

# Deportistas 88

Septiembre - Octubre 2020

La revista del Ocio, la Recreación y el *Deporte* para todos

## El deporte se reinventa



El dinero de los ayuntamientos para el deporte experimenta un leve aumento (+0,53%)  
España se Mueve: Convenio con la Gasol Foundation, 10<sup>a</sup> de Madrid se Mueve y el Hub  
Comunidades, ayuntamientos, fundaciones, Confidencial, Munideporte, Radio Marca,...



[www.enseñanzasmodernas.es](http://www.enseñanzasmodernas.es)

En Enseñanzas Modernas contamos con casi 20 años de experiencia en el sector de la formación y en la prestación de servicios de consultoría y formación para el empleo.

Tenemos un ámbito de actuación a nivel nacional y disponemos de centros en diferentes comunidades autónomas. Contamos con más de 80 certificados de profesionalidad y una plataforma online con un amplio catálogo de cursos de temática transversal.

### PROGRAMAS SUBVENCIONADOS POR LA COMUNIDAD DE MADRID Y EL SEPE

Los cursos de Enseñanzas Modernas están subvencionados y se financian por la Comunidad de Madrid, a través de la Consejería de Economía, Empleo y Hacienda, y a través de los fondos recibidos del Servicio Público de Empleo Estatal.

Con motivo de la situación excepcional generada por el COVID-19, la administración ha suspendido toda la formación presencial, facilitando una serie de alternativas para reanudar los cursos próximamente mediante la modalidad de teleformación o de aula virtual, estableciendo como colectivos prioritarios los siguientes:

- Personas trabajadoras cuya relación laboral se haya extinguido por un ERTE
- Personas trabajadoras cuya relación laboral se haya extinguido por un ERE
  - Personas trabajadoras autónomas
  - Personas trabajadoras de la economía social
  - Personas trabajadoras en situación de desempleo

Fórmate

Infórmate



Madrid

EXCELENTE

CERTIFICAZIONE  
DI PRODOTTO  
BUREAU VERITAS  
Certification



Tel.: 91 126 56 76  
Móvil: 677 476 343  
[info@enseñanzasmodernas.es](mailto:info@enseñanzasmodernas.es)

**Director**

Fernando Soria Dorado

**Redactora Jefe**

Marta Muñoz Mancebo

**Colaboradores**

José María Buceta

Luis López Nombela

Juan Manuel Merino Gascón

Rocío Sánchez Guerrero

**Diseño e impresión**

María Serrano Guijarro

**Producción**

Fernando Soria Hernández

**Edita**

Equipo de Gestión Cultural S.A.

**Asesor Editorial**

Antonio Montalvo

**Asesores Técnicos**

Vicente Alcaraz

Calixto Rodríguez

**Dirección**C/ Travesía José Arcones Gil, 3  
28017 Madrid**Correo electrónico**

deportistas@munideporte.com

ISSN 1885-1053

Depósito Legal M-9707 - 2004



**6 INFORME:**  
Los Ayuntamientos aumentan ligeramente sus presupuestos para el deporte (+0,53%)



**18 EN PORTADA:**  
El deporte se reinventa



**8 ESPAÑA SE MUEVE:**  
El Hub retoma su actividad



**33 CONFIDENCIAL:**  
El Covid, protagonista en la agenda del CSD

	<b>ESM:</b> Madrid se Mueve inicia su 10ª temporada en Telemadrid y LaOtra	<b>10</b>
	<b>ESM:</b> El deporte inclusivo en MsMTV y premio de la A.D. Alcobendas	<b>12</b>
	<b>ESM:</b> Convenio con la Gasol Foundation	<b>13</b>
	<b>ESM:</b> Wolf España advierte de la importancia de la calidad del aire	<b>14</b>
	<b>MEDICINA DEPORTIVA:</b> Artículo de la Dra. Ana Mª Jara Marcos	<b>15</b>
	<b>FEC:</b> Los beneficios del deporte en pacientes recuperados de Covid	<b>16</b>
	<b>UNIVERSIDADES:</b> Máster en Gestión Deportiva Municipal de la Católica de Valencia	<b>17</b>
	<b>COMUNIDAD DE MADRID:</b> La actividad física y el deporte se reactivan	<b>20</b>
	<b>GALICIA:</b> Publicación de las guías "Volviendo con sentidío"	<b>21</b>
	<b>MURCIA:</b> Archena participa en el proyecto mundial "Global Matrix 4.0"	<b>22</b>
	<b>AYUNTAMIENTO DE MADRID:</b> Importantes ayudas para rescatar el deporte base	<b>23</b>
	<b>ALCOBENDAS:</b> El Ayuntamiento y los clubes analizan los protocolos anti-covid	<b>24</b>
	<b>ARGANDA DEL REY:</b> Inicio de la temporada de actividades para adultos	<b>25</b>
	<b>LEGANES:</b> Retorno de las actividades deportivas municipales	<b>26</b>
	<b>ALCALÁ DE HENARES:</b> El deporte se adapta a la nueva normalidad	<b>27</b>
	<b>OPINIÓN:</b> Vicente Gambau (Consejo COLEF)	<b>28</b>
	<b>OPINIÓN:</b> Antonio Montalvo de Lamo	<b>29</b>
	<b>OPINIÓN:</b> Adolfo Ruiz Valdivieso (presidente de FNEID)	<b>30</b>
	<b>OPINIÓN:</b> Luis López Nombela	<b>31</b>
	<b>FAGDE:</b> Artículo de Eduardo Blanco y cambio de denominación	<b>32</b>
	<b>EMPRENDEDORES:</b> Empresa&Sociedad celebra su 25 aniversario	<b>34</b>



*Los fines de semana, deporte para todos*

EL PROGRAMA  
**AL LÍMITE**

**DE FERNANDO SORIA**

DE 7 A 8 HORAS LOS SÁBADOS

**LA TERTULIA**

DE 7 A 8 HORAS LOS DOMINGOS

**CON LOS MEJORES ESPECIALISTAS**

*José Luis Llorente, Chema Buceta, el profesor López Nombela,  
Pedro Calvo, José Vicente Delfa, Pedro Manonelles,  
Gema Sancho, Gerardo Cebrián y Rocío Sánchez*





MI PUNTO DE VISTA

Fernando Soría

## LOS MÁS IMPORTANTES

El informe sobre el dinero que dedican los ayuntamientos al deporte muestra un ligero incremento de medio punto. Puede extrañar por las circunstancias tan excepcionales que atraviesa España, Pero si consideramos que se establecieron antes de que estallara el Covid - 19, comprenderemos el aumento. Suponemos, eso sí, que podrían bajar para 2021 al tener que aumentar las partidas relacionadas con la enfermedad.

EN cualquier caso, sería importante que los responsables municipales tuviesen en cuenta el beneficio que la actividad física supone para las personas, máxime en la situación que atravesamos. Diversos estudios señalan que las personas que están mejor físicamente son más resistentes a los efectos del virus y se recuperan antes si lo padecen. Por otra parte, la situación de continua incertidumbre, los problemas laborales/económicos de la mayoría de los ciudadanos, el aislamiento social y, cuando se produjo, la cuarentena, han afectado igualmente a casi todas las personas, por lo que el ejercicio es un buen remedio para levantar el ánimo.

POR este motivo, los ayuntamientos, como las entidades más cercanas a la población, deben de promover y potenciar el deporte/actividad física en este entorno, dedicando los recursos que se precisen. Y no me refiero necesariamente al deporte colectivo.

ESTE escenario social justifica y favorece acciones como las de *España se Mueve*. En este nº ofrecemos amplia información sobre las actividades que desarrollamos, con el apoyo de la herramienta de gestión de proyectos que es el **Hub EsM**. El programa de Telemadrid inicia su décima temporada (un hito televisivo) y podemos avanzar que se está trabajando en la puesta en marcha del programa "España se Mueve" a través de un canal nacional. Podría ser una realidad para primeros de año.

DE este número 88 destacamos también las actividades de las Comunidades, los Ayuntamientos y las fundaciones del deporte. Seguimos con interesantes artículos de opinión y no nos olvidamos de los confidenciales, muy seguidos por nuestros lectores.

NO se desanimen por la la pandemia y utilicen el deporte para combatir sus efectos, sobre todo los mentales. Hay que moverse más!!!



# ADAPTARSE A LAS CIRCUNSTANCIAS

Tuvo que desaparecer la cuarentena (por ahora la única) para que algunas de las competiciones deportivas profesionales se celebraran. Y no todas. La más importante, los Juegos de Tokio, por ejemplo, se aplazó a 2021 y sin garantías. Tampoco hubo Eurocopa de Fútbol, Euroliga de Baloncesto, Copa Davis o los grandes maratones.

LAS pocas que se han ido desarrollando (LaLiga española, Champions, Tour, NBA, US Open de Tenis, ...) lo han hecho con fuertes medidas de seguridad sanitaria y con poco o ningún público. Y han podido salir adelante porque disponían de abundantes medios económicos que posibilitaban imponer esas excepcionales normas.

POR desgracia, no es el caso de las competiciones menos profesionales y, sobre todo, de las de carácter aficionado. Las federaciones territoriales, e incluso algunas de las nacionales, están intentado que sus respectivas ligas se puedan iniciar ante el clamor de sus deportistas, que añoran volver a rivalizar en los campos y pistas de juego después de más de seis meses de inactividad.

DESDE el Consejo Superior de Deportes, en co-

laboración con los diversos gobiernos autonómicos, se están desarrollando potentes protocolos que garanticen la seguridad para la salud. Pero muy pocos torneos han comenzado y la mayoría, nos tememos, tendrán que esperar a que la situación mejore de forma ostensible.

LOS deportes de equipo lo tienen complicado incluso para entrenar de forma colectiva, pero hay alternativas a la competición. Si partimos de la premisa de los beneficios del deporte para la salud física y mental, por la relación social que también conlleva, pongamos en marcha la imaginación y adaptemos los entrenamientos a lo que es posible. Nos referimos, por ejemplo, a practicar (incluso concursar) con tiros a puerta o canasta, juegos de habilidad o de potencia, lo explicamos en el reportaje de portada.

POR otra parte, entendemos que se está produciendo una buena oportunidad para los deportes individuales (tenis, tiro, golf, piragüismo, atletismo, ...) que sí son viables y cuyos responsables federativos deberían de promocionar aprovechando la coyuntura. Pero, sobre todo, no olvidemos que siempre se podrá, en casa o en la calle, realizar ejercicio (como caminar) de forma individual. No busquemos excusas por comodidad.

# Los ayuntamientos aumentan ligeramente sus presupuestos deportivos (+0,53%)

La revista *Deportistas* ha concluido el informe anual sobre el dinero que invierten los ayuntamientos en deporte. La media por habitante se sitúa en 41,59 euros por ciudadanos, lo que supone un ligero aumento del 0,53% con respecto a 2019 (41,37). No obstante, se sigue invirtiendo un 33,3% menos que en 2008.

**E**n este estudio se incluyen los datos de las capitales de provincia y de los ayuntamientos con más de 150.000 habitantes. La información ha sido recogida de las páginas web oficiales o facilitadas por los departamentos de prensa o deportes. Las cifras de Cáceres y Alcorcón que aparecen en el cuadro son los mismos que 2019, al no haber sido facilitados por sus responsables municipales. La media resultante del gasto por habitante (41,59 euros por ciudadano) se ha obtenido al dividir el presupuesto de 2020 entre el número de habitantes publicado por el Instituto Nacional de Estadística (INE), a fecha de 1 de enero de 2019 (datos oficiales actuales).

Los ayuntamientos han aumentado ligeramente sus partidas para el deporte en un 0,53%, en un ejercicio marcado por la crisis sanitaria derivada de la pandemia por el Covid-19. Desde el mes de marzo, la actividad deportiva se suspendió y aún son muchos los municipios que todavía no han reiniciado sus programas en esta materia. A pesar de los múltiples beneficios que el deporte tiene para la salud, los ciudadanos tuvieron que estar confinados en sus casas durante tres meses, lo que ha supuesto un aumento del seden-



Eusko Label Liga de traineras 2020

tarismo y el empeoramiento de la salud de muchos de ellos.

San Sebastián repite como el municipio que más dinero destina al deporte, con una media de 171,04 euros por habitantes. Le siguen en la clasificación Melilla (149,27), Ceuta (131,38) y Soria (113,45). Por contra, en el lado negativo, destaca la reducción presupuestaria de Cádiz (-71,02%), León (-70%) y Leganés (-52,40%). En el caso de Leganés, se debe a que en 2019 hubo una partida extraordinaria para instalaciones deportivas. Las dos grandes capitales, Madrid y Barcelona, registran datos muy similares respecto al año pasado: Madrid ha subido un 0,24%, mientras

que Barcelona ha sufrido un descenso del 1,94%.

Comparando estos datos con los de 2008, cuando la media por habitante era de 62,35 euros, se observa que la inversión en materia deportiva sigue siendo un 33,3% menos que hace doce años, fecha en la que España sufrió su última gran crisis económica. A pesar de los numerosos estudios que demuestran la rentabilidad en salud que supone invertir en deporte, los gobiernos locales siguen sin darle a esta materia la relevancia que debería tener en la sociedad.

➔  
San Sebastián,  
Melilla y Ceuta,  
los que más  
invierten por  
habitante

Textos: **Marta Muñoz**

Ayuntamiento	Presupuesto 2020	Habitantes (*)	Comparativa sobre 2019 (**)	Gasto por habitante 2020	Ayuntamiento	Presupuesto 2020	Habitantes (*)	Comparativa sobre 2019 (**)	Gasto por habitante 2020
San Sebastián (***)	32.055.574,00	187.415	-36,35%	171,04	Vitoria (***)	10.099.805,25	251.774	-18,53%	40,11
Melilla (****)	12.910.504,80	86.487	40,43%	149,28	Leganés (****)	7.475.000,00	189.861	-52,90%	39,37
Ceuta (***)	11.138.371,54	84.777	69,78%	131,38	Badajoz (***)	5.601.400,47	150.702	-5,52%	37,17
Soria	4.469.849,61	39.398	15,31%	113,45	Zaragoza (***)	25.072.125,00	674.997	-4,22%	37,14
Teruel (***)	4.043.565,15	35.890	112,42%	112,67	Valladolid (***)	10.756.283,00	298.412	-7,82%	36,05
Logroño (****)	16.527.730,78	151.136	149,30%	109,36	Lleida (***)	4.942.300,82	138.956	-5,78%	35,57
Ávila (***)	5.196.474,08	57.744	119,41%	89,99	Palma (***)	14.428.592,89	416.065	0,11%	34,68
Palencia (****)	5.968.244,79	78.412	5,68%	76,11	Cartagena (****)	7.436.954,00	214.802	10,25%	34,62
Guadalajara (***)	6.273.500,00	85.871	-41,17%	73,06	Jerez de la Frontera (****)	7.261.391,02	212.749	-3,97%	34,13
L'Hospitalet de Llobregat	18.840.612,19	264.923	2,53%	71,12	Alcorcón (****)	5.788.594,19	170.514	-0,59%	33,95
Pontevedra	5.700.000	83.029	32,83%	68,65	Granada	7.887.497,00	232.462	23,11%	33,93
Burgos (***)	11.735.600,00	175.821	-3,47%	66,75	Ourense (****)	3.566.876,67	105.233	-10,66%	33,90
Santa Cruz de Tenerife (***)	13.219.641,52	207.312	9,62%	63,77	Lugo (***)	3.300.000,00	98.276	9,72%	33,58
Huesca (****)	3.306.500,00	53.132	2,66%	62,23	Móstoles (****)	6.965.325,04	209.184	-8,24%	33,30
Toledo (***)	5.233.308,00	84.873	24,49%	61,66	Córdoba (****)	10.673.857,07	325.701	57,21%	32,77
Fuenlabrada (****)	11.892.844,31	193.700	-4,33%	61,40	Castellón (****)	5.506.396,87	171.728	-27,42%	32,06
Oviedo (****)	13.337.886,16	219.686	26,87%	60,71	Sabadell (****)	6.591.415,36	213.644	186,27%	30,85
Getafe (***)	11.059.626,00	183.374	-1,43%	60,31	Bilbao (****)	10.681.300,00	346.843	4,84%	30,80
Cuenca (****)	3.089.814,00	54.690	710,12%	56,50	Las Palmas de Gran Canaria (****)	11.617.636,11	379.925	36,88%	30,58
Madrid (****)	172.270.675,00	3.266.126	0,24%	52,74	Segovia (****)	1.578.400,00	51.674	0,30%	30,55
Zamora (****)	3.182.813,34	61.406	-5,98%	51,83	Huelva	4.001.000,00	143.663	39,88%	27,85
Santander (****)	8.695.066,33	172.539	0,82%	50,39	Tarragona (****)	3.502.324,84	134.515	-21,19%	26,04
Albacete (****)	8.500.000,00	173.329	-11,23%	49,04	Pamplona (****)	5.040.233,67	201.853	-17,66%	24,99
Salamanca (****)	6.905.429,99	144.228	28,87%	47,88	Elche (****)	5.796.393,69	232.517	36,36%	24,93
Sevilla (****)	32.346.962,38	688.592	5,42%	46,98	Badalona (****)	5.375.974,35	220.440	12,00%	24,39
Alcalá de Henares (****)	9.188.000,00	195.649	-16,11%	46,96	Valencia (****)	19.126.073,32	794.288	47,89%	24,08
Gijón (****)	12.610.400,00	271.780	10,29%	46,40	Almería (****)	4.738.242,94	198.533	65,70%	23,87
Ciudad Real (****)	3.436.604,00	74.746	2,58%	45,98	Terrasa (****)	3.969.521,00	220.556	-17,24%	18,00
A Coruña (****)	10.434.661,54	245.711	-25,00%	42,47	Cáceres (****)	1.715.612,42	96.126	-0,07%	17,85
Girona (****)	4.324.041,46	101.852	2,68%	42,45	Cádiz (****)	1.997.270,00	116.027	-71,02%	17,21
Jaén (****)	4.764.406,32	112.999	0,41%	42,16	León	2.108.350,00	124.303	-70,00%	16,96
Murcia (****)	18.567.107,00	453.258	-1,34%	40,96	Barcelona (****)	25.000.000,00	1.636.762	-1,94%	15,27
Vigo (****)	12.032.490,48	295.364	-25,44%	40,74	Málaga (****)	6.660.148,95	574.654	-19,96%	11,59
					Alicante (****)	3.330.777,08	334.887	25,00%	9,95

## Explicación del estudio:

(\*) INE 2019    (\*\*) Comparativa sobre la media por habitante de 2019    (\*\*\*) Página web oficial    (\*\*\*\*) Presupuesto prorrogado    (\*\*\*\*\*) Presupuesto 2019

# El Hub España se Mueve retoma su actividad tras el período estival

Después de los meses estivales, el Hub España se Mueve retoma su actividad en el nuevo curso escolar. En octubre se celebrará una nueva reunión con todos los miembros, en la que marcarán la línea de trabajo a seguir en los próximos meses.

**E**l Hub, que se enmarca dentro del Instituto España se Mueve, tiene entre sus objetivos el contribuir a reducir las preocupantes cifras de obesidad y sedentarismo en nuestro país, reuniendo a las entidades interesadas en sumar esfuerzos en la lucha contra esta pandemia mundial. Para ello, promoverá a todos los niveles el deporte/actividad física como herramientas fundamentales para luchar contra la pandemia global de obesidad y sedentarismo, mejorando la salud de la ciudadanía.

Colaborará también con las administraciones públicas y otras entidades privadas en la promoción de hábitos de vida saludables, aportando asesoramiento, ideas, proyectos y comunicación. Se trata, por tanto, de unir fuerzas y de incentivarlas para que actúen de forma más eficaz.

El Hub se enmarca en la Agenda 2030 para el desarrollo sostenible de la ONU y sus acciones se articularán a través de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

Las empresas y entidades que participan inicialmente son: [Gympass](#), [Wolf Ibérica](#), [Grant Thornton](#), [Hitachi Cooling & Heating](#), [Dreamfit](#),



[Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid](#), [Fundación Empresa y Sociedad](#), [Consejo General de Enfermería](#), [Universidad Francisco de Vitoria](#) y [Enseñanzas Modernas](#).

Vivimos un momento en el que cada vez es más importante elegir bien los proyectos en los que se participa. Precisamente, este es uno de los puntos fuertes del Hub, porque permite maximizar el retorno de la inversión. Con pequeñas aportaciones, se

➔ En octubre se celebrará una nueva reunión de sus miembros

puede colaborar en distintas acciones, tener visibilidad en los medios, generar contenidos e incluso conectarse con otras entidades públicas y privadas.

A mediados del mes de julio se celebró, de forma telemática, la primera reunión de sus miembros. En ella, se oficializó la puesta en marcha del Hub, que los miembros se conociesen entre ellos, repasar su funcionamiento, detallar las primeras acciones que se están llevando a cabo,

explicar los proyectos en los que pueden participar los miembros y aportar ideas sobre otras actividades o áreas de trabajo.

Algunas de estas acciones ya están en desarrollo:

- Encuesta sobre la actividad física en la empresa española con el Círculo de Empresarios. El objetivo es conocer el papel que se otorga a la práctica deportiva en el ámbito empresarial. Participan también Gympass y Grant Thornton.

- "Europe is Moving". Es un proyecto Erasmus+ para fomentar la inclusión social y la igualdad de oportunidades en el deporte. Pretende sensibilizar al sector de la comunicación para que participe más y mejor en este objetivo.

- Madrid se Mueve por la Salud y la Inclusión. Proyecto pionero e innovador en la Comunidad de Madrid para promover la práctica deportiva en la ciudadanía y apoyar las actividades populares municipales y federadas. Colabora también el ayuntamiento de la capital.

Para **Fernando Soria Hernández**, responsable de proyectos del Hub, "su objetivo es doble. Por un lado, lanzar



nuevas iniciativas para seguir trabajando en la concienciación sobre la importancia de la práctica de actividad física y deporte (por sus beneficios a nivel físico, mental, emocional y social) y para ofrecer a los ciudadanos un mayor número de herramientas que faciliten su práctica deportiva en el día a día. Y, por otro, aglutinar a más entidades para incrementar el número de proyectos y su impacto. ¡La unión hace la fuerza!".

Sobre la nueva temporada, señala que "estará llena de retos por la situación sanitaria, económica y social que estamos viviendo a nivel mundial. En este marco, es fundamental ser flexible, mejorar la eficiencia de los procesos, tener imaginación y lograr sinergias con otras entidades para sumar recursos y conseguir objetivos comunes".

Para más información sobre el Hub y cómo participar en él: [hub@espanasemueve.es](mailto:hub@espanasemueve.es)





## Madrid se Mueve inicia su décima temporada en Telemadrid y LaOtra

El programa “Madrid se Mueve” ha vuelto a la parrilla de los fines de semana en Telemadrid y LaOtra. En esta décima temporada, se ofrecerán nuevas historias y reportajes de los eventos populares y de base más destacados de la Comunidad.

El espacio se continúa emitiendo los sábados por la mañana en Telemadrid. Los espectadores volverán a disfrutar de interesantes reportajes sobre los eventos deportivos de la región, de nuevas historias de superación a través del deporte y de recomendaciones saludables para la mejora de su salud mediante el ejercicio.

Debido a la situación que vive el país, y en especial la Comunidad de Madrid, por la pandemia del Covid-19, se incrementarán las recomendaciones saludables de diversos especialistas para que los madrileños practiquen deporte de forma segura y efectiva. Numerosos estudios han demostrado que el deporte tiene mu-

chos beneficios no solo para el cuerpo, sino también para la mente, con lo que puede hacer que los ciudadanos sobrelleven de mejor manera las restricciones a las que se están viendo sometidos por el coronavirus.

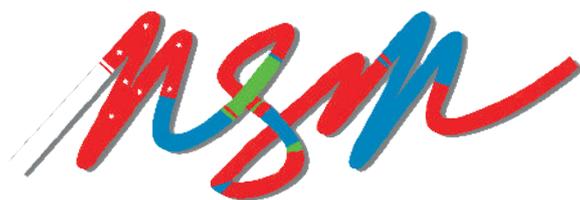
En esta décima temporada, la cabecera del programa estará patrocinada por **Hitachi Cooling & Heating**. Otra de las novedades será la campaña de la **Fundación ONCE** para dar visibilidad al deporte inclusivo. En ella, se emitirá la historia de superación de seis deportistas con diversos tipos de discapacidad.

Esta nueva etapa coincide con la llegada de **Nacho Aranda** a la dirección de Deportes de la corporación autonómica, que continuará con la línea de

trabajo que se viene desarrollando hasta ahora en la televisión pública madrileña. El objetivo es seguir apostando y apoyando el deporte de base, femenino e inclusivo y dar cobertura a los eventos deportivos de la región.

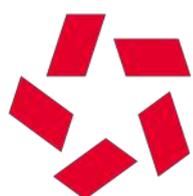
**Fernando Soria**, director del programa, se ha mostrado ilusionado con esta nueva temporada “en la que llevamos trabajando varios meses. Somos conscientes de que vivimos momentos duros y el deporte puede ser una buena herramienta para sobrellevarlo. Teniendo en cuenta que gran parte del deporte madrileño está parado por el Covid, nos centraremos en ofrecer a nuestros espectadores diversas posibilidades para que se mantengan activos”.

➔  
Habrá más  
reportajes y  
recomendaciones  
saludables



Madrid se Mueve

*inicia su décima temporada  
con más historias y reportajes*



LaOtra



TeleMadrid

# GRACIAS

**a los cerca de nueve millones de espectadores que nos han seguido, al millón de deportistas que han participado y a todas las entidades colaboradoras**



# Fundación ONCE: 6 historias inclusivas en Madrid se Mueve

La **Fundación ONCE** y España se Mueve, en el marco del convenio estipulado entre las dos entidades, iniciarán una campaña sobre el deporte inclusivo. En el programa de Telemadrid “Madrid se Mueve” se emitirán, a partir del mes de octubre, se ofrecerán las historias de seis deportistas con algún tipo de discapacidad que destacan por su talento deportivo.

Las historias ya producidas son:

- **Carlos Berrio**, un niño que tuvo una leucemia que le atacó a la columna vertebral dejándole en silla de ruedas. Sin embargo, ni él ni sus padres han dejado espacio para lamentarse y desde un principio han utilizado el deporte como terapia.

- **Marta Arce**, una judoka con discapacidad visual derivada de su albinismo. Su llegada al deporte



se produjo cuando conoció a la Fundación ONCE, quienes le asesoraron tanto para su formación académica como la deportiva. Es un ejemplo de ganas de vivir.

- **Daniel Caverzaschi**, que nació con una malformación distinta en cada pierna. Desde muy pequeño hizo muchos deportes, pero

cuando descubrió el tenis supo que quería ser el mejor. En su primer año de universidad se clasificó para los Juegos de Londres 2012.

- **Camino Martínez**, una chica con síndrome de Down a quien le apasionó el agua desde el primer momento en que se metió en una piscina. En 2018 batió

el record del mundo en 200 libras.

- **Lorenzo Albadalejo**, un atleta paralímpico de la categoría T38, reservada a deportistas con parálisis cerebral, discapacidad que tiene a causa de una hipoxia cerebral grave debida a un sufrimiento fetal agudo durante su nacimiento.

## La A.D. Alcobendas premió a España se Mueve

La **A.D. Alcobendas**, club decano de esta localidad madrileña, ha celebrado su 50 aniversario. Con motivo de la efeméride, premió la labor de diversos medios de comunicación, entre los que se encuentra España se Mueve.

Al acto asistieron (en la foto, de izquierda a derecha y de arriba a abajo), **Miguel Ángel Medranda** (alcalde de Valdeolmos Alalpardo), **Tom**

**Vermeulen** (en representación de la Embajada de Bélgica en España), **Juan Ignacio Gallardo** (director de MARCA), **Tomás Páramo** (presidente del club), **Paco Cecilio** (director del programa deportivo “Panenkitas”), **Roberto Gómez** (Marca, Onda Cero y Estudio Estadio), **Luis Villarejo** (director de información deportiva de la Agencia EFE), **Federico Alegre** (gerente de la Joyería y Trofeos De-

portivos Alegre), **Carlos Mateos** (redactor de la Agencia EFE), **Fernando Soria** (director de España se Mueve, de los programas Al Límite de Radio Marca y de Madrid se Mueve, que se emite



en Telemadrid) y **Beto Pérez Borrachero** (director general de la A.D. Alcobendas).

# La Gasol Foundation y España se Mueve promoverán estilos de vida saludables

España se Mueve ha firmado un acuerdo de colaboración con la Gasol Foundation. Ambas entidades trabajarán de forma conjunta para fomentar hábitos saludables entre la población, sobre todo entre los más pequeños, a través de la actividad física.

Las dos entidades se comprometen a desarrollar acciones conjuntas que promuevan los hábitos de vida saludables entre la población, a través de la práctica regular de ejercicio físico y una alimentación sana y equilibrada. Colaborarán en la difusión de estas acciones en sus respectivas plataformas de comunicación.

La Gasol Foundation apoyará, además, los actos y eventos que EsM organice, aportando, en la medida de sus posibilidades, profesionales de su organización para la impartición de charlas o realización de actividades relativas a las materias relacionadas con su actividad profesional. Ayudará también en la incorporación al proyecto de nuevas instituciones, públicas y privadas, de su ámbito de actuación, con el mismo y único fin de su mejor desarrollo a nivel nacional. España se Mueve, a su vez, promocionará las diversas actividades que lleva a cabo la Fundación.

Este acuerdo ha sido rubricado por **Cristina Ribes**, directora ejecutiva de la **Gasol Foundation**, y **Fernando Soria**, director de **España se Mueve**.

Ribes manifestó que "gracias a esta alianza, ahora contamos con un nuevo altavoz que nos ayudará a generar una mayor concienciación y movilización social para promover



los hábitos saludables entre la población y asegurar que todos los niños y niñas tienen la oportunidad de llevar una vida sana y feliz. En España, el 35% de los niños padece exceso de peso y a esta realidad, ya muy preocupante, cabe añadir el agravante no solo de la reciente situación de confinamiento, sino también del impacto social que la crisis sanitaria está teniendo entre los colectivos más vulnerables".

Añadió también que "hoy, más que nunca, contar con aliados comprometidos con la promoción de los hábitos saludables como España se Mueve,

resulta fundamental para sumar y unir fuerzas en la lucha contra este grave problema de salud pública a nivel mundial".

Por su parte, Soria destacó el "compromiso de los hermanos Gasol, Pau y Marc, en la lucha contra la obesidad y la desnutrición infantil. Hay que valorar que estos deportistas, ídolos de masas, dediquen tanto esfuerzo en ayudar a los más pequeños a crecer de la manera más saludable posible. Junto a la Gasol Foundation, pondremos nuestro granito de arena para conseguir una sociedad más activa".

Las dos entidades colaborarán en la promoción de sus respectivas actividades

# Wolf España: Sistemas de ventilación de alta calidad para proteger la salud

La calidad del aire interior se está convirtiendo en uno de los factores que más preocupa a la sociedad debido a la incierta coyuntura causada por la crisis del Covid-19. Wolf España ofrece sistemas de ventilación de alta calidad en beneficio de la salud la eficiencia y el ahorro energético.

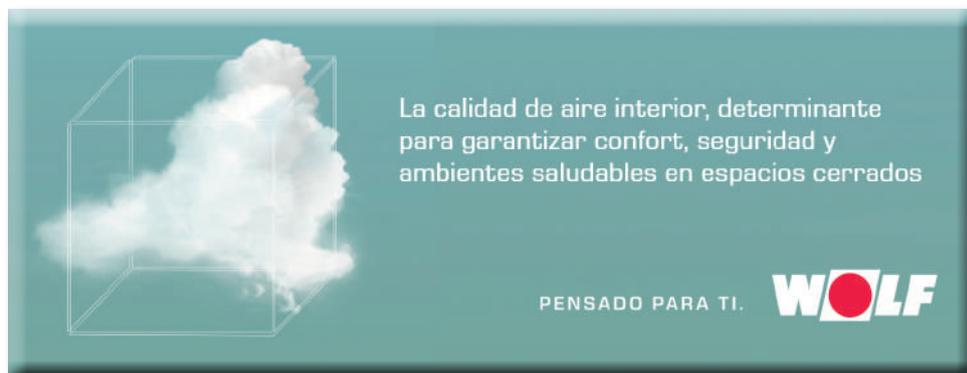
Según la EPA (Environmental Protection Agency), el 72% de la exposición a componentes químicos se produce en espacios interiores, donde pasamos el 90% de nuestro tiempo, ya sea en casa o en edificios públicos o privados. El aire interior está de media entre dos y cinco veces más contaminado que el aire exterior, un problema que, según **WOLF España**, pasa por dotar a las viviendas y edificios de sistemas de ventilación de alta calidad en beneficio de la salud, la eficiencia y el ahorro energético.

Para **Antonio Torrado**, gerente WOLF España, “el cambio de rutinas (fomento del teletrabajo, formación online, ejercicio indoor, etc.) que ha supuesto la pandemia requiere la adopción de recursos tecnológicos que, además de no generar otros gastos derivados, sean capaces de proteger nuestra salud. Todo ello cobrará mayor importancia cuando llegue el invierno, cuando pasamos más tiempo en espacios cerrados, en nuestros domicilios o de familiares y amigos, pero también en lugares públicos, como pueden ser las instalaciones deportivas, cole-

gios, universidades, clínicas, oficinas... Y es en este escenario, ya sea privado, comercial o de servicio, donde debemos garantizar a nuestros invitados a casa, deportistas o clientes espacios confortables y ambientes saludables. Las personas necesitan relacionarse en

forma, se garantiza la seguridad, salud y confort del usuario y se asegura la protección del medio ambiente y la economía familiar o rentabilidad de los negocios”.

Con objeto de contribuir a la mejora de la calidad del aire interior, la entidad ha lanzado una amplia gama de soluciones y sistemas de ventilación individual y centralizada con recuperación



un entorno de seguridad”. No obstante, reconoce que “estos nuevos hábitos, no están en sintonía con la eficiencia energética ni con los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la Agenda 2030”.

Para resolver el reto de esta casuística, WOLF España propone incluir en la ecuación tecnología de vanguardia. Entre ella, destacan los sistemas de ventilación con recuperación de calor como la solución más adecuada debido a que permiten una renovación de aire permanente sin pérdida de energía (recuperan el calor que normalmente emitimos al ventilar). Explican que “de esta

de calor que garantizan una excelente calidad del aire interior en los espacios interiores.

Combatir la contaminación del aire interior es más fácil y viable que solventar la mala calidad del aire exterior que sufren las ciudades por la contaminación. Torrado señala que “nuestros equipos de ventilación constante, con aire de renovación filtrado y recuperación de energía del aire extraído de hasta el 99%, están pensados para que los ocupantes de las viviendas o edificios desarrollen sus actividades diarias, como es la práctica deportiva, con las máximas garantías de salud y eficiencia”.

➔ La calidad del aire beneficia a los que practican deporte

# Tecnología y deporte

La tecnología al servicio del deporte y la salud es acogida por la medicina para aplicarla en la mejora, desarrollo y resultados para un mejor conocimiento de la salud y del rendimiento de las personas. Esto nos permite conocer síntomas e incluso patologías encubiertas o no conocidas por no realizar pruebas específicas para ello.

**CADA** vez son más los dispositivos electrónicos inteligentes, conocidos como wearables, que se están incorporando, facilitando la vida tanto al paciente como al médico, mejorando la atención y el diagnóstico, así como el mejor rendimiento físico del deportista, para poder optimizar sus entrenamientos y mejorar sus resultados.

**MONITORIZAR** la actividad física de un deportista permite conocer no solo su estado de forma actual, el estilo de juego, sino también su fatiga, la carga a la que está sometida durante sus sesiones de entrenamiento y competición.

**LOS** dispositivos para poder realizarlo son múltiples, existiendo sensores de todo tipo e incluso cámaras en tiempo real que registran la posición, velocidad, frecuencia cardiaca, que en un análisis posterior nos proporcionara toda la información para las mejoras del juego e incluso las tendencias para mejorar la posición del jugador.

**ASIMISMO**, se ha convertido en un holter continuado

en el periodo de tiempo del deporte donde a los médicos nos permite evaluar alteraciones esporádicas, no detectables, más que ante la existencia de patologías previas y monitorización específica, por lo que podemos afirmar que se han convertido en una herramienta eficaz y útil tanto a nivel deportivo como médico.

**ACTUALMENTE**, son tres los sistemas de análisis deportivos, como los videos con múltiples cámaras, los sistemas de posicionamiento local basados en radar y los sistemas de posicionamiento total.

**EL** video permite reproducir las trayectorias en todo el campo, lo que proporciona una visión no solo individual, sino del conjunto de compañeros. Por otra parte, el sistema GPS en la monitorización deportiva ha tenido un crecimiento exponencial con el cambio de la normativa Fifa y su uso en el terreno de juego, siendo actualmente el más empleado.

**EN** múltiples investigaciones se demuestra su capacidad para mejorar rendimiento y, lo más importante, evitar lesiones,

así como el registro de trazados electrocardiográficos, pudiendo detectarse arritmias durante el deporte, y asimismo el registro de la carga mental o fatiga.

**EXISTEN** otros muchos detectores, como el holter camiseta, que nos ayuda en tiempo real y de forma sencilla, centrándose en el control de la frecuencia cardiaca y que hace su uso aconsejable, no solo en el deportista de elite, sino en el de cualquier persona que realice una actividad física e incluso caminar.

**LOS** deportes en los que se utilizan de forma habitual dispositivos de monitorización son el running (mediante un reloj inteligente que dispone de diferentes modelos con funcionalidades útiles para este deporte, integrando un gps y las funciones de paso, ubicación, ruta, pulsaciones y ritmo cardiaco, así como otras variables) o el ciclismo (con dispositivos específicos con gps, medición de distancia, ritmo, velocidad, consumo de calorías, mapas, historial de entrenamiento, etc.).

**LOS** dispositivos que existen en el mercado son de todo tipo: Relojes, cintas para cualquier deporte y para los aficionados, que practicamos deporte en el tiempo libre.

**EN** lo que sí estamos de acuerdo, y es de gran ayuda, es en que todos los dispositivos nos ofrecen conocimiento del trabajo realizado y también de posibles alteraciones físicas o funcionales, que no las detectaríamos si no fuera gracias a estos avances.



Ana Mª Jara Marcos

TRAUMATÓLOGA Y ESPECIALISTA EN MEDICINA REGENERATIVA

Los dispositivos nos permiten detectar patologías encubiertas



# El ejercicio mejora la salud cardiovascular de los pacientes curados de Covid-19

La Fundación Española del Corazón organizó un directo online en el que expertos de reconocido prestigio analizaron el impacto de la actividad física en tiempos de la Covid-19. Señalaron que el ejercicio mejora la salud cardiovascular de los pacientes recuperados.

Los especialistas explicaron que el deporte tiene un efecto beneficioso en la prevención de la cardiopatía isquémica (riesgo de infarto), en la disminución de la mortalidad global y en la mejora de la calidad de vida.

La **Dra. Araceli Boraita**, coordinadora del Grupo de Trabajo de Cardiología del Deporte de la **Sociedad Española de Cardiología** (SEC) y moderadora del encuentro, indicó que “esto ha supuesto que el ejercicio físico juegue un importante papel en la prevención de numerosas patologías y sea de gran utilidad para retrasar los efectos negativos del envejecimiento sobre el aparato cardiovascular” y recordó que “en pacientes que han pasado la Covid-19, un programa de ejercicio ayudará a mejorar su capacidad cardiorrespiratoria y pulmonar, favorecerá la función endotelial vascular y la inmunidad, tendrá efecto antiinflamatorio y fibrinolítico disminuyendo el riesgo de trombosis”.

Sin embargo, la actividad física y el ejercicio pueden tener un efecto negativo durante la infección aguda por coronavirus, ya que aumentan el riesgo de daño cardíaco y muerte cardíaca durante el ejercicio, y este riesgo puede extenderse después de la infección si se han producido daños estructurales. En este sentido, la cardióloga recomienda no entrenar durante una en-



fermedad viral sistémica aguda.

Respecto a cómo iniciar la actividad física tras haber pasado la infección por coronavirus, la experta aseguró que lo importante es la individualización. En los casos más severos, el paciente con Covid-19 debe ir de la mano de varios profesionales que deben trabajar multidisciplinariamente según las necesidades particulares: Médico, fisioterapeuta, nutricionista y licenciados en ciencias de la actividad física y el deporte, entre otros, porque el grado de afectación en estos casos puede ser muy marcado. Boraita detalló que “también insistimos mucho en respetar una progresión adecuada y vigilar mucho los síntomas de alarma: Dolor torácico, disnea, pal-

pitaciones o mareo/pérdida de conocimiento, los cuales deben hacer consultar con la mayor brevedad posible”.

En el encuentro online de la **FEC** participaron como ponentes, además, la **Dra. Amelia Carro**, también coordinadora del Grupo de Trabajo de Cardiología del Deporte y vocal de la Asociación de Riesgo Vascular y Rehabilitación Cardíaca de la SEC, la **Dra. María Dolores Masía Mondéjar**, del Grupo de Trabajo de Cardiología del Deporte de la SEC, el **Dr. Juan Antonio Corbalán Alfocea**, especialista en Medicina del Deporte y exjugador de baloncesto profesional, y **Juan Ramón Heredia Elvar**, licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

El corazón es el segundo órgano más afectado por el SARS-CoV-2

# Máster en Gestión Deportiva Municipal de la Universidad Católica de Valencia

La Universidad Católica de Valencia organiza el 10º Máster en Gestión Deportiva Municipal. Con carácter oficial, es único en España y nació ante la demanda creciente de profesionales especializados en esta área.

Se impartirá de octubre a mayo.

La labor del gestor deportivo municipal es de vital importancia, no solo como mediador entre el ciudadano y las instituciones, sino atendiendo la gestión, de forma cualificada, de entidades organizadoras de actividades.

Este postgrado está dirigido a licenciados y graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, diplomados, responsables políticos, técnicos o gestores deportivos, entrenadores, profesionales del sector e interesados en iniciar o mejorar sus funciones en la función pública.

Se impartirá de octubre a mayo (un curso académico, 60 créditos ECTS), tendrá un formato semipresencial (un fin de semana al mes, viernes tarde y sábados, en el Campus Torrent-La Inmaculada. El resto será a distancia) y tendrá acceso a doctorado.

Sus objetivos son:

- Proporcionar una visión de la Gestión Deportiva Municipal realizando una mención especial a las estrategias necesarias para el desarrollo de proyectos de innovación.

- Desarrollar los conocimientos, aptitudes y actitudes necesarios para incrementar la eficacia y la eficiencia del ejercicio de la función del gestor deportivo municipal, especialmente en la dirección de proyectos que se adapten a las características de cada municipio. Aportar herra-

**Másteres 2020-21**  
Área Ciencias del Deporte

UCV Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

**60 Ects**  
Octubre a Junio  
Semipresenciales

- Máster Universitario en Gestión Deportiva Municipal
- Máster Universitario en Ciencias Aplicadas a la Prevención y Readaptación Funcional de Lesiones Deportivas
- Máster Propio en Entrenamiento y Competición en Ciclismo
- Máster Propio Internacional en Metodología de Entrenamiento y Valoración del Rendimiento en Fútbol



Se impartirá  
entre los meses  
de octubre  
y mayo

mientas para gestionar proyectos y procesos de innovación en la función pública.

- Desarrollar las capacidades claves para la gestión deportiva municipal, tales como el trabajo en equipo, la comunicación, la dirección de personas o la creatividad.

- Potenciar el desarrollo de una mentalidad abierta e innovadora, adaptada a un entorno globalizado y en continuo cambio, desde una perspectiva medioambiental y sostenible.

**Eduardo Mata**, secretario y coordinador académico de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la [Universidad Católica de Valen-](#)

[cia](#), explica que es “uno de los dos únicos másters universitarios de esta titulación que se imparten en España. Son difíciles de sacar porque tiene muchas normativas y exigencias estatales. Este máster conduce a ocupar las plazas de técnico deportivo que se requieren en todos los ayuntamientos de España, también a cualquier empresa que quiera gestionar servicios deportivos en el ámbito público”.

Por su parte, **Chelo Morata**, decana de la Facultad, incide en la “alta empleabilidad de este postgrado y del Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte que impartimos”.

# El deporte debe de reinventarse, no puede permitirse parar

La cadena deportiva no se puede detener. El deporte popular y de base tiene que tirar de imaginación e ingenio para que esto no suceda y los ciudadanos puedan seguir disfrutando, pese a la pandemia, de un bien intrínsecamente relacionado con la salud y el bienestar. Hay que reinventarse.

Los responsables del deporte madrileño (área dependiente de Ciudadanos, tanto en la Comunidad como en la capital) tienen claro que esta situación está revolucionando el deporte y que hay que actuar en consecuencia. **Roberto Núñez**, vicepresidente de Deportes de la **Comunidad de Madrid**, señala que “sabiendo que el deporte es muchísimo más que la mera competición, podríamos empezar a hacer deporte solo por el hecho de sentirnos bien con nosotros mismos, aprovechando todos los beneficios que nos produce el ejercicio físico de media-alta intensidad y dejar para más adelante la idea de la competición. En el caso de los deportes que se practican en instalaciones cerradas y no se pueda mantener la distancia de seguridad, y en aquellos en que la competición y los entrenamientos dirigidos a la competición son el único medio de hacer deporte, debemos aumentar las medidas de seguridad y adaptarnos a la normativa vigente”.

**Alicia Martín**, directora general de Deportes del **Ayuntamiento de Madrid**, profundiza en el nuevo escenario en el que se encuentra el deporte no profesional: “Hay alternativas para seguir practicándolo, sobre todo al aire libre. Y sí, es posible que nos encontremos ante una revolución. Ahora más que



nunca habrá que estar pendientes de asuntos como la salud y la seguridad, pero también habrá que reinventar la forma de hacer deporte”.

Uno de los cambios que se podrían introducir sería “primar menos la competición y dar más importancia a otros aspectos, como pueden ser las habilidades técnicas (tiros libres, penaltis, triples...). Es algo que seguramente vayamos a poner en práctica en los Juegos Deportivos Municipales, en donde habrá que establecer normativas internas. Pero hay que hacer todo lo posible,



**Roberto Núñez:**  
 “Tenemos que hacer deporte para sentirnos bien con nosotros mismos”

siempre dentro del cumplimiento estricto de los protocolos de salud, naturalmente, para no parar. No se trata de inventar el deporte, pero tal vez sí de introducir un nuevo marco deportivo, naturalmente en nuestro ámbito de actuación. Las federaciones tienen el suyo”.

Para Núñez, “la pandemia nos ha cambiado el modo de vida y, como no podía ser de otra forma, también nos ha cambiado la forma de hacer deporte, puesto que esta forma parte de la vida de muchísimos jóvenes madrileños. Por esta razón, nos tenemos que adap-



mascarilla no es lo más conveniente, pero es lo que nos exigen a día de hoy y nos tenemos que adaptar. De hecho, en la FBM estamos recomendando sustituir algunos de los torneos amistosos en los que colaboramos por jornadas lúdicas, de juego, con el mínimo contacto posible y las mayores medidas de seguridad". Algo que no es fácil en todos los deportes, como en los de combate. "Es complicado simplemente hacer de sparring con mascarilla. Pero nos tenemos que adaptar", apunta **Miriam Gutiérrez**, campeona del mundo interina de boxeo.

En relación al deporte federado, **Vicente Martínez Orga**, presidente de la **Federación Española de Tiro con Arco** y directivo de la **Asociación del Deporte Español**, explica que "hay que tender a hacer temporadas más cortas y dimensionar las competiciones a la realidad actual. Las ligas grandes, no hablo de las profesionales, no son lo más adecuado. También hay que ayudar a la gente a que siga practicando actividad físico deportiva sin que tenga que acudir a espacios cerrados o a sitios en los que haya grandes aglomeraciones. Hay que prepararse más individualmente. Pero, por encima de todo, no nos podemos quedar quietos; hay que seguir como sea".

Pero, por encima de todo, a Alicia Martín, licenciada en Educación Física, le preocupa el impacto que este parón podría provocar en la salud, "principalmente en lo que compete a la obesidad infantil. Hay que tener en cuenta que España es el segundo peor país europeo en este aspecto. Para los niños es imprescindible el ejercicio físico".

tar a convivir con la Covid-19 mientras que no consigamos otras soluciones para controlarla". Sostiene que "la primera adaptación es obligada por el hecho de convivir con el virus. Tenemos que darle prioridad a la salud y tenemos que evitar en la medida de lo posible actividades deportivas que puedan tener mayor riesgo de contagio. Las actividades deportivas al aire libre y en las que se pueda mantener la distancia de seguridad serían las más aconsejables. Por supuesto, el resto son también muy aconsejables, pero debemos de tratar de reducir el riesgo de contagio en la mayor medida posible".

En la misma línea se pronuncia **Santos Moraga**, pre-

sidente de la **Federación de Baloncesto de Madrid**, uno de los deportes más practicados por nuestra juventud: "Yo diría que no se trata de reinventarse, sino de adaptarse a las circunstancias, tanto en los entrenamientos como en la competición. Ahora mismo, lo más importante es que los niños y niñas puedan hacer ejercicio físico, en nuestro caso baloncesto".

Moraga apela al ingenio de dirigentes y participantes para superar esta situación: "Nuestro deporte siempre ha sido creativo e innovador. En los entrenamientos tenemos la posibilidad de hacer circuitos, concursos de triples, gymkanas... Es cierto que competir con


**Alicia Martín:**  
 "Es posible  
 que nos  
 encontremos  
 ante una  
 revolución en  
 la forma de  
 practicar"

Textos: Juan Manuel Merino

Fotos: Federación Madrileña de Baloncesto

# La actividad física y el deporte se reactivan en la Comunidad de Madrid

La Consejería de Deportes de la Comunidad de Madrid inició en el mes de abril una ronda de contactos con los agentes del sector deportivo para identificar las actuaciones necesarias para la normalización y recuperación de la actividad física tras el confinamiento. El resultado fue el plan “Madrid, una región en forma”.

**E**n esa ronda de contactos se establecieron reuniones de grupos de trabajo que contaron con representantes de sectores municipales, empresariales, federativos, educativo y del resto del sector deportivo asociativo de la región. De ellos, salieron las 40 medidas que componen el plan “Madrid, una región en forma”, que presentó el vicepresidente de la **Comunidad de Madrid, Ignacio Aguado**, y que ya están en marcha.

La gran mayoría de ellas tiene un carácter transversal, en las que de una manera o de otra están involucrados buena parte de los agentes del sector, así como de ámbitos diferentes de la propia actividad física. Esta transversalidad pone de manifiesto la necesidad de entendimiento y el trabajo conjunto entre consejerías del Ejecutivo regional y entre las diferentes administraciones.

Al finalizar el confinamiento fue el momento de comenzar con la actividad deportiva en función de las diferentes competencias de la comunidad. Cumpliendo con la normativa nacional, el primer paso fue abrir los centros de rendimiento gestionados por la Viceconsejería de Deportes. En la segunda fase, comenzaron los centros de Bádmiton, Natación, Tiro con Arco y Tenis; y en septiembre Judo, Tiro Olímpico y Tenis de Mesa.



**Ignacio Aguado, vicepresidente de la Comunidad de Madrid**

Se organizaron también los campus deportivos, que tienen el objetivo de fomentar el deporte y la transmisión de valores para mantener una vida activa entre la población joven. Se llevaron a cabo en verano en el Parque Deportivo Puerta de Hierro y en la Instalación Deportiva del Canal de Isabel II y fueron un gran éxito organizativo, con una participación de más de un millar de jóvenes, entre los que no hubo ningún contagio de Covid-19.

El resto de actividad física y deporte se ha ido iniciando en función de las características intrínsecas de cada actividad y de la normativa que iba cambiando en función de la evolución de la pandemia.

En este momento, la evolución de la pandemia nos ha llevado a tener que realizar activi-

dad física con mascarilla, salvo algunas excepciones. Por ello, el gobierno regional ha establecido una serie de recomendaciones sobre cómo compatibilizar el deporte y el uso de mascarilla con el objetivo de limitar al máximo la probabilidad de contagio de Covid-19 durante la realización de ejercicios.

El entrenamiento debe ser leve en las primeras sesiones, para poder ir avanzando progresivamente en futuras sesiones. Es fundamental que se aumenten los tiempos de descanso en las primeras rutinas de entrenamiento y que se permita descansar al deportista cuando lo considere necesario, ya que la adaptación a la mascarilla puede variar en función de cada usuario. Se recomienda también una buena hidratación.

➔ Las 40 medidas presentadas por Ignacio Aguado ya están en marcha

# La Xunta de Galicia publica las guías “Volvendo con sentidiño”

La Xunta de Galicia está publicando las guías “Volvendo con sentidiño”, que tienen como objetivo ofrecer diversas recomendaciones, según la modalidad deportiva, para que la vuelta al deporte se haga con las máximas garantías de seguridad e higiene.

Esos documentos ponen a disposición de federaciones, clubes, profesores y entrenadores sugerencias basadas en la ciencia que permiten acelerar la vuelta a la normalidad en la práctica de la actividad deportiva con toda la seguridad y el cumplimiento de la normativa.

El secretario general de Deporte, **José Ramón Lete Lasa**, ha señalado que su publicación es un nuevo ejemplo de la labor de la **Xunta de Galicia** en la búsqueda del “constante apoyo y consenso en todos y cada uno de los miembros de esta sólida sociedad de la que somos responsables. Tras un comportamiento escrupuloso durante los tres meses que estuvo vigente el estado de alarma en nuestra comunidad, la Xunta entiende que, en este momento, velar por la seguridad y salud de nuestra población pasa también por recuperar la actividad deportiva”.

El tercer número de estas guías, que acaba de publicarse, y que ha sido enviado a todos los clubes y federaciones de la región, trata de “Acelerar la reactivación y reajuste técnico / táctico del deportista

para motivarlo y acercarlo progresivamente a las exigencias de la lucha libre, el combate, etc.”. En él, se reconoce que el coronavirus se transmite principalmente de persona a persona a través de pequeñas gotas respiratorias y a través de vías de contagio que tienen una incidencia muy alta en combate y deportes de combate. Por ello, “los profesores de los distintos deportes de lucha y combate intentarán estar a la altura de las circunstancias y trabajar en el marco de la seguridad y la salud, escribiendo la primera página de un futuro mejor”. En la introducción se enumeran algunas modalidades y especialidades de la lucha y el combate que han ralentizado su proceso de enseñanza-aprendizaje: Boxeo, Kickboxing, MuayThai, Judo, Kendo, Kempo, Karate, Kung-Fu, Sanda, Wushu, Lucha Olímpica, Sambo, JiuJitsu, TaeKwondo o Aikido.

Formará parte de un documento único que ayudará a reactivar los entrenamientos y competiciones de más de 300 especialidades deportivas que se practican en Galicia y recuperar la musculatura del deporte gallego, así como la pleni-



Elaboradas por la Secretaría General del Deporte

tud física y mental de las federaciones, clubes y deportistas.

La Xunta trabaja también en la creación de una herramienta de identificación de situaciones deportivas de contagio del Covid-19 en el deporte gallego (FISICOVID-19 DXTGALEGO) y en un Plan de Reactivación del Deporte Gallego.

# Murcia participa en el proyecto mundial “Global Matrix 4.0”

La localidad murciana de Archena encabeza un proyecto pionero a nivel mundial sobre el ejercicio en la población infantil y adolescente. Se trata del proyecto “Global Matrix 4.0”, en el que participan casi un centenar de países de todo el mundo.

Un equipo de investigadores encabezados por el archenero **José Francisco López Gil**, doctor por la **Universidad de Murcia** y la Universidad de Curitiba (Brasil), elaborará el primer informe de calificaciones dentro de esta iniciativa, que acaba de comenzar su cuarta edición. Este informe será dirigido, planificado y elaborado desde el **Ayuntamiento de Archena**, con la colaboración de reconocidos investigadores y profesionales sanitarios de diversas instituciones murcianas.

En el proyecto “Global Matrix” participan más de 500 investigadores de todo el mundo y está liderado por el prestigioso científico canadiense **Mark Tremblay**. Aunque la participación es generalmente propia de países, en esta cuarta edición se ha introducido la novedad de las aportaciones regionales. En este sentido, la **Región de Murcia** realizará su propio reporte de calificaciones sobre actividad física, siendo pionera en cuanto a la inclusión regional se refiere.

La alcaldesa de la localidad, Patricia Fernández, se mostró ilusionada y manifestó que “con este proyecto pretendemos facilitar un mecanismo de concienciación pública y un llamamiento a la acción a través de políticas públicas relacionadas con la actividad física de los niños y adolescentes”. Asimismo, declaró que “uno de



los objetivos es prevenir o reducir el problema que conlleva el sedentarismo y que deriva en enfermedades crónicas en la edad adulta y vejez”.

En 2005, **Active Healthy Kids** Canadá, una organización benéfica nacional, creó el primer boletín de calificaciones sobre actividad física para niños y jóvenes. El objetivo era aumentar el ejercicio entre los más pequeños. Los datos proporcionaron una evaluación integral de los indicadores relacionados con la escuela, la familia, la comunidad y el entorno, así como de las políticas que contribuyeron a mejorar los niveles de actividad física de los niños y jóvenes.

En los años posteriores se han ido incorporando nuevos países, hasta conseguir un pro-



➔ Se analizará el nivel de actividad física de niños y adolescentes

yecto a nivel mundial. El principal objetivo es conseguir una población infantil y adolescente físicamente activa, lo que permitirá reducir numerosas enfermedades en la edad adulta, como diabetes, hipertensión, obesidad y un importante número de cánceres, que se podrían prevenir manteniendo unos hábitos de vida saludables desde edades tempranas.

# Madrid aprueba importantes ayudas para rescatar el deporte base

El Ayuntamiento de Madrid ha aprobado una subvención extraordinaria para rescatar al deporte base de la ciudad. El objetivo es colaborar con la viabilidad y sostenimiento de los clubes madrileños en un momento tan delicado de su trayectoria.

El Área Delegada de Deporte, dirigida por **Sofía Miranda**, repartirá cuatro millones de euros que, sumados al 1.770.000 ya convocados para actividades y deportivas y clubes no profesionales, suman la mayor cifra de la historia del consistorio: 5.770.000 euros. El objetivo es paliar los efectos del impacto económico por la crisis sanitaria y facilitar su adaptación a la situación creada por la pandemia, a través de una subvención extraordinaria para la viabilidad y el sostenimiento durante la temporada 2019-2020.

Miranda explicó que las ayudas municipales "pasarán de 2.410.000 de euros que se repartieron en 2019 a los 5.770.000 millones que se van a conceder en esta última convocatoria. Un incremento histórico para el deporte base de nuestra ciudad. De la nueva partida extraordinaria de cuatro millones de euros, 3.600.000 estarán dirigidos a las actividades deportivas de los clubes básicos madrileños y los 400.000 restantes se destinarán a la promoción del deporte de nuestra ciudad". Además, detalló que "estas subvenciones hacen especial hincapié en la promoción del deporte femenino, el inclusivo y los minoritarios".

Por su parte, la vicealcaldesa de Madrid, Begoña Villacís, indicó que "desde el [Ayuntamiento de Madrid](#) estamos realizando



un esfuerzo titánico por no dejar a nadie atrás en esta pandemia que está afectando a muchos sectores de nuestra sociedad. El apoyo al deporte base es una de las prioridades del consistorio y esta subvención extraordinaria histórica en el área de deporte es un ejemplo más de la importancia que tiene para el Ayuntamiento de Madrid".

## NOMINACIÓN A LOS PREMIOS

### NAPOLITANS

The [Washington Academy of Political Arts & Sciences](#) (The WAPAS) ha nominado al programa "Chicas, el deporte nos hace poderosas!" a los premios The Napolitans Victory Awards de 2020 en la categoría "Campaña Municipal del Año".

Se trata de los galardones concedidos a los más grandes del mundo de la consultoría política. Es el único premio cuya convocatoria se extiende a más de 21 países e incluye varie-

dad de categorías que van desde campañas estatales y locales hasta las que disputan la presidencia de un país.

Miranda se mostró muy orgullosa de esta nominación a un programa "que apuesta por el deporte como fuente de salud, seguridad y libertad" y agradeció el esfuerzo del equipo que dirige en el área, así como de las entidades colaboradoras, "por el esfuerzo, dedicación y cariño que han demostrado para que el programa sea hoy un referente para incentivar el deporte en niñas y mujeres".

"¡Chicas, el deporte nos hace poderosas!" es un programa del área de Deporte del Ayuntamiento de Madrid, que cuenta con la colaboración de Iberdrola y Renfe, que incentiva la práctica deportiva en niñas y mujeres, de entre 12 a 24 años, en el deporte base, a través de charlas realizadas por deportistas y profesionales del mundo deportivo.

# El Ayuntamiento de Alcobendas y los clubes analizan los protocolos del Covid

El Ayuntamiento de Alcobendas ha mantenido varias reuniones con los clubes de fútbol y las entidades y asociaciones del resto de disciplinas deportivas. En ellas, han analizado los protocolos y medidas de seguridad higiénico-sanitarias puestas en marcha para frenar la expansión del Covid-19.

En ambas citas, celebradas en la Ciudad Deportiva Valdelasfuentes, estuvieron presentes el alcalde, **Rafael Sánchez Acera**, y la concejal de Deportes, **María Espín**, para mostrar el apoyo institucional a los clubes, agradeciendo “el esfuerzo y valentía de todos los colectivos que trabajan para que la actividad deportiva no pare”, tal y como señaló el alcalde, en una temporada que va a ser compleja y complicada, que requiere el compromiso de todos, pero en la que “**Alcobendas** no puede pararse; el deporte es una de las señas de identidad de nuestra ciudad y va a seguir siéndolo”.

En la reunión se recordó la importancia del uso de la mascarilla, mantener la distancia de seguridad y el lavado de manos, además de la aplicación del sentido común, por ejemplo, realizar entrenamientos al aire libre siempre que las condiciones climáticas lo permitan. La experiencia del verano en los campus y las colonias infantiles es una demostración de que trabajar con protocolos bien hechos es muy positivo.

María Espín destacó “la decisión de retomar la actividad deportiva como elemento de socialización y como una gran aportación por parte del deporte local para reactivar Alcobendas”, pese a los condicionantes que se van a vivir este año por



la necesidad que tienen los centros educativos para garantizar la seguridad de nuestros escolares, que ha obligado a sacar actividades deportivas que se realizaban en sus instalaciones.

El ayuntamiento estudia la reordenación de espacios y lamenta las dificultades que se generan al tener que contar también con menos aforo. Las entidades deportivas cuentan con una persona responsable de Covid-19, que está en contacto permanente con el Patronato de Deportes con el fin, entre otras cosas, de garantizar el cumplimiento de los protocolos, que se deben adaptar y modificar en función de la situación sanitaria de cada momento.

## **VUELVEN LAS ESCUELAS DEPORTIVAS**

Por otra parte, el alumnado de las escuelas deportivas munici-

pales comenzó con sus actividades. Se trata de un curso deportivo muy especial, que viene marcado por la incidencia de la Covid-19 y la aplicación de protocolos y medidas de seguridad. Este año, el Patronato de Deportes y los clubes deportivos han preparado una oferta de 53 escuelas para alumnado desde los 24 meses a mayores de 65 años. El 1 de octubre comenzaron las actividades deportivas de pago extra del Abono Deporte. Las actividades de salud ya habían comenzado, concretamente las de preparto y posparto, desde el 1 de septiembre, y los talleres de espalda, ejercicio físico adaptado y acondicionamiento cardiovascular, desde el 14 de septiembre. Todas ellas están sujetas a la normativa de la autoridad sanitaria, por lo que pueden variar a lo largo del curso.

Las escuelas deportivas ofrecen actividades desde los dos a los 65 años

# Arganda del Rey inició la temporada de actividades deportivas para adultos

El Ayuntamiento de Arganda del Rey dio el pistoletazo de salida a la temporada de actividades deportivas para adultos, que dio comienzo a mediados del mes de septiembre. Los participantes respetarán las restricciones de aforo y las normas higiénicas y de seguridad.

La nueva temporada dio comienzo el 16 de septiembre, siguiendo las restricciones de aforo y las normas higiénicas y de seguridad marcadas por la situación de crisis sanitaria. Las actividades se desarrollan en la Ciudad Deportiva Príncipe Felipe y el polideportivo Virgen del Carmen de La Poveda y estarán condicionadas por la situación sanitaria que se dé en cada momento.

En las piscinas municipales se podrán desarrollar las actividades de natación para adultos: Perfeccionamiento, Aprendizaje, Aquatraining y Aguas Abiertas. Será necesaria cita previa a través de <http://www.argandadeportiva.com>, la APP Deporte Arganda o los mostradores de las instalaciones deportivas. Se retomarán también las clases colectivas, para las cuales será necesaria reserva de plaza desde 23 horas antes del inicio de la sesión y no se podrá acceder a las clases pasados diez minutos del comienzo.

En la Ciudad Deportiva Príncipe Felipe se desarrollarán las actividades de: Actívate, Pilates, Pilates Mayores, GAP, Aeróbic, Step, Hiit, Abdomen, Ciclo Indoor, Ciclo Indoor Avanzado, Ciclo Indoor Iniciación, Yoga, Post-Parto, Hipopresivos, Taichi, Taichi Mayores, Core, Funcional, Aquagym,



Aquabox, Aquafit, Aqua Embarazadas, Aquagym Mayores, Aquapilates, Aerodance, Total Training, Gimnasia Embarazadas, Entrenamiento Suspensión, Power Disk, Energy Balance y Running.

Por su parte, en el polideportivo Virgen del Carmen se impartirán las clases colectivas de: Pilates, Cardio Sac Box, Danza Fit, Total Training, Ciclo Indoor, Aquagym, Aquapilates, Aquagym Mayores, Aqua Embarazadas, Hiit, GAP, Abdomen y Power Disk.

Los cursillos de natación para menores, desde los 12 meses hasta edad juvenil, comenzaron en el mes de octubre, siguiendo de igual manera las restricciones de aforo y las normas higiénicas y de seguridad.

Se imparten en las instalaciones Príncipe Felipe y Virgen del Carmen

El **Judo Club Arganda** ha obtenido el identificativo **Garantía Madrid**, que valida el cumplimiento de la normativa y las recomendaciones de protección, así como la minimización de riesgos, frente al Covid-19 y certifica su compromiso con la salud de la ciudadanía. El club deportivo se une a las empresas Etiquetas Jufe y Lord Sándwiches que también lo han obtenido.

Garantía Madrid es una iniciativa promovida por la Comunidad de Madrid y su objetivo es ayudar a comercios, oficinas, empresas, industrias, asociaciones, ONG, PYMES y autónomos de la región a adaptarse al nuevo escenario económico y social derivado de la pandemia.

# El Ayuntamiento de Leganés reinicia las actividades deportivas tras el Covid

El deporte ha vuelto a la localidad madrileña de Leganés después de estar más de seis meses parado a causa de la pandemia por el Covid-19. El ayuntamiento ha informado a las más de 300 entidades deportivas locales sobre el protocolo a seguir.

El comienzo de las actividades deportivas se ha realizado desde la máxima prudencia, con el objetivo de garantizar la salud y la seguridad de los usuarios. Para ello, se ha instalado una señalética específica en las instalaciones, con indicaciones de acceso y de salida, el sentido de la circulación (evitando cruces entre las personas que acuden a las instalaciones) e instalando cartelería con las recomendaciones y las medidas a seguir, tanto por los usuarios como por los trabajadores.

En esta primera fase, el **Ayuntamiento de Leganés** ha decidido que no se utilicen los vestuarios, exceptuando en las piscinas cubiertas, aunque sí se dispondrá de aseos en todas las instalaciones. El objetivo es evitar que los usuarios se puedan contagiar de Covid y que puedan disfrutar de los servicios deportivos con las máximas garantías.

Está previsto que en el mes de octubre hayan dado comienzo no solo las actividades y entrenamientos de las entidades deportivas federadas, sino de las dirigidas por la Delegación de Deportes (que dirige **Miguel Ángel Gutiérrez**), como mantenimiento físico de adultos, mayores en forma o los cursillos de natación.

En cuanto al protocolo, los ciudadanos deberán aportar las medias necesarias para evi-



tar los riesgos de propagación de Covid-19, así como la propia exposición a dichos riesgos. Ante cualquier síntoma compatible será necesario ponerse en contacto con autoridades sanitarias competentes. Deberán respetarse las medidas de seguridad e higiene establecidas, como la distancia de 1,5 metros mínima cuando sea posible, la higiene de manos correcta y frecuente y el uso obligatorio de mascarilla.

El aforo de las instalaciones estará limitado en todo momento al número de personas que garantice el cumplimiento de las normas de seguridad establecidas, tanto en acceso como

➔  
Se seguirá  
el protocolo  
elaborado por la  
Delegación de  
Deportes

en la práctica. Se habilitará un sistema de acceso que evite la acumulación de personas y que cumpla con las medidas de seguridad y protección sanitaria. Por ello, los responsables municipales han recordado que, una vez finalizada la actividad, no se podrá permanecer en la instalación.

Se intensificarán, a su vez, los servicios de limpieza de las instalaciones, especialmente, aseos, vestuarios y zonas de práctica deportiva; con ciclos de la misma, especialmente al finalizar cada actividad; revisión de papeleras y retirada de residuos para una limpieza y desinfección permanente.

# El deporte en Alcalá de Henares se adapta a la nueva normalidad

El Ayuntamiento de Alcalá de Henares ha llevado a cabo todas las medidas preventivas necesarias para la reapertura de las instalaciones deportivas municipales fijadas por las autoridades sanitarias del Gobierno de España y la Comunidad de Madrid frente al COVID-19.

**E**n todas las instalaciones se lleva a cabo una desinfección constante, se han instalado dosificadores de gel hidroalcohólico, cartelería y señalética, y se han ampliado los espacios para garantizar el distanciamiento social.

El acceso a dichas instalaciones se realizará única y exclusivamente con cita previa, identificándose posteriormente en el acceso a la instalación y cumpliendo en todo momento las nuevas normativas de uso. Toda la información de cómo proceder para la reserva de la instalación y las nuevas normativas puede consultar en la página web [http://www.oacdmalcala.org/norm\\_instal.html](http://www.oacdmalcala.org/norm_instal.html).

En cuanto a las piscinas de verano municipales de la Ciudad Deportiva del Val, la Ciudad Deportiva del Juncal y el Parque O'Donnell, se abrieron cumpliendo todos los parámetros de seguridad sanitaria, reducción de aforo y con un nuevo sistema de control de aforo online que permitía a los usuarios comprobar el estado de ocupación de las piscinas en todo momento.

El primer teniente de alcalde y concejal de Deportes, **Alberto Blázquez**, ha explicado que “hemos recuperado poco a poco la normalidad, pero no debemos relajarnos y es necesario continuar manteniendo las medidas de seguridad, higiene



personal con el lavado de manos y el distanciamiento social para mantener a raya al virus”. Añadió que “somos conscientes de la difícil situación en la que nos encontramos, estamos intentando que el deporte arranque en Alcalá de Henares. Estamos analizando, junto a los clubes, los protocolos de las diferentes federaciones y, en definitiva, poner en marcha nuevamente el deporte en esta nueva normalidad. El deporte es muy importante desde el punto de vista de la salud, pero también por la propia interacción de las personas”.



El ayuntamiento continúa renovando las instalaciones

Por otra parte, el Ayuntamiento de **Alcalá de Henares** continúa apostando por la renovación de las instalaciones deportivas de la ciudad, así como la construcción de nuevas dotaciones deportivas en barrios que en la actualidad no contaban con infraestructuras tan importantes para la práctica de un ocio saludable.

En este último año, el consistorio ha realizado obras de remodelación de las pistas deportivas situadas en la calle Dámaso Alonso, calle Escudo, Parque Roma, Parque O'Donnell (pista Florida).

# Disparidad en la Educación Física escolar

La pandemia sigue causando estragos y el riesgo de contagio por Covid-19 es una realidad. Por eso, el inicio del curso escolar 2020-2021 ha conllevado una gran dificultad para todos los responsables de la política educativa, en todos los ámbitos territoriales, para los equipos directivos de los centros educativos y también para el personal docente, estudiantes y familias.

EN el ámbito estatal se han publicado recomendaciones generales, como las abordadas en las "Medidas de prevención, higiene y promoción de la salud frente a COVID-19 para centros educativos en el curso 2020-2021" (Min. de Sanidad y Min. de Educación y Formación Profesional, 22/06/2020), en la "Guía de actuación ante la aparición de casos de COVID-19 en centros educativos" (Ministerio de Sanidad, 27/08/2020) y en la "Declaración de actuaciones coordinadas en Salud Pública frente a COVID-19 para centros educativos durante el curso 2020-2021" (Acuerdo del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud, adoptado en coordinación con la Conferencia Sectorial de Educación, 27/08/2020).

SIN embargo, en lo que respecta a la Educación Física, a pesar del complejo contexto que rodea a esta materia y que difiere del resto (espacios, actividades, movimiento, interacción, materiales y equipamientos), no se ha publicado ninguna directriz específica para todo el Estado. Al-

gunos de estos documentos hacen referencia solamente a los eventos deportivos, que son en esencia actividades extraescolares y extracurriculares y competiciones de deporte escolar, y también señalan el uso de los gimnasios, que siempre han sido aulas, desplazando así, indirectamente, a esta asignatura de sus espacios propios. Las comunidades autónomas, en las normativas que han publicado para guiar las medidas de seguridad e higiene de los centros educativos ante el inicio del próximo curso, sí se han preocupado por detallar, de manera más o menos acertada, cuestiones referidas con esta materia.

PREVIAMENTE a todas estas actuaciones de los responsables políticos, el Consejo General de la Educación Física y Deportiva (Consejo COLEF), detectó la necesidad de que se generen procesos y procedimientos específicos, para la asignatura, que aseguren el bienestar del alumnado y del personal docente, minimizando los riesgos.

POR ello, teniendo en cuenta la dificultad añadida de todo lo que conlleva una clase de Educación Física con respecto a las medidas de prevención, higiene y desinfección, el Consejo COLEF presentó en junio la guía "Recomendaciones para una Educación Física escolar segura y responsable ante la "nueva normalidad". Minimización de riesgos de contagio de la COVID-19 en las clases de EF para el curso 2020-2021", elaborada por el comité ase-

sor de enseñanza de la Educación Física y el área de Educación Física y Deportiva para la Salud de dicho Consejo.

DOCENTES, equipos directivos de centros educativos e incluso responsables de las administraciones autonómicas tomaron como referencia esta guía y la adaptaron a sus necesidades y contexto. Pero, además, este documento ha tenido gran repercusión, no solo en España, sino también en otros países, siendo incluso difundido por la Red Europea para la Promoción de la Actividad Física Beneficiosa para la Salud (HEPA Europa), perteneciente a la Organización Mundial de la Salud en su boletín del mes de julio de 2020.

LA estos momentos en los que no solo el sedentarismo y la inactividad física de la población infantil y adolescente acarrearán graves consecuencias para su salud física y psicológica, la Educación Física impartida por profesionales altamente cualificados es clave para desarrollar integralmente la personalidad, fomentar la socialización a través del juego y promover hábitos de vida saludables. Pero es importante también la implicación del Gobierno estatal para que se realice con las mínimas condiciones de seguridad y calidad en todos los centros educativos del país, teniendo siempre como referencia la "Carta internacional de la educación física, la actividad física y el deporte" y la "Guía para los responsables políticos" que publicó la UNESCO en 2015.



VICENTE  
GAMBAU

PRESIDENTE DEL  
CONSEJO COLEF

“  
*No existe una directriz específica para todo el país*  
”

# 40 años de deporte municipal (4º)

**E**n el anterior artículo sobre Deporte Municipal, reflexionaba sobre la década de los 90 y lo que supuso para la misma la Ley del Deporte 10/90, su influencia en el asociacionismo deportivo local y en la consolidación de áreas y estructuras de este deporte. Terminaba mi comentario diciendo, "así se entrará en el siglo XXI donde habrá que reformular nuevos modelos de gestión...".

**LA** entrada en el nuevo siglo abrió nuevas expectativas, retos y desafíos que ha habido que afrontar para la adaptación a los nuevos tiempos y para mejorar y evolucionar en la gestión deportiva municipal.

**SE** pasó una época ilusionante por la labor desarrollada, en muchas ocasiones con voluntarismo, con una inversión fuerte en recursos humanos y materiales y con un gasto elevado en equipamientos. Todo ello había que consolidarlo, incardinándolo en la sociedad y con la participación de la iniciativa privada; el nexo de ésta con lo público ha sido una constante en estas dos últimas décadas del inicio de siglo y ha posibilitado una mayor riqueza de los programas deportivos municipales, una variedad de nuestras infraestructuras y por ende una mejora del esparcimiento y la recreación deportiva para la ciudadanía.

**SI** los principios básicos de la gestión son la eficacia y la eficiencia, el municipalismo deportivo español apostó del 2000 al 2010 por una mejora de los sistemas de gestión, alejándose cada vez más del voluntarismo y buscando una mayor profesionalización de todo el sector: Utilizando metodologías y planificaciones estratégicas, implantando procesos de automatización, instaurando y utilizando nuevas tecnologías en reservas, inscripciones, gestión de las competiciones...etc. En definitiva, poniéndose al día con todas estas nuevas herramientas que son clave en la mejora continua de los servicios.

**EN** otro orden de cosas y siguiendo en la línea de ir conociendo las características de este periodo, el concepto de Deportes ha evolucionado y cada vez se relaciona con más intensidad con la salud, sin despreciar otro tipo de interrelaciones: Ocio, recreación, rendimiento, competición, educación... etc., pero acentuando la salud como uno de los ejes sobre los que gira la práctica deportiva y fundamentalmente por la contribución a su mejora.



Antonio Montalvo de Lamo

Del 2000 al 2010 se buscó la profesionalización del sector

esta práctica sea coordinada, seguida y ejecutada por profesionales, formados y cualificados. Para ello se deben desenterrar hábitos y costumbres de un pasado reciente donde se impartía cualquier actividad físico deportiva por voluntarios sin la cualificación, ni la formación adecuada y con el riesgo antes especificado de falta de seguridad y no favorecer la salud, todo lo contrario, ponerla en peligro.

**A** falta de una Regulación Estatal de las Profesiones del Deporte, que entiendo será materia a incluir en la deseada y necesaria nueva Ley del Deporte, las Comunidades Autónomas y en concreto varias de ellas (Murcia, Madrid, Cataluña, Extremadura), han desarrollado y promulgado leyes autonómicas y todas ellas echan en falta la ordenación a nivel nacional, directivas que unifiquen criterios y homogenicen la regulación en todo el territorio.

**A** lo ya expuesto, y como síntesis final, enumero los rasgos característicos que han definido este periodo y que han sido:

- Racionalidad económica y crecimiento sostenible
- Gestión empresarial
- Incorporación de nuevas tecnologías y técnicas de gestión
- Equilibrio de la gestión público-privada
- Colaboración gestión privada-control público
- Incorporación de políticas sociales y compensatorias de acceso al deporte a los más desfavorecidos

**PARA** finalizar, en el próximo número, nos adentraremos en el periodo probablemente más convulso de la reciente historia del Deporte Municipal, con la crisis económica que afectó a las instituciones en general y a los municipios en particular, la década del 2010 al 2020, y con la reciente crisis sanitaria Covid-19 que seguimos padeciendo y de la que, sin duda, habrá un antes y un después y de la que podremos extraer conclusiones.

**ESTUDIOS** recientes avalan la rentabilidad del deporte en la sanidad y se concreta que, por cada euro que se invierta en promoción deportiva, se produce un ahorro de 50 aproximadamente en el Sistema de Salud. Esto se produce siempre que haya un aumento de la práctica físico-deportiva y que la inversión se realice para el conjunto integral de redes de instalaciones deportivas, básicas escolares, complementarias, etc.

**EN** esta franja de tiempo, otro de aspectos del Deporte que más se debatió y valoró en distintos foros fue la necesidad que tenía nuestro sistema deportivo de regular el ejercicio profesional en sus diferentes ámbitos. Este hecho cobra especial importancia en el entorno municipal por las miles de personas empleadas en los órganos de gestión de la gran mayoría de los municipios españoles.

**CADA** vez es más necesario el garantizar salud y seguridad al practicante de cualquier modalidad deportiva o actividad física como consecuencia de que

# La industria del fitness está en peligro

La Federación Nacional de Empresarios de Instalaciones Deportivas (FNEID) es la asociación empresarial de ámbito nacional que representa a las empresas y empresarios del sector de instalaciones deportivas y gimnasios cuya actividad económica tiene por objeto la oferta y prestación de servicios relacionados con el ejercicio físico y la salud.

EL deporte es uno de los pilares fundamentales de la sociedad moderna. Una sociedad en lucha contra el sedentarismo y la obesidad infantil como uno de los retos más importantes para el futuro inmediato y, desde esa perspectiva, nuestro sector forma parte de ese necesario compromiso con la construcción de una sociedad activa y sostenible.

ES por ello que el sector del deporte social, el deporte-salud, se configura como una actividad socioeconómica esencial para la creación de riqueza y empleo y, lo que es más importante, para lograr una sociedad sana y feliz.

**ACTUALMENTE**, estamos atravesando unos momentos muy difíciles, de gran incertidumbre y, aun sabiendo que somos parte de la solución por todos los beneficios que proporciona la práctica deportiva en el ser humano, tanto en el ámbito de la salud, como en el anímico (tan debilitado en esta pandemia), nos sentimos vulnerables al tener la certeza que las empresas de nuestro sector corren el riesgo de poder desaparecer.



**Adolfo Ruiz Valdivieso**

PRESIDENTE DE FNEID

Desde FNEID reclamamos un plan que impulse el deporte social

SI algo ha resultado evidente en los últimos meses es que la actividad física se ha convertido en una gran palanca estratégica para lograr el bienestar de las personas.

EL Ministerio de Sanidad ha manifestado que la práctica de actividad física y la reducción del sedentarismo son factores que tienen una influencia positiva en la mejora de la salud de las personas, en la prevención de las enfermedades crónicas y, por tanto, en la calidad y la esperanza de vida de la población.

ASI, la actividad física practicada con regularidad tiene múltiples beneficios, como, por ejemplo, la mejora del bienestar emocional, de la función inmunitaria, la reducción del riesgo de desarrollar ciertas enfermedades y, en general, una mejora de la condición física.

CADA año, más de 57.000 muertes en nuestro país son imputables a causas relacionadas directamente con el sedentarismo y existen numerosos estudios que relacionan el incremento de la actividad física en la población española con una reducción del gasto sanitario de hasta 5.000 millones de euros anuales.

ANTE este escenario, es urgente por lo tanto poner en marcha un plan que impulse al deporte social, el deporte salud, para posibilitar su recuperación, paliar los efectos adversos de la pandemia y asegurar la continuidad del sector.

SE trata de una serie de medidas urgentes, algunas de ellas

históricas y que ahora es el momento de adoptarlas. Su base sigue siendo la misma que hemos manifestado en los últimos años: Concienciar y legislar, a las que hay que sumar en estos momentos, ante el desplome de la actividad y de la demanda, medidas de apoyo directo a las empresas. Concienciar a través de campañas de promoción que refuercen la conducta de la población y legislar para las personas, facilitando el acceso a la actividad física.

SEGÚN la Organización Mundial de la Salud, entre las medidas que deben adoptar los gobiernos para fomentar la actividad física para la salud están las políticas fiscales que permitan que los precios no sean un factor limitante en la promoción de la actividad física para la salud. En este sentido, quisiera remarcar que la reducción del tipo del IVA de los servicios deportivos prestados a personas físicas no es solo una medida de ayuda económica, es principalmente situarlos en tratamiento impositivo como servicios de promoción a la salud, ámbito al que nos costó mucho llegar.

PARA terminar, quiero recordar un artículo de nuestra Constitución Española, concretamente el artículo 43.3, que contiene un mandato a los poderes públicos para que fomenten la actividad física y el deporte, apareciendo ambas actividades estrechamente vinculadas a la salud. Una sociedad sedentaria es una sociedad enferma. Entre todos, tenemos que lograr una sociedad más sostenible, con más personas activas.

# A vueltas con los entrenadores

Con el inicio de LaLiga vuelve a ponerse sobre la mesa uno de los temas más recurrentes, los entrenadores y su papel en el equipo. Como se suele decir, cada maestrillo tiene su librillo. Unos aplican en sus sistemas estrategias como la presión en el terreno del adversario, siempre con la idea, en este caso, de estar más cerca de la portería contraria (como ya vimos en nuestra selección). Está claro que estamos ante un juego de ataque.

OTRO tipo de técnico es aquel que propone el contragolpe. En esta forma de jugar, el equipo se presenta en su propia zona, ocupando todos los espacios dentro de su me-



**Luis López Nombela**

ENTRENADOR  
NACIONAL DE FÚTBOL

Los jugadores son los que mandan en el campo

dio campo y los jugadores salen hacia el ataque a la contra.

COMO verán, aquí no estamos hablando ni de sistemas, ni de esquemas, ni de "cuatro, cuatro, dos", ni de "cinco, tres, dos", ni de "cuatro, tres, uno, dos". Eso son estilos de juego que siempre dependerán de la personalidad de cada entrenador.

AQUELLOS que son de ideas fijas y de sistemas rígidos son difíciles de enfrentar, disciplinan a los mejores jugadores pero producen un mayor número de lesiones. Otros, sin embargo, presentan en el terreno de juego a los que tienen más talento y mejor técnica. De esta forma, son los propios jugadores quienes van

descubriendo cómo deben jugar, buscando el camino del gol. Son pocos los que hay, porque se necesita mucha paciencia, aconsejar de forma individual pero se saca un mayor rendimiento.

ESTOS entrenadores de los que hablo poseen muchos conocimientos, una gran personalidad y han manejado grandes equipos y selecciones.

SIN embargo, todo lo que podamos hablar sobre modelos de juego, sistemas, tácticas, etc., estará condicionado siempre por lo que hagan los jugadores, que son los que mandan en el campo. Así que, les animo a que les cuenten a los técnicos cómo formar un equipo de fútbol.

  
**muni deporte**  
 .com  
[www.munideporte.com](http://www.munideporte.com)  
**El Portal del Deporte Municipal**

# Recuperar el municipalismo deportivo

Finalizada la dictadura franquista, en 1979 se convocaron las elecciones democráticas de las entidades locales (ayuntamientos, diputaciones, cabildos y consells) que fueron las verdaderas locomotoras del cambio y desarrollo del deporte, especialmente los ayuntamientos, a lo largo de las dos últimas décadas del pasado siglo XX.

Las entidades locales nacidas de las urnas, se integraron en una plataforma constituida bajo el nombre de Federación Española de Municipios y Provincias y, durante esta época referida, como institución, proporcionó a las entidades locales herramientas de aprendizaje y conocimiento en materia de gestión pública del deporte.



**Eduardo Blanco**  
PRESIDENTE DE  
FAGDE Y  
AGAÑEDE

Hay que reforzar la actividad física saludable

Las partidas del presupuesto de los ayuntamientos han sufrido contracciones significativas en la crisis del 2008 y vuelven de nuevo a ser objeto de recortes en la "nueva normalidad". Las ayudas a clubes y asociaciones deportivas de su ámbito local pasará, si alguien no lo remedia, por un período sombrío, al igual que la prestación de la oferta de actividades deportivas para todas las edades, eso que nació con el acrónimo "deporte para todos" y que representa el deporte social y ciudadano.

La comunidad científica no duda en señalar que la actividad física resulta esencial para una vida saludable. Ha llegado la hora de que los poderes públicos asuman el compromiso con el nuevo de-

recho vital a movernos, concibiendo la actividad física y el deporte como un medio de prevención de la salud que debe estar presente desde las edades más tempranas hasta la vejez, y que supone el mejor freno a la actual pandemia de sobrepeso y obesidad. Por eso, es preciso que los fondos europeos que se van a recibir contribuyan a reforzar la actividad física saludable.

El Gobierno de España y los autonómicos deben diseñar un plan de recuperación de la actividad física social y ciudadana a través de los ayuntamientos como administración más cercana a la ciudadanía y del tercer sector del deporte. Y la FEMP está obligada a realizar sus deberes en esta materia.

## FAGDE modifica su denominación

La Asamblea Extraordinaria de FAGDE, celebrada el 30 de junio, aprobó el cambio en su denominación por su compromiso en el tratamiento de género. Así, en lugar de Federación de Asociaciones de Gestores del Deporte de España, se modificó por **Federación de Asociaciones de Gestión del Deporte de España**. El cambio, aprobado por unanimidad, no afecta al acrónimo "FAGDE" que se mantiene intacto, ni al logo.

En la reunión, desarrollada de forma telemática, tomaron parte representantes de las diferentes asociaciones autonómicas,

así como las personas que conforman la Junta Directiva, encabezada por **Eduardo Blanco**.

La revisión de la denominación de FAGDE, creada en 2003, surge del compromiso de aplicar el tratamiento de género, no solo al nombre oficial de la entidad, sino a su gestión y funcionamiento ordinario. En este sentido, recientemente se decidió que la cabecera de la revista digital, cuyo nombre desde sus inicios ha sido "Gestores del Deporte", con ocasión de la publicación de su número 25, pasó a llamarse revista digital de "Dirección y

gestión del deporte".

Tras la asamblea, Blanco, acompañado por la vicepresidenta 1ª, **Milagros Díaz**, fueron recibidos en la sede del **Consejo Superior de Deportes**, por el nuevo Director General, **Joaquín de Aristegui**, y el Director de Gabinete, **Juan María Fernández**, con el objetivo de presentar lo que representa FAGDE y sus propuestas.

Durante el encuentro, se solicitó al CSD apoyo para organizar en 2021 el con-



greso de FAGDE dedicado al deporte municipal en España y se trasladó la necesidad de una reordenación jurídica del deporte en nuestro país y la voluntad de colaborar en dicho proyecto. A pesar de ser una reunión cordial, FAGDE no ha recibido todavía ninguna invitación, ni tan siquiera respuesta a las propuestas formuladas.

# CONFIDENCIAL

## 1.- CSD: NUEVOS NOMBRAMIENTOS Y TENSION POR LOS PROTOCOLOS

La actividad en el Consejo Superior de Deportes, como no podía ser de otra forma en estos tiempos, es intensa y, en su mayor parte, centrada en intentar apagar fuegos y buscar soluciones a los numerosos problemas que nuestro deporte también genera.

La definición de protocolos para el reinicio de la actividad deportiva a nivel competitivo ha sido la parte más controvertida por la complejidad de tener que consensuar con cada una de las autonomías, que son las que tienen las competencias a nivel de deporte local. Había que pactar con ellas, pero también con las federaciones deportivas por la idiosincrasia de sus diferentes competiciones. Han sido momentos de significativa tensión, agravados por el escaso feeling que existe entre la presidenta del CSD, **Irene Lozano**, y el ministro, **José Manuel Rodríguez Uribes**. Este se apoya en el presidente del COE, **Alejandro Blanco**, que busca su propia influencia en el tablero de ajedrez en que se ha convertido el deporte español a nivel directivo.

En este lado de la partida se ha posicionado también el presidente de la Federación Española de Fútbol, **Luis Rubiales**, muy cercano a Blanco y con buenos contactos dentro del partido socialista. Rubiales, además, no está satisfecho con ciertas decisiones del

CSD que considera contrarias a los intereses de la RFEF. Por el contrario, las federaciones deportivas de ADESP, que comanda **José Hidalgo**, militante del PSOE extremeño, se han puesto más cerca de Lozano. Recordemos que, a su vez, la relación de Hidalgo con el presidente del COE es tirante, porque ambos se disputan el poder a nivel federativo. Como pueden apreciar, todo muy complejo.

Pero, en paralelo, la Secretaria de Estado para el Deporte ha seguido colocando a profesionales de su confianza en las diversas parcelas de la entidad. Comenzó con el jefe de gabinete y el director de comunicación, siguió con el director general de deportes (el diplomático **Joaquín de Aristegui**) y ha concluido, al menos por el momento, con el nombramiento de **Félix Jordán** como director de la Fundación Deporte Joven. El nuevo responsable del ADO, **José Antonio Fernández He-**



**rrero**, se supone que, por estatutos, fue consensuado con el Comité Olímpico. De las etapas anteriores ya solo permanecen **José Luis Terreros** (director de la AEPSAD) y los subdirectores **Carlos Gascón** y **Txus Mardaras**.

Ahora toca también pensar en los presupuestos del CSD para 2021, que se supone irán a la baja por los enormes recursos que está consumiendo la pandemia a nivel laboral y sanitario. Se pretende que el recorte sea leve, pero también preocupa que la reactivación de la "guerra" entre Luis Rubiales y **Javier Tebas** pueda influir negativamente en el dinero que ha de llegar de la Liga de Fútbol Profesional. Veremos cómo evoluciona la situación, aunque bien es cierto que Irene Lozano ha demostrado tener una buena "muleta" para negociar.

## 2.- NACHO ARANDA, JEFE DE DEPORTES DE TELEMADRID Y ONDA MADRID



El periodista **Nacho Aranda** es el nuevo jefe de Deportes de Telemadrid y Onda Madrid. Se trata de un profesional de dilatada trayectoria y notable prestigio en el sector de la comunicación deportiva. Destaca su trabajo en Antena 3 y Canal Plus, donde des-

empeñó diversas tareas de responsabilidad. Durante varios años fue la "cara" de los programas de fútbol del canal de pago.

Se muestra ilusionado en esta nueva etapa, porque es "un reto apasionante. Espero sumar experiencia y energía a una redacción de deportes consolidada que tiene

dos ventanas muy útiles para que el deporte haga mejor a nuestra comunidad". Sus objetivos principales son consolidar el éxito de los informativos deportivos de Telemadrid e impulsar los espacios de Onda Madrid, manteniendo, igualmente, el apoyo al deporte regional federado y de base.

# Empresa&Sociedad celebra sus 25 años

El 29 de junio de 1995 se creó la **Fundación Empresa&Sociedad**, que cumple, por tanto, 25 años de historia. Nació con una vocación firme: Transformar el futuro de la relación entre el mundo empresarial y la sociedad.

La entidad comenzó plantando las semillas de lo que hoy se llama responsabilidad social, corporativa y de sostenibilidad. En aquel entonces, era un sector por descubrir. Poco a poco fue calando y ya tiene carta de naturaleza desde hace años.

A día de hoy, la fundación que dirige **Paco Abad** explora otros sectores, en los que intentan abrir brecha con el mismo planteamiento de ampliar a nuevos horizontes hasta que vayan teniendo vida propia:

- Ecosistema B2B: Actúan como un foro activo en el que grandes com-

pañías y scaleups (startups consolidadas) comparten soluciones vanguardistas de implantación rápida para la innovación estratégica y transforma-



ción digital de cualquier área empresarial.

- Genior: Es un laboratorio vivo de ideas y acciones.

- Filantropía: Se impulsa la filantropía sin fronteras, facilitando la aplicación de la normativa fiscal del país del donante cuando éste realiza una donación filantrópica a entidades de

otro país. Se desarrolla en campos como la educación, la salud, el social, la salud, la investigación o la cultura.

Este año, además, han trabajado especialmente en impulsar la colaboración con el Covid-19 Solidarity Response Fund de la OMS en España.

Sobre la pandemia, Abad ha señalado que “debemos ser optimistas. Lo que ha ocurrido en estos meses es terrible, pero también es verdad que en muy poco tiempo hemos

avanzado mucho en la digitalización y el mundo emprendedor está muy relacionado con ello. Todos necesitamos digitalizarnos y lo vamos haciendo de manera natural. Es evidente que ahora usamos muchos más dispositivos que hace cuatro meses y de una mejor forma. De todo lo malo hay que sacar algo positivo”.

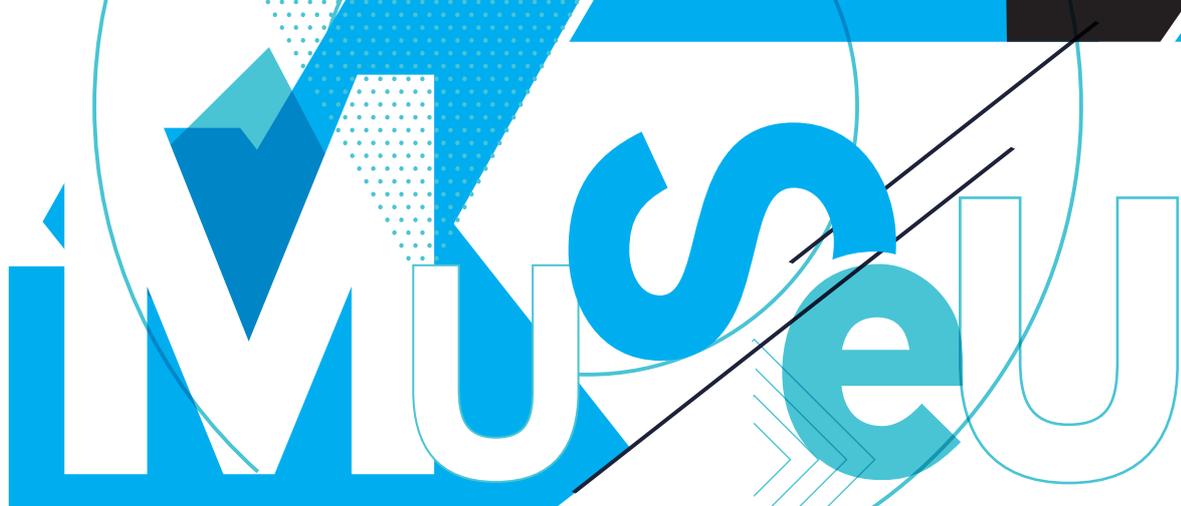


*Restaurante Pasamar*

*A SU SERVICIO  
DESDE 1960*



*Reservas en el 91 475 93 54 o en el 607 74 95 48  
Calle San Antonio de Padua, 32 28026 Madrid*



MUSEO OLÍMPICO <i>Todos los talleres y actividades incluyen visita libre al Museo</i>			INSTALACIONES EXTERNAS *
<b>TALLERES</b> · 25 estudiantes aprox. · Precio por grupo: 125 € · De martes a viernes 	Primaria, ESO, Bachillerato	<b>Sin Límites</b> ⌚ 2 h <i>Adéntrate en el mundo de la discapacidad y el deporte</i>	100 € ⌚ 2 h
	ESO	<b>Sin Planeta</b> ⌚ 2'30 h <i>No hay planeta B</i>	100 € ⌚ 1'30 h
	3º y 4º ESO y Bachillerato	<b>Sin Género</b> ⌚ 2 h <i>El deporte no tiene género</i>	100 € ⌚ 1 h
<b>VISITA</b> · Mínimo 10 participantes · Precio participante: 3 € · De martes a domingo	Todas las edades	<b>Visita libre al Museo Olímpico</b> ⌚ 1 h	
<b>VISITAS DINAMIZADAS</b> · Mínimo 15 estudiantes · Precio estudiante: 4,50 € · De martes a viernes   	2º ciclo Educación Infantil	<b>Los amigos de Cobi</b> ⌚ 1'45 h <i>Descubre el deporte a través de las mascotas olímpicas</i>	
	Desde primaria	<b>Sesión de iniciación al Olimpismo</b> ⌚ 2 h <i>Historia y evolución de los Juegos Olímpicos</i>	90 € ⌚ 1 h
	Desde primaria	<b>Visita guiada al Museo Olímpico</b> ⌚ 1'45 h	Las visitas se pueden complementar con:
<b>ITINERARIOS</b> · Mínimo 15 participantes · Precio participante: 5 € · De martes a viernes  	Desde Bachillerato	<b>Recuerda los JJ.OO. de Barcelona'92</b> ⌚ 2'15 h <i>Recorrido guiado por la Anilla Olímpica y el espacio Barcelona'92</i>	<b>· Visitas guiadas al Estadio Olímpico</b> - sujetas a la disponibilidad de la instalación (con suplemento).   
		<b>Un paseo por Montjuïc</b> ⌚ 2'30 h <i>Desde una perspectiva deportiva, ofrecemos un paseo guiado por la historia de Montjuïc</i>	<b>· Prepárate</b> Juego de pistas del Museo (gratuito - solicitar a la hora de la reserva).
<b>ACTIVIDADES</b>			
<b>Trabajo de síntesis – Olimpismo y deporte: educación olímpica</b> · ESO · Mínimo 15 estudiantes · Precio por estudiante: 14 € ⌚ 3'30 h · De martes a viernes 		<b>Las vacaciones en el Museo</b> <i>Sesión de cine deportivo adaptada a cada nivel educativo</i> · Desde primaria · Mínimo 15 participantes · Precio participante: 4,10 € · De martes a viernes - periodo vacacional · Subtítulos en catalán	

Las visitas se pueden complementar con:

- **Visitas guiadas al Estadio Olímpico** - sujetas a la disponibilidad de la instalación (con suplemento).



- **Prepárate**  
 Juego de pistas del Museo (gratuito - solicitar a la hora de la reserva).

Más información y reservas:  
[reserves@fbolimpica.es](mailto:reserves@fbolimpica.es)  
 T. 93 426 06 60 ext. 5  
[www.museuolimpicbcn.cat](http://www.museuolimpicbcn.cat)

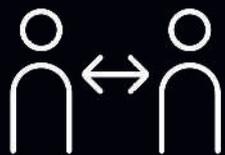
\* Actividades que se realizan en centros educativos, clubs, instalaciones deportivas, etc.

# dreamfit®

No dejes atrás  
lo que te hace feliz  
**más deporte, más salud**

32,90

€/mes



Distancia de  
seguridad



Máxima garantía  
de limpieza



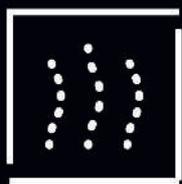
Aire en constante  
renovación



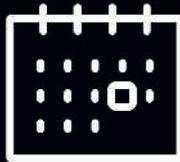
Gran Sala  
Fitness



3 salas de clases  
colectivas y más de  
150 clases/semana



Sauna y  
baño de vapor



Reserva de  
clases online

**mydf**

App de  
entrenamiento  
MyDreamfit



Parking

**¡Te esperamos!**

**dreamfit.es**