CSD Consejo Superior de Deportes

M D

Programas Mujer y Deporte

boletín
noviembre 2013

A+D PLAN INTEGRAL PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

+M ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y MUJER

índice

"Espero que mi gasolina os sirva de combustible".

Del libro La vida es un Regalo.
María de Villota

en este nº...

saluda

entrevistas

entrevistas

perfil

atletismo

in memoriam

medallas

eventos

adherirse

regístrate

en este boletín...

Abrimos este número con un saludo de Ana Muñoz Merino, la nueva Directora General de Deportes, que ha querido compartir con esta publicación unas palabras para todas las mujeres que forman parte del ámbito del deporte. Desde aquí le damos la bienvenida y le deseamos una grata y fructífera andadura en su nuevo cargo. Ella es la segunda mujer en acceder al puesto más relevante del deporte español, después de la Secretaría de Estado.

En este número conoceremos el apasionante mundo de las carreras de orientación. Un deporte en expansión, líder en conciliación familiar ya que es de los pocos que puede practicarse en familia, con pruebas adaptadas a las diferentes edades y niveles y modalidades para todos los gustos: a pie, en bicicleta, esquí, adaptado… Y que se practica en la mejor y mayor instalación del mundo: la naturaleza.

Repasaremos la historia del atletismo femenino que este año conmemora el cincuenta aniversario de su restauración. Coincidiendo con este aniversario, Sagrario Aguado, una de las atletas clave en la reincorporación de las mujeres al atletismo, se jubilaba tras haber desempeñado varios puestos en el Consejo Superior de Deportes. Hablaremos con ella para conocer aquellos inicios y su trayectoria, tanto deportiva como profesional.

Entrevistamos también a Judith Campoy, deportista, jueza internacional y federativa. Una mujer que se inició desde muy joven en la pelota y que, tras alcanzar la élite como pelotari, continuó ligada a su deporte desde el estamento arbitral y, más tarde, como directiva de la Federación Catalana de Pelota. Y seguiremos los pasos de María Luengas, una de nuestras mejores deportistas en Salvamento y Socorrismo,

La muerte de María de Villota nos sorprendió en plena elaboración de este número e inmediatamente abrimos un espacio para dedicarlo a su memoria. Por desgracia, hace un año tuvimos que dar la noticia de su accidente cuando probaba su Fórmula 1. Ahora debemos despedirnos de ella, agradeciéndole de forma muy especial todas las barreras que derribó para las mujeres y los mensajes de ánimo y superación que cada día enviaba con una sonrisa.

Despedimos también a Purina Zapico, la mujer que introdujo el balonmano en España y que permitió a muchas mujeres, en plena posguerra, practicar este deporte.

Para cerrar, haremos un repaso a los hechos más relevantes que se han producido en el ámbito de la Mujer y el Deporte, con nuevas medallas y avances para nuestras deportistas, así como los próximos eventos a seguir.

Esperamos que disfrutéis de este nuevo número y, como en anteriores ocasiones, os pedimos que nos ayudéis con su difusión para que otras personas puedan inscribirse y recibir de forma periódica y gratuita esta publicación. Os recordamos que el diseño de este boletín está realizado siguiendo directrices de accesibilidad y que, en la última página, tenéis un enlace para suscribiros o consultar números anteriores en la web del Consejo Superior de Deportes.

Pulsa en este texto para ir a la página de los boletines anteriores.

saluda

ANA MUÑOZ MERINO

Hace apenas unos días que he tomado posesión de mi cargo como Directora General del Consejo Superior de Deportes y mis primeras palabras iban destinadas a las mujeres en el deporte. Es por tanto una satisfacción poner ahora por escrito, en esta publicación que ya cumple más de dos años, lo que entonces señalaba: las mujeres del deporte y la mujer en el deporte son una prioridad para la nueva Directora General.

No es mi condición de mujer la que me lleva a tales afirmaciones, sino el justo y merecido reconocimiento a tantas mujeres que dedican su esfuerzo, talento, conocimiento y buen hacer a la actividad deportiva: deportistas, árbitras, entrenadoras, gestoras y dirigentes. Y gracias a Mujer y Deporte, podemos conocerlas y reconocer su trabajo, y con ello, aprender de sus éxitos y también de sus fracasos, o mejor dicho de sus "experiencias", como decía una extraordinaria y ejemplar mujer, María de Villota. Para ella también estas palabras como homenaje.

Desde estas páginas mostramos nuestra gratitud y reconocimiento; el mismo que merecen en todos los ámbitos a los que acuden, y que se ha visto particularmente resaltado por los éxitos permanentes de nuestras mujeres deportistas.

Pongo toda mi ilusión y esfuerzo para que puedan seguir mejorando y de este modo ocupar la equitativa representación que merecen en el ámbito deportivo.

Orientación: un deporte que se practica en la mejor instalación del mundo: la naturaleza.

Todas las fotos de esta sección han sido cedidas por la Federación Española de Orientación

Foto: Esther Gil corriendo en la modalidad sprint . Autor Hans Gemperle .

federación española de orientación

entrevista

Correr en plena naturaleza, descubrir el camino segundo a segundo, decidir en carrera la dirección a tomar, vivir una aventura en cada prueba. Pensar y correr. Así podríamos definir el deporte de las carreras de orientación, una especialidad que se inició en los bosques de Noruega, a finales del siglo XIX, pero que en España lleva implantada poco más de treinta años, aunque su federación sea mucho más joven, apenas una década en funcionamiento.

Conoceremos el apasionante mundo de las carreras de orientación desde dos puntos de vista: el de la gestión, de la mano de Marta Armisén; y el técnico, a través de Esther Gil, deportista y entrenadora. Ellas nos introducirán en esta creciente modalidad deportiva, su historia, su funcionamiento y como iniciarse en la Orientación. Un deporte integrador que permite competir a personas de distinto sexo, edad o condición física en una misma carrera con un mismo objetivo: llegar a la meta pasando por todos los controles.

Marta Armisén siempre había practicado deporte, bicicleta de montaña, tenis, squash, frontón... pero cuando le pidieron que ayudase en la organización de una carrera de orientación se quedó atrapada por este deporte. "La primera vez que participé fue en 1996, en el Monte del Pardo en Madrid y me gustó por el entorno en que se desarrolla, porque no existe la presión de lo que están haciendo las demás participantes de la categoría, porque disfruto leyendo el mapa y encontrando cada baliza, hasta llegar a meta".

Esther Gil también había hecho otros deportes antes. Desde los nueve años practicaba triatlón y atletismo, pero cuando descubrió a los dieciocho años la Orientación, no dudó en dedicarse plenamente a este deporte, "me atraía mucho correr a máxima velocidad por un bosque, sin un camino marcado, descubriendo terreno segundo a segundo y tomando yo mis propias decisiones. Es un reto que no sabes cómo acabará, ni tan solo en meta, sino hasta que no acaba la competición y se publican definitivamente los resultados. "

Marta Armisén Sáenz de Cenzano lleva muchos años en el mundo de la gestión deportiva, es la presidenta del club Orienta-Getafe y trabaja en la administración de la Federación Española de Orientación, donde es además la responsable de los programas Mujer y Deporte. Conoce todos los entresijos de la organización de las pruebas deportivas y la historia de este deporte desde sus inicios nórdicos hasta su implantación en nuestro país.

"En el año 1890, Enest Killander puso la primera piedra de lo que es hoy el deporte de orientación y la primera competición data de 1897 en Noruega. Aunque la Federación Internacional se creó en 1961, los países nórdicos tienen tanta tradición que desde 1942 es asignatura obligatoria en todas las escuelas de Suecia.

A España llega en 1972 cuando el profesor Martin Kronlund encarga la realización del primer mapa de orientación con normativa internacional en el parque

federación española de orientación

entrevista

Foto: Marta Armisén en el despacho de la federación.

de la madrileña Casa de Campo. En este mismo año, por iniciativa de un grupo de orientadores/as escandinavos/as, se levanta el mapa de la Sierra de la Cortina en las proximidades de Benidorm. Y en 1979 se unen licenciados/as de INEF y militares, conocedores de esta modalidad por su profesión, para crear la Asociación de Amigos de la Orientación. Una década después, en 1988, se organiza la primera prueba internacional y al año siguiente se funda la Asociación Española de Clubes de Carreras de Orientación, que es reconocida por la International Orienteering Federation como miembro de pleno derecho. Pero hasta el 28 de julio de 2003 no se constituye la Federación Española de Orientación, FEDO, inscrita el 10 de agosto en el Registro del Consejo Superior de Deportes."

¿Hay muchos clubes en España?

Marta Armisén: En España hay actualmente 147 clubes federados. Para iniciarte en orientación no tienes más que buscar un club en tu comunidad autónoma consultando la página de la federación:

http://www.fedo.org/web/clubes.

Esther Gil Brotons ha sido 19 veces campeona de España y ha participado en multitud de mundiales, copas del mundo, europeos y otras relevantes pruebas del calendario internacional. Pero, además, es técnica deportiva del programa Mujer y Deporte de la Federación Española de Orientación.

Como corredora y entrenadora, le pedimos que nos explique en que consiste este deporte.

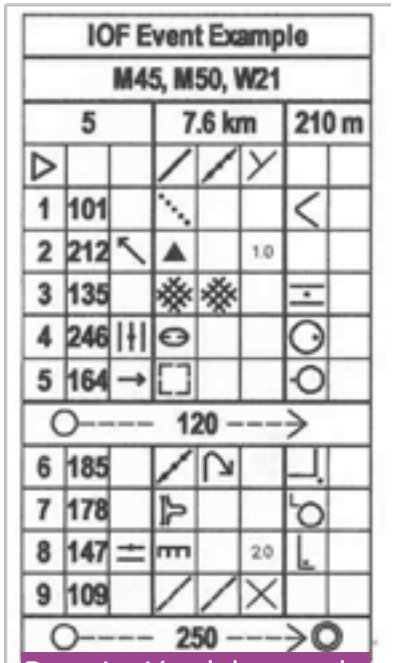
federación española de orientación

entrevista

Esther Gil: Es una carrera contrarreloj siguiendo el recorrido marcado en un mapa. Cada participante tiene los puntos marcados en orden, pero debe decidir cómo llegar a cada uno de ellos, cuál es la mejor ruta. Esa es la esencia de este deporte.

¿Qué equipación o medios técnicos son imprescindibles?

Esther Gil: Lo más imprescindible es el elemento que corrobora que hemos realizado todo el recorrido, la pinza electrónica. Se trata de un pequeño aparato de la medida de un pen-drive que llevamos adaptado al dedo. Lo introducimos en una base electrónica que detecta que hemos pasado por el control. Casi el 100% de los participantes utiliza una brújula para tener el mapa orientado en todo momento. Y es importante el uso de zapatillas que se adapten al terreno, así como llevar pantalón o malla larga, porque al realizarse a través del bosque necesitamos protección.

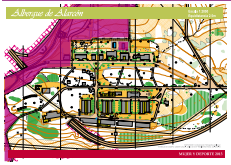


Descripción del control

¿Qué es lo más importante a la hora de iniciarse en esta modalidad deportiva?

Esther Gil: Aprender la simbología y los elementos que se utilizan en la elaboración de mapas. No es difícil, ni es necesario mucho tiempo. Con unos pocos circuitos podremos disfrutar y acabar el recorrido.

EQUIPAMIENTO Básico



Mapa

Brújula

Zapatillas adecuadas para correr en el monte. Camiseta y pantalón deportivo largo

EQUIPAMIENTO Alta competición

Pinza electrónica (Tarjeta Sportident)

federación española de orientación

entrevista

Foto: Esther Gil utilizando la pinza electrónica en un control. Autor Hans Gemperle .

¿Cualquiera puede practicarlo o exige unas condiciones físicas y técnicas especiales?

Esther Gil: Depende de los objetivos. Si queremos realizar el recorrido sin pensar en la posición, podemos hacerlo. Cuánto más exigentes seamos más tendremos que trabajar las dos condiciones, tanto la técnica como la física.

¿Qué le diría a una persona que no quiere probarlo por el miedo a "perderse en el monte"?

Esther Gil: Que no conozco a NADIE, que no haya vuelto a meta durante la mañana. No tengo noticias de que haya caído la noche con alguien perdido en el bosque. Es simplemente empezar por recorridos fáciles e ir subiendo de nivel conforme vamos aprendiendo. La experiencia que tengo es que, en cuanto se aprende, se quiere subir un peldaño y hacer un recorrido de más nivel.

¿Cómo se preparan para una carrera de orientación, se cuida más el aspecto físico o el técnico? ¿Cuántas horas de entrenamiento exige?

Esther Gil: Se deben cuidar los dos aspectos muchísimo. Si una persona corre pero no se orienta, no sirve de mucho. Y al revés igual. El físico es importante para hacer el recorrido lo más rápido posible. Y el técnico, cuanto más afinemos en la lectura del mapa, más rápido lo realizaremos.
Horas de entrenamiento… Depende del objetivo. Hay campeones/as del mundo que entrenan dos veces al día con sesiones de dos horas cada una, o incluso más. Participando asiduamente y entrenando regularmente podemos disfrutar. En mi caso, para participar en un campeonato del mundo, y poder cumplir mi objetivo, necesito una media de dos horas diarias. Al menos 6 días de entrenamiento a la semana, con algunos días de doble entrenamiento.

federación española de orientación

entrevista

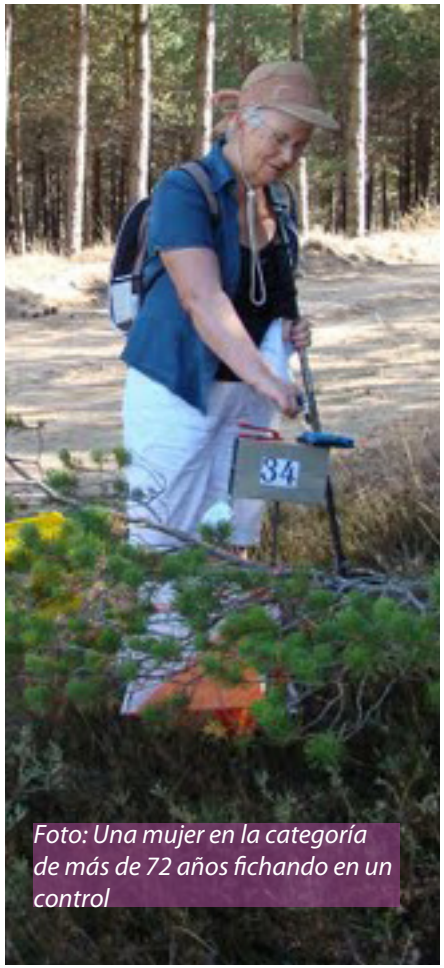


Foto: Una mujer en la categoría de más de 72 años fichando en un control

¿Las personas que practican este deporte deben ser rápidas o deben saber interpretar mapas?

Esther Gil: Las dos cosas van ligadas. No podemos tener una de ellas y la otra no.

¿Podríamos decir que la orientación es pensar y correr?

Marta Armisén: Esta característica es el gran atractivo de este deporte, las deportistas de alto nivel tienen que elegir la mejor ruta para completar el recorrido en el menor tiempo posible, en condiciones de gran demanda física. Pero también las participantes con menos forma física disfrutan interpretando cada detalle del mapa, control tras control, hasta llegar a meta.

¿Su deporte tiene aplicaciones educativas? ¿Y en la vida diaria?

Marta Armisén: Este deporte es muy formativo porque la navegación por el bosque implica una toma continua de decisiones, que se ve reforzada al encontrar el control y produce la satisfacción de haber logrado interpretar el mapa. Como resultado los niños/as y jóvenes adquieren una mayor seguridad en sí mismos y fomentan su independencia. Y al transcurrir en un terreno variado, resulta más atractivo para niños/as que no tienen una buena forma física y es una eficaz herramienta para luchar contra el sedentarismo, obteniéndose un beneficio cardiovascular y una mejora en la salud.
La orientación fomenta la observación del detalle e interpretación de información, tanto del mapa, como el terreno en el entorno natural. Desarrolla la concentración y la capacidad de análisis de las distintas rutas. Se desarrolla en el entorno natural, motivo por el que se aprende a valorar y cuidar la naturaleza. Todas estas características lo convierten en un deporte muy útil en nuestra vida diaria, nos permite mejorar nuestra capacidad para entender los mapas, nos dota de seguridad en nosotras mismas, autocontrol en las situaciones difíciles y capacidad de decisión. En definitiva, fomenta perder "el miedo a perdernos".

LA ORIENTACIÓN AYUDA A PERDER "EL MIEDO A PERDERNOS"

¿Es la orientación uno de los deportes que más se practica en el medio natural?

Esther Gil: Sí,claro. Es totalmente en el medio natural. En cualquier terreno. Nos adentramos por completo en el bosque. Descubrimos cualquier rincón. Y todo está representado en el mapa.

¿Cuál es la situación de España a nivel internacional?

Esther Gil: A nivel internacional vamos mejorando. Hace unos años costaba llegar a estar entre las cuarenta primeras posiciones del mundo, ahora estamos entre las treinta primeras y obtenemos buenos puestos como la decimo-

federación española de orientación

entrevista

sexta plaza mundial a nivel absoluto y medallas en campeonatos del mundo junior y en categorías jóvenes.

¿Qué nivel de participación tienen las mujeres en su deporte?

Esther Gil: A nivel de participación, el porcentaje es mucho más alto que en otros deportes. Sigue habiendo diferencia, ya que hay que reconocer que, en general, suele haber más hombres que dedican tiempo a la práctica deportiva. Pero existe más motivación en general porque se puede elegir a qué nivel practicarlo.

¿Y en la gestión u organización federativa?

Marta Armisén: En gestión federativa hay dos mujeres en la Junta Directiva de la Federación y cada vez hay más presidentas de clubes, pero aún queda mucho por hacer. En ese sentido por primera vez este año se ha puesto en marcha un curso de cronometraje de control de tiempos, dentro del Programa de Mujer y Deporte, para aumentar el porcentaje de mujeres en esta área.

Foto: Cartel anunciando la Carrera de la Mujer del 2009 y Marta Armisén

¿Desde cuándo funciona la Comisión de Mujer y Deporte en su Federación?
Marta Armisén: La Comisión de Mujer y Deporte se creó en 2009 al poner en marcha el Programa de Mujer y Deporte. Las personas que componen el comité están vinculadas a este programa que desde entonces se ha desarrollado por la Federación.

¿Cuáles han sido los avances de las mujeres en su deporte desde entonces?

Marta Armisén: La orientación es un deporte que siempre ha contado con las mismas categorías en hombres y en mujeres, lo que ha fomentado la participación de mujeres. A pesar de lo cual en 2008 el porcentaje de mujeres que tenía licencia de temporada anual federativa era de un 28,11%, respecto a los hombres. Tras poner en marcha en 2009 el Programa de Mujer y Deporte, en 2013 hemos subido 4 puntos y medio, a un 32,59%.

¿Existe un perfil de mujeres que practican orientación?

Esther Gil: Mujeres con inquietudes, con ganas de realizar alguna actividad, de conocer cosas nuevas, de desconectar de la rutina… Suelen ser mujeres con mentalidad abierta y ganas de aprender.

Marta Armisén: En general son mujeres que comparten el amor por la naturaleza y el deporte, partiendo de esta característica común, hay mujeres de todas las edades desde niñas de tres años que realizan el "correlin" con sus madres, hasta las mujeres de más de 65 años que participan en "D-65". Cada una encuentra en la orientación un deporte que se adapta a su estado de forma física y su nivel técnico.

¿Qué atractivos tiene su deporte para las mujeres?

Esther Gil: Que cualquier mujer puede practicarlo a cualquier nivel.

Marta Armisén: La orientación es muy atractiva porque te permite una sensa-

federación española de orientación

entrevista

ción de libertad, corriendo por el bosque al ritmo que te permite tu capacidad técnica y física, sin la presión de correr al mismo tiempo que el resto de participantes. Te facilita realizar una actividad física al mismo tiempo que el resto de tu familia, ya que existen categorías para todas las edades.

¿Tienen en marcha programas para atraer más mujeres al mundo de la Orientación?

Marta Armisén: El Programa Mujer y Deporte comenzó en 2009, gracias a la subvención de los Programas Mujer y Deporte del Consejo Superior de Deportes, con el objetivo de dar a conocer la orientación a más mujeres, para ello se definieron dos vías. Por un lado todos los años se han organizado Carreras de la Mujer promocionales para dar a conocer este deporte en los lugares donde se realizaba una actividad de orientación.

Por otro lado se desarrollan unas Jornadas de Orientación en Verano en distintos lugares de España para fomentar la práctica de orientación entre mujeres. Durante cuatro días se aprende la simbología de los mapas de orientación y las técnicas necesarias para navegar por el bosque. Además se desarrollan entrenamientos para mujeres que ya conocen orientación y quieren mejorar su técnica y para deportistas de élite. De la convivencia entre estos grupos de mujeres de toda España se consigue una experiencia motivadora para que la práctica de orientación continúe más allá de los días de la actividad.

¿Programan actividades para que las madres puedan conciliar su vida familiar?

Marta Armisén: La conciliación de la vida familiar y deportiva es esencial para que el hábito deportivo se mantenga, por lo que de forma paralela a la actividad se realizan actividades lúdicas para niñas y niños, así como entrenamientos adecuados a su nivel.

Esther Gil: En casi todas las competiciones existen guarderías donde se pueden quedar los niños y niñas mientras padres y madres realizan el recorrido.

¿Se puede competir en familia?

Marta Armisén: La orientación tiene categorías de todas las edades, por lo que es un deporte que puede practicar al mismo tiempo toda la familia.

Foto: Una niña pequeña iniciándose y participando en el deporte de orientación, fichando en un control

federación española de orientación

entrevista

Foto: todas las edades participan

Esther Gil: Lo mejor para el aprendizaje es que cada miembro de la familia haga su recorrido. Los padres y madres ayudan cuando los y las niñas empiezan.

¿Quién empieza a realizar una actividad física con su familia, se "engancha" mejor al deporte?

Esther Gil: Sí, sin lugar a dudas. En cualquier deporte es importantísimo que los padres y madres se involucren. Es cierto que hay deportes que es más fácil, porque se realiza en un espacio cerrado y se encuentra dentro del núcleo urbano. En nuestro deporte se acentúa, hay muchas más personas que practican la Orientación con implicación de padres y madres.

Marta Armisén: Es más fácil que el hábito deportivo perviva si toda la familia lo practica al mismo tiempo. Al habituarse desde edades muy tempranas se establecen lazos de amistad y convivencia con otros iguales, que permanecen en el tiempo y fomentan seguir practicando el deporte.

LA MUJER ENCUENTRA EN LA ORIENTACIÓN UN DEPORTE QUE SE ADAPTA A SU ESTADO DE FORMA FÍSICA Y SU NIVEL TÉCNICO.

En esta modalidad familiar, ¿qué es lo más importante?

Esther Gil: Que haya continuidad. Es necesaria una evolución continua, pero para ello es necesario practicarlo regularmente. Aunque nunca es tarde para aprender.

¿Dentro de la competición en familia hay las mismas responsabilidades o las pruebas se adaptan a las edades?

Marta Armisén: La dificultad del recorrido depende de la edad de quien participa y se va complicando técnicamente en relación a la edad. Del mismo modo, la dificultad física va disminuyendo a partir de una determinada edad. De forma que las edades menores tienen un recorrido fácil y corto que se va alargando en distancia conforme son más mayores y a partir de 35 años los recorridos son muy técnicos y se acortan en función de la edad hasta la última categoría oficial de mayores de 65 años. Para las personas que

federación española de orientación

entrevista

Foto: corredora en competición

se inician en el deporte hay categorías de menor nivel técnico hasta obtener la suficiente experiencia.

¿Tienen muchas orientadoras en alto nivel que se hayan iniciado en el deporte con su familia?

Esther Gil: Un porcentaje alto. Aunque hay orientadoras que también se han iniciado solas. Pero estas últimas se han iniciado ya de adultas. Si hablamos de buenos resultados a nivel internacional, la gran mayoría lo habían practicado desde pequeñas con su familia.

¿Cómo animamos a las personas que quieran probar la orientación y dónde pueden informarse para participar en una prueba?

Marta Armisén: En la página web de la Federación Española de Orientación http://www.fedo.org/ tenéis la información disponible de las federaciones territoriales de orientación y de los clubes de la comunidad. También se publica información del calendario oficial, así como otras actividades de orientación y también podéis pedirnos información específica en el correo: secretaria@fedo.org.

federación española de orientación

entrevista

Foto: bicicleta preparada.

MODALIDADES*

O-PIE, a pie
O-BIKE, en bici
O-SKI, con esquíes
O-TRAIL, en silla de ruedas

*En España, el Consejo Superior de Deportes ha reconocido la modalidad de Raids de Orientación como una disciplina acogida en la Federación Española de Orientación, que se realiza por equipos de 2 o 3 personas.

CATEGORÍAS*

Todas son individuales

SPRINT, 12-15 minutos
MEDIA, 20-25 minutos
LARGA, 45-60 minutos

*Existen algunas categorías promocionales en parejas y una categoría de larga distancia (6 horas) M-ROGAINE, que se desarrolla en equipo y está creciendo en popularidad.

Foto: Modalidad en silla de ruedas.

orientación

sigue sus pasos

Alicia Cobo Caballero (Madrid, 1976)
Ingeniera forestal
Club Navaleno-O (Soria, España), Sk-Pohjantähti (Fin)

Mejores resultados:

Campeonatos de España
- CEO2013: 3ª en larga, media, sprint y relevos
- CEO2010: 2ª en sprint
- CEUO2011: 1ª en larga y 3ª en media
- CEUO2010: 1ª en sprint y 3ª en larga

Resultados internacionales
- WOC 2013: 39ª en final de Larga y 43ª en final de Sprint
- Copa Latina 2013: 1ª sprint, Rumanía
- 20ª en VENLA -relevos 2013, Finlandia
- WOC 2010 y 2011: Seleccionada en Sprint.
- Cto Ibérico 2010: 1ª sprint, Portugal

Siempre había hecho deporte, pero hace cinco años alguien le habló del deporte de orientación y sintió mucha curiosidad. Se puso en contacto con la Federación Española de Orientación y allí le llevaron a su primera carrera. Desde entonces no ha dejado de competir. "Es un continuo reto para el cuerpo y la mente. Leer un mapa mientras corres es una experiencia única y un verdadero desafío. Además algo que me encanta de la orientación es ver en el bosque corriendo desde niñas y niños de apenas 4 años hasta personas con 90 años!"

Foto: Alicia Cobo- final de Larga WOC 2013
Autor: Kimmo Hirvonen

orientación

sigue sus pasos

Foto: Alicia Gil corriendo en competición

Alicia Gil Sánchez (Onil, 1988)
Magisterio en Educación Física
Club Centre Esportiu Colivenc

Mejores resultados:

Campeonatos de España
- 3 títulos nacionales de relevos
- 5 subcampeonatos de relevos
- Subcampeona de larga y sprint (2012)
- Campeona de España junio (2007)

Resultados internacionales
- Mundial Universitario 2012: 3ª en relevos y 8ª en sprint.
- Europeo juvenil 2006: 7ª en relevos y 11ª en larga.
- Participación en 4 campeonatos de Europa juveniles y cadetes (EYOC), 4 campeonatos mundiales junior (JWOC), 2 mundiales absolutos (WOC),1 campeonato del mundo universitario (WUOC) y 3 copas latina.

Empezó practicando este deporte en las pruebas familiares. Cuando tuvo la edad y el conocimiento suficiente, empezó a participar sola. Con 11 años ya corría el campeonato de España en Valladolid.
Eligió la orientación, "porque es distinto a los demás deportes. Requiere varias capacidades: la forma física y la técnica de interpretar los mapas y navegar con ellos. Todo esto hace que sea más entretenido y divertido".

orientación

sigue sus pasos

Anna Serrallonga (Barcelona, 1989)

Ingeniera Técnica en Topografía.
Club Go-Xtreme

Mejores resultados:

Campeonatos de España

- 2013: 1ª en larga, media y relevos; 2ª en sprint
- 2012: 1ª en larga, media y relevos; 3ª en sprint
- CEUO2013: 1ª en larga, media y sprint
- CEUO2012: 1ª en larga y sprint; 2ª en media

Resultados internacionales

- WOC 2013: 41ª en final de Larga y 18ª en Relevos
- WOC 2012: 33ª en final de Media y 39ª en final de Larga
- WOC 2011: 26ª en final de Larga y 13ª en Relevos
- WUOC 2012: 3ª en Media y Relevos
- COMOF 2013 (Antalya, Tur): 1ª en Sprint, 2ª en Larga y Media.

Se inició en la orientación en familia. Pero fue a los 13 años, en un campeonato de España escolar, donde se "enganchó" a la competición. Pronto estaría en la Liga Nacional y sería seleccionada para correr europeos juveniles, mundiales junior, hasta llegar a la élite donde ha sido la primera corredora española en lograr un doblete en un Mundial Universitario consiguiendo el bronce en la Media y en Relevos. "He tenido la oportunidad de viajar a muchas competiciones y conocer muchos rincones de Europa. Pero sobretodo, he conocido a mucha gente y he vivido muchas experiencias que no cambiaría por nada."

Foto: Anna Serrallonga, Final de Larga WOC2013
Autor: Kimmo Hirvonen

orientación

sigue sus pasos

Annabel Fernández Valledor

(Worthing, GB, 1970) Bióloga. Profesora Universitaria de Inmunología
Club Badalona-Orientació

Mejores resultados:

Campeonatos de España

- 2007: 1ª en sprint
- 2013, 2012, 2011, 2001 y 1999: 1ª en relevos
- Subcampeona de España en todas las disciplinas en múltiples ocasiones de 2005 a 2013.

Resultados internacionales

- Finalista A en múltiples Campeonatos del Mundo Individuales (2005-2013). Mejor posición, 25a (Francia, 2011) en Larga.
- Copa del Mundo: 21ª(Italia, 2005) en Sprint y 9ª en Relevos
- Campeona de Norteamérica - modalidad Rogaine, categoría mixta (2000-2001)

Un amigo le invitó a una carrera de iniciación cuando tenía 28 años y encontró el deporte de su vida, "estar yo sola, en plena naturaleza, con un mapa en las manos y resolviendo problemas de orientación me produjo tal sensación de satisfacción y estaba tan en sincronía con mi personalidad", que poco después empezó a competir. Pero motivos profesionales la llevaron a Estados Unidos, donde continuó su carrera deportiva y a su regreso, en el 2004, es seleccionada para el Europeo y los Mundiales, cita a la que no ha faltado desde entonces. Además ha sido vocal del Comité de Competición de la Federación Catalana y miembro de la junta directiva de su club.

Foto: Annabel Fernández pasando un control en competición
http://runners.worldofo.com/annabelvalledorfernandez.html

orientación

sigue sus pasos

Foto: Ona Ráfols con mapa y brújula en la mano en competición

Ona Ráfols Perramon (Barcelona, 1988)

Licenciada de Medicina y estudiante del MIR
Club Orientació Cataluña

Mejores resultados:

Campeonatos de España
- 2011: 1ª en sprint, media, larga y relevos
- 2012: 1ª en sprint y relevos, 2ª en media

Resultados internacionales
- WOC 2012: 40ª en final de Media
- WOC 2011: 13ª en final de Relevos
- WOC 2010: 27ª en final de Sprint
- WUOC 2012: 3ª en Relevos
- WOC Junior 2008: 9ª en final de Relevos

Sus inicios en este deporte no fueron casualidad. Desde muy temprana edad todos los fines de semana la familia se iba a la montaña y, cuando un amigo les invitó a probar la Orientación, toda la familia se enganchó. Ona tenía 8 años.
Con 14 años fue seleccionada por primera vez, como cadete, y ha ido evolucionando hasta llegar a la categoría senior, donde el año pasado conseguía el bronce en el Mundial Universitario celebrado en Alicante. Para ella lo que más le atrae de la Orientación es, "conocer nuevos países, nueva gente, distintas montañas. Compartir momentos con gente que ama el deporte, la naturaleza y la sensación de libertad."

orientación

sigue sus pasos

María Prieto del Campo (Madrid, 1998)

Estudia 4º de la E. S.O.
Club de Orientación de Colmenar Viejo

Mejores resultados:

Campeonatos de España
2010: 1ª en Larga y 4ª en Media
2011: 2ª en Media
2012: 1ª en Media, 2ª en Larga y Sprint
Campeonato de España Escolar
2012: 1ª en Larga, Media y Sprint
Resultados internacionales
Mundial Escolar 2013: Bronce en Larga

Empezó a los 11 años animada por su hermano, que ya practicaba la Orientación. Sólo un año más tarde, en el 2010, participaba en el primer Campeonato de España y ganaba la modalidad larga. En el 2011 se inscribe en la Liga Nacional y termina en primera posición, al igual que en la Liga Autonómica de Madrid y la Liga Escolar. El año pasado arrasaba en el Campeonato de España Escolar al ganar cuatro medallas de oro a nivel individual. Basa su pasión por este deporte en "el disfrute de la naturaleza, el gran espíritu deportivo y el compañerismo existente en la comunidad de deportistas de Orientación."

Foto: María Prieto corriendo en competición

orientación

sigue sus pasos

Yara Bores Escudero (Aguilar de Campoo, 1996)
Cursa Segundo de Bachillerato
Club ORCA

Mejores resultados:
Campeonatos de España
- 2007: 1ª en D-12
- 2008: 1ª en D-12
- 2010: 1ª en Media y Larga en D-14
- 2013: 1ª en Larga en D-18

Campeonato de España Escolar
- 2012: 2ª en categoría cadete
- Resultados internacionales
- Mundial Escolar 2013: Oro en Media, 12ª en Larga
- Copa países latinos: 1º en Larga y Sprint

La primera vez que oyó hablar de este deporte fue en el 2006, porque en su pueblo, Aguilar de Campoo, se organizaba el Campeonato de España de Orientación. Toda la familia fue a ayudar en la organización y desde aquel día empezaron a participar en las pruebas que podían, porque ella jugaba a baloncesto y debía compaginar los dos deportes. Ha seguido jugando hasta la temporada pasada, que decidió dedicarse plenamente a la Orientación. "Me gusta porque es uno de los pocos deportes donde toda la familia puede participar, me encanta ir con ella y comentar después el recorrido. Es algo que no cambiaría".

Foto: Yara Bores repasando el mapa corriendo en competición

orientación

sigue sus pasos

Foto: corredoras en un control junto a un puente de piedra

CONTACTA

Más información en la página web de Mujer y Deporte de la Federación Española de Orientación: **http://www.myd.fedo.org/** y en el correo electrónico **mujerorientacion@fedo.org.**

Las fotos de este apartado han sido cedidas por Jordi Abanell (Federación Española de Pelota)

JUDITH CAMPOY ÁLVAREZ (Barcelona, 1971)

Lleva la pelota en la mano desde que tenía poco más de cinco años. Empezó a ir a los frontones con su familia y, mientras su padre y su madre descansaban entre partido y partido, ella cogía las raquetas de madera e intentaba emularles. Así se inició en un deporte, la pelota, que forma parte de su vida.

Ha sido muchas veces campeona de España de frontenis y ha jugado en la primera categoría masculina hasta que lo dejó para seguir la pelota desde la contracancha, ese lugar desde el que la figura arbitral dirige los encuentros.

Foto superior: Judith Campoy después del arbitraje de un encuentro.
Foto inferior: Judith Campoy en pleno juego.

pelota
arbitraje

Judith Campoy es jueza internacional desde el 2011 y es la única mujer de la Junta directiva de la Federación Catalana. Deportista, jueza y directiva, un triangulo poco frecuente que Judith Campoy ha sabido integrar en su vida.

¿Cómo se inició en el mundo de la pelota?

Me inicié con la afición de mi padre, que hizo que nos hiciéramos socios de un club donde había frontones y pistas de squash. Al final jugábamos toda la familia, mi padre, mi madre, mi hermano y mi hermana. En este club llamado K-18 estuvimos dos años y luego pasamos a otro más familiar llamado Tenis Key del cual todavía a día de hoy somos socios. Aquí empecé a jugar con más niñas y señoras (yo tenía 8 años). Después, con el paso de los años, los hombres me llamaban para jugar con ellos cuando les faltaba uno, hasta que a la edad de 16 años el encargado del club K-18 me propuso la idea de federarme y participar en competición. Para entonces mi padre ya lo hacía en la categoría de veteranos y mi hermano en la de juvenil. Me pareció un buena idea y muy interesante.

"DEBES DAR EL 100% PARA QUE SE OLVIDEN DE QUE ERES UNA MUJER"

¿Había muchas mujeres como usted compitiendo? ¿Y jugando a nivel recreativo?

En los años 90 había en Cataluña una decena de clubes con participación a nivel de competición. Eran chicas de entre 20 y 40 años que competían en una liga de 10-12 equipos divididos en dos grupos. La competición era la única manera de poder conocer más jugadoras, ya que a nivel recreativo por mi edad y al no estar dentro del mundo del frontenis no podía haber llegado a conocer a tantas. Es verdad que en Cataluña hay mucha afición al frontenis pero a nivel recreativo es más cerrado, son mujeres y chicas que juegan sobre todo en verano y en los lugares de veraneo. Y acceder a ellas si no tienes contactos es difícil. Dentro del mundo de la competición era más fácil.

Usted fue de las que decidió jugar a nivel competitivo. ¿Qué le atrajo de la competición?

La competición me ofreció la oportunidad de poder jugar con más chicas de mi edad e incluso mayores, por eso acepté la oferta del Sr. Lozano y me federé por el K-18. Mi primera temporada fue la 1989-1990. No ganamos ni un partido, pero eso no era lo más importante, lo mejor era ver que había muchas chicas y poder jugar con ellas.

¿La falta de mujeres en su deporte frenó su carrera deportiva?

Cuando empecé había muchas mujeres jugando a frontenis y compitiendo: Terrassa (con 4 equipos), Barcelona capital(con 4 clubs), Igualada, Lérida, Sant Fost de Campcentelles, Sant Martí de Sesgueioles. Estuve jugando campeonatos de Cataluña en la modalidad femenina hasta la temporada 2000-2001, año en el que el número de participación femenina descendió hasta cuatro parejas y la Federación Catalana de Pelota nos ofreció la opor-

tunidad de competir en 3ª categoría masculina y llegar hasta donde pudiéramos.

¿Qué modalidad es la que más le gustaba jugar?

La modalidad que más he practicado es el frontenis preolímpico, ya que el frontenis olímpico mucho más técnico lo empecé a practicar tarde después de los juegos de Barcelona'92. Las cuatro parejas de chicas que quedábamos empezamos a practicarlo, pero requiere de unas instalaciones cerradas con redes, más preparadas y por desgracia no en todos los clubs se dan estas circunstancias. Empezamos a competir a frontenis modalidad olímpica en 1995 y lo dejé en el 2008. Yo por entonces tenía 37 años y me veía compitiendo con niñas de 14. El tiempo y las ganas son muy decisivas en la pelota olímpica y por ello dejé la competición oficial.

¿Compaginó su carrera deportiva con la arbitral?

Mientras jugaba no podía compaginarlo, fue a partir del 2000 donde empecé como jueza territorial a arbitrar los partidos de mis compañeros que se disputaban en casa en el Tennis Key, siempre que no tenía que jugar fuera de casa. Y a partir del 2006-2007 fue el último año de competición del campeonato de Cataluña y me pude dedicar de lleno al arbitraje. Entonces disputaba el campeonato de España de Paleta Goma en trinquete y la liga está concentrada en un solo mes, con lo cual podía arbitrar cuantos más partidos mejor.

¿Cuándo decidió quedarse en la contracancha para arbitrar partidos?

En 2006 me presenté a examen de juez nacional y al año siguiente empecé a arbitrar como jueza nacional de pala y paleta cuero masculina en campeonatos de España de clubes, copas de Europa y demás eventos disputados en Barcelona. En el 2010 me retiré de la competición oficial y me dediqué por completo al arbitraje.

Foto : Judith Campoy en una entrega de trofeos

pelota
arbitraje

Foto : Judith Campoy en competición

¿Qué le atrae de la faceta del arbitraje?

Lo que más me atrae es poder estar dentro de la cancha, compartiendo tensión, nervios y sobre todo la satisfacción de hacerlo bien, como cuando ganas un partido.

¿Cuál es la principal dificultad que se encuentra a la hora de arbitrar?

Por mi parte, ninguna. Quizás los hombres todavía ven raro que una mujer esté en la cancha con ellos y duden que lo puedas llegar a hacer bien. Al igual que cuando disputas un partido, arbitrando sientes que debes dar el 100% de ti para estar a la altura o para que te consideren que eres una buena árbitra y se olviden del hecho de que eres una mujer.

¿Había otras mujeres arbitrando en el mundo de la pelota cuando empezó?

A nivel territorial en Cataluña yo no he conocido a ninguna. A nivel nacional he conocido dos en la modalidad de frontenis olímpico. A partir del 2008 en pelota goma argentina hay más participación femenina tanto jugando como arbitrando.

Desde el 2011 es jueza internacional de pelota de goma y ha dirigido eventos de la categoría del Mundial sub-22. ¿Se ven más mujeres jugando fuera de nuestras fronteras?

Si, se juega a frontenis pelota olímpica y paleta goma argentina en trinquete y también en frontón de 30 metros en los países de Francia, Argentina, Chile, México, Uruguay, Venezuela y Cuba.

pelota arbitraje

Dejó la competición en el 2010 para dedicarse de lleno a la gestión federativa y al arbitraje. ¿Qué objetivos se marcó en estos ámbitos?

Promocionar y potenciar la implicación de la mujer tanto en el mundo del deporte como a nivel federativo y aumentar y a la vez poder nivelar al 50% la presencia de la mujer. Luchar y trabajar por y para la mujer.

¿Qué le animó a tomar parte de la junta directiva de la federación catalana de pelota?

El momento y la situación deportiva en la que me encontraba. Contaba con experiencia deportiva y con ganas de trabajar a nivel federativo, para mejorar la situación y para devolverles lo que ellos me habían dado. Principalmente quería aportar ideas nuevas, juventud, frescura y trabajar para los y las deportistas con una visión femenina, para cubrir y entender las necesidades de la mujer en el mundo del deporte.

¿Es la única mujer en la federación?

Estoy en la federación desde el 2007 y de momento soy la única mujer.

Usted es la responsable de las modalidades femeninas en la federación catalana. ¿Qué tipo de actividades realizan para atraer a las mujeres a los frontones?

Escuelas de pelota durante todo el año y campus de verano en los meses de julio (mediados de junio y mediados de septiembre), así

Foto : Judith Campoy arbitrando un partido de la liga masculina.

pelota arbitraje

como torneos específicos donde hemos animado a los diferentes clubes con participación infantil y juvenil a que realicen opens, así pueden jugar cada una como mínimo un open al año en su club y rodeadas de su gente.

¿Ha mejorado la presencia de las mujeres desde la creación de estos programas?

Sí, tenemos más participación, pero dada la situación económica y el momento en el que estamos, donde los deportes colectivos y de grupo son unos rivales muy fuertes para nuestro deporte, no estamos creciendo como nos gustaría.

"QUEDAR CON AMIGAS Y HACER UN PARTIDO ENTRE SEMANA O EL FIN DE SEMANA ES MUY BENEFICIOSO TANTO SI ERES UNA MUJER TRABAJADORA DENTRO O FUERA DE CASA."

Desde su experiencia como jugadora, jueza y directiva. ¿Cómo animaría a las mujeres a que conozcan la pelota?

Primero animaría a los progenitores, creo que inculcar el deporte en hijos e hijas es fundamental. En cuanto a las mujeres les diría primero que nunca es tarde, que es un estilo de vida y que la práctica de la pelota en cualquiera de sus modalidades (frontenis, pala, paleta goma, cesta punta) les ofrece: primero practicar un deporte en el que entra en juego la diversión, el trabajo, la lucha, la competitividad, el esfuerzo, la superación y lo más importante el reconocimiento y la recompensa, e incluso para relacionarse. Es un deporte que incluso puedes practicarlo solo con una raqueta, una pelota y una pared. Donde entra en juego tu habilidad, la concentración, la estrategia, coordinación y donde siempre obtienes un beneficio físico y mental e incluso la mayoría de las veces es una forma de escape, contra el estrés y para olvidarte de problemas cotidianos. Quedar con amigas y hacer un partido entre semana o el fin de semana es muy beneficioso tanto si eres una mujer trabajadora dentro o fuera de casa.

Un consejo para futuras jugadoras, juezas o gestoras.

A jugadoras: que disfruten del deporte cuando lo estén practicando, divertirse y sentirse bien consigo misma. Y si han competido, que no dejen de jugar cuando se retiran.

A juezas: disfrutar de tu trabajo, vivir cada partido como si se tratase de una final, intentar hacerlo bien, tener la mente fría y ser objetiva.

A gestoras: luchar por el deporte, intentar que nuestra modalidad llegue lo más alto posible y conseguir formar los y las mejores deportistas y facilitarles el camino al éxito.

Foto : Judith Campoy recibiendo un trofeo

Foto: María Luengas en piragüa en el Mar.
Autor: Alejandro Fernández Gómis

María Luengas

(Madrid, 1992)

Salvamento y socorrismo

Las fotos de esta sección han sido cedidas por la Real Federación Española de Salvamento y Socorrismo

salvamento y socorrismo

maría luengas

MARIA LUENGAS MENGUAL (Madrid, 1992)

Nació en año olímpico y, aunque se crió en el centro de España lejos de la playa, siempre le atrajo el agua.
Nada desde que tenía 3 años y a los 11 ya empezaba a conquistar sus primeras medallas en los campeonatos de España de Natación. Pero, cuando con 15 años descubrió el Salvamento y Socorrismo, le atrajo el reto de nadar, correr, salvar obstáculos, rescatar una vida. Esta modalidad que en España relacionamos con la época de estío y vacaciones, tiene un altísimo nivel de competición y en nuestro país contamos con figuras como la de María Luengas, doble campeona del mundo de la especialidad.

Foto: María Luengas en competición con muñeco .

Sus inicios en la natación la han convertido en una de las deportistas más completas en pruebas de piscina. Desde junior empezó a destacar a nivel internacional, obteniendo el subcampeonato de Europa junior, en la prueba de los 50m rescate maniquí, plata también en los 100m socorrista y el bronce en

salvamento y socorrismo

maría luengas

Foto: María Luengas mirando el marcador tras una prueba.

los 100m combinada. Incluso participó, siendo todavía junior, en los Mundiales de Alejandría en el 2010 consiguiendo una magnífica sexta posición hasta en cinco pruebas diferentes.

Luengas, pertenece al Club Alcarreño de Salvamento y estudia un Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte en la Universidad de Alcalá, pero cuando se marcó como objetivo disputar el Mundial Absoluto de Australia de 2012, no sólo buscaba la medalla. Esta joven socorrista quería ir allí para estar con los mejores equipos del mundo y aprender en un país en el que el Salvamento y Socorrismo tiene una alta consideración social y profesional. La alcarreña viajó a Adelaida como parte de la selección española que nos representaría en el Mundial y, pese a no ser una de las favoritas en la prueba, logró alzarse como Campeona del Mundo en los 100 metros socorrista con una de las mejores marcas de todos los tiempos: 1.00.97, a sólo 5 décimas del récord del mundo. Una gran actuación que repitió en la prueba de 100 metros Rescate con Aletas, alzándose de nuevo con el título mundial.
Con dos oros en el cuello, decidió quedarse a entrenar en la Gold Coast australiana, formando parte del Northcliffe club, el actual campeón del mundo por equipos. Su experiencia en las antípodas, le ha servido para mejorar en las pruebas de playa en las que empieza a despuntar.

Este verano, participó en los Juegos Mundiales de Cali, y volvió a demostrar su altísimo nivel proclamándose subcampeona en 100 socorrista y logrando la cuarta posición en 100 maniquí aletas. Dos nuevos éxitos que confirman el nivel de una deportista que, a buen seguro, continuará cosechando medallas para España.

En el siguiente enlace podéis ver la prueba disputada en Cali.

http://rfess.es/videos/item/world-games-2013.html

salvamento y socorrismo

maría luengas

sigue sus pasos

2008-2009 (júnior):
CAMPEONATO DE EUROPA JÚNIOR ,EINDHOVEN .
Subcampeona de Europa 50 Rescate de maniquí.
3ª Europa ,Bronce 100 Combinada.

2009-2010 (júnior):
CAMPEONATO DE EUROPA JÚNIOR , AMBERES (BELGICA) :
Subcampeona de Europa 100 socorrista
4ª clasificada 50 Rescate de maniquí.

CAMPEONATO DEL MUNDO ABSOLUTO ALEJANDRIA (EGIPTO) :
6ª en 100 Socorrista, 100 Rescate de maniquí aletas , 100 Combinada, 50 Rescate de maniquí, 200 Supersocorrista. y finales en los relevo

Foto: María Luengas mirando el marcador tras una prueba.

2010-2011 (absoluta):
CAMPEONATO DE EUROPA ALICANTE 2011 :
Campeona de Europa 200 Supersocorrista
Subcampeona de Europa 100 Socorrista.

2011-2012 (absoluta):
CAMPEONATO DEL MUNDO ADELAIDA (AUSTRALIA)2012:
Campeona del Mundo 100 Socorrista y en 100 arrastre aletas

2012-2013 (absoluta):
WORLD GAMES(Cali, COLOMBIA)2013:
Subcampeona del Mundo 100 Socorrista
***Campeona de España desde 2008 en varias pruebas ,de piscina y playa.*

Foto: María Luengas en la salida de una prueba.

Sagrario Aguado Nadal

(Madrid, 1949)

El pasado 4 de octubre se jubilaba una de las atletas españolas que marcaron el resurgimiento del atletismo en nuestro país.

Foto: Sagrario Aguado descansando entre pruebas

Todas las fotos de competición de este artículo han sido cedidas por la Real Federación Española de Atletismo

atletismo

Sagrario Aguado

Sagrario Aguado Nadal ha dedicado su vida al deporte desde muy joven. Primero en las pistas donde dejó su impronta en el salto de altura siendo la primera persona en nuestro país que utilizó la técnica de Fosbury. Más tarde en los despachos como asesora del Secretario de Estado, relaciones públicas y protocolo para el Comité Olímpico Español en diversos JJ.OO., y en la promoción del deporte universitario dentro del Consejo Superior de Deportes, puesto en el que ha alcanzado la edad de jubilación.

Deja su despacho con la sensación de que puede hacer más, "creo que siempre se puede hacer más y yo intentaré aportar todo lo que pueda en este campo y aprovechar toda la experiencia adquirida a lo largo de estos años." Ese espíritu de superación, de intentar siempre elevar el listón, lo aprendió del deporte, "ha sido parte de mi formación, una forma de vida, de sentir, de pensar. Me ha aportado muchos valores que después he podido trasladar al mundo laboral y me ha hecho ver la vida con otro talante, saber ganar, perder, superarme ante un mal día y levantarme de nuevo."

Pese a que todo el mundo la conoce por su carrera de atleta, sus inicios fueron en el baloncesto. Empezó con un equipo de Hermandades del Trabajo, después en el Madrileño y jugó en Primera Nacional con el Medina Almudena, con cuyas componentes mantiene una gran amistad. Su llegada al atletismo fue, "de pura casualidad, a través de mi hermana mayor que tenía amigos que trabajaban en el antiguo SEU, (Sindicato Español Universitario) y fue a ayudarles a la preparación de la Universiada de Budapest. Les comentó que tenía una hermana a la que le gustaba mucho el deporte, le dieron una dirección y un nombre, el de Bernardino Lombao y allí me presenté. Me hicieron unas pruebas de carreras, saltos, etc. Me citaron para empezar a entrenar y ya no lo dejé."

> "EL DEPORTE ES UNA FORMA DE VIDA, DE SENTIR, DE PENSAR"

Era 1966, hacía tan sólo tres años que las mujeres habían vuelto a las pistas de atletismo tras levantarse la prohibición que impidió a las españolas practicar este deporte durante dos décadas. Sagrario no estuvo en la primera selección de atletas que se realizó en 1963 ni participó en el "primer" campeonato de España pero, sin saberlo, después fue un referente para muchas, "ahora al cabo del tiempo es cuando me doy cuenta de lo que hicimos un grupo de mujeres que nos pusimos el mundo por montera y apostamos por hacer aquello que nos gustaba."

atletismo

Sagrario Aguado

Foto: Sagrario Aguado saltando altura en estilo Fosbury

No era habitual ver mujeres en chandal o pantalón corto, corriendo o saltando, pero nunca se sintió discriminada, "fui una persona muy bien tratada y respetada por los medios de comunicación". Tampoco podían permitirse dedicarse en exclusiva a su deporte, compaginaba los entrenamientos con sus estudios y el trabajo, "en aquel momento era lo que tocaba y ni me lo plantee. Quizá si hubiera entrenado mas, mis resultados habrían sido mejores, pero en ningún caso me arrepiento de lo que hice. Actualmente hacer todas esas cosas sería impensable ya que ahora las deportistas de élite son profesionales de sus deportes, aunque en la mayoría de los casos sin ser remunerados."

A ella le gustaba la altura, pero también la longitud, la velocidad, las vallas..., "en aquel momento, si tenías condiciones, podías hacer varias pruebas no como ahora que hay que especializarse más. Me dediqué a la altura porque fue donde más destaqué, aunque hubo un año que hice en exclusiva longitud, porque decían que podía pasar de seis metros, pero me quedé en 5,85. Precisamente, el último día de esa temporada había una pruebas en Vallehermoso y me apunté a la altura para probar. Para mi sorpresa hice récord de España, fue en ese momento cuando decidí que debía volver a la altura, que era mi prueba definitiva."

Foto: Sagrario Aguado saltando altura en estilo rodillo ventral

Entrenaba en la Ciudad Universitaria, donde al principio no había foso para saltos, pero Aguado

atletismo

Sagrario Aguado

fue la primera persona en adaptar su salto al revolucionario estilo de Dick Fosbury, "a la vuelta de los JJ.OO. del 68 en México mi entrenador, Bernardino Lombao, me comentó que íbamos a probar el nuevo estilo. El problema es que no había fosos, saltábamos sobre tierra y luego sobre sacos de goma espuma. El primer foso lo importó de Italia mi entrenador y cuando saltaba fuera del lugar donde estaba instalado, tenía que volver al estilo antiguo. Al principio saltaba un poco como Dios me dio a entender, pero es verdad que conseguí subir centímetros y volví a hacer varios récord de España."

Rompió moldes en la pista y fuera de ella, porque fue de las primeras atletas que continuaron en competición tras haber sido madre, "para una mujer la maternidad es lo mejor que le puede pasar, pero no quiere decir que tenga que romper con el resto de las actividades que llenan su vida. Yo continué y mi primer hijo comenzó a andar cogido a las espalderas del CSD. Después llegó a ser internacional en lanzamiento de martillo y hoy es Campeón del Mundo de veteranos en su categoría".

Guarda muy buenos recuerdos de aquellos primeros años del atletismo en los que para muchas, "era una forma de viajar, de salir al extranjero, de conocer otras culturas y relacionarte con muchas personas de las que siempre se aprende". Pero de sus muchas competiciones, recuerda especialmente las dos en las que recuperó su récord de España, "la primera vez tardé una semana en recuperarlo y la segunda, tuve la mala suerte de que me lo quitaran el último día de la temporada en una competición en la que yo no participaba, así que tuve que esperar a la nueva temporada para recuperarlo. Cuando lo conseguí me lleve una gran alegría".

Ahora ve con envidia sana las actuales competiciones. Se retiró después de ser madre por segunda vez, pero ha seguido siempre ligada al deporte en puestos de gestión con dos objetivos claros, "ayudar al deportista para que

Foto: Sagrario Aguado saltando longitud

atletismo

Sagrario Aguado

tenga una mejor formación integral e intentar que la mujer cada vez vaya escalando mas niveles en el campo de la gestión." Su lucha en este aspecto le llevó a formar parte de la Fundación Mujer y Deporte, a raíz de la cual surgió la Comisión Mujer y Deporte del COE, "fue una iniciativa de varias mujeres de distintos deportes y estudiosas de la educación física junto a un hombre que no debemos olvidar, Ángel Iglesias, nos unimos para intentar hacer más fuerza y que nos escucharan. En ese grupo estaban Miriam Blasco, Mercedes Coghen, Susana Mendizábal, Gema Hassen-Bey, Élida Alfaro, Benilde Vázquez y otras muchas mujeres. Aprovecho la oportunidad para darles las gracias por esa gran semana que organizamos que se llamó SEMUDE (Semana Mujer y Deporte) y que tuvo una gran repercusión en los medios.

Foto: Sagrario Aguado en el CEU 2012 TENIS MESA

Iniciativas como esta y la implementación de programas específicos para la promoción de la mujer en el ámbito deportivo han permitido que el panorama actual sea muy diferente al que se encontró Sagrario Aguado cuando inició su carrera deportiva, "Evidentemente todo ayuda, pero creo que todavía hay mucho camino por recorrer, aunque afortunadamente ya vamos viendo mujeres en puestos directivos y de gestión." Para Sagrario Aguado, nos falta tiempo para ver a más mujeres en puesto de toma de decisión, "cada vez hay más. En este momento tenemos una Directora General de Deportes, Ana Muñoz. Merceces Coghen fue Consejera delegada de MADRID 2016, Theresa Zabell es la vicepresidenta del COE, Marisol Casado miembro del COI, pero en el mundo federativo todavía no ha cuajado." Algo similar ocurre en una esfera que conoce muy bien, el deporte universitario donde, pese a que no hay ninguna discriminación, "es verdad que los responsables en su mayoría son hombres, pero ya son muchas las mujeres que se van integrando en los Servicios de Deportes y cada vez más las mujeres que practican."

De su paso por todos los puestos que ha desempeñado se queda con las personas y el cariño que le han dado. Ahora se dedicará a inculcar a sus nietos la pasión por el deporte "desde la educación y la formación, e intentaré ayudar en todo aquello que me pidan para el deporte"

Desde aquí le agradecemos todos los años que le ha dado al deporte y el mensaje que deja para todas las mujeres que trabajan en el ámbito deportivo, tanto a las noveles como a las veteranas: "Que no se desanimen, el tiempo da sus frutos. Que se sientan orgullosas de hacer lo que están haciendo porque, sin darse cuenta, están ayudando a mucha gente."

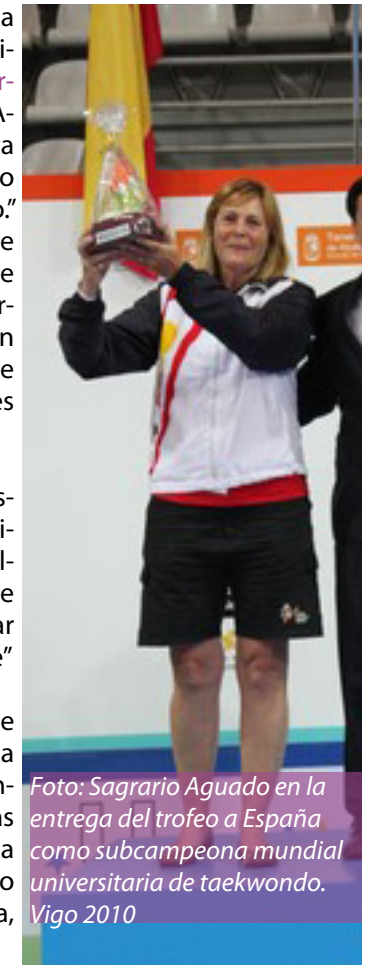


Foto: Sagrario Aguado en la entrega del trofeo a España como subcampeona mundial universitaria de taekwondo. Vigo 2010

Se cumple el cincuenta aniversario del restablecimiento del atletismo femenino en nuestro país.

Foto: Artículo revista Campeón 1932

Fotos revista Campeón: extraídas del fondo de la Biblioteca del CSD, con el consentimiento del Archivo de ABC

atletismo

50 años de atletismo femenino

El atletismo femenino estuvo prohibido en España de 1939 a 1963. Más de dos décadas de ausencia que ha provocado que tengamos dos generaciones distintas de pioneras.

Con la instauración de la Segunda República nacía una generación de atletas que, durante los años 30, demostraron su pasión por el deporte y sus habilidades tanto en carreras como en las técnicas pruebas de lanzamientos. La mayoría de ellas eran deportistas polivalentes que practicaban, además de atletismo, esquí, natación o tenis, como las hermanas Moles, Margot y Lucinda, Aurora Villa, Dolores y Rosa Castelltort, Clara Ribé, Emilia Trepat o Ana María Martínez Sagi. Desde 1929 se tiene constancia de competiciones femeninas y se registran las primeras marcas homologadas. Dos años más tarde, en octubre de 1931, se celebra el primer campeonato de España femenino oficial en el Campo de la Sociedad Atlética de Madrid y, pese a la inclemencia del tiempo y el mal estado de la pista por las torrenciales lluvias caídas durante toda la competición, se anotaron los primeros récords y los nombres de las primeras campeonas nacionales.

Rosa Castelltort se imponía en los 80m lisos con récord de España y en los 150m; su hermana Dolores se hacía con el título nacional en los 80m vallas y la longitud; María Luisa Oliveras en los 600m; Aurora Villa, en altura; la poetisa, Ana María Martínez Sagi, en jabalina; Ana Tugas en peso y Margot Moles en disco. Precisamente esta última, Margot Moles lideró durante más de cuarenta años el ranking mundial de lanzamiento de martillo, con un récord no homologado porque esta disciplina no estaba reconocida en la categoría femenina. Curiosamente, su hermana Lucinda Moles y Aurora Villa, figuran también en ese ranking como las primeras mejores marcas mundiales de martillo de la historia. Margot Moles sería además la primera mujer española en participar en unos Juegos Olímpicos de Invierno en 1936.

Se celebraron tres ediciones más de los campeonatos nacionales: 1932, 1933 y 1935. La Guerra Civil paralizó toda competición, pero en 1939 lejos de reanudarse, el franquismo prohibió el atletismo a las mujeres por considerarlo "masculinizante" y estas pioneras, así como las jóvenes que empezaban a seguir sus pasos, desaparecieron de las pistas. Tan sólo casos aislados como el de María Victor, ganadora de 1948 a 1951 de la popular carrera "Jean Bouin", permitió ver a mujeres en competición.

Tuvieron que pasar veinticuatro años para salir del oscurantismo y reiniciar desde cero el atletismo femenino. En 1963 se autorizaba a las mujeres a competir en el 43º Campeonato de España de Atletismo, quinto para ellas. El estadio de Montjuic sería el escenario de la reaparición oficial de las atletas y se les permitió participar en siete pruebas: 100 y 200m lisos, 80m vallas, altura, longitud, jabalina y relevos. No eran muchas las mujeres que practicaban atletismo, por razones obvias, pero surgieron nuevos referentes: María Luisa Consegal (hija de la pionera María Luisa Oliveras), Ana María Gibert, Marta Morales, Luisa Marcía García Pena y Mercedes Morales. Ellas fueron las nuevas

atletismo

50 años de atletismo femenino

Foto: Portada revista Campeón. Aurora Villa

campeonas nacionales, a las que seguirían muchas otras, como las hermanas Montes, Mercedes y María Teresa, Pilar Pardo, Elena Souto, Ana María Molina, Emma Albertos, Arantxa Vega, Albina Gallo, Carmen Paredes y Julia Torres. Solo un año más tarde, en septiembre de 1964, se produciría el debut internacional de nuestras atletas en un encuentro amistoso frente a Portugal disputado en Lisboa que, aunque perdieron ante las experimentadas atletas portuguesas, si demostraron sus ganas de superación batiendo dos récords nacionales.

Desde entonces han sido muchas y excelentes las competiciones de nuestras atletas.
Muchos de sus nombres forman parte de la historia del atletismo como Carmen Valero, Isabel Mozún, Sagrario Aguado, Rosa Colorado, Julia Vaquero, Maite Zuñiga, Sandra Myers, Ana Isabel Alonso, Rocío Ríos, Maite Martínez, Marga Ramos, Ángeles Barreiro, Conchi Paredes, Niurka Montalvo, Marta Domínguez, María Vasco, Natalia Rodríguez, Ruth Beitia…

Ellas y muchas más merecen nuestro reconocimiento y admiración. Felicitamos desde estas páginas a todas las mujeres que trabajan, y han trabajado, por y para el atletismo, porque su lucha forma parte de la brillante historia de este deporte.

Foto: Portada revista Campeón. Margot Moles

atletismo

50 años de atletismo femenino

ATLETAS SIN EDAD

Coincidiendo con el aniversario del atletismo femenino diez mujeres nos han representado en el Campeonato del Mundo para veteranos y veteranas que se ha disputado en Porto Alegre, Brasil. Algunas de ellas nacieron cuando las pioneras de la Républica de 1931 iniciaban la andadura de las mujeres en el atletismo de nuestro país, en cambio, una gran parte de nuestras veteranas nacía cuando este deporte estaba prohibido para ellas.

Nuestras atletas han brillado en la competición con tres medallas de bronce y seis finalistas. Piedad Rodríguez Arranz finalizaba tercera en la prueba de cross para mayores de 50 años y sería también cuarta en los 5.000m lisos. Cristina Marqués González se alzaba con dos bronces en la misma categoría, +50años, y sobre las distancias de 80m vallas y 300m vallas. Marqués es hija de una de las atletas más veteranas que compite en nuestro país, María Luisa González Ortiz (1933), que este 2013 se proclamaba campeona de Europa de lanzamiento de disco y subcampeona de Europa de peso en pista cubierta en la categoría de +75años. Precisamente en ese mismo campeonato, dos de nuestras atletas se colgaban también el oro, Aurora Pérez y Loles Vives, pero una lesión les ha impedido ir al mundial después de una gran temporada. Pérez ha batido este año el récord del mundo de los 1.500m (+55 años) en pista cubierta y dos récords de Europa en 800m y 3.000m. Y Vives ha roto la plusmarca mundial en 60m (+55) con un crono de 8"42c.

En Brasil, las mayores de 60 años estuvieron entre los primeros puestos. Nuestras marchadoras destacaron tanto en los 10km, en los que la madrileña María José Briz fue cuarta y la asturiana, Aurora Álvarez, quinta, como en los 5km Marcha en los que Briz repitió la cuarta posición y Álvarez finalizó sexta. María Teresa Liras era séptima en peso, en disco y en martillo, y participaba

Foto: Piedad Rodríguez corriendo la prueba de cross

50 años de atletismo femenino

también en pentatlón con una duodécima posición. Benedicta Vera, que competía en cross, terminaba en décimo lugar.

En la categoría de mayores de 65, destacar la actuación de Juana Usabarrena, octava en martillo y 15ª en peso y Kontxi Laso, novena en lanzamiento de disco y 14ª en peso.

La más veterana de la expedición a Brasil, Aurelia Marín Ramón (1934), que cumplirá 80 años en enero, finalizó en 14ª posición en la prueba de lanzamiento de peso.

Foto: Cristina Marqués en carrera saltando una valla

Foto: Loles Vives posa tras conseguir la nueva plusmarca mundial en 60 metros.

atletismo

50 años de atletismo femenino

A todas estas mujeres les acompañan historias de superación personal, siendo un claro ejemplo de que el deporte no tiene edad y de que el atletismo no tiene secretos para ellas.

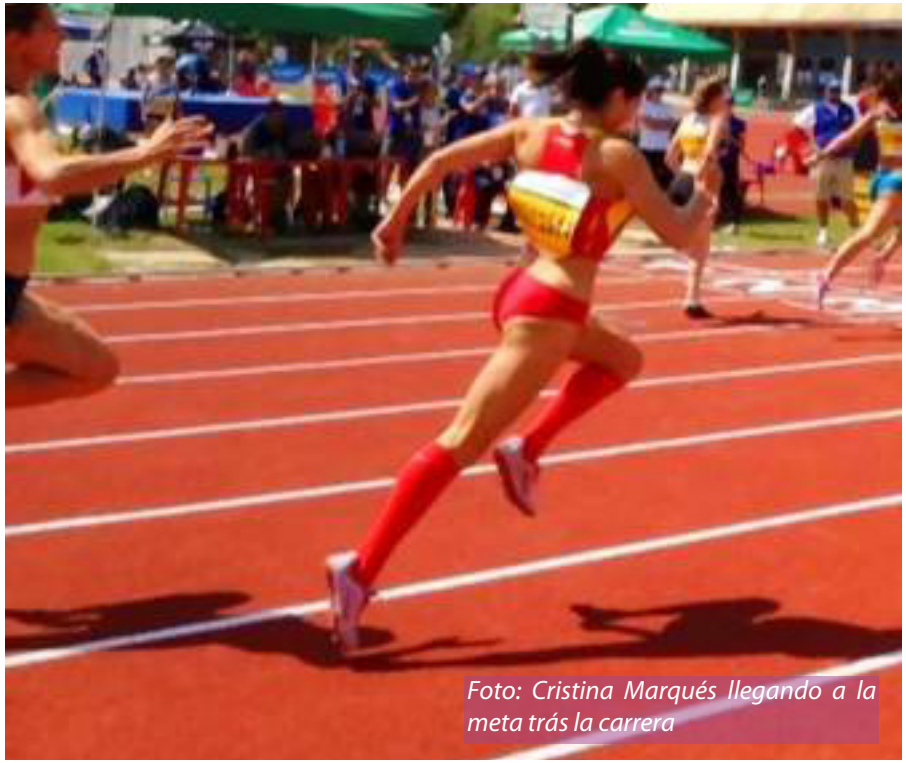


Foto: Cristina Marqués llegando a la meta trás la carrera

Foto: Aurora Álvarez corriendo en competición

atletismo

50 años de atletismo femenino

Foto: Kathrine Switzer corriendo el maratón de Boston en 1967 intentando ser detenida, es ayudada por los participantes. AP Images

NACE 261, EL PRIMER MARATÓN PARA MUJERES

Justo en el año que el atletismo femenino celebra en España su cincuentenario, Kathrine Switzer, ha presentado en nuestro país el primer maratón para mujeres que se celebrará en Europa y que tendrá como sede Palma de Mallorca. La prueba se disputará el próximo 30 de marzo de 2014 y tiene como objetivo animar a las mujeres españolas y de todo el mundo a correr un maratón. Por esta razón se ha previsto también una prueba de 10 kilómetros, para adaptarse a los distintos niveles y que todas tengan la oportunidad de vivir la experiencia de esta prueba a nivel mundial.

¿Por qué el nombre de 261 y por qué para mujeres?
Hace 46 años, las mujeres no podían correr la mítica prueba de los 42 kilómetros y 195 metros. No estaba permitida su participación, pero en 1967, Kathrine Switzer, abrió la puerta a todas las mujeres al correr con inscripción oficial una de las pruebas más emblemáticas y más antiguas del mundo, el maratón de Boston.

Con veinte años se inscribió en la carrera con sus iniciales, K.V. Switzer, y le fue asignado el dorsal 261, un número que hoy tiene un significado especial para todas las maratonianas del mundo. Switzer inició la carrera pero cuando llevaba menos de cinco kilómetros recorridos, uno de los oficiales que iba en el camión de la prensa, se dio cuenta de que era una mujer. Se lanzó al asfalto y empezó a perseguirla intentando arrancarle su dorsal y expulsarla de la prueba. Afortunadamente, otros compañeros de carrera, la protegieron del exacerbado ataque y los fotógrafos, que circulaban justo a la altura del incidente, retrataron para la historia una imagen que dio la vuelta al mundo. La foto del oficial, Jock Semple tratando de arrancarle el dorsal, permitió sensibilizar a la sociedad y abrir la admisión de las mujeres a los maratones. Switzer terminó aquel primer maratón con su dorsal en el pecho, cumpliendo su meta y rompiendo barreras. Por delante de ella otra corredora, Roberta Gibb, había entrado en meta, aunque sin participación oficial, porque solía correr este maratón extraoficialmente, sin dorsal, ni autorización.

Switzer dedicó su vida a luchar por los derechos de la mujer y a conseguir que se permitiese su inclusión en el programa olímpico. Tuvo que esperar diecisiete años para conseguir su objetivo, porque las maratonianas no fueron olímpicas hasta 1984. A sus 66 años continúa corriendo maratones y luchando por la igualdad, y estará en Mallorca para celebrar con todas una carrera muy especial de la que encontraréis toda la información en www.261wm.com.

in memoriam

ADIÓS A UNA PIONERA

PURINA ZAPICO MAROTO
(Valladolid, 1917 – Caracas, 2013)

La pionera del balonmano en España fallecía el pasado mes de septiembre en Venezuela a los 95 años de edad. Ella introdujo este deporte en nuestro país y formó los primeros equipos, todos ellos femeninos.

Purina Zapico Maroto fue educada en Berlín donde su padre, militar y diplomático lavianés, estaba destinado. Durante su estancia allí, aprendió las normas básicas de un nuevo deporte que se practicaba en Alemania, el hand-ball, e incluso colaboró en la organización de los primeros mundiales. Pero a su regreso a Pola de Laviana, en 1938, quiso poner en práctica aquel deporte y se encontró con que nadie lo conocía en España. Empezó enseñando a un grupo de mujeres a las que entrenaba en el campo del Titánico de Laviana con un balón de fútbol, porque no había otro. Jugaban la modalidad de campo con once jugadoras.

Foto: Purina Zapico en su juventud.
Cedida por la Federación de Balonmano del Principado de Asturias

in memoriam

Foto: Purina Zapico ya de mayor.
Cedida por la Federación de Balonmano del Principado de Asturias

Ellas organizarían las primeras competiciones de este deporte en plena posguerra, aunque en un principio debían jugar unas contra otras, como ellas decían "blancas contra azules", porque no existía ningún otro equipo. Poco a poco van creciendo y extendiendo su popularidad hasta establecer el primer campeonato de Asturias en la temporada 1939-40, con seis equipos femeninos.

Purina Zapico, no se conforma con esto. Ella quería que el balonmano se conociese y practicase en toda España, así que tradujo el reglamento que se había traído de Alemania y lo entregó a las autoridades deportivas para que lo divulgasen. Sus contactos con el mundo de la enseñanza le permitieron introducir el deporte también en la universidad en 1940. Sólo un año más tarde, en 1941, se aprobaba el reglamento y en 1942 se ponía en marcha el primer campeonato nacional. Purina ya se había mudado a Londres, pero sus alumnas continuaron jugando, con el especial impulso de la capitana de su equipo, Luisa Álvarez Iglesias. El Laviana, se proclamaría tres veces campeón de España y su capitana continuaría durante veinte años jugando (ganó su último título nacional en 1961), convirtiéndose en una de las mejores jugadoras de España.

Desde estas páginas le decimos hasta siempre y le mostramos nuestro agradecimiento por haber sido una pionera más en el deporte de nuestro país.

in memoriam

MARÍA DE VILLOTA COMBA
(Madrid, 1980 – Sevilla, 2013)

Con tan sólo 33 años, María de Villota nos dejaba. Dejaba huérfano al deporte español y a todas las personas que habían visto en su figura la imagen de la superación.
La primera mujer española que llegaba a la Fórmula 1 como piloto sabía lo que era superar barreras. Primero sobre el asfalto, en el que creció desde niña de la mano de su padre el ex piloto Emilio de Villota, demostrando cada día que su condición de mujer nada tenía que ver con sus habilidades al volante. Cuando se ponía el mono y el casco lo único que contaba era el cronómetro, algo que sus compañeros muy bien sabían. Después enfrentándose a la lucha por su vida tras sufrir un brutal accidente cuando entrenaba con su equipo Marussia en 2012.

Ella siempre dijo que había tenido la suerte de volver a nacer y, tras su retiro forzoso de los circuitos, transformó su tragedia en una oportunidad para ver

Foto : Maria de Villota posando para la promoción de su libro.
Cesión de derechos Plataforma Editorial

in memoriam

Foto : Maria de Villota en la primera rueda de prensa con el Presidente de Consejo Superior de Deportes Miguel Cardenal tras su accidente.

la vida desde otro objetivo. Dedicó todos sus esfuerzos a ayudar a otras personas, compartiendo su experiencia y ofreciendo consejos para superar cualquier dificultad. Ofrecía charlas de seguridad vial, era embajadora contra la violencia de género y madrina de la Fundación "Ana Carolina Díez Mahou", de ayuda a menores con enfermedades neuromusculares genéticas. Continuaba vinculada al deporte desde la Escuela de Pilotos de su padre, pero en especial continuó su lucha por normalizar la presencia de las mujeres en el mundo del motor como embajadora de la Comisión de la Mujer de la Federación Internacional de Automovilismo. Desde este foro intentaba comunicar a las mujeres que no estaban solas, animándolas a luchar por lo que querían y a perseguir sus sueños.

