

EQUIPAMIENTOS DEPORTIVOS

Se abre el CDM Barceló

Los vecinos del distrito centro, y el resto de madrileños, dispondrán de este nuevo Centro Deportivo Municipal que se pondrá en funcionamiento esta primavera. Céntrico, moderno y funcional ofrecerá numerosas actividades físico-deportivas de enseñanza y uso libre. El plazo de inscripción a las actividades ya está abierto.

+ info



CARRERAS URBANAS

¡Y van 39 Maratones!

La carrera urbana estrella de la ciudad, el Rock 'n' Roll Madrid Maratón se celebrará el día 24 de abril, con la salida en la plaza de Cibeles y la tradicional meta en el paseo de Coches del Parque del Buen Retiro. Las inscripciones estarán agotadas a la distribución de esta publicación, pero, ser espectador es también uno de sus mayores atractivos. Información completa sobre el recorrido.

+ info



PRUEBAS INTERNACIONALES

Copa de Europa de Triatlón

La Casa de Campo volverá a acoger esta competición internacional que en sí misma representa toda una fiesta de esta modalidad deportiva, ya que también se convocan otras pruebas de promoción, como el Triatlón Popular de Madrid, las Pruebas Infantiles y el Triatlón de la Mujer. Todo un espectáculo los días 30 de abril y 1 de mayo.

+ info

PROGRAMACIÓN DEPORTIVA ABRIL

Se adjunta lista completa de eventos deportivos organizados en colaboración con el Ayuntamiento de Madrid.

+ info

PRUEBAS INTERNACIONALES

III Torneo Internacional Masculino de Tenis Villa de Madrid

Las pistas de la Federación de Tenis de Madrid serán la sede de la nueva edición de este torneo dedicado a las jóvenes promesas de este deporte. La fase previa se disputará los días 2 y 3 de abril y la fase final se jugará del 4 al 10 del mismo mes.

+ info



GALERÍA DE FOTOS

Las mejores fotografías del recién celebrado "Trofeo Internacional Latina Grupos Show" en el C.D.M. de Aluche que contó con la participación de grandísimos profesionales.

+ info

ESPECIAL PILATES

Esta sección recoge actividades muy interesantes y provechosas que se prestan en los centros deportivos municipales para la salud, la diversión y el bienestar de los ciudadanos.

Amplio informe, con características y precios de Pilates, la actividad de moda.

+ info

EQUIPAMIENTOS DEPORTIVOS

Se abre el CDM Barceló

Los vecinos del distrito Centro, y el resto de madrileños, dispondrán de este nuevo Centro Deportivo Municipal que se pondrá en funcionamiento esta primavera. Céntrico, moderno y funcional, ofrece numerosas actividades físico-deportivas de enseñanza y uso libre. El plazo de inscripción a las actividades ya está abierto.

Los servicios y actividades deportivas comenzarán a funcionar, previsiblemente, a finales de abril y contarán con 4.000 m² de superficie, construidas en las plantas 3, 4 y 5 del Mercado Barceló, dedicada al cuidado de la salud, al ocio y a la práctica deportiva.

Se han puesto dos puntos informativos, en el propio Mercado de Barceló, a disposición de los ciudadanos. Uno de ellos, en el exterior del edificio, en la calle Mejía Lequerica, local 9; y el otro, en el local interior 227 de la primera planta del edificio. En estas direcciones los interesados pueden informarse sobre las instalaciones, los servicios que se ofrecen y las tarifas.

El pasado 18 de Enero se abrió el plazo de inscripción para todos los ciudadanos interesados en disfrutar de la oferta deportiva municipal de este nuevo centro.

La gestión del CDM Barceló corre a cargo de FORUS, empresa que comenzó las obras de adecuación del centro en el mes de enero.

