



Asociación Deportiva Departamental de Natación Clavados Polo Acuático
Nado Sincronizado, y Aguas Abiertas de Chimaltenango

DICIEMBRE de 2024

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

Un atento saludo.

Les informo que adjunto, el informe del mes de diciembre de 2024
Correspondiente al mes del año en curso y adjunto el informe DE ACTIVIDADES
TRABAJADAS, donde consta que presenté Servicios como profesor de Natación
por parte de la Asociación Deportiva Departamental de Chimaltenango

Sin otro particular, me despido.



Atentamente:

Kevin Rene de León Tez





Asociación Deportiva Departamental de Natación Clavados Polo Acuatico
Nado Sincronizado, y Aguas Abiertas de Chimaltenango



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

Informe Técnico Mensual Profesores

FOR-4-DT-
INFO

Información general.

Nombre: KEVIN RENE DE LEON TEZ **Departamento:** CHIMALTENANGO

Piscina: ESCUELA NORMAL DE EDUCACION FISICA, LA ALAMEDA

Horarios: 05:00 a 06:00 07:00 a 08:00 09:00 a 10:00 10:00 a 11:00

14:00 a 15:00 15:00 a 16:00 16:00 a 17:00 17:00 a 18:00

Días de trabajo: lunes martes miércoles jueves viernes
sábado

Domingo

Mes y año: 15 de diciembre de 2024

Información Específica.

Objetivo general: DESARROLLO DE LA CAPACIDAD AEROBICA DE LOS ATLETAS

Objetivos específicos: DESARROLLAR EJERCICIOS QUE MEJORARAN EL RENDIMIENTO FISICO DEL ATLETA AL DESARROLLAR TRABAJO EN AGUA Y TIERRA a

Mesociclo:12 Macro: 3 Numero de clases planificadas: 20

Clases efectivas: 18

Factores que no permitieron cumplir con lo planificado: por situaciones de competencia del torneo navideño

Se cumplieron las clases planificadas con miembros del equipo.

Asistencias.

Adjuntar al informe.

Capacitaciones.

Lugar:



Asociación Deportiva Departamental de Natación Clavados Polo Acuático
Nado Sincronizado, y Aguas Abiertas de Chimaltenango

Observaciones.



Firma de Profesor/a

**Miembro del Comité Ejecutivo
ASONAT**

Vo.bo. Director Técnico



Asociación Deportiva Departamental de Natación Clavados Polo Acuático
Nado Sincronizado, y Aguas Abiertas de Chimaltenango



DEPARTAMENTO: Chimaltenango

MODELO DE MICROCICLO / MES

FECHA : 15-dic No. DE MICRO: 3 Mes: diciembre

OBJETIVO TECNICO: mejorar las condiciones técnicas de los 4 estilos

OBJETIVO FISICO: RESISTENCIA-velocidad

Componentes	Semana 1		Semana 2		Semana 3		Semana 4		Semana 5		Total		%
	Planif.	Real	Planif.	Real	Planif.	Real	Planif.	Real	Planif.	Real	Planif.	Real	
Parte Inicial		60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	100%
Calentamiento General		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	100%
Calentamiento Especial		30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	100%
Preparacion Fisica General		110	110	110	110	110	110	110	110	110	440	440	100%
<i>Capacidad Condicionales</i>													
Resistencia		45	45	45	45	45	45	45	45	45	180	180	
Fuerza		35	35	35	35	35	35	35	35	35	140	140	
Rapidez		15	15	15	15	15	15	15	15	15	60	60	
Flexibilidad		15	15	15	15	15	15	15	15	15	60	60	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
Preparacion Fisica Especial													
<i>Capacidad Condicionales</i>													
Resistencia Especial		10	10	10	10	10	10	10	10	10	60	60	
Fuerza Especial		5	5	5	5	5	5	5	5	5	30	30	
Rapidez Especial											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
Preparación Teorica		10	10	10	10	10	10	10	10	10	60	60	100%
TOTAL		70	70	70	70	70	70	70	70	70	560	560	100%

Observaciones:





CONTROL DE ASISTENCIA DE ATLETAS A SESIONES DE ENTRENAMIENTO

ASOCIACIÓN DEPORTIVA DE NATACIÓN DEPARTAMENTAL DE: **chimaltenango**
 MES: **diciembre**
 NATACION
 ENTRENADOR: **KEVIN DE LEON TEZ**
 HORARIOS **7-8 9-10AM / 2-3PM / 3-4PM / 4-5 5-6**
20
 SESIONES PLANIFICADAS:

No	NOMBRE COMPLETO	D	E	S	A	B	O	E	N	E	N	T	B	E	N	A	M	I	E	N	T	O	%
1	JORGE BALAN	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
2	ANDREA DUARTE	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
3	ADRIANA OZUNA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
4	RANBY MUÑOZ	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
5	DEBORA ESTIA CUA MUÑOZ	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
6	ANA BALAN	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
7	GENESS RIVAS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
8	Ruby Toes	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
9	ALEXANDER SEBASTIAN DE PAZ	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
10	BELÉN QUIRÓNES	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
11	MATEO GIRON	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
12	RUBEN TEZ MEJIA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
13	ABI POPOL	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
14	SOFIA TUBAO	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
15	WILLIAM HERNANDEZ	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
16	ANGELY CALAN	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
17	ANGELY AZUARDIA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
18	RAFael CALAN	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
19	ANDRES RIVERA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
20	ANDRES CARRERAS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
21	LATHANA MARTINEZ	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
24	ALEJANDRO GIRON	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100

X: Asistencia
E: Ausencia
L: Feriado
C: Competencia o Campamento
A: Actividad Programada por el COG
D: Descanso

* Toda lesión o enfermedad de atletas, deben de ser justificadas con certificado médico de la Dirección de Servicios para la Competitividad

No.	Nombre	Documento Adjuante
1		
2		
3		
4		

OBSERVACIONES:

NOTA: El entrenador será responsable del control, de reportar justificaciones de inasistencias los entrenamientos

Nombre del Entrenador
Kevin Tez

Firma del Entrenador

PRIMA Y SELLO DE CREDITACIÓN





INFORME FINAL ASONAT-CHIMALTENANGO

2024

Durante el año 2024 se realizó el trabajo de esta ASONAT una planificación de 3 macrociclos de trabajo, por la cual se desarrolla y se describe en este siguiente informe final. Donde se plasmará las competencias que se realizó durante el presente año. Logrando cumplir con los objetivos y metas planteadas.

En el presente año 2024 se tuvo planificado competencias fundamentales y competencias de control,

COMPETENCIAS EN LAS QUE SE PARTICIPARON EN EL AÑO 2024

1. I Toma de Tiempos Nacional
2. I Regional Central
3. I Circuito Nacional
4. I Ranking Nacional de Aguas Abiertas
5. I Invitacional
6. I mini Meet
7. Campeonato Nacional Individual 50 metros
8. II fecha del Ranking aguas abiertas
9. II invitacional
10. II regional central
11. III Invitacional
12. II Mini Meet
13. III Fecha Ranking Nacional de Aguas Abiertas
14. Juegos deportivos Nacionales
15. Campeonato Nacional Individual 25 metros
16. III Regional central
17. Juegos Deportivos Nacionales De Aguas Abiertas
18. IV invitacional
19. III campeonato de Asociaciones
20. Inter regional
21. Torneo navideño





Análisis de y metas y objetivos cumplidos en el macrociclo numero 1

En el macrociclo número 1 se buscaba la clasificación a las primeras competencias con acceso JDN, CNI, manteniendo el cumplimiento de este macrociclo. El acceso a estas competencias es con marcas A+ y AA se logra el objetivo con 6 atletas.

1. Alexander de paz A+
2. Rafael calan A+
3. Mohamed Vielman AA
4. Andrea duarte A+
5. Alejandro girón AA
6. Jorge balan AA
7. Genesis Rivas A+
8. Belén Quiñones A+

- Obteniendo buenos resultados en este macrociclo de trabajo realizando las primeras marcas AA.
- se participa en los Rankin nacionales de aguas abiertas obteniendo 1er lugar en el género masculino con el atleta Jorge balan, y sexto lugar con la atleta Genesis Rivas
- se retoma las participaciones de los atletas de la categoría pre infantil con las competencias de las mini Meet, con la participación de 10 atletas.





