

**INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES  
FISIOTERAPIA**

Federación: Federación Nacional de Karate Do de Guatemala  
 Profesional: Abner Samuel Hernández Callejas  
 Mes y año: octubre 2,021  
 Lugar: Instalaciones de la Federación Nacional de Karate Do de Guatemala

**Objetivo General:**

Brindar atención fisioterapéutica curativa y preventiva a atletas de alto rendimiento de la Federación Nacional de Karate Do de Guatemala

**Objetivos Específicos:**

Proporcionar atención especializada de fisioterapia a los y las atletas de alto rendimiento tanto curativa como preventivamente.  
 Realizar evaluación inicial a cada atleta para apertura de expediente clínico y poseer base de inicio para futuras atenciones requeridas.  
 Asistir a los atletas antes y durante los entrenamientos en las instalaciones de la federación, asimismo brindar cobertura en eventos que esta desarrolle.

**Listado de atletas atendidos durante el mes de agosto:**

No.	Nombre	Rama	Evaluaciones	Tratamientos	Plan Educativo
1	María Renee Wong Álvarez	F	2	7	1
2	Carlos José Chacón Mazariegos	M	1	1	1
3	Pedro Pablo de la Roca López	M	1	2	1
4	Fabiana Velasco Barrientos	F	1	1	1
5	Ismael Herman Linares Figueroa	M	2	4	1
6	Brandon Lisandro Ramírez González	M	2	7	1
7	Allan David Maldonado Cruz	M	1	1	1
8	Gershon Adir Morales Serrano	M	2	4	1
9	Diego Ernesto Chacón Mazariegos	M	1	1	1
10	Bárbara Michelle Morales Chávez	F	2	5	1
11	Omar Alexander Osorio Estrada	M	1	5	1
12	Marcia Yessenia Pérez Morales	F	1	1	1
13	Angela Daniela Cardona Ordoñez	F	1	1	1
14	Fernando David Palacios López	M	1	2	1
<b>Totales</b>			<b>19</b>	<b>42</b>	<b>14</b>
Asistencia de consulta durante entreno			8		
Cobertura de eventos/campeonatos			0		

Atención de atletas con lesiones específicas:

No.	Nombre	Diagnóstico	Tratamiento	Evolución
1	María Wong	Tendinopatía rotuliana izquierda crónica	Estimulo eléctrico, masaje, stretching y vendaje neuromuscular	Refiere disminución de dolor y síntomas, mejora del 80%.
2	Carlos Chacón	Contusión dedo pulgar	Estimulo eléctrico y vendaje neuromuscular.	Refiere mejoría y no refiere molestias al terminar inmovilización.
3	Pedro de la Roca	Carga en miembros inferiores	Estímulo eléctrico, vendaje neuromuscular y masaje.	Referencia de mejora del 100%
4	Allan Maldonado	Distensión muscular glúteo izquierdo.	Estímulo eléctrico, masaje, stretching y vendaje neuromuscular	Refiere mejora del 90%
5	Omar Osorio	Contusión en ambos antepiés	Stretching y masaje.	Se da seguimiento, refiere mejora del 50%.
6	Bárbara Morales	Referencia de dolor en hombros crónica	Electroestímulo, masaje, ultrasonido, ejercicio terapéutico	Se da seguimiento de tratamiento y evolución.
7	Brandon Ramírez	Mialgia en antebrazo izquierdo y tensor de fascia lata y cintilla iliotibial derecha	Electroestímulo, Masaje, ultrasonido, vendaje, stretching, ejercicio terapéutico y vendajes.	Se brinda seguimiento por referencias.
8	Gershon Morales	Atención en entreno por sobrecarga en miembros inferiores	Electroestímulo, crioterapia, vendaje y tópico	Mejora del 90%

9	Diego Chacón	Carga en miembros inferiores	Electroestímulo, masaje, ultrasonido, tópico, stretching y plan educacional para hogar.	Refiere mejora del 100%
10	Ismael Herman Linares Figueroa	Contusión y referencia de molestia en tobillo	Electroestímulo, masaje, ultrasonido, tópico, stretching y plan educacional para hogar.	Se inicia seguimiento por referencia.
11	Fernando David Palacios López	Referencia de dolor crónico en paravertebral bilateral	Electroestímulo, masaje, ultrasonido, tópico, stretching y plan educacional para hogar.	Se inicia seguimiento por referencia.

Descripción Complementaria:

- María Wong, se brinda seguimiento a razón de referencia de dolor en misma rodilla.
- Allan Maldonado se da seguimiento al tratamiento por distensión de glúteo refiere mejora del 90%.
- Diego Chacón, se da caso concluido el tratamiento por mialgia de tríceps.
- Bárbara Morales, se continua con atención por hombros, mejora mínima.
- Gershon Morales se da seguimiento por carga bilateral en MIs posteriores.

Observaciones:

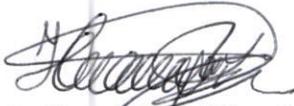
Se brinda charla en general a todo el grupo sobre los beneficios del calentamiento y enfriamiento.

Las evaluaciones iniciales fueron utilizadas para realizar evolución de cada atleta atendido. Los tratamientos varían con cada atleta y dependen de la evaluación, en general se aplica electroestimulación, masaje, percusión mediante pistola, estiramiento y vendaje neuromuscular.

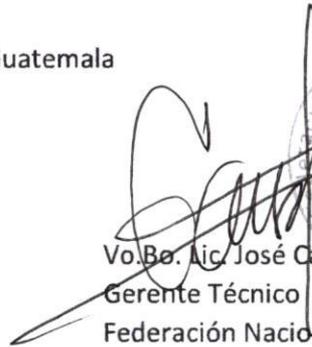
Los planes educacionales se brindan al atleta cuando este solicita atención para una consulta en específico, este consta de indicaciones de medio físicos, estiramientos y ejercicio terapéutico para que lo realice en su domicilio y así contribuir a la pronta y óptima recuperación.

El tiempo de cada atención varía según el caso y el diagnóstico a tratar, este oscila entre 20 a 40 minutos.

Todo lo descrito se encuentra en los expedientes físicos de los atletas.



Mgtr. Abner Samuel Hernández Callejas  
Lic. en Fisioterapia  
Federación Nacional de Karate Do de Guatemala



Vo.Bo. Lic. José Carlos González Sánchez  
Gerente Técnico  
Federación Nacional de Karate Do de Guatemala

22/10/2021



# INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Angel Augusto Chang Herrarte Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa Departamento: GUATEMALA Mes que reporta: OCTUBRE Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	17:00 a 18:30
Martes	17:00 a 18:30
Miércoles	17:00 a 18:30
Jueves	17:00 a 18:30
Viernes	17:00 a 18:30
Sábado	08:00 - 10:00

**Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:** Mantener un buen trabajo en kata y kumite, avanzar en tecnicas de ambas ramas y mejorar cualidades fisicas. Y empezar a inculcar mas trabajo avanzado.

**Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:** Los atletas han empezado a tomar el ritmo del entreno, presentando mejora en su rendimiento fisico y tecnico. Mas entendimiento del deporte y mayor volumen de trabajo. Mejoras en los topes mensuales, con mayor trabajo en aptitudes y desempeño tecnico y fisico.

**Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:** Tienen que trabajar a un mejor ritmo el area de kata y kumite, conocimiento de tecnicas basicas de kata y kumite, mayor desplazamiento en el area para ambas ramas. Mejorar en los combates con toma de decisiones. Mas trabajo tecnico tactico. Llevar el proceso para la las Eliminatorias de camino a los juegos Nacionales, tratando de clasificar a la mayoría de los atletas.

**Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:** Los atletas han empezado a tomar el ritmo del entreno, presentando mejoras en su rendimiento fisico y tecnico. Presentando un avance notorio y mejora en sus tecnicas. Mayor desplazamiento adecuado en el area de combate, presentando mas soltura y agilidad en todos sus movimientos.

**Actividades programadas para el siguiente mes:** mejorar el trabajo tecnico-tactico. Darles mayor gama de herramientas para mejorar el combate, tratar que mejoren su trabajo de decision para atacar y contratacar. Y seguir con el trabajo para la eliminatoria regional y buscar la clasificacion de todos los atletas.

GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	22	46%
Masculino	32	43%
<b>Total</b>	<b>54</b>	<b>44%</b>

Blanca	34
Amarilla	4
Naranja	3
Verde	4
Morada	5
Azul	2
Roja	0
Café	2
Negra	0
<b>Total</b>	<b>54</b>

Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	54	0		

Maya	0
Xinca	0
Ladino	54
Garífuna	0

Realización de Test Pedagógico: NO

Especifique el test pedagógico que realizo: NINGUNO

Participó en alguna competencia? SI

*[Handwritten signature]*  
 25/10/2021  
 VoBo FENAK  
 GERENCIA TÉCNICA

Especifique la competencia en la que participo: RANKING MENSUAL EFECTUADO EL 15 DE SEPTIEMBRE CON ATLETAS DEL DOJO JORGE SOSA. Y ELIMINATORIA PARA JUEGOS NACIONALES 2021

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:

CAPACITACION DEL KIHON SAN JO KYU Y SAN KYU IMPARTIDO POR EL SENSEI GUIDO ABDALLA, 18 DE SEPTIEMBRE -- CAPACITACION DE KIHONES DEPORTIVOS NO. 12 Y NO. 13 IMPARTIDA POR EL SENSEI JUAN DRAGO, 18 DE SEPTIEMBRE -- CAPACITACION DE KIHON NI JO KYU IMPARTIDO POR EL SENSEI GUIDO ABDALLA 15 DE OCTUBRE

*[Handwritten signature]*  
 Angel Augusto Chang Herrarte  
 Entrenador  
 GUATEMALA

Sello



Sello

*[Handwritten signature]*  
 Metodólogo Deportivo  
 Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala  
 GUATEMALA





# INFORME MENSUAL

Dojo Jorge Sosa (Virtual) (Colegio EducaKids, Escuela de Valores, Colegio Escuela de Cristo, Colegio Intercultural, Escuela 471)

Entrenador Contratado: Barbara Michelle Morales Chavez

Lugar de Entrenamiento:

Departamento: Guatemala

Mes que reporta: Octubre

Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	10:30 a 11:00
Martes	10:30 a 11:00
Miércoles	09:00 a 11:00
Jueves	09:00 a 11:00
Viernes	09:00 a 11:00
Sábado	0

Objetivos Mensuales de Atletas Escolares Sistemáticos:

En el mes de Octubre se siguió trabajando via zoom ( plataforma virtual) se realizó repaso de lo visto el mes anterior y se repasó el kihon ku kyu, se finalizó el ciclo escolar con una evaluación sobre la técnica básica, ( la evaluación consistió en: grabar un video ejecutando el Kihon Ku Kyu, y subirlo a su canal de you tube)

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Escolares Sistemáticos:

Se cumplió con el 100% de las actividades y con la culminación del programa.

Dificultades:

Entrenamiento virtual, no cuentan con espacio para realizar ejercicios físicos y de karate, fallas con señal de internet, los alumno no poseen traje de karate.

Participo en Exhibiciones o Giras Deportivas N/A

Detalle la cantidad de alumnos atendidos en Exhibiciones o Giras deportivas. N/A

Actividades programadas para el siguiente mes:

Asistir como apoyo a los entrenadores con los horarios de curso de vacaciones.

MATRICULA ESCOLAR POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	63	93%
Masculino	82	96%
<b>Total</b>	<b>145</b>	<b>95%</b>

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	145
Amarilla	0
Naranja	0
Verde	0
Morada	0
Azul	0
Roja	0
Café	0
Negra	0
<b>Total</b>	<b>145</b>

MATRICULA ESCOLAR POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	145	0		

MATRICULA ESCOLAR POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	145
Garifuna	0

Realización de Test Pedagógico: N/A

Especifique el test pedagógico que realizó: N/A

Participó en alguna competencia? No

Especifique la competencia en la que participo: N/A

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:

El día sábado 18 de septiembre recibí una capacitación del kihon San Kyu y Kihon deportivos N°12,13. Impartido por los Entrenadores Juan Drago, Francisco Lou, Guido Abdalla.  
El día viernes 15 de Octubre recibí una capacitación del kihon Ni Jo Kyu impartida por el shihan Guido Abdalla, en la

Barbara Morales  
Barbara Michelle Morales Chavez  
Entrenador Programa Escolar  
Guatemala

Sello

Sello

Sello

Juan Drago  
Metodólogo Deportivo  
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala  
Guatemala

DIRECCION TÉCNICA  
ESTADO DE GUATEMALA  
SUB GERENCIA TÉCNICA



# INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Brandon Lizandro Ramirez Gonzalez

Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa

Departamento: Guatemala

Mes que reporta: OCTUBRE

Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	15:30 a 17:00
Martes	15:30 a 17:00
Miércoles	15:30 a 17:00
Jueves	15:30 a 17:00
Viernes	15:30 a 17:00
Sábado	09:00 - 11:00

**Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:** Mantener su Fuerza, Velocidad y Flexibilidad. Corregir errores en técnicas básicas, estacionaria de kata, realizar los kihones para cambio de cinta en Diciembre y Escoger a los más avanzados y enseñar los kihones de la competencia E Tournament.

**Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:** Se logró Mantener su Fuerza, Velocidad y Flexibilidad y así mismo se escogió a los 3 mejores atletas que se representarán en el E Tournament desde los 6 años hasta los 17 años se enseñaron las técnicas a realizar y se matuvo el aprendizaje de las técnicas básicas de kata básica.

**Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:** Mantener su Fuerza, Velocidad y Flexibilidad. Enseñar las técnicas de kumite que se realizarán en los kihones para el E Tournament de la Fenak. Empezar a aprender las katas y kihones para el cambio de cinta, y para los atletas que tienen posible participación en el cckc, trabajar en mucho en su técnica y táctica.

**Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:** Se mantuvo la Fuerza, Velocidad y Flexibilidad. Se escogieron a los atletas que representarán en el E Tournament y se enseñaron los kihones a realizar y se escogió la kata que se realizarán en el E tournament.

