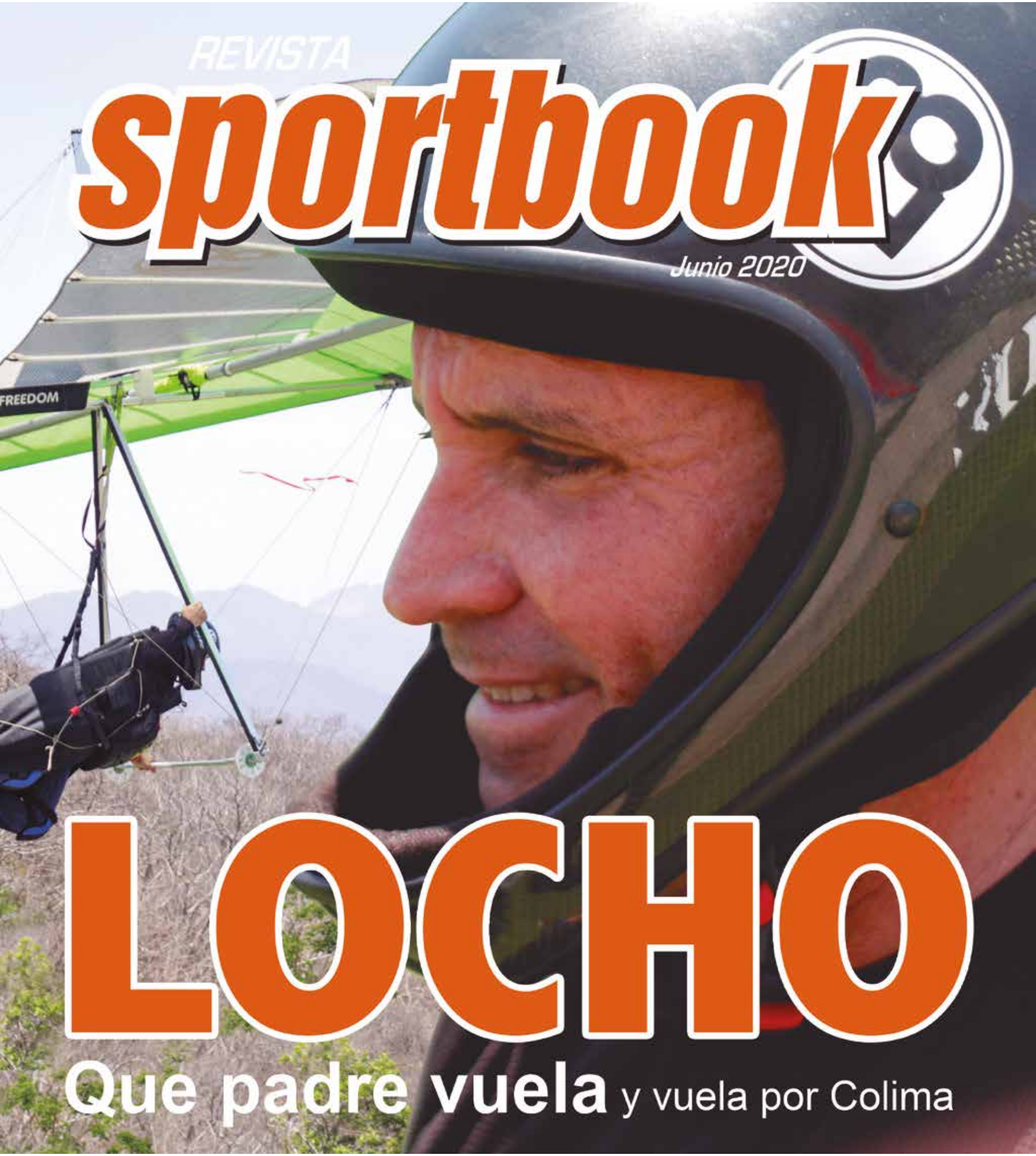


REVISTA

sportbook

Junio 2020



LOCHO

Que padre **vuela** y vuela por Colima



TODO LO QUE BUSCAS
EN PUBLICIDAD EXTERIOR
EN UN SÓLO LUGAR

**Espectaculares
Vallas Zentralia
Autobuses
Vallas Móviles**

Tel. 312 323 4583

SERVICIO A TODA LA REPÚBLICA



e-mail: publicidadsci@hotmail.com



***“Volar en ala delta debe de ser
lo más parecido al vuelo de un ave”***

-Leoncio Morán Sánchez



‘Volar en ala delta debe de ser lo más parecido al vuelo de un ave; la sensación de total libertad y tranquilidad que produce estar suspendido en el aire es indescriptible’.

