, sistema eléctrico y cableado necesario. El cual será utilizado para apoyar el desarrollo de los quince eventos presenciales fijos.	Evento	5	1	5.500.000,00	27.500.000,00
8	Alquiler de Sonido pequeño: Servicio de sistema de amplificaci3n de sonido profesional no menor a 4.000 watt:	Alquiler de Sonido pequeño: Servicio de sistema de amplificaci3n de sonido profesional no menor a 4.000 watt: magnitud mínima: Mixer o consola de 16 - 32 canales, micrófono inalámbrico de mano uhf línea profesional, set de micrófonos dinámicos para voz línea	Unidad	4	1	1.500.000,00	6.000.000,00
9	Alquiler de Tarima grande: Alquiler de Tarima mínimo 6 x 6 mt x 6mt X mínimo 1 mt,	Alquiler de Tarima grande: Alquiler de Tarima mínimo 6 x 6 mt x 6mt X mínimo 1 mt, incluye techo en lona blanca en estructura metálica escaleras y fald3n.	Unidad	4	1	2.000.000,00	8.000.000,00

Apéndice B . (Continuación)

10	Servicio de alquiler por día de baños portátiles:	Servicio de alquiler por día de baños portátiles: Alquiler de Baños químicos con una superficie interna útil de 1 a 2 m y una altura interna de 2 m con ventilación adecuada y una suficiente visibilidad interna, la puerta debe cerrarse automáticamente.	Unidad	4	4	250.000,00	6.000.000,00
11	Alquiler por día de carpa 4x4: Alquiler por día de carpa 4x4 metros	Alquiler por día de carpa 4x4: Alquiler por día de carpa 4x4 metros, en estructura metálica, lona blanca, a cuatro aguas. (incluye el montaje y desmontaje)	Unidad	4	4	120.000,00	1.920.000,00
12	Servicio de transporte vehículo tipo camioneta para logística del evento	Servicio de transporte vehículo tipo camioneta para logística del evento	Unidad	5	1	300.000,00	1.500.000,00
13	Servicio de alquiler por día de mesa plástica o metálica	Servicio de alquiler por día de mesa plástica o metálica: Servicio de alquiler por día de mesa plástica cuadrada o metálica, con 4 patas, de presión, de 4 puestos, de dimensiones mínimas 75cm largo x 75cm ancho x 72cm altura	Unidad	5	10	20.000,00	1.000.000,00
14	Alquiler sillas plásticas sin brazos	Alquiler sillas plásticas sin brazos: Servicio de alquiler por día de Sillas plásticas sin brazos mínimo de 78 cm de alto y 54 cm de ancho para adultos	Unidad	5	40	2.000,00	400.000,00
15	Servicio baner, vallas publicitarias	Servicio baner, vallas publicitarias	Unidad	NA	1	360.000,00	360.000,00
	Materiales	Materiales					
16	Suministro materiales organizacion recreovia	Suministro materiales organizacion recreovia	Unidad	4	1	1.500.000,00	6.000.000,00
		TOTAL EVENTO DEPORTIVO RECREOVIAS INDERBA					97.316.000,00

El presupuesto oficial es de **NOVENTA Y SIETE MILLONES TRESCIENTOS DIECISES MIL PESOS MCTE (\$97.316.000).**

