



Información general.

Nombre de profesor: **Darwin Guerra**

Piscina: **zona 4**

Horarios:

Vespertina. Inicio: 14:00 Finaliza: 17:00 entre semana

Días de trabajo: Lunes x Martes x Miércoles x Jueves x Viernes x Sábado
Domingo

Mes y año: OCTUBRE de 2024

Información Específica

OBJETIVO:

Desarrollar el trabajo de fuerza y resistencia aeróbica categoría mayor, trabajo de core y abdomen, coordinación en seco acoplamiento en agua de elementos básicos.

Trabajo de manejos en seco. Trabajo con atletas de iniciación, elementos de equipo, trabajo de esquema de equipo y de dueto junior y senior y montaje de largos de rutina.

Trabajo de natación con niñas de iniciación con proyección a natación artística, trabajo de movimientos y posiciones básicos, de nivel 1 y nivel 2 y nivel 3

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Trabajo de natación por estilos
- Trabajo de manejos en seco y en agua
- Trabajo de elementos técnicos y posiciones y movimientos básicos y manejos en agua
- Trabajo de elementos y posturas básicas en agua
- Trabajo de elementos dueto junior y senior y equipo, marcado de rutina y largos en agua de solos, duetos y equipo.

Tipo de mesociclo: Acumulación Número de sesiones planificadas: 26

Sesiones cumplidas 26

Número de mesociclo: 10

Número de sesiones cumplidas: 26

Porcentaje general del mes: 17%



Federación Nacional de Natación, Clavados, Polo Acuático y Nado Sincronizado de Guatemala

Informe Técnico Mensual de Entrenadores

FOR-3-DT-INFO

Volumen general planificado según plan gráfico:

Planificado: 104 horas Cumplido: 104 horas

Porcentaje de cumplimiento: 98%

Intensidad planificada de acuerdo con el plan gráfico:

Planificado físico: 2372 rep Cumplido: 2324 rep

Descripción del volumen planificado con relación al volumen cumplido, indicando las cualidades trabajadas durante el mes por cada uno de sus atletas, en los siguientes tipos de preparación:

Preparación Física General: Rep. 2372 Físico - Potencia 1920

Preparación Física Especial: 5929 rep – Resistencia 632 – Mov Art 1200

Preparación Técnica: 2372 Fig. – Rut 264

Preparación Táctica: 143 min Charla

Competencias nacionales e internacionales

Número de competencias realizadas: NO

Tipo:

Nombre de la competencia:

País:

Objetivo:

Test pedagógicos.

no

Asistencias.

Adjuntar al informe.

Capacitaciones.

Recibió alguna capacitación:

Si su respuesta fue si especifique:

Lugar:

Fecha:

Entidad organizadora:



**Federación Nacional de Natación, Clavados, Polo Acuático y Nado
Síncronizado de Guatemala**

Informe Técnico Mensual de Entrenadores

FOR-3-DT-INFO

Comentarios:

Observaciones

Firma de entrenador

Vo.bo. Director Técnico



FEDERACION NACIONAL DE NATACION
ASISTENCIA DEL MES DE OCTUBRE 2024

Entrenador DARWIN GUERRA
DIAS PLANIFICADOS 26
NATACION ARTISTICA

No	NOMBRE COMPLETO			Asistencia General del Mes																			A	I	% A/I									
		Si	No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	Rebeca Abigail Urias Pérez	X	X	X	X	X	D	X	X	X	X	D	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	X	X	26	0	100	
2	Kevin Ernesto García Alvarez	X	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	X	26	0	100	
3	Cristel Adriana Reyes García	X	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	X	26	0	100	
4	Rebecka Abigail Gonzalez Oregel	X	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	X	26	0	100	
5	Sara González Soto	X	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	100	
7	Faby Arriola	X	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	100	
8	Diana Morales Morales	X	X	X	X	X	D	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	100
9	Rossio de Fátima Díaz Monterroso	X	X	X	X	X	D	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	100
10	Genesis Milena Ramos Ortiz	X	X	X	X	X	D	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	100
11	Karen Lida Patzán	X	X	X	X	X	D	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	100
12	Marjorie Gabriela Alvarado Muñoz	X	X	X	X	X	D	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	100
13	Rosary Elizabeth Alvarado Barrios	X	X	O	O	O	O	D	O	X	O	O	O	O	O	O	D	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	10	0	100
14	Livy Luna Dardón Hernández	X	X	O	O	O	O	D	O	X	O	O	O	O	O	O	O	D	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	10	0	100
15	Birma María Náhemra Méndez Cabrera	X	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	113	
16	Shirley Melissa Arevalo Morales	X	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	113	
17	Ana Rebeca Donado Lopez	X	X	O	X	O	O	D	O	X	O	O	O	O	O	O	O	D	O	X	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	10	0	100
18	Elizabeth Martínez de León	X	X	X	X	X	D	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	113
19	Yared Estefany Benites	X	X	X	X	X	D	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	11	0	100
20	Mayfer Stiben Garrido Arias	X	X	O	X	O	O	D	O	X	O	O	O	O	O	O	O	D	O	O	X	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	10	0	100
21	Kennet García	X	X	O	X	O	O	D	O	X	O	O	O	O	O	O	O	D	O	O	X	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	10	0	100
22	Jackeline Gabriela Muñoz Vega	X	X	O	X	O	O	D	O	X	O	O	O	O	O	O	O	D	O	X	O	O	O	D	O	X	O	O	O	O	O	10	0	100
23	Alejandro Asunción Gutiérrez Alvarez	X	X	O	X	O	O	D	O	X	O	O	O	O	O	O	O	D	O	X	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	10	0	100
24	Ashley Nicole Palma Morataya	X	X	X	X	X	D	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	100
25	Sara Gaitan	X	X	X	X	X	D	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	100
26	Isabella Balentina Giron Quevedo	X	X	X	X	X	D	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	100
27	Keren Gabriela Jearim Leiva Quevedo	X	X	X	X	X	D	X	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	D	X	X	X	26	0	100

X:	Asistencia
O::	Ausencia
E::	Enfermedad**
L::	Lesión**
C::	Competencia o Campamento
A::	Actividad Programada por el COG
P::	Permiso**
D::	Descanso



DARWIN GUERRA
ENTRENADOR NATACION ARTISTICA

Porcentaje de asistencia General de la Matricula del Mes:
98%

Guatemala, 31 octubre del 2024.

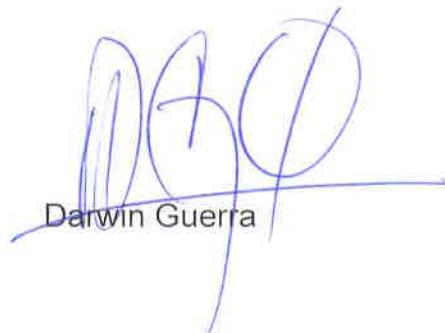
Señores
Comité Ejecutivo
Federación Nacional de Natación, Clavados,
Polo Acuático y Nado Sincronizado
Presente

Un atento saludo.

Les informo que adjunto, el informe correspondiente al mes de octubre del año en curso, donde consta que presté servicios como entrenador de natación artística en la piscina de la zona 4.

Sin otro particular, me despido.

Atentamente,



Darwin Guerra