Así define Locho la experiencia de una de sus aficiones que lo ha apasionado desde toda la vida, y que lleva practicándola durante más de veinte años; volar en ala delta.

Su gusto por este deporte extremo no es casualidad; su padre, don Leoncio Morán Sánchez, era piloto y gran aficionado de la aviación por lo que resultó ser una motivación directa.

Hasta antes de ser alcalde, Locho, practicaba este deporte hasta dos veces por semana despegando del Cerro de la Cumbre. ‘Me queda claro que anteponer la familia y el servicio público, a las aficiones, no representa ningún sacrificio, pues, primero se debe ser responsable con la esposa, los hijos; y, en mi carácter de alcalde, con la población que me depositó su confianza. El esparcimiento es saludable y uno debe darse tiempo para todo, priorizando las obligaciones’ —señaló—.



Forma parte del **Sistema Educativo Vizcaya**

Secundaria · Bachillerato · Universidad · Posgrados

Inscripciones Abiertas



CENTRO DE ESTUDIOS UNIVERSITARIOS
VIZCAYA DE LAS AMÉRICAS



COLEGIO
VIZCAYA

Aunque su familia lo acompaña a sus prácticas, no pretende imponer esa actividad a sus hijos y se limita a transmitirle sus conocimientos dándoles plena libertad para que ellos elijan lo que les guste. 'Además de volar tengo otros pasatiempos: Me gusta el motociclismo y el Fútbol; y le voy al Atlas, «aunque gane» —nos comentó.

'No voy a imponer mis gustos y aficiones a mis hijos, porque así, también, me educaron mis padres; con autonomía y libertad. Estoy convencido de que cada quien debe tener su individualidad. Y más que un legado, les dejaré consejos: Que sean buenas personas, ciudadanos ejemplares; que procuren siempre la felicidad para ellos y para quienes los rodean; que si caen se levanten; que no sólo echen a volar sus ideas, que las aterricen, porque el aterrizaje es la culminación; que persigan sus sueños y que nunca dejen de luchar por ellos' —concluyó Locho Morán—.



Posponen Juegos Nacionales Conade 2020: Incode

La directora general del Instituto Colimense del Deporte, Ciria Salazar, dio a conocer que la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (Conade) ha decidido posponer y reprogramar algunos procesos y eventos nacionales a realizarse hasta nuevo aviso, lo anterior como medida preventiva para evitar la propagación del Coronavirus Covid-19, entre los participantes de los eventos deportivos nacionales.

Ciria Salazar explicó que los eventos clasificatorios a la etapa final Nacional (nacionales selectivos, regionales) que no han sido realizados en esta fecha, serán reprogramados en coordinación con las entidades sedes y Asociaciones Deportivas Nacionales, para efectuarse en fecha posterior hasta recibir las indicaciones pertinentes de la Secretario de Salud.

La etapa final Nacional tanto de la sede Nuevo León como deportes de sede alterna, se realizarán hasta que las autoridades correspondientes manifiesten la viabilidad para organizar eventos, con el objetivo de salvaguardar la salud de deportistas, entrenadores, delegados, jueces, técnicos, operativos y público en general que interactúan en los diferentes eventos deportivos nacionales.

En cuanto a las y los atletas colimenses de alto rendimiento, dijo que, las y los que clasificaron a la fase nacional estarán a la espera de la reprogramación y entrenando desde casa; mientras quede de nuevo autorizado el uso de las instalaciones deportivas.

Por su parte, Pedro Julián Flores, Jefe de Metodólogos



del Incode, mencionó que una forma física tiene hasta tres semanas de duración, a partir de este periodo la irrigación sanguínea y niveles sinápticos comienzan a descender, por lo que, a las y los deportistas, se les ha hecho llegar un trabajo físico, el cual pueden hacer desde su casa y, cada entrenador puede ajustarlo en condición de sus atletas.