**Actividades programadas para el siguiente mes:** Se mantuvo su Fuerza, Velocidad y Flexibilidad. Para los practicantes, seguir con el aprendizaje de su kata, kihon y ippon kumite que se realizarán en su examen de cinta en Diciembre y los sistemáticos perfeccionar los kihones para el E tournament.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Masculino	44	44%
Femenino	16	53%
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>48%</b>

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	42
Amarilla	5
Naranja	3
Verde	4
Morada	1
Azul	2
Roja	1
Café	2
Negra	0
<b>Total</b>	<b>60</b>

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itz'a'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujit
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	60	0		

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	60
Garifuna	0

Realización de Test Pedagógico: no

Especifique el test pedagógico que realizo: 0

Participó en alguna competencia? si

*[Handwritten signature]*  
 VºBo FENAK  
 09/11/2021  
 GERENCIA TÉCNICA  
 FENAK

Especifique la competencia en la que participo: Ranking: 15 DE Septiembre

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: Curso de Diplomado de Karate Do en la Universidad Galileo de Guatemala y Capacitación técnicas SHOTOKAN (kihones) con el sensei Francisco LOU

*[Handwritten signature]*  
 Brandon Lizandro Ramirez Gonzalez  
 Entrenador  
 Guatemala

*[Handwritten signature]*  
 Sello  
 Asociación Deportiva Departamental  
 Karate Do  
 Guatemala

*[Handwritten signature]*  
 Sello  
 Metodólogo Deportivo  
 Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala  
 Guatemala  
 DIRECCIÓN TÉCNICA  
 METODOLÓGICA DE GUATEMALA  
 SUB GERENCIA TÉCNICA



# INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Brian Diego Isai Herrera Hernandez

Lugar de Entrenamiento: Liceo Politecnico, Calle los Nazarenos, Antigua Guatemala

Departamento: Sacatepequez Mes que reporta: Octubre

Año: 2021

Dias de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	16:00 a 17:00 y 18:00 a 19:00
Martes	08:00 a 09:00 y 17:00 a 18:00
Miércoles	16:00 a 17:00 y 18:00 a 19:00
Jueves	08:00 a 09:00 y 17:00 a 18:00
Viernes	16:00 a 17:00 y 18:00 a 19:00
Sábado	10:00 a 11:00

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes: No Hay

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes: No aplica

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos: Fomentar los valores eticos y morales asi mismo como el trabajo de la enseñanza y repaso de las diferentes tecnicas deportivas para la realizacion kihones para el torneo virtual asi mismo como la realizacion de las 2 katas que se realizaran en el toreno virtual.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos: Se cunpli en un porcentaje bastante aceptable los objetivos plasmados de la enseñanza y repaso de los kihones para el torneo virtual asi mismo como la realizacion de las 2 katas que se realizaran en el toreno virtual, asi como el trabajo de condición fisica para los atletas pricipiantes y de programa escolar a pesar de la nueva enfermedad COVID 19

Actividades programadas para el siguiente mes: Tabajo de esquivas de box aplicado al karate y iniciacion del curso de vacaciones

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Masculino	10	60%
Femenino	9	62%
<b>Total</b>	<b>19</b>	<b>61%</b>

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	19
Garifuna	0

MATRICULA POR CINTAS	
Bianca	12
Amarilla	5
Naranja	2
Verde	0
Morada	0
Azul	0
Roja	0
Café	0
Negra	0
<b>Total</b>	<b>19</b>

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tzutujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	19	0		

Realización de Test Pedagógico: No

Especifique el test pedagógico que realizo: No aplica

Participó en alguna competencia? No

Especifique la competencia en la que participo: No aplica

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: Clases de karate marcial del kihon san jo kyu, 18-09-2021, y el kihon san kyu, 14-10-2021, impartidos por el sensei Juan Francisco Lou, gerencia tecnica Fenak, Capacitacion de los kihones 12 y 13 deportivos desde lo 6 años en adelante, por el sensei Juan Drago entrenador de la seleccion Nacinal de karate, de Guatemala de la forma presencial y virtual.

Brian Diego Isai Herrera Hernandez  
Entrenador  
Sacatepequez

Sello

Asociación Deportiva Departamental  
Karate Do  
Sacatepequez



Sello

Metodólogo Deportivo  
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala  
Sacatepequez





# INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: AUGUSTO PADILLA PEREZ

Lugar de Entrenamiento: Casa del deportista 8a. Calle 2-60 zona 2 canto santa cristina Mazateango

Departamento: Suchitepequez Mes que reporta: Octubre

Año: 2021

Dias de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	09:00 a 10:00 03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 06:a 07
Martes	09:00 a 10:00 03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 06:a 07
Miércoles	09:00 a 10:00 03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 06:a 07
Jueves	09:00 a 10:00 03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 06:a 07
Viernes	09:00 a 10:00 03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 06:a 07
Sábado	10:00a 11:00 11:00a 12:00

<b>Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:</b>	<u>Desarrollar tecnica basicas de pierna y puño y tecnica basicas de kata.</u>
<b>Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:</b>	<u>Se desarrollo tecnicas basicas de pierna y puño y tecnicas basicas de kata.</u>
<b>Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:</b>	<u>Desarrollar kijones de combate y estrategia.</u>
<b>Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:</b>	<u>Se ejecuto los kijones de combates y estrategia de combate.</u>
<b>Actividades programadas para el siguiente mes:</b>	<u>Realizar ranqui Departamental . Campeonato eToumament FENAK, Juegos Deportivos Nacionales . Juegos Deportivos Nacionales Adaptados .</u>

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	17	47%
Masculino	28	53%
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>50%</b>

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	9
Amarilla	33
Naranja	0
Verde	1
Morada	1
Azul	0
Roja	0
Café	1
Negra	0
<b>Total</b>	<b>45</b>

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'ütujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	45	0		

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	45
Garifuna	0

Realización de Test Pedagógico:	<u>Si</u>	Especifique el test pedagógico que realizo:	<u>TECNICO Y FISICO</u>	Participó en alguna competencia?	<u>Si</u>
Especifique la competencia en la que participo:	<u>Ranking Mensual, 19 de Octubre Casa del deportista, participacion de 25 atletas .</u>		Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:	<u>Clase Shotokan Kihon Ni Jo Kyu 14 de octubre .</u>	

*[Handwritten signature and stamp]*  
 GERENCIA TECNICA  
 FENAK  
 VoBo FENAK

*[Handwritten signature of Augusto Padilla Perez]*

AUGUSTO PADILLA PEREZ  
Entrenador  
Suchitepequez

Sello



*[Handwritten signature of Luis P. Dugue P.]*

Metodólogo Deportivo  
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala  
Suchitepequez

Sello



Recibido = 22-10-2021

# INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES



## 01. DATOS GENERALES

- a) Federación y Asociación Deportiva Nacional: **KARATE DO**
- b) Nombre y función del entrenador a cargo de la presentación de este informe: **Duglas Esperanza Debroy, entrenador principal**
- c) Informe mensual de actividades correspondiente a: **OCTUBRE. DEL 16 DE SEPTIEMBRE AL 15 DE OCTUBRE.**
- d) Lugar y días de entrenamiento: **Lunes a viernes de 6:30 a 8:00 y Lunes a viernes 17:00 a 19:00 horas.**

## 02. ACTIVIDADES TÉCNICAS DEL MES

- a) Días de entrenamiento planificados: **22 DÍAS**
- b) Días de entrenamiento cumplidos: **22 DÍAS**
- c) Describa si dentro de las actividades planificadas en el mes se participó en alguna competencia y/o campamento de entrenamiento: **NO.**
- d) Describa si impartió o participó en alguna capacitación dentro del mes: **NO**

## OBSERVACIONES:

## 03. AVALES

- e) Nombre y firma del entrenador: : **Duglas Esperanza Debroy.**

- a) Nombre, firma y sello del Director Técnico y/o Gerente General:

*José Carlos González Sánchez*  
Gerente Técnico  
Federación Nacional de Karate Do



# INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Jesús Eduardo Ascencio González

Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa, Polideportivo zona 5.