Atentamente,

ORIGINAL FIRMADO
HENRY YAIR CORREA CARABALLO
 Director General INDERBA

Apendice C.Programación Prueba Piloto

RECREOVIDA DEL SOL					
PROGRAMAS					
	ACTIVIDAD	LUGAR	HORA	RESPONSABLE	LIDER
R E C R E A C I O N	JUEGOS DE PISO	ENTRE BUENAVISTA Y JOELOS	6:30 - 9:00 AM	1 RECREADOR	KARINA
	PARQUE INTERACTIVO			1 RECREADOR	
	JUEGOS TRADICIONALES			1 RECREADOR	
	PINTUCARITAS			1 RECREADOR	
	INFLABLE O TRAMPOLIN			1 RECREADOR	
	RECREACION DIRIGIDA			1 RECREADOR	
	ANIMACION			2 ANIMADORES	
A C T I V I D A D F I S I C A	FUNCIONAL PARA NIÑOS	ENTRE JOELOS Y LA CLINICA SAN NICOLAS	6:00 A 9:00 AM	1 PROFESOR	ANDRES
	FUNCIONAL PARA ADULTOS		7:00-8:00 AM	1 PROFESOR	
	FUNCIONAL PARA ADULTO MAYOR		8:00-9:00 AM	1 PROFESOR	
	GIMNASIO INVITADO		7:00-8:00 AM	1 PROFESOR	
	CLASE DE YOGA		7:00-9:00 AM	1 PROFESOR	
	CLASE DE CYCLING		8:00-9:00 AM	1 PROFESOR	
	TECNICA DE CARRERA		8:00-9:00 AM	1 PROFESOR	
	HALTEROFILIA		6:00-7:00 AM	1 PROFESOR	
			7:00 - 9:00 AM	1 PROFESOR	
D E P O R T E	DEFENSA PERSONAL	ENTRE LA 19 (LA CHINGADA) Y LA 24	7:00-8:00 AM	1 PROFESOR	SERGIO
	JIU JITSU BRASILEIRO		7:00-8:00 AM	1 PROFESOR	
	BOXEO		7:00-8:00 AM	1 PROFESOR	
	VOLEIBOL		7:00-10:00 AM	2 PROFESORES	
	BALONCESTO			2 PROFESORES	
	MICROFUTBOL			2 PROFESORES	
	FUTBOL TENIS			1 PROFESOR	
	TENIS DE MESA			1 PROFESOR	
	AJEDREZ			1 PROFESOR	
T A P P A L A	CARDIO BOX	ENTRE CRA 24 Y MC LOLAS	7:00-8:00 AM	1 PROFESOR	EQUIPO CLASES GRUPALES
	AEROBICOS BASICOS		8:00-9:00 AM	1 PROFESOR	
	AEROBICOS AVANZADOS			1 PROFESOR	
	RUMBA		9:00-10:00 AM	1 PROFESOR	

Apndice D. Programaciones Aprobadas para 5 “Recreovidas del Sol”

 RECREOVIDA DEL SOL  PROGRAMACIONES					
PROGRAMAS	ACTIVIDAD	LUGAR	HORA	RESPONSABLE	LIDER
RECREACION	JUEGOS DE PISO	ENTRE BUENAVISTA Y JOELOS	6:00 -10:00 AM	2 RECREADORES	KARINA
	PARQUE INTERACTIVO			1 RECREADOR	
	AREA DE PINTURA			1 RECREADOR	
	PINTUCARITAS			1 RECREADOR	
	MINI BICICLETAS			1 RECREADOR	
	RECREACION DIRIGIDA			1 RECREADOR	
	ANIMACION			2 ANIMADORES	
ACTIVIDAD FISICA	FUNCIONAL PARA NIÑOS	ENTRE JOELOS Y EL CHIFLAS	8:00 A 9:00 AM	1 PROFESOR	ANDRES
	FUNCIONAL PARA ADULTOS		6:00-7:00 AM	1 PROFESOR	
	FUNCIONAL PARA ADULTO MAYOR		7:00-8:00 AM	1 PROFESOR	
	6:00-7:00 AM		6:00-7:00 AM	1 PROFESOR	
	GIMNASIO INVITADO		6:00-9:00 AM	1 PROFESOR	
	CLASE DE STRECHING		7:00-8:00 AM	1 PROFESOR	
	RETOS		7:00-9:00 AM	1 PROFESOR	
	VIA ACTIVA		5:00-10:00 AM	2 PROFESORES	
DEPORTE	BOXEO	ENTRE EL CHIFLAS Y LA CRA 17	5:00-10:00 AM	1 PROFESOR	SERGIO
	VOLEIBOL			1 PROFESOR	
	BALONCESTO			1 PROFESOR	
	MICROFUTBOL			1 PROFESOR	
	FUTBOL TENIS			1 PROFESORES	
	TENIS DE MESA			1 PROFESOR	
	AJEDREZ			1 PROFESOR	
	TAEKWONDO			1 PROFESOR	
	LUCHA OLIMPICA			1 PROFESOR	
	VIA ACTIVA			2 PROFESORES	

Apéndice D. (Continuación)

TARIMA PRINCIPAL	CARDIO BOX	ENTRE CRA 24 Y MC LOLAS	7:00-8:00 AM	1 PROFESOR	EQUIPO DE CLASES GRUPALES
	AEROBICOS BASICOS		8:00-9:00 AM	1 PROFESOR	
	AEROBICOS AVANZADOS			1 PROFESOR	
	RUMBA		9:00-10:00 AM	1 PROFESOR	
VIA ACTIVA	CARRILES PARA CAMINAR, CORRER Y TROTAR	ENTRE CRA 24 Y CRA 17	5:00-10:00 AM	4 PROFESORES	HILTON
	CARRIL PARA RUEDAS				