

Actividad deportiva participativa

HÁBITOS SALUDABLES Adsur pretende que en 2013 buena parte de la población de la comarca se beneficie de las múltiples actividades programadas, pues las hay diseñadas para todos los grupos de edad



Acto de entrega de premios y trofeos del segundo Encuentro Comarcal de Fútbol 7 en Alcaudete.

Deporte para Todos" es el lema y será, nuevamente, la apuesta de Adsur para la programación deportiva durante el presente año. La oferta será variopinta, en cuanto a deportes y a actividades físicas, y diversa respecto a la edad y sexo de las personas destinatarias, ya que está enfocada tanto para hombres como para mujeres.

Por un lado, se incluyen actividades dirigidas a los amantes de los deportes más convencionales como pueden ser encuentros de fútbol 7 para niños y niñas, veteranos y jóvenes, torneos de deportes de raqueta (como tenis o pádel) o campeonatos de baloncesto. Por otro, se han programado también actividades que se desarrollarán en el entorno natural, entre las que destacan las carreras de orientación, con actividades multiaventura tales como tiro con arco, escalada y tirolina, y las actividades en la naturaleza como son piragüismo, bicicleta de montaña y yincanas, dirigidas al alumnado

de los institutos de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) de la Sierra Sur de Jaén.

Igualmente, y destinadas también a los centros educativos, se pondrá en marcha, conjuntamente con el área de género, un proyecto que se denomina "Juguemos en igualdad" en el que se desarrollarán yincanas con juegos que fomenten la igualdad de sexos mediante el cambio de roles entre alumnos y alumnas.

Tras el periodo escolar, se ofertarán para los más pequeños yincanas para el conocimiento de los recursos de nuestros pueblos, juegos acuáticos y tradicionales en las piscinas, jornadas de recreo y ocio en las que durante dos semanas practicarán juegos alternativos y campamentos de verano para fomentar la convivencia y el intercambio de experiencias. En cambio, para los mayores se realizará la "Jornada de deporte senior" con ejercicios y juegos pensados para el mantenimiento y mejora de la condición física. También, como viene siendo



Corredores en la X Ruta Cicloturística Ascenso al Alto de la Pandera.

costumbre, podrán participar en el tradicional Circuito Provincial de Petanca, que es un deporte apto para todas las edades.

Por último, cabe destacar la XI Ruta Cicloturista Ascenso a La Pandera, donde se darán cita aficionados a la bicicleta, tanto de nuestra comarca como de fuera de ella. En este caso, por la dureza de la prueba, de resistencia y esfuerzo, donde con-

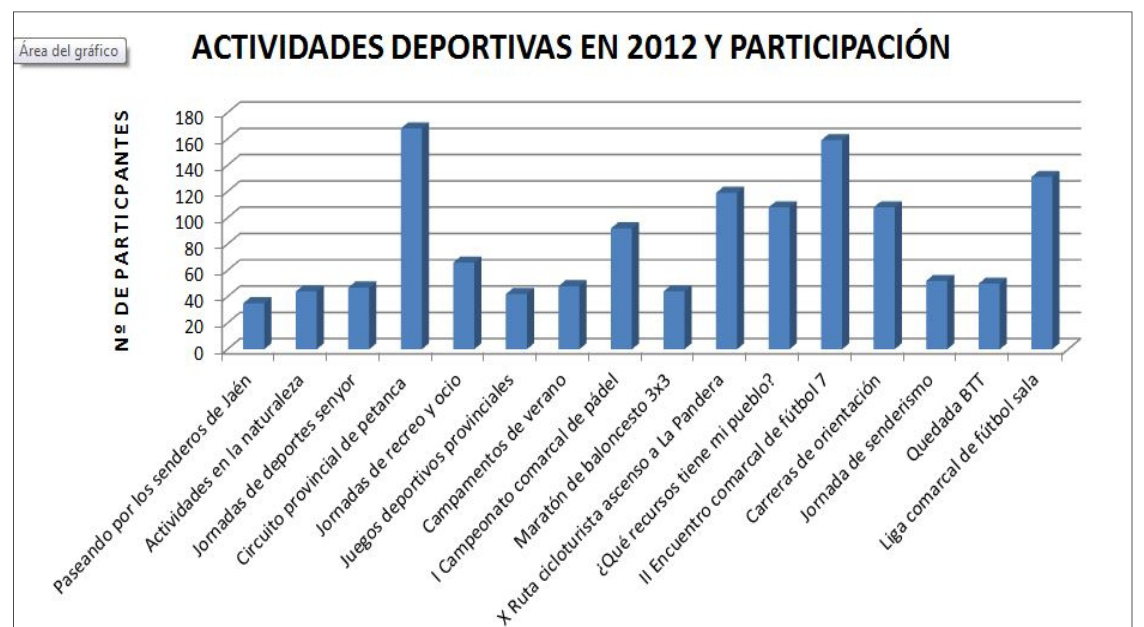
jugue a la perfección la preparación física y el sacrificio, ya que es una prueba de mucha exigencia, con la belleza del paisaje, pues desde el pico de La Pandera las panorámicas vistas de la Sierra Sur son excepcionales y únicas. Esta cita deportiva atrae cada año, no solo a más participantes, sino también

a un público más numeroso. Desde Adsur se anima a los ciudadanos de la comarca para que participen en las diferentes actividades deportivas de forma moderada y frecuente, de manera que se posibilite un estado de bienestar físico, psíquico y social que redunde en la creación de hábitos de salud y mejor la calidad de vida.

Más de 1.200 participantes en el programa de 2012

El programa deportivo de Adsur en 2012 contó con cerca de 1.200 participantes de los diez municipios de la comarca en las dieciséis actividades realizadas. Entre ellas, las que tuvieron más aceptación fueron el tradicional Circuito Provincial de Petanca, celebrado en el mes de mayo y la popular Ruta Cicloturística Ascenso al Alto de La Pandera, con más de cien corredores inscritos. Asimismo, destacaron las competiciones de fútbol, como el II Encuentro Comarcal de Fútbol 7 de Categorías Inferiores y la Liga

de Fútbol Sala para niños y niñas de entre 6 y 12 años y para mayores de 16 años, respectivamente. También fue un éxito el I Torneo Comarcal de Baloncesto 3x3, con nueve equipos, o el I Torneo Comarcal de Pádel, al que acudieron los campeones del Máster Provincial 2012. Como novedad, sobresalen las carreras de orientación en el medio natural, con varios institutos, y los concursos socioculturales para niños y niñas sobre los recursos medioambientales, etnográficos y patrimoniales.



Adsur, año 2012. Desglose de la participación en las distintas actividades deportivas.