

REVISTA

# **Sportbook**

Noviembre 2021



# **Carretera**

**DÉCIMO ANIVERSARIO**

**Club Deportivo Altozano**



**-Buffet-  
DESAYUNO  
Y COMIDA**

**Y POR LAS NOCHES...**

Hablemos de Carnes y Vino a la Carta

Camino a Altozano



312 166 0807



/Campestre "El Trapiche"



El pasado sábado 20 de noviembre, el Club Deportivo Altozano “El Nuevo Colima”, organizó la Carrera del Décimo Aniversario en las distancias de 3, 5 y 10 kilómetros, con la participación de 150 personas, teniendo como salida y meta, a un lado del campo de futbol.

Cabe mencionar que durante este evento deportivo se contó con la presencia del director general de Altozano, Miguel de la Madrid.

La Revista Sportbook estuvo presente durante los mejores momentos de esta carrera recreativa que dió inicio con el calentamiento y estiramiento de las niñas, niños, jóvenes y personas adultas en el campo de futbol, para después ser llamados al arco de salida y competir en su respectiva distancia.





Al finalizar su recorrido y cruzar la meta, les fueron entregadas medallas conmemorativas del evento, a las y los participantes.

Esta Carrera de Aniversario del Club Deportivo Altozano “El Nuevo Colima”, se llevó a cabo en un ambiente familiar y de camaradería entre las y los participantes, quienes se reunieron en el campo de futbol para celebrar y ovacionar a cada uno de las y los galardonados que les entregaron reconocimientos por sus diez años de trayectoria deportiva.



Es importante mencionar que para la realización de esta carrera recreativa, se contó con el apoyo de 21 patrocinadores, entre los cuales estuvo La Revista Sportbook.



# Los beneficios de llevar una alimentación saludable



por Ernesto Pasarín

## 1. Te mantiene fuerte

Comer alimentos ricos en nutrientes y proteínas es fundamental para mantener los músculos fuertes. Por su parte, tanto a la vitamina D como a muchas de las B también se les atribuye propiedades que favorecen el aporte de energía.

## 2. Protege tu sistema inmunitario

El sistema inmunitario es la base de la salud. Su misión es protegerte de todo aquello potencialmente dañino, como virus y bacterias, atacándolos cuando entran en tu cuerpo.

## 3. Mantiene sana la piel

La piel es el órgano más grande de tu cuerpo y por tanto debes cuidarlo. Consumir vitaminas está asociado a la reducción de posibilidades de desarrollar cáncer de piel.

## 4. Previene la osteoporosis

Si quieres unos huesos fuertes, los productos lácteos, el pescado, las frutas y las verduras son indispensables en tu cesta de la compra. Mantener la sal a raya también puede ayudar en su prevención.

## 5. Regula el tránsito intestinal

Las frutas, las verduras y los productos lácteos ricos en probióticos son siempre bien recibidos por las bacterias del tracto digestivo. Por su parte, los alimentos grasos y fritos no son nada recomendables.

## 6. Mejora tu estado de ánimo

Está comprobado que existen alimentos que contribuyen a mejorar tu estado de ánimo. La razón es que ayudan al organismo a segregarse ciertas hormonas (endorfinas, serotonina) que provocan sensación de felicidad y bienestar.

## 7. Reduce el estrés

Ciertos alimentos tienen la capacidad de moderar la producción de hormonas que inducen el estrés, tales como el cortisol y la adrenalina. Algunos de ellos como las naranjas contienen vitamina C, mientras que otros como el salmón son ricos en ácidos omega-3.

## 8. Mejora el rendimiento del cerebro

Una dieta rica en verduras, frutas, pescado y frutos secos, ayuda a reducir el deterioro de la memoria, la capacidad de concentración y otras funciones cerebrales.

Comer alimentos ricos en ácidos omega-3 como el pescado, las nueces y los aguacates se traduce en un mejor funcionamiento del cerebro y por tanto un mayor rendimiento y una mayor productividad en el trabajo.

## 9. Cuida la salud de tus futuros hijos

Todo lo que comes a lo largo de tu vida, incluso en la infancia, afecta a la fertilidad y a la salud del futuro bebé. Una razón más que suficiente para empezar a tomar mayor cantidad de alimentos frescos desde hoy mismo.

## 10. Protege el corazón

Algunos alimentos como los cereales integrales ayudan a reducir los niveles de colesterol malo, altamente perjudicial para el corazón. Una dieta saludable implica que es baja en sodio, por lo que seguirla contribuye a mantener la presión arterial en los niveles adecuados.

## 11. Ayuda a prevenir problemas oculares

Los alimentos ricos en antioxidantes juegan un papel importante en la prevención de dos problemas oculares comunes: las cataratas y la degeneración macular relacionada con la edad.

## 12. Una aliada contra el cáncer de mama

Es un hecho que la buena alimentación está íntimamente relacionada con la prevención del cáncer. Según se ha demostrado, las setas ayudan a mantener controlados los niveles de estrógeno para prevenir el de mama.

Que DIOS y nuestra bendecida mamita la Virgencita María de Guadalupe por medio de su bendecido hijo Cristo Jesús de Nazaret nos cuide, nos proteja y nos bendiga a todas las personas del mundo y cada uno de nosotros siempre humildemente y de todo corazón Amén Muchas Gracias.