De esta manera, Julián Flores, se continúa comunicando con los entrenadores para darle seguimiento a las actividades físicas de las y los deportistas, asimismo dijo que, está a la espera de las instrucciones de las autoridades de Salud para abrir instalaciones cuando sea el momento adecuado, dijo que, “no vamos a arriesgar a ningún deportista y entrenador, no hay medalla que valga una vida o un contagio con complicaciones, es por eso que, actuamos de forma responsable desde la primera fase”.

Láser Skin
centro de belleza y depilación

ama
TU PIEL

10XPROCESATE:RCH1C2A

SERVICIOS:

* Consulte a su médico

- Depilación láser
- Radiofrecuencia
Facial (lifting)
Corporal (celulitis y flacidez)
- Luz pulsada (OPT)
Fototerapia acné
Fotorejuvenecimiento
Difuminación de manchas
- Masajes relajantes
- Pestañas
- Facial
- Láser Hollywood Peel
- Mascarilla Led facial
- Despigmentación Corporal
- Uñas
Gelish y acrílicas
Manicure y pedicure
- Criolipólisis
- Microdermoabrasión
- Cavitación
- Tratamientos capilares
- Eliminación de tatuajes
- Exfoliación corporal
- Maquillaje

312 134 66 88 136 18 00 Laserskin www.laserskin.mx L-S 10:00 am a 7:00 pm / D 11:00 am a 6:00 pm Zentralia, Planta Alta local 273, Colima.

Colimense seleccionada nacional de handball exhorta a las nuevas generaciones a entrenar con disciplina

La seleccionada nacional de handball, Fernanda Elizabeth Rivera Arreola, hizo un exhorto a las nuevas generaciones de deportistas a entrenar con disciplina para alcanzar sus metas en el deporte.

A través de una charla en vivo, en la página de Facebook del Instituto Colimense del Deporte, la medallista de bronce de los Juegos Centroamericanos de Veracruz 2014, oriunda de Colima, manifestó a las niñas que vieron la transmisión, que en la vida se deben rodear de personas positivas que les ayuden con sus ejemplos.

Fernanda Rivera, ha sumado grandes logros deportivos con la selección nacional desde los 19 años, tanto en el handball como el handball de playa, dijo que “gracias al deporte mi carácter se ha forjado para salir adelante en lo que me he propuesto, a la vez me he hecho más organizada”.

Por último, Rivera Arreola, invitó a la población colimense a seguir cuidándose durante estos días, mientras termina la contingencia, siguiendo con disciplina las medidas de prevención del Covid-19; asimismo expresó practicar el handball.



RADIO
Sportbook

**MIERCOLES Y VIERNES
DE 7:00PM A 8:00PM**

!ESPERANOS!



La deportista colimense, Marianne Alejandra Gaviño Barenca "La Osa", indicó que el apoyo de su familia ha sido indispensable para lograr sus metas en el Jiu Jitsu brasileño a nivel internacional, "desde pequeña mis padres me inculcaron la practica por el deporte".

En transmisión en línea a través del Facebook del Instituto Colimense del Deportes, Gaviño Barenca destacó que inició a los 13 años de edad a practicar el Jiu Jitsu, el cual, es un arte marcial de llaves contra llaves que consta de derribar al oponente y llevarlo al piso, dijo que es un deporte diferente a los demás.

Mi familia ha sido indispensable para lograr mis metas en el Jiu Jitsu: Marianne Gaviño

En cuanto a sus competencias nacionales e internacionales la alumna de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Colima de la Licenciatura de Educación Física, explicó que las primeras fueron en Guadalajara, Jalisco y la Ciudad de México, en la cuales quedó campeona.

La deportista originaria de Manzanillo quien ha ganado 15 medallas en competencias internacionales, ha participado en los Panamericanos de Cancún, México y San Antonio Texas, Estados Unidos, en la categoría Sub21, asimismo en Long Beach, California y China; además del Panamericano de Colombia, Cartagena de Indias; el Panamericano de Uruguay y el mundial de Abudabí, Emiratos Árabes.

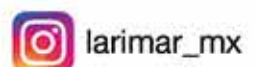
Marianne Gaviño, dijo que su preparación en el Jiu Jitsu ha sido durante ocho años, sacrificando muchas cosas, ya que tiene su objetivo muy claro, en donde ha cumplido las metas que se propone. Esta disciplina deportiva le ha dado muchas experiencias, lo cual le ha ayudado a mejorar su entorno.