En enero de este año entraba a formar parte de la junta directiva de la Federación Española como vocal y acababa de ser nombrada vicepresidenta de la Fundación "Deporte Joven", cargo que no pudo llegar a ostentar. Fallecía justo esa misma semana, y días antes de presentar su libro, "La vida es un regalo", el testimonio de una mujer que cada día nos regalaba una sonrisa. Y cuyo mensaje perdurará siempre. Desde estas páginas queremos enviar nuestro pesar a su familia y a la gran familia del automovilismo.

Gracias María, por todo lo que nos has dado desde las pistas y fuera de ellas.

in memoriam

Foto : Maria de Villota en su coche de Fórmula1.

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. En 1996 disputó su primera competición de karting, en la que logró su primera victoria y que supuso el comienzo de su carrera automovilística. En el año 2000 debutaba en un monoplaza corriendo la Fórmula Castrol. Desde entonces ha competido en diversas categorías como la Ferrari Challenge, Fórmula 3 española, las 24 Horas de Daytona, las Euroseries 3000 y la Superleague Fórmula.

Ha sido la única mujer subcampeona de España (Fórmula Toyota, 2001) y la primera en lograr la "pole position" en el campeonato de Ferrari, en el circuito de Mugello, en 2005. En agosto de 2011 realizó sesiones de entrenamiento con la escudería Lotus Renault en el circuito francés de Paul Ricard, y sólo unos meses después, en marzo de 2012, fichaba como probadora de la escudería de F-1 Marussia.

El 3 de julio de 2012 sufría un terrible accidente probando el MR-01 de Marussia en el que perdía el ojo derecho, viéndose obligada a dejar el mundo de la competición.

Real Orden del Mérito Deportivo

reconocimiento del CSD al éxito de nuestras deportistas

El Consejo Superior de Deportes ha entregado, en una ceremonia celebrada en el Teatro Cofidis de Madrid, la Real Orden del Mérito Deportivo a 68 mujeres que trabajan en el ámbito del deporte, entre ellas ocho paralímpicas, en reconocimiento a sus brillantes trayectorias deportivas.

Laia Sanz fue la elegida para pronunciar un discurso en representación de los y las deportistas a quienes se rendía homenaje en este acto. Tras agradecer el galardón, aprovechó la ocasión para reivindicar el papel de la mujer en el deporte:

"Solemos pensar que esa excelencia deportiva va asociada a nombres masculinos, pero ahí están las chicas de la natación, waterpolo, vela, taekwondo, baloncesto y tantos otros deportes para demostrar que algo ha cambiado en nuestra sociedad. Ese árbol

Foto: Laia Sanz en pleno discurso

Real Orden del Mérito Deportivo

reconocimiento del CSD al éxito de nuestras deportistas

que crece fuerte y decidido -que es el deporte, y especialmente el deporte femenino-, se debe regar y mimar de vez en cuando para que siga dando sus frutos. Regar significa cobertura mediática, apoyo institucional, dar facilidades",

Tuvo también palabras para María de Villota, que recibía a título póstumo la medalla de oro, a la que se refirió como

"...una deportista que quiso cumplir un sueño en un mundo muy difícil y que fue una luchadora".

Foto: las TxiquitasTeam mostrando sus medallas

Cabe destacar que este año le ha sido concedida a Teresa Perales la Gran Cruz al Mérito Deportivo en Consejo de Ministros, tras su récord de medallas en los Juegos Paralímpicos de Londres. Sólo 33 personas han recibido esta condecoración y Perales será la quinta mujer en recibir el máximo galardón del deporte español, ampliando así la lista que inició en 1996 Theresa Zabell, continuaron Arantxa Sánchez Vicario y Conchita Martínez en el 2001 y S.A.R. Doña Pilar de Borbón en el 2002.

Real Orden del Mérito Deportivo

reconocimiento del CSD al éxito de nuestras deportistas

GRAN CRUZ

TERESA PERALES FERNÁNDEZ - NATACIÓN ADAPTADA

Medalla de oro

Ilma. Sra. Dña. Marina Alabau Neira.- VELA
Ilma. Sra. Dña. Michelle Alonso Morales.- NATACIÓN ADAPTADA
Ilma. Sra. Dña. Tamara Echegoyen Domínguez.- VELA
Ilma. Sra. Dña. Andrea Fuentes Faché. - NATACIÓN SINCRONIZADA
Ilma. Sra. Dña. Matilde García Duarte.- EX DIRECTORA GENERAL CSD
Ilma. Sra. Dña. Ángela Pumariega Menéndez.- VELA
Ilma. Sra. Dña. Laia Sanz Pla.- MOTOCICLISMO
Ilma. Sra. Dña. Sofía Toro Prieto-Puga.- VELA
Ilma. Sra. Dña. María de Villota Comba .- AUTOMOVILISMO * a título póstumo

Real Orden del Mérito Deportivo

reconocimiento del CSD al éxito de nuestras deportistas

Medalla Plata

Sra. Dña Ruth Beitia Vila.- ATLETISMO
Sra. Dña. Mireia Belmonte García.-NATACIÓN
Sra. Dña Josefa Benítez Guzmán.-CICLISMO ADAPTADO
Sra. Dña. Alba Cabello Rodilla.- NATACIÓN SINCRONIZADA
Sra. Dña. Ona Carbonell Ballestero.- NATACIÓN SINCRONIZADA
Sra. Dña. Elena Congost Mohedano.-ATLETISMO PARALÍMPICO
Sra. Dña. Verónica Cuadrado Dehesa.- BALONMANO
Sra. Dña. Concepción Escatllar Fernández de Misa. -SALVAMENTO Y SOCORRISMO- ENTRENADORA
Sra. Dña. Beatriz Fernández Ibáñez. -BALONMANO
Sra. Dña. Begoña Fernández Molinos.- BALONMANO
Sra. Dña. Montserrat García Alonso. -Trabajadora durante más de 40 años en el CSD
Sra. Dña. Sarai Gascón Moreno.- NATACIÓN ADAPTADA
Sra. Dña. Thais Henríquez Torres.- NATACIÓN SINCRONIZADA
Sra. Dña. Marta Mangué González.-BALONMANO
Sra. Dña. Mercedes Mendiola Moriano.- Trabajadora durante más de 40 años en el CSD
Sra. Dña. Mayalen Noriega Belasteguigoitia.-CICLISMO ADAPTADO
Sra. Dña. Noelia Oncina Moreno.- BALONMANO
Sra. Dña. Carmen Pérez Ollo.- Trabajadora durante más de 40 años en el CSD
Sra. Dña. Teresa Portela Rivas.- PIRAGÜISMO
Sra. Dña. Maider Unda González de Audicana.-LUCHA

Real Orden del Mérito Deportivo

reconocimiento del CSD al éxito de nuestras deportistas

Medalla de bronce

Sra. Dña. Macarena Aguilar Díaz. -BALONMANO
Sra. Dña. Neli Carla Alberto Francisca. -BALONMANO
Sra. Dña. Jessica Alonso Bernardo. -BALONMANO
Sra. Dña. Vanessa Amorós Quiles. -BALONMANO
Sra. Dña. Marta Bach Pascual. -WATERPOLO
Sra. Dña Andrea Barno San Martín. -BALONMANO
Sra. Dña. Clara Basiana Cañellas. -NATACIÓN SINCRONIZADA
Sra. Dña. Andrea Blas Martínez. -WATERPOLO
Sra. Dña. Elisabeth Chavez Hernández. -BALONMANO
Sra. Dña. Maialen Chourraut Yurramendi. -PIRAGÜISMO
Sra. Dña. Mihaela Ciobanu Ciobanu. -BALONMANO
Sra. Dña. Ana Copado Amorós -WATERPOLO
Sra. Dña. Melanie Costa Schmid. -NATACIÓN
Sra. Dña. Margalida Crespi Jaume. -NATACIÓN SINCRONIZADA
Sra. Dña. Patricia Elorza Eguiara. -BALONMANO
Sra. Dña. Ana Espar Llaquet. -WATERPOLO
Sra. Dña. Laura Ester Ramos. -WATERPOLO
Sra. Dña. Marta Figueras-Dotti Blasco. -GOLF
Sra. Dña. Deborah Font Jiménez. -NATACIÓN ADAPTADA
Sra. Dña. María del Carmen García Godoy. -WATERPOLO
Sra. Dña. Laura Kim Kim. -TAEKWONDO
Sra. Dña. Paula Klamburg Roque. -NATACIÓN SINCRONIZADA
Sra. Dña. Marta López Herrero. -BALONMANO
Sra. Dña. Laura López Ventosa. -WATERPOLO
Sra. Dña. Carmen Dolores Martín Berenguer. -BALONMANO
Sra. Dña. Olga Martín Muñoz. -PERIODISTA EFE
Sra. Dña. María Mónica Merenciano Herrero. -JUDO PARALÍMPICO
Sra. Dña. Ona Meseguer Flaque. -WATERPOLO

Real Orden del Mérito Deportivo

reconocimiento del CSD al éxito de nuestras deportistas

Medalla de bronce (continuación)

Sra. Dña. Lorena Miranda Dorado. -WATERPOLO
Sra. Dña. Irene Montrucchio Beaus. -NATACIÓN SINCRONIZADA
Sra. Dña. Sara Moreno López. -GIMNASIA AERÓBICA
Sra. Dña. Ainhoa Murua Zubizarreta. -TRIATLÓN
Sra. Dña. Silvia Navarro Giménez. -BALONMANO
Sra. Dña. Matilde Ortiz Reyes. -WATERPOLO
Sra. Dña. Jennifer Pareja Lisalde. -WATERPOLO
Sra. Dña. Pilar Peña Carrasco. -WATERPOLO
Sra. Dña. Elisabeth Pinedo Sáenz. -BALONMANO
Sra. Dña. Isabel Resina Molina. -FISIOTERAPEUTA BALONMANO
Sra. Dña. Roser Tarrago Aymerich. -WATERPOLO

En el siguiente enlace podéis consultar el dossier de prensa
que recoge a todas las personas galardonadas.

https://sede.educacion.gob.es/publiventa/detalle.action?cod=16108

Resultados

Foto: Raquel Carbajo mostrando su piragüa

PIRAGÜISMO
PLATA MUNDIALISTA EN MARATÓN K-1

Tras los éxitos de este verano, tanto en aguas tranquilas como en aguas bravas, la palista leonesa, Raquel Carbajo, se proclamaba subcampeona del Mundo en los Campeonatos de Maratón sub-23 disputados en Copenhague, su primer gran resultado en un Mundial, justo en su último año en la categoría promesa.

La palista del Kayak Zamora, natural de La Bañeza, disputó una apretada final que se decidía al sprint después de veintiún kilómetros y medio de prueba. En los últimos cien metros, Carbajo y la neozelandesa Hatton, se jugaban el título mundial, pero el tirón final de la palista kiwi permitía que su kayak cruzase la meta con dos segundos de ventaja sobre la embarcación de la bañezana. A medio minuto llegaba otra española, Nuria Villace, que finalizaba en una magnífica quinta posición.

Foto: Raquel Carbajo con su medalla Federación Española de Piraguismo

Resultados

Foto: María Herrera en carrera. Cedida por: RepsolMedia

HACIENDO HISTORIA EN MOTOGP

El GP de Aragón pasará a la historia por ser el primero, en la categoría de Moto3, en el que dos mujeres participaban y, ambas de la misma nacionalidad, española. Ana Carrasco y María Herrera, dieciséis y diecisiete años respectivamente, han sido las primeras en competir juntas en una carrera del mundial de Moto3. Casi veinte años antes, en 1994, la japonesa Igata y la italiana Tognoli, protagonizaron la misma escena, pero en otra categoría, los 125c.c.

La piloto murciana, Ana Carrasco, es la única de las dos que compite en el Mundial, ya que María Herrera participaba en Motorland gracias a una "wild card" de la organización. La toledana, venía de conseguir su segunda victoria en el Campeonato de España de Velocidad tras imponerse en el CEV de Navarra y asombró en la primera sesión de entrenamientos oficiales al marcar el décimo mejor tiempo. El día de la carrera no tuvieron mucha suerte, Carrasco rodaba en los puntos a falta de tres vueltas, pero justo en la última perdía posiciones y se quedaba fuera de los puestos puntuables. Herrera, se caía en la primera vuelta, pero volvía a pista y continuaba rodando, aunque en solitario y a la cola de la carrera.