Facebook e Instagram: su amigo Ernesto Pasarín  
Mucha Gracias.



# Certifican a entrenadores colimenses de Tenis en Altozano

Del 12 al 15 de noviembre se realizó el Curso de Certificación de Tenis para entrenadores colimenses en las instalaciones del Club Altozano, así lo informó para la Revista Sportbook, Alejandro Camarena Berra, Presidente de la Asociación de Tenis del Estado de Colima.

En entrevista para la Revista Sportbook, Camarena Berra, mencionó que este curso fue dirigido a las y los entrenadores colimenses de tenis, con el objetivo de incrementar su conocimiento y elevar el nivel de juego de las y los tenistas.

“Se pretende generar un semillero de niñas, niños y jóvenes del estado, para incrementar el tenis en cantidad y calidad, por eso se trabaja para el desarrollo con las y los entrenadores. Asimismo, se va a generar que, en los clubes, organismos y las instituciones públicas como la Universidad de Colima haya un mayor interés, además se programarán convenios con escuelas públicas y privadas”, explicó.

En cuanto al ponente dijo que “es experto en el área de capacitación para entrenadores, es por eso que se solicitó el apoyo a la Federación Mexicana de Tenis para traerlo a Colima y tener este curso accesible con el grupo, quienes se van muy contentos con la certificación”, añadió.

Por su parte, Asthar Iván Villalobos, entrenador de tenis del Club Altozano y Coordinador de la Asociación de Tenis del Estado de Colima, mencionó para la Revista Sportbook, que el Curso de Certificación de Tenis 10 convocó a las y los entrenadores del Estado que se interesaron en aprender y tener conocimientos respecto a este tema.

“Esta certificación estuvo enfocada en los niños y las niñas de 4 a 10 años, a quienes se implementará el nuevo material que en el 2012 la Federación Internacional de Tenis (ITF) cambio

por raquetas más pequeñas, pelotas que votan menos y canchas más chicas, con el objetivo de llevarlos a un primer nivel, pues anteriormente se utilizaban raquetas grandes y pelotas rápidas haciendo muy complicada la enseñanza”, expuso.

“El curso estuvo muy bien y con buena participación de entrenadores colimenses, que se preparan con nuevas enseñanzas para hacer crecer el tenis en el estado”, finalizó.

El ponente de este Curso de Certificación Play Tenis 10, Edson Razo, originario de Guadalajara, enviado por la Federación Mexicana de Tenis y la Federación Internacional de Tenis, expresó a la Revista Sportbook, que fue un gusto ser parte de esta certificación, ya que el Club Altozano cuenta con muy buenas instalaciones, y además son magníficos anfitriones.

“El objetivo de esta certificación fue plantar la semillita de la capacitación, motivar a las y los entrenadores, que es el camino para mejorar, masificar y elevar el tenis, por lo que después de la certificación, sigue el Curso Nivel 1, para quienes hayan acreditado, ya que el grupo tiene buena sinergia”, finalizó.

Cabe mencionar que este curso que duro cuatro días y 32 hora fue realizado por parte la Asociación de tenis del Estado de Colima, para certificar y actualizar a las y los entrenadores, además de fortalecer y crear bases sólidas para una buena enseñanza, y así, en un futuro tener a las y los campeones nacionales.

Para más información, las y los interesados deberán ingresar a la página de Facebook de la Asociación de Tenis del Estado de Colima,



# Se ubica Javier Rosas en los 12 mejores en Campeonato Mundial Junior de Judo



El colimense y seleccionado nacional de judo, Javier Alejandro Rosas Hoyos, se ubicó en la 12 mejores judocas de 44 competidores de varios países en la división de -81 kilos, imponiéndose a Shehab Alsalma, de Kuwait y perder contra Giorgi Sherazadisvilli, de Georgia, quien se coronó campeón en el Mundial Junior de Judo.

Cabe mencionar que el arrastre que tuvo Rosas Hoyos durante el repechaje y la buena competencia del actual ganador, lo colocan en esa posición.

Este Campeonato Mundial Junior de Judo, se celebró en Olbia, Italia, del 6 al 9 de octubre.

La presidenta de la Asociación de Judo del Estado de Colima, Verónica Beltrán Navarro, dijo que Alejandro Rosas se ganó su participación en el Mundial, por ser el mejor ranqueado de México en su división de los 81 kilos.

Por último, Beltrán Navarro, añadió que el judoca participó en las modalidades por equipos y en individual.

 /Turok Tortas Ahogadas

de 8:00am a 3:00pm

**DESCANSAMOS LOS LUNES**

# Tortas Ahogadas y Carnitas Turok

*¡Con el sabor único que nos distingue!*



SERVICIO A DOMICILIO

**312 157 1570**

Diego García Conde # 215  
La Tamarindera  
Villa de Álvarez, Colima.

# Club Deportivo Monarcas obtuvo medallas de oro y bronce en futbol

El Club Deportivo Monarcas obtuvo medallas de oro y bronce en futbol femenino y varonil, durante su participación en los Pride Games celebrados del 1 al 3 de octubre, en la Unidad Deportiva Revolución de la ciudad de Guadalajara, Jalisco.

Este evento fue organizado por la Federación Mexicana Deportiva de la Diversidad (FMDD) contando con la participación de mil deportistas provenientes de 22 estados del país y del extranjero.

