

REVISTA

Sportbook

Septiembre 2025



MANZANILLO
ESTADOS UNIDOS MEXICANOS DE
FEBRERO DE 1988

BEACH PRO
MIKASA
FIVB

2025
NORCECA
BEACH VOLLEYBALL TOUR

ER LUGAR

RESTAURANTE



-Buffet-
DESAYUNO Y COMIDA
8:00am - 5:30pm

Y POR LAS TARDES...
"Hablemos de Carne"

Cortes, camarones y más...

 **Campestre "El Trapiche"**

REVISTA **Sportbook** SEPTIEMBRE



Eduardo Alfonso Calderón
DIRECTOR

CARTA DEL EDITOR

Sportbook es una revista deportiva para todos los entusiastas del deporte, en el cual podrán encontrar los eventos del mes y disfrutar de la información mas completa y oportuna que te ayudará a llevar una vida sana, deportiva y feliz.

Deseamos a todos nuestros lectores y deportistas en general un año lleno de exitos, tanto en lo personal, lo deportivo y lo profesional

Por último agradecemos a todos los que han hecho posible esta edición; a nuestros colaboradores, clientes, proveedores, amigos y lectores por más de 9 años. Con sus productos y servicios de Sportbook Medios.

¡Visítanos!

www.sportbookmedios.com



sportbook **93.3fm**
RADIO **Lupe-Frona**

Precio de lista

Servicio	Costos
Spot 10 seg	\$ 60.00
Spot 20 seg	\$ 100.00
Spot 30 seg	\$ 150.00
Mención 30 seg	\$ 300.00
Entrevista 3 min	\$ 3,500.00
Control Remoto	\$ 6,000.00
Patrocinios semanal x plaza	\$ 5,000.00
Patrocinios semanal 3 plazas	\$ 13,800.00
Incluye 1-Entrada 1-Salida 4 Spot 20 seg - 1 Mención 30 seg x día	

Precios antes del IVA

Publicación mensual dirigida por Eduardo Calderón. Boulevard Miguel de la Madrid Hurtado # 176, Colonia Residencial Esmeralda Norte, Colima, Colima. C.P. 28017 Tel. 01 (312) 323 4583. Los textos aquí publicados son propiedad de esta revista, incluyendo las colaboraciones. Queda prohibida la reproducción total o parcial de todos los textos, imágenes, gráficos, etc. sin el permiso expreso y por escrito del director de la revista Sportbook. Edición Septiembre 2025. Año 21 Número 116. Los puntos de vista aquí expresados son responsabilidad exclusiva de quien los emite. La publicidad y promociones publicadas en esta revista son responsabilidad exclusiva de los anunciantes. Todos los derechos reservados. Todos los registros en trámite.

* Sportbook y su logotipo es una marca registrada.

NORCECA

BEACH VOLLEYBALL TOUR 2025

Alejandro "Charas" Rodríguez Alvarado, titular del Incode estuvo presente durante la premiación del Tour Norceca de Voleibol de Playa donde los mexicanos José Ángel Cárdenas Valdez de Colima y Jorman Osuna Valdez de Sinaloa ganaron la medalla de oro, así como las mexicanas, Atenas Gutiérrez de Veracruz y Susana Torres de Jalisco se colgaron la presea de bronce para nuestro país.

Alejandro Rodríguez, reconoció el talento de José Ángel Cárdenas, a quien felicitó por su campeonato y medalla de oro que obtuvo junto a su compañero Jorman Osuna, además de las mexicanas Atenas Gutiérrez y Susana Torres quienes se quedaron con la presea de bronce. Asimismo, a la dupla colimense de Angélica Torres y Naomi Cruz que obtuvieron el quinto lugar, al igual que, Inés Antonio Vargas Lares y Carlos Andrés Ayala Herrera.

