

NUEVO SERVICIO

Aprender a correr

Parece fácil pero correr bien exige su técnica y su desarrollo, por eso, en 10 distritos de la ciudad comenzará, a partir de noviembre, el nuevo programa "Correr por Madrid", dirigido a personas que quieren aprender a correr de forma óptima, segura y técnicamente impecable. Las inscripciones a partir del 17 de octubre. El precio, 11 euros.

[+ info](#)



INVERSIONES

Obras de accesibilidad universal

Este mes de octubre comienzan las obras de accesibilidad universal en 8 Centros Deportivos Municipales con un importe de adjudicación de 534.032,27 euros dentro del plan de inversiones de la Dirección General de Deportes. El plazo de ejecución es de tres meses.

[+ info](#)



PRUEBAS INTERNACIONALES

IV Torneo Internacional Masculino Villa de Madrid de Tenis

Del 8 al 16 de octubre las pistas de la Federación Madrileña de Tenis acogerán este interesante torneo con más de 100 participantes, algunos de ellos terminarán disputando encuentros de Grand Slam siendo una excelente fórmula de promoción para acceder a la alta competición. Entrada gratuita.

[+ info](#)

PROGRAMACIÓN DEPORTIVA

Pruebas y competiciones organizadas por el Ayuntamiento de Madrid o con su colaboración.

[+ info](#)

CARRERAS URBANAS

Medio Maratón de la Mujer

No existía en Madrid y por fin el 23 de octubre se dará la salida en el Paseo del Prado a la primera edición de esta carrera, organizada en colaboración con el Ayuntamiento de Madrid, que inaugura un recorrido urbano extraordinario y atractivo para conseguir buenas marcas. Las inscripciones en: www.mediomaratondelamujer.es

[+ info](#)



GALERÍA DE FOTOS

El I Torneo Internacional Villa de Madrid Jai - Alai dejó los pasados días 23 y 24 de septiembre imágenes únicas en nuestra ciudad.

[+ info](#)

ESPECIAL PSICOMOTRICIDAD INFANTIL

En estos primeros meses de inicio del curso escolar no hay que olvidar un aspecto tan esencial en el desarrollo infantil como el buen funcionamiento de sus características motrices y cognitivas.

El programa municipal de Psicomotricidad se desarrolla en 9 centros deportivos, para niños y niñas de entre los 3 y los 8 años cumplidos.

[+ info](#)

[> Enviar a un amigo](#) [> Ir a nuestra web](#)

NUEVO SERVICIO

Aprender a correr

El 17 de octubre se abre la inscripción para aprender a correr, una iniciativa de la Dirección General de Deportes en colaboración con las federaciones madrileñas de atletismo y de montaña, que se desarrollará en 10 distritos de la ciudad con un total de 16 grupos (ver cuadros)

Esta nueva actividad de enseñanza deportiva va dirigida a personas mayores de 15 años de edad con los objetivos de dar a conocer los principios y pautas básicas para la carrera, ofreciendo diferentes rutinas de entrenamiento según el nivel de cada corredor.

MODALIDAD URBANA

Nº grupos	Distrito	Centro Deportivo Municipal	Horarios
2	Moratalaz	Moratalaz	Lunes y Miércoles de 17:30 a 19:00h Lunes y Miércoles de 19:00 a 20:30h
2	Latina	Aluche	Martes y Jueves de 18:00 a 19:30 Lunes y Miércoles de 20:00 a 21:30h
2	Usera	Orcasitas	Lunes y Viernes de 16:30 a 18:00h Martes y Jueves de 18:30 a 20:00h
1	Vicálvaro	Vicálvaro	Martes y Jueves de 20:00 a 21:30 h
1	San Blas	San Blas	Lunes y Miércoles de 19:45 a 21:15 h
1	Moncloa-Aravaca	Fernando Martín	Martes y Jueves de 18:00 a 19:30h
1	Hortaleza	Luis Aragón	Martes y Jueves de 17:30 a 19:00h

MODALIDAD DE MONTAÑA

Nº grupos	Distrito	Centro Deportivo Municipal	Horarios
2	Moncloa-Aravaca	Casa De Campo	Lunes y Miércoles de 19:00 a 20:30 h Lunes y Miércoles de 20:30 a 22:00 h
2	Puente De Vallecas	Palomeras	Martes y Jueves de 19:00 a 20:30 h Martes y Jueves de 20:30 a 22:00 h
1	Barajas	Barajas	Lunes y Miércoles de 20:00 a 21:30 h
1	Salamanca	Gimnasio Moscardó	Martes y Jueves de 20:00 a 21:30 h

