

Programas Mujer y Deporte

boletín
diciembre 2013

índice

“Las buenas deportistas tienen que tener cualidades, pero también se pueden adquirir con esfuerzo, cuanto más te esfuerces más conseguirás, eso es lo que pienso yo en cada entreno”

Sarai Gascón, Nadadora.

en este boletín...

El 3 de diciembre es el Día Internacional de las Personas con Discapacidad, fecha que hemos querido celebrar dedicando este último boletín del año a deportistas, gestoras, técnicas y árbitras que trabajan en el ámbito del deporte para personas con distintas capacidades. Son cinco las federaciones que aglutinan la actividad que se desarrolla a este respecto en nuestro país: Federación Española de Deportes de Personas con Discapacidad Física (FEDDF); Federación Española de Deportes para Personas con Discapacidad Intelectual (FEDDI); Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDC); Federación Española de Deportes para Sordos (FEDS); y Federación Española de Deportes de Personas con Parálisis Cerebral y Lesión Cerebral (FEDPC).

En este número conoceremos a una de las mejores paraciclistas del mundo, **Raquel**

Acinas, que con el pedaleo de su pierna derecha ha conseguido, sólo en lo que va de año, incrementar su palmarés con seis nuevas medallas de plata entre el Mundial de Canadá y la Copa del Mundo, competición esta última de la que se proclamó brillantemente campeona. Otra deportista sin límites es la paratriatleta gallega **Susana Rodríguez**, que suma sus participaciones internacionales por títulos ya que en dos años ha sido campeona y subcampeona del mundo de paratriatlón y paradiatlón de la mano de su guía, **Mayalen Noriega**.

Daremos la bienvenida a los programas Mujer y Deporte a la Federación Española de Deportes para Sordos, visibilizando la trayectoria de tres de sus principales deportistas: la atleta **Sara Callado** y las tenistas, **Raquel y Beatriz Villamandos**. En representación de la Federación Española para Personas con Discapacidad Intelectual, destacamos la carrera deportiva de una gimnasta cuyas evoluciones sobre el tapiz demuestran la habilidad y capacidad de personas como **Sara Marín**, una *ritmiquera* que

es toda una institución a nivel nacional, pues acumula en su haber nueve títulos nacionales, aunque lo más importante es el ejemplo que supone para atraer a otras mujeres al deporte.

Una de las pioneras del deporte reglado para personas con parálisis cerebral, **María Jesús López** nos contará su historia y la evolución de modalidades como la boccia y el slalom en España, especialidades en las que las mujeres tienen un peso importante, tanto en el estamento técnico como en el arbitral, tal y como nos destacan **Raquel González**, responsable nacional de árbitros/as de boccia y **María Rubiera**, entrenadora y responsable del área de deporte adaptado del Centro de referencia estatal para la atención a personas con grave discapacidad.

Haremos un repaso por algunos de los éxitos y eventos de actualidad que han tenido lugar en las últimas semanas; aprovechando estas líneas para felicitar a todas las deportistas que, al cierre de este boletín, están compitiendo por España e incrementando nuestro palmarés.

en este boletín...

Mireia Belmonte y **Melanie Costa** se abonaban al podio en la Copa del Mundo 2013. Tras las medallas mundialistas de Barcelona, han conquistado las piscinas de medio mundo en la prestigiosa competición por eventos.

Mireia Belmonte conseguía cuatro oros en el Europeo en piscina corta de Dinamarca. La nadadora catalana ha establecido tres nuevos récords mundiales y ha acumulado 32 medallas en 2013. **Melanie Costa** cosechaba 15 preseas, con tres oros consecutivos en los 400 metros libre de la Copa del Mundo.

Juntas finalizarán el año con su participación en el Duel in the Pool, que se celebrará este fin de semana en Glasgow, desde estas líneas les hacemos llegar nuestros mejores deseos.

Brigitte Yagüe y **Eva Calvo** hacían también historia al ganar el primer Grand Prix de taekwondo, prueba puntuable para la clasificación olímpica, en sus respectivas categorías. Y **Mónica Merenciano** se alzaba con

el bronce en el Europeo de Judo paralímpico disputado en Hungría.

Animamos desde estas líneas a la selección de fútbol sala que ya está en semifinales del IV Torneo Mundial que se está disputando en Ciudad Real. Así como al combinado de hockey patines que intentará en Mieres revalidar su título de campeonas de Europa de la especialidad.

Esperamos que disfrutéis de este nuevo número y, como en anteriores ocasiones, os invitamos a su difusión para que otras personas puedan inscribirse y recibir de forma periódica y gratuita esta publicación. En la última página tenéis un enlace para suscribiros y siempre que lo deseéis podéis consultar números anteriores en la web del Consejo Superior de Deportes.

[Pulsa en este texto para ir a la página de los boletines anteriores.](#)

Raquel Acinas Poncelas

(Barcelona, 1978)

*Foto: Raquel Acinas. Fotograma del documental
"Imparables" de la productora Black Train Films*



raquel acinas

entrevista

Acaba de proclamarse campeona de la Copa del Mundo de paraciclismo. Cuenta con tres subcampeonatos del mundo de contrarreloj, dos platas y dos bronces mundiales en carretera, dos subcampeonatos mundiales en pista y cuatro diplomas paralímpicos. La carrera deportiva de esta ciclista, alegre y tremendamente vitalista, está plagada de títulos desde que se subió por primera vez a una bicicleta adaptada en el 2005. Siempre le había gustado el deporte, tanto que fue lo primero que quiso hacer tras recuperarse de su accidente. Iba al gimnasio, a correr en la montaña, salía a andar en bici con su hermano los domingos, pero nunca a nivel competitivo. Practicaba deporte por encontrarse bien. Cuando un accidente de tráfico, en agosto de 2004, se llevó su pierna izquierda, enseguida quiso retomar la actividad “por volver a mi normalidad, reincorporarme al trabajo, a mi vida familiar normal y hacer de-

porte como antes”. Tuvo la suerte de encontrar el club Genesis Cycling Team, un equipo que preside Juanjo Méndez, campeón del mundo de paraciclismo, en el que sólo se tienen en cuenta las capacidades de sus deportistas.

¿Probó otros deportes antes de dedicarse al ciclismo?

Fue un poquito complicado por las adaptaciones que tenía que hacer con mi ortopeda Christos. Intenté correr, pero para correr necesitas una prótesis adecuada, con la de caminar, caminas, nada más y no me podía permitir otra prótesis. Busqué por Internet qué deporte podía hacer y encontré la Federación Catalana de Deportes para Discapacitados. Allí me dieron un listado con todos los deportes que podía hacer y, dentro de los que me gustaban, los que pudiese utilizar la pierna que tenía. Era una prioridad. Fui un día a nadar pero no soy muy amiga del agua y no me acabó de gustar. Pero fui al velódromo y me enganchó. Me pusieron todas las facilidades del mundo, que fuese cuando quisiera, me pusieron bici adaptada, pero lo que más me gustó fue el ambiente. Era una ciclista más. Me hicieron sentir bien, valoraban mis capacidades. Y a partir de ese momento empecé a practicar ciclismo, pero con la idea de estar activa, no de competir.

¿Cómo y cuándo decidió dedicarse al ciclismo de competición?

Empecé poco a poco en la pista a finales de 2005. Había otra chica, Cristina, que iba después de trabajar como yo. El entrenador, Bernat, nos tenía que empujar para que subiésemos el peralte, porque en la recta íbamos bien, pero cuando llegaba la curva no podíamos. En unos meses era el Campeonato de España, en abril de 2006, y tanto Bernat como mi compañero, Juanjo Méndez



raquel acinas

entrevista



Foto: Raquel Acinas. Autor: Paolo Martelli

(doble amputado) que llevaba muchos años compitiendo, nos animaron a ir. Yo no me veía pero dije, ¡vamos y disfrutamos!. El campeonato era en Tafalla en el velódromo Miguel Indurain. Vi el ambiente, competí, y gané. Me dije, esto de la competición está bien, me gusta. A partir de ahí fue un cambio cuantitativo, porque tenía que ir más horas y entrenar más en serio. Se empezaba a hablar de los mundiales que eran en septiembre del mismo año en Suiza. Fue el primer mundial integrado en la federación internacional y allí me dieron por todos lados. Era otro nivel, pero eso no hizo más que motivarme, porque me encantó. Me fijaba en lo que hacían y me di cuenta que si querías estar ahí luchando había que entrenar mucho más. Fue otro salto. Empecé a valorar mi vida deportiva por encima de mi vida laboral.