Departamento: Guatemala

Mes que reporta: Octubre

Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	14:00 a 15:30
Martes	14:00 a 15:30
Miércoles	14:00 a 15:30
Jueves	14:00 a 15:30
Viernes	14:00 a 15:30
Sábado	10:00 a 12:00

### Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:

Inciar con el trabajo de kata heian shodan con los atletas que completaron en el periodo anterior con el kata Taikioku shoda, y continuar con el trabajo de taikioku shodan con los atletas que aun no la han completado. Realizar kihones de examen de grado blanca, blanca amarilla y amarilla, los kihones tanto deportivos como tradicionales.

### Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:

se logro iniciar con el trabajo de kata heian shodan y con algunos de ellos se inicio con heian Nidan, la mayoría de los atletas tienen completo el kata taikioku shodan.

### Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:

Clasificar a juegos Nacionales a la mayoría de atletas inscritos para dicho evento. Realizar entrenos dirigidos al rendimiento de competencia tanto en kata como en kumite. Realizar entrenos en conjunto con los atletas clasificados de los horarios de los demas horarios.

### Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:

Se logro clasificar a varios de los atletas a juegos nacionales, y con ellos se continuo con el entrenamiento tanto de kata como de kumite para así lograr obtener mejores resultados en los proximos eventos

### Actividades programadas para el siguiente mes:

participar en el evento Etournament, y continuar con los entrenamientos dirigidos a la competencia de Juegos Nacionales.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	19	37%
Masculino	31	39%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>38%</b>

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	50
Garifuna	0

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	27
Amarilla	3
Naranja	5
Verde	3
Morada	0
Azul	2
Roja	0
Café	6
Negra	4
<b>Total</b>	<b>50</b>

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Pogoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Pogomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	50	0		

Realización de Test Pedagógico: No

Especifique el test pedagógico que realizo:

Ninguno

Participó en alguna competencia? si

Especifique la competencia en la que participo: Ranking mensual efectuado el 15 de septiembre con atletas del dojo Jorge Sosa y eliminatoria rumbo a juegos nacionales por el departamento de Guatemala, con atletas de dojos de la capital.

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:

Kihones del estilo shitoryu, el dia 14 de Octubre de 2021, impartidos por Sensei Juan Francisco Lou

*[Handwritten signature]*  
 25/10/2021  
 Bo FENAK

*[Handwritten signature]*  
 Jesús Eduardo Ascencio González  
 Entrenador  
 Guatemala

Sello

*[Handwritten signature]*  
 Asociación Departamental  
 Karate Do  
 Guatemala

Sello

*[Handwritten signature]*  
 Metodólogo Deportivo  
 Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala  
 Guatemala

DIRECCION TECNICA  
 METODOLOGIA DE GUATEMALA  
 SUB GERENCIA TECNICA



# INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Edwin Fernando Cortez Garcia Lugar de Entrenamiento: Casa del Deportista Departamento: Jutiapa Mes que reporta: Octubre Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	08:00 a 11:00 y 14:00 a 17:00
Martes	08:00 a 11:00 y 14:00 a 17:00
Miércoles	08:00 a 11:00 y 14:00 a 17:00
Jueves	08:00 a 11:00 y 14:00 a 17:00
Viernes	08:00 a 11:00 y 14:00 a 17:00
Sábado	08:00 a 11:00 y 14:00 a 17:00

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes: Desarrollar Técnicas Básica kamaen, vacko tzuki, maite tzuki, maitén tsuky, mawashi gery, mae query, deportivo y tencnicas de shotokan marcial como defensa personal.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes: Estos objetivos se lograron trazar con herramientas pedagógicas de técnicas tácticas del karate do de aprendizajes paso a paso para que el atleta incipiente tenga un mejor aprendizaje.

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos: Desarrollar técnicas de combate deportivo doble paso, Maite Tzuki con desplazamientos, ejercicios de fuerza con explosividad, desplazamientos de Kumite, mejorar la preparacion fisica del atleta sistemático, y conocimiento teórico práctico del reglamento de karate Do, katasy kihones marciales

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos: Estos objetivos se lograron trazar con herramientas pedagógicas de técnicas tácticas del karate do de aprendizajes simples y complejos

Actividades programadas para el siguiente mes: Entrenamiento al Aire libre, como preparacin fisica especial.

GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	6	53%
Masculino	29	62%
Total	35	57%

Blanca	18
Amarilla	5
Naranja	3
Verde	5
Morada	0
Azul	1
Roja	0
Café	1
Negra	1
Total	34

Itzá'	Pogoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Pogomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	35	0		

Maya	0
Xinca	0
Ladino	35
Garifuna	0

Realización de Test Pedagógico: NO Especifique el test pedagógico que realizo: No Participó en alguna competencia? No

*[Handwritten signature]*  
 VoBo FENAK  
 20/10/2021  
 DIRECCION TECNICA FENAK

Especifique la competencia en la que participo: No

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: Capasitacion de los kihones Deportivos 12-13 y kihon San Kyu 18/09/2021 Clase de Shotokan kihon Ni-Jo-Kyu 14/10/2021 en forma virtual con el sensei Francisnco

*[Handwritten signature]*  
 Edwin Fernando Cortez Garcia  
 Entrenador  
 Jutiapa



Sello Asociación Deportiva Departamental Karate-Do Jutiapa

*[Handwritten signature]*

Sello Metodólogo Deportivo Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala Jutiapa



# INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Glenda Nineth Aceituno Vega Lugar de Entrenamiento: Plaza Santa Lucia, segundo nivel local B, Santa Lucia Departamento: Escuintla Mes que reporta: octubre Año: 2021  
Cotzumalquapa, Escuintla

Dias de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 05:00 a 06:00, y 06:00 a 08:00 pm
Martes	01:00 a 05:00 pm
Miércoles	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 05:00 a 06:00, y 06:00 a 08:00 pm
Jueves	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 05:00 a 06:00, y 06:00 a 08:00 pm
Viernes	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 05:00 a 06:00, y 06:00 a 08:00 pm
Sábado	10:00 - 12:00

**Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:** tecnica de ido kihon de tecnica de combate con objetivo de preparacion para evento virtual, desarrollo de mawashi queri por pasos y perfeccionamiento de yako suki.

**Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:** excelentes resultados, y se adaptan a las tecnicas de ido kihon

**Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:** tecnica de combate avanzando formando diferentes kihones como preparacion para evento virtual, mejorar la fuerza en los atletas con trabajo de pesas y la resistencia, estrategias de combate y kata de competencia para mejorar para juegos nacionales y eventos internacionales

**Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:** mejorar el trabajo tecnico-tactico

**Actividades programadas para el siguiente mes:** Ranking departamental, campeonato virtual, CCCK

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	15	94%
Masculino	19	91%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>92%</b>

MATRICULA POR ETNIA	
ETNIA	CANTIDAD
Maya	0
Xinca	0
Ladino	34
Garifuna	0

MATRICULA POR CINTAS	
CINTA	CANTIDAD
Blanca	12
Amarilla	3
Naranja	5
Verde	3
Morada	0
Azul	3
Roja	0
Café	8
Negra	0
<b>Total</b>	<b>34</b>

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
PERTENENCIA	CANTIDAD	ASISTENCIA	PERTENENCIA	CANTIDAD	ASISTENCIA	PERTENENCIA
Itzá'	0	0	Achi	0	0	Sakapultel
Poqoman	0	0	Ixil	0	0	Kaqchike
Akateko	0	0	Q'anjob'al	0	0	Tz'utujil
K'iche'	0	0	Poqomchi'	0	0	
Q'eqchi'	0	0	Mopan	0	0	
Mopan	0	0	Sipakapense	0	0	
Chuj	0	0	Awakateko	0	0	
Mam	0	0	Jakalteco	0	0	
Jakalteco	0	0	Tz'utujil	0	0	
Castellano	34	34	Otros	0	0	

Realización de Test Pedagógico: NO

Especifique el test pedagógico que realizo: N/A

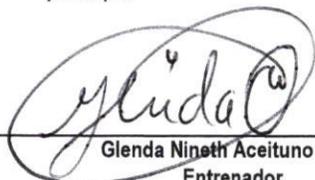
Participó en alguna competencia? Si



VoBo FENAK

Especifique la competencia en la que participo: Ranking Mensual, 17 de OCTUBRE, en Santa Lucia Cotz, participacion de 25 atletas de 2 municipios.

