



35 Fiesta de la Bicicleta.

Más de 30.000 participantes espera la organización de la madrileña Fiesta de la Bicicleta, Cadena 100, que con la colaboración del Ayuntamiento de Madrid, presentan una 35 edición que tendrá lugar el próximo día 6 de octubre, a partir de las 9 de la mañana. Las inscripciones en www.lafiestadelabici.es. **+ info**

Cuaderno

34 EDICIÓN
JUEGOS
DEPORTIVOS
MUNICIPALES

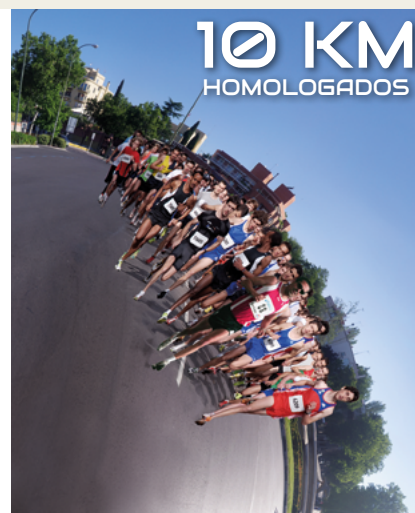
Cuaderno de los juegos.

Se reinicia este cuaderno, dirigido a informar a los participantes de esta competición, de diferentes aspectos prácticos de la misma y anuncios de interés general. **+ info**

Programación deportiva octubre. Lista de pruebas y eventos deportivos organizados en colaboración con el Ayuntamiento de Madrid. **+ info**

CARRERAS URBANAS

XXXIII Carrera de la Ciencia. Octubre es un buen mes de carreras urbanas, pero, la del CSIC, es la más antigua y como reza el slogan de este año es "De otro planeta" y por eso hay que destacarla. Se celebrará el día 20 de octubre, a las 9 horas, sobre los 10.000 metros de costumbre. Se adjunta lista de lugares en los que inscribirse. **+ info**



Nadar en Invierno. La Natación es una de las actividades físico-deportivas más demandadas durante todo el año, y también durante los meses de otoño e invierno. El Ayuntamiento de Madrid dispone de 47 piscinas climatizadas. Se ofrece información detallada de horarios, precios y apertura los fines de semana. **+ info**

CLASES Y ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES

Acondicionamiento Físico. Muchas personas jóvenes, adultas y mayores de 65 años, deciden en un momento dado, que quieren ponerse en forma y sentirse bien, para empezar a practicar algún deporte. En estos casos, lo idóneo es apuntarse a sesiones de Acondicionamiento Físico, se adjunta información precisa para dar este paso tan importante. **+ info**



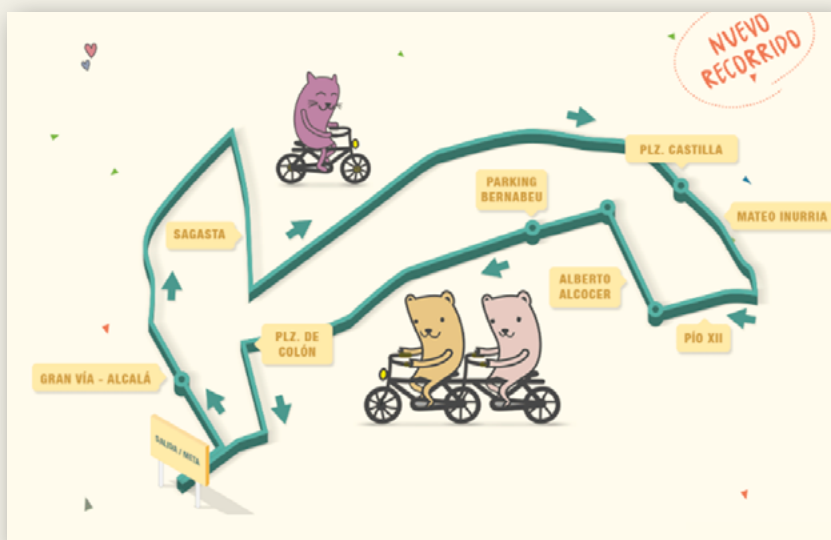
35 Fiesta de la Bicicleta

La salida y la llegada estarán ubicadas, como es tradicional, en la calle Menéndez Pelayo, pero, con la novedad de que los 22 kilómetros del recorrido se realizarán al revés que otros años, convirtiendo las subidas en bajadas y viceversa, con el fin de evitar cruzarse con el rebaño trashumante que ese mismo día cruza las calles céntricas de la ciudad.

El recorrido se realizará desde Avenida de Menéndez Pelayo, O'Donnell, Alcalá, Plaza de la Independencia, Alcalá, Plaza de Cibeles, Alcalá, Gran Vía, Princesa, Alberto Aguilera, Glorieta de Ruiz Jiménez, Carranza, Glorieta de Bilbao, Sagasta, Santa Engracia, Bravo Murillo, Plaza de Castilla, Mateo Inurria, Platerías, Caídos de la División Azul, Avenida de Pío XII, Plaza de Perú, Príncipe de Vergara, Avenida de Alberto Alcocer, Paseo de la Castellana, Plaza de Lima, Paseo de la Castellana, Goya, Avenida de Príncipe de Vergara, Avenida de Menéndez Pelayo.

Para disfrutar al máximo de la Fiesta de la Bicicleta, se recomienda formalizar la inscripción, que es gratuita y que además del seguro de accidentes, ofrece otras prestaciones. Las inscripciones se pueden realizar en www.lafiestadelabici.es y la recogida de dorsales se podrá realizar los días 3, 4 y 5 de octubre en la planta sexta del El Corte Inglés de Castellana, con entrega de bolsas de regalos para los 10.000 primeros inscritos y dorsal acreditativo para todos los participantes.

Además del estimulante recorrido en bici por las calles más céntricas de la ciudad, en esta edición se organizarán, a lo largo del recorrido, zonas de animación con música, disfraces, concursos y otras actividades que convertirán la Fiesta en una jornada familiar y divertida, en la que se espera que participen más de 30.000 personas de todas las edades./



SERVICIOS

Nadar en invierno

A pesar de que las piscinas climatizadas municipales tienen una intensa actividad de escuelas y clases para personas de todas las edades, en todas ellas se reservan calles y horarios para las personas que simplemente quieren nadar. Se ofrece información sobre los horarios y las piscinas abiertas durante el fin de semana.

Tarifas

Infantiles (hasta los 14 años)**Uso libre**

Entrada piscina, musculación, sauna o ciclo sala	3,00 €
Bono multiuso (10 sesiones)	25,75 €
Abono anual	198,20 €

Abono Deporte Madrid

Cuota mensual	28,45 €
Cuota mensual reducido	(*)
Cuota mensual abono fin de semana	14,25 €
Cuota mensual familiar	81,25 € (14)
Cuota de inscripción	8,10 €

Adultos (de 21 a 64 años)**Uso libre**

Entrada piscina, musculación, sauna o ciclo sala	5,00 €
Bono multiuso (10 sesiones)	42,90 €
Abono anual	330,3 €

Abono Deporte Madrid

Cuota mensual	47,4 €
Cuota mensual reducido	35,6 € (13)
Cuota mensual abono fin de semana	23,7 €
Cuota mensual familiar	81,25 € (14)
Cuota de inscripción	8,10 €

Jóvenes (de 15 a 20 años)**Uso libre**

Entrada piscina, musculación, sauna o ciclo sala	4,00 €
Bono multiuso (10 sesiones)	34,35 €
Abono anual	264,25 €

Abono Deporte Madrid

Cuota mensual	37,95 €
Cuota mensual reducido	28,50 € (13)
Cuota mensual abono fin de semana	19,00 €
Cuota mensual familiar	81,25 € (14)
Cuota de inscripción	8,10 €

Mayores 65 años**Uso libre**

Entrada piscina, musculación, sauna o ciclo sala	1,50 €
Bono multiuso (10 sesiones)	12,90 €
Abono anual	99,10 €

Abono Deporte Madrid

Cuota mensual	14,25 €
Cuota mensual reducido	10,70 € (13)
Cuota mensual abono fin de semana	7,15 €
Cuota mensual familiar	81,25 € (14)
Cuota de inscripción	8,10 €

(13) A partir de 18 años cumplidos.

(14) Precio de la cuota mensual de un abono familiar hasta 3 miembros de una unidad familiar; El 4º y sucesivos miembros deben abonar una cuota mensual de 10,25 euros cada uno.

- Consultar en las oficinas de los centros deportivos municipales los servicios de uso libre, actividades deportivas dirigidas y usos de espacios deportivos a los que tiene derecho el titular del un Abono Deporte Madrid, así como las reducciones en otros servicios ofertados por el centro.
- Tarifas conforme a la norma que establece los precios públicos por prestación de servicios de centros deportivos y casas de baños del Ayuntamiento de Madrid vigente.

Horarios piscinas climatizadas en servicio (uso libre Temporada 2013/2014)

DISTRITO	CENTROS DEPORTIVOS MUNICIPALES	LUNES A VIERNES	SÁBADOS	DOMINGOS	FESTIVOS
Centro	Escuelas de San Antón	7 a 22,30	8 a 21	9 a 19	9 a 19
Arganzuela	Centro Integrado Arganzuela	9 a 21	9 a 14,30	9 a 14,30	9 a 14,30
	Marqués de Samaranch	9 a 21	9 a 14,30	9 a 14,30	Cerrada
Retiro	Daoiz y Velarde I	8,30 a 21	10,15 a 21	10,15 a 21	10,15 a 21
Salamanca	Gimnasio Moscardó	9 a 21	9 a 15	9 a 15	9 a 15
	Fuente del Berro	7 a 23	9 a 20,30	9 a 20,30	9 a 20,30
Chamartín	Pradillo	8,30 a 21	Cerrada	Cerrada	Cerrada
	Chamartín	7 a 23	8 a 21	8 a 15	8 a 15
Tetuán	Antonio Díaz Miguel	7 a 22	9 a 20	9 a 15	9 a 15
	Playa Victoria	8,30 a 21	9 a 14	9 a 14	9 a 14
	Triangulo de Oro	8,30 a 21,30	9 a 15	9 a 15	9 a 15
Fuencarra/El Pardo	La Masó	9 a 21	9 a 20	9 a 20	9 a 20
	La Vaguada	9 a 21	Cerrada	Cerrada	Cerrada
	Vicente del Bosque	9 a 20,45	10 a 19,45	10 a 19,45	10 a 19,45
Moncloa Aravaca	Alfredo Goyeneche	9 a 21	9 a 14	9 a 14	Cerrada
	Casa de Campo	9 a 21	Cerrada	Cerrada	Cerrada
	José Mª Cagigal	9 a 18	Cerrada	Cerrada	Cerrada
Latina	Aluche	8,30 a 21,30	9,30 a 20	9,30 a 15	9,30 a 15
	Las Cruces	7 a 23	9 a 14	9 a 15	9 a 15
	Gallur	9 a 22	9 a 14,30	9 a 14,30	Cerrada
Carabanchel	La Mina	Cerrada	Cerrada	Cerrada	Cerrada
	Francisco Fernández Ochoa	7 a 22	8 a 20	9 a 15	9 a 15
Puente de Vallecas	Alberto García	9 a 21	Cerrada	Cerrada	Cerrada
	Palomeras	9 a 20	10 a 20	10 a 20	10 a 20
	Puente de Vallecas	9 a 20	Cerrada	Cerrada	Cerrada
Ciudad Lineal	Almudena	7,30 a 23,30	8 a 22	8 a 22	8 a 22
	Concepción	8:45 a 20	Cerrada	Cerrada	Cerrada
	Pueblo Nuevo	9 a 21	9 a 14	9 a 14	Cerrada
	San Juan Bautista	9 a 21	11 a 21	11 a 21	11 a 21
Hortaleza	Hortaleza	8,30 a 22	10 a 20	10 a 20	10 a 20
	Los Prunos	8 a 15	9 a 21,30	9 a 14,30	9 a 14,30
	Luis Aragonés	9 a 22	Cerrada	Cerrada	Cerrada
Moratalaz	Moratalaz	9 a 18	10 a 20	10 a 20	10 a 20
Usera	Moscardó	LXV 8,30 a 17,15 MJ 8,30 a 14 y 15 a 17,15	10 a 14,45	10 a 13,45	10 a 14
	Orcasitas	10 a 21	9 a 14,30	9 a 14,30	9 a 14,30
Villa de Vallecas	Cerro Almodóvar	9 a 16,45 / 19,15 a 21,30	Cerrada	Cerrada	Cerrada
Villaverde	El Espinillo	10 a 21	10 a 14	10 a 14	Cerrada
	Raúl González	10 a 21	Cerrada	Cerrada	Cerrada
	Plata y Castañar	9 a 21	10 a 14	10 a 14	10 a 14
Vicálvaro	Valdebernardo	9 a 21	Cerrada	Cerrada	Cerrada
	Vicálvaro	9 a 21	Cerrada	Cerrada	Cerrada
San Blas -Canillejas	Fabián Roncero	7 a 23	9 a 20	9 a 15	9 a 15
	San Blas	9 a 18	9 a 15	9 a 15	Cerrada
Barajas	Barajas	9 a 21	10 a 20	10 a 15	10 a 15

CARRERAS URBANAS

XXXIII Carrera de la Ciencia

Organizada, como siempre, por el Consejo Superior de Investigaciones Científicas, y con la colaboración del Ayuntamiento de Madrid, el próximo día 20 de octubre, a las 9 horas, y salida en la calle Serrano, frente a la sede de este organismo, arrancará la 33 edición de esta prueba pedestre urbana, considerada como una de las más antiguas de la ciudad.

Podrán participar corredores nacidos en 1994 y anteriores, para realizar 10 kilómetros, esperándose más de 9.000 participantes, que habrán tenido que abonar 10 euros para formar parte de una prueba de gran calidad, homologada e integrada en el calendario de la Federación Española de Atletismo.

La carrera se une a la campaña solidaria "Kilómetros por Alimentos" hecha por el equipo Vinilo FM-Drinkingrunners, de forma que los participantes pueden llevar alimentos a la zona de recogida de dorsales.



XXXIII Carrera de la Ciencia

20 de Octubre de 2013

10 KM
HOMOLOGADOS

De otro planeta

CSIC

PRECIO 10€

SALIDA SERRANO 117 · 9:00 HORAS · INFORMACIÓN 91 568 18 53
www.carreraspopulares.com/csic www.runners.es www.carreradelcsic.com www.carreradelaciencia.com



CLASES Y ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES / 2

Acondicionamiento Físico

En su pronunciamiento técnico, el Acondicionamiento Físico es una escuela orientada a personas que deseen realizar actividad física o iniciarse en ella, no teniendo limitaciones importantes que interfieran en la práctica del ejercicio.

Su finalidad es integrar de forma equilibrada el mantenimiento de la condición física en el marco de los objetivos generales del programa que se centran en los siguientes aspectos:

- Mejora de la salud y de la condición física.
- Fomento de hábitos higiénicos.
- Prevención del sedentarismo.
- Combatir el estrés, incidiendo en el equilibrio psicológico.
- Fomento de la relación social como elemento integrador.
- Ocupación del ocio y del tiempo libre.



	Jóvenes y adultos	Mayores de 65 años	Discapacitados		
			Físicos	Intelectuales	Sordos
Alberto Garcia					
Alfredo Goyeneche					
Aluche					
Antonio Diaz Miguel					
Arganzuela					
Barajas					
Casa de Campo					
C. Integrado Arganzuela					
Cerro Amodovar					
Chamartín					
Ciudad de los Poetas					
Concepción					
Daoíz y Velarde					
Daoíz y Velarde FMKarate					
Entrevías					
Fabián Roncero					
Felix Rubio					
Fernando Martín					
Francisco Fernández Ochoa					
Fuente del Berro					
Gallur					
Gimnasio Moscardó					
Hortaleza					
Jose Mª Cagigal					
La Chopera					
La Elipa					
La Masó					
La Mina					
Las Cruces					
Luis Aragonés					
Marqués de Samaranch					
Miguel Guillén Prim					
Moratalaz					
Moscardó					
Orcasitas					
Orcasur					
Palomeras					
Pepu Hernández					
Plata y Castañar					
Playa Victoria					
Pradillo					
Pueblo Nuevo					
Puente de Vallecas					
Raúl González					
San Blas					
San Juan Bautista					
Triángulo de Oro					
Valdebernardo					
Vicálvaro					
Vicente del Bosque					

Programación deportiva octubre 2013

Relación de actos deportivos organizados directamente o en colaboración con el Ayuntamiento de Madrid, Área Delegada de Deportes.

ATLETISMO

CARRERA DE 500 KM. TAJAMAR-TORRECIUDAD

3 de octubre: 9 a 12 h.

CICLISMO

FIESTA DE LA BICICLETA DE LA VILLA DE MADRID

6 de octubre: 9 a 12 h.

Madrid

PATINAJE

ruta básica vía verde gasolina

6 de octubre: 10 a 13 h.

Madrid: Parque De Las Avenidas Parque Juan Carlos I

ATLETISMO

V Carrera Popular por la Salud Urbana 02 Wellness

12 de octubre: 10,30 a 13 h.

Madrid: Parque Juan Carlos I

JUEGOS DEPORTIVOS MUNICIPALES

DELEGADOS

9 de octubre

Madrid

ATLETISMO

1ª Marcha MTB Arnold Classic Europe

12 de octubre: 10 a 14 h.