¿Qué le atrajo de este deporte?

Hay una parte que es la sensación de libertad, poder hacer deporte al aire libre. La sensación de bienestar cuando entrenas. Yo cuando voy en bici no pienso que me falta una pierna. Cuando vamos en grupo en carretera ahí da igual, vamos en conjunto y somos iguales. Y cuando llega el momento de la competición es ver cómo estás con respecto a tus rivales, de poder medirte.

¿Qué fue el mayor reto a la hora de empezar a competir?

Cuando fuimos a Tafalla yo sólo pensaba ¿aguantaré las doce vueltas por encima del peralte sin bajarme? Porque sólo unos meses antes me empujaba Bernat, mi entrenador. Mi mayor presión era hacerlo y aguantar las doce vueltas. Sólo conseguir eso era un éxito para mí. En ese momento era “quiero hacerlo bien”.

¿Le gusta más la carretera o la pista?

Me gustan las dos. Cada una me da diferentes cosas. La pista es más técnica, muy explosiva, pero me encanta practicar las arrancadas, ir a la línea, hacer lanzadas. La carretera la disfruto mucho porque es al aire libre, vas más en



raquel acinas

entrevista

grupo, te relacionas con las personas que van contigo y cuando compites en carretera en fondo también vas en grupo y te mides de tú a tú cómo estas.

¿En cuál de las dos especialidades se encuentra más cómoda?

La verdad es que en pista me decanto por persecución, la de 500m que es más explosiva no se adapta a mis cualidades. Y en carretera me gusta mucho la contrarreloj donde cuenta mucho la potencia y la posición.

¿Cuáles son los principales retos a la hora de competir y entrenar en pista y carretera?

Sería una oportunidad para mí y para todas las personas que practican deporte poder compatibilizar tu trabajo con la competición, algo que ahora no permite la normativa en el momento que tienes una beca. Yo fui subcampeona del mundo trabajando y creo que sería muy positivo poder hacer ambas cosas.

El otro inconveniente es que en la carretera dependemos siempre de que alguien nos eche una mano. Yo siempre voy a rodar con Juanjo, pero preferimos que siempre venga alguien porque nos puede surgir cualquier problema y esto lo considero un handicap, porque no puedo salir sola.

En el velódromo, la suerte es el club que tenemos, porque siempre hay alguien que nos ayuda a subir las bicis a la pista. Te cambias en una planta y luego hay que bajar unas escaleras que tenemos que ir a saltos. Y en pista nos tienen que arrancar y nos tienen que parar. Si no fuese por esta gente, no podría entrenar.

No es un handicap porque existen estas personas que colaboran totalmente de forma altruista. Porque esa es la cultura del club Genesis, que haya igualdad pero siempre ayudando al que más lo necesite. Si no fuera por eso yo no estaría haciendo ciclismo. A nivel institucional si no tienes una medalla en un

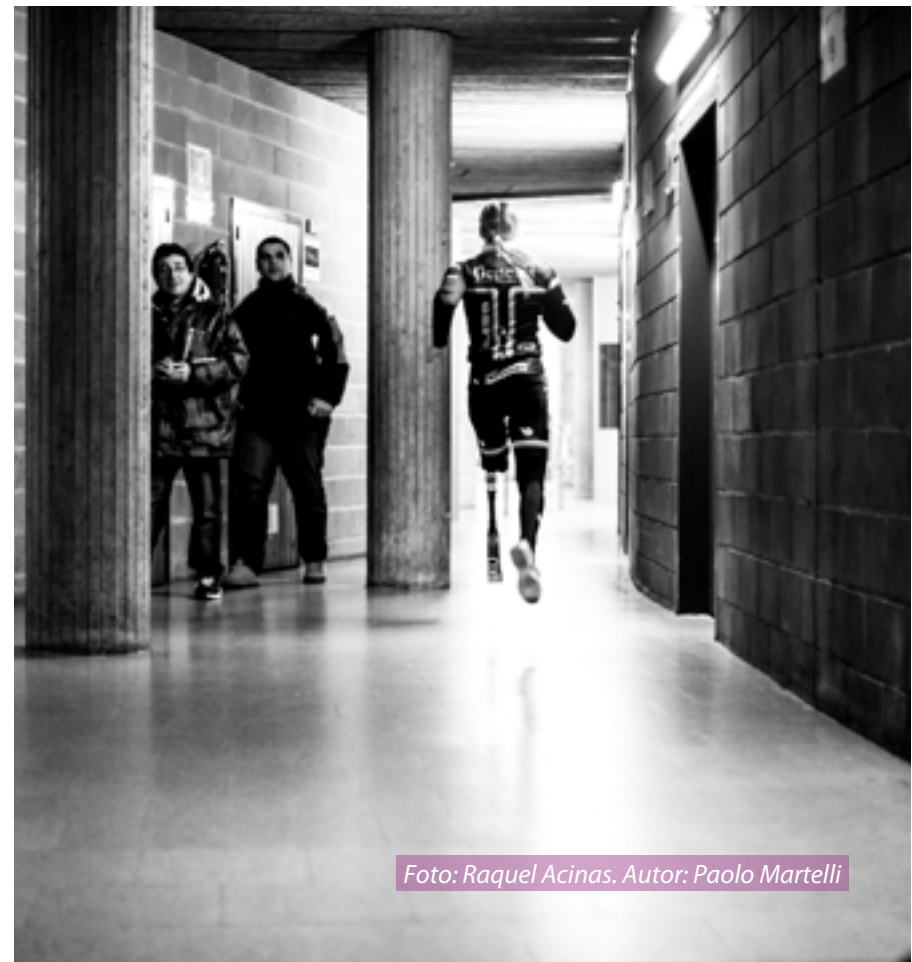


Foto: Raquel Acinas. Autor: Paolo Martelli



raquel acinas

entrevista



Foto: Raquel Acinas. Autor: Paolo Martelli

mundial o en unos Juegos no tienes beca, con lo que la gente que empieza lo tiene muy difícil. No va a haber futuro cuando lo dejemos o nos digan que ya no valemos.

En un mundo tan especializado como el deporte de élite, ¿cómo se las arregla para compaginar dos modalidades tan exigentes: pista y carretera?

Tienes mucha razón. Cuando estamos preparando la temporada hay que planificarlo muy bien. Descartamos todas las pruebas de velocidad, porque mis características no son de velocista. Tanto la persecución en pista como la contrarreloj en carretera son pruebas que se asemejan más, en posición y en técnica, y hay una base de fondo de muchos kilómetros que también nos sirve para preparar la prueba en línea de carretera. Además tenemos la temporada partida, en invierno es pista y después, carretera.

¿Cómo es un día en la vida de Raquel Acinas?

Dependiendo del día de la semana. En carretera salimos todos los días. Ahora estamos haciendo medio fondo, como máximo 80km. Lunes, miércoles y viernes hacemos pista por la tarde y trabajo de musculación en el gimnasio. Y lo complemento con natación los lunes por la mañana. Y normalmente el domingo es el día de descanso.

¿Se ha encontrado en situaciones insólitas cuando sale a rodar?

Te encuentras de todo. Hay mucha gente que nos anima cuando nos ve y es bonito, pero hay quien te pita porque vas en paralelo y te echan la bronca. Cuando yo empezaba a salir en carretera, siempre intentábamos ir con alguien y ese día no venía nadie. Íbamos Juanjo y yo. Ya de regreso yo llevaba demasiados kilómetros, iba muy cansada y todavía no sabía parar. Habitualmente Juanjo se paraba y yo me apoyaba en él, pero ese día al llegar a un semáforo me tiré literalmente encima y nos caímos. La gente parada ni se inmutó. No se acercó nadie a ayudarnos. Por suerte nos pudimos levantar y nos pusimos



raquel acinas

entrevista

poco a poco en marcha. Cuando sales a correr fuera te das cuenta de otras actitudes.

En Canadá este verano, donde fui subcampeona del mundo y Juanjo campeón, un día entrenando por una carretera que no había nadie pinchamos y el único coche que pasó en toda la mañana se paró a preguntarnos si necesitábamos algo y si estaba todo bien. Es un problema de cultura.

¿Se ha llevado algún susto?

Varios. Uno de ellos fue un coche aparcado. Yo iba tranquila y justo cuando pasaba a su lado abrió la puerta y salí volando. La última, una caída poco antes del mundial. Iba en grupo y me di contra el guardarraíl. Lo primero que pensé fue que me perdía el mundial. Me dolía bastante, pero como tenía que competir no lo pensé. De regreso a España me seguía doliendo, me hicieron una prueba y vieron la lesión, fisura en una vértebra. Por suerte ya está consolidando y ahora son sólo pequeñas molestias.

Además de para competir, ¿utiliza la bici como medio de transporte?

Me encantaría pero no puedo, porque cuando me bajase de la bici me faltaría la prótesis para ponérmela al llegar al sitio. Lo he pensado muchas veces, pero no es práctico en mi caso. Además sólo tengo la bici de competición y no la dejo ¡ni a sol ni a sombra!

¿La bicicleta es una herramienta o una compañera?

Pues sí, hacemos muchas horas juntas y le tengo cariño. La cuidas, siempre duerme en casa y cuando la tienes que cambiar, te da pena. La primera con la que competí, una Pinarello, se la pasé a mi pareja, gracias a que la fundación Beistegui Hermanos nos facilitó cuadros nuevos de contrarreloj y carretera.

Usted es arquitecta técnica, ¿tiene problemas para compaginar la competición con su trabajo?

Cuanto más tiempo le dedico a la bici menos le dedico a mi profesión. Cuando acababa de entrenar, comía y por la tarde iba al despacho. Cada vez más iba derivando a tareas de colaboración más que de llevar trabajo. Antes iba a obra, pero después no podía. Me dediqué más a tareas de gestión, que incluso podía hacer desde casa con las nuevas tecnologías. Por suerte siempre he tenido flexibilidad.

¿Están las ciudades preparadas para las personas con discapacidad?

Se está haciendo un esfuerzo para adaptarlas. Barcelona es bastante pionera, incluso tenemos un código que establece las condiciones mínimas para que sea accesible. Muchas aceras se están reformando, pero con todo y con eso, te das cuenta de que si tuviera que ir en una silla de ruedas sería como hacer una yincana. Entre la farola, el árbol y la anchura de la acera no cabe una silla. Falta bastante.

¿Cuáles son las principales barreras arquitectónicas para usted?

Al ser amputada no tengo tantas barreras. Si no hay ascensor, puedo usar una escalera. En el velódromo no hay rampas, no hay ascensores, hay varios niveles. Las escaleras las subimos saltando, pero una persona en silla no podría.

¿Y las barreras sociales?

La verdad es que a veces la gente te mira... Sobre todo cuando voy a nadar al principio había señoras que decían: "ay, pobrecita" y ahora me dicen "venga valiente". A veces la propia persona hace que el resto del mundo te vea como la pobrecita, pero cuando te ven que nadas, que saltas, y encima compites, ellas mismas piensan "pero qué pobrecita, ¡si hace más que una con dos piernas!" Ya no ven a una mujer con una pierna sino a una mujer que hace lo que le gusta. Está en cada uno hacer ver al resto de la gente que somos iguales.



raquel acinas

entrevista

Son pocas las mujeres en el ciclismo adaptado, cuál es el camino que queda por recorrer?

Hay que mejorar muchas cosas, instalaciones, personal cualificado... Lo primero, que sepan que se puede ir en bici, que tanto chicos como chicas pueden. Darlo a conocer y dar facilidades para que puedan entrenar. Si no hay alguien que te enseñe que puedes pedalear con una pierna, no te lo imaginas. Yo si no fuera por el club Génesis no habría empezado. Te suben a una bici y te dicen, "pedalea o te caes". Falta que alguien te de ese empujón y te ponga en marcha. Si lo desconoces, te quedas en casa de brazos cruzados.

¿Cómo ve el ciclismo femenino en general?

Debería haber más carreras a lo largo del año para que las pocas que lo practican desde jóvenes no se desmotiven. Los hombres se ganan la vida con este deporte, las mujeres no

Por primera vez, una mujer, ha llegado a la vicepresidencia de la federación internacional, la australiana Tracey Gaudry. Su primera medida ha sido abolir el límite de edad para competir que tenían las mujeres (28 años) ¿Cree que esto ayudará a promocionar el ciclismo entre las mujeres?

Depende de sus prioridades. Si su objetivo es potenciar, ayudar, hacer más carreras, dar más visibilidad podría ser un punto de partida. Seas hombre o mujer en una dirección si su idea no es ayudar al deporte femenino, no conseguiremos nada. Un hombre también puede promocionar y potenciar el deporte femenino.



Foto: Raquel Acinas. Autor: Paolo Martelli



raquel acinas

entrevista



“Del ciclismo me atrajo la sensación de libertad”

Foto: Raquel Acinas. Autor: Paolo Martelli



raquel acinas

entrevista

Usted fue la primera ciclista española con discapacidad física que participó en unos Juegos Paralímpicos. ¿Le llamó la atención que no hubiese otras?

Cuando empecé a entrenar pensé que estaría más igualado, que habría más. Es una pena que no se potencie, no solo en España, el llevar a competir a más chicas porque son muchas más las que entrenan que las que al final compiten.

¿Están creando un equipo femenino de ciclismo adaptado?

Para la prueba de velocidad del campeonato de España hicimos un equipo completamente femenino: Eli Callaza, Cristina Martín y yo. Esto sólo lo podemos hacer para competir en campeonatos de España y sólo si va también un equipo masculino. Dentro del club se está intentando potenciar que todas podamos competir y que podamos ir a alguna Copa de Europa.

Ha participado en unos Juegos Paralímpicos, en varios Mundiales, Europeos, Copas del Mundo... ¿Se había imaginado alguna vez en alguno de esos podios?

Antes no y cuando empecé a entrenar, tampoco. Ni se me pasó por la cabeza, Ha sido un proceso paulatino. Cuando empecé a competir, pensaba "yo quiero estar ahí y quiero ganar".

Este año ha ganado la Copa del Mundo, ha sido subcampeona del mundo contrarreloj y bronce mundial en carretera ¿Ganar es importante?

Sí. Porque me gusta, porque soy competitiva. Pero tiene una importancia relativa dentro de la vida. Si tú entrenas, lo das todo y no ganas, no pasa nada. Pero para mí es importante ir con la intención de ganar.

¿Es optimista?

Sí, me gusta ver el vaso medio lleno. Hay momentos para todo pero intento siempre sacar la parte positiva.

¿Existe en su diccionario la expresión "no puedo"?

Alguna vez lo he tenido que decir, pero le he dado la vuelta. Intento que no esté en mi diccionario.

¿Próximos objetivos?

A nivel deportivo, estamos a la expectativa porque no tenemos calendario de pista todavía. No hay ni fecha, ni sede del Mundial de pista. Nos centraremos en la carretera que sí está definido el mundial. Objetivo: el maillot arco iris.

¿Le gustaría continuar ligada a su deporte como entrenadora o gestora?

No se en qué perfil, quizás entrenadora no, pero sí echando una mano en el club, ayudando a la gente que empieza. Yo seguiré entrenando mientras pueda, pero como fundamento de vida montaré en bicicleta.

¿Qué haría usted para que más mujeres hiciesen deporte o se subiesen a una bicicleta?

Primero hacerles llegar el mensaje de que pueden, es lo más importante. Invitarlas a que vengan al club y lo prueben porque les enseñaremos, no a competir, a disfrutar y hacer deporte.

¿Y qué les diría a estas personas para animarlas a estar activas?

Que es bueno para el cuerpo y para la cabeza. Te libera, ciclismo y otros deportes. Ayuda a sentirte bien físicamente y ayuda a tener las ideas claras.



Susana Rodríguez Gacio

Una paratriatleta sin límites

Todas las fotos de este artículo han sido cedidas por la Federación Española de Triatlón

Foto: Susana Rodríguez y Mayalén Noriega, su guía, saliendo de una prueba de natación



deportes para ciegos

susana rodriguez y mayalen noriega

Susana Rodríguez Gacio es una de las mejores deportistas con discapacidad de nuestro país. Empezó en la natación, aunque pronto lo dejaría por el atletismo, deporte en el que compitió a nivel internacional consiguiendo varios títulos mundiales en categoría junior. Tiempo después daría el salto al Paratriatlón, especialidad que está integrada en la Federación de Triatlón y que hará su debut paralímpico en los Juegos de Río 2016.

Y es que desde muy pequeña el deporte ha sido su pasión y competir en unos Juegos su meta, incluso celebraba con su hermana en casa sus particulares "Juegos Olímpicos", con una pelota, una cuerda de saltar y el pasillo como pista de carreras.

Ella participa en la categoría de TRI 6B, para personas con impedimento visual parcial. A pesar de su albinismo, que le ha provocado una deficiencia visual grave, ha conseguido ser una de las mejores paratriatletas del mundo, diplomarse en Fisioterapia o estudiar Medicina, carrera que compagina con sus duros entrenamientos en el agua, la bicicleta y las pistas de atletismo.

Sus inicios en la natación y el atletismo facilitaron mucho su adaptación a su nuevo deporte. En el paratriatlón las deportistas nadan y corren atados a



Foto: Susana Rodríguez y Mayalén Noriega en la prueba de carrera



deportes para ciegos

susana rodriguez y mayalen noriega

sus guías, que son del mismo sexo y que en ningún momento pueden ir delante de ellas. El segmento de ciclismo sería la parte más novedosa para ella, porque debía aprender a manejarse con un tándem y compenetrarse con su guía porque los giros son más complicados que con una bicicleta normal.

En el año 2010, tras dos años de parón deportivo, participaba en su primer Paraduatlón (carrera, ciclismo y carrera) en el cual se proclamaría campeona de España, junto con la ex-triatleta **Iris Toral**. Al año siguiente asombraba ganando el título de campeona del mundo de paraduatlón en Gijón con **Mayalen Noriega** como guía e incluso participaba en el Campeonato de España de ciclismo consiguiendo el subcampeonato tanto en ruta como en contrarreloj con **Cristina Azanza** de piloto. Problemas económicos le impedirían asistir al mundial de paratriatlón en China, objetivo que se marcó para la siguiente temporada.

En el 2012 repetía la hazaña revalidando su corona mundial de duatlón en Nancy, Francia. Ese mismo año, superaba el listón alzándose con el título de campeona del mundo de paratriatlón en Auckland, Nueva Zelanda, de nuevo de la mano de **Mayalen Noriega**.

Esta temporada 2013 la primera cita importante era el Europeo de Alanya, Turquía. Un viaje relámpago de 48 horas porque **Susana Rodríguez** estaba en plena época de exámenes. El segmento de natación empezó bien, pero un inoportuno pinchazo nada más iniciar la parte de ciclismo, les hacía perder unos preciosos segundos que sus principales rivales, las británicas **Reid y Ellis**, aprovecharían para entrar en meta por delante de ella, que sería bronce.

Regresó, aprobó 4º de Medicina y se centró en las citas mundiales de septiembre. La suerte no la acompañó porque su guía, **Mayalen Noriega**, que compite habitualmente en ciclismo, sufría una rotura de escápula tras una caída en carrera, justo seis semanas antes del mundial. La competición se celebraba en Londres, como siempre coincidiendo con la Gran Final de las World Triathlon Series. En la final del acuatlón, **Susana Rodríguez** era plata por tan sólo 18 segundos de diferencia con **Melissa Reid**. Y en el triatlón, volvía a proclamarse subcampeona mundial, con las dos británicas justo delante y detrás de ella.

Esta extraordinaria paratriatleta afronta la nueva temporada 2014 con su objetivo puesto en la clasificación para los Juegos Paralímpicos de Río, un sueño que le da las fuerzas para seguir, para luchar y poner el empeño necesario para llegar a hacerlo realidad, intentando cada día sacar lo mejor de si misma.



Foto: Susana Rodríguez y Mayalen Noriega en la prueba de ciclismo



deportes para ciegos

susana rodriguez y mayalen noriega

sigue sus pasos



- 2013**
 - PLATA en el Mundial de Paratriatlón
 - PLATA en el Mundial de Paracuatlón
 - BRONCE en el Europeo de Paratriatlón
 - ORO Paratriatlón de Madrid World Cup Series
 - ORO Paratriatlón de Marruecos Sprint African Cup
 - Campeona de España de Paracuatlón
- 2012**
 - ORO en el Mundial de Paratriatlón
 - ORO en el Mundial de Paracuatlón
 - BRONCE en el Mundial de Paracuatlón
 - ORO Paratriatlón de Madrid World Cup Series
 - ORO Paratriatlón de Marruecos Sprint African Cup
 - Campeona de España de Paratriatlón y Paracuatlón
- 2011**
 - ORO en el Mundial de Paracuatlón
 - 4ª en el Europeo de Paratriatlón
 - ORO Paratriatlón de Madrid World Cup Series
 - ORO Paratriatlón de Marruecos Sprint African Cup
 - BRONCE Paratriatlón de Londres World Cup Series
 - Campeona de España de Paratriatlón y Paracuatlón
 - Subcampeona de España de ciclismo en ruta y contrarreloj
- 2010**
 - ORO Paratriatlón de Madrid World Cup Series
 - ORO Paratriatlón de Londres World Cup Series
 - Campeona de España de Paracuatlón

Foto: Susana Rodríguez y Mayalén Noriega entrando en la meta con emoción

Foto: Villamandos Lorenzo con Pedro García Sanz (Presidente FEDS)



Deporte en silencio

Fotos de esta sección: Federación Española de Deportes para Sordos.

Foto: Sara Callado Fortes



Las personas con discapacidad auditiva han practicado deporte reglado desde el S. XIX, aunque lo hacían en competiciones y clubes para oyentes. En España se creaba el primer club deportivo especializado en 1917 y en 1949 nació el Comité Español de Deportes Silenciosos.

A partir de entonces la participación fue creciendo hasta disputarse el primer Campeonato de España en 1960. En los primeros años, fútbol y ajedrez eran los deportes practicados, pero desde 1973 se incorporaron modalidades como baloncesto, tenis, tenis de mesa, petanca, atletismo...

La Federación Española de Deportes para Sordos ha entrado este año en los programas Mujer y Deporte del Consejo Superior de Deportes para promover la práctica del deporte entre las mujeres

sordas, así como su participación en los puestos de toma de decisión, tanto en los clubes como en las federaciones. Esta temporada han sido 127 las licencias de deportistas femeninas que han participado en atletismo, billar pool, bowling, cross, fútbol sala, natación, pádel y petanca.

Conocemos en estas páginas a tres de sus deportistas más emblemáticas:

- Sara Callado Fortes**
- Beatriz Villamandos Lorenzo**
- Raquel Villamandos Lorenzo**



deportes para sordos

Sara Callado, Beatriz y Raquel Villamandos

sigue sus pasos

Sara Callado Fortes (Bilbao, 1992)

Estudia 4º de Enfermería
Club Atlético San Sebastián
CAJ Blume Caja Segovia por la FEDS

Mejores resultados:

Campeonatos nacionales

- CE Universitario 2013, 8ª en jabalina
- CE Universitario 2012, 10ª en jabalina
- C Euskadi Absoluto 2013 y 2009, 1ª en jabalina
- C Euskadi Absoluto 2008, 2ª en jabalina

Campeonatos de España para personas sordas

- 2008, 1ª en jabalina, longitud, 100m, 200m y relevos 4x100m
- 2007, 1ª en longitud, 100m, 4x100 y jabalina

Resultados internacionales

- XXII Juegos Sordolímpicos 2013, 6ª en jabalina y longitud

Foto: Sara Callado lanzando jabalina

En la Federación Española de Deportes para personas sordas, no son muchas las atletas en competición por eso compite habitualmente con el resto de atletas de su club, el Atlético de San Sebastián, tanto en campeonatos de Euskadi, como en Campeonatos de España Universitarios.

Dentro de su federación tiene varios récords de España, 60m, 200m, peso y jabalina, especialidad esta última en la que encabeza el ranking nacional.

Este verano compitió por primera vez a nivel internacional formando parte de la selección española que participaba en los Juegos Sordolímpicos de Sofía, con un extraordinario debut, ya que consiguió dos diplomas olímpicos con sendas sextas plazas en longitud y jabalina.

Empezó en el atletismo con diez años *“porque era muy completo y había buen ambiente en los entrenamientos”, pero se decantó por la jabalina “porque combina todas las cualidades del deporte: equilibrio, velocidad, fuerza, coordinación, etc.”*



deportes para sordos

Sara Callado, Beatriz y Raquel Villamandos

sigue sus pasos

Beatriz Villamandos Lorenzo (Sta.Cruz Tenerife, 1984)

Empezó a jugar al tenis a los 7 años, siguiendo los pasos de su hermana Raquel, “veía lo bien que se lo pasaban en la pista, la gente que se iba conociendo y los partidos que jugaba”. La falta de competiciones para personas sordas la llevo a jugar en torneos comunes, ayudada desde la grada por su padre que le hacía indicaciones mediante el lenguaje de signos.

En el año 2012 se colocó como la número 1 del mundo en tenis para personas sordas tras ganar dos medallas de bronce en el Europeo de ese año: en individual y en dobles junto a su hermana Raquel.

En los últimos Juegos Sordolímpicos, disputados en Sofía, llegó hasta cuartos de final donde compitió contra la actual campeona del mundo, la alemana Heike Albrecht, cayendo en la misma ronda en la modalidad de dobles.

Actualmente es la número 2 del ranking mundial de tenis para personas sordas a nivel individual y la número 3 en dobles. Para ella, *“no sólo el tenis sino cualquier deporte, al margen de que salga bien o no, el poder estar en forma, te ayuda a “desconectar”, ves las cosas de otra manera y te evades de la realidad en ocasiones. Ayuda a relajarte y es positivo para todo.”*

Foto: Beatriz Vilamandos en posición de recepción de un saque



Diseñadora Gráfica
Club TheWikiteam Tenis
Competition y Ademi Tenerife
por la FEDS

Mejores resultados:

Resultados internacionales:

- Europeo Tenis para personas sordas 2008, bronce individual
- Europeo Tenis para personas sordas 2012, bronce en individual y dobles
- Mundial Tenis para personas sordas 2011, plata en dobles
- Mundial Tenis para personas sordas 2007, bronce en dobles
- JJ. Sordolímpicos 2009, plata individual, 6ª en dobles
- JJ. Sordolímpicos 2013, 5ª individual y dobles



deportes para sordos

Sara Callado, Beatriz y Raquel Villamandos

sigue sus pasos

Raquel Villamandos Lorenzo (Sta.Cruz Tenerife, 1979)

Monitora Nacional de Tenis y Especialista de Lengua de Signos (profesora de LSE) en dos colegios preferentes para niños y niñas sordas.

Club TheWikiteam Tenis Competition y Ademi Tenerife por la FEDS

Mejores resultados:

Resultados internacionales

- Europeo Tenis para personas sordas 2008, 5ª en dobles
- Europeo Tenis para personas sordas 2012, bronce en dobles, 5ª individual
- Mundial Tenis para personas sordas 2011, plata en dobles
- Mundial Tenis para personas sordas 2007, bronce en dobles
- JJ. Sordolímpicos 2009, 6ª en dobles
- JJ. Sordolímpicos 2013, 6ª individual y 5ª en doble

Foto: Raquel Vilamandos en posición en un partido de tenis

A los 8 años, su padre iba con unos amigos habitualmente a jugar a tenis y antes de acabar le dejaba una raqueta para que se familiarizase con el deporte. Entonces se ponía a jugar. El tenis la llenó de ilusión y se apuntó a la escuela del club. Empezaron los torneos, las victorias, hasta ser en la actualidad la número 8 del ranking mundial individual de tenis para personas sordas y la número 3 en dobles, siempre formando pareja con su hermana.

Su pasión por el tenis la lleva, además de a su faceta como deportista, a obtener el título nacional de entrenadora; imparte habitualmente clases en un club, formando a otras futuras jugadoras.

Para ella el tenis es importante *“por lo que te llega a transmitir tanto dentro como fuera de la pista, los valores que se pueden llegar a aprender y adquirir. Al ser un deporte individual es saber valerte por ti misma, tener seguridad y confianza en lo que quieres hacer y ponerte a prueba en muchas ocasiones. Y después toda la gente que puedes conocer y las experiencias que vives.”*

Sara Marín Fernández

(Elche, 1996)

Su mundo en un tapíz

Fotos de este artículo cedidas por el Club Deportivo Algar de Elche, Club al que pertenece Sara Marín.

Foto: Sara Marín en competición



discapacidad intelectual

Sara Marín

Tiene 17 años y está considerada como una de las mejores deportistas de la Federación Española de Deportes para personas con Discapacidad Intelectual (FEDDI). Empezó a hacer gimnasia rítmica cuando tenía tres años, porque quería emular a su hermana, “me iba con ella y mi mamá a todos sus campeonatos y ella se llevaba medalla. Yo quería ser como ella y mi madre me llevó al gimnasio y empecé a trabajar con mi entrenadora para poder subir al primer podium de España”.

Lo que inició como un juego se convirtió en su pasión, en más horas de entrenamiento, exhibiciones y campeonatos, “lo que más me gusta es trabajar con aparatos, las mazas, el aro y la cinta; son los que más me gustan. Y hacer los montajes con música”.

De la mano de su entrenadora, **Titi Alberola**, hizo realidad su sueño, ganar medallas, proclamándose campeona de España de gimnasia rítmica en el 2008. Una corona que ha revalidado año tras año hasta la actualidad. El último título lo conseguía ante su público, en Elche, en un campeonato en el que participaron 90 gimnastas de 15 clubes de toda España. Hace gimnasia porque “es divertido y tienes amigas”.

“Cuando voy a un campeonato con mis amigas que no son discapacitadas, me animan y me gritan -A por el oro, tesoro-, y eso me gusta”. Su secreto, la constancia y el deseo de cumplir su sueño, “me gustaría ir a campeonatos lejos como **Almudena Cid**”. Sara Marín es el mejor ejemplo de que las metas son alcanzables.



Foto: Sara Marín en competición



discapacidad intelectual

Sara Marín

sigue sus pasos

Foto: Sara Marín en exhibición

Mejores resultados:

Campeonatos de España

- Oro individual y conjuntos en 2013
- Oro individual y conjuntos en 2012
- Oro individual y plata en conjuntos en 2011
- Oro individual y conjuntos en 2010
- Oro individual en 2009
- Oro individual en 2008



UNA VIDA DEDICADA A LOS DEMÁS

MARÍA
JESÚS
LÓPEZ
LÓPEZ
(Madrid, 1942)



Foto: María Jesús López en Sydney 2000, como árbitra internacional de Boccia



parálisis cerebral y lesión cerebral

Gestión, arbitraje y personal técnico

Su figura ha estado vinculada a la boccia y al deporte para personas con parálisis cerebral desde la década de los 90 hasta la actualidad, en todas las facetas posibles: la técnica, la arbitral y la directiva.

Entró en contacto con este mundo tras asistir en 1986 a un Congreso internacional sobre tratamiento de la Parálisis Cerebral. Le llamó mucho la atención la parte que trataba de la práctica deportiva, y no dudó en contactar con el ponente para recabar información.

En aquella época sólo se practicaba deporte reglado en Orense, Pamplona y estaba empezando en Cataluña, pero en la capital, Madrid, no había nada. Su espíritu emprendedor la llevó hasta Orense para ver en primera persona lo que hacían, y allí descubrió que todo el deporte se desarrollaba con voluntariado que carecía de formación técnica.

En cambio, en nuestro país vecino, Portugal, este deporte estaba más afianzado y contaban con personal técnico cualificado. No dudó en ponerse en carretera y recorrer los más de 200 kilómetros que la separaban en ese momento de Oporto. Con todo lo visto volvió a Madrid y empezó a ponerlo en práctica en un Centro de Educación Especial donde, al principio, no había más que cinco deportistas y dos voluntarias. A finales de ese mismo año, diciembre de 1986,



Foto: María Jesús López como presidenta de la FMDPC y junto a la Selección Madrileña de boccia, ganadora del Campeonato de España de boccia por SSAA (Guadalajara 2007)



parálisis cerebral y lesión cerebral

Gestión, arbitraje y personal técnico



Foto: María Jesús López en el acto de agradecimiento y reconocimiento a sus años como presidenta de la FMDPC

ella y otras dos personas viajaron a Oporto para hacer su primer curso de Técnico/a de Deporte Adaptado. No tardó en compartir sus conocimientos y hacer crecer el deporte. Tan sólo un año después ya tenía 32 deportistas y 3 clubes.

Continuó su formación en el deporte para personas con parálisis cerebral asistiendo a cursos específicos sobre boccia y quiso ampliar sus conocimientos al mundo de la gestión deportiva para personas con discapacidad y al mundo del arbitraje. Año tras año asistía a cursos de gestión, cursos de técnica y arbitraje "Mientras he sido técnica como éramos muy poca gente teníamos que hacer de todo. Cuando se estructuró la federación las cosas cambiaron y opté por jueza porque era donde hacía más falta."