INVERSIONES

Obras de accesibilidad universal

Escaleras y rampas, pavimentos podotáctiles, puertas automáticas, zonas de taquillas, itinerarios internos y externos, vestuarios de piscina, aseos accesibles, señalización... innumerables actuaciones y elementos recogen el plan de inversiones en accesibilidad universal emprendido por la Dirección General de Deportes (DGD)

El importe final de ejecución es de 534.032,27 euros con unas obras que se ejecutarán en el plazo aproximado de 3 meses en 8 Centros Deportivos Municipales.

Hay que recordar que el presupuesto de inversiones de la DGD para 2016 es de 8 millones de euros y que se dedicarán también a numerosas obras en colegios de la ciudad, de reparación y mantenimiento de zonas deportivas y la reforma y nueva construcción de campos de césped.



DISTRITO	CENTRO DEPORTIVO MUNICIPAL	IMPORTE PROYECTO
Fuencarral-El Pardo	La Masó	56.335,15 €
Retiro	Daoíz y Velarde	34.710,27 €
Arganzuela	Marqués de Samaranch	39.190,91 €
Chamartín	Pradillo	54.013,10 €
Vicálvaro	Valdebernardo	92.232,57 €
Hortaleza	Luis Aragónés	66.325,48 €
Usera	Orcasitas	94.660,96 €
Carabanchel	La Mina	96.563,83 €



CARRERAS URBANAS

Medio Maratón de la Mujer

Nace el Medio Maratón de la Mujer; una cita histórica que se celebrará en Madrid el 23 de octubre, como respuesta a la necesidad de seguir apoyando y potenciando el deporte femenino y de acercar a las corredoras habituales a una prueba de fondo, sobre una distancia de 21.097 metros.

El espectacular recorrido del Medio Maratón de la Mujer de Madrid arranca en el Paseo del Prado, atravesando las principales arterias de la capital española como la Castellana, pasando por la Puerta de Alcalá, Sol, Bailén o la Ronda de Toledo, hasta llegar a la espectacular meta que se situará en el Paseo de la Chopera (Matadero), en la zona de Madrid Río. Es un circuito muy propicio para lograr buenas marcas.

Cuenta con un perfil muy favorable para hacer buenas marcas, con la mayor parte del recorrido en bajada y desnivel favorable de más de 50 metros. El tiempo límite para cruzar la meta serán 3 horas, entre 30 y 60 minutos más que en los medios maratones mixtos. Habrá un máximo de 5.000 dorsales disponibles.

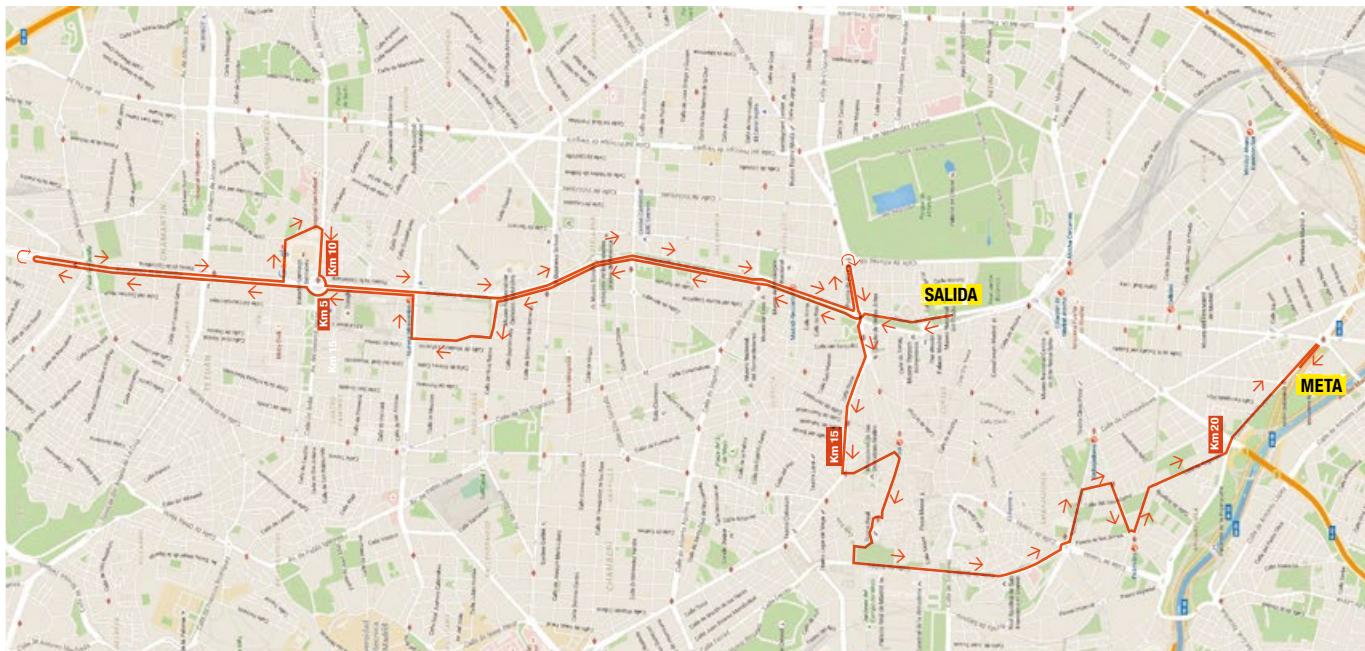
El Medio Maratón de la Mujer de Madrid está organizado por Sport Life con la colaboración con el Ayuntamiento de Madrid y estará incluido en el calendario internacional, de la Real Federación Española de Atletismo.