La deportista subrayó que se va a capacitar cada año en torneos internacionales y a San Antonio, Texas para aprender nuevas técnicas, ya que, si ella crece, también lo hace su equipo, dijo que el resultado se obtiene trabajando a diario.

A las y los deportistas les recomienda que para lograr sus metas tienen que entrenar muy duro para estar uno o dos pasos adelante de sus contrincantes, dijo que los primeros apoyos siempre serán de la familia, si no se tiene el respaldo de ellos, no sería lo mismo, es increíble lo que los padres puedan hacer por sus hijas o hijos.

Por último, "La Osa" Gaviño invitó a las y los colimenses a seguir quedándose en casa en este momento difícil, "debemos cuidarnos para seguir con nuestra vida competitiva".

Larimar





IMPACTA COVID-19 AL DEPORTE COLIMENSE

Por Ciria Salazar

Jamás imaginamos que pudiera suceder, que la gran industria deportiva se descarrilara por un paro abrupto y un cese de vida o muerte. El paro comenzó en oriente, en donde se concentraban las organizaciones de los eventos más simbólicos del deporte mundial, y los más lucrativo, me refiero a los Juegos Olímpicos en Japón y en Qatar, el Mundial de futbol. Sin contar el número de eventos profesionales de gran nivel deportivo y campeonatos mundiales que tuvieron que ser cancelados.

En México el periodista deportivo Iván Pérez en su entrega “El Costo del Coronavirus”, detalla el impacto financiero de la pandemia en la industria deportiva de México. Este se calcula en 6,649 millones de pesos que se percibían de la Liga MX, LNBP, LFA, Torneos ATP, partidos de la temporada regular de la NFL y la MLB, el preolímpico de futbol, por mencionar algunos. También con afectaciones graves se encuentra la industria Wellness, con el cierre de gimnasios y salas de ejercitación en todo el país, entrenadores personales, organización de carreras o eventos promocionales, entre una incommensurable lista de empresarios que viven del deporte.

En el sector amateur, la situación también se torna complicada, el paro, hizo que nos ausentáramos de las instalaciones deportivas, lo que afectó directamente a promotores deportivos, organizadores de eventos y ligas deportivas, entrenadores independientes, instructores fitness y de actividades aeróbicas.

En lo relativo al deporte de alto rendimiento, México tenía calificados a Juegos Olímpicos a la delegación

más grande de la historia, nuestro equipo tricolor deberá esperar a 2021 para cumplir sus anhelos, metas y sueños deportivos; en el caso de Colima, el nuevo sistema nacional de competencia nos permitió inscribir a más de 400 deportistas y entrenadores a las fases nacionales, hasta hoy, también la delegación colimense más grande en eventos organizados por CONADE (sin ser sede), mismos, que siguen entrenando sin parar, pero aún no hay calendario deportivo nacional.

En materia de turismo deportivo y deporte social, buscamos desde el año pasado traer “Al Mar y a la Montaña” eventos de gran cala nacional e internacional. Sin embargo, varios de ellos, serán reprogramados para 2021, tal es el caso, del último boleto del continente a Juegos Olímpicos en voleibol de playa. El Panamericano infantil de beisbol, internacional de surf, serial de la ATP de Tenis, Torneo Alcuzaque, Juegos Nacionales de la CONADE 2020 en voleibol de playa, nacional de gimnasia y otros eventos más, se buscarán programar en el segundo semestre del año, o bien, reconciliar los afectos para el 2021, sí las condiciones y los recursos económicos también coinciden.

Sin lugar a dudas, este 2020 nos sorprendió a iTod@s!, nos hizo retroceder, perder, esperar e incluso, considerar reingenierías que permitirán una nueva adaptabilidad al mundo deportivo en todas sus aristas. Hoy sabemos, que el deporte también se enferma, que también se mueve, y que debemos girar a su ritmo con nuevas recomendaciones. Hoy lo más importante, es regresar más viv@ que nunca.

Entregó Incode los premios a la Mamá Más Fan



La directora general del Instituto Colimense del Deporte, Ciria Salazar, entregó los kits deportivos a las ganadoras que participaron en el concurso la Mamá Más Fan de su hija o hijo deportista. El paquete entregado a Silvia Campos ganadora del primer lugar lo tomó su hija Paola Gálvez, jugadora de handball; mientras que Rosario Arreola Grimaldo, quien obtuvo el segundo lugar, recibió el premio acompañada de su hija Fernanda Rivera, seleccionada nacional de handball.