A principios de 1992, con los Juegos Paralímpicos en Barcelona a las puertas, surge la necesidad de formar a personas para arbitrar a nivel internacional. **María Jesús** se presentó al curso y fue la número 2 de la promoción, por delante de ella, otra jueza- árbitra española. "Me sentí muy orgullosa. Cuatro años antes no sabía ni que existía la boccia. Conocí el deporte para personas con parálisis cerebral por casualidad. Lamentablemente, mi hijo no tenía un nivel cognitivo adecuado para practicar deporte, pero lo hice por los y las demás"

Su siguiente objetivo fue dar una cobertura organizativa a toda la actividad que estaba desarrollando. Formó parte en 1992 de la fundación de la Federación Española de Deportes para personas con Parálisis Cerebral, organismo en el que continúa en la actualidad como miembro de su junta directiva y del que ha sido Secretaria, vocal y responsable durante seis años del Comité Nacional de Árbitros y Jueces de boccia y Slalom. En 1993 creó la Federación Madrileña



parálisis cerebral y lesión cerebral

Gestión, arbitraje y personal técnico

de Deportes para personas con Parálisis Cerebral siendo su presidenta hasta el 2010, año en el que renuncia voluntariamente al cargo. "Son ciclos de vida y llegan momentos en los que necesitas dedicar tu tiempo a otras cosas. Aún así, continúo ligada a la Federación Española. No he faltado nunca a ninguna Junta desde su constitución."

Como árbitra ha estado presente en todos los campeonatos de España que se han disputado hasta hoy, y en la esfera internacional ha dirigido cuatro Europeos, tres Copas del Mundo y dos Juegos Paralímpicos, además de ser la responsable de la formación de todos los cursos de arbitraje que la federación española ha convocado en nuestro país.

De todas las competiciones en las que ha participado se queda con las paralimpiadas de Barcelona, "yo he sido jueza- árbitra de dos JJ.PP., pero en ninguno ha habido una perfección e integración de la sociedad como en Barcelona. Cómo les acogieron y supieron valorar lo que hacían. Barcelona fue donde arrancó con fuerza el deporte paralímpico y para mí fue muy especial"

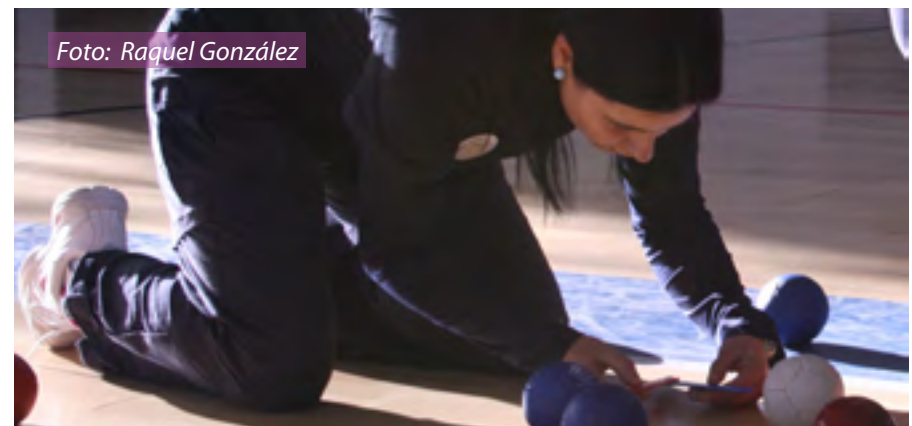
Se involucró en el mundo del deporte porque "no sólo es un medio de integración para nuestra gente, sino una manera de sentirse persona y el trabajo que más satisfacciones les produce. En mi juventud practiqué patinaje y esquí, pero de técnica no tenía idea. Soy madre de un parálítico cerebral y pensé que podíamos hacer algo bueno por ellos/as."

María Jesús López es toda un institución en la boccia, conoce al milímetro como funciona en todos los ámbitos, no en vano ha sido técnica, árbitra y directiva, aunque de todos los puestos que ha ocupado se queda con el de jueza: "para mí lo más importante es el contacto con los y las deportistas;

como directiva tienes que sacar adelante todo y la responsabilidad de buscar gente que quiera hacer los cursos... Mi mayor satisfacción era estar en el parquet arbitrando, en contacto con las personas. Era muy estricta pero tenía muy buena relación con todo el mundo."

Una pionera en el deporte para personas con parálisis cerebral que, a sus 71 años, continúa dedicando su vida a quien la necesita y cuyos pasos han seguido otras mujeres que hoy son las encargadas de continuar su camino.

Es el caso de **Raquel González Prado**, una auxiliar de enfermería que conoció el mundo de la boccia mientras realizaba las prácticas en el CAMF de Ferrol. Allí las personas residentes en el centro practicaban boccia, entre otros deportes, un día le propusieron colaborar como monitora, y así empezó hasta llegar a ser la actual Responsable Nacional de Árbitros de boccia del CNAJBS (Comité Nacional de Árbitros y Jueces de boccia y slalom).





parálisis cerebral y lesión cerebral

Gestión, arbitraje y personal técnico



Foto: Raquel González arbitrando



parálisis cerebral y lesión cerebral

Gestión, arbitraje y personal técnico



Foto: Raquel González arbitrando

“Me resultó muy impactante ver como personas con una discapacidad tan grande y con tanta afectación podían practicar este deporte, además de las ganas de trabajar y superación que tienen. Me siento muy orgullosa de poder aportar mi granito de arena para ayudar a que sea posible esta práctica deportiva.”

Se inició como auxiliar de boccia. Tiempo después el club del CAMF de Ferrol organizaba un curso de arbitraje autonómico de boccia, en el que se inscribiría ante la falta de esta figura en la zona de Galicia.

En el año 2007 su club dejó de competir en la liga y decidió centrarse en las labores arbitrales a nivel autonómico y a nivel nacional. En su estamento hay un número importante de mujeres federadas en este deporte y ella se ha formado en dos especialidades: la boccia y el slalom, donde

“...la principal dificultad está en la objetividad. El slalom es un deporte de tiempo contrarreloj en el que hay penalizaciones, por lo que la persona que arbitra debe valorar numerosos movimientos y situaciones del campo que dependiendo de la perspectiva como se vea la acción y como de entrenado y experimentada sea esa jueza o juez, pueden ser penalizaciones o no.

En la boccia este tema se agrava ya que se valoran situaciones que se dan en el campo. Este deporte es mayoritariamente un deporte de equipo así como de estrategia, y la picaresca indirecta siempre está presente ya que forma parte natural de todo juego de estrategia y de equipo.

Así que lo que dificulta en algunos casos el arbitraje es la interpretación según qué contexto.”



parálisis cerebral y lesión cerebral

Gestión, arbitraje y personal técnico

Aunque en realidad, para **Raquel González** lo más difícil es “arbitrar y juzgar acciones que cumplen o incumplen el reglamento, por encima de la percepción de protección y paternalismo con deportistas que presentan un grado de discapacidad muy alto”.

Una apreciación similar tiene **María Rubiera Hidalgo**, Responsable del Área de Deporte Adaptado, en el Centro de Referencia Estatal (CRE) para la Atención a Personas con Grave Discapacidad. Aunque su principal faceta es la



de entrenadora, también es árbitra de boccia y jueza de slalom y “me entristece mucho el momento en que hay que penalizar a cualquier deportista, porque sé todo el trabajo que hay por detrás de la simple competición. Creo que es muy complicado ejercer esta función en ambos deportes, y la responsabilidad que ello conlleva es muy grande”.

María Rubiera es licenciada de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad de León y cuando terminó la carrera empezó a trabajar en el recién abierto Centro de Referencia Estatal de Discapacidad y Dependencia en León. **Nuria Mendoza**, la directora del CRE en aquel momento y gran profesional de la actividad física adaptada, se empeñó en que el CRE fuera referencia en deporte y en su afán de conseguirlo se puso en contacto con el Comité Paralímpico Español y la Federación Española de Deportes para personas con Parálisis Cerebral y Daño Cerebral, para firmar un convenio a través del cual, deportistas de boccia irían a este centro a entrenarse.

Así empezó la andadura de **María Rubiera** como técnica en la boccia a nivel nacional, una actividad que para ella “era un reto increíble. El alto rendimiento siempre es atractivo para cualquier persona que provenga del ámbito deportivo, y como técnica suponía mucho más que un reto, toda una oportunidad de probarse a nivel personal y profesional.”

Su faceta como entrenadora no la eligió “me vino implícita en mis funciones laborales, y reconozco que es algo que me encanta. La gente se asombra cuando digo que me encanta mi trabajo, y eso es una gran suerte hoy en día. Si tuviera que destacar algo sería la ilusión y la implicación personal que caracteriza a todas las personas que me enseñaron y guiaron durante estos años”.



parálisis cerebral y lesión cerebral

Gestión, arbitraje y personal técnico





parálisis cerebral y lesión cerebral

Gestión, arbitraje y personal técnico

Como técnica sigue también la actualidad deportiva y destaca en Slalom la figura de **Silvia Vicent**: “Me consta que es un referente en su categoría, D2F, y que lleva dos años marcando diferencia en los diferentes rankings de las pruebas de cronometrada y eliminación. Ha estado recientemente en Sierra Nevada en la concentración de Slalom como componente de la Selección Nacional, así que eso lo resume todo”.



Foto: Silvia Vicent en competición

Una entrenadora que destaca en el ámbito de los deportes para personas con parálisis cerebral, en el que trabajan muchas mujeres, especialmente en la boccia. Para **María Rubiera** esta situación se debe a que “el ámbito en el que se desenvuelve inicialmente es más bien sociosanitario y para ser realistas, predomina el género femenino. Si bien es cierto, cuando nos acercamos a niveles competitivos superiores la figura masculina es la que predomina en el

estamento técnico. Esto es algo que poco a poco va cambiando y en nuestra Selección Nacional de boccia hoy en día casi podríamos decir que el cuerpo técnico está compuesto por el 50% de mujeres y muy bien preparadas, ¡algo fantástico!”. Tan fantástico como la entrega de estas mujeres a otras personas a través del deporte.

En el siguiente enlace podéis conocer a las deportistas a través de la exposición fotográfica itinerante:

“Mujer y deporte. Parálisis Cerebral”
<http://www.youtube.com/watch?v=YagunzcZwLw>



Aquellas entidades, instituciones, asociaciones, organismos..., interesadas en albergar en sus instalaciones esta exposición, pueden hacerlo contactando a través del siguiente correo electrónico: fedpc@fedpc.org



vídeo paralímpicas

2011

En el siguiente video, podéis conocer a nuestras deportistas, así como a otras mujeres vinculadas al deporte paralímpico a nivel de entrenadoras y gestoras.

<http://www.youtube.com/watch?v=WEJlpCHjToQ>

Video Presentación realizado en el año 2011, desde los Programas Mujer y Deporte de la Subdirección General de Promoción Deportiva y Deporte Paralímpico, del Consejo Superior de Deportes.

Con la colaboración del Comité Paralímpico Español, las Federaciones de Personas con Discapacidad Física, Personas con Discapacidad Intelectual, Deportes para ciegos y Deportes para Personas con Parálisis Cerebral y Lesión Cerebral; junto con una de las federaciones que están integrando su modalidad adaptada, la Real Federación Española de Ciclismo.



noticias

El baloncesto femenino español y el proyecto Universo Mujer de la Federación Española de Baloncesto recibieron el máximo reconocimiento institucional del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.

El Ministro José Ignacio Wert y el Presidente del Consejo Superior de Deportes, Miguel Cardenal recibieron a una representación de todas las selecciones españolas femeninas que este pasado verano se proclamaron campeonas en sus respectivos europeos: las ex jugadoras **Amaya Valdemoro**, **Elisa Aguilar** e **Isa Sánchez** (selección absoluta) y las jóvenes **Sara Rodríguez** (sub 20), **Laia Flores**, **Belén Arrojo** (sub 18), **Ángela Salvadores** y **Umo Diallo** (sub 16), que llegaron acompañadas de las cuatro copas de Europa conseguidas con un registro histórico: 36 victorias en 36 partidos.

El presidente de la Federación Española de Baloncesto, presentó Universo Mujer un proyecto con el que se quiere atender lo que pasa dentro y fuera de la cancha, apoyando el desarrollo, el crecimiento y la formación de la mujer deportista para su incorporación al mundo de la gestión deportiva.

La mejor jugadora de baloncesto de nuestro país, **Amaya Valdemoro**, tuvo unas palabras durante el acto en las que destacó el trabajo de promoción de la mujer por parte de la gestión de la federación: "se ha preocupado por la formación de

las jugadoras de baloncesto y nos ha ayudado a reivindicarnos y mostrar que somos unas mujeres luchadoras que podemos aportar mucho a esta sociedad a través de los valores del deporte".

El primer paso de Universo Mujer ha sido la solicitud a la FIBA de la organización del Mundial Femenino de selecciones absolutas del año 2018, objetivo que ha recibido el total e incondicional respaldo por parte del Ministro Wert.

Foto: Audiencia del MECD a las selecciones femeninas.
Autor: Alberto Nevado/FEB





noticias

La gimnasta valenciana, **Sara Moreno**, se proclamaba campeona de Europa de aerobio individual por primera vez en su carrera. **Moreno** que en 2012 logró en Sofía el título mundial, se impuso en la final con 21.500 puntos, superando la austríaca **Lubov Gazov** (21,450) y a la húngara **Dora Hegyi** (21,400). **Aranzazu Martínez**, que participaba también en la final individual, terminaba en la octava plaza.

Sara Moreno, que recientemente fue galardonada con la medalla al Mérito Deportivo por el título mundial conseguido en 2012, consigue así el título que le faltaba en su vitrina ya que la valenciana, que practica este deporte desde los 12 años, tiene en su poder también los títulos de campeona del mundo junior y subcampeona de Europa absoluta en 2011, además del título mundial absoluto por parejas. Precisamente en esta modalidad, dobles mixtos, **Sara Moreno y Vicente Lli** acabaron en la sexta plaza en el presente europeo, mientras que la pareja formada por **Nuria Juan e Iván Parejo** finalizaban en decimotercera posición.

En la modalidad de grupos, **María Baucells, Andreu Giner, Andrea Lluch, Aranzazu Martínez y Marta Tovar** acabaron en sexta posición, empatadas con el equipo británico. Mientras que en tríos, **Baucells, Lluch y Tovar** eran octavas.

Las juniors tuvieron también una gran actuación en su categoría, con dos sextas plazas, **Belen Guillemot** en individual y en la modalidad de grupos, **Sara Jerez, Mireia Perarnau, Ana Sedano** y las hermanas **Anna y Mireia Serra**.

Accede a través de este enlace a la competición de Sara Moreno
<http://youtu.be/QkNoQq4D6P8>



Foto: Sara Moreno en competición.
Cedida por Real Federación Española de Gimnasia

SARA MORENO, CAMPEONA DE EUROPA DE AEROBIC



noticias

Gisela Pulido ha vuelto a conquistar el título de Campeona del Mundo de kitesurf tras resultar vencedora en la penúltima prueba de la temporada disputada en la isla de Hainan, China. La surfista catalana suma con éste su décimo título mundial, aunque ella misma sólo contabiliza nueve porque el primero lo consiguió en una modalidad, olas, que ahora no practica.

Su primer título mundial lo conquistaba en el 2004, convirtiéndose en la campeona más joven de la historia. Ya con 9 años había asombrado al continente con su victoria en el Campeonato de Europa sub-14 y el subcampeonato en la categoría de sub-18.

Su trayectoria y posibilidades animaron a su familia a trasladarse a Tarifa para que pudiese evolucionar como kitesurfista. Desde entonces no ha parado de ganar títulos en 11 años de carrera.

Tras dominar el circuito de Kite Pro World Tour, pasó al circuito organizado por los y las kitesurfistas, el PKRA, para ganar con 13 años su primer mundial de Freestyle, modalidad de la que es número uno del mundo y en la que ha ganado todos los títulos, excepto uno.

La pasada temporada, la polaca **Karolina Winkowska** consiguió arrebatarse el título en las tres últimas pruebas, celebradas todas ellas con poco viento. **Pulido** no se rindió y centró la pretemporada de este 2013 en mejorar su técnica con poco viento, para lo que se fue a Orlando a entrenar. El esfuerzo mereció la pena, este año la regularidad ha sido la clave de su éxito, ha subido al podio en todas las pruebas y ha ganado seis de las siete que se han disputado del circuito de la PKRA Freestyle. Su determinación por recuperar la corona mundial le ha llevado a proclamarse campeona de forma matemática, a falta de una prueba.



GISELA PULIDO, LA DUEÑA DEL VIENTO

Foto: Gisela Pulido tras ganar el PKRA de China
Autor: Toby Bromwich/Red Bull Content Pool



noticias



PALMARÉS:

- 2013 PKRA CAMPEONA MUNDIAL
- 2012 PKRA 3ª clasificada
- 2011 PKRA CAMPEONA MUNDIAL
- 2010 PKRA WAVES CAMPEONA MUNDIAL
- 2010 PKRA FREESTYLE CAMPEONA MUNDIAL
- 2009 KPWT CAMPEONA MUNDIAL
- 2008 PKRA CAMPEONA MUNDIAL
- 2008 CAMPEONA DE ESPAÑA
- 2007 PKRA CAMPEONA MUNDIAL
- 2007 CAMPEONA DE ESPAÑA
- 2006 KPWT CAMPEONA MUNDIAL
- 2006 CAMPEONA DE ESPAÑA
- 2005 KPWT CAMPEONA MUNDIAL
- 2005 GRAVITY GAMES ORO
- 2005 WAVE MASTER CHAMPION
- 2004 KPWT CAMPEONA MUNDIAL
- 2003 CAMPEONA DE EUROPA JUNIOR

Foto: Gisela Pulido tras ganar el PKRA de China
Autor: Toby Bromwich / Red Bull Content Pool



noticias

EL PADEL FEMENINO A LA CABEZA MUNDIAL

Tanto en categorías inferiores como a nivel absoluto, nuestras jugadoras lideran el panorama internacional tras imponerse en los campeonatos mundiales disputados este año.

Las tinerfeñas **Carla Mesa** y **Clara Siverio**, ganaban en suelo español la final de parejas del Mundial de Padel disputado en Bilbao. En un emocionante partido que duró dos horas y media, **Mesa** y **Siverio** se imponían a las iniciales favoritas, la pareja argentina Campus-Riera. Con empate a un set, las españolas debían remontar en el tercer set un 3-1 en contra y desplegaron un excelente juego y dieron todo sobre la cancha para llegar a la victoria final por 6-4 en el definitivo set.

Días antes, la selección española que acudía al IX Campeonato del Mundo de Menores, disputado en Buenos Aires, daba muestras del altísimo nivel de nuestro padel revalidando el título por equipos y alzándose con la victoria en todas las categorías: sub-14, sub-16 y sub-18. En las tres edades se vivieron duelos fratricidas con la disputa del título entre parejas españolas, lo que nos aseguraba el campeonato y subcampeonato mundial.

En la categoría de sub-14, la pareja formada por **Alba Pérez** (Marbella) y **Paula Manchón** (Barcelona), se imponían en la final a **Lucía Comino** (Madrid) y **Cristina Torrecillas** (Granada), por 6-2, 2-6 y 6-2.

Las sub-16, **Marta Ortega** (Madrid) y **Ariana Sánchez** (Tarragona), se proclamaban campeonas en su categoría al vencer a **Nuria Díaz** (Asturias) y **Juncal Aizpurua** (San Sebastián) en dos claros sets, 6-2 y 6-1.

En categoría sub-18, **Marta Talaván** (Madrid) y **Beatriz Barrena** (Alava) se procla-

maban campeonas al vencer a las también españolas **Libe Arzanegui** (Vizcaya) y **Emma Martín** (Asturias) por 3-6, 7-5 y 6-4.

Además, el equipo nacional se alzaba con el título mundial de menores al vencer a Argentina por 2-1. Las infantiles, **Marta Sabino** (Asturias) y **Macarena Caballero** (Córdoba), perdían el primer encuentro por 5-7, 3-6. Las cadetes **Marta Ortega** (Madrid) y **Ariana Sánchez** (Tarragona) ganaban por un doble 6-2, para igualar la final. Y las juniors **Marta Talaván** (Madrid) y **Libe Arzanegui** (Vizcaya) se hacían con el punto decisivo en un durísimo partido que se resolvía tras salvar dos match point: 6-3, 4-6 y 7-5.

Cinco títulos mundiales para un deporte en el que cada vez participan más mujeres



Foto: Equipo femenino de pádel



noticias

MEDALLAS PARA LAS PROMESAS DEL KÁRATE

Guadalajara acogió el Campeonato del Mundo de Kárate cadete, junior y sub-21 en el que el combinado español ha logrado 2 medallas de oro, 2 platas y 4 bronce. Uno de los oros era para el equipo femenino de kata cadete-junior, formado por Lidia Rodríguez Encabo, Jessica Moreno Wilkinson, Tatiana Armenteros Márquez y Raquel Roy Rubio. Precisamente, la riojana Raquel Roy obtenía también un bronce en la final de kata individual en categoría cadete. Mientras que, la malagueña María Torres, conseguía la única medalla femenina en kumite en la categoría de más de 59kg., imponiéndose a la karateca china (1-0) en el combate por el bronce.



Foto :Equipo de kata cadete-junior. Real Federación Española de Kárate:



Foto María Torres en competición. Real Federación Española de Kárate



WORLD KARATE CHAMPIONSHIPS 2013 GUADALAJARA, SPAIN



noticias

DOBLETE INSÓLITO EN EL TAEKWONDO MUNDIAL

La alicantina **Laura Kim Kim** se ha proclamado campeona del mundo de taekwondo en la modalidad de poomsae, revalidando el título que había conseguido en 2012.



Foto Laura Kim y su padre con sus medallas de oro.
Autor: Real Federación Española de Taekwondo

El poomsae es una combinación de técnicas de defensa y ataques, ejecutadas en una línea de movimientos, en la que **Laura Kim** se ha especializado de la mano de su padre y maestro, **Jeong Cheol Kim**, que además de ser su entrenador es compañero de selección pues compete en la categoría de +59 años. Han conseguido en el Campeonato del Mundo de Poomsae de Bali, sendos oros, un hecho insólito en el deporte mundial al haber conseguido padre e hija el mismo título en dos años consecutivos.

En la categoría de mayores de 59 años, otra española, la madrileña **Catalina Hernández Ramos**, repetía también medalla al conseguir de nuevo el bronce que había alcanzado en el mundial de Colombia en 2012.

Patricia Camino Ortega era octava en la final individual y décima en Freestyle. Su hermana, **Emma Camino Ortega** finalizaba también en octavo lugar en la modalidad de parejas, junto a **Daniel Hidalgo**. **Marta Calafell Andulla**, en más de 49 años, acababa su participación en semifinales con un noveno lugar en la general y el equipo formado por **Alba Castro Asensio**, **Nerea Alamancos Lamas** e **Isabel Simón Queiro** se quedaba a las puertas de la final con la novena mejor puntuación. En categoría junior, **Devamma Miro Ledesma**, era undécima en la final sub-17.



Foto: Catalina Hernández con su medalla de bronce.
Autor: Real Federación Española de Taekwondo

Sigue los próximos eventos de interés...

Premundial de voleibol Lodz (Polonia)

Accede a la lista de convocadas pulsando este texto

3 al 5 de enero

Rally Dakar 2014 Argentina, Bolivia y Chile

Laia Sanz, campeona en 2011, 2012 y 2013

5 al 18 de enero

Campeonato de Europa de Patinaje Artístico sobre Hielo Budapest (Hungría) **13 al 19 de enero**

Varias participantes

XXII JJ.OO. de invierno Sochi 2014 Sochi (Rusia)

Accede a este enlace para más información

7 al 23 de febrero

manifiesto

por la Igualdad y la Participación de la Mujer en el Deporte

(...) MANIFESTAMOS que resulta necesario:

Utilizar las posibilidades que ofrece el deporte como vehículo de formación de las personas y como transmisor de valores, con el fin de superar prejuicios y estereotipos que impiden a las mujeres y a los hombres desarrollarse según sus expectativas personales y su potencial individual.

Incluir la perspectiva de género en las políticas de gestión de la actividad física y el deporte para garantizar la plena Igualdad de acceso, participación y representación de las mujeres, de todas las edades y condición, en todos los ámbitos y a todos los niveles: como practicantes, gestoras, dirigentes, entrenadoras, técnicas, árbitras, juezas, periodistas e investigadoras.

Introducir el Principio de Igualdad de Oportunidades como una máxima de calidad en la gestión dentro de la responsabilidad social corporativa de todas aquellas instituciones o entidades relacionadas con la actividad física y el deporte. (...)

créditos

Boletín MyD N°14 Diciembre 2013

Publicación periódica online Programas Mujer y Deporte

© Consejo Superior de Deportes
Subdirección General de Promoción Deportiva
y Deporte Paralímpico
c/ Martín Fierro, 5. 28040. MADRID
www.csd.gob.es


Coordinación

Enrique Lizalde Gil
Lorena García Álvarez

Redacción

Cristina Gallo Suárez

Diseño y Maquetación

Sallas 

ISSN en línea

2174-3673

NIPO en línea

033-13-011-5

Catálogo general de publicaciones oficiales

<http://publicacionesoficiales.boe.es>



suscríbete

Si no has recibido el boletín directamente desde mujerydeporte@csd.gob.es y deseas que te sea enviado periódicamente pulsa este enlace

Si no deseas recibir más el boletín comunícalo a mujerydeporte@csd.gob.es