



## Bloque III: EVENTOS DE PROMOCIÓN DEPORTIVA

### “Chicas a la Cancha”

El programa Deporte y Mujer 2010 trae numerosas actividades donde podrás participar y disfrutar del deporte. Deporte para todas las personas, Deporte y Recreación, Deporte y Salud son las señas de identidad de estos eventos pensados y diseñados especialmente para ti, no lo dudes más y ven con nosotras a participar. ¡Chicas a la Cancha!!

#### Circuito Maraton de Aerobic

24/04/10	Santa Marta	26/06/10	Albuquerque
15/05/10	Casar de Cáceres	11/09/10	Zafra
05/06/10	Torrejoncillo	02/10/10	Almendrajejo
19/06/10	Navalmoral de la Mata	16/10/10	Llerena

En este programa, de carácter popular, y cuyo principal objetivo reside en la promoción de la actividad física y la salud a través del aerobic, podrán participar personas de todas las edades y condiciones, convirtiéndose así, en una actividad con un importante factor de integración social, que genera la adopción de muchos valores positivos. El Circuito se incluye dentro de la programación de Actividades y Eventos Deportivos que organiza la Dirección General de Deportes de la Junta de Extremadura.

#### Circuito Extremeño Duatlón Triatlón

##### Triatlón de la Mujer Sport Life Mérida

10/07/2010	Mérida
------------	--------

El triatlón de la mujer nace con la idea de fomentar la práctica deportiva entre las mujeres.

Se pretende contribuir desde la actividad física y el deporte a facilitar, desde nuestro ámbito, el proceso de integración de las mujeres con igualdad de oportunidades.

Tiene por objetivo: promocionar el Triatlón en las mujeres, generando una ocupación de ocio, activa y saludable.

#### Circuito Extremeño de Cicloturismo

28/03/10	Zafra	25/04/10	Sta. Marta	12/04/10	Mérida
----------	-------	----------	------------	----------	--------

El Circuito Extremadura de Rutas Cicloturistas Alimentos de Extremadura 2010 está orientado a fomentar la práctica del ciclismo y los estilos de vida saludable, así como el aumento de la participación de la mujer en actividades deportivas. El circuito Fémias Btt incluye:

- III Ruta BTT de la Mujer "Ciudad de Zafra".
- I Ruta BTT Femenina "Ciudad de Santa Marta".
- I Ruta Femenina BTT "Memorial Pilar Rodríguez Frias".

#### I Torneo “Woman & Pádel”

28-30/05/2010	Badajoz
---------------	---------

Las actividades se desarrollarían durante cuatro días, combinando cuatro ejes fundamentales:

- Clinic impartido por Neki Berwig e Íciar Montes pareja nº 1 mundial durante varias temporadas.
- Torneo amateur gratuito para que todas las participantes puedan vivir la experiencia de la competición y a la vez establecer amistades entre ellas.
- Partido de exhibición de las jugadoras profesionales Íciar y Neki con las mejores jugadoras extremeñas para que todas las participantes puedan disfrutar del mejor pádel femenino.
- Charlas-coloquios donde las participantes puedan acceder a las diferentes experiencias del deporte del pádel de élite.

#### Primer Woman Raids ¡Aventura 2010!

30-31/10/2010	Barcarrota
---------------	------------

La Liga Extremeña de Raids se ha consolidado en un tiempo record como una de las citas más demandadas a nivel nacional. IV Raid Multiaventura del Alcarache, 30 y 31 de Octubre (I Woman Raid) surge como primera experiencia de participación para chicas en un raid de aventura.

#### Carrera de La Mujer de Villanueva de La Serena

30-31/07/2010	Villanueva de la Serena
---------------	-------------------------

Tendrá lugar el 8 de mayo en Villanueva de la Serena. Será una actividad lúdica, deportiva y cultural con la que se quiere reivindicar la igualdad de oportunidades y derechos a través del deporte. No es competitiva y no se concederán premios, pues se trata de una jornada convivencia entre mujeres de toda la comunidad

#### Encuentro Regional Femenino de Actividades de Montaña

16-17/10/2010	Cañamero
---------------	----------

Fin de semana de octubre en Cañamero.

Programa: Escalada, piragüismo, bicicleta de montaña, orientación nocturna, senderismo, y otras actividades de montaña. Se realizará un día de actividades vivenciales y otro de aprendizaje de técnicas. Pretendemos dar difusión en clubes, gimnasios, universidad, Instituto de la Mujer, Concejalías, etc...