**Tortas Ahogadas
y Carnitas
TUROK**

Con el mismo sabor que nos distinguen !!

Las # 1 en Colima!!

Horario:

**De 8:00 am a 3:00 pm
Descansamos los Lunes**

**AV. LAPISLAZULI #218 COL. EL HAYA,
VILLA DE ALVAREZ, COL.
(ANTES DE LLEGAR AL IMSS VILLA DE ALVAREZ)**

SERVICIO A DOMICILIO 

**690 5817 / 308 5600
312 214 9567**

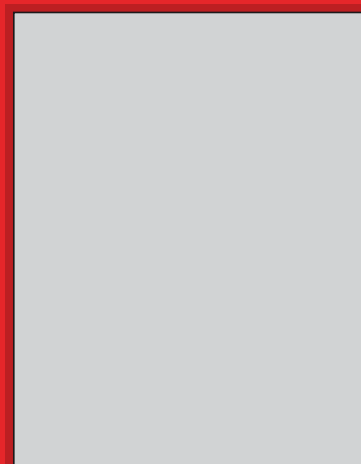


 **TUROK TORTAS AHOGADAS**

ESPACIOS PUBLICITARIOS

REVISTA DEPORTIVA
sportbook

Publicación Gratuita



26 x 29 cm

Plana

\$5,000

2a Forros

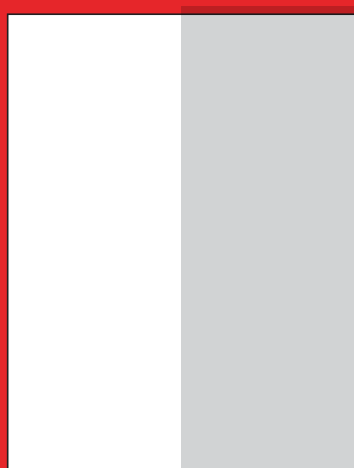
\$8,000

3a Forros

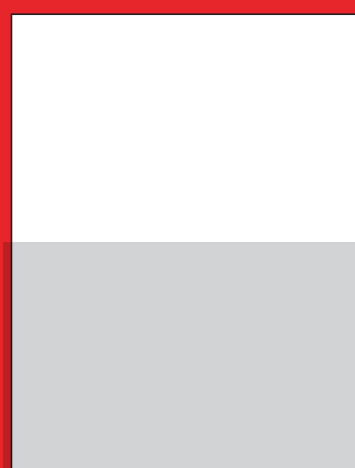
\$7,000

Contra

\$12,500



13 x 29 cm



26 x 14.5 cm

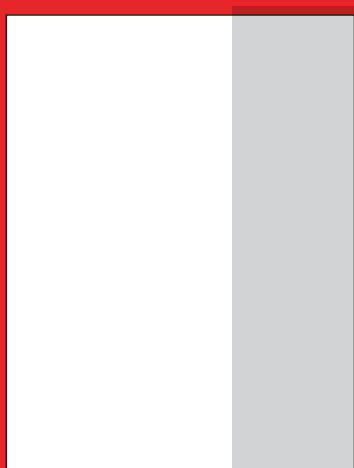
Media Plana

Vertical

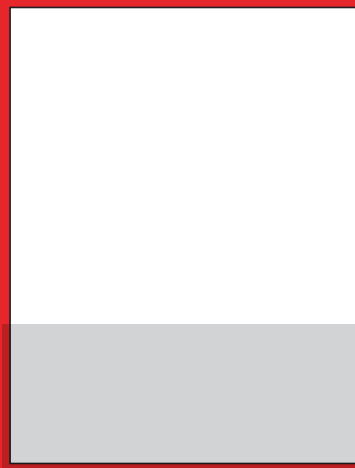
\$3,000

Horizontal

\$3,000



8.5 x 29 cm



26 x 9.5 cm

Cintillo

Vertical

\$1,250

Horizontal

\$1,250

Contacto:
Tel. 312 32 34 583
sportbookcolima@hotmail.com

Jorge Barajas

“La disciplina me ha ayudado a conseguir las metas en el deporte”



El jugador colimense de voleibol, oriundo de Armería, Jorge Alejandro Barajas González, quien clasificó hace cuatro años a los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro, Brasil 2016, comentó que la disciplina le ha ayudado a conseguir las metas en el deporte.

En una transmisión a través de las redes sociales del Incode, el destacado voleibolista dio un mensaje a la comunidad deportiva, en el que destacó: “aunque estamos en tiempo de contingencia, se tiene que continuar con su preparación deportiva desde sus casas, exigirse al máximo y tener mucha disciplina para conseguir sus metas para quedarse en casa”.

Jorge Barajas, comentó que desde el 2010 ha representado a México con el selectivo nacional en competencias internacionales como: Juegos Centroamericanos, Panamericanos y Olímpicos; además de Universiadas y Campeonatos Mundiales de la categoría.



La discapacidad es el mejor pretexto para descubrir una interminable lista de capacidades: Edgar Barajas

El atleta paralímpico, Edgar Barajas, oriundo de la comunidad de Ocotillo, Cuauhtémoc, quien logró la medalla de plata en los Juegos Parapanamericanos de Lima, Perú 2019, en la prueba de lanzamiento de jabalina, dijo que, “una discapacidad es el mejor pretexto para descubrir una interminable lista de capacidades”.

En una charla En Vivo realizada desde la página de Facebook del Instituto Colimense del Deporte, el para atleta manifestó que, en el 2019, participó en el Mundial de Para atletismo, en Dubái, Emiratos Árabes, obteniendo el quinto lugar, a pesar de haber tenido una lesión en el hombro, la cual ya se operó.

Detalló que, a los 12 años de edad, tuvo un accidente al caerse de una pila, ocasionándose que le amputaran la pierna derecha, arriba de la rodilla, cambiándole su estilo de vida, adaptándose a una sola pierna.

Recordó que en la secundaria conoció a Luir Roberto Larios, quien le detectó aptitudes de deportista, viéndolo con muchas ganas de hacer deporte, iniciándolo en la prueba de lanzamientos, en donde en sus ratos libres entrenaba en la escuela.

Señaló que, en su primera Paralimpiada Nacional, en el año 2005, celebrada en Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, comenzó a competir, tomándole más gusto a su disciplina deportiva; en la Paralimpiada 2006, logró tres medallas de oro, en los lanzamientos de bala, disco y jabalina; en ese año, fue preseleccionado nacional, ganando el Premio Municipal del Deporte.

Mencionó que, en el 2007, regresó a la selección nacional para competir en Canadá, yéndose a entrenar al Centro Paralímpico Mexicano; en el 2009, obtuvo el boleto para competir en el Campeonato Mundial Juvenil en Suiza, en la prueba de lanzamiento de bala, ganando la medalla de bronce.

El deportista paralímpico participó con la selección mayor en



los Juegos Parapanamericanos de Guadalajara, Jalisco 2011, consiguiendo la medalla de oro, en lanzamiento de jabalina. Para el año 2014, una lesión en la rodilla no le permitió continuar participando en competencias nacionales e internacionales.

Por último, en noviembre del 2018, Edgar Barajas, regresó al deporte de alto rendimiento, tras una convocatoria para irse a la Ciudad de México, en donde entrenó 10 días y, luego compitió en San Luis Potosí. Desde ese día hasta la fecha continúa entrenando, después de una operación en el hombro.



8:00 am a 5:30 pm

Camino a Altozano

312 166 0807

f /Campestre 'El Trapiche'

Disfruta de
nuestro
Desayuno y
Comida Buffet



Incode recomienda reforzar prevención contra el Covid-19, a través de la activación física



VEN A DISFRUTAR
MANZANILLO
Y OBTÉN TU PRIMERA NOCHE
A **SÓLO \$1 PESO**

PRIMERA NOCHE A
\$1
PESO

Colima MANZANILLO



Consulta las promociones en visitmanzanillo.info o descarga nuestra app.
Reserva 3 noches en Manzanillo y la primera te cuesta sólo 1 peso. Válido en hoteles participantes.

El Instituto Colimense del Deporte del Gobierno del Estado, recomienda reforzar las medidas de prevención contra el Covid-19, a través de la activación física al "Quedarnos en Casa" con nuestras familias.