El presidente del Club Deportivo Monarcas, Roberto Lepe Ramírez, dijo que después de 17 años las y los jugadores que integran ambos equipos han sido dignos estandartes deportivos de la comunidad LGBTTTIQA, por lo que se siente feliz con los resultados obtenidos en este evento y que el siguiente destino serán los Juegos Deportivos de la Diversidad a llevarse a cabo en Hong Kong.

En cuanto a los resultados, el equipo femenino de Monarcas venció a Cuernavaca de Tampico 4 a 1; a Bichotas de Veracruz 5 a 2; a Didetrans 1 a 0 y perdiendo contra Imperial 2 a 1; sin embargo, avanzaron a semifinales ganando 3 a 0 a Shukis de Nuevo León, y en la final ganaron a 1 a 0 a Didetrans, que las había vencido en la primera ronda.

En la rama varonil Monarcas inició perdiendo ante Caprichosas 0 a 1, después ganaron a Bichotas de Veracruz 3 a 0 y a Zorros de México 2 a 0. En los 16avos vencieron a Ajolotes 4 a 0, en los octavos a Divinas 4 a 0 y en la semifinal empataron a un gol, pero en la serie de penales perdieron 2 a 1 y jugaron por el tercer lugar, ganando la medalla de bronce.

Cabe mencionar que en la disciplina de voleibol se quedaron en la fase de octavos de final. Los juegos ganados por Monarcas fueron ante Dinamo y Juárez Star, perdiendo ante Jalisco y Chernobyl.



Hospitales  
Puerta de Hierro



MAYO CLINIC  
CARE NETWORK  
Member

Contamos con paquetes  
de maternidad y  
Unidad de Cuidados  
Intensivos Neonatales UCIN

Mi *bebé*  
en Puerta



Contáctanos  
33 3815 4715



Salud  
de Hierro

Suscríbete a nuestro  
boletín de salud.



[hospitalespuertadehierro.com](http://hospitalespuertadehierro.com)

# Colimenses subcampeones de handball de playa en Festival Deportivo de Acapulco

Las selecciones colimenses de handball de playa, de la categoría de 13 a 14 años en las ramas femenil y varonil, obtuvieron el subcampeonato del Festival Deportivo de Mar y Playa 2021, realizado en Acapulco, Guerrero.

En la rama varonil el equipo de Colima le ganó a Morelos 2-0 (16-6, 20-9) y Yucatán 2-0 (20-5, 19-10) en la primera ronda; en los cuartos de final vencieron a Ciudad de México 2-0 (15-8, 12-6); en la semifinal derrotaron en shoot out a Ciudad de México 2-1 (16-13, 10-13; 6-4) y perdieron la final ante Guerrero 0-2 (14-16, 8-12).

Asimismo, en la rama femenil vencieron a los equipos de Veracruz 2-0 (23-3, 20-7) y Ciudad de México 2-0 (19-11, 15-9) en la primera ronda; en los cuartos de final derrotaron a Hidalgo 2-0 (14-3, 18-3), en la semifinal a Michoacán 2-0 (10-8, 16-2) y perdieron la final ante Morelos en shoot out 1-2 (16-7, 6-8, 2-4).

Las medallistas de plata de la rama femenil son: Inés Rivas Zazueta, Emely Fernanda Aguilar Sánchez, Atenas Itzel Cárdenas Mata, Karol Joseph Sandoval Ramos, Dayana Torres Dávalos, Génesis Idaly Cobián Zamora, Guadalupe Yoselín Ramos Sánchez, Azul Marbella Maldonado Rodríguez, Eva Anahí Hernández Romero y Bárbara Michel Fernández Sat. Las entrenadoras Martha Patricia Sierra Michel y Citlalli Argelián Estrada Juárez.


El equipo subcampeón de la rama varonil está integrado por Ramón Cuevas, Pablo Arturo García Ramírez, Saúl Muhammad Piña Aranda, César Matias Ramos Madrigal, Juan José Salinas Rodríguez, Roberto Sebastián Sánchez Ramos, Leonardo Torres

Cárdenas y Omar Alejandro Urban Huerta. El entrenador Miguel Ángel Robles Ramírez y el auxiliar Diego Alejandro Morales Velázquez.

La delegación colimense estuvo integrada por la jefa de misión, Hilda Arias; el oficial, Manuel Alejandro Chávez Valencia; el delegado, Miguel Ángel Contreras de la Mora y los árbitros Edwin Eliezer Aguilar Verduzco y Roberto Arellano Cervantes.

En este evento convocado por la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (Conade) y el Instituto del Deporte de Guerrero, se desarrollaron 14 disciplinas, 12 oficiales y dos deportes de exhibición.



 COWORKENColima

 CoworkenColima

**RENTA DE OFICINAS  
Y SALAS DE JUNTAS  
X HORA, DÍA, MES.**

 CONEXIÓN A INTERNET VÍA FIBRA ÓPTICA

**COWORKEN**

CENTRO DE EMPRENDIMIENTO

# Doce medallas obtuvo la Academia de Jiu Jitsu Team México Titanes

Doce medallas obtuvieron las y los deportistas de la Academia de Jiu Jitsu Grappling Fight Team México Titanes, quienes participaron en la Tercera Copa Moisés Muradi, en Celaya, Guanajuato.