El Ayuntamiento de Madrid apoya totalmente esta iniciativa porque coincide con una de las prioridades de la actual política deportiva que está desarrollando: promocionar, potenciar y facilitar al máximo el deporte femenino.

> INSCRIPCIONES

www.mediomaratondelamujer.es

- Inscripciones No Federadas (Incluye licencia): 24.60€
 - Inscripciones Federada: 21.60€



PRUEBAS INTERNACIONALES

IV Torneo Internacional Masculino Villa de Madrid de Tenis

Del 8 al 16 de octubre las pistas de la Federación Madrileña de Tenis (calle San Cugat del Vallés, s/n – Distrito Fuen- carral – El Pardo) acogerán este interesante torneo con más de 100 participantes, organizado con la colaboración del Ayuntamiento de Madrid y 10.000\$ en premios.

El torneo constará de una fase final, fase previa y cuadro de dobles. La fase previa la jugarán 64 jugadores y se disputará durante el sábado 8 y domingo 9, en horario de tarde a partir de las 14:30.

La fase final será de 32 jugadores y se disputará a partir de lunes 10 hasta el domingo 16, accediendo a ella los 20 mejores clasificados por Ranking ATP, más 8 de la fase previa y otros 4 jugadores invitados por la organización. El cuadro de dobles los jugarán las 16 parejas con mejor ranking. Los horarios de la fase final individual y de dobles serán a partir de las 10:00 y hasta las 16:00.

Estos torneos son de vital importancia, ya que, con ellos, se consigue que los jugadores madrileños puedan acceder a competiciones internacionales, evitando desplazamientos a otros lugares donde se celebran torneos como este.

Alguno de los jugadores que participan, pasado un tiempo, alcanzarán el ranking que les permitirá competir en torneos más grandes, tipo Grand Slam o Master Series. También son competiciones donde se formarán los grandes jugadores, que en un futuro defenderán al equipo de Copa Davis de su país.



[> Información completa](#)

ESPECIAL PSICOMOTRICIDAD

Actividad destinada a niños y niñas con edades comprendidas entre los 3 y los 8 años cumplidos, y también abierta a niños y niñas que presenten alguna necesidad educativa especial, permitiendo su inclusión en un entorno normalizado.

FECHAS

- Del lunes 19 de septiembre de 2016 al viernes 30 de junio de 2017

OBJETIVOS

- Favorecer el desarrollo personal de cada niño, atendiendo a sus características motrices, cognitivas, afectivas y de socialización, a través de una acción pedagógica, basada en juegos de movimiento.
- Permitir el primer acercamiento y la familiarización con el entorno del Centro Deportivo y las distintas actividades que en él se desarrollan.
- Abrirse a todos los niños y niñas, inclusive, aquellos que pudieran presentar alguna necesidad educativa especial, permitiendo su inclusión en un entorno normalizado.