La directora general del Instituto Colimense del Deporte, Ciria Salazar, indicó que la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte cuenta con el micrositio <http://activateencasa.conade.gob.mx/>, en donde se encuentra una serie de ejercicios y actividades físicas, recomendadas a la población, como medidas que, sin duda, ayudarán al sistema inmunológico de las personas.

Detalló que además se invita llevar a cabo otras medidas como el que las personas adultas mayores puedan realizar 30 minutos diarios de actividad física, de lunes a domingo; así como para las niñas, los niños y jóvenes, se les recomienda una hora diario, durante todos los días.

“Se han tomando las medidas de prevención contra el Covid-19, para que las y los deportistas continúen con sus actividades físicas y deportivas desde su casa, y así, mantengan su condición física”, concluyó la funcionaria estatal.

Diana Evangelista recomienda a deportistas esforzarse para lograr sus metas

La colimense seleccionada nacional de fútbol Diana Laura Evangelista Chávez, egresada de la Facultad de Educación Física de la Universidad de Colima, recomienda a las futuras generaciones de deportistas colimenses, esforzarse para lograr sus metas en la vida.

A través de una charla en vivo, realizada desde la página de Facebook del Instituto Colimense del Deporte, la goleadora del Club Monterrey, ha representado a México en las Universidades Mundiales de Daegu, Korea 2015 y China, Taipei 2017; así como el preolímpico 2020 de la Confederación de Norteamérica, Centroamérica y el Caribe de Fútbol (CONCACAF) celebrado en los Estados Unidos.

Evangelista Chávez, relató que a los seis años le gustó el fútbol, debido a que su hermano lo practicaba, el cual tuvo que compartir con niños, sin embargo, a los 10 años comenzó el proceso en las Olimpiadas Nacionales en la rama femenil, jugando con la selección mayor en Cancún, Quintana Roo 2005 y, en Ciudad Victoria, Tamaulipas 2008, donde ganó la medalla de bronce y el título de goleadora.

La también maestra en psicología deportiva, destacó que el Instituto Colimense del Deporte la apoyó durante ocho años para su formación deportiva, participando en el proceso amateur, asimismo recordó que una meta cumplida en su vida fue quedar campeona en la Liga MX de fútbol femenino, “es un logro que soñé desde pequeña”

Agregó que para lograr los objetivos, se debe esforzar mucho y no darse por vencida, ya que muchas ocasiones para cumplir los sueños hay que combinar el deporte y estudio, y más cuando se es profesional, “es difícil, pero no imposible”.

La futbolista de 25 años, expresó que el hecho de estudiar le ha ayudado a escalar en el deporte, siendo un ejemplo para las futuras generaciones, se tiene que trabajar duro, “ya que ser deportista profesional y cumplir sueños te hace una figura”.

Explicó que durante el confinamiento le han modificado sus entrenamientos realizando de lunes a viernes, acondicionamiento físico y fortalecimiento durante 1 hora, a través de una plataforma en línea; asimismo entrena la resistencia levantándose temprano a desayunar a la hora asignada, siguiendo el plan de alimentación y el descanso que es muy importante.

Por último, Diana Evangelista dijo que sus experiencias le han ayudado a hacer una mejor jugadora y persona, “Nunca será suficiente lo que ha hecho hasta ahora, siempre voy a buscar hacer más cosas, estoy feliz y orgullosa de servir de ejemplo para las niñas y los niños, ha sido mucho trabajo y sacrificio”.

Anuncio de promoción turística para Colima. El fondo muestra un paisaje de montañas al amanecer o atardecer. En la parte superior izquierda hay un sello circular que dice "PRIMERA NOCHE A \$1 PESO". A la derecha, el texto principal dice "VEN A DISFRUTAR COLIMA Y OBTÉN TU PRIMERA NOCHE A SÓLO \$1 PESO". En la parte inferior, hay logos de Colima, México y el gobierno federal, y un texto que invita a consultar las promociones en www.visitacolima.net.

VEN A DISFRUTAR
COLIMA
Y OBTÉN TU PRIMERA NOCHE
A SÓLO **\$1 PESO**

Colima México

Consulta las promociones en www.visitacolima.net
Reserva 3 noches en Colima y la primera te cuesta sólo 1 peso. Válido en hoteles participantes.
Promoción válida únicamente en reservas directas.

REVISTA

SPORTBOOK

Junio 2020



Diana Evangelista

Esfuézate para lograr tus metas