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: Diplomado especializado en karate do, kihones deportivos 12 y 13 el 18 y kihon san kyu 18 de septiembre, 15 de octubre kihon ni jo kyu.

  
**Glenda Nineth Aceituno Vega**  
 Entrenador  
 Escuintla



  
**Asociación Deportiva Departamental**  
 Karate Do  
 Escuintla



  
**Metodólogo Deportivo**  
 Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala  
 Escuintla

# INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES



## 01. DATOS GENERALES

- a) Federación y Asociación Deportiva Nacional: **KARATE DO**
- b) Nombre y función del entrenador a cargo de la presentación de este informe: **GUIDO FRANCISCO ABDALLA ROMERO Entrenador de Karate Deportivo en las especialidades de Kata y Kumite**
- c) Informe mensual de actividades correspondiente a: **OCTUBRE. DEL 16 DE SEPTIEMBRE AL 15 DE OCTUBRE.**
- d) Lugar y días de entrenamiento: **10 av. Plaza La Noria, Segundo Nivel. De lunes a Sábado.**

## 02. ACTIVIDADES TÉCNICAS DEL MES

- a) Días de entrenamiento planificados: **26 DÍAS**
- b) Días de entrenamiento cumplidos: **26 DÍAS**
- c) Describa si dentro de las actividades planificadas en el mes se participó en alguna competencia y/o campamento de entrenamiento: **No.**
- d) Describa si impartió o participó en alguna capacitación dentro del mes: **SI. CAPACITACIÓN DE LA CLASE ESTILO SHITO RYU.**

## OBSERVACIONES:

## 03. AVALES

- a) Nombre y firma del entrenador: **GUIDO FRANCISCO ABDALLA ROMERO**

- b) Nombre, firma y sello del Director Técnico y/o Gerente General:

**José Carloy González Sánchez**  
Gerente Técnico  
Federación Nacional de Karate Do



# INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Ismael Herman Linares Figueroa Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa, Virtual, Colegio Educa Kids, Colegio Bambi, Colegios Siglo 21, Escuela de valores, COLEGIOS Escuela de Cristo, intercultural. Departamento: Guatemala Mes que reporta: Octubre Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	9:00 a 10:00 y 10:00 a 11:00
Martes	9:00 a 10:00 y 10:00 a 11:00
Miércoles	9:00 a 10:00 y 10:00 a 11:00
Jueves	9:00 a 10:00 y 10:00 a 11:00
Viernes	9:00 a 10:00 y 10:00 a 11:00
Sábado	0

**Objetivos Mensuales de Atletas Escolares Practicantes Y Grupo de Desarrollo.**

Finalizó el ciclo escolar con una evaluación sobre la técnica básica. ( la evaluación consistió en: grabar un video ejecutando el Kihon Ku Kyu, y subirlo a su canal de you tube).

**Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Escolares Practicantes Y Grupo de Desarrollo**

Este mes se cumplió con los objetivos pre-vistos, logrando aprender y realizar el kihon ku kyu cumpliendo al 100% con el trabajo.

**Dificultades:**

Entrenamiento virtual, no cuentan con espacio para realizar ejercicios físicos y de karate, fallas con señal de internet, los alumnos no poseen traje de karate...

**Participo en Exhibiciones o Giras Deportivas**

No se realizó

**Detalle la cantidad de alumnos atendidos en Exhibiciones o Giras deportivas.**

Ninguno.

**Actividades programadas para el siguiente mes:**

Asistir como apoyo a los entrenadores con los horarios de curso de vacaciones.

MATRICULA ESCOLAR POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	75	100%
Masculino	71	85%
<b>Total</b>	<b>146</b>	<b>93%</b>

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	83
Amarilla	0
Naranja	0
Verde	0
Morada	3
Azul	4
Roja	4
Café	2
Negra	2
<b>Total</b>	<b>146</b>

MATRICULA ESCOLAR POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Pogoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	146	0		

MATRICULA ESCOLAR POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	146
Garífuna	0

Realización de Test Pedagógico: N/A

Especifique el test pedagógico que realizo: N/A

Participó en alguna competencia? NO

Especifique la competencia en la que participo: N/A

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:

El día sábado 18 de septiembre recibí una capacitación del kihon San Kyo Kihones deportivos N°12,13. Impartido por los Entrenadores Juan Drago, Francisco Lou, Guido Abdalla.

El día viernes 15 de Octubre recibí una capacitación del kihon Ni Jo Kyu impartida por el shihan Guido Abdalla, en la

Ismael Herman Linares Figueroa  
Entrenador Programa Escolar  
Guatemala

Sello

Programa Giras Deportivas  
Guatemala

Sello

Metodólogo Deportivo  
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala  
Guatemala



DIRECCION TECNICA  
SOCIOLINGÜÍSTICA DE GUATEMALA  
SUB-DIRECCION TECNICA



# INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Jorge Michael Chicoy Martinez Lugar de Entrenamiento: 8va calle 1-76 zona 1 Escuintla Departamento: Escuintla Mes que reporta: Octubre Año: 2021  
Dojo Kuro Obi Kai

Dias de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	15:00 a 16:00, 16:00 a 17:00, 17:00 a 18:00 y 18:00 a 18:30
Martes	15:00 a 16:00, 16:00 a 17:00, 17:00 a 18:00 y 18:00 a 18:30
Miércoles	15:00 a 16:00, 16:00 a 17:00, 17:00 a 18:00 y 18:00 a 18:30
Jueves	15:00 a 16:00, 16:00 a 17:00, 17:00 a 18:00 y 18:00 a 18:30
Viernes	15:00 a 16:00, 16:00 a 17:00, 17:00 a 18:00 y 18:00 a 18:30
Sábado	0

**Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:** Desarrollo en habilidades motrices gruesas, capacidades condicionales y coordinativas. Introducción al karate desarrollando la tecnica basica marcial y deportiva (kata y kumite), aprendizaje de las posiciones basicas de pies, tecnica defensiva(hedan barai, Ageuke, yoko uke uchi, shuto barai, uke), Tecnica de Maite Tzuki y Yakutzuky, Mawashi geri shudan y Yodan. KATA HEIANES

**Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:** EN BASE A LA PLANIFICACIÓN SE ESTAN CUMPLIENDO LOS OBJETIVOS, DESARROLLANDO LAS HABILIDADES Y CAPACIDADES FISICAS DE LOS PRACTICANTES Y LA MEJORA DE TECNICA BASICA DE KATA Y KUMITE.

**Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:** PREPARACIÓN FISICA GENERAL Y ESPECIFICA (fuerza, velocidad, resistencia, explosividad) PREPARACIÓN TECNICO TACTICO( doble paso, yokutzuky, mawashi yodan y shudan, combinación de manos y piernas) PREPARACIÓN ESTRATEGICO (movimiento de combate, fintas, soluciones de ataque y contra ataque con tecnica favorita).

**Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:** EN BASE A LA PLANIFICACIÓN SE ESTAN CUMPLIENDO LOS OBJETIVOS, DESARROLLANDO LAS CAPACIDADES FISICAS GENERALES, TECNICO TACTICO Y ESTRATEGICO DE KUMITE Y DE IGUAL MANERA LA EVOLUCION DE LA KATA.

**Actividades programadas para el siguiente mes:** RANKING DEPARTAMENTAL, CAMPEONATO ETOURNAMENT FENAK

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Masculino	16	83%
Femenino	15	84%
<b>Total</b>	<b>31</b>	<b>84%</b>

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	31
Garífuna	0

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	14
Amarilla	5
Naranja	6
Verde	4
Morada	0
Azul	0
Roja	0
Café	0
Negra	2
<b>Total</b>	<b>31</b>

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGUISTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	31	0		

Realización de Test Pedagógico: N/A

Especifique el test pedagógico que realizo: N/A

Participó en alguna competencia? SI

Especifique la competencia en la que participo: Ranking Mensual, octubre participación de 38 atletas de 2 municipios.

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: capacitación de Kihones Deportivos y clase shito Ryu Dojo Jorge Sosa sensei Guido Abdalla y sensei Drago. 15/10/2021 capacitación Khion Ni Jo Kyu Shito Ryu Sensei Guido Abdalla. 3. No cursa Diplomado. 4. nivel 3 y 4 no aprobado.

Jorge Michael Chicoy Martinez  
 Entrenador  
 Escuintla

Sello  
 ASOCIACION DEPARTAMENTAL DE KARATE DO ESCUINTLA  
 Asociación Deportiva Departamental  
 Karate Do  
 Escuintla

Sello  
 Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala  
 Escuintla  
 Metodólogo Deportivo

Visto FENAK  
 29/10/2021  
  
 DIRECCIÓN TÉCNICA DEPORTIVA  
 CDAG  
 FEDERACIÓN DEPORTIVA AUTÓNOMA DE GUATEMALA  
 DEPARTAMENTO DE ESCUINTLA

**INFORME DE ACTIVIDADES DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS TÉCNICOS A LA FEDERACIÓN  
NACIONAL DE KARATE DO  
CORRESPONDIENTE AL PERIODO DEL 01 AL 31 DE OCTUBRE 2021.**

Las Actividades que se realizaron conjuntamente con la Gerencia Técnica de la Federación Nacional de Karate Do durante el presente mes fueron las siguientes:

- Se apoyó a la Gerencia técnica en la revisión de documentos técnicos.
- Asistí a reunión virtual convocada por el Gerente Técnico para evaluar la participación de los atletas de la Federación en el Campeonato Panamericano Senior 2021.
- Se tuvo reuniones virtuales convocadas por el Gerente Técnico con entrenadores de la Federación Nacional de Karate Do para tratar varios temas relacionados a la preparación de los atletas de Karate Do.
- Se le dio seguimiento al Diplomado Universitario de Karate Do con la Universidad Galileo.
- Asistí a eventos de control y evaluación de atletas proyectados a Juegos Panamericanos Juveniles.
- Sostuve reuniones presenciales con el Gerente Técnico para dar seguimiento a la preparación de atletas y planes de entrenamiento.

  
**MEF. José Gabriel del Busto Fernández**  
**DPI 2627 63893 0101**

  
*Leonel Estuardo González Urlá*  
*Presidente Comité Ejecutivo*  
*Federación Nacional de*  
*Karate Do de Guatemala*

# INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES



## 01. DATOS GENERALES

- a) Federación y Asociación Deportiva Nacional: **KARATE DO**
- b) Nombre y función del entrenador a cargo de la presentación de este informe: **Lic. JUAN ANTONIO DRAGO LARA**
- c) Informe mensual de actividades correspondiente a: **OCTUBRE. DEL 16 DE SEPTIEMBRE AL 15 DE OCTUBRE.**
- d) Lugar y días de entrenamiento: **EN EL DOJO JORGE SOSA DE LA FEDERACION NACIONAL DE LUNES A SABADO Y EN EL CENAD DE LA ZONA 5 LUNES, MIERCOLES, VIERNES**

## 02. ACTIVIDADES TÉCNICAS DEL MES

- a) Días de entrenamiento planificados: **26 DÍAS**
- b) Días de entrenamiento cumplidos: **26 DÍAS**
- c) Describa si dentro de las actividades planificadas en el mes si participó en alguna competencia y/o campamento de entrenamiento: **NO**

Describa si impartió o participó en alguna capacitación dentro del mes: **NO.**

## 03. ADJUNTE EL LISTADO DE ASISTENCIAS CON LAS RESPECTIVAS JUSTIFICACIONES DE INASISTENCIA

### OBSERVACIONES:

## 04. AVALES

- a) Nombre y firma del entrenador: **LIC. JUAN ANTONIO DRAGO LARA**

- b) Nombre, firma y sello del Director Técnico y/o Gerente General:

**José Carlos González Sánchez**  
Gerente Técnico  
Federación Nacional de Karate Do



# INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: JULIO ANTONIO GARCIA HERNANDEZ

Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa (Hibrido, presencial y virtual)

Departamento: Guatemala

Mes que reporta: OCTUBRE

Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	06:00 a 07:30
Martes	0
Miércoles	06:00 a 07:30
Jueves	0
Viernes	06:00 a 07:30
Sábado	0

### Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:

Con este programa se pretende el mantener el estilo tradicional Shito Kyu Karate Do de manera sistemática y ordenada conforme a los entrenamientos programas tradiciones del karate, y que derivado a las restricciones por covid 19 las clases continúan virtuales, con esto se pretende: 1. mantener la forma tradicional de Karate Do, 2. No detener los entrenamientos semanales programados. 3. mantener la condición física y mental adquirida. 4. Coordinar adecuadamente los movimientos del cuerpo. 5. mantener los conocimientos adquiridos a través de los años en el arte marcial.

### Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:

Los entrenamientos programados no se han detenido y los alumnos tienen una participación bastante activa.

### Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:

Con este programa se pretende continuar la practica y la disciplina en el estilo tradicional shito Kyu Karate Do de manera ordenada conforme a los entrenamientos establecidos en el programas, y que derivado a las restricciones por covid 19 las clases continúan virtuales, con esto pretende: 1. mantener la forma tradicional de Karate Do, 2. No detener los entrenamientos semanales programados. 3. mantener la condición física y mental adquirida. 4. Coordinar adecuadamente los movimientos del cuerpo. 5. mantener los conocimientos adquiridos a través de los años en el arte marcial.

### Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:

Para este caso, los alumnos sistematicos son los que tienen una asistencia mínima del 80%, se considera que se han cumplido los objetivos.

### Actividades programadas para el siguiente mes: NO

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	0	60%
Masculino	7	60%
<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>60%</b>

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	0
Amarilla	0
Naranja	0
Verde	0
Morada	0
Azul	0
Roja	0
Café	1
Negra	6
<b>Total</b>	<b>7</b>

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	7	0		

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	7
Garifuna	0

Realización de Test Pedagógico: NO

Especifique el test pedagógico que realizo: N/A

Participó en alguna competencia? NO

Especifique la competencia en la que participo: N/A

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: NO

*[Handwritten Signature]*  
 VoBo FENAK  
 3/11/21  
 GENEALOGIA TÉCNICA  
 Federación Nacional de Karate Do

JULIO ANTONIO GARCIA HERNANDEZ  
Entrenador Guatemala

Sello

Sello

Metodólogo Deportivo  
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala  
Guatemala



# INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Nery Francisco Coy Yaqui

Lugar de Entrenamiento: DOJO SHIN KI TAL

Departamento: Chimaltenango

Mes que reporta: OCTUBRE

Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 a 07:00 y 07:00 a 08:00
Martes	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 a 07:00 y 07:00 a 08:00
Miércoles	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 a 07:00 y 07:00 a 08:00
Jueves	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 a 07:00 y 07:00 a 08:00
Viernes	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 a 07:00 y 07:00 a 08:00
Sábado	0

**Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:** Capacitar al atleta a las condiciones físicas y técnicas para el mejoramiento de la resistencia, y reacción ante estímulos predeterminados.

**Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:** Se trazan objetivos con vistas a juegos regionales y campeonato asuncion.

**Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:** Mantener monitoreo sobre las habilidades ya existentes y mejorarlas con objetivos de rapidez, reacción y explosividad usando ejercicios de fuerza explosiva.

**Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:** Mantener de manera constante los ejercicios que mejoren su capacidad coordinativa, y resistencia. Para su mejor funcionamiento en el ámbito deportivo.

**Actividades programadas para el siguiente mes:** Ranking y E TOURNAMENT 2021

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	19	105%
masculino	11	105%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>105%</b>

MATRICULA POR ETNIA	
ETNIA	CANTIDAD
Maya	23
Xinca	0
Ladino	7
Garifuna	0

MATRICULA POR CINTAS	
CINTA	CANTIDAD
Blanca	11
Amarilla	6
Naranja	4
Verde	5
Morada	0
Azul	0
Roja	2
Café	1
Negra	1
<b>Total</b>	<b>30</b>

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
GENERO	POPOLO	ETNIA	REGION	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	CANTIDAD
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	30	0		

Realización de Test Pedagógico: no

Especifique el test pedagógico que realizo: ninguna.

Participó en alguna competencia? si

Especifique la competencia en la que participo:

Ranking: 16 de octubre 2021

Recibió o impartió algún tipo de capacitación: Diplomado Karate Universidad Galileo, capacitación kihon San Jo Kyu del estilo Shotokan. Con el sensei Francisco Lou y Kihones 12 y 13 deportivos con sensei Juan Drago. Kihon ni jo Kyu con sensei Francisco Lou.

Nery Francisco Coy Yaqui  
Entrenador

Sello  
ASOCIACIÓN DEPARTAMENTAL DE KARATE - DO DE CHIMALTENANGO  
Sello

VoBo FENAK  
Métodólogo Deportivo  
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala  
19/10/2021

**FEDERACIÓN NACIONAL DE KARATE-DO DE GUATEMALA**

**CIUDAD DE GUATEMALA 27 DE OCTUBRE DE 2021**

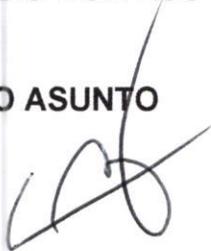
**A: LIC. JOSE CARLOS GONZÁLEZ SÁNCHEZ**

**ÁREA TÉCNICA**

DISTINGUIDO LIC. GONZÁLEZ SÁNCHEZ; RECIBA UN CORDIAL SALUDO DEL LIC. OSNIEL URQUIJO GONZÁLEZ, ENCARGADO DEL ACOMPAÑAMIENTO DE LA PSICOLOGIA DEPORTIVA DE LOS ATLETAS DE ALTO RENDIMIENTO DE LA FEDERACION NACIONAL DE KARATE DO DE GUATEMALA.

A CONTINUACIÓN, PRESENTO ANTE UD EL INFORME CORRESPONDIENTE AL MES DE OCTUBRE DE 2021, DONDE SE DETALLA TODO EL TRABAJO REALIZADO CON LOS DEPORTISTAS.

SIN OTRO ASUNTO



LIC OSNIEL URQUIJO GONZÁLEZ

ACOMPAÑAMIENTO DE PSICOLOGIA DEPORTIVA



José Carlos González Sánchez  
Gerente Técnico  
Federación Nacional de Karate Do 27/10/2021

**FEDERACIÓN NACIONAL DE KARATE-DO DE GUATEMALA**

**INFORME DEL ACOMPAÑAMIENTO DE PSICÓLOGIA DEPORTIVA**

**FECHA: OCTUBRE 2021**

**I. DATOS GENERALES**

**A. Nombre de la Federación y/o Asociación Deportiva Nacional:**

Karate-Do de Guatemala

**B. Presidente de la Federación y/o Asociación:**

Leonel Estuardo González Urlá

**C. Representante Administrativo de la Federación y/o Asociación Deportiva Nacional:**

José Carlos González Sánchez

**D. Nombre y función del que presenta el informe:**

Osniel Urquijo González, Acompañamiento de psicología deportiva

**E. Fechas, lugar y horarios de Realización de la preparación psicológica:**

Días de trabajo: martes y jueves de 7:00pm a 8:30 pm, viernes de 1:00 pm a 3:00 pm y sábados de 6:30 am a 8:00 am (Atención grupal y personalizada a los deportistas de preselecciones nacionales).

**II. INFORMACION DE LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA**

**A. Incluya análisis descriptivo general:**

El presente mesociclo es el 4TO del Plan de entrenamiento para los Juegos Panamericanos de la Juventud, donde se insertó el Campeonato Panamericano del Deporte celebrado en Chile, se participó con 5 atletas y se obtuvieron 3 medallas de bronce, dentro de la ruta de preparación rumbo a Cali se ubicó este evento preparatorio para los juveniles y fundamental para los adultos.

Objetivo: Favorecer la obtención de la forma deportiva a partir del desarrollo de los componentes del sistema psico-regulador que permitan obtener niveles adecuados de disposición psíquica para competir.

Contenidos: Autocontrol emocional, autorregulación, perfeccionamiento de cualidades volitivas, zona óptima de competencia.

Métodos y técnicas: Aplicación de pruebas de ansiedad-estrés y trabajo con dinámicas de respiración, enfoque y relajación-activación.

Se aplicaron 4 test psicológicos.

1. Ansiedad rasgo-estado (IDAREE) para determinar los niveles de ansiedad de los deportistas y compararlos con los tipos de personalidad para así establecer estrategias de trabajo.
2. APC (Actitud para la competencia) para determinar los niveles de desarrollo de las habilidades psicológicas para competir.
3. Percepción del tiempo para determinar en nivel de percepción subjetiva del tiempo. (preselección que quedó en Guatemala).
4. Percepción de la distancia: (atleta Fabiana Cevalco), para trabajar en función del cambio de guardia.

A partir de la aplicación de la prueba se estableció el programa de trabajo de microciclos en función de la siguiente metodología:

- 1.- Diagnóstico
- 2.- Elaboración de estrategias individuales para cada deportista.
- 3.- Talleres grupales para el trabajo de variables de retroalimentación en los topes.
- 4.- Retroalimentación al entrenador y al colectivo técnico de los resultados obtenidos.
- 5.- Establecimiento de rutinas de activación y observación de variables comportamentales en los topes de control de los viernes.

Se trabajaron sesiones individuales con los deportistas en función del el manejo de la ansiedad y el estrés, las estrategias individuales para el logro de la Zona Óptima de Rendimiento, la percpción del tiempo y el espacio, y la toma de decisiones. En el presente mesociclo se potenciaron las variables de cohesión grupal, rivalidad competitiva, evitación del estado de autocomplacencia competitiva así como el manejo de situaciones estresógenas externas e internas lo que provocó que el equipo avance hacia el logro de la forma deportiva.

Se realizaron dinámicas con los entrenadores en función del conocimiento del funcionamiento de los deportistas y se participó en todas las reuniones técnicas ofreciendo consideraciones sobre el desempeño de los deportistas tanto en los entrenamientos como en las competencias y topes. Se trabajó en las estrategias individuales de combate con Maria Rene, Pedropablo y José Chacón

**B. Programa de preparación psicológica realizado:**

Martes5	Jueves,7	Viernes, 8	Sábado, 9
<p>Establecimiento de metas</p> <p>Taller grupal</p>	<p>Inteligencia emocional</p>	<p>Rutina de visualización centrada en la corrección de elementos técnicos.</p> <p>Incluir variantes de activación a través del trabajo con las sensaciones</p>	<p>Trabajo de lateralidad dentro del entrenamiento</p>
Martes12	Jueves14	Viernes.15	Sábado. 16
<p>Retroalimentación individual del desempeño en el tope</p> <p>Estrategias personales de afrontamiento</p> <p>Taller zona óptima de competencia</p>	<p>Retroalimentación individual del desempeño en el tope</p> <p>Estrategias personales de afrontamiento</p> <p>Entrenamiento mudo para las independencias</p>	<p>Cobertura al Tope de control.</p> <p>Medición FC y FR óptima para la activación de la Zona óptima de competencia</p>	<p>Relajación neuromuscular progresiva al final del entrenamiento</p>
Martes 19	Jueves. 21	Viernes. 22	Sábado.23
<p>Diagnóstico IDAREE y APC</p> <p>Individual</p>	<p>Taller ZOOM Chile</p> <p>Enfoque de rendimiento, técnicas para el logro del estado competitivo.</p> <p>Activación-relajación (Individual)</p> <p>Técnicas para</p>	<p>Percepción del tiempo (grupal)</p> <p>Trabajo percepción de la distancia individual.</p>	<p>Relajación neuromuscular progresiva al final del entrenamiento</p> <p>Guiada por el entrenador</p>

	trabajarlas		
Martes 25	Miércoles. 26	Viernes 27	
	Trabajo de consecutividad del pensamiento y toma de decisiones  Trabajo con entrenadores para el manejo de situaciones de competencia	Trabajo individual ZOC	

**C. Breve análisis cualitativo y cuantitativo de los beneficios adquiridos con la realización de clínicas por atleta atendido:**

**Mes de OCTUBRE:**

Se trabajó de manera integrada con el entrenador en función del logro del estado de disposición psíquica óptimo de los deportistas a partir de sus características individuales, lo que favoreció el ajuste para los topes de control de los viernes. Se elaboraron rutinas de trabajo psicológico individual y grupal.

Se priorizaron los procesos de:

Contenidos: Autocontrol emocional, autorregulación, perfeccionamiento de cualidades volitivas, zona óptima de competencia.

**III. INFORMACION ESPECIFICA DE LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA**

**IV.**

**A. Listado de Atletas con los que se trabajó.**

Nombre y Apellidos	Edad	Fecha de Nacimiento	Categoría	Peso	Diciplina
Allan David Maldonado Cruz	26	22/05/1994	Adulto	-75 kg	Kumite
Brandon Lizandro Ramirez Gonzal	27	08/11/1993	Adulto	-84 kg	Kumite
Carlos Jose Chacon Masariegos	19	05/06/2001	Sub 21	-67 kg	Kumite
Pedropablo de la Roca Lopez	18	04/04/2002	Sub 22	-60 kg	Kumite
Ismael Herman Linares Figueroa	23	20/07/1997	Adulto	-60 kg	Kumite
Diego Ernesto Chacon Masariegos	15	30/10/2005	Cadete	-70 kg	Kumite
Omar Alexander Osorio Estrada	18	23/08/2002	Sub 21	+84 kg	Kumite
Gershon Adif Morales Serrano	13	03/07/2007	Cadete	+70 kg	Kumite
Barbara Michelle Morales Chaves	23	19/02/1998	Adulto	-50, -55 kg	Kumite
Maria Renee Wong Alvarez	20	20/08/2000	Sub 21	-61 kg	Kumite
Fabiana Cevalco Varrientos	18	07/08/2002	Sub 22	-55, -68 kg	Kata Kumite

**V. OTROS:**

**VI.**

**A. Que le hizo falta para alcanzar su objetivo:**

Los objetivos se cumplieron

**B. Qué le hizo falta para alcanzar el objetivo con sus atletas:**

Los objetivos se cumplieron con calidad.

**Osniel Urquijo González**  
Acompañante Psicología Deportiva

**Visto Bueno**  
**José Carlos González Sánchez**

27/10/2021



Guatemala 20 de octubre de 2021

Licenciado  
Jose Carlos Gonzalez  
Gerente Técnico  
Federación Nacional de Karate Do  
Su Despacho

Respetuosamente me dirijo a usted para informar de las actividades realizadas por mi persona durante el mes de Octubre del presente año.

Este es el detalle de dichas actividades del presente mes.

No.	Actividad
1	Acompañar-Apoyar a los atletas a su preparación física al CENAD los días martes y jueves en horario de 6:00AM a 8:00AM y luego de 3:30PM a 5:00PM.
2	Acompañar-Apoyar a los atletas a su preparación física a la pista del Estadio Doroteo Guamuch Flores los días lunes, miércoles, viernes y Sabado en horario de 6:00AM a 8:00AM y de 3:30PM a 5:00PM.
3	Seguimiento y control del equipo de presoterapia a los atletas asignados por día y hora.
4	Apoyo técnico en los entrenamientos del Dojo Jorge Sosa de Lunes a Jueves de 6:30PM a 8:00PM.
5	Dirigir como Coach en los toques de control del Dojo Jorge Sosa los días Viernes de 1:00PM a 3:00PM.
6	Llevar control de asistencia de trabajo físico y técnico. Y otras actividades.
7	Participación en las reuniones estratégicas de los tope de control los días Lunes del presente mes.
8	Brindar entrenamientos los martes al medio día a los atletas Brando Ramirez e Ismael Linares
9	Seguimiento y entrenamientos al Grupo de Desarrollo los viernes de 15:00 a 17:00 hrs

10	Participación en el campeonato Iberoamericano del 23 al 27 de septiembre realizado en Mangua, Nicaragua.
11	02 de Octubre, Modelaje competitivo. Apoyar a los atletas en el combate antes durante y después.
12	11 de Octubre, Participación en la reunion con la Triada Medica.

Agradezco la atención prestada a la presente y para lo que tenga a bien disponer, me despido con mis más altas muestras de consideración y estima.



Sensei José Juan de León Armas  
Entrenador



*José Carlos González Sánchez*  
Gerente Técnico  
Federación Nacional de Karate Do