

Guatemala, 31 de marzo 2017

Licenciado
Edwing Antonio Pérez Corzo
Viceministro del Deporte y la Recreación
Ministerio de Cultura y Deportes
Su Despacho.

Respetable Viceministro:

De la manera más atenta me dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe Final de Resultados, conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por Servicios Técnicos No. 281-2017 aprobado mediante el Acuerdo Ministerial No. 35-2017 correspondiente al periodo del 02 de enero al 31 de marzo del presente año.

RESULTADOS OBTENIDOS:

ENERO 2017

- a. Se apoyó en el desarrollo de lineamientos creando planes de ejercicios que se realizaron de forma semanal con lo que se benefició a más de cincuenta personas diariamente.
- b. Se brindó apoyo en la instrucción de aspectos de la disciplina de levantamiento de pesas a muchos jóvenes en el sentido de enseñar la técnica correcta en la ejecución de los diferentes ejercicios para los distintos grupos musculares.
- c. Se apoyó con trabajo dinámico en la instrucción de la disciplina de levantamiento de pesas a jóvenes de 15 años en adelante, motivándolos a hacer de esta disciplina un hábito de vida y así crearles conciencia deportiva.
- d. Se apoyó como facilitador y animador de actividades de deporte, recreación y actividad física a un gran número de jóvenes mostrándoles rutinas básicas para principiantes en el levantamiento de pesas.
- e. Se logró apoyar con trabajo dinámico a muchas personas motivándolas a rutinas de fácil ejecución y a la vez se motivó psicológicamente a ser constantes y disciplinados en este deporte.
- f. Se brindó apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia del gimnasio de pesas en el sentido que se les tomo medidas físicas y de peso corporal, para tener un registro de los cambios que pueden ir teniendo los usuarios debido al trabajo físico, ya sea para ganar masa muscular o perder peso corporal.

RESULTADOS OBTENIDOS:

FEBRERO 2017

- a. Se brindó apoyo específico en la enseñanza de ejercicios dinámicos, que a su vez son básicos y elementales para el desarrollo muscular de muchos jóvenes que se iniciaron en la disciplina del entrenamiento con pesas.
- b. Se brindó la instrucción correcta en los aspectos de la disciplina del entrenamiento con pesas, en asesorar a los jóvenes con consejos de alimentación y nutrición.
- c. Se brindó apoyo en la generación de un plan específico para cada persona en individual, ya que cada uno necesita una rutina diferente.
- d. Se apoyó en el desarrollo de lineamientos para un plan de trabajo, empezando con ejercicios básicos y series con un número bajo de repeticiones y progresivamente se le incrementa a la rutina números de series y otros ejercicios más complejos.
- e. Se brindó apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia, en el sentido que se les dio las instrucciones correctas para la realización de rutinas con barras, mancuernas y se les enseñó a utilizar las máquinas multifuncionales.

RESULTADOS OBTENIDOS:

MARZO 2017

- a. Se apoyó con trabajo dinámico en la instrucción de la disciplina a una gran cantidad de personas de diferentes edades buscar motivarlos en sus distintas rutinas.
- b. Se brindó apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia del gimnasio de pesas, en el sentido que se registran los cambios físicos en una toma de datos mensual a efecto de ver la evolución en sus medidas y peso.
- c. Se apoyó en el desarrollo de lineamientos creando planes de entrenamientos con rutinas para principiantes y variándoles cada semana ya sea en el peso a utilizar o en series y/o repeticiones.
- d. Se apoyó como facilitador y animador a muchas personas brindándoles asesorías en dieta y ejercicios acordes a sus necesidades personales.
- e. Se brindó apoyo en la instrucción de la disciplina de levantamiento de pesas a jóvenes en riesgo de caer en drogas involucrándolos y dándoles consejos a fin de crear en ellos un hábito de vida.
- f. Se logró apoyar con trabajo dinámico a muchas personas y buscando la rutina adecuada a cada una en lo individual, enseñando la técnica correcta en cada ejercicio.



Pietro Estuardo Zea Lobos



Vo.Bo. Deysi Aracema Bocanegra Bocanegra
ADMINISTRADORA a.i.
Centro Deportivo Erick B. Barrondo
Dirección de Áreas Sustantivas
Dirección General del Deporte y la Recreación

Guatemala, 31 de marzo 2017

Licenciado
Edwing Antonio Pérez Corzo
Viceministro del Deporte y la Recreación
Ministerio de Cultura y Deportes
Su Despacho.

Respetable Viceministro:

De la manera más atenta me dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe de actividades conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por Servicios Técnicos No. 281-2017 aprobado mediante el Acuerdo Ministerial No. 35-2017 correspondiente al mes de marzo del año 2017 y para el cobro de mis honorarios estoy presentando la factura serie "C" No. 7.

ACTIVIDADES REALIZADAS

- a. Apoyar en la ejecución de las actividades programadas por la Dirección de Áreas Sustantivas para la disciplina de levantamiento de pesas.
- b. Apoyar en la promoción de la participación de voluntarios en las actividades programadas.
- c. Apoyar como facilitador y animador de actividades de deporte, recreación y actividad física.
- d. Apoyar en capacitaciones y reuniones de trabajo, convocadas por la Dirección de Áreas Sustantivas.
- e. Apoyar en el desarrollo de lineamientos para un plan de trabajo semanal, mensual, trimestral y anual.
- f. Apoyar en la elaboración de un informe mensual de las actividades ejecutadas con su respectivo consolidado de participantes por grupo etareo y género, en las fechas programadas.
- g. Apoyar y participar en la realización de eventos especiales y otras actividades que la dirección de Áreas Sustantivas le asigne.
- h. Brindar apoyo en la instrucción de aspectos de la disciplina que enseña y jóvenes que deseen pertenecer gratuitamente a las academias de los centros deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- i. Brindar apoyo en la generación de una guía de instrucción que pueda ser impartida en las Academias de los Centros Deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- j. Apoyar con trabajo dinámico en la instrucción de la disciplina que enseña con el objeto de crear una conciencia deportiva en los niños y jóvenes que formen parte de las Academias de los Centros Deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- k. Apoyar en los torneos o eventos deportivos que la Dirección de Áreas Sustantivas realice.
- l. Brindar apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia a su cargo, con el objeto de generar un avance metódico en el aprendizaje de la disciplina que enseña.

RESULTADOS OBTENIDOS

- a. Se apoyó con trabajo dinámico en la instrucción de la disciplina a una gran cantidad de personas de diferentes edades buscar motivarlos en sus distintas rutinas.
- b. Se brindó apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia del gimnasio de pesas, en el sentido que se registran los cambios físicos en una toma de datos mensual a efecto de ver la evolución en sus medidas y peso.
- c. Se apoyó en el desarrollo de lineamientos creando planes de entrenamientos con rutinas para principiantes y vareándoles cada semana ya sea en el peso a utilizar o en series y/o repeticiones.
- d. Se apoyó como facilitador y animador a muchas personas brindándoles asesorías en dieta y ejercicios acordes a sus necesidades personales.
- e. Se brindó apoyo en la instrucción de la disciplina de levantamiento de pesas a jóvenes en riesgo de caer en drogas involucrándolos y dándoles consejos a fin de crear en ellos un hábito de vida
- f. Se logró apoyar con trabajo dinámico a muchas personas y buscando la rutina adecuada a cada una en lo individual, enseñando la técnica correcta en cada ejercicio.



Pietro Estuardo Zea Lobos

Vo.Bo.



Deysi Iracema Bocanegra Bocanegra
ADMINISTRADORA a.i.
Centro Deportivo Erick B. Barrondo Garcia
Dirección de Áreas Sustantivas
Dirección General del Deporte y la Recreación

Guatemala, 31 de marzo 2017

Licenciado
Edwing Antonio Pérez Corzo
Viceministro del Deporte y la Recreación
Ministerio de Cultura y Deportes
Su Despacho.

Respetable Viceministro:

De la manera más atenta me dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe Final de Actividades, conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por Servicios Técnicos No. 281-2017 aprobado mediante el Acuerdo Ministerial No. 35-2017 correspondiente al periodo del 02 de enero al 31 de marzo del presente año.

ACTIVIDADES REALIZADAS:

ENERO 2017

- a. Apoyar en la ejecución de las actividades programadas por la Dirección de Áreas Sustantivas para la disciplina de levantamiento de pesas.
- b. Apoyar en la promoción de la participación de voluntarios en las actividades programadas.
- c. Apoyar como facilitador y animador de actividades de deporte, recreación y actividad física.
- d. Apoyar en capacitaciones y reuniones de trabajo, convocadas por la Dirección de Áreas Sustantivas.
- e. Apoyar en el desarrollo de lineamientos para un plan de trabajo semanal, mensual, trimestral y anual.
- f. Apoyar en la elaboración de un informe mensual de las actividades ejecutadas con su respectivo consolidado de participantes por grupo etareo y género, en las fechas programadas.
- g. Apoyar y participar en la realización de eventos especiales y otras actividades que la dirección de Áreas Sustantivas le asigne.
- h. Brindar apoyo en la instrucción de aspectos de la disciplina que enseña y jóvenes que deseen pertenecer gratuitamente a las academias de los centros deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- i. Brindar apoyo en la generación de una guía de instrucción que pueda ser impartida en las Academias de los Centros Deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- j. Apoyar con trabajo dinámico en la instrucción de la disciplina que enseña con el objeto de crear una conciencia deportiva en los niños y jóvenes que formen parte de las Academias de los Centros Deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- k. Apoyar en los torneos o eventos deportivos que la Dirección de Áreas Sustantivas realice.
- l. Brindar apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia a su cargo, con el objeto de generar un avance metódico en el aprendizaje de la disciplina que enseña.

ACTIVIDADES REALIZADAS:

FEBRERO 2017

- a. Apoyar en la ejecución de las actividades programadas por la Dirección de Áreas Sustantivas para la disciplina de levantamiento de pesas.
- b. Apoyar en la promoción de la participación de voluntarios en las actividades programadas.
- c. Apoyar como facilitador y animador de actividades de deporte, recreación y actividad física.
- d. Apoyar en capacitaciones y reuniones de trabajo, convocadas por la Dirección de Áreas Sustantivas.
- e. Apoyar en el desarrollo de lineamientos para un plan de trabajo semanal, mensual, trimestral y anual.
- f. Apoyar en la elaboración de un informe mensual de las actividades ejecutadas con su respectivo consolidado de participantes por grupo etareo y género, en las fechas programadas.
- g. Apoyar y participar en la realización de eventos especiales y otras actividades que la dirección de Áreas Sustantivas le asigne.
- h. Brindar apoyo en la instrucción de aspectos de la disciplina que enseña y jóvenes que deseen pertenecer gratuitamente a las academias de los centros deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- i. Brindar apoyo en la generación de una guía de instrucción que pueda ser impartida en las Academias de los Centros Deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- j. Apoyar con trabajo dinámico en la instrucción de la disciplina que enseña con el objeto de crear una conciencia deportiva en los niños y jóvenes que formen parte de las Academias de los Centros Deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- k. Apoyar en los torneos o eventos deportivos que la Dirección de Áreas Sustantivas realice.
- l. Brindar apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia a su cargo, con el objeto de generar un avance metódico en el aprendizaje de la disciplina que enseña.


ACTIVIDADES REALIZADAS:

MARZO 2017

- a. Apoyar en la ejecución de las actividades programadas por la Dirección de Áreas Sustantivas para la disciplina de levantamiento de pesas.
- b. Apoyar en la promoción de la participación de voluntarios en las actividades programadas.
- c. Apoyar como facilitador y animador de actividades de deporte, recreación y actividad física.
- d. Apoyar en capacitaciones y reuniones de trabajo, convocadas por la Dirección de Áreas Sustantivas.
- e. Apoyar en el desarrollo de lineamientos para un plan de trabajo semanal, mensual, trimestral y anual.
- f. Apoyar en la elaboración de un informe mensual de las actividades ejecutadas con su respectivo consolidado de participantes por grupo etareo y género, en las fechas programadas.
- g. Apoyar y participar en la realización de eventos especiales y otras actividades que la dirección de Áreas Sustantivas le asigne.

- h. Brindar apoyo en la instrucción de aspectos de la disciplina que enseña y jóvenes que deseen pertenecer gratuitamente a las academias de los centros deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- i. Brindar apoyo en la generación de una guía de instrucción que pueda ser impartida en las Academias de los Centros Deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- j. Apoyar con trabajo dinámico en la instrucción de la disciplina que enseña con el objeto de crear una conciencia deportiva en los niños y jóvenes que formen parte de las Academias de los Centros Deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- k. Apoyar en los torneos o eventos deportivos que la Dirección de Áreas Sustantivas realice.
- l. Brindar apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia a su cargo, con el objeto de generar un avance metódico en el aprendizaje de la disciplina que enseña.


Pietro Estuardo Zea Lobos

Vo.Bo. 
Deysi Iracema Bocanegra Bocanegra
ADMINISTRADORA a.i.
Centro Deportivo Erick B. Barrondo Garcia
Dirección de Áreas Sustantivas
Dirección General del Deporte y la Recreación

Guatemala, 31 de marzo 2017

Licenciado
Edwing Antonio Pérez Corzo
Viceministro del Deporte y la Recreación
Ministerio de Cultura y Deportes
Su Despacho.

Respetable Viceministro:

De la manera más atenta me dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe Final de Resultados, conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por Servicios Técnicos No. 281-2017 aprobado mediante el Acuerdo Ministerial No. 35-2017 correspondiente al periodo del 02 de enero al 31 de marzo del presente año.

RESULTADOS OBTENIDOS:

ENERO 2017

- a. Se apoyó en el desarrollo de lineamientos creando planes de ejercicios que se realizaron de forma semanal con lo que se benefició a más de cincuenta personas diariamente.
- b. Se brindó apoyo en la instrucción de aspectos de la disciplina de levantamiento de pesas a muchos jóvenes en el sentido de enseñar la técnica correcta en la ejecución de los diferentes ejercicios para los distintos grupos musculares.
- c. Se apoyó con trabajo dinámico en la instrucción de la disciplina de levantamiento de pesas a jóvenes de 15 años en adelante, motivándolos a hacer de esta disciplina un hábito de vida y así crearles conciencia deportiva.
- d. Se apoyó como facilitador y animador de actividades de deporte, recreación y actividad física a un gran número de jóvenes mostrándoles rutinas básicas para principiantes en el levantamiento de pesas.
- e. Se logró apoyar con trabajo dinámico a muchas personas motivándolas a rutinas de fácil ejecución y a la vez se motivó psicológicamente a ser constantes y disciplinados en este deporte.
- f. Se brindó apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia del gimnasio de pesas en el sentido que se les tomo medidas físicas y de peso corporal, para tener un registro de los cambios que pueden ir teniendo los usuarios debido al trabajo físico, ya sea para ganar masa muscular o perder peso corporal.

RESULTADOS OBTENIDOS:

FEBRERO 2017

- a. Se brindó apoyo específico en la enseñanza de ejercicios dinámicos, que a su vez son básicos y elementales para el desarrollo muscular de muchos jóvenes que se iniciaron en la disciplina del entrenamiento con pesas.
- b. Se brindó la instrucción correcta en los aspectos de la disciplina del entrenamiento con pesas, en asesorar a los jóvenes con consejos de alimentación y nutrición.
- c. Se brindó apoyo en la generación de un plan específico para cada persona en individual, ya que cada una necesita un rutina diferente.
- d. Se apoyó en el desarrollo de lineamientos para un plan de trabajo, empezando con ejercicios básicos y series con un número bajo de repeticiones y progresivamente se le incrementa a la rutina números de series y otros ejercicios más complejos.
- e. Se brindó apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia, en el sentido que se les dio las instrucciones correctas para la realización de rutinas con barras, mancuernas y se les enseñó a utilizar las máquinas multifuncionales.

RESULTADOS OBTENIDOS:

MARZO 2017

- a. Se apoyó con trabajo dinámico en la instrucción de la disciplina a una gran cantidad de personas de diferentes edades buscar motivarlos en sus distintas rutinas.
- b. Se brindó apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia del gimnasio de pesas, en el sentido que se registran los cambios físicos en una toma de datos mensual a efecto de ver la evolución en sus medidas y peso.
- c. Se apoyó en el desarrollo de lineamientos creando planes de entrenamientos con rutinas para principiantes y vareándoles cada semana ya sea en el peso a utilizar o en series y/o repeticiones.
- d. Se apoyó como facilitador y animador a muchas personas brindándoles asesorías en dieta y ejercicios acordes a sus necesidades personales.
- e. Se brindó apoyo en la instrucción de la disciplina de levantamiento de pesas a jóvenes en riesgo de caer en drogas involucrándolos y dándoles consejos a fin de crear en ellos un hábito de vida
- f. Se logró apoyar con trabajo dinámico a muchas personas y buscando la rutina adecuada a cada una en lo individual, enseñando la técnica correcta en cada ejercicio.



Pietro Estuardo Zea Lobos

Vo.Bo.



Deysi Travenca Bocanegra Bocanegra
ADMINISTRADORA a.i.
Centro Deportivo Erick B. Barrondo
Dirección de Áreas Sustantivas
Dirección General del Deporte y la Recreación