

Señor  
Mario Renato Monterroso García  
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. 312-2018 aprobado mediante el Acuerdo Ministerial No. 9-2018 correspondiente al mes de febrero del año 2018 y para el cobro de mis honorarios estoy presentando la factura serie "D" No. 000004.

#### 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



Lidia Carolina Montenegro Montenegro  
ADMINISTRADORA  
Centro Deportivo Erick Bernabé Barrondo García  
Dirección de Áreas Sustantivas  
Dirección General del Deporte y la Recreación

Vo.Bo.