Madrid: Casa de Campo

ATLETISMO

Carrera Popular Solidaria BBVA

13 de octubre: 9 a 10,30 h.

Madrid

ATLETISMO

Carrera Solidaria N+1 en memoria de Roque

13 de octubre: 10,30 a 12 h.

Madrid: Casa de Campo

ATLETISMO

Marcha Rompe las Estadísticas

13 de octubre: 10 a 14 h.

Madrid: Parque del Oeste

PIRAGUISMO

Piragua Cross Casa de Campo

19 de octubre: 8,30 a 15 h.

Madrid: Lago Casa de Campo

ATLETISMO

Carrera de la Ciencia – Carrera Internacional del CSIC

20 de octubre: 9 a 10,20 h.

Madrid

ATLETISMO

XXVII 100 KM. PeDESTres Villa de Madrid

20 de octubre: 7,30 A 18,30

Madrid

ATLETISMO

Deporte en Familia Marca

26 de octubre: 10 a 20 h.

Madrid: Parque del Retiro

ATLETISMO

Carrera Popular Hospital Niño Jesús

27 de octubre: 9 a 13 h.

Madrid: Parque del Retiro

ATLETISMO

XIV Carrera Cívico Militar Contra la Drogas

27 de octubre: 10 a 13 h.

Madrid: Casa de Campo

La localización de eventos celebrados en la vía pública son provisionales hasta que el Ayuntamiento autoriza su celebración. Le recomendamos que confirme la localización en los días previos del evento

Finales sénior Juegos 2012/2013

Durante el mes de septiembre se ha celebrado la Fase Final de sénior de la 33 Edición de los Juegos Deportivos Municipales, fase que se celebra desde hace tres años en este mes. Como reconocimiento a los equipos vencedores, se adjunta la lista en todos los deportes de equipo, incluidas las categorías menores de 18 años.

Campeones de Madrid de categoría sénior

DEPORTE	Campeón	Subcampeón
Baloncesto Fem	Una De Aki Una De Alli	Excapa
Baloncesto Masc	Bar Picota III	Patito Mascuatro
Fútbol	A.D. Heros	AT. Moncloa
Fútbol-Sala Fem	Davida	FS. Europa
Fútbol-Sala Masc	Goya Hd	Naranjitos
Fútbol 7 Fem	Amisport Féminas	Jaleas Reales
Fútbol 7 Masc	Proces	Eurosiris Bar Angel
Voleibol Masc	Crossfire	Koolhas
Voleibol Fem	BDV en La Cresta	Seven Fighters

Categorías en edad escolar o menores de 18 años

BALONCESTO	Campeón	Subcampeón
Alevín Mixto Infantil Femenino Infantil Masculino Cadete Femenino Cadete Masculino Juvenil Femenino Juvenil Masculino	Montessori-A Halcones Baloncesto Aluche Picasso BJC-A Esc. Fernando Martín Revolution Basket	Roja Madrid Villa de Vallecas C.D.Valcude Alcobendas Santa Catalina Escuela Fernando Martín Escuela Fernando Martín - C Santa Cristina Escuela Fernando Martín - C
BALONMANO	Campeón	Subcampeón
Alevín Femenino Alevín Mixto	Colegio Moratín Carabanchel Colegio Maravillas A	Colegio Virgen De Europa F Colegio Corazonistas
BEISBOL	Campeón	Subcampeón
Alevín Mixto	Villalvilla Beisbol Club	Colegio Ciudad De Roma
FÚTBOL	Campeón	Subcampeón
Cadete Masculino Juvenil Masculino	Coleg. Ntra. Sra Del Carmen A Pingüinos de Madagascar	Viena Vallekas Jh Newman
FÚTBOL-7	Campeón	Subcampeón
Alevín Mixto Infantil Masculino	King's College-A Los Olmos Nizar B	C.D.Valdebernardo A C.D. El Pardo Sala
FÚTBOL-SALA	Campeón	Subcampeón
Alevín Mixto Infantil Femenino Infantil Masculino Cadete Femenino Cadete Masculino Juvenil Femenino Juvenil Masculino	Pirala Coleg. Gredos S. Diego Las Suertes C. Spinola A A.D.C. Joyfe Santo Domingo De Guzman Palestra Atenea Agustín Mirón	Safa Moratalaz Colegio Santo Angel Deportados Lopez Vicuña Rayo Palmera ADAE Simancas Saiz de Vicuña
HOCKEY	Campeón	Subcampeón
Benjamín Mixto Alevín Mixto	Jorge Manrique Parque Eugenia de Montijo	Fontarrón Lorenzo Luzuriaga
VOLEIBOL	Campeón	Subcampeón
Alevín Mixto Infantil Femenino Cadete Femenino Juvenil Femenino	Tomás Bretón Sagrado Corazón - A Arganvoley ACR Voley	Gredos San Diego Las Suertes Decroly - A Salesianas Highlands
WATERPOLO	Campeón	Subcampeón
Alevín Mixto Infantil Masculino	Club Majadahonda Caude Club Natación Madrid Moscardó - A	Club Natacion Tres Cantos Real Canoe Natacion Club

Mejoras en la web municipal para los Juegos

Con vistas al inicio de la competición de los 34 Juegos Deportivos Municipales 2013-2014 se van a incorporar una serie de mejoras en la página Web municipal para facilitar el seguimiento de las competiciones por parte de delegados y jugadores:

- Nuevo entorno de la presentación de resultados y clasificaciones, permitiendo la búsqueda únicamente con el nombre del equipo y presentando todas las fases en las que participe.
- Presentación de los campos de juego en mapas, facilitando así el conocimiento y acceso a los mismos.

Presentación de los acuerdos de los distintos Comités de Disciplina Deportiva y Competición, permitiendo consultar las sanciones de cada Grupo.

De esta forma se sigue avanzando en el acercamiento de la gestión de las Competiciones Municipales al ciudadano.

Hay que recordar que esto viene a completar la presentación de recursos y solicitudes a través de Internet. Para ello, el Delegado de cada equipo deberá disponer de la clave alfanumérica facilitada en el momento de la inscripción para el alta de deportistas.

En la página www.madrid.es/deportes entrando en Competiciones Municipales se encontrará "Inscripciones e incidencias"

El equipo puede optar por presentar una Reclamación, un Recurso o una Solicitud de Aplazamiento.

El documento se envía de forma automática al correo electrónico del Comité de competición del distrito seleccionado por el Delegado del equipo, que contestará dentro de los plazos y cauces marcados por la Normativa General de las Competiciones Municipales para la temporada 2013-2014.



Cursos de árbitros de Voleibol

Una de las prioridades en cada edición es la formación continua de los árbitros. Cada temporada se acuerda con la Federación correspondiente, el desarrollo de cursos de reciclaje de los colegiados respectivos.

Este año en el marco de dicho convenio, la Federación Madrileña de Voleibol está desarrollando durante el mes de octubre, en el CDM Fernando Martín, un programa de formación continua de sus árbitros, lo que está aumentando notablemente el nivel del arbitraje en las competiciones municipales.

El Voleibol está recibiendo un fuerte impulso en las competiciones municipales, para la temporada 2013-2014 se han incorporado un total de 17 equipos sénior nuevos, lo que supone un aumento del 25 % sobre la pasada temporada.




Nuevos deportes

Si la pasada temporada se incorporó el Salvamento y Socorrismo con un gran éxito de participación, esta nueva temporada se van a incorporar el REMO y el PIRAGÜISMO.

Se celebrarán dos Jornadas de cada uno de estos deportes, abiertas a todos los practicantes menores de 18 años.

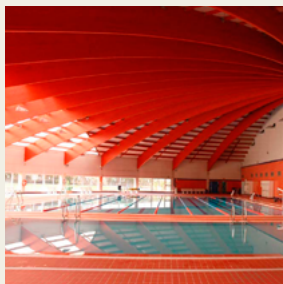
Para ello se utilizarán dos espacios especialmente idóneos para estos deportes como son el de las rías existentes en Madrid Río y en el parque Juan Carlos I, durante la próxima primavera.

Para mayor información consultar las Normativas individuales de cada deporte en www.madrid.es/deportes



Abono Deporte Madrid

El deporte más completo y económico



Por una cuota mensual
disfruta de todo lo que desees

Piscinas al aire libre • Piscinas cubiertas
Salas de Musculación • Saunas
Sesiones de Ciclo-Sala • Pistas de Tenis
Pádel • Frontones • Rocódromos
Pistas de Atletismo • Pistas de Patinaje
Minifrontones • Tenis de Mesa
Circuitos de Footing

*Incluso te puedes inscribir gratis a una actividad dirigida
de enseñanza deportiva*