Las y los deportistas que lograron las tres medallas de oro, seis de plata y tres de bronce, son entrenados por la seleccionada nacional, Marianne "Osa" Gaviño, así como por Brenda Archundia, Roberto Salazar y Pedro Cuevas.

En cuanto a los resultados obtenidos fueron tres medallas de oro con Bryan Gaviño, Eva "Warrior" Villarino y Valentina Robles, mientras que las seis preseas de plata fueron de Juliana López, Regina Flores, Renata Flores, Diana Ponce, Mateo Luna e Isaac Córdova; y las tres de bronce de Mateo de Niz, Victoria Celis y Maximiliano Luna.

Cabe destacar que durante este evento de Jiu Jitsu Copa Moisés Muradi, fue reconocida la trayectoria de la seleccionada mexicana, oriunda de Manzanillo, Marianne "Osa" Gaviño, por sus logros a nivel internacional; así mismo por ser un ejemplo para los niños y niñas y jóvenes.



## Beneficio de ser \$ocio



- Ahorro a tu economía.
  - Regalos de primera vez.
  - Negocios y Profesionales de excelencia.
    - Sin vencimientos.
- App y página web que permiten conocer los negocios y sus promociones.
  - Apoyas a la economía local.
- Socios socialmente responsables que apoyan causas y grupos vulnerables.



# Logran colimenses 10 medallas en el Campeonato Nacional de Muay Thai



Los deportistas colimenses oriundos de los municipios de Colima y Manzanillo logran 10 medallas durante su participación en el Campeonato Nacional de Muay Thai, realizado por la Federación Mexicana de esta disciplina en la sede de Oaxtepec, Morelos.

Las cinco medallas de oro se obtuvieron con Onasis Antonio Pérez, en la categoría 12-13 años hasta 50kg; Jaziel Abisai Ayala Hernández, de 14-15 años hasta 60kg; Oscar Aldair Cruz Rosas, de 16-17 años hasta 60kg y Mixta, quien ganó dos preseas áureas y Alberto Valdez Grijalba, en Adultos hasta 71kg.

Las tres medallas de plata fueron de Onasis Antonio Pérez, categoría mixta; Jaziel Abisai Ayala Hernández, en la categoría mixta y Gamaliel Hernández Prestegui, adulto hasta 65kg, así como los dos bronces de Pedro Elías Marroquín Higuera, adulto hasta 63.5 kg y Diego Armando Vadillo, adulto hasta 75Kg.

Con estos resultados Pedro Elías Marroquín, Óscar Aldair Cruz y Jaziel Abisai Ayala, consiguieron la clasificación para representar a Colima en el Festival de Artes Marciales, el próximo mes de noviembre a celebrarse en Cancún, Quintana Roo.

Cabe mencionar que el selectivo estatal fue entrenado por Marco Antonio Fuentes Garibay, de Manzanillo y Luis Antonio Figueroa Flores, de Colima.

# ¿Tienes evento?

## AUDIO E ILUMINACIÓN





### PAQUETES

# DESDE

# \$1,800

COTIZA CON NOSOTROS  
SIN COMPROMISO

 (312) 143 1727

 Mass Beat Sound Records

PLANA



Plana

\$5,000

2a Forros

\$8,000

3a Forros

\$7,000

Contra

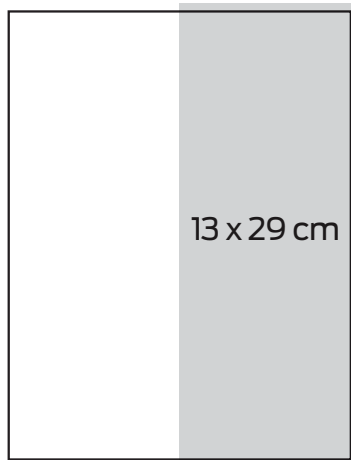
\$12,500

**ESPACIOS  
PUBLICITARIOS**

REVISTA DEPORTIVA

**sportbook**

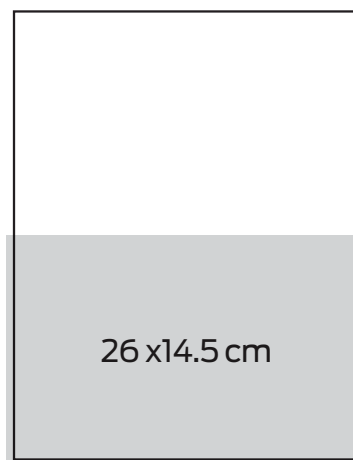
1/2 PLANA VERTICAL



Vertical

\$3,000

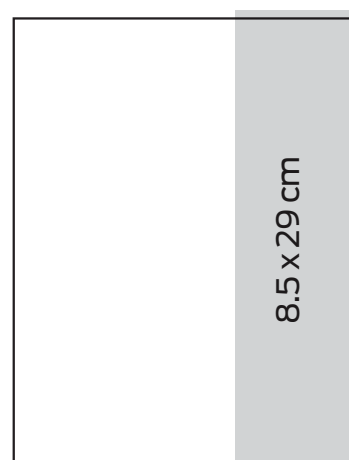
1/2 PLANA HORIZONTAL



Horizontal

\$3,000

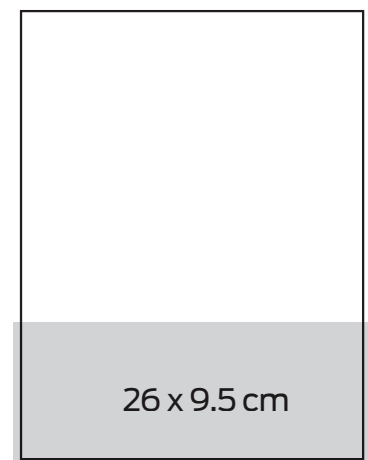
CINTILLO VERTICAL



Vertical

\$1,250

CINTILLO HORIZONTAL



Horizontal

\$1,250

[www.sportbookmedios.co](http://www.sportbookmedios.co) • Tel. 312 32 34 583 • [sportbook@sportbookmedios.com](mailto:sportbook@sportbookmedios.com)

ADIÓS EXCUSAS



NUTRITION, FITNESS, PERSONAL TRAINING

BIENVENIDO

AV. IGNACIO SANDOVAL #1866, PLAZA VISTAHERMOSA (FRENTE AL HOSPITAL PUERTA DE HIERRO)

# Nueve medallas para colimenses en Paranaconales Conade

La delegación colimense conformada por cinco paratletas concluyó este jueves su participación con nueve medallas, seis de oro, dos de plata y una de bronce, en los Paranaconales Conade, celebrados en Cancún, Quintana Roo.

Durante la actividad de la segunda y tercera jornada, la paratleta Azucena Jazmín Mariano Moctezuma, clasificación T20 en la categoría Juvenil Superior, obtuvo dos medallas de oro, en las pruebas de salto de longitud con una marca de 4 metros y 67 centímetros y, en los 200 metros planos, realizó un tiempo de 28 segundos y 97 centésimas.

De esta manera, la seleccionada nacional de paratletismo, sumó su segundo y tercero metal dorado, consolidándose como la mejor paratleta que tiene Colima, y ser una de las mejores del país en sus respectivas pruebas y categoría.

Por su parte, los paratletas, José Enrique Venegas Sánchez, quedó en quinto lugar, en los 200 metros planos, mientras que Diego Orellana Gutiérrez, a pesar de quedar en tercer lugar, con una marca de 4 minutos, 59 segundos y 87 centésimas en la prueba de los 1500 metros planos, no alcanzó la marca para ser premiado.

Cabe mencionar que las medallas obtenidas fueron por conducto de Karol Mariana Segoviano, clasificación T21 en la categoría Juvenil Mayor Femenil, con medallas de bronce en los 100 metros, oro en 400 y plata en 200 metros planos, además de Yarezi Janeth Cristóbal Santana, clasificación T25 en la Juvenil Menor Femenil, obtuvo dos medallas de oro en los 100 metros y 400 metros planos,

Así como, Azucena Jazmín Mariano Moctezuma, clasificación T20 en la categoría Juvenil Superior Femenil con sus tres medallas de oro en los 400 metros, salto de longitud y 200 metros planos y el paratleta José Enrique Venegas, clasificación T37 en la categoría Juvenil Superior Varonil, medalla de plata en los 100 metros.



  
**EL MEJOR**  
**POLLO ASADO**  
DESDE 1979



Pruébalo en  
Estacionamiento de  
**Soriana Villa de Álvarez**  
Plaza Colima

**POLLO PEPE**

**Servicio a domicilio**  
☎ 312 688 8136 📞 312 188 9439

\*Operados por repartidores externos

# Siete colimenses participan en Juegos Panamericanos Junior de Cali Valle 2021

Siete colimenses se encuentran participando en la primera edición de los Juegos Panamericanos Junior de Cali Valle, que se celebran del 23 de noviembre al 5 de diciembre en Colombia, por lo que la Revista Sportbook les está dando seguimiento a sus competencias.

La Revista Sportbook se dio a la tarea de investigar a la y los deportistas colimenses que están representando al país en esta justa continental que servirá para que los jóvenes tomen experiencia en justas internacionales, y de esa manera, puedan llegar mejor preparados a Campeonatos Mundiales y Juegos Olímpicos del 2024.

En esta primera edición de los Juegos Panamericanos Junior, la delegación mexicana está conformada por 374 atletas, de los cuales 193 son hombres y 181 mujeres, quienes participan en 39 disciplinas deportivas.

En la disciplina de atletismo competirán los colimenses Guillermo Campos Ornelas y Javier Martínez Sánchez, así como en handball, Itzel Esmeralda Vargas Cortés, en la rama femenil, y José Sebastián Gálvez Campos e Israel Alejandro Bayardo Fernández, en la rama varonil.

Así como, en el judo, Javier Alejandro Rosas Hoyos, mientras que, en el voleibol de playa, Raymond Gerarl Stephens Zamora, que, aunque se encuentra representando a la Asociación de Voleibol del Estado de Nuevo León, es oriundo de Colima y jugó varias Olimpiadas Nacionales por este Estado.

En cuanto a sus fechas de competencia son las siguientes: el atleta Javier Martínez lo hará en la prueba en los 200 metros planos el 3 de diciembre, mientras que Guillermo Campos competirá el 4 de diciembre, en la prueba de los 110 metros con vallas. Esta disciplina inicia su competencia el 30 de noviembre y finaliza el 4 de diciembre.

En lo referente a la disciplina de handball estarán compitiendo del 23 de noviembre al 4 de diciembre, iniciando la rama femenil en la cual participa Esmeralda Vargas, del 23 al 28 de noviembre, y en la rama varonil, José Gálvez e Israel Bayardo, del 28 de noviembre al 4 de diciembre.

Por su parte el judoca Javier Rosas, tendrá su participación el 26 de noviembre en la división de los -73 kgs, la competencia terminará el 28 de noviembre con la prueba mixta. En lo que respecta al voleibol de playa, el colimense Raymond Stephens competirá del 30 de noviembre al 5 de diciembre.

La Revista Sportbook felicita a la y los deportistas colimenses que inician su etapa en el Alto Rendimiento, les deseamos todo el éxito para que regresen a casa con buenos resultados y reconocerles sus logros deportivos.





# ***Entregan Alberca Olímpica del Centro Acuático de Occidente a los colimenses***

Con una exhibición de las leyendas de la natación colimense, inauguran y entregan la alberca olímpica “Alberto Isaac”, del Centro Acuático de Occidente ubicado en la Unidad Deportiva Morelos.

El deporte colimense cuenta ahora con esta instalación deportiva que será semillero de grandes nadadores que lograrán para la entidad un sinfín de medallas en competencias nacionales e internacionales.

Gracias al respaldo de 11 empresas que aportaron recursos, el Centro Acuático de Occidente es una realidad y colocará a Colima como un referente nacional e internacional en la realización de competencias acuáticas.

Este espacio deportivo tuvo una inversión de 67 millones 722 mil 119 pesos en su primera etapa y se construyó gracias a los recursos económicos aportados a través del Estímulo Fiscal del Deporte de Alto Rendimiento (EFIDEPORTE).

El EFIDEPORTE, es un beneficio que se otorga a los contribuyentes que realizan aportaciones a proyectos de inversión en infraestructura e instalaciones deportivas y a la implementación de programas dirigidos al deporte de alto rendimiento.

Manuel Fernández Pérez, en representación de los empresarios aportantes indicó que la mejor manera de apoyar a la sociedad colimense es dotándolos de instalaciones dignas para la adecuada práctica del deporte, en este caso una alberca que debe ser aprovechada por los clubes, escuelas de natación y el público en general para que esta disciplina deportiva tenga más triunfos.

Cabe destacar que la alberca fue financiada gracias a la aportación de 11 empresas colimenses o que tienen domicilio fiscal en la entidad o realizan operaciones en Colima, estas son: Administración Portuaria Integral de Manzanillo, Automotriz Rancagua, Banca Afirme, BODESA, Embotelladora de Colima, Marindustrias, Ocupa Holding, SETRAC, SuperKiosko, SSA México Holdings y Seguritech Privada.

Los deportistas colimenses anhelaban una obra de esta magnitud que ahora es una realidad que además de ser la casa de los nadadores locales será utilizada para competencias nacionales e internacionales.

De igual manera, 21 nadadores colimenses que destacaron a nivel estatal, nacional e internacional, recibieron el reconocimiento “Leyendas de la Natación en Colima”, en representación de ellos Vidal Domínguez Arroyo, quien participó en 3 juegos paralímpicos, agradeció al gobierno de José Ignacio Peralta Sánchez y a las 11 empresas que aportaron el recurso económico por este sueño que hoy se cristaliza y será aprovechado por muchas generaciones de nadadores.



# En su edición 2021 de judo y levantamiento de pesas, los Ganadores del Premio Estatal del Deporte

Los ganadores del Premio Estatal del Deporte 2021 son los deportistas Ignacio Vicente Guanche Méndez, de levantamiento de pesas y Javier Alejandro Rosas Hoyo, de judo, así como el entrenador de judo, Cristóbal Alejandro Aburto Tinoco, quienes este año se repartirán una bolsa de premiación de 110 mil pesos.

El jurado estableció en la unificación de criterios que fueran tres los ganadores del Premio Estatal del Deporte 2021, por lo que la jefatura de Estímulos, Becas y Reconocimientos, a cargo de Gabriela Denisse López Estrada, recibió siete propuestas de la promotora Elsa Elizabeth Panduro Martínez y de Ignacio Vicente Guanche Méndez, deportista de halterofilia.

Así como del entrenador de judo, Cristóbal Alejandro Aburto Tinoco; Javier Alejandro Rosas Hoyos, deportista de judo; Ignacio Guanche Amador, entrenador de halterofilia; la entrenadora, Glenda Suyapa Méndez Osorio y la deportista Marianne Alejandra Gaviño Barenca, de Jiu Jitsu.

El jurado calificador estuvo integrado por el Secretario de la Juventud, Jorge Humberto Cortés Alcaraz; la directora general del Instituto Colimense para la Discapacidad, Teresa Fierros Cruz y el Jefe Departamento de Educación Física, Sergio Carrillo Beltrán.

También se dieron cita Efraín Edgardo Espinosa Urzúa, presidente de la Asociación Colimense con Parálisis Cerebral Haciendo Deporte y Víctor Manuel Chávez Sánchez, presidente de la Unión de Asociaciones Charros del Estado de Colima.

Por parte de los medios de comunicación estuvieron presentes, la cronista Marisol Rubio Urzúa, de Pasión Deportiva

Plus; Jaime Medrano Árevalos, de Mag Deportes y Hernán Castillo Rincón, de Canal 12.1 Colima.

El jurado también estuvo conformado por la nadadora paralímpica, Carmen Paola Chávez García, ganadora en el año 2017 y por la entrenadora de levantamiento de pesas, Martha Isela Elizondo Ochoa, ganadora de este premio en el año 1997.



## ¡TU FARMACIA AMIGA!



# ***Atletas colimenses en la mira de cumplir su sueño internacional***

Los atletas colimenses Javier Martínez Sánchez y Guillermo Campos Ornelas, se han preparado para cumplir el sueño de competir en una justa internacional como lo es la primera edición de los Juegos Panamericanos Junior de Cali Valle, Colombia, que se celebrarán del 25 de noviembre al 5 de diciembre, así lo dieron a conocer a la Revista Sportbook.

Luego de haberse preparado en Colima bajo la dirección técnica del entrenador, Braulio Ramírez Plazola, en la pista de tartán de la Unidad Deportiva Morelos, los seleccionados nacionales viajaron el pasado sábado 20 de noviembre a la Ciudad de México para sus últimos entrenamientos en el Comité Olímpico Mexicano (COM).

En entrevista con la Revista Sportbook, el atleta Javier Martínez, compartió que desde hace 11 años que inicio sus entrenamientos en la disciplina de atletismo, este año obtuvo la medalla de oro en la prueba de los 200 metros planos en los Nacionales Conade, celebrados en Monterrey, Nuevo León; asimismo logró la clasificación a los Juegos Panamericanos Junior de Cali Valle.

“Los Juegos Panamericanos Junior serán mi primera competencia fuera del país, por lo que estoy enfocado en bajar mi marca personal de 21 segundos y 21 centésimas en la prueba de 200 metros planos”, comentó.

“Estoy muy contento, orgulloso y motivado, por lo que estoy entrenando con Braulio Ramírez, quien es mi entrenador, psicólogo y terapeuta”, añadió.

“Nadie nace siendo bueno en algo, todo es trabajo”, finalizó.

Asimismo, en entrevista con la Revista Sportbook, el especialista en vallas, Guillermo Campos, compartió que es el actual campeón en los 110 metros en los Nacionales Conade 2021, prueba con la cual clasificó a Cali Valle, Colombia.

“Me he estado preparando en Colima para mi primera competencia internacional, ya que para mí el atletismo es un estilo de vida muy necesario”, dijo.

“Mi experiencia de haber entrenado en Nuevo León fue bastante buena, sin embargo, ahora estoy bajo la supervisión del entrenador, Braulio Ramírez, ya que él es un gran referente como atleta, quien compitió en las mismas pruebas que yo, por lo que me ayuda a mejorar mi técnica, carrera y salto en las vallas”, agregó.

“Los 110 metros con vallas tiene mi marca personal de los 14 segundos y 29 centésimas con la cual competiré en Cali, por lo que sigo entrenando todos los días en la pista, descanso y me alimento muy bien”, finalizó.



## ***Patinadores colimenses obtienen 13 medallas en la Copa Morelia***

Las y los patinadores colimenses del municipio de Manzanillo obtuvieron un total de 13 medallas de oro, plata y bronce durante su participación en la Copa Morelia efectuada en el estado de Michoacán.

Tres medallas de oro fueron por conducto Gabriela Michelle Ramírez Aguilar, de la categoría Mini Novatos, en las pruebas de los 50 metros simultáneo, en 100 metros + distancia y 300 metros Sprint; así como una de plata en la distancia de 1 kilómetro salida masiva.

Las cuatro preseas de plata restantes fueron por parte de Ximena Nataly Benavides Méndez, de la categoría Infantil novatos, en las pruebas de los 100 metros meta contra meta, 200 metros + distancia, 400 metros sprint y 60 metros carriles.

Además, de las cuatro medallas de bronce de Iker Benavides Méndez, de la categoría Micro, en 50 metros simultánea, en 100 metros + distancia, 300 metros sprint y 1 kilómetros de salida masiva.

Asimismo, Estephani Yoselin Málaga Guerrero, de la categoría Infantil, obtuvo una de bronce en la prueba de los 60 metros carriles.

En este evento participaron 125 deportistas de los estados de Aguascalientes, Ciudad de México, San Luís Potosí, Tlaxcala, Nuevo León, Michoacán, Colima y del Instituto Politécnico Nacional.

# **sportbook** medios

**MÁS DE 100 ESPACIOS  
PUBLICITARIOS A TU ALCANCE**

**COBERTURA A NIVEL NACIONAL**

**DISPONIBLE**



**312 323 4583**

**DISPONIBLE**



**312 323 4583**

**DISPONIBLE**



**312 323 4583**

**MEDALLONES  
DE CAMIÓN 2X1**

**\$3,000**

+ IVA POR MES

**VALLAS  
PUBLICITARIAS**

**\$2,700**

+ IVA POR MES

**ESPECTACULARES  
SOBRE TERCER ANILLO  
PERIFÉRICO**

**\$25,000**

+ IVA POR MES

**¡ANÚNCIATE AQUÍ!**

**¡ANÚNCIATE AQUÍ!**



CONTÁCTANOS  
**312 225 0910**  
**312 323 4583**

[www.sportbookmedios.com](http://www.sportbookmedios.com)



# sportbook



**láser Skin DiQuin**

**NOVAS INSTALACIONES**

- Depilación Láser
- Radiofrecuencia facial y corporal
- Despigmentación CO2
- Tratamiento de celulitis
- Láser CO2 Fraccionado
- Carboxión
- Electrobra
- Crioterapia

**SERVICIOS**

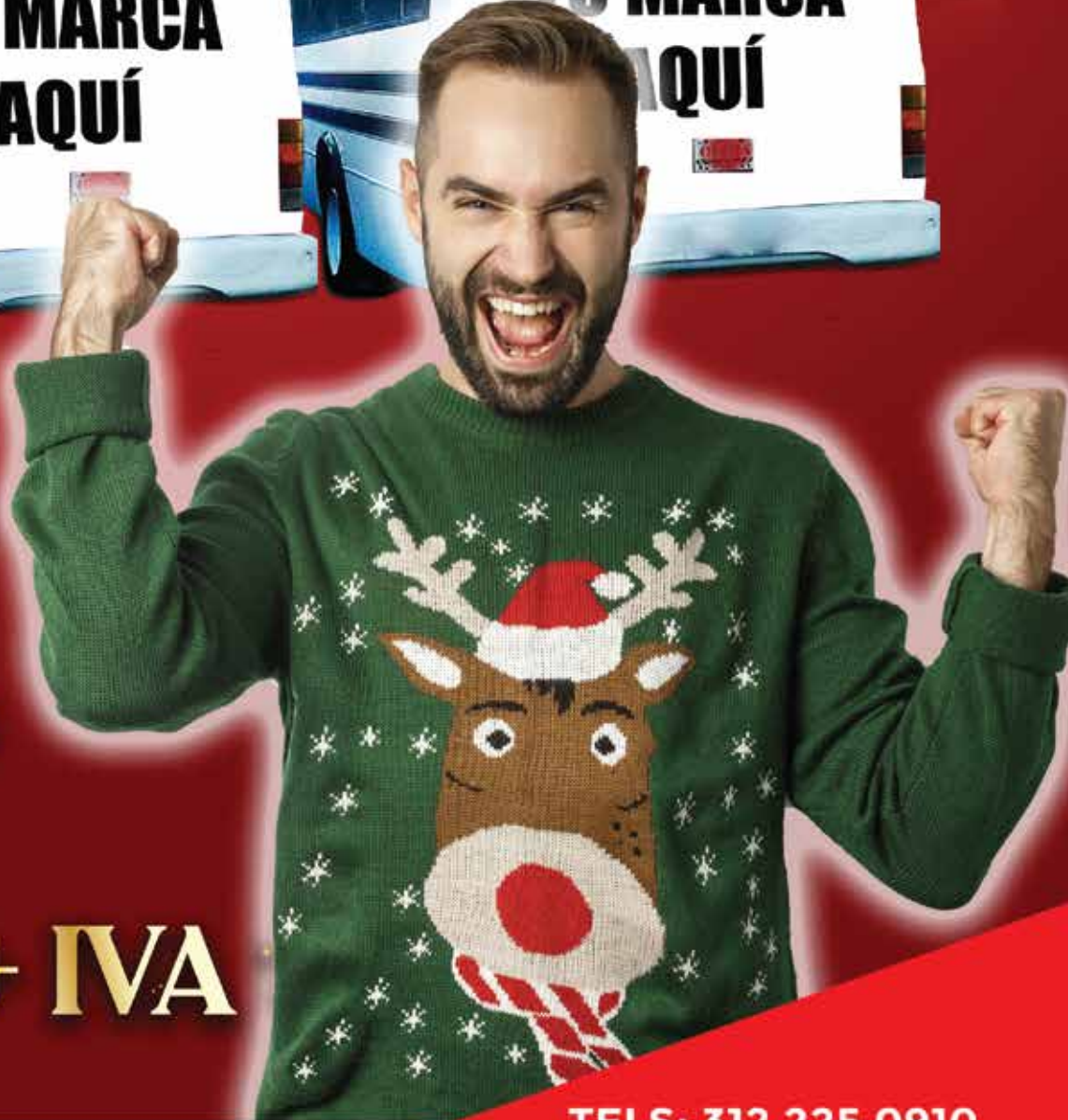
- Las pulidas CO2
- Microdermoabrasión
- Láser Hollywood Peel
- Dermapen
- Luz LED
- Faciales
- Masajes relajantes
- Orlas
- Manicura y Pedicura
- Depilación Roll-on con cera

- pestañas de Mink
- Lash lifting
- Laminado de cejas
- Cortes y tratamientos capilares
- Eliminación de verrugas
- Eliminación de tatuajes
- Análisis facial
- Onicomicosis

*Amor tu piel.*

Unos a sábado 9am - 7pm, Domingo 9am - 6pm.

**Promo Navideña**



**Valla en Zentralia**  
**+**  
**2 Posteriores de camión**  
**4,999 + IVA**  
**mensual**

**PROMOCIÓN VÁLIDA DURANTE EL MES DE DICIEMBRE O HASTA AGOTAR EXISTENCIAS**

**TELS: 312 225 0910  
312 323 4583  
sportbookcolima@hotmail.com**