SERVICIOS

Este equipo de profesionales permite prestar dos servicios diferenciados incluidos en la cuota mensual:

- Impartir las sesiones en una Sala de Psicomotricidad
- Celebrar tutorías durante y al final del curso con los padres (tras solicitud previa), con el fin de que estén informados en todo momento, tanto de la evolución de sus hijos, como de los objetivos y metodología del programa.



PROFESIONALES

Esta labor la desarrollan Técnicos Deportivos con formación específica y una sólida formación de base y titulaciones en diversas áreas, como Psicología, Educación Física, Magisterio, etc.

SESIONES

Todos los grupos reciben 2 sesiones semanales, lunes y miércoles o martes y jueves, con una duración de 45 minutos en cada sesión. La duración del programa se establece en el período comprendido entre mediados del mes de septiembre 2016 y mediados del mes de junio 2017.

HORARIOS

Los horarios se establecen en función de las edades, siendo las sesiones más tempranas para los más pequeños. La hora de comienzo, generalmente, será entre las 16:30 y las 16:45 horas, de modo que esta actividad se realice a continuación de la Escuela Infantil

INSCRIPCIÓN

Para solicitar una plaza, es preciso rellenar el impreso de solicitud de plaza en Programa de Psicomotricidad Infantil, que puede recoger en el Centro Deportivo o descargarse en www.madrid.es/deportes (Trámites y gestiones), entregándolo en las oficinas del mismo Centro Deportivo seleccionado.

CENTROS DEPORTIVOS DONDE SE IMPARTE

Moratalaz, Cerro Almodóvar, José María Cagigal, San Blas, Barajas, Daoíz y Velarde I, El Espinillo, Palomeras y San Cristóbal

PROGRAMACION DEPORTIVA. OCTUBRE 2016

Relación de actos deportivos organizados directamente o en colaboración con el Ayuntamiento de Madrid.

Denominación	Fecha / Hora	Lugar de Celebración
DEPORTE ADAPTADO FIESTA DE OTOÑO FUNDACIÓN TAMBIÉN	1 de octubre 10:00 h.	Parque Juan Carlos I
ATLETISMO VI CARRERA DOWN MADRID	2 de octubre 10:30 h.	Parque Forestal Felipe VI (Valdebebas)
CICLISMO FIESTA DE LA BICICLETA	2 de octubre 9:00 h.	Salidas en diferentes puntos de la ciudad
RUGBY CAMPEONATO DE EUROPA DE RUGBY FEMENINO	Del 6 al 15 de octubre Jornadas de mañana y tarde	Estadio Nacional de la Universidad Complutense de Madrid Avda. Séneca, 2
FÚTBOL SALA TORNEO DE FÚTBOL SALA	2, 9 y 16 de octubre 10 a 13:00 h.	Centro Deportivo Municipal San Blas. Arcos del Jalón, 59
TENIS IV TORNEO INTERNACIONAL MASCULINO VILLA DE MADRID	Del 4 al 10 de octubre Horario por determinar	Instalaciones de la Federación de Tenis de Madrid. San Cugat del Vallés, s/n
ATLETISMO CARRERA PRO-FUTURO (ANTIGUA CARRERA PRONIÑO)	9 de octubre 9:00 h.	Avda. Ronda de la Comunicación , s/n (Distrito Telefónica)
ATLETISMO CARRERA DE LOS DIEZ MIL DE MADRID	9 de octubre 9:00 h.	Salida: Paseo del Prado (a la altura de la c/Juan de Mena) Llegada: Pº del Prado (a la altura de la plaza de Murillo)
ATLETISMO HOLI RUN	16 de octubre Por determinar	Parque de Valdebebas
ATLETISMO CARRERA CÍVICO MILITAR CONTRA LA DROGA	16 de octubre 10:00 H.	Parque de la Casa de Campo
ATLETISMO CARRERA DE LA CIENCIA (CARRERA INTERNACIONAL DEL CSIC)	16 de octubre 9:00 h.	Salida y Llegada: Sede Central de CSIC Serrano, 117
ATLETISMO MEDIO MARATÓN DE LA MUJER (MADRID)	23 de octubre 8:30 h.	Salida: Paseo del Prado Llegada: Paseo de la Chopera (Matadero)
ATLETISMO 100 KMS. PEDESTRES VILLA DE MADRID	30 de octubre 7:30 h.	Salida y Llegada: Payaso Fofó, s/n

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

GALERÍA DE FOTOS

I Torneo Internacional Villa de Madrid Jai - Alai





MADRID

practica
DEPORTE

10