Resultados

Foto: Ana Carrasco y María Herrera. Cedida por : RepsolMedia

Ambas participaban juntas también en el primer campus de entrenamiento para mujeres, una nueva experiencia que ha puesto en marcha la Federación Internacional de Motociclismo y en la que han participado veinticinco pilotos de todo el mundo. Tanto Herrera como Carrasco compartieron su experiencia con las participantes, que recibieron tanto clases teóricas como prácticas en el circuito de Albacete.

Semanas más tarde, Ana Carrasco conseguía un nuevo hito al entrar por primera vez en los puntos en el GP de Malasia, algo que sólo había hecho antes la piloto alemana, Katja Poengsen. Y en la siguiente parada del mundial, en Australia, volvía a superarse consiguiendo la segunda mejor posición en parrilla de una mujer, con el séptimo mejor tiempo. En carrera llegó a rodar en la quinta posición, pero una rapidísima degradación de los neumáticos la dejaba fuera de los puntos.

En la velocidad tienen un merecido hueco que, poco a poco, irán ampliando.

Resultados

EL BINOMIO MARCA UN NUEVO HITO

Mireia Belmonte y Melanie Costa, las dos nadadoras que cuentan ya su participación en competiciones por medallas, han hecho historia al convertirse en las primeras nadadoras españolas que son seleccionadas para representar a Europa frente a Estados Unidos en el "Duel in the Pool", algo así como la Ryder Cup de la natación. La competición tendrá lugar en Glasgow los próximos 20 y 21 de diciembre, y tanto Belmonte como Costa llegan en un momento álgido de forma.

A las medallas del Mundial, Eindhoven y Berlin, hay que sumar las conseguidas por ambas en las tres últimas pruebas disputadas de la Copa del Mundo. En Moscú, Belmonte era oro en 800 libre y Costa, oro en 400 libre luchando hasta el final contra Mireia, que acabó con la plata.

Belmonte conseguía además, en poco más de una hora, otros dos bronces en 400 estilos y 200 mariposa, mientras que Costa sumaba otro bronce en 200 libre. Y en Dubai nueva lluvia de medallas. Mireia Belmonte se colgaba el oro en los 800 libre, por delante de Melanie Costa, y sumaba tres platas más en una sola tarde: 400 estilos, 200 mariposa y 400 libre. Precisamente, los 400 libre fueron ganados por Melanie Costa, que se iba de Dubai, con este oro más una plata en 800 y un bronce en 200 libre.

Al día siguiente, volarían a Doha donde volvían a dominar los 800m, oro Belmonte, plata Costa. Aunque en la capital qatarí, la mallorquina brillaba con luz propia pues, media hora después de la plata, Melanie conseguía un bronce en los 200m libre y, al día siguiente, volaba sobre la piscina bajando de los cuatro minutos en la final de 400m libre para hacerse con el oro. Belmonte sumaría un bronce más en los 400 estilos.

Las tres últimas paradas de la Copa del Mundo no sólo nos han mostrado el excelente momento de nuestras nadadoras, también han servido para consolidar un nuevo formato de carreras que suponen un paso más hacia la igualdad, los relevos mixtos. La nueva modalidad en la que compiten dos hombres y dos mujeres en el 4x50m, recibía el visto bueno de la FINA este pasado verano y empieza a crear expectación y ganar popularidad entre los equipos.

Foto: Mireia Belmonte y Melanie Costa con sus medallas

Resultados

BRONCE EN EL MUNDIAL SUB-22 PARA LAS PELOTARIS

España consiguió cuatro medallas en el Mundial de pelota sub-22 disputado en Uruguay y una de ellas llegaba en la categoría de paleta goma femenina con el equipo formado por las guipuzcoanas, Amaia Irazustabarrena, Maitane Aburuza y la navarra, Rebeca Contin.

1ª Jornada
Contin-Irazustabarrena vs Venezuela, 2-1
2ª Jornada
Contin-Aburuza vs Francia , 2-1
Semifinales
Contin-Aburuza vs Uruguay, 1-2
Tercer puesto
Contin-Irazustaberrena vs Francia, 2-1

Esta última disputó todos los encuentros del campeonato y sólo perdió el enfrentamiento de semifinales ante las locales uruguayas, formando pareja con Maitane Aburuza.

En la lucha por el bronce, Contin jugaría con Irazustabarrena derrotando a la pareja francesa por 15-10, 13-15 y 10-5, y alzándose con el tercer puesto mundial.

Foto: Pelota de goma España-Francia. Federación Española de Pelota.

Resultados

OLABERRIA VUELVE AL PODIO EUROPEO

Leire Olaberría conseguía una medalla de bronce en los Campeonatos de Europa de pista disputados en la localidad holandesa de Apeldoorn.

La pistard guipuzcoana salía a por todas en la prueba de puntuación y se jugaba la medalla en el último sprint, donde los metales se repartieron por una ajustadísima diferencia: 15 puntos para el oro de la holandesa Wild, 14 para la plata de la británica King y con 13 el bronce para Olaberría, que puntuó gracias a la ayuda de su compañera de selección, Ana Usabiaga, quien finalizaba en decimosexta posición.

Olaberría participó también en el Omnium, donde conseguía una cuarta posición en la primera parte de la prueba (vuelta lanzada, puntos y eliminación), pero en persecución, scratch y 500m, por tan sólo dos puntos, perdía dos posiciones finalizando en sexto lugar.

Las otras componentes de la selección, Tania Calvo y Helena Casas, competían en velocidad y keirin. La alavesa, Calvo, llegaba a la lucha por el quinto al octavo puesto e imponía su ritmo para hacerse con una destacada quinta plaza. La catalana, Casas, era décima y se quedaba sin opciones de repesca. En la prueba de keirin, ambas se clasificaban para semifinales, aunque no lograron el pase a la final. En la serie del séptimo al duodécimo, la catalana terminaba octava y la alavesa, décima.

Foto de archivo: Leire Olaberria. COE

Resultados

Foto: Shen Yanfei, Galia Dvorak, Zhu Fan y Sara Ramírez: .
Real Federación Española Tenis de Mesa

HISTÓRICO BRONCE EUROPEO PARA EL TENIS DE MESA

Tras el magnífico resultado de los Juegos del Mediterráneo, las integrantes del equipo español de tenis de mesa han conseguido dos históricos bronces, los primeros en toda la trayectoria de este deporte en España en un campeonato de Europa.

España tras perder por 2-3 en la primera jornada de este Europeo, ante la República Checa, entraba en la lucha por los puestos 9 al 12 y debía eludir la pérdida de categoría, pero se imponían en un igualado enfrenamiento contra Holanda, asegurando la máxima categoría del tenis de mesa europeo femenino.

El equipo finalizaba en décima posición, pero en la competición de dobles marcaban un hito al conseguir las primeras medallas para España. Yanfei Shen y Sara Ramírez se aseguraban el bronce tras imponerse a las luxemburguesas por 4-2.

Galia Dvorak, que formó pareja con la palista sueca Matilda Ekholm, conseguía también el bronce tras eliminar a la pareja checa por 4-2. Con la medalla asegurada, ambas parejas caían ante las alemanas en el pase a la lucha por el oro.

Resultados

VALENTÍN CONSIGUE SU PRIMER BRONCE MUNDIAL

Magnífica actuación la de Lidia Valentín en los Campeonato del Mundo de Halterofilia que se disputaron en Polonia. La leonesa conseguía su primera medalla mundial en la modalidad de Arrancada 75kg, tras levantar 122kg, igualando su actual récord de España. Posteriormente, Valentín intentaba superar el récord de España con 146kg en Dos Tiempos, pero no pudo asegurar el peso y finalmente conseguía la cuarta plaza con un peso de 138kg, levantamiento que le valía también para finalizar en cuarto lugar en el Total olímpico.

La leonesa, que consiguió la medalla de oro en arrancada en los Europeos de 2012, ha conseguido así su mejor actuación en un Mundial: fue quinta en 2007, sexta en 2009 y otra vez quinta en 2011.

La otra participante española, Estefanía Juan, que llegaba al Mundial con apenas un mes de preparación, finalizaba en decimoquinta posición en la categoría de 48kg.

Con motivo de estos campeonatos, la Federación Internacional de Halterofilia ha celebrado el trigésimo aniversario de halterofilia femenina, rindiendo homenaje a ocho mujeres que rompieron barreras en este deporte. Entre las homenajeadas figura la española Celsa Álvarez Suárez, jueza internacional de halterofilia que fue la primera mujer de la esfera mundial en conseguir la internacionalidad. Ella ha sido además miembro del Comité Técnico de la Federación Internacional y ha oficiado como jueza en estos últimos mundiales.

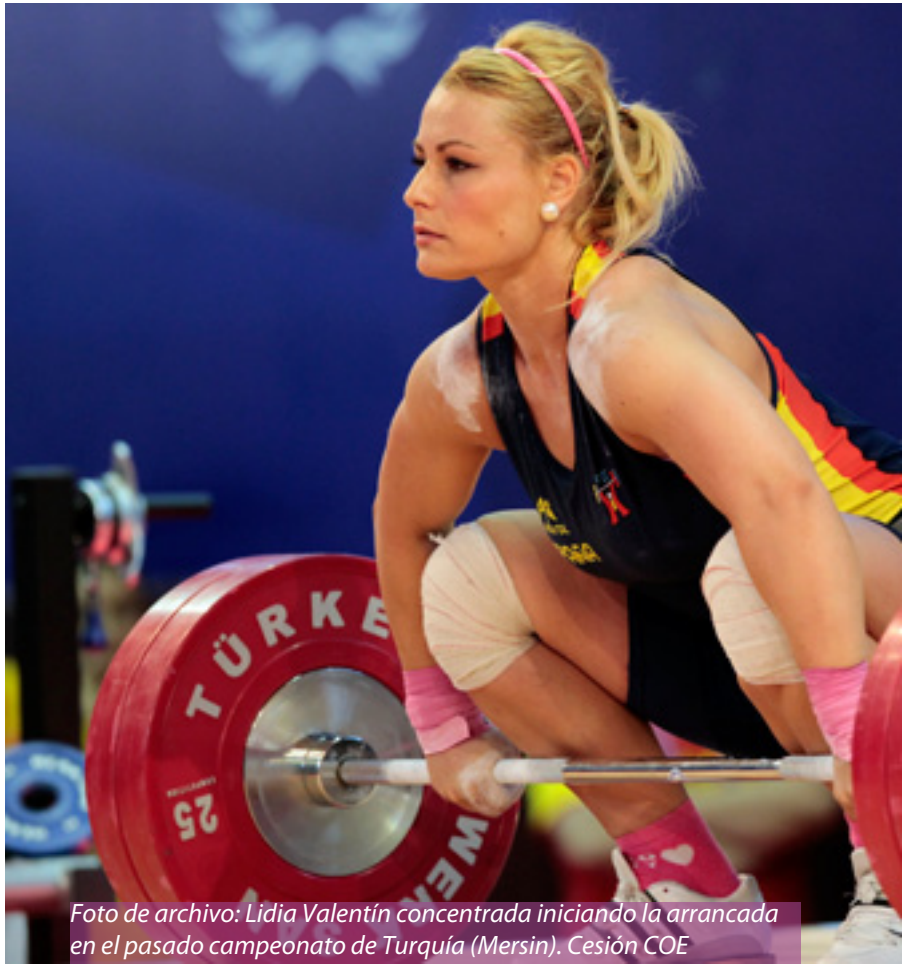


Foto de archivo: Lidia Valentín concentrada iniciando la arrancada en el pasado campeonato de Turquía (Mersin). Cesión COE

Sigue los próximos eventos de interés...

Mundial de Patinaje Artístico sobre ruedas Taiwan — **06 al 16 de noviembre**
Isabel Repullo Morente en categoría Senior
Nuria Gas Cugat en categoría Junio

IV Torneo Mundial de Fútbol Sala Femenino Venezuela — **11 al 18 de diciembre**
Pulsa en este enlace para conocer la Convocatoria de equipo

XXI Campeonato del Mundo de Balonmano Serbia — **06 al 23 de diciembre**
Pulsa en este enlace para conocer la Convocatoria de equipo

Campeonato de Europa de Hockey Patines Mieres — **16 al 21 de diciembre**
Pulsa en este enlace para conocer la Convocatoria de equipo

Campeonato de Europa de Natación Hening (Dinamarca) — **12 al 15 de diciembre**
Pulsa en este enlace para saber más sobre la Convocatoria.

manifiesto

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

(...) MANIFESTAMOS que resulta necesario:

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

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

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

Texto íntegro

Formulario de adhesión al Manifiesto

créditos

Boletín MyD Nº13 Noviembre 2013
Publicación periódica online Programas Mujer y Deporte

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

Coordinación
Enrique Lizalde Gil
Lorena García Álvarez

Redacción
Cristina Gallo Suárez

Diseño y Maquetación

Sallas sallas

ISSN en línea
2174-3673
NIPO en línea
033-13-011-5

Catálogo general de publicaciones oficiales
http://publicacionesoficiales.boe.es

Consejo Superior de Deportes

Mujer y Deporte

suscríbete

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