

Anímate y participa

Por la Prevención de la Diabetes

I JORNADAS DE LA MUJER EN EL DEPORTE

**Charlas Coloquio Reto y Realidades
Casa de la Cultura Ponferrada
18:00 horas**

16 ABRIL 2015

Miguel Ángel García (Entrenador de Club Baloncesto 6,25)
Olga Núñez (jugadora de Baloncesto, Club 6,25)
Clara Núñez (jugadora Baloncesto, Club 6,25)
Pilar Cabarcos (Campeona Nacional Special Olímpica IDAHO 2009 medalla de plata y bronce esquí Nórdico)
Asprona Bierzo

17 ABRIL 2015

Patricia González Deportista
(Presidenta de la Asociación Española para el Deporte con Diabetes)
Esperanza Neira
(Pionera en el ciclismo Femenino)

COLABORAN:

- Asociación de Diabétic@s del Bierzo.
- Fundación AstraZeneca, etc.
- Autoescuela Unión.
- LA CAIXA.
- Club de Fútbol Flores del Sil
- Citroën Talleres Seoane S.A.
- Cruz Roja Ponferrada.
- Flores Bardón.
- Ilustrísimo Ayuntamiento de Ponferrada.
- Music tour.
- Panadería Casasola.
- Peña Villanueva.
- Protección Civil de Ponferrada.
- AMBI.
- COCEMFE LEON.
- Asprona Bierzo.
- Cristalería Neypu.
- Mesón la Tortilla.
- Mapache.
- Santa Cruz de Montes.
- Impresión Digital Warhol.
- Alcer-León.
- González Fernández Carpinteros, S.L.
- Gimnasio Ifitness Ponferrada.
- Pharmadus.
- Restaurante/Tapiera Galería Méndez.
- Alnaec Ecosalud.

ORGANIZAN :

ADEBI

Bajos del Estadio del Toralín, Local 9
24404 Ponferrada (León)
www.wadebi.es

PEÑA VILLANUEVA

C/ Gerona, 18 - LA PLACA
24400 Ponferrada (León)
evilla1942@gmail.com

[VIDA SALUDABLE Y DIABETES]



I CARRERA nocturna

POR LA MUJER EN EL DEPORTE

18 abril 2015 21:00 hora Flores del Sil (Ponferrada)

[Prueba solidaria con la diabetes]

Salida y Meta en las instalaciones del club de flores del sil

Ruta Carrera



Enlace de la Ruta



Apadrinado por Luis Del Olmo

RECORRIDO (Calles)

Salida del Campo de Fútbol de Flores del Sil.

Calle Cuenca.
Calle Almería
Calle Fabero.
Calle Teruel
Avd. La Martina
Avd. Portugal.
Avd. La Martina
Calle Teruel.
Avd. Pontevedra
Calle La Cemba.
Avd. Extremadura.
Plaza Navarra.
Calle Huesca.
Plaza Castilla.
Calle Zaragoza.
Calle Barcelona.
Por la acera derecha de la avd. de la Cemba.
Calle Teruel.
Avd. Pontevedra.
Calle San Antonio
Avd. Portugal.
Calle Merayo.
Calle Cuenca.

Meta. Campo de Fútbol de Flores del Sil.

MODALIDADES :

- Corredor@s 10 Km
- Andarin@s 5 Km
- Recorrido corto 1,7 Km

“ Edad mínima para inscribirse en la carrera de 10 Km es de 15 años.”

INSCRIPCIONES :

E mail: www.carrerasconencanto.com

En peña Villanueva: E mail, evilla1942@gmail.com

Teléfono, 618741798

En la inscripción detallar el nº de la talla de la camiseta y la edad.

Para todas las personas inscritas en fecha anterior al 10 de abril del 2015 se les hará entrega de:

- Una camiseta técnica con los logotipos de la Asociación de Diabétic@s del Bierzo y Peña Villanueva.
- Dorsal.
- Diploma.
- Recuerdo conmemorativo de la prueba.
- Avituallamiento líquido.

Se ruega a todas las personas participantes que en dicha prueba vistan la camiseta azul que se le entregará, por ser la camiseta del color internacional de la diabetes (elegido por OMS).

- Corredor@s: 12€
- Andarin@s: 10€
- Recorrido corto 1,7 Km: 6€

PRESTACIONES :

Amplia zona de estacionamiento para Vehículos en la zona de salida y Meta.

Vestuarios, duchas, en las instalaciones del Club Flores del Sil.

Servicio de bar.

Lista de cronometrajes y clasificaciones en

www.carrerasconencanto.com

Para tener seguro cubierto, habrá que inscribirse antes

día 16 de abril.

PREMIOS :

CARRERA DE 10 KM

- 1^{er} Clasificada y clasificado de la general: trofeo, ramo y rosca gigante.
- 2^o y 3^{er} clasificada y clasificado: trofeo.
- 1^a de cada una de las categorías: trofeo y rosca gigante.

ANDARINES 5 KM

- 1^o Clasificad@: recuerdo

CARRERA DE 1,7 KM

- 1^{er} Clasificado/a con cochecito con bebe: recuerdo
- 1^{er} Clasificado/a participante en silla de ruedas: recuerdo

Mujer con más edad: recuerdo

Mujer más joven: recuerdo

ASISTENCIA :

- Autoescuela Unión
- Cruz Roja.
- Peña Villanueva y voluntarios
- Policía Municipal
- Personas Asociadas y voluntarias de la Asociación
- de Diabétic@s del Bierzo Voluntariado de Protección Civil