#### Torneo Femenino Voley-Playa Miajadas

3/07/2010	Miajadas
-----------	----------

Es un torneo con participación exclusivamente femenina, divididas en diferentes categorías, según las edades.

Aunque los partidos, como en todos los encuentros de voley playa, los juegan sólo dos jugadoras, se inscriben 3 en cada equipo para poder realizar cambios.

Este año esperamos superar con creces los 9 equipos que participaron en la edición anterior, y por eso invitamos a todas las jugadoras extremeñas y de otras regiones a que celebren con nosotros este día en torno al voleibol.

#### Jornada de Formación:

##### Jornada Convivencia Judo y Mujer

30/10/2010	Cáceres
------------	---------

Organiza: Federación Extremeña de Judo

Objetivo: Promocionar el deporte y en especial el Judo de la Comunidad Autónoma en la mujer Extremeña.

Tipo de sesión: práctica.

Recomendación: Ropa deportiva y cómoda.

Dirigido a judokas, arbitras, entrenadoras y sus familiares de sexo femenino. Además de todas las mujeres interesadas en este deporte. Entre los 6 y los 99 años.

#### XII Torneo Internacional de

##### Gimnasia Rítmica “Ciudad de Cáceres

5/06/2010	Cáceres
-----------	---------

El Club Antares organiza este torneo en el que si bien la participación no es exclusivamente femenina si que es claramente mayoritaria, aunque invitamos a participar en el a cuantos chicos lo deseen.

En la edición del año pasado se inscribieron 55 gimnastas llegadas de Andalucía, Madrid, Extremadura e incluso de Bélgica. Para este año esperamos aumentar la participación y la práctica de la Gimnasia Rítmica en nuestra región.

Además del apartado puramente competitivo, en este torneo tienen cabida las exhibiciones de varios clubes, como por ejemplo la Escuela de Gimnasia Rítmica Antares con las niñas que empiezan a practicar este deporte.

#### V Torneo Voley Playa a3 Femenino

3/07/2010	Miajadas
-----------	----------

Es un torneo con participación exclusivamente femenina, divididas en diferentes categorías, según las edades.

Aunque los partidos, como en todos los encuentros de voley playa, los juegan sólo dos jugadoras, se inscriben 3 en cada equipo para poder realizar cambios.

Este año esperamos superar con creces los 9 equipos que participaron en la edición anterior, y por eso invitamos a todas las jugadoras extremeñas y de otras regiones a que celebren con nosotros este día en torno al voleibol. Más info: www.miajadas.es

## Bloque IV: ROMPIENDO MOLDES - CREANDO ESTRUCTURA

### Introducción

La promoción del deporte femenino no solo puede quedarse en organizar eventos y campañas de sensibilización, sino que necesita que estas intenciones se vean reflejados en cambios estructurales en las normativas y convocatorias que rigen el deporte Extremeño. A continuación presentamos un resumen de los cambios más significativos en este apartado en los dos últimos años, comenzando por la elaboración del Plan Integral de promoción del deporte y la actividad física en Extremadura, en el cual la temática sobre IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE ha ocupado un lugar significativo.

#### Plan Integral de Promoción del Deporte y de la Actividad Física en Extremadura

Siguiendo las líneas directrices del Plan Integral de Promoción de la Actividad Física y del Deporte a nivel nacional, la Consejería de los Jóvenes y del Deporte ha desarrollado su propio Plan Integral, para el horizonte 2009-2016, gracias al trabajo de muchos expertos y profesionales de diferentes ámbitos que han conseguido encontrar puntos de encuentro. Así, se ha diseñado un documento que intenta ser claro y preciso, analizando la situación actual que presenta la actividad física y el deporte en Extremadura y las pautas que se deben llevar a cabo para su mejora. El desarrollo del mismo se ha vertebrado en 11 ámbitos que representan las áreas de interés sobre las que se centrarán los esfuerzos en los próximos años.

Es importante destacar que la clave del éxito del Plan Integral necesitará la extraordinaria contribución, participación y cooperación transversal, de todos los agentes y áreas que están implicados en la promoción de la actividad físico-deportiva en Extremadura. Los frutos del esfuerzo, ilusión, participación y trabajo en equipo permitirán la promoción del acceso universal a una práctica deportiva saludable y de calidad para el conjunto de la región extremeña.

#### IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

- Conocer los intereses y motivaciones de las mujeres en materia de actividad física y deporte.
- Mejorar la participación de las mujeres en los órganos de gestión y dirección de entidades del sector de la actividad física y el deporte.
- Mejorar la formación específica de los técnicos en perspectiva de género.
- Dotar de espacios deportivos para el uso de hombres y mujeres en igualdad de oportunidades.
- Incrementar la práctica deportiva en mujeres.
- Mejorar la percepción integradora de la actividad físico y deportiva.



ORDEN de 13 de agosto de 2009 por la que se convoca la vigésimo octava edición de los Juegos Deportivos Extremeños para la temporada 2009/2010.

Adaptaciones a la normativa para la incorporación y el desarrollo del deporte femenino:

MODALIDADES JUDEX 09-10.

#### - DEPORTES INDIVIDUALES.

En todos los deportes individuales se autoriza la categoría senior femenina (Sub 30 años) compitiendo de forma conjunta, si bien cada federación tendrá libertad de establecer dos premios finales (categoría juvenil y categoría absoluta). Esta medida forma parte del programa de promoción y desarrollo del deporte femenino establecido desde la Consejería de los Jóvenes y del Deporte.

#### - DEPORTES COLECTIVOS.

En los deportes colectivos de FÚTBOL, BALONCESTO, BALONMANO y VOLEIBOL la categoría juvenil organizara su competición de forma coordinada con la categoría senior femenina, pudiendo participar por tanto equipos juveniles, senior o mixtos (es decir con jugadoras juveniles y seniors en un mismo equipo). El sistema de competición será presentado por cada una de las federaciones.

- NORMATIVA GENERAL PARA EL DESARROLLO DE LOS DIFERENTES PROGRAMAS DEPORTIVOS. BASES DE PARTICIPACIÓN. CATEGORÍA SENIOR FEMENINA.

En base a las políticas de promoción del deporte femenino se autoriza dentro del programa JUDEX la categoría senior femenina, con el objetivo de aumentar el número de participantes y la competitividad de las deportistas juveniles.

Cada federación presentará dentro de la normativa técnica de competición la adaptación a su modalidad de esta medida.

DECRETO 276/2009, de 28 de diciembre, por el que se establecen las bases reguladoras de las ayudas para la realización de eventos deportivos de especial interés en la Comunidad Autónoma de Extremadura y primera convocatoria para el año 2010.

Artículo 8. Criterios de valoración.

Adaptaciones a la normativa para la incorporación y el desarrollo del deporte femenino:

- Eventos a los que les fue otorgada ayuda en su anterior edición:
  - Grado de relación de las actividades con los principios básicos establecidos en el artículo 3 de la Ley Deporte de Extremadura, y en especial con el carácter formativo del deporte, la promoción del deporte en los sectores sociales más necesitados, y la promoción de la actividad física y deportiva de la mujer: Hasta 25 puntos.

- Eventos a los que no les fue otorgada ayuda en su anterior edición:
  - Grado de relación de las actividades con los principios básicos establecidos en el artículo 3 de la Ley del Deporte de Extremadura, y en especial con el carácter formativo del deporte, la promoción del deporte en los sectores sociales más necesitados, y la promoción de la actividad física y deportiva de la mujer: Hasta 50 puntos.

DECRETO (DOE 31 de Marzo 2010) por el que se regulan programas de ayudas a las entidades deportivas extremeñas y primera convocatoria para el año 2010. Adaptaciones a la normativa para la incorporación y el desarrollo del deporte femenino:

Artículo 9. Criterios de valoración.

En aquellas modalidades o, en su caso, especialidades de categoría femenina, se aplicará un índice corrector favorable, resultante de multiplicar el número de puntos obtenidos por el número que se indique en cada convocatoria anual.

#### CONVENIOS DE SUBVECIÓN CON FEDERACIONES DEPORTIVAS EXTREMEÑAS

Todas las federaciones deportivas tienen recogido en su convenio el compromiso de desarrollar al menos una acción de promoción y difusión del deporte femenino en su modalidad deportiva al margen de los que son sus competiciones federadas.

Conoce todas estas acciones visitando las Webs de las diferentes federaciones autonómicas o en la Web www.deportextremadura.org

## Bloque V: DESARROLLO DEL ASOCIACIONISMO DEPORTIVO

### CLUB DEPORTE Y MUJER. Fase 3 “Cascadeo”

Uno de los puntos estratégicos para el papel de la mujer en el deporte sea cada vez mayor no sólo en el estamento de deportistas, sino también en el de entrenadores y directivas, entendemos que pasa por el desarrollo de redes de trabajo y del asociacionismo deportivo. Para ello queremos seguir apostando por la creación de un punto de encuentro virtual que una los intereses y las personas que están en este apasionante viaje.¿ Te vienes?

#### Continuidad y Refuerzo

Desarrollo del Club Deporte y Mujer, un punto de encuentro a través de un portal web para todas las chicas extremeñas que practican actividad física y deporte en cualquiera de sus modalidades. Un lugar donde compartir información, experiencias, proyectos y apoyo para seguir demostrando a toda la sociedad extremeña, la presencia y la importancia de las chicas en el deporte extremeño.

<http://www.clubdeporteymujer.com/>



[www.deportextremadura.org](http://www.deportextremadura.org)  
[www.clubdeporteymujer.com](http://www.clubdeporteymujer.com)  
[www.fundacionjd.es](http://www.fundacionjd.es)

Avd. Vía de la Plata, nº 31  
06800 Mérida



JUNTA DE EXTREMADURA  
Consejería de los Jóvenes y del Deporte

# TEMPORADA DEPORTE Y MUJER 2010

## Fase 2

### Promoción de la actividad físico deportiva femenina

Este año cambia tu estilo. ¡Haz deporte!

“Rompiendo moldes, creando estructura”

JUNTA DE EXTREMADURA

## PROGRAMA “DEPORTE Y MUJER”. FASE 2 “ROMPIENDO MOLDES, CREANDO ESTRUCTURA”

La promoción del deporte femenino y la incorporación de la mujer a los órganos de gestión y dirección del deporte extremeño son dos objetivos prioritarios de la Junta de Extremadura. Por eso, ya en la temporada 2007/2008, las Consejerías de los Jóvenes y del Deporte y de Igualdad y Empleo, coordinaron sus recursos y programas para diseñar un plan director que se prolonga a lo largo de cuatro años con este fin. Un programa que se estructuró en tres fases y que son las siguientes:

### FASE 1. “RUIDO Y SENSIBILIZACIÓN”

Consistente en la realización de un circuito regional de grandes eventos denominado “Temporada Deporte y Mujer”, que permitiera poner el foco de los medios de comunicación y de la sociedad en general, sobre la presencia y el protagonismo de la mujer en el deporte en la actualidad.

### FASE 2: “ROMPIENDO MOLDES, CREANDO ESTRUCTURA”

Consistente en modernizar y actualizar las estructuras, así como la legislación deportiva vigente. Para ello, se ha buscado la discriminación positiva del deporte femenino a través de diversas fórmulas como ha sido a través de los diferentes convenios que se firman con las federaciones deportivas. Así también con la inclusión de cláusulas que así lo establecen, por ejemplo, en los decretos de ayudas a entidades y deportistas; ayudas a la organización de eventos; en las modalidades deportivas incluidas en los programas de deporte escolar y promoción deportiva y en programas y actividades de formación de entrenadores y directivos en perspectiva de género aplicada al deporte, etc.)

### FASE 3 “FASE DE CASCADEO”

Consistente en trasladar esta preocupación y estos planteamientos de trabajo de la administraciones nacional y regional a las administraciones municipales y, sobre todo, a las entidades deportivas (federaciones, clubes y asociaciones), para coordinar esfuerzos.

Nuestro objetivo, por tanto, es conseguir que precisamente sea la creación de infraestructuras en las entidades deportivas la que en este año adquiera un mayor protagonismo, sin que, por supuesto, podamos ni queramos olvidar el desarrollo de las acciones de las otras fases.

A continuación, os presentamos el PROGRAMA 2010 el cual esperamos sea de vuestro agrado y cumpla las expectativas de todas y todos.

Un saludo y nos vemos en las canchas!!

Carlos Javier Rodríguez

Consejero de los Jóvenes y del Deporte

Pilar Lucio

Consejera Igualdad y Empleo

## Bloque I: ACTIVIDADES DE FORMACIÓN

La formación de los técnicos es una de las medidas estructurales más importantes para conseguir cambios en el sistema deportivo de cualquier comunidad. En Extremadura contamos cada vez con más técnico formados al frente de las directas administraciones y entidades deportivas. Esa formación no puede dejar a un lado la perspectiva de género y la formación en habilidades y estrategias de los técnicos para propiciar e incentivar ese impulso del deporte femenino. Para ello este año hemos organizado las siguientes acciones formativas.