Las instalaciones contarán con:

- Sala Fitness de 600m².
- Sala de Ciclo Indoor y sala de IndoorWalking.
- Dos salas de actividades dirigidas, con más de 180 clases semanales (Pilates, Zumba, Sh'bam, BodyCombat, Body Balance, Yoga, Gap, BodyPump...).
- Actividades para niños a través de escuelas deportivas; y actividades enfocadas a la tercera edad.
- Pista polideportiva.
- Vestuarios masculino y femenino.
- Equipamientos de última generación.
- Terraza exterior con área de ocio.

Horarios CDM Barceló

Lunes a Viernes	07:00 a 24:00
Sábados, Domingos y Festivos	07:00 a 22:00

Horarios de los puntos de información/inscripción y atención al cliente

	De Lunes a Viernes	Sábados y Domingos
Local Exterior; Calle Mejía Lequerica 9	10:00 a 21:00 interrumpidamente	10:00 a 15:00 y 16:00 a 21:00
Local Interior; puesto 227	11:00 a 14:00 y 17:00 a 20:00	



PRUEBAS ALTA COMPETICIÓN

Triatlón Internacional de Madrid

Madrid albergará la XIII Edición de la Copa de Europa de Triatlón, consolidándose como la prueba internacional más antigua de este deporte en España. La competición se desarrollará los días 30 de abril y 1 de mayo en el Parque de la Casa de Campo.

De este triatlón popular de Madrid se espera una gran convocatoria tanto de deportistas de élite como de federados y populares, ya que es el que más participación tiene en España, con una estimación de 2.500 personas. Aquí se dan cita grandes deportistas como Uxio Abuín, vencedor de la anterior edición de esta competición; David Castro, Subcampeón del Mundo sub23 de Triatlón; y Emilio Aguayo, Bronce en la edición de 2015, entre otros.

El 30 de abril se disputará el Triatlón Popular de Madrid, las pruebas Infantiles y el Triatlón de la Mujer; mientras que el 1 de mayo, se desarrollarán paralelamente las pruebas clasificatorias para el Campeonato de España de Triatlón, tanto masculino como femenino y la Copa de Europa de Triatlón. La inscripción se realizará a través de la [página web](#). Precios entre 5 € (categorías menores) y 60 € (relevos no federados).

Horarios

08.30 h: Olímpico.

11.15 h: Relevos.

11.20 h: Sprint.

15.30 h: Super Sprint. Triatlón de la Mujer.

17.00 h: Super Sprint.

18.45 h: Duatlón 1.000 m / 4 km / 500 m - Menores

DISTANCIAS DE LAS PRUEBAS

	Natación	Ciclismo	Carrera a pie
Olímpica	1,5 km (2 vueltas)	38 km (5 vueltas)	10 km (4 vueltas)
Sprint	7,5 km (1 vuelta)	23 km (3 vueltas)	5 Km (2 vuelta)
Supersprint	0,3 km (1 vuelta)	7,7 km (1 vuelta)	2 km (1 vuelta)



CARRERAS URBANAS

Rock'n Roll Madrid Maratón

Madrid acogerá la 39ª edición de la Rock 'n' Roll Madrid Maratón. La misma tendrá lugar el día 24 de abril, comenzando en la plaza de Cibeles y terminando en el parque Retiro. Será organizada por MAPOMA, con la colaboración del Ayuntamiento de Madrid. Las inscripciones se realizarán en la web: www.rocknrollmadrid.com hasta el 10 de abril o hasta agotar dorsales.

Los deportistas podrán participar en tres distancias distintas: Maratón, Media Maratón y 10 kilómetros. A su vez, será posible competir también en modalidades de Hand bikes y Sillas de atletismo. Para poder participar en las categorías de Maratón y Media Maratón será necesaria la licencia federativa o el carné de corredor plus, que otorga la Real Federación Española de Atletismo. Los días 22 y 23 de Abril de 2016, en el recinto ferial de la Casa de Campo, los atletas oficialmente inscritos podrán recoger los dorsales, chips y regalos conmemorativos en horario de 10 a 21 horas y la entrada será gratuita.

Dentro del recorrido del EDP Rock 'n' Roll Madrid Maratón & ½ habrá puntos de avituallamiento sólido que facilitarán FRUTA a todos aquellos que necesiten un aporte de energía extra.

La prueba tendrá un carácter internacional, ya que este evento tiene la distinción de Silver Race label, que entrega la Federación Internacional de Atletismo. La edad mínima de inscripción será de 18 años, y además de la maratón en sí, habrá otros dos eventos: La Expodepor y la Pasta Party. La primera se desarrollará los días 22 y 23 de abril en el Pabellón 12 de IFEMA, ocupando un espacio de exposición de más de 15.000 m². La Pasta Party será gratuita para todos los participantes y tendrá lugar el día 23 de abril, de 13:00 a 16:00 h. Será una oportunidad perfecta para hermanar a los competidores con una sabrosa comida que, como el propio nombre indica, se basa en el alimento idóneo para cargar el cuerpo de hidratos de carbono: "La Pasta". Los acompañantes no participantes de la carrera, podrán disfrutar de esta fiesta por sólo 5 euros.

Transporte

- Estación METRO cercana a la línea de salida: Banco de España.
- Estación de METRO cercana a la línea de meta: Ibiza / Retiro.
- Estación cercana Expodepor-Feria del Deporte: Campo de las Naciones.
- Línea AUTOBÚS cercana a la línea de salida: 1, 2, 9, 14, 15, 20, 27, 34, 37, 45, 51, 52, 53, 74, 146, 203.

	Hora de salida	Límite de tiempo	Límite de participantes
Carrera 10k	8:30	1 h 30 min	7.000
Medio Maratón	09:00	3 h	12.000
Maratón	09:00	6 h	15.000
Silla de Ruedas y Hand Bikes	08:45	3 h 30 min	

CARRERAS URBANAS

Rock'n Roll Madrid Maratón



COMPETICIONES INTERNACIONALES

III Torneo Internacional Masculino Villa de Madrid

Se abre el plazo de inscripción para el III Torneo Internacional Masculino de Tenis Villa de Madrid. La competición se disputará del 4 al 10 de abril en las instalaciones de la Federación de Tenis de Madrid, y cuenta con una dotación en premios de 10.000 dólares.

Estos torneos son la oportunidad perfecta para que los jugadores den sus primeros pasos en el mundo del tenis profesional, ya que se les brinda la oportunidad de ascender en sus puntuaciones para el Ránking ATP.

La fase previa se disputará los días 2 y 3 de abril, y la fase final se jugará del 4 al 10 del mismo mes. Los horarios de la competición variarán en función de los días, y se confirmarán el día anterior. La entrada será gratuita para todos los aficionados que quieran acudir a verlo y, como será retransmitido por streaming, podrá ser seguido desde cualquier parte del mundo.

La competición forma parte de una serie de cuatro torneos anuales, de diferentes categorías impulsados por la Federación de Tenis de Madrid para favorecer la participación de jóvenes semiprofesionales de este deporte. En dichos torneos, se impulsan también actividades para que los menores de 14 años se vayan acercando al mundo del tenis.



ESPECIAL PILATES

Ha transcurrido ya un siglo desde que comenzó esta disciplina, llamada en un principio contrología y que tenía como objetivo entrenar el cuerpo y la mente buscando el equilibrio entre ambos. Hoy en día, el pilates ha evolucionado creándose nuevos aparatos de apoyo y nuevas formas de realizarlo, siendo actualmente una de las modalidades más completas de la oferta deportiva municipal. Esta disciplina engloba ejercicios provenientes del yoga y la gimnasia, mediante los cuales mejoramos la tonificación de los músculos a través de movimientos fluidos, combinados con la concentración y el equilibrio.

En su práctica se tienen en cuenta distintos principios fundamentales:

- La precisión.
- La respiración.
- El control corporal.
- El alineamiento.
- La centralización de los movimientos.

Los objetivos de esta actividad dirigida son:

- Fomentar las relaciones sociales.
- Adquirir un hábito de vida saludable.
- Contribuir al desarrollo de la afición hacia la práctica de deportes.
- Prevenir el sedentarismo.
- Mejorar la armonía entre el cuerpo y la mente, además de la condición física y la salud.

Entre sus mayores beneficios se encuentran:

- Corrección de la postura.
- Fortalecimiento de la zona abdominal.
- Favorecimiento postural.
- Tonificación.
- Aumento de la flexibilidad y la coordinación.
- Reducción del estrés.

Dentro del programa de enseñanzas deportivas, el Ayuntamiento de Madrid ofrece esta actividad en los Centros Deportivos Municipales con un total de 4657 plazas distribuidas en 313 clases.

CENTROS DEPORTIVOS MUNICIPALES CON ACTIVIDAD PILATES PARA ADULTOS

Alberto García, Alfredo Goyeneche, Aluche, Arganzuela, Barajas, Centro Integrado Arganzuela, Cerro Almodóvar, Ciudad de los Poetas, Concepción, Las Cruces, Chamartín, La Chopera, La Elipa, Entrevías, El Espinillo, Félix Rubio, Fernando Martín, Fuente del Berro, Gallur, Gimnasio Moscardó, Hortaleza, José María Cagical, Luis Aragonés, Marqués de Samaranch, La Masó, La Mina, Moratalaz, Orcasitas, Orcasur, Palomeras, Plata y Castañar, Playa Victoria, Pueblo Nuevo, Puente de Vallecas, Pradillo, Raúl González, San Cristóbal, San Juan Bautista, Triángulo de Oro, Valdebernardo, Vicálvaro y Vicente del Bosque.

CENTROS DEPORTIVOS MUNICIPALES CON ACTIVIDAD PILATES PARA MAYORES

Aluche, Barajas, Chamartín, Daoiz y Velarde, Entrevías, La Chopera, La Elipa, Moratalaz, Pueblo Nuevo, Valdebernardo y Vicálvaro.



PROGRAMACION DEPORTIVA.ABRIL 2016

Relación de actos deportivos organizados directamente o en colaboración con el Ayuntamiento de Madrid
– Dirección General de Deportes

Denominación	Fecha / Hora	Lugar de Celebración
ATLETISMO XVI ASICS MEDIO MARATÓN DE MADRID y 5 KMS. MMT SEGUROS MADRID	3 de abril 9:00 h.	Salida: Paseo del Prado Llegada: Paseo de Recoletos
ATLETISMO CARRERA DE LA ORIENTACIÓN	3 de abril 10:30 h.	Salida: Parking del Club de Tiro de Cantoblanco
TENIS III TORNEO INTERNACIONAL MASCULINO VILLA DE MADRID	Del 4 al 10 de abril Jornadas de mañana y tarde	Federación de Tenis de Madrid San Cugat del Vallés, s/n
ATLETISMO III CROSS DE SANCHINARRO	9 de abril 10:00 h.	Parque de Sanchinarro (salida desde la calle Vicente Blasco Ibáñez)
ATLETISMO HOLI RUN	10 de abril 11:00 h.	Parque de Valdebebas Salida: Avenida de José Antonio Corrales Llegada: Avenida de las Fuerzas Armadas,
ATLETISMO DUATLÓN VILLA DE MADRID	10 de abril 10:00 h.	Parque de la Casa de Campo
ATLETISMO V CARRERA POPULAR PAU DE VALLECAS	10 de abril 10:00 h.	Salida y llegada: Calle José Tamayo
ATLETISMO CARRERA POR EL PLANETA	10 de abril 10:00 h.	Parque Juan Carlos I
ATLETISMO 4ª JORNADA DE ATLETISMO BÁSICO ESCOLAR	10 de abril Horario por determinar	Centro Deportivo Municipal San Blas. Arcos del Jalón, 59
POLIDEPORTIVO JUEGOS DE CONVIVENCIA EN VILLA DE VALLECAS	13, 20y 27 de abril 10:30 h.	Centro Deportivo Municipal Cerro Almodóvar Cerro de Almodóvar, 9
ATLETISMO IX CARRERA DE ORIENTACIÓN PARQUE NORTE	14 de abril 9:00 h.	Parque Norte (entre Avda. Monforte de Lemos y c/ Arzobispo Morcillo)
ATLETISMO I CROSS ESCOLAR SANTA MARÍA LA BLANCA	15 de abril 9:30 h.	Centro Escolar Santa María La Blanca. Monasterio de Oseira, 17B (recorrido por las inmediaciones del centro)
36º JUEGOS DEPORTIVOS MUNICIPALES FINAL DE MADRID DE GIMNASIA ARTÍSTICA	16 de abril Horario por determinar	Centro Deportivo Municipal Aluche. Avda. General Fanjul, 14

Denominación	Fecha / Hora	Lugar de Celebración
ATLETISMO CARRERA POPULAR "EL BUEN PASTOR"	16 de abril 9:00 h.	Parque de Palomeras Bajas
ATLETISMO III CARRERA EN MARCHA CONTRA EL CÁNCER	17 de abril 9:00 h.	Salida y llegada: Inmediaciones de la Plaza de Colón
ATLETISMO V CARRERA POPULAR SÍNDROME DE SANFILIPPO	17 de abril 9:00 h.	Salida y llegada: Junto a la estación de metro de Las Tablas
ATLETISMO CARRERA POPULAR DEL MAGARIÑOS AL PALACIO	17 de abril 9:00 h.	Salida: Serrano, 127 Llegada: Avda. Felipe II
ATLETISMO I CROSS DE PRIMAVERA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA	23 de abril 8:00 h.	Salida: Parking Club de Tiro y Deportes de Cantoblanco Crta. Colmenar Viejo, 15
36º JUEGOS DEPORTIVOS MUNICIPALES FINAL DE MADRID DE GIMNASIA ESTÉTICA	23 de abril Horario vespertino	Centro Deportivo Municipal San Blas. Arcos del Jalón, 59
36º JUEGOS DEPORTIVOS MUNICIPALES FINAL DE MADRID DE SALVAMENTO Y SOCORRISMO	23 de abril Alevín y Benjamín: 11:30 h. Cadete, Infantil y Juvenil: 16:30 h.	Centro Deportivo Municipal Puente de Vallecas. Payaso Fofó, 7
36º JUEGOS DEPORTIVOS MUNICIPALES FINAL DE MADRID DE TENIS DE MESA	24 de abril 9:00 h.	Centro Deportivo Municipal El Olivillo. Olivillo, 4
ATLETISMO 39 EDP Rock 'n' Roll Madrid Y 1/2	24 de abril 8:30 h.	Salida: Paseo del Prado Llegada: Paseo Fernán Núñez (Parque de El Retiro)
CICLISMO CLÁSICA INTERNACIONAL CICLOTURISTA MADRID-MADRID	24 de abril Horario por determinar	Etapas: Etapas 1: Puerto de Navacerrada – Madrid Etapas 2: Torrelaguna - Madrid
TENIS MUTUA MADRID OPEN DE TENIS	Del 29 de abril al 8 de mayo Toda la jornada	Caja Mágica Camino de Perales, 23
TRIATLÓN TRIATLÓN INTERNACIONAL DE MADRID	30 de abril y 1 de mayo Sábado: 9:00 h. Domingo: 8:00 h.	Parque de la Casa de Campo

Esta programación puede sufrir modificaciones, por lo que se recomienda consultar con los organizadores

GALERÍA DE FOTOS. TROFEO INTERNACIONAL LATINA GRUPOS SHOW.







GALERÍA DE FOTOS. TROFEO INTERNACIONAL LATINA GRUPOS SHOW.