Asimismo, en la ceremonia de premiación estuvieron presentes Jesús Perales Navarro, presidente de la Federación Mexicana de Voleibol y por parte de la Comisión Nacional Cultura Física y Deporte (Conade), la directora de Alto Rendimiento, Carolina Acosta Álvarez, en representación del director general, Rommel Pacheco Marrufo.



Las posiciones finales “

MUJERES

PRIMER LUGAR

María Claudia González Valentin y Allanis Navas Sánchez

SEGUNDO LUGAR

Darby Dunn y Mikayla Law-Heese

TERCER LUGAR

Susana Torres García y Atenas Angélica Gutierrez Guzmán

HOMBRES

PRIMER LUGAR

José Ángel Cárdenas Valdez y Jorman Osuna Valdez

SEGUNDO LUGAR

Robert Kemp y Cameron Chadwick

TERCER LUGAR

Daniel Dyner Villa y Jhostin Varela Guerrero



Comex
Vive tus sueños



Pinta desde

\$1,010

Practika[®]
Cubeta 19 L



Impermeabiliza desde

\$801

Impercomex[®] 3 años
Cubeta 19 L

comex.com.mx

Precio sujeto a cambio sin previo aviso. Consulta en tiendas Comex[®].





ALBERCAS
GRISELDA ÁLVAREZ

¡Disfruta de las
ALBERCAS INCLUYENTES

Visítanos de
miércoles a domingo,
de 11:00 a.m. a 6:00 p.m.

Niñas y niños \$31.00
Mayores de 12 años \$57.00

Descuento especial para personas mayores
de 60 años y personas con discapacidad



COLIMA
Gobierno del Estado

¡Ponte Pila!

Este miércoles, en representación del director general del Instituto Colimense del Deporte (Incode), Alejandro Rodríguez Alvarado, el coordinador del programa nacional de Activación Física "#PontePila" en Colima, Ernesto Gerardo Ortega Palomares, hizo entrega de uniformes a las embajadoras y los embajadores del programa promovido por Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte en barrios y colonias de varios estados del país.

La entrega de uniformes se realizó en la sala de juntas del Instituto Colimense del Deporte (Incode) en presencia de las embajadoras y los embajadores que se estarán trabajando tres ejes del programa: Activación Física Escolar "Ponte Pila", Activación Física en Tu Zona "Ponte Pila" y Activación Física Masiva "Ponte Pila".

Ernesto Ortega, señaló que en los próximos días se hará

una nueva entrega de pants y chamarras, con la finalidad de darles una identidad que les permita realizar de la mejor manera sus labores en cada uno de los espacios correspondientes de los diferentes barrios y colonias de los municipios de Colima, Manzanillo y Villa de Álvarez.



CONADE
COMISIÓN NACIONAL DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

Por la paz
y contra las adicciones

COLIMA
Gobierno del Estado

INCODE
Instituto Colimense del Deporte

LA CAMPANA
2020-2021

1a CARRERA

**PONTE
PILA**

3k y 5k

CATEGORÍA: LIBRE VARONIL Y FEMENIL

DOMINGO **28** DE SEPTIEMBRE



REGISTRO PREVIO 6:00 Hrs.
SALIDA 7:00 HRS.



SALIDA Y META:
PARQUE ECOLÓGICO LA CAMPANA
(ZONA NORTE)

INSCRIPCIÓN GRATUITA

RIFA DE REGALOS AL TÉRMINO DE LA CARRERA
MAYOR INFORMACIÓN: AL WHATSAPP 314 102 7584

Fútbol

Selecciones de Suchitlán e Ixtlahuacán representarán a Colima en el Encuentro Nacional Deportivo Indígena 2025.

Luego de que este fin de semana se realizara la etapa estatal de fútbol 7 varonil para definir al equipo que representará a Colima en este encuentro deportivo, quedó definida la delegación estatal que participará en 3 disciplinas deportivas del 20 al 24 de octubre en la sede de Morelos.

Fútbol 7 varonil y femenino (Suchitlán).

Pelota Purépecha (Suchitlán).

Voleibol varonil (Ixtlahuacán).

Alejandro 'Charas' Rodríguez, director del Incode, dijo que es un gusto ver que la delegación Colima crezca en esta edición del Encuentro Nacional Deportivo Indígena, ya que se logra fortalecer la inclusión deportiva, preservación cultural y desarrollo integral de los pueblos originarios a través del deporte, impulsando los talentos en cada una de nuestras comunidades.





Juegos Nacionales Populares Morelos 2025



Con el objetivo de fomentar el deporte y apoyar a la práctica deportiva, el director general del Instituto Colimense del Deporte (#Incode), Alejandro “Charas” Rodríguez Alvarado, entregó material deportivo a los entrenadores de fútbol, Hugo Batista Badillo del Club Deportivo Imperio categoría Juvenil C (2008-2009), en la unidad deportiva “Morelos” y a Salvador Ramírez, en la unidad del “Diezmo” a la selección femenil que participará en los Juegos Nacionales Populares, en Morelos y preselectivo de Olimpiada Nacional Conade 2026.

Alejandro “Charas” Rodríguez, señaló que las instrucciones de la gobernadora Indira Vizcaino Silva han sido brindar apoyo al deporte colimense con el impulso y fomento de actividades físicas y deportivas para promover la paz y combatir las adicciones mediante la práctica deportiva y la actividad física, es por eso, que quiere que toda la ciudadanía colimense se active, sobre toda las infancias y juventudes.

Los entrenadores agradecieron el material otorgado por parte del titular del Incode para continuar incentivando a las infancias y juventudes a practicar fútbol y de esa manera puedan adoptar estilos de vida saludables, que les permita ser unas personas de bien por medio del deporte, el cual es una herramienta muy eficaz para combatir las adicciones y ser un portador de una cultura de paz.

VIII ENCUENTRO ESTATAL DEPORTIVO DGETI 2025



VIII Encuentro Estatal Deportivo DGETI 2025

Este viernes, Alejandro 'Charas' Rodríguez, director del Incode inauguró el 'VIII Encuentro Estatal Deportivo DGETI 2025'.

Este encuentro cita a la comunidad estudiantil media superior de planteles de la Dirección General de Educación Tecnológica Industrial y de Servicios (DGETI Colima) de los municipios de Colima, Cuauhtémoc, Tecomán, Manzanillo y Villa de Álvarez, con el fin de que las y los estudiantes compitan en deportes como voleibol, futbol, ajedrez, atletismo y baloncesto, promoviendo el deporte y la cultura física en el alumnado.

'Charas' Rodríguez celebró que este encuentro, con sede en la unidad deportiva 'Morelos', promueva el espíritu deportivo en las juventudes donde se convierte en una herramienta poderosa para forjar mejores ciudadanos, fortalecer valores y unir a la comunidad estudiantil DGETI.

CBTis 19 Colima
CBTis 157
Cetis Cuauhtémoc
CBTIS 285 Tecoman
CETis No.84



MOTOCICLISMO



Colimenses se ubican dentro de los diez mejores del Campeonato #Race de Velocidad CRV, en Querétaro.

Los pilotos colimenses Brandon de la Mora Barajas y Ariel Moreno Banda se ubicaron en las posiciones sexta y octava en la categoría expertos, así como en la tercera y cuarta en la categoría 1000 de diez competidores durante en la sexta fecha del Campeonato Race de Velocidad CRV celebrada en el autódromo de Querétaro.

Los dos colimenses participaron en la categoría compartiendo la pista con los pilotos Gonzalo Castro (primer mexicano en correr en la Isla de Manim) y Erick de la O que encabeza los mejores pilotos del país en diferentes campeonatos.

El piloto colimense, Filiberto de la Mora, también participó en esta competencia en la categoría de iniciación quedándose en la onceava posición de 21 participantes.



 CHIREY | OMODA | JAECCO

COLIMA



NUEVA
TIGGO 7 PHEV CSH
2026

JAECOO 7 PHEV
SISTEMA SUPER HÍBRIDO N°1*



CONOCE NUESTRAS
SUV SUPER HÍBRIDAS

GARANTÍA

10 AÑOS
CONTIGGO
en 1 MILLÓN DE KM.



312 594 9104

*Imágenes de referencia, consulta términos y condiciones.

 CHIREY | OMODA | JAECCO

COLIMA

LOS 6 MEJORES EJERCICIOS PARA PANTORRILLAS

Los ejercicios para las pantorrillas son elevaciones de la pantorrilla de pie o sentado, en step y aislada, por ejemplo, siendo importante consultar un entrenador personal o profesor de educación física, de manera que adapte los ejercicios según las necesidades de las personas y para evitar lesiones.

Para cada uno de los ejercicios se aconseja realizar 3 series de entrenamiento con 12 a 20 movimientos y con 20 a 30 segundos de descanso, o de acuerdo con lo recomendado por un entrenador profesional, basándose en el objetivo de cada persona. Además de eso, es importante una alimentación saludable y rica en proteínas para ayudar a fortalecer el músculo de las pantorrillas. Conozca una dieta indicada para fortalecer y aumentar la masa muscular.

1. Elevaciones de la pantorrilla de pie

Este ejercicio es el más realizado, principalmente por principiantes, puesto que es simple y normalmente se realiza con la finalidad de acostumbrar al músculo a moverse. En este tipo de ejercicio basta apoyarse en la pared o en un banco, permanecer en puntillas y retornar a la posición inicial, realizando esta secuencia de acuerdo con la recomendación del instructor.

Para intensificar el trabajo muscular, se puede recomendar colocarse una espinillera, también llamadas canilleras, puesto que de esta forma habrá mayor resistencia al movimiento, aumentando así la intensidad del ejercicio y favoreciendo los resultados.

2. Pantorrilla en step

Este ejercicio es una variación del ejercicio clásico de levantamiento de pantorrilla, pero que es realizado con mayor intensidad para desarrollar una pantorrilla con más voluminosa y más fuerte, trabajando, principalmente, el músculo gastrocnemio. En este tipo de ejercicio no importa el peso, pero sí la amplitud del movimiento: a mayor amplitud, mayor será el trabajo del músculo de la pantorrilla.

Para realizar este ejercicio se debe:

- Subir en el step o en un escalón;
- Apoyar únicamente la punta de los pies, manteniendo los talones sin soporte;
- Estirar la pantorrilla, empujando el cuerpo para arriba, utilizando el máximo de fuerza posible, como si se fuese a saltar, pero sin despegar los pies del step o escalón;
- Bajar nuevamente, dejando los talones un poco más abajo del nivel del escalón, mientras el músculo se estira.

Es muy importante realizar de forma correcta el último paso del ejercicio, puesto que permite trabajar los músculos en su totalidad. En este movimiento también es importante mantener la posición por lo menos 1 segundo antes de volver a subir, para garantizar que la energía acumulada sobre el tendón tenga tiempo de disiparse, trabajando sólo el músculo.

3. Pantorrilla aislada

El levantamiento de pantorrilla aislada es otra variación del clásico levantamiento de pantorrilla, el cual es realizado con una pierna a la vez. Este ejercicio es bueno para garantizar un



equilibrio en el desarrollo de los músculos de cada pierna, evitando que una de las piernas soporte más peso.

Para realizar este levantamiento de pantorrilla se puede utilizar nuevamente un step o escalón y se realiza de la siguiente manera:

- Subir en el escalón;
- Mantener apoyada sólo la punta de uno de los pies, manteniendo el talón sin soporte;
- Mantener la otra pierna flexionada o estirada, pero sin apoyarla en el escalón ni en el piso;
- Estirar la pantorrilla, empujando el cuerpo para arriba hasta que el músculo se contraiga por completo;
- Bajar nuevamente, dejando el talón un poco más abajo del nivel del escalón.

Luego se debe cambiar de pierna y repetir el ejercicio.

Para facilitar el ejercicio, se puede colocar el step en frente de una pared, de forma que se puedan apoyar las manos y así evitar el desequilibrio. Este ejercicio también puede ser realizado sin el step, con uno de los pies apoyados en el piso y el otro suspendido en el aire, pudiendo intensificarse sujetando unas mancuernas o unos discos con las manos durante su realización.

4. Elevaciones de pantorrilla sentado

Realizar el ejercicio de levantamiento de pie o sentado activa los músculos de la pantorrilla de forma diferente, razón por la cual, este ejercicio siempre debe formar parte del entrenamiento. Aunque existan máquinas específicas para realizar este ejercicio en el gimnasio, también puede ser realizado únicamente con el uso de discos o pesas. Para eso se debe:

- Sentarse en un banco de forma que las rodillas estén flexionadas en un ángulo de 90°;
- Colocar un disco sobre cada rodilla, manteniendo los pies bien apoyados en el piso; b
- Levantar el talón, manteniendo la punta del pie en el piso;
- Mantener la posición por 1 segundo y regresar a la posición inicial con los pies bien apoyados.

En este ejercicio se debe estar atento a la altura del banco, puesto que la cadera no debe estar por encima ni por debajo del nivel de las rodillas, existiendo el riesgo de lesiones en la articulación. Además de eso, el peso debe aumentarse de forma gradual, siendo ideal que alrededor de la 5ta repetición se sienta el músculo arder ligeramente.

En relación con las máquinas, es posible realizar el ejercicio en una específica para este objetivo, en la cual la persona ajusta el banco, sostiene las rodillas y realiza el movimiento del ejercicio, teniendo atención a la amplitud del movimiento. Otro equipo que puede ser utilizado es la máquina para realizar el leg press y el leg 45°, debiendo posicionar los pies en el borde de la placa de apoyo para que los talones queden por fuera y realizar el movimiento. Es importante que estos ejercicios sean indicados por un instructor, de acuerdo al objetivo de cada persona.

5. Saltar la cuerda

Saltar la cuerda es un excelente ejercicio para desafiar los músculos de la pantorrilla, siendo importante saltar y aterrizar sobre las puntas de los pies para cada repetición. Además, es importante flexionar las rodillas cuando se de el salto para evitar lesiones.

6. Elevaciones de pantorrillas con las rodillas dobladas

Para las elevaciones de pantorrillas con las rodillas dobladas se debe separar los pies al ancho de los hombros, con los dedos de los pies apuntando hacia adelante.

A continuación se debe doblar ligeramente las rodillas, para estar en una posición de cuclillas parcial, mientras presiona las puntas de los pies contra el piso, levantando lentamente los talones lo más alto posible, luego debe detenerse en la parte superior e ir bajándolos lentamente. Las rodillas deben permanecer flexionadas durante todo el movimiento. Conozca también algunos ejercicios para fortalecer toda la pierna.



ESTO ES NISSAN

X-TRAIL

PODER PARA CADA HOY



¡CONÓCELO!

WWW.NISSANRANCAGUA.COM.MX

NISSAN
Rancagua



TM

¿DESCARTAR A VERSTAPPEN PARA SER PENTACAMPEÓN? ESO SERÍA UN ERROR



Con siete Grandes Premios por disputarse y 69 puntos de desventaja, dar por muerto a Max Verstappen en la conversación para campeón de la temporada 2025 de la Fórmula 1 sería un muy grave error.

Todavía, hace 15 días antes de que se corriera el Gran Premio de Monza, cuando Oscar Piastri le sacaba 104 puntos al tetracampeón de la F1 y genio de Red Bull, muchos habíamos descartado que pudiera coronarse algún piloto que no fuera alguno de los dos que visten de color papaya, pero hoy, cuando ya cayó la bandera a cuadros en Azerbaiyán, ya no suena tan descabellado que el neerlandés hiciera una remontada épica.

Actualmente, Piastri tiene 324 puntos, seguido por su coequipero en McLaren, Lando Norris con 299, mientras que Verstappen llegó a 255, luego de ligar no sólo victoria en Italia y Baku sino que consiguió esos triunfos con sendos Gran Slam, es decir, con pole position, liderato en cada vuelta y marcar el giro más rápido de la carrera.



EL PLÁTANO

El plátano es un superalimento para deportistas porque es una fuente rápida de carbohidratos para energía, ayuda a prevenir calambres musculares gracias a su alto contenido de potasio, reduce el estrés oxidativo gracias a los antioxidantes y mejora el tiempo de recuperación al disminuir la inflamación. Además, es fácil de digerir, lo que lo hace ideal para consumir antes, durante o después del ejercicio.

Propiedades nutricionales

- **Carbohidratos:** El plátano es rico en azúcares naturales que proporcionan energía inmediata, ideal para actividades de resistencia.
- **Potasio:** Contiene una gran cantidad de potasio, un mineral esencial para la función muscular y la prevención de calambres, que se pierde a través del sudor.
- **Fibra:** Su aporte de fibra contribuye a la salud digestiva y ayuda a mantener niveles estables de azúcar en la sangre.
- **Vitaminas del grupo B (Vitamina B6):** Regula los niveles de glucosa en la sangre y es importante para el metabolismo energético.
- **Antioxidantes:** Contiene compuestos fenólicos como la dopamina, que ayudan a combatir los radicales libres producidos durante el ejercicio intenso.
- **Fácil digestión:** Es un alimento fácil de digerir, lo que lo hace una opción conveniente para consumir antes del entrenamiento sin generar malestar.

Beneficios para deportistas

- **Energía rápida:** Los carbohidratos proporcionan un impulso de energía antes o durante el ejercicio para mantener el rendimiento.
- **Prevención de calambres:** El potasio ayuda a la función muscular y puede reducir la frecuencia de los calambres musculares.
- **Mejora la recuperación:** Reduce la inflamación y el estrés oxidativo, facilitando la recuperación muscular y la gestión del daño celular.
- **Reposición de electrolitos:** Ayuda a reponer el potasio perdido a través del sudor, lo cual es vital para la función muscular.
- **Excelente fuente de carbohidratos complejos:** Es una forma de "combustible" que ayuda a evitar el agotamiento de los depósitos de glucógeno.



CASTHER



312.153.56.31

IGA SWIATEK

REMONTÓ UN PARTIDAZO Y GANÓ EL KOREA OPEN

Iga Swiatek conquistó su 25° título de la WTA en Seúl. En la gran final del Korea Open, la número dos del mundo remontó un partidazo ante la rusa Ekaterina Alexandrova y levantó un nuevo trofeo en esta temporada 2025. El marcador final, con el que se consagró campeona, fue de 1-6, 7-6 (3) y 7-5 tras dos horas y 43 minutos de juego.

Tras perder el primer set con contundencia, la polaca supo revertir las acciones en el segundo. Después de quebrar y ser quebrada al juego siguiente, el trámite del partido se igualó hasta desembocar en un tiebreak. Allí, la ganadora de Wimbledon 2025 no le dio opciones a su rival, que solamente ganó tres puntos.

Para el desenlace del partido, Swiatek necesitó romperle el servicio en dos oportunidades a Alexandrova, que había sorprendido al inicio de la tercera manga con otro quiebre. Sin embargo, la polaca sacó su mejor tenis para ganar, por primera vez en dos años, un título en la gira asiática.



Sin embargo, la victoria de Iga en Corea del Sur encierra una historia familiar bien particular. Es que su padre, Tomasz Swiatek, se transformó en deportista olímpico al disputar los Juegos de Seúl en 1988. Allí, compitió en remo, en la prueba de cuatro scull masculino, donde quedó en el séptimo lugar.

¡Tenis en Disney+ Plan Premium!

Todo el tenis se puede disfrutar en vivo y on demand. Disponible en Disney+ Plan Premium.

"Mi papá no pudo ganar los Juegos Olímpicos aquí pero al menos yo gané este torneo" manifestó Swiatek post partido, en el discurso de premiación del Korea Open. Un torneo que, en una temporada irregular para Iga donde casi cae del Top 10, se suma a las conquistas de Wimbledon y Cincinnati.



CARLOS VELA

RECIBE EMOTIVO TRIBUTO DE LAFC POR SU LEGADO HISTÓRICO



El mexicano Carlos Vela, quien se retiró del fútbol profesional el 27 de mayo de 2025 a los 36 años, recibió un homenaje por parte de su exequipo LAFC antes del partido ante Real Salt Lake, en la Jornada 35 de MLS 2025.

Para rendir tributo a las seis temporadas y 93 goles de Carlos Vela, primer jugador en la historia de LAFC, el exdelantero fue ovacionado por el grupo de animación '3252' en el BMO Stadium. Además, la grada lució un tifo con la imagen y nombre del jugador acompañado por un mensaje de agradecimiento.

Para incluir a todos los presentes en el homenaje, LAFC repartió camisetas con el apellido de Carlos Vela y el dorsal '10' a cada aficionado que asistió al partido, que concluyó con victoria 3-1 a favor del bando angelino.

Otro momento memorable del tributo fue el encuentro

con Heung-Min Son, reciente fichaje estelar del equipo, con quien se fundió en un abrazo fraternal, compartió unas palabras y también un apretón de manos.

Cabe señalar que, días antes, Son elogió a Carlos Vela y reconoció que no está "a su nivel".

"Siendo honesto, no estoy a ese nivel. Jugué algunas veces contra él y es increíble. Es un jugador fantástico; todo lo que hizo por este equipo lo convierte en una auténtica leyenda, y a eso aspiro. En unos años, cuando me vaya, quiero formar parte del grupo de leyendas que lo dieron todo por este club, y para eso estoy aquí."

Carlos Vela es uno de los jugadores más premiados en la historia de la MLS, además de ser líder histórico de LAFC en partidos jugados, minutos y asistencias.

PARALIMPIADA NACIONAL CONADE 2025

Doce deportistas paralímpicos colimenses representarán a esta entidad en la #ParalimpiadaNacionalConade2025 en Aguascalientes, del 21 al 26 de septiembre en para natación y del 3 al 11 de octubre en para atletismo, con el respaldo del Gobierno del Estado de Colima que encabeza la mandataria Indira Vizcaíno Silva.

#ParaNatación

El deportista paralímpico Aquiles Mateo Gómez González abrirá la participación de Colima en para natación categoría Juvenil Menor 13-15 años (2012-2010) en 50 y 100 metros libres, así como en 50 metros mariposa, iniciando el 22 de septiembre y hasta el 26 de este mismo mes; su entrenador es Alberto Ayala Rojas.

#ParaAtletismo

En categoría Juvenil Menor 13-16 años (2012-2009) las para atletas Yesenia Estefanía Flores Valencia y Ángeles Sofía Álvarez Rodríguez competirán en las pruebas de impulso de bala, lanzamientos de disco y jabalina; mientras que Manuel Gallardo Horta lo hará en impulso de bala, lanzamiento de disco y jabalina; Ian Saúl Vargas Méndez, en lanzamiento de bala y disco, y Héctor Antonio Castillo Diego, en lanzamiento de disco, del 3 al 7 de octubre.

En Juvenil Mayor 17-19 años (2008-2006) participarán Yarezi Janeth Cristóbal Santana en 100, 200 y 400 metros planos; Jesús Herrera Contreras, en 100 y 200 metros planos; así como Carlos Jesús Sánchez Bautista en impulso de bala, y Gadiel Guzmán Roja en impulso de bala, disco y jabalina.

En Juvenil Superior 20-22 años (2005-2003) competirán Karol Mariana Segoviano Quintero en 100, 200 y 400 metros planos y Ángel Manuel Jiménez Miranda en impulso de bala, del 7 al 11 de octubre. Los entrenadores de para atletismo son Chrystyan Martínez Pedraza, Guadalupe Méndez Lagunes y David Saúl Vargas Ayala.

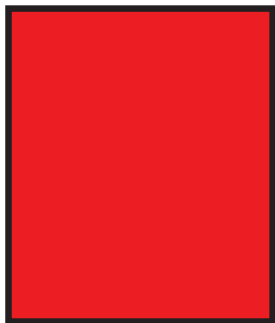


Anunciate en la mejor revista deportiva

REVISTA
Sportbook

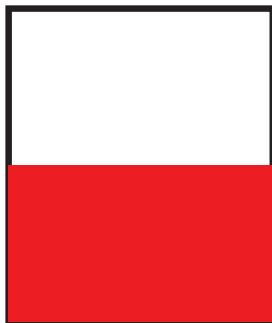
www.sportbookmedios.c.com

ESPACIOS PUBLICITARIOS



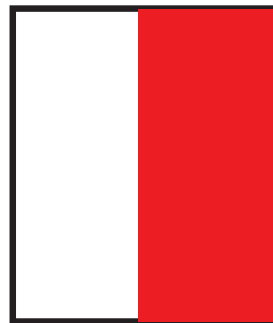
27cm x 32cm

1/2 PLANA H



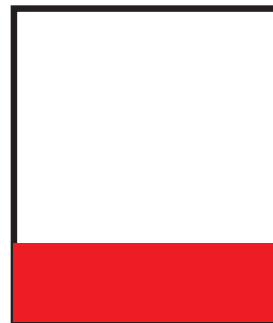
27cm x 16cm

1/2 PLANA V



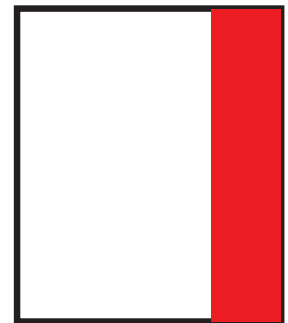
13.5cm x 32cm

1/2 CINTILLO H



27cm x 8cm

1/2 CINTILLO V



7cm x 32cm

2DA DE FORROS
\$8,000.00

\$3,000.00

\$3,000.00

\$1,250.00

\$1,250.00

3RA DE FORROS
\$7,000.00

333 809 4918 • 312 225 0910

CONTRA PORTADA
\$12,500.00

PLANA
\$5,000.00

OFICINA GDL LANDMARK

Av. Paseo de Los Virreyes 45 In Empresarios Subcem y Av. Patria BV Puerta de Hierro, Puerta de Hierro, Zapopan, Jal. C.P. 45116

OFICINA COLIMA

Blvd. Paseo Miguel de la Madrid Hurtado 176 Residencial Esmeralda Norte, Colima. CP 28017



Hospitales
Puerta de Hierro

Estamos contigo en esos momentos especiales, donde el amor es testigo.

WhatsApp 33 3815 4715

Vuelve a lo que amas

Permisos de publicidad COFEPRIS: 253100201A0448

Mi bebé en Puerta

Área de terapia intensiva con neonatólogos 24/7

Por el cuidado de

tu salud

y la de los y las villalvarenses



Saca tus cacharros y las ramas de tus árboles en las fechas que corresponden a tu barrio o colonia

Consulta el calendario de la deschacharrización

www.villadealvarez.gob.mx

Información sustentada en lo dispuesto por el artículo 134 párrafo octavo de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y por el artículo 209 de Ley General de Instituciones y Procedimientos Electorales.