### 1. CURSO CEXFOD:

**“Actividad Física y Desarrollo Psicológico, desde una Perspectiva de Género”**

**Organiza:** Centro Extremeño de Formación Deportiva

**Lugar:** Facultad de Ciencias del Deporte. Cáceres. Plataforma de teleformación de CEXFOD

**Fecha: Presencial:** 9 y 10 de abril de 2010

**Teleformación:** del 12 al 17 de abril de 2010

**Programa del curso:**

1. Por qué introducir una perspectiva de género en el ámbito de la educación física y del deporte.
2. Mujer y deporte: perspectiva de género.
3. Barreras para el desarrollo de la actividad física y el deporte en mujeres adultas.
4. Actividad física y deporte en la infancia y la adolescencia: perspectiva de género.
5. El desarrollo del autoconcepto y el autoconcepto físico en la mujer a lo largo del desarrollo.
6. Mujeres cuidadoras de enfermos crónicos, panorama actual y un ejemplo práctico de intervención desde la actividad física.

### 3. JORNADA FORMACIÓN FEDERACIÓN MONTAÑA Y ESCALADA:

**“Encuentro Regional”**

**Organiza:** Federación de Montaña

**Lugar:** Factoría Joven de Plasencia.

**Fecha:** 29 y 30 de mayo.

**Programa:** Se impartirán talleres de técnicas de escalada, se realizarán mini competiciones de escalada, y se organizarán mesas redondas en donde chicas extremeñas que han realizado actividades de cierta relevancia en los deportes de montaña, expondrán sus experiencias. Asimismo habrá también un programa de actividades lúdicas relacionadas con las actividades en la naturaleza.

### 2. PROGRAMA FORMACIÓN FUNDACIÓN JÓVENES Y DEPORTE – IMEX:

**“Liderazgo de la Mujer en la Gestión del Deporte”**

Tanto a nivel institucional como privado se han puesto en marcha una gran cantidad de acciones encaminadas a lograr la igualdad efectiva entre hombres y mujeres, no obstante, aún quedan retos a abordar entre todos/as y uno de estos es sin duda el incremento de mujeres en puestos de responsabilidad en la gestión deportiva.

Estos cursos formativos organizados por el IMEX y la Fundación Jóvenes y Deporte, gratuitos y dirigidos a mujeres, surgen con la finalidad de dotar a las mismas de aquellos conocimientos, herramientas, recursos y habilidades necesarias para desarrollar competencias como gestoras en el ámbito del deporte. Se abarcará la gestión deportiva desde el punto de vista público y privado sin dejar de lado aspectos tan importantes como el marketing, la comunicación, el patrocinio deportivo, la gestión de recursos humanos o la organización de eventos deportivos entre otros.

**Infórmate en: [www.fundacionjd.es](http://www.fundacionjd.es)**

### 4. JORNADA FORMACIÓN FEDERACIÓN EXTREMEÑA DE JUDO:

**“Jornada Defensa Personal”**

**Organiza:** Federación Extremeña de Judo

**Lugar:** Ciudad Deportiva de Cáceres.

**Fecha:** 9 de Octubre del 2010.

**Objetivo:** Transmitir un conocimiento básico de actuación ante situaciones de estrés que requieren una defensa.

**Tipo de sesión:** práctica.

**Recomendación:** Ropa deportiva y cómoda. Dirigido a mujeres entre 13 hasta 99 años.

## Bloque II: LIDERAZGO DEPORTIVO Y MUJER

### Deportistas y Eventos Patrocinadas

Una de las estrategias que se presenta como más eficaces en la promoción deportiva es el fomento y apoyo en la capacidad de liderazgo de deportistas, que con su imagen se presentan ante la sociedad como ejemplo o figuras en las que mirarse. Desde el programa Deporte y Mujer queremos poner en valor no sólo a nuestras deportistas más destacadas sino los eventos deportivos de mayor repercusión donde las jóvenes deportistas y la sociedad en su conjunto podrán percibir y comprender el cambio y los valores del deporte femenino.

### Deportistas patrocinadas Deporte y mujer 2010

**Conchi Bellorin.** Judo



Cinturón negro 3º DAN (categoría absoluta -57 kg). Badajoz. 28 años. Diplomada en Relaciones Laborales. 5 horas de entrenamiento diario. 5 medallas (3 oros, una plata y un bronce) en el Campeonato de España Universitario. Bronce en el Campeonato de España Sub'20 y Sub'23. Dos platas (2004 y 2008) y cuatro bronce (2003, 2005, 2006, 2007 y 2009) en el Campeonato de España absoluto. Campeona de España absoluta categoría -57 kg. en 2010.

**Teresa Urbina.** Atletismo.



Cáceres. 23 años. Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Mejor deportista femenina absoluta de Extremadura 2007. Mejor atleta nacional junior 2004. Récord de España junior y récord de España SUB23 (3000 m. obstáculos). Campeona de España en diferentes categorías junior y SUB23.

### “Compromiso por el Deporte Femenino”



**Extremadura Arroyo Voleibol.**

Su historia va intensamente ligada al municipio cacereño de Arroyo de la Luz. Y su éxito también corresponde en parte a la localidad, que ha declarado una fidelidad absoluta por el voleibol. Dos títulos en dos temporadas consecutivas refrendan a un conjunto que se ha convertido en seña de identidad de Arroyo y en una revelación de la que ya presume toda Extremadura. El punto de mira vuelve a estar después de toda esta historia en el ascenso a Superliga 2.

### Club Baloncesto Femenino Badajoz.

Se funda en septiembre de 1992, con un solo equipo. El gran número de niñas que quieren practicar el baloncesto, obliga a ampliar el número de equipos, todos ellos participantes en las competiciones regionales organizadas por la Federación Extremeña de Baloncesto. El gran número de jugadoras, federadas en su totalidad, pertenecientes al club, así como los éxitos deportivos que lo que ha conllevado a la consagración del Club Baloncesto Femenino Badajoz.



**Club Baloncesto Femenino Cáceres.**

Se creó por un grupo de padres allá por el año 1997, con el único afán de que las niñas y jóvenes de Cáceres pudieran practicar el deporte de la canasta. Más tarde aparte de las niñas de cantera, la directiva del club se fue dando cuenta que cuando las niñas pasaban de junior todas aquellas que querían seguir jugando no tenían equipo, con lo cual se creó un equipo de Primera División Nacional con el que este club consiguió el ascenso a la División de

Plata del Baloncesto Español en la temporada 2001/2002. Para la temporada 2002/2003 ya militaba en la Liga Femenina-2- del Baloncesto Femenino Español. Desde entonces el equipo se ha mantenido en la categoría.



## GRANDES EVENTOS DEPORTIVOS 2010

### Categoría Femenina

### Campeonatos de España de Triatlón y Duatlón Femenino



El Campeonato de España de Triatlón Cros y el Campeonato de España de Duatlón Cros se disputarán el sábado 22 y el domingo 23 de mayo, respectivamente, en el Centro Internacio-

nal de Actividades Físicas en el Medio Natural “El Anillo”, de Zarza de Granadilla (Cáceres). Extremadura ha presentado candidatura ante la ITU para que esta sede albergue el Campeonato del Mundo de Triatlón Cros de 2011.



El Campeonato de España de Triatlón Cros se celebrará el 22 de mayo sobre 1 km de natación, 20 km de bicicleta de montaña y 6 km de carrera a pie. El Campeonato de España de Duatlón Cros será el 23 de mayo sobre 6 km de carrera a pie, 20 km de bicicleta de montaña y de nuevo 3 km de carrera a pie.

### III Torneo Internacional de Tenis Femenino Extremadura 2010



Del 10 al 18 de julio se disputará la tercera edición de este prestigioso torneo de tenis femenino puntuable para el circuito WTA, en las instalaciones del Centro de Tecnificación Deportiva de la Ciudad Deportiva de Cáceres.

Unas 80 jugadoras de gran nivel dentro del circuito WTA participaron en este evento celebrado en el año 2009 en las instalaciones de la Ciudad Deportiva de Cáceres, con un éxito organizativo y de asistencia de público durante los 10 días de duración del mismo.

### Campeonato de España de Voleibol 2010.

### Infantil y Cadete por Selecciones Autonómicas (Categoría Femenina)



Cáceres acogerá del 5 al 11 de abril el Campeonato de España Infantil y Cadete de Voleibol de selecciones autonómicas, en el que 18 comunidades autónomas presentan equipos femeninos Infantiles y Cadetes. Más de mil escolares participan en este importante acontecimiento deportivo que convoca el Consejo Superior de Deportes (CSD).

Los campeonatos escolares tienen un significado muy especial. Por un lado, el de la extensión del deporte a las edades más tempranas, para convertirse después en una práctica saludable e insustituible en la vida. Por otro, el reconocimiento de ese mismo deporte como un derecho de la ciudadanía en su conjunto.

**En ambas pruebas contaremos con las mejores Triatletas a nivel nacional, un ejemplo sin duda de capacidad de esfuerzo, trabajo y superación de estas grandes deportistas. Tomad ejemplo Chicas!!**