Análisis del macrociclo número 2

Se trabajo con el objetivo de poder realizar las marcas con los atletas que se tenían objetivos y trabajo fundamental y atletas novatos a participar en regionales para poder obtener las marcas necesarias. Seguimos con el objetivo de poder tener acceso a los JUEGOS DEPORTIVOS NACIONALES. Y tener acceso al circuito nacional de piscina corta,

Se mantuvo una buena participación y mejorando tiempos en estas competencias. Logrando tener accesos a juegos nacionales de piscina y al campeonato Nacional de Piscina Corta 25 metros, los atletas clasificados fueron 10 atletas siendo ellos

1. Alexander de paz	2 Alejandro Girón	3 Adriana Ozuna
4 Mohamed Vielman	5 Rafael calan	6 Andrea Duarte
7 Jorge Balan	8 Belén Quiñonez	9 Genesis Rivas
10 Débora Cuá		

Se trabaja y se participa en los Ranking nacionales de Aguas Abiertas, con 4 atletas 3 femeninos y 1 en género Femenino en la distancia de 3K

Se tiene la participación en las invitacionales con objetivos de mejores tiempos y mejorar las marcas motivacionales

Se sigue trabajando con las categorías infantiles en las mini Meet.

Análisis del Macrociclo numero 3

Con este último microciclo de trabajo se tiene como objetivo único tener buena participación en el 3er regional para poder tener clasificados al campeonato interregional y el campeonato nacional de Asociaciones llevar una delegación con más atletas. También se tiene como objetivo lograr clasificar a más atletas al torneo navideño.

- Se logra clasificar a 6 atletas al Interregional
- Y tener la clasificación de 11 atletas al torneo Navideño.
- Se logro llevar una delegación de 25 atletas al campeonato nacional de Asociaciones





Mejores resultados de participación de torneos y campeonatos del año 2024

En los 3 Rankin de aguas Abiertas distancia 3k

2 primeros lugares genero masculino- Jorge Balan

5to lugar – Genesis Rivas

8vo lugar – Belén Quiñonez

Juegos deportivos nacionales de natación

se logra 9 medallas para nuestra delegación

2 de oro 3 plata 4 bronce 1 4to lugar 2 5to lugar

Juegos deportivos nacionales de natación

Se logra clasificar a 10 atletas

1. Mohamed Vielman 9 Adriana Ozuna
2. Rafael calan 10 Débora Cuá
3. Alejandro Girón
4. Sebastián de paz
5. Jorge balan
6. Andrea duarte
7. Genesis Rivas
8. Belén Quiñonez

Se lograron puestos 1ero, segundo tercer lugar y top 10 que fueron de sema importancia ya que en esos juegos atletas mejoran marcas y uno de ellos obtuvo AA en los 50 metros mariposa.

Medallas por las IV invitacionales

Se obtuvo alrededor de 60 medallas que se premiaron del 1er lugar hasta el 8vo lugar.

Se logran marcas para como A+, AA, Y AAA





Juegos deportivos nacionales de Aguas Abiertas 3K

Se logro la clasificación de 3 atletas entre ellos están

1. Jorge balan medalla de Oro
2. Genesis Rivas 6to lugar
3. Belén Quiñonez 8vo lugar

Competencia Mini Meet

Nuestra asociación compite por primera vez en estas competencias, teniendo buenos resultados de las 3 mini Meet resalta la participación de 8 atletas y sobresaliendo la participación del Atleta Rubén Tes, que fue campeón en la primera Mini Meet que se realizó en el departamento de Quetzaltenango. y la segunda mini Meet subcampeón en la categoría 5-6 años preinfantil en el departamento de Chiquimula.

Se obtuvieron medallas 20 medallas distribuidas de la siguiente manera:

Oro 4 plata 1 bronce 2 4to lugar 7 5to lugar

INTER-REGIONAL

Atravez de los regionales se logró obtener la clasificación de 9 atletas en la delegación de Chimaltenango siendo los siguientes:

1. Ruby Tes
2. Aaron Hernández
3. Emmy Hernández
4. Angely Azurdia
5. Abner Rivera
6. Mateo Girón
7. Derian Iboy
8. Andrés Arenas
9. Ixchel Julaju

En dicho evento se logró la cantidad de 4 medallas para nuestra ASONAT



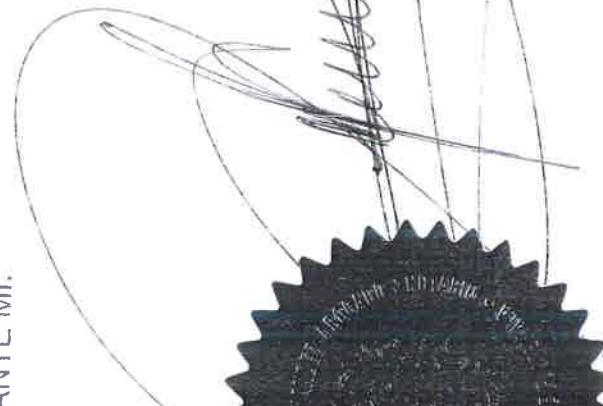
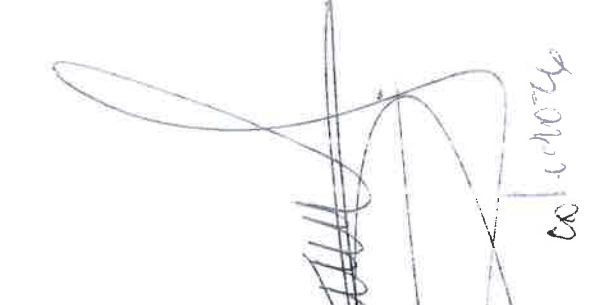
En la ciudad de Guatemala, el día dieciséis de diciembre de dos mil veinticuatro, Yo, **KEVIN RENÉ DE LEÓN TEZ**, de treinta y un años de edad, soltero, Maestro de Educación Física, domiciliado en el Departamento de Chimaltenango, me identifico con el Documento Personal de Identificación, Código Único de Identificación número dos mil doscientos cincuenta y nueve espacio setenta y seis mil cuatrocientos cuatro espacio cero cuatrocientos uno (2259 76404 0401), extendido por el Registro Nacional de las Personas, actuo a título personal y señalo como lugar para recibir notificaciones, citaciones y emplazamientos en mi residencia ubicada en tercer callejón dos guión cuarenta W, zona tres de Chimaltenango, Departamento de Chimaltenango, encontrándome en libre ejercicio de mis derechos civiles, por este acto otorgo a favor de la FEDERACIÓN NACIONAL DE NATACIÓN, CLAVADOS, POLO ACUÁTICO Y NADO SINCRONIZADO DE GUATEMALA, el más amplio, total y eficaz finiquito contractual con pacto de no reclamación relacionada con el contrato administrativo de servicios técnicos No. 26-2024-GG, suscrito el dieciséis de enero del año en curso.

F. 

En la ciudad de Guatemala, el día dieciséis de diciembre de dos mil veinticuatro, como notario, DOY FE: a. Que la firma que antecede, que calza un finiquito contractual a favor de la FEDERACIÓN NACIONAL DE NATACIÓN, CLAVADOS, POLO ACUÁTICO Y NADO SINCRONIZADO DE GUATEMALA, es auténtica por haber sido puesta el día de hoy en mi presencia, **KEVIN RENÉ DE LEÓN TEZ**, quien se identifica con el Documento Personal de Identificación, Código Único de Identificación dos mil doscientos cincuenta y nueve espacio setenta y seis mil cuatrocientos cuatro espacio cero cuatrocientos uno (2259 76404 0401), extendido por el Registro Nacional de las Personas; y, b. Que el signatario vuelve a firmar la presente acta notarial juntamente con el suscrito notario.

F. 

ANTE MÍ:



RP-0598117



CO. 11/10/24