

ZONA D

REVISTA DEL INSTITUTO MUNICIPAL DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTE



ENTREVISTA

BELEN JIMENA VELÁZQUEZ GONZÁLEZ

Seleccionada Nacional de
Básquetbol Categoría U16

P. 20

12

SkateparkFest 2025:
Skateboarding y 'Electric
Night'

17

Supera cifras el
Torneo Box de Barrios
2025

22

W By ACES: mujeres que
lideran la transformación
global a través del
deporte

EDICIÓN 15
AGO - OCT

CONOCE LA ACTIVIDAD
DEPORTIVA QUE HAY EN EL
MUNICIPIO DE CHIHUAHUA

IMCFD Instituto Municipal de
Cultura Física
y Deporte
CHIHUAHUA
CAPITAL AMERICANA DEL DEPORTE 2025



Chihuahua
Capital de Trabajo
y Resultados
Gobierno Municipal 2024-2027



POLIDEPORTIVO
Luis H. Álvarez



¡Es tuyo, disfrútalo!

Más de 30 canchas
para diversos deportes

MENSAJE DEL PRESIDENTE

Cuando existe la determinación y la aspiración por desarrollarse en el deporte, los gobiernos tenemos la responsabilidad de acompañar esos procesos desde el inicio: desde las canchas de la colonia hasta los escenarios internacionales donde se levantan medallas de triunfo.

Ese ha sido nuestro compromiso como administración municipal con la comunidad deportiva de Chihuahua: respaldar el esfuerzo de nuestras y nuestros atletas por medio de programas como Mi Beca Chihuahua del Deporte, los beneficios de la credencial del Registro Municipal del Deporte y la constante gestión de apoyos, lo que ha permitido un crecimiento sostenido de la representación chihuahuense en competencias nacionales e internacionales.

Este impulso se refleja en los resultados. Basta con ver que de los 900 atletas que integraron la delegación estatal en la Olimpiada Nacional, más de 400 eran de nuestra ciudad. Y de las 192 medallas obtenidas, 102 preseas fueron ganadas por deportistas del municipio de Chihuahua.

Gracias a este esfuerzo colectivo, el estado logró posicionarse en el noveno lugar del medallero nacional. Un resultado que lleva el sello del trabajo conjunto y del orgulloso 'Estilo Chihuahua'.

Pero hay más. Nuestra identidad como 'Capital Americana del Deporte' también se ha hecho presente en escenarios mundiales. Lo demuestra la bicampeona mundial Wendy Lara y la subcampeona Samantha Castillo en el Mundial de Artes Marciales Mixtas. También el equipo 'Swing Perfecto', que representó a México en la Serie Mundial de Ligas Menores; el entrenador Isaac Sahagun Rojas, quien forma parte del cuerpo técnico de la selección mexicana de taekwondo, y tantas otras historias que nos inspiran.

Todo esto nos recuerda, como dice el cronista deportivo Antonio Rosique, que para lograr los objetivos se necesita más que talento: se requiere una comunicación asertiva, un trabajo constante y una voluntad firme.

Con este preámbulo, nos llena de orgullo presentar la portada de la edición número 15 de la Revista Zona D, protagonizada por Belén Jimena Velázquez, reconocida como la Jugadora Más Valiosa (MVP) de la AmeriCup Sub-16 FIBA y convocada a la selección mexicana que competirá en la Copa del Mundo FIBA Sub-17, que se celebrará en julio de 2026 en República Checa.

Son estas las figuras del deporte chihuahuense que debemos visibilizar y reconocer como referentes positivos para nuestra sociedad. Te invito a descubrir sus historias a lo largo de estas páginas.



Lic. Marco Antonio Bonilla Mendoza
Presidente Municipal de Chihuahua

MENSAJE DEL DIRECTOR

Estimados lectores:

A lo largo de estas ediciones hemos sido testigos de inspiradoras historias de atletas, entrenadores y entrenadoras, quienes gracias a su talento y dedicación han colocado el nombre de Chihuahua capital en importantes escenarios nacionales e internacionales. Asimismo hemos sido testigos de la evolución de cientos de chihuahuenses y hemos tenido la oportunidad de apoyar sus esfuerzos.

Apenas en marzo pasado, el alcalde Marco Bonilla encabezó la ceremonia de abanderamiento de la delegación conformada por más de 1200 deportistas y entrenadores de más de 35 disciplinas, quienes representarían al municipio en los Juegos Estatales CONADE 2025. Los resultados obtenidos llevaron a nuestros atletas a representar a Chihuahua en la Olimpiada Nacional.

En esta edición presentamos los resultados obtenidos en la pasada Olimpiada Nacional en donde el estado de Chihuahua se colocó en el noveno lugar del medallero con 64 medallas de oro, 54 de plata y 74 preseas de bronce, sumando un total de 192 medallas, 102 de las cuales fueron obtenidas por atletas capitalinos, lo que demuestra el poder de las y los deportistas de Chihuahua capital.

Tenemos muy claro que no solo es el talento lo que hace posible el éxito de nuestros atletas, el apoyo de sus familias es crucial para lograr las metas, así como el respaldo de sus instituciones educativas y nosotros como administración tenemos la responsabilidad de apoyar su desarrollo.

Desde el Gobierno Municipal, y como una forma de reconocer e impulsar a las y los deportistas, este año el programa Mi Beca Chihuahua Deporte destinó 7 millones 497 mil pesos en beneficio de 958 personas, entre deportistas e impulsores del deporte. Los apoyos se otorgaron en diversas categorías: deportistas menores y mayores de edad, atletas del deporte adaptado, deportistas de alto rendimiento y galardonados con la estatuilla del Premio Municipal a la Excelencia en el Deporte 'Teporaca' 2024.

Reafirmando así que para esta administración municipal el deporte es uno de los ejes principales que fortalecen la integración social y que generan grandes ejemplos de vida para una mejor sociedad.



Juan José Abdo

Ing. Juan José Abdo Fierro

Director del Instituto Municipal
de Cultura Física y Deporte

06 Cartelera deportiva

09 ¡Se fueronrecio!

10 El poder femenino se expande en el MMA: Wendy Lara Barraza, bicampeona mundial

12 SkateparkFest 2025: Skateboarding y 'Electric Night'

14 La comunicación asertiva para dignificar al deportista

17 Supera cifras el Torneo Box de Barrios 2025

19 Firman convenio de colaboración INDEX y Gobierno Municipal de Chihuahua

20 Belén Jimena Velázquez González, Seleccionada Nacional de Básquetbol Categoría U16

22 W By ACES: mujeres que lideran la transformación global a través del deporte

25 El Swing Perfecto logra la hazaña, gana el boleto para la serie mundial en Pensilvania de Williamsport

26 Activaciones físicas para adultos mayores

27 'Nos hemos convertido en una familia'

31 La Onza Creel: una de las carreras más técnicas y espectaculares del país

32 Único entrenador mexicano en refrendar con selección nacional en dos categorías

35 Bailarines chihuahuenses conquistan España

37 Cristalizar los sueños en el deporte, un proceso con inspiración

38 Alimentación y deporte: lo que todo atleta debe saber

CONSEJO EDITORIAL

Ing. Juan José Abdo Fierro

Director del Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte

Ing. Beatriz Aurora Pompa Valencia

Subdirectora de Deporte Adaptado e Inclusivo del IMCFD

Lic. Lucero Jáquez Quezada

Subcoordinadora de Comunicación Social del Gobierno Municipal

Lic. Carmen Alicia Velazco Amarillas

Coordinadora Editorial de la Revista Zona D

Lic. Eva Leticia Ayala López

Jefa de Oficina de Comunicación Social del IMCFD

M. P. E. Alma Ramos Zuany

Jefa de Oficina de Diseño del IMCFD

röod.com

COLABORADORES

Víctor Domínguez Hanson

Nicolás Flores Sáenz

Arnoldo Gaytán Carrillo

Daniela Andrea Ituarte Muñoz

Leopoldo López Baca

Miguel Alberto Orozco Alarcón

Selene Puentes González

Sebastián Salayandía Zerecero

Yolanda Sosa Ortiz

Edición trimestral

15 año 4

Agosto - Octubre

2025
Chihuahua, Chih.

Zona D, año 4, No. 15 (Agosto / Octubre del 2025), es una publicación trimestral editada por el Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte del Municipio de Chihuahua, ubicado en la Av. Homero No. 330, Col. Complejo Industrial de Chihuahua, C.P. 31120, Chihuahua, Chih., con Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2022-07131914-3100-102, otorgada por el Instituto Nacional del Derecho de Autor.

Los artículos y opiniones expresadas por los autores, no reflejan necesariamente la postura del Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte / Municipio de Chihuahua y son responsabilidad de quien los escribe.

Esta edición terminó de imprimirse el día 22 de agosto del año 2025.



Objetivo de la revista del Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte

Promover y difundir la cultura del deporte en el municipio de Chihuahua a través de las actividades y eventos organizados por el Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte.



Av. Homero #330, Complejo Industrial Chihuahua
C.P. 31120, Chihuahua, Chih.
Tel. (614) 200 4800
www.imcfdchihuahua.com



Av. San Felipe No. 5
Chihuahua, Chih., México
Tel. (614) 413 9779
www.roodcomunicacion.com

Coordinación editorial:
Rocio Aceves Guevara

Diseño editorial:
Carlos Romero Villarreal
Rubén Márquez Arizpe

CARTELERA **DEPORTIVA**



EDICIÓN 15
AGO – OCT



PUBLICA Y PROMUEVE TUS ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN LA REVISTA ZONA D

Sigue el Facebook del **Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte** para conocer más actividades:
facebook.com/imcfd

Horarios sujetos a cambios.

AGOSTO

EVENTO	FECHA	HORA	LUGAR
6° Fecha del Torneo Box de Barrios	02/08/2025	16:00 a 21:00 hrs	Polideportivo Luis H. Álvarez
Tetada Masiva, Órgano Interno de Control 2025	08/08/2025, 09/08/2025	8:00 a 14:00 hrs	Centro Deportivo Tricentenario
7° Fecha del Torneo Box de Barrios	09/08/2025	16:00 a 21:00 hrs	Centro Deportivo Tricentenario
Capacitación de Arbitraje para Juegos Populares	09/08/2025	12:00 hrs	Centro Deportivo Tricentenario
Nacional de Béisbol Infantil	09/08/2025, 16/08/2025	8:00 a 19:00 hrs	Polideportivo Luis H. Álvarez
Visita Clasificadora COPAME	12/08/2025, 16/08/2025	Sin definir	Gimnasio Deporte Adaptado
Zumbatón	14/08/2025	16:00 a 22:00 hrs	Polideportivo Luis H. Álvarez
Clínica de Básquetbol Campamento de Básquetbol Fuerza Mexa	15/08/2025, 17/08/2025	Vie: 14:00-20:00 Dom: 9:00-16:00 hrs	Centro Deportivo Tricentenario
Juegos Populares Municipales	15/08/2025, 17/08/2025	9:00 a 17:00 hrs (espera rol de juegos)	Polideportivo Luis H. Álvarez
Teletón "Zumbatón Chihuahua"	16/08/2025	15:00 a 21:00 hrs	Centro Deportivo Tricentenario
8° fecha y Final del Torneo Box de Barrios	16/08/2025	16:00 a 22:00 hrs	Plaza de Armas
Festival Nacional de MiniBasket MX	21/08/2025, 24/08/2025	8:00 a 21:00 hrs	Centro Deportivo Tricentenario
11ª Edición del Torneo Nacional de Cachibol	26/08/2025, 29/08/2025	26: 15:00-19:00 27-28: 8:00-20:00 29: 8:00-14:00 hrs	Centro Deportivo Tricentenario
Torneo Anual de Taekwondo TK3 TK5	30/08/2025, 31/08/2025	9:00 a 14:00 hrs	Centro Deportivo Tricentenario
Ruta del Deporte en tu Barrio (Torneo de Tercias)	31/08/2025	9:00 a 16:00 hrs	Polideportivo Luis H. Álvarez

SEPTIEMBRE

EVENTO	FECHA	HORA	LUGAR
6to Juego de la Serie Final de la Liga de Béisbol Estatal, Dorados vs Indios	05/09/2025	19:00 hrs	Estadio Monumental
Carrera de Arihueta (Día de la Mujer Indígena)	06/09/2025	17:00 hrs	Polideportivo Luis H. Álvarez
Capacitación "Deporte Paralímpico" del Comité Paralímpico Mexicano	11/09/2025, 12/09/2025	9:00 a 13:00 hrs	CRIT Chihuahua
Ceremonia de Cambio de Grado Taekwondo	21/09/2025	9:00 a 13:00 hrs	Centro Deportivo Tricentenario
Voleibol URN	25/09/2025 27/09/2025	11:00 a 15:00 10:00 a 14:00 hrs	
Powerlifting	13/09/2025, 14/09/2025	18:00 a 20:00 hrs	
Campeonato Estatal de Sóftbol	26/09/2025 28/09/2025	9:00 a 13:00 hrs	Unidades deportivas

OCTUBRE

EVENTO	FECHA	HORA	LUGAR
Expo Deporte	03/10/2025 04/10/2025	8:00 a 18:00 hrs	Centro Deportivo Tricentenario
Medio Maratón 21K MEXBET	05/10/2025	8:00 hrs	Ciudad Deportiva
Voleibol URN	23/10/2025, 24/10/2025	10:00 a 15:00 hrs	Centro Deportivo Tricentenario
Copa Norte XVII Campeonato Municipal de Porristas	25/10/2025	8:00 a 17:00 hrs	Centro Deportivo Tricentenario



102 Medallas

de atletas del Municipio de Chihuahua

192 medallas de la Delegación Estatal

9° Lugar en el Medallero Nacional

**¡Nuestros referentes
para una mejor sociedad!**



¡SE FUERON RECIO!

CULMINA CHIHUAHUA EN EL TOP 10 DE LA OLIMPIADA NACIONAL CONADE 2025.
HISTÓRICA COSECHA DE MEDALLAS CON 192 PRESEAS.



Bajo el lema de ¡Vámonos recio Chihuahua!, la delegación de deportistas y entrenadores culminó su participación en la Olimpiada Nacional CONADE 2025, con una histórica participación al conseguir el 9° lugar nacional y la cosecha de 64 medallas de oro, 54 de plata y 74 preseas de bronce para un total de 192 medallas.

La Olimpiada Nacional se ha celebrado anualmente desde 1996 como un evento deportivo multidisciplinario para jóvenes atletas mexicanos, en dónde participan las 32 entidades federativas del país, así como representantes en algunas disciplinas deportivas de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), Instituto Politécnico Nacional (IPN), Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y del Instituto de Mexicanos en el Extranjero (IME).

En la edición 2025, la delegación Chihuahua estuvo integrada por 800 atletas, 138 entrenadores y auxiliares, 5 fisiatras, 20 jueces, así como 36 delegados y 34 participantes en oficiales y jefaturas de misión.

Las sedes fueron Tlaxcala, Colima, Puebla, Jalisco y Yucatán del 15 de mayo al 25 de julio y Chihuahua tuvo participación en 34 disciplinas deportivas, de las cuales obtuvo medallas en 25.

Además, el estado de Chihuahua figuró en el pódium con los trofeos por obtención de medallas en deportes como ráquetbol, béisbol, *handball*, rodeo y ajedrez en dónde lograron el primer lugar nacional, mientras que, en béisbol 5, básquetbol y voleibol de sala se ubicaron en el segundo lugar general.

“La cosecha de medallas no se detuvo para nuestro Chihuahua, fue su pasión, ímpetu y su trabajo lo que se vio reflejado en cada competencia, ustedes atletas y entrenadores engrandecen al estado, estamos muy orgullosos de todos y les deseamos que sigan adelante”, indicó Tania Teporaca Romero del Hierro, directora del Instituto Chihuahuense del Deporte y Cultura Física.

Como antecedente, en el 2022 Chihuahua terminó en el lugar 24 (17 oros, 31 platas, 61 bronce), en 2023 subió al lugar 16 con un total de 151 preseas (38 de oro, 46 de plata y 67 de bronce), para el 2024 la delegación se ubicó en el lugar 11 con un total de 168 medallas, siendo 38 de oro, 46 de plata y 67 de bronce.

POR: ICHD

MEDALLAS 2025

	ORO	PLATA	BRONCE
Atletismo	11	10	9
Ráquetbol	11	9	6
Rodeo	8	4	3
Taekwondo	7	3	10
Ajedrez	6	1	4
Tiro con arco	5	0	6
Boxeo	2	2	2
Natación	4	4	8
Ciclismo	4	4	6
Handball	2	0	1
Luchas asociadas	1	1	2
Voleibol de sala	1	1	0
Básquetbol	1	1	0
Béisbol	1	0	0
Lev. Pesas	0	4	2
Béisbol 5	0	2	0
Gimnasia trampolín	0	2	1
Triatlón	0	2	0
Breaking	0	1	2
Boliche	0	1	2
Tenis de mesa	0	1	0
Voleibol de playa	0	1	0
Judo	0	0	7
Karate	0	0	1
Charrería	0	0	1

TOTAL 64 54 74

*192 medallas en la edición 2025





EL PODER FEMENIL SE EXPANDE EN EL MMA:

WENDY LARA BARRAZA, BICAMPEONA MUNDIAL

POR: VÍCTOR DOMÍNGUEZ HANSON

Hablar de Wendy Lara Barraza es hablar de la nueva historia. Con apenas 14 años, esta joven chihuahuense ya ha dejado una huella imborrable en el mundo de las Artes Marciales Mixtas (MMA), al consagrarse como bicampeona mundial juvenil, tras ganar por segundo año consecutivo la medalla de oro en la categoría 57 kg, en el Campeonato Mundial celebrado en Abu Dhabi, Emiratos Árabes Unidos.

En 2024, nos tomaba por sorpresa la noticia de que una adolescente mexicana de tan solo 13 años viajó miles de kilómetros para medirse ante las mejores exponentes de este deporte a nivel mundial, y Wendy no solo representaba a México, sino que se coronaba campeona mundial en su primera participación.

A doce meses de distancia, su nombre resuena con más fuerza, no sólo a nivel local sino también a nivel nacional, viéndola en otros estados como la rival a vencer gracias a su histórico triunfo.

Previo a su regreso al mundial 2025 en Abu Dhabi, Wendy se colgó el oro en la Olimpiada Nacional pero ahora en la disciplina de Luchas Asociadas, una base fundamental del MMA que domina con solidez.

Tuvimos la oportunidad de hablar con Wendy antes y después del campeonato mundial, y nos encontramos con dos facetas distintas: una con la aspiración y los nervios, y otra



llena de una desbordante emoción tras lograr nuevamente la hazaña histórica.

Cuando se le preguntó cómo se sintió al convertirse otra vez en campeona, su rostro se iluminó: *"Se siente una liberación, una emoción muy grande, porque sabes que ya se terminó, que tú eres la ganadora final de todas las peleas en esa categoría, que ahora eres la bicampeona mundial. Me sentí muy feliz, porque todas las porras de la selección me gritaban, y sabía que en mi casa me estaban esperando y que se volvería a escuchar el himno nacional"*.

Wendy es consciente de la magnitud de este logro, aunque mantiene los pies en la tierra. Reconoce que lo conseguido en 2024 fue importante, pero lo de este año es histórico: *"Es muchísimo más grande que cuando el año pasado me decían campeona. Se sentía bien, claro, pero ahora que me dicen bicampeona, es un logro histórico, porque nadie lo había conseguido antes, ni mujeres ni hombres en México"*.

Éste es un punto clave en la historia que se está escribiendo en el MMA femenino en México, un deporte que durante mucho tiempo estuvo dominado por la rama varonil. Sin embargo, con peleadoras como Wendy y Samantha Martínez –quien debutó y logró el título de subcampeona mundial 2025 en la categoría juvenil D+48 kg–, las mujeres están ganando protagonismo y alzando la voz tanto en el ámbito nacional como internacional del MMA.



"Era un deporte considerado solo para hombres, no se veía destacar a mujeres. Pero la primera campeona fue una mujer, y poco a poco se fueron abriendo las puertas para estas categorías."

Es impresionante verlo, porque cada vez hay más mujeres inscritas, y se nota cómo el poder femenino se expande y el nivel de competencia sigue creciendo", comenta Wendy.

La preparación para quien hace un par de años comenzó su carrera deportiva por seguir a su hermano al gimnasio, ahora es cada vez más fuerte: *"Yo me veía ganando la medalla de oro otra vez porque me preparé como nunca, ni el año pasado me preparé tanto, fue un campamento de todo el año y sí es un sueño cumplido"*.



El 'efecto Wendy' se nota respecto a la cantidad de niñas que se suman al entrenamiento de MMA. Asimismo los logros de Samantha Martínez están motivando a nuevas generaciones y a sus familias a mirar este deporte con otros ojos.



Wendy Lara Barraza sigue siendo una adolescente amable y algo tímida, pero cada vez se muestra más abierta y centrada al conversar. Habla con madurez sobre sus metas y tiene claro que los objetivos se alcanzan paso a paso, a través del entrenamiento constante y las competencias que tiene por delante.

skate park FEST 2025

SKATEBOARDING Y 'ELECTRIC NIGHT'

POR: SEBASTIÁN SALAYANDÍA ZERECERO

Este mes de noviembre, Chihuahua capital será el epicentro del festival más vibrante de cultura urbana de México: el *SkateparkFest 2025*, un evento que combina deporte, arte y música para celebrar la cultura urbana como nunca. Tras el éxito de su primera edición, esta segunda edición se perfila como una celebración monumental que eleva el estándar de los festivales comunitarios y multidisciplinarios en el país.

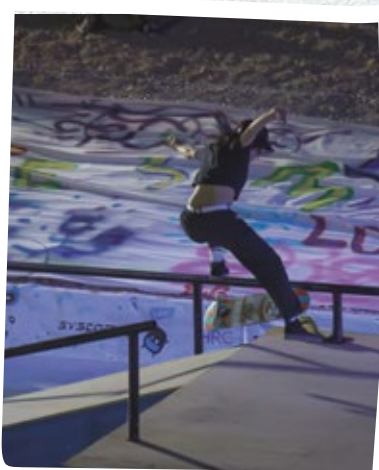
El festival está dividido en tres grandes bloques: el Abierto Internacional de *Skateboarding*, la exposición *XPOURBANA* y 'Electric night' un concierto de música electrónica. *SkateparkFest 2025* promete ser una experiencia completa y transformadora.

ABIERTO INTERNACIONAL DE SKATEBOARDING

En el corazón del festival se encuentra el Abierto Internacional de *Skateboarding*, un evento con nivel profesional que contará con jueces certificados, una pista de concreto con estándares olímpicos y una bolsa de premiación superior a los \$ 100 000 pesos, además de una beca anual de \$ 240 000 pesos para apoyar el desarrollo de dos jóvenes promesas del *skateboarding*, este premio se lo llevará la ganadora y el ganador de la categoría juvenil pro.

Entre los jueces confirmados destacan Guli Limón, David 'Paletón' Herrera, Luis Márquez, Alexa García y Jenny Muñoz, quienes cuentan con trayectorias nacionales e internacionales, garantizando evaluaciones justas y profesionales.





Este año, el Abierto Internacional de *Skateboarding* reunirá a jóvenes *skaters* de entre 9 y 17 años provenientes de distintos países de Latinoamérica como Argentina, Chile, Paraguay, Uruguay, Brasil, Guatemala, entre otros. Entre ellos destaca Oscar Vieyra, una promesa mexicana del *skateboarding*, que representa el talento emergente nacional.

XPOURBANA: DONDE EL ARTE TOMA LA CALLE

El arte urbano y el emprendimiento local tendrán un papel protagonista en el festival gracias a *XPOURBANA*, una iniciativa dirigida por Catherine Bejarano. Este espacio está dedicado a visibilizar y fortalecer a emprendedores y expositores locales, conectándolos directamente con la ciudadanía y con los visitantes del festival. Con más de 100 participantes entre artistas, artesanos, marcas emergentes y colectivos culturales, la *XPOURBANA* será un punto de encuentro para el talento creativo, la innovación social y la transformación del espacio a través del arte y el comercio.

Además, *XPOURBANA* incluirá dos experiencias destacadas: la *Open Art Gallery*, una galería urbana creada a lo largo del año en activaciones mensuales, y *XPODESTILADOS*, un espacio exclusivo para mayores de edad que podrán degustar destilados del norte de México acompañados de propuestas gastronómicas locales.

'ELECTRIC NIGHT' CONCIERTO DE MÚSICA ELECTRÓNICA

Por las noches, el *SkateparkFest* se transformará en un escenario inolvidable con su concierto de música electrónica, donde Djs y artistas seleccionados a través de la plataforma BizBat

tomarán el control de las tornamesas. La convocatoria es nacional y está abierta, ofrece una oportunidad única para formar parte del *lineup* oficial y compartir escenario con talento como Mariana Boo y Tom & Collins.

Este concierto se llevará a cabo viernes y sábado de 7 p.m. a 2 a.m., convirtiendo el Parque Metropolitano Tres Presas en un epicentro de ritmo, luces y conexión. Una verdadera fiesta sonora para todos los públicos.

Detrás del *SkateparkFest* se encuentra *Mains-tage*, empresa productora dirigida por Brenda Salayandía, junto con Gabriel Salayandía como director general y Sebastián Salayandía como director operativo. Su visión compartida es construir un festival que forme comunidad, fomente valores y genere oportunidades reales para jóvenes, emprendedores, artistas y deportistas.

El festival busca dejar un legado duradero en la ciudad, promoviendo el uso de espacios públicos para la recreación, la cultura y el desarrollo humano, es un movimiento urbano, artístico y social que apuesta por la juventud, la diversidad y la pasión. Este año, la comunidad tiene una cita con la historia. Porque el futuro del *skate*, del arte y de la música está aquí.

#SkateparkFest2025 Vive la experiencia, forma parte del movimiento.

DATOS DESTACADOS

Fecha: 28, 29 y 30 de noviembre.

Hora: Parque Metropolitano Tres Presas.

Viernes 28 y sábado 29 de noviembre concierto 'Electric night'.

LA COMUNICACIÓN ASERTIVA PARA DIGNIFICAR AL DEPORTISTA

POR: EVA AYALA

En el mundo del deporte, contar buenas historias no solo es una herramienta para informar, sino un acto de responsabilidad social que puede detonar carreras y elevar la autoestima de los atletas. Así lo plantea Antonio Rosique, reconocido comunicador deportivo, quien destaca la importancia de una comunicación asertiva y de calidad que dignifique a los deportistas y sirva para inspirar a nuevas generaciones.

Para Rosique, el deporte es mucho más que competencia y medallas, es una política pública y una herramienta para la salud y el bienestar social. *"Es muy difícil que alguien practique deporte si no tiene un ejemplo que seguir"*, señala. Por eso, el papel de los comunicadores es vital para contar historias que motiven a las personas a acercarse al deporte desde sus comunidades, gimnasios o centros deportivos municipales. El comunicador se convierte así en un puente entre la sociedad y el deporte, cerrando un círculo virtuoso que fomenta valores positivos y bienestar social.

La comunicación debe comenzar desde la base, desde la formación de los jóvenes atletas. *"No se trata de convertir en estrellas a niños que no están preparados, pero sí de contar sus historias de esfuerzo para inspirar a otros"*, explica. Además, recalca que contar bien la historia de un deportista a lo largo del tiempo, incluso si al principio no se hizo correctamente, puede cambiar radicalmente la percepción y apoyar la carrera de ese atleta.

Las y los entrenadores también deben ser parte de esta comunicación asertiva, no solo con técnicas y ejercicios, sino inspirando a sus atletas a través del 'storytelling' o narración de historias. Rosique menciona ejemplos de Estados Unidos, donde en cada gimnasio o centro deportivo se recuerdan los récords y logros de quienes han pasado por ahí, generando una motivación palpable. *"Si un entrenador es buen contador de historias, podrá inspirar a su atleta con ejemplos reales y metas claras"*, añade.



A man with dark hair and glasses is speaking into a microphone. He is wearing a dark jacket over a black shirt. The background is blurred, showing other people and what appears to be an outdoor event. The image has a blue and purple color overlay.

Además, reconoce que el periodismo deportivo es una industria en crecimiento y una plataforma clave para el desarrollo social. Cada vez hay más oportunidades y espacios para contar historias auténticas que destaquen los valores y procesos de los deportistas, no solo sus triunfos inmediatos. Esto implica también un compromiso ético con la rendición de cuentas, la crítica constructiva y el reconocimiento de los ejemplos más deseables.

El comunicador también destaca el avance en la inclusión femenina dentro del periodismo deportivo, un campo que históricamente fue dominado por hombres, pero que ha evolucionado culturalmente hacia una mayor equidad y diversidad, reflejando además el crecimiento del deporte femenino.

Finalmente, durante su reciente visita a Chihuahua en el marco de la III Cumbre de Ciudades Latinoamericanas para el Deporte y el Desarrollo, Rosique destacó el trabajo que se realiza en distintas regiones para fomentar el deporte de acuerdo con sus recursos y condiciones locales. Subrayó la creatividad que estos esfuerzos requieren por parte de las ciudades y reconoció a Chihuahua capital como un referente a nivel nacional, tanto por la proyección de sus eventos deportivos como por el potencial de sus atletas.

El periodismo deportivo implica una gran responsabilidad: contar buenas historias que dignifiquen al deportista, inspiren a la sociedad y generen bienestar colectivo. Los comunicadores y entrenadores tienen en sus manos la tarea fundamental de ser narradores asertivos que potencien el talento y fortalezcan la identidad deportiva desde la base, porque detrás de cada triunfo y derrota hay una historia de vida que merece ser contada con respeto, rigor y pasión.



Chihuahua
Capital de Trabajo
y Resultados
Gobierno Municipal 2024-2027

CENTROS DEPORTIVOS MUNICIPALES

 **CENTRO
DEPORTIVO
NORTE**

 **CENTRO
DEPORTIVO
NIÑO
ESPINO**

C. Guadalupe Juárez s/n
col. Pedro Domínguez
Mayores informes:
072 ext. 5550

C. Velázquez de León #5503
col. Las Granjas
Mayores informes:
614 421 47 96

 **CENTRO
DEPORTIVO
TRICENARIO**

 **CENTRO
DEPORTIVO
SUR**

Av. Homero #330
Complejo
Industrial Chihuahua
Mayores informes:
072 ext. 2521

C. 54 y De los Laureles
#8616 Col. Vistas Cerro Grande
Mayores informes:
072 ext. 2517 y 2542

Consulta horarios y costos en:
www.imcfdchihuahua.com

Síguenos en
 **/IMCFD**



SUPERA CIFRAS EL TORNEO

BOX DE BARRIOS

2025

DE MI COLONIA AL CUADRILÁTERO 17



La fuerza femenina se hace presente, se inscriben más de 100 mujeres.

Una de las competencias deportivas con mayor tradición en Chihuahua capital, es el Torneo Box de Barrios, que este 2025 rompió récord de participación con 585 deportistas inscritos, procedentes de 60 espacios deportivos como clubes, escuelas, gimnasios y universidades, entre otros, que ven en esta competencia el escaparate perfecto para impulsar a nuevos talentos.

La edición 2025 del torneo superó no solo la cifra de participación de atletas y espacios deportivos, sino también el número de combates durante los ocho sábados consecutivos (pues alcanzó las 435 peleas), destacando la participación femenina, ya que este año 103 boxeadoras fueron parte de las contiendas, 20 atletas más que el año anterior.

Organizado por el Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte, el Torneo Box de Barrios cuenta con más de tres décadas de tradición, en él han participado importantes atletas que hoy destacan a nivel nacional, de ahí que clubes y escuelas de otros municipios como Cuauhtémoc,

Aldama, Ojinaga, Aquiles Serdán y Ciudad Juárez, entre otros, busquen espacio para foguear a sus boxeadores con los deportistas capitalinos.

En Chihuahua participan gimnasios de gran tradición, como el Díaz Ordaz, a cargo de Jaime Macías; Ávalos con alumnos del 'Picos' Montes; el gimnasio del 'Chico' Castillo; el del exolímpico Cristián Bejarano; y la Dinastía Ontiveros, pero además se suman las escuelas de los Centros Deportivos Municipales Norte y Sur, CEDEFAM, universidades como La Salle y la UACH y decenas de gimnasios públicos y particulares.

Cabe destacar que Box de Barrios es un evento 100 % familiar, la muestra es que sábado a sábado se cuenta con una asistencia de más de 500 chihuahuenses, en su mayoría familias que acuden a apoyar a sus hijos, hijas o familiares que debutan en el ring. Esta cifra de asistencia se magnifica en la gran final para la cual se monta un ring en el corazón del centro histórico, en donde se llevan a cabo las 130 peleas de las finales y se premia a los campeones de cada categoría.

POR: EDITORIAL ZONA D

TORNEO DE BARRIOS • EN CIFRAS •

Participantes	585
Hombres	482
Mujeres	103
Novatos	406
Espacios participantes	60
Sábados de peleas	8
Combates	435
Finalistas	130



AQUÍ ES DONDE NACEN LAS LEYENDAS DEL FUTBOL

EN EL NORTE DEL FUTBOL SE VIVE CON PASIÓN
Y EL ESFUERZO SE FORJA BAJO EL SOL.



Copa
**CHIHUAHUA
CIMARRÓN**

El norte del futbol

Del 14 al 17
de noviembre **2025**

TORNEO DE FÚTBOL 7. CATEGORÍAS 2012/2014/2016

60 equipos
+800 jóvenes
+150 partidos

\$80,000 MX
en premios

EN EL NORTE DEL FUTBOL, LA CIMA ES PARA LOS VALIENTES.

INSCRÍBETE ANTES
DEL 30 DE SEPTIEMBRE
Y APROVECHA EXCLUSIVOS
DESCUENTOS
CONTACTO: (614) 454-8979

SÍGUENOS EN NUESTRAS REDES:

CopaChihuahua
CopaChihuahuaCimarron





FIRMAN CONVENIO DE COLABORACIÓN INDEX Y GOBIERNO MUNICIPAL DE CHIHUAHUA

POR: EDITORIAL ZONA D

Con el objetivo de sentar las bases y definir los mecanismos de colaboración entre el gobierno municipal, a través del Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte (IMCFD) e INDEX Chihuahua, en julio de 2025 se firmó un histórico convenio de colaboración. Este acuerdo busca promover la activación física y la práctica del deporte entre las personas trabajadoras de la industria maquiladora y manufacturera, así como entre sus familias.

La asociación INDEX cuenta con más de 92 empresas asociadas y 25 empresas afiliadas, lo que representa el 70 % de las plantas ubicadas en la ciudad de Chihuahua y el 85 % del empleo generado por el sector manufacturero de exportación. Su misión es representar los intereses de la industria, fortaleciendo el vínculo con la sociedad y las autoridades.

Por su parte, el IMCFD tiene por objetivo planear, promover, desarrollar, vigilar, fomentar y estimular la práctica y enseñanza en el deporte y cultura física de la población en general en el municipio de Chihuahua, así como apoyar el desarrollo deportivo a través de los comités municipales y el fomento

de prácticas para incrementar la cultura física de Chihuahua capital.

Bajo estos antecedentes es que ambos organismos acordaron coordinar esfuerzos para la organización de actividades y eventos deportivos, así como la prestación y el uso de instalaciones deportivas municipales, siempre bajo el compromiso de ser respetuosos de las reglas y los valores del gobierno municipal y colaborar en el mejoramiento y rehabilitación de las instalaciones deportivas.

Mirna de las Casas, directora de INDEX comentó: *"Lo que hoy firmamos es más que un convenio de colaboración, es una alianza estratégica a favor del bienestar de quienes todos los días mueven a nuestra industria"*, y a nombre de INDEX y sus asociados se comprometió a respetar los espacios y promover el deporte entre sus socios y agremiados.

Por su parte el alcalde Marco Bonilla selló el convenio diciendo: *"Sí se puede trabajar y hacer deporte; sí se puede ser productivo y al mismo tiempo mantener una vida saludable. Y, por supuesto, sí se puede construir una mejor ciudad a través del deporte"*.



BELÉN

JIMENA VELÁZQUEZ GONZÁLEZ

SELECCIONADA NACIONAL DE BASKETBOL CATEGORÍA U16

En esta edición presentamos una entrevista con Belén Jimena Velázquez González, una joven chihuahuense que ha comenzado a destacar a nivel nacional en el mundo del deporte. Con tan solo 15 años, Jimena ya forma parte de la Selección Nacional de Básquetbol en la categoría U16, un logro que refleja no solo su talento, sino también

su disciplina y dedicación. En esta entrevista, Jimena nos comparte cómo fueron sus primeros pasos en el básquetbol, su experiencia representando a México en el Centrobasket FIBA U15, y lo que ha significado para ella vestir los colores del país.

Desde temprana edad, Jimena encontró en el deporte no solo una actividad recreativa, sino un espacio

para descubrir sus fortalezas: *"Comencé a jugar básquetbol a los seis años, principalmente motivada por mis padres, quienes me inscribieron en una academia y fue ahí donde comenzó mi gran aventura en este deporte".*

Al hablar sobre las motivaciones que la han impulsado para continuar en la práctica del básquetbol, nos mencionó: *"Conforme crecí empecé a soñar con jugar un día con la selección mexicana y después con algún equipo de ligas mayores en Estados Unidos, así que empecé a trabajar muy duro y con mucha disciplina para alcanzar ambos sueños; sin embargo, pienso que mi familia siempre ha sido mi mayor motivación".*

Comenzó a notar que su esfuerzo y dedicación estaban dando frutos cuando, al finalizar los partidos, recibía comentarios positivos no solo de su entrenador, sino de los equipos rivales. Esos halagos, que resaltaban su habilidad en la cancha, la hicieron darse cuenta de que tenía un talento especial para el básquetbol.

Una influencia clave en su preparación han

sido sus padres, quienes no solo la han acompañado emocionalmente, sino que también han sido parte activa de su formación deportiva al fungir como sus entrenadores: *"Actualmente, mis padres son quienes dirigen mi preparación deportiva. Mi papá, además de ser mi entrenador personal, ha sido una pieza clave en mi formación dentro del básquetbol. Estoy profundamente agradecida por su apoyo incondicional y por todo lo que me ha enseñado a lo largo del camino. Siempre ha estado ahí para motivarme y exigirme lo mejor, empujándome a alcanzar mi máximo potencial".*

Uno de los momentos más significativos en la joven carrera de Jimena fue su participación en el Centrobasket FIBA U15, torneo en el que representó a México por primera vez en 2024: *"Fue una experiencia increíble, me sentí muy orgullosa por estar ahí y vestir por primera vez el uniforme de un selectivo nacional. Al principio no me la creía, pero gracias a nuestro desempeño fuimos las campeonas del torneo y yo quedé en el cuarto ideal, además fui la MVP de la final".*

Gracias a su destacado desempeño con la selección U15, Jimena fue convocada para integrar la Selección Nacional U16 de México, consolidándose como una de las jugadoras con mayor proyección en su categoría: *"El proceso de selección fue muy emocionante, éramos 18 las convocadas y eliminaron a seis, así que cuando nombraron a la última eliminada me di cuenta de que*

había quedado en el equipo y me emocioné mucho, estaba muy orgullosa de mí y de lo que he logrado".

En junio de este año Jimena participó con la selección en la AmeriCup Femenina FIBA Sub-16, donde obtuvieron la medalla de bronce y ganaron su pase a la Copa Mundial de Baloncesto Femenil FIBA Sub-17 2026, que se celebrará en República Checa.

"Los entrenamientos con la selección son muy duros, actualmente me preparo individualmente, todos los días me ejercito hora y media en el gimnasio, corro en la deportiva y entreno dos horas; y ya cuando estoy con la selección entrenamos dos veces al día, dos horas por la mañana y dos por la tarde, pero lo disfruto mucho porque me llevo muy bien con todas mis compañeras".

Sobre sus fortalezas con la selección, mencionó: *"Soy una jugadora muy veloz, considero que soy muy buena defendiendo y que ataco con muchos recursos al aro".*

"ME SENTÍ MUY ORGULLOSA POR VESTIR POR PRIMERA VEZ EL UNIFORME DE UN SELECTIVO NACIONAL... GRACIAS A NUESTRO DESEMPEÑO FUIMOS LAS CAMPEONAS... ADEMÁS FUI LA MVP DE LA FINAL"

Aunque su carrera como basquetbolista avanza con paso firme, Jimena no ha descuidado sus estudios en el

Colegio de Bachilleres, donde ha contado con el valioso respaldo de sus maestros y compañeros: *"La escuela es mi prioridad, así que primero son mis estudios y después el básquetbol. Yo creo que lo he hecho bien, porque este semestre terminé con un promedio de 9.9. Tuve que irme al AmeriCup una semana antes de que finalizaran los cursos, pero mis maestros me han apoyado mucho, así que me permitieron adelantar mis exámenes y la entrega de trabajos, por lo que estoy muy agradecida con ellos y mis compañeros por estar siempre al pendiente de mí".*

En enero de 2024, Jimena fue condecorada con el Teporaca de bronce, un momento muy especial en su vida: *"Ganar el Teporaca representó un gran orgullo para mí, porque mi abuelo y mi tío también fueron reconocidos con este premio, el más importante para los deportistas en Chihuahua. Fue un momento inolvidable", expresó.*

Respecto a sus metas a largo plazo nos comentó: *"Me gustaría llegar a la división 1 de la NCAA en Estados Unidos y llegar a jugar en con el Liberty de la WNBA".*

Finalmente, aprovechó el espacio para compartir un mensaje dirigido a todas las niñas que sueñan con convertirse en grandes basquetbolistas: *"Luchen por sus sueños, sean disciplinadas y esfuércense al máximo por alcanzar lo que desean".*



MUJERES QUE LIDERAN LA TRANSFORMACIÓN GLOBAL A TRAVÉS DEL DEPORTE

POR: YOLANDA SOSA ORTIZ

- Presidenta de Fundación Sin Fronteras Pro Mujer y Deporte
- Embajadora de Equidad, Salud Mental y Prevención de Violencias en el Deporte
- Lideresa de W by ACES

Vivimos un momento histórico. El liderazgo femenino en el deporte es una fuerza activa, reconocida y transformadora. Sin embargo, aún existen brechas estructurales, sesgos de género, y desafíos en torno al acceso equitativo, la salud mental, la inclusión y la seguridad de mujeres y niñas en el ámbito deportivo. Frente a ello, nace *W by ACES*, una plataforma global que tiene una convicción profunda: las mujeres también participan en el deporte; lo reinventan, lo cuidan y lo llevan más lejos.

Como mujer pionera en el taekwondo, consultora internacional en salud mental y prevención de violencia en el deporte, y presidenta de Fundación Sin Fronteras, he caminado este trayecto con muchas otras mujeres. Por eso, cuando la red internacional de ciudades ACES, a través de sus líderes Gonzalo Cuesta, presidente de ACES América, y Hugo Alonso, secretario general de ACES Europa, me invitó a diseñar una iniciativa global con perspectiva de género, lo sentí como una oportunidad ineludible.



Este proceso de co-creación lo iniciamos junto con la valiosa colaboración de Adriana Pares, delegada de ACES América, con quien comenzamos a dar forma a esta estrategia que hoy toma fuerza a nivel internacional.

¿QUÉ ES W BY ACES?

Es una iniciativa global de liderazgo femenino en el deporte, desarrollada en el corazón de la red ACES América y Europa, con el respaldo de ciudades comprometidas con el desarrollo sostenible, la inclusión y la equidad. Su nombre, "W", simboliza el poder de las mujeres (*women*), y otras palabras clave que definen nuestra acción: *wellbeing, wisdom, world, worth, y will*.

W by ACES propone una estrategia de acción escalable, desde lo local hasta lo internacional, para identificar, formar, visibilizar y articular a mujeres líderes del deporte en diferentes niveles: atletas, entrenadoras, gestoras, tomadoras de decisión, comunicadoras, académicas y defensoras comunitarias.

ESTA INICIATIVA SE SOSTIENE SOBRE CUATRO PILARES ESTRATÉGICOS:

1.- Salud mental y autocuidado colectivo

Porque las mujeres en el deporte también enfrentamos cargas invisibles, dobles y triples jornadas, presiones estéticas, exigencias emocionales y contextos violentos. Necesitamos espacios seguros para sanar, regular, sostenernos y reconectarnos.

2.- Equidad, inclusión y participación paritaria

No se trata solo de ocupar espacios, sino de transformar estructuras. Desde la representación hasta la toma de decisiones, *W by ACES* impulsa políticas públicas, alianzas institucionales y acciones afirmativas que garanticen igualdad de condiciones para todas.

3.- Prevención de violencias y construcción de entornos seguros

W by ACES es una voz fuerte contra el acoso, el abuso, el hostigamiento y la discriminación en el deporte. Proponemos protocolos, herramientas y formación con perspectiva de género, interseccionalidad y enfoque en derechos humanos.

4.- Mentoría, formación y redes de sororidad

Sabemos que el talento femenino existe, pero muchas veces se silencia, se subutiliza o se desmotiva. Por eso creamos redes vivas entre mujeres líderes, formadoras y aliadas, para acompañar procesos, compartir saberes y amplificar logros.

ACCIONES CONCRETAS, IMPACTOS REALES:

- ★ Diagnóstico regional participativo con más de 250 mujeres líderes del deporte en América y Europa.
- ★ Círculos de cuidado y salud mental en ciudades ACES que han priorizado la agenda de bienestar psicosocial para mujeres deportistas.
- ★ Talleres de formación y sensibilización en prevención de violencia de género para comités olímpicos, federaciones, ligas y gobiernos locales.
- ★ Encuentros internacionales de mujeres líderes en el deporte, con espacios de mentoría intergeneracional, intercambio de buenas prácticas y liderazgo transformacional.
- ★ Campañas de visibilización con historias de vida que rompen estereotipos y muestran el poder femenino desde la resiliencia, la inteligencia colectiva y la acción comunitaria.

Todo esto ha sido posible gracias a la colaboración con gobiernos, universidades, fundaciones, organismos deportivos, y sobre todo, gracias a las mujeres que se han sumado con corazón, fuerza y visión.

Las ciudades juegan un papel clave en esta transformación. En la red de ACES, varias de ellas han comenzado a implementar la agenda de *W by ACES* como parte de sus planes de desarrollo local. Algunas han creado oficinas de equidad en el deporte, otras han institucionalizado protocolos de prevención de violencia, y muchas han formado comités de mujeres lideresas que participan activamente en la toma de decisiones.

Nuestra visión es un liderazgo que incluye con visión amplia, que transforma, queremos sumar y enriquecer promoviendo un liderazgo colaborativo, sensible, ético y radicalmente humano.

W by ACES se proyecta como una estrategia de largo plazo, capaz de impactar en políticas públicas, modelos de formación, agendas municipales y regionales, e incluso en los marcos internacionales sobre deporte, equidad y derechos humanos.

Estamos diseñando una acreditación internacional de ciudades, con criterios claros de avance en temas de salud mental, inclusión, prevención de violencias y participación femenina en el deporte.



Avanzamos en la generación de datos e investigación aplicada, para documentar y visibilizar los impactos de nuestras acciones, y brindar evidencia para futuras políticas públicas con perspectiva de género.

W by ACES es mucho más que una plataforma. Es una declaración de principios, un espacio de resistencia y posibilidad, es la certeza de que las mujeres estamos decididas a liderar con autonomía y transformar.

Hoy lo decimos con fuerza, con ternura, con estrategia y con acción. Porque el deporte es también nuestro lugar, porque la salud mental es un derecho esencial, la sororidad es una herramienta política y el futuro que queremos empieza con una decisión colectiva: caminamos juntas, avanzando todas.





Chihuahua
Capital de Trabajo
y Resultados
Gobierno Municipal 2024-2027

¿BUSCAS EMPLEO?

ENCUÉNTRALO CON
CHAMBABOT

EL BUSCADOR DE EMPLEO
DEL GOBIERNO MUNICIPAL



**DESCUBRE NUEVAS
OPORTUNIDADES**

ES 100% **GRATIS, RÁPIDO** Y DESDE
CUALQUIER DISPOSITIVO

www.ideachihuahua.mpiochih.gob.mx/





EL SWING PERFECTO LOGRA LA HAZAÑA, GANA EL BOLETO PARA LA SERIE MUNDIAL EN PENSILVANIA DE WILLIAMSPORT

POR: NICOLÁS FLORES SÁENZ

Para los niños es un sueño, pero para los padres, una obsesión, frase acuñada por un periodista regiomontano que ha seguido de cerca el béisbol durante años, y que resume perfectamente lo vivido en la edición nacional 2025 de Williamsport en México, celebrada en julio. En este evento, el equipo chihuahuense *Swing Perfecto* sorprendió a todos y se coronó campeón al vencer 4-1 a Matamoros en la final disputada en Guaymas, Sonora. Así, Chihuahua se consagra como el nuevo campeón de la región México en la *Little League Williamsport*, asegurando su lugar en el prestigioso torneo mundial.

El torneo cambió de sede en dos ocasiones, lo que obligó a la delegación de Chihuahua a afrontar gastos que superaron los 100 mil pesos. A pesar de las adversidades, trabas y situaciones ajenas al béisbol, la motivación que despierta este tipo de competencias los impulsó a superar cada obstáculo y conquistar el título. Ahora, representarán a México en la Serie Mundial de Ligas Pequeñas.

La sede de las semifinales fue cambiada abruptamente a la ciudad de Saltillo y, ya con el torneo en marcha y con ventaja para Chihuahua en un juego clave, volvió a modificarse, esta vez hacia el estado de Sonora. Una travesía de más de 5 mil kilómetros que fue resuelta gracias al esfuerzo conjunto de padres de familia, cuerpo técnico, personas solidarias y, sobre todo, de los niños, quienes ahora representarán a México en

este evento de talla mundial, que se celebrará en agosto en Pensilvania, Estados Unidos.

Hoy, *Swing Perfecto* se convierte en el primer equipo en la historia de Chihuahua en conquistar este anhelado campeonato. Directivos y padres de familia están convencidos de que estos niños serán inspiración para muchos, ya sea en el rey de los deportes o en cualquier otra disciplina.

El mánager Esteban 'El Pingui' Gallardo comentó: *"Este torneo fue una verdadera travesía de principio a fin. A veces puede parecer una ventaja, pero también hay factores que juegan en contra. En un torneo largo, contar solo con diez niños complica mucho el manejo del pitcheo. Aun así, los niños se fajaron con enorme carácter y llegamos a las semifinales por méritos propios"*.

Llegó la final esperada y, con ella, el sueño de ambos equipos por llegar a Pensilvania. Matamoros tomó la delantera 1-0, pero el equipo de *Swing Perfecto* respondió con un *rally* de dos carreras para darle la vuelta al marcador. Posteriormente, sumaron dos más y sellaron una victoria de 4-1 en un gran encuentro. Con este triunfo, obtuvieron el derecho de representar a México en la Serie Mundial de Williamsport, el sueño máximo de quienes amamos el béisbol.

"Todo el camino sabíamos que Dios había actuado con nosotros y que sin duda él jugó con nosotros y que no había poder humano que nos venciera" declaró 'El Pingui' Gallardo.

ACTIVACIONES FÍSICAS PARA ADULTOS MAYORES

En Chihuahua capital desde principios de este 2025 se implementó a través del Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte (IMCFD) un programa de activación para adultos mayores, por medio del cual instructores físicos dependientes del IMCFD acuden a las diferentes colonias de la capital para trabajar al menos una vez por semana con grupos de 15 a 200 personas.

Según estadísticas de la Organización Mundial de la Salud (OMS) uno de cada cuatro adultos no realizan suficiente actividad física y se estima que, a nivel mundial, esto cuesta \$ 54 000 millones de dólares en atención sanitaria directa; además la actividad física regular es fundamental para prevenir y ayudar a manejar las cardiopatías, la diabetes de tipo 2 y el cáncer, así como para reducir los síntomas de la depresión y la ansiedad, disminuir el deterioro cognitivo, mejorar la memoria y potenciar la salud cerebral.



En el caso de los adultos de 65 años y más, se aconseja integrar a su vida diaria, actividades destinadas a reforzar el equilibrio y la coordinación, así como el fortalecimiento de los músculos para ayudar a prevenir las caídas y mejorar la salud.

En este sentido es que el IMCFD, ha diseñado el programa de activación en la ciudad logrando llegar a 16 colonias como la 20 aniversario, Alamedas, Cerro de la Cruz, Diego Lucero, Genaro Vázquez, el Palomar, Obrera, Ponce de León, Veteranos, Vida Digna, Satélite y Villa Nueva, entre otras; con grupos que van desde 15 personas hasta los 200 adultos mayores, haciendo un total de 951 chihuahuenses activados, 108 hombres y 843 mujeres.

Son los espacios públicos como los parques, centros comunitarios, unidades deportivas y otros los que generalmente se utilizan por las tardes para la realización de las dinámicas y actividades físicas, haciendo así más accesible el acceso y asistencia de las personas mayores e incluso sus familias que las y los impulsan a cuidar su salud.

POR: CARMEN ALICIA VELAZCO

"NOS HEMOS CONVERTIDO EN UNA FAMILIA"

POR: CARMEN ALICIA VELAZCO



Desde octubre de 2024 un grupo de vecinos, la mayoría de ellos adultos mayores, de la colonia Satélite en la ciudad de Chihuahua, comenzaron a reunirse con la intención de realizar activaciones físicas y dinámicas que les ayudaran a socializar y mejorar sus condiciones de salud. Primero fueron reuniones esporádicas y sesiones enfocadas en el ejercicio, pero con el tiempo se convirtieron en una de sus principales motivaciones, un tiempo de esparcimiento, de terapia grupal y quienes antes eran solo vecinos, hoy se han convertido en una gran familia, que se apoya en momentos de enfermedad, de tristezas pero también en las celebraciones.

La iniciativa fue impulsada por el Ingeniero Pedro Antonio Dueñas Lara, junto con la pareja conformada por Laura Salcido Gándara y David Silva García, ambos maestros jubilados. Ellos invitaron a sus vecinos y vecinas a conformar este grupo de activaciones físicas. A través del Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte (IMCFD), recibieron las primeras sesiones de activación y con el tiempo decidieron asumir el rol de instructores del grupo, por lo que comenzaron a capacitarse en actividades y ejercicios de rehabilitación enfocados en adultos mayores.

Irma Álvarez Lozoya, o Mima, como cariñosamente la llaman sus compañeros, es integrante activa del grupo y ejemplo de cómo el ejercicio contribuye a una mejor calidad de vida: *"Trabajé en gobierno del estado por más de 20 años como secretaria y me jubilé hace 10 años ya"*, comentó, mientras sus compañeras recordaron que a las primeras reuniones Mima llegaba apoyada en andador, después con un bastón y actualmente llega por su propio pie, siendo una de las más entusiastas en las sesiones de baile.

El caso de Mima no es el único, todas y todos los integrantes han notado cambios significativos en sus vidas, no solo en lo físico, en donde han mejorado su movilidad y coordinación, en lo personal hoy se sienten acompañados, valorados y queridos: *"Somos como una familia, nos apoyamos en enfermedades, en ventas y hasta cada mes nos vamos a desayunar para festejar a los cumpleaños"* comentan.

Hoy el grupo Satélite lo integran 18 personas de 60 años y más, todos ellos con diversas profesiones y actividades, hay amas de casa, maestros, ingenieros, enfermeras, doctoras y secretarías, la mayoría pensionados; se reúnen los días lunes, miércoles y viernes a las 7:10 p.m. en el parque de su colonia y reciben con entusiasmo a todas aquellas personas que quieran sumarse y ser parte de la familia Satélite.



Chihuahua
Capital de Trabajo
y Resultados
Gobierno Municipal 2024-2027



Tramita tu credencial del

REGISTRO MUNICIPAL DEL DEPORTE

Promotores, entrenadores, deportistas /////



Requisitos:



Menores de edad

- Una copia del acta de nacimiento del menor.
- Una copia de la Identificación oficial con fotografía del municipio de Chihuahua (INE o licencia de conducir) de alguno de los padres o tutor del menor.
- Comprobante de domicilio reciente (no mayor a tres meses de antigüedad).



Mayores de edad

- Una copia de la Identificación oficial con fotografía del municipio de Chihuahua (INE o licencia de conducir).
- Comprobante de domicilio reciente (no mayor a tres meses de antigüedad).

MÓDULOS DE ATENCIÓN:

Horario de atención
9:00 a.m. a 11:00 a.m.
4:00 p.m. a 6:00 p.m.

Canchas de Raquetbol de la etapa 3
Calle Monte Naranjo y calle Monte Perdido,
en la colonia Quintas Carolinas

POLIDEPORTIVO
Luis H. Álvarez

Horario de atención
9:00 a.m. a 3:00 p.m.

Av. Homero #330
Complejo Industrial Chihuahua

CENTRO
DEPORTIVO
TRICEN
TENARIO

Síguenos en
/IMCFD

IMCFD Instituto Municipal de
Cultura Física y Deporte

LAS CALLES SON NUESTRAS



21K CHIHUAHUA CAPITAL

Kilómetro a kilómetro, construimos comunidad y esperanza.

En el marco de "Chihuahua Capital Americana del Deporte 2025", el **21K Chihuahua Capital** se presenta como mucho más que una carrera: es una celebración del espíritu deportivo, de la transformación social y del poder de la solidaridad.

Cada edición ha reunido a más de mil corredores entre atletas élite, entusiastas del running y familias completas que hacen de esta experiencia un evento vibrante y lleno de vida. Con un recorrido que atraviesa las principales avenidas y espacios icónicos de la ciudad, esta carrera no solo promueve la activación física, sino que también celebra la identidad urbana, la inclusión y el orgullo de ser chihuahuense.

Este año, la causa se vuelve aún más significativa. El **21K Chihuahua Capital 2025** correrá con el corazón, destinando parte de sus recursos a apoyar a la **Asociación Darenka**, organización que brinda atención integral a niñas y niños con cáncer. Así, cada zancada se convierte en un gesto de amor, empatía y esperanza para quienes más lo necesitan.

El evento incluye también la **carrera Kids Runner**, actividades recreativas, una **Expo deportiva** y espectáculos para toda la familia, consolidando su impacto como una plataforma de salud, cultura y desarrollo social.

Gracias al esfuerzo conjunto de instituciones públicas, patrocinadores, ciudadanía y un comprometido equipo de voluntarios, esta carrera sigue creciendo año con año, reafirmando su propósito: **que el deporte una, inspire y transforme.**

Infórmate y regístrate:

 21kchihuahucapital.com
  @21KChihuahuaCapital





cambio xcambio

para comedores comunitarios

del DIF Municipal

¡Di Sí al redondeo!



Chihuahua
Capital de Trabajo
y Resultados


Municipal



cambio
xcambio



LA ONZA CREEL:

**UNA DE LAS CARRERAS MÁS
TÉCNICAS Y ESPECTACULARES
DEL PAÍS**

POR: CARMEN ALICIA VELAZCO

El ciclismo de montaña existe desde el siglo XIX. Debido a que pocas carreteras estaban pavimentadas, la mayoría de los primeros ciclistas circulaban por caminos o senderos de tierra. Los primeros registros de adaptación de bicicletas para uso todoterreno datan de 1896, cuando se creó el 25° Cuerpo de Infantería Ciclista en Estados Unidos, cuya misión fue realizar un largo recorrido de montaña de 41 días y 3057.7 kms entre Montana y Missouri.

Ya como deporte, el ciclismo de montaña surgió en la década de 1970 en el norte de California, gracias a un grupo de ciclistas que comenzó a modificar sus bicicletas para competir en descensos por terrenos montañosos con cambios de marcha, frenos más potentes y neumáticos más anchos, haciéndolas más adecuadas a todo tipo de terreno. Fue en 1980 cuando se desarrollaron bicicletas de montaña especializadas, marcando el inicio de la industria del ciclismo de montaña y para 1998 se convirtió en deporte olímpico.

Actualmente existen cientos de deportistas que ven el ciclismo de montaña como una forma de desarrollo personal, un reto físico y mental que mezcla adrenalina, constancia y amor por la naturaleza. En México existen numerosas competencias que, además de fomentar este deporte, impulsan el turismo y generan una importante derrama económica. Una de las más destacadas es la Carrera Onza Creel, la cual no solo ofrece paisajes espectaculares de la Sierra Tarahumara, sino que también cuenta con un clima excelente y un alto nivel de exigencia física y mental, lo que la convierte en una de las carreras más técnicas del país.

La competencia de la Carrera Onza se inició en 2018, teniendo como punto de partida el centro de la ciudad de Creel, municipio de Bocoyna, Chihuahua. El recorrido ofrece tres modalidades de 40, 80 y 120 kilómetros. Poco a poco, la carrera ha ganado popularidad por poner a prueba las habilidades de manejo, la destreza y la resistencia de los competidores.



Está diseñada para ciclistas de todos los niveles, desde amateurs que buscan grandes retos hasta élites que desean posicionarse como los mejores del país en la distancia de ultramaratón.

En 2025 se llevó a cabo la séptima edición con una participación de más de mil atletas de todo el país y de Estados Unidos, con una bolsa de más de 70 mil pesos en premios a los 10 primeros lugares de las ramas varonil y femenil y en categorías que van desde los 15 años, hasta más de 60 años.



ÚNICO ENTRENADOR MEXICANO EN REFRENDAR CON SELECCIÓN NACIONAL EN DOS CATEGORÍAS

La dedicación, la constancia y el compromiso con el desarrollo integral de sus atletas han sido los pilares en la trayectoria de Isaac Sahagún Rojas Padilla, entrenador de taekwondo, quien en este año fue convocado por segunda ocasión para formar parte del cuerpo técnico de la selección nacional mexicana, convirtiéndose en el primer entrenador mexicano en participar en dos mundiales consecutivos con dos categorías.

Su labor, iniciada en 2013 en Chihuahua, ha transformado no solo el panorama deportivo de la ciudad, sino también la vida de decenas de jóvenes atletas.

Isaac combina la teoría con la práctica, apostando por una formación integral. *"Creo que una de las bases para estar en selección nacional fue la preparación académica, pero también los resultados que hemos logrado"*, afirma. Con más de 26 años de experiencia en el alto rendimiento, ha formado medallistas de oro a nivel mundial, universitario y centroamericano.

Al llegar a la capital chihuahuense, Sahagún se integró a la Universidad Autónoma de Chihuahua, donde en 2014 impulsó la creación de escuelas de formación deportiva. En 2019, extendió su labor al abrir su propia academia, Black Belt Romanzza, en la que imparte clases a niños desde los cuatro años hasta adultos mayores. Actualmente, entre su escuela y la universidad, entrena a cerca de 90 atletas, de los cuales alrededor de 50 se encuentran en procesos de alta competencia.

Su enfoque va más allá de lo competitivo. Para él, el taekwondo es una herramienta formativa que inculca valores, disciplina y compromiso. *"La iniciación es 100 % formativa. Creamos un entorno donde los niños pueden crecer como personas y atletas"*, destaca. Sin embargo, también ha logrado proyectar a sus pupilos a escenarios internacionales. Casos como el de Daniela Martínez, quien comenzó desde cero y marcó la historia de los Juegos Parapanamericanos de Lima, al ser la



primera mexicana en lograr el campeonato en su categoría. También Luis Mario Álvarez, quien llegó con un avanzado entrenamiento y actualmente es campeón en la Olimpiada Nacional, quien fue convocado al Panamericano con la selección mexicana, como el caso de Dania Marissa Barragán.

Durante su gestión como presidente del Comité Municipal de Taekwondo, logró traer a Chihuahua dos importantes eventos nacionales: un selectivo de adultos clasificatorio para el mundial en 2021 y en 2024, el selectivo nacional juvenil y cadete varonil. Estos logros consolidaron a la ciudad como una plaza clave para el taekwondo nacional y reafirmaron su capacidad organizativa y técnica.

Su primera convocatoria a la selección nacional llegó tras una revisión de currículums a nivel nacional.



"Creo que entregamos el 200 %. Ayudamos a los muchachos con lo que sabemos y tratamos de dirigirlos de la mejor manera en los combates", recuerda con emoción. Su desempeño con la selección cadete rumbo al Panamericano fue tan destacado que este año repitió como entrenador de la selección juvenil, con concentraciones en el Centro Nacional de Alto Rendimiento.

Menciona que con los selectivos nacionales, como parte del cuerpo técnico de entrenadores le acompañan medallistas mundiales como Bryan Salazar, René Lizárraga, Óscar Villagran, Guillermo Pérez, y en Chihuahua su trabajo ha ido de la mano con Joely Ramírez, Karim Hernández, Irvin Salas, Carlos Castillo y Raúl Mata.

Isaac Sahagún no sólo entrena campeones, los forma desde sus raíces. Con su proyecto ha construi-

do un camino que une la formación en valores con la excelencia deportiva. Su visión de largo plazo, que incluye preparación técnica y estratégica, ha hecho del taekwondo en Chihuahua un semillero de talentos con proyección internacional.

Sus resultados en este año han sido importantes al conseguir que tres de sus atletas de selección nacional obtuvieran medallas en el pasado Campeonato Mundial en la categoría cadete; dos medallistas de Chihuahua capital en la Olimpiada Nacional y cinco más en la Universiada Nacional. Actualmente prepara el selectivo para Juegos Olímpicos de la Juventud 2026, con la expectativa de refrendar un nuevo llamado a dirigir la selección mexicana.

POR: EVA AYALA

MUSEO SEBASTIAN
CASA SIGLO XIX

Av. Juárez N° 601

Martes a domingo | 9:00 a.m - 6:00 p.m



VISITA LOS MUSEOS
de Chihuahua Capital

**CENTRO DE
DESARROLLO CULTURAL**

Av. Independencia N° 209

Martes a sábado | 10:00 a.m - 7:00 p.m

Domingo | 11:00 a.m - 3:00 p.m

BAILARINES CHIHUAHUENSES CONQUISTAN ESPAÑA

POR: ARNOLDO GAYTÁN

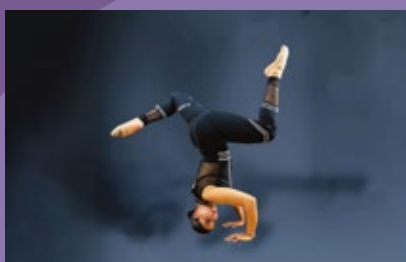
El trío de bailarines chihuahuenses Armando Arciniega, Kristel Valles y Paola Girón, integrantes de la Academia Golden Dance Studio Chihuahua, brilló en su primera competencia en el viejo continente al obtener una medalla de oro, tres de plata y una de bronce en el 'All Dance Intercontinental & Europa 2025', celebrado del 13 al 20 de julio en Tarragona, España.

El *All Dance Intercontinental & Europa 2025*, es el campeonato oficial que reúne a los mejores exponentes de este arte escénico procedentes de América, Europa y otras regiones del mundo. Este acontecimiento forma parte del circuito global *All Dance International*, la institución más influyente en la profesionalización y promoción de la danza a escala mundial, con presencia en los cinco continentes y con más de quince años de trayectoria.

Durante una semana, más de 1900 bailarines, procedentes de 92 academias y delegaciones de 17 países, han participado en una experiencia competitiva, formativa y cultural celebrada en el Palau Ferial y de Congresos de Tarragona. El evento contó con la presencia de países como Portugal, España, Finlandia, Alemania, Albania, Italia, Israel, Venezuela, Colombia, Argentina, Uruguay, Ecuador, Chile, Honduras, Panamá, México y Perú.

México estuvo dignamente representado por tres talentosos bailarines: Armando, Kristel y Paola, quienes presentaron rutinas en las modalidades de jazz, lírico y contemporáneo. Las coreografías estuvieron a cargo del director y coreógrafo de la academia Golden Dance Studio, Miguel Carrillo. "Estamos felices de compartir los increíbles resultados obtenidos en esta competencia", expresó el coach y coreógrafo.

Además, agregó: "Fue el año pasado, en un evento en Argentina, donde obtuvimos primeros, segundos y terceros lugares. Allí recibimos la invitación para esta competencia en España, muy cerca de Barcelona, y por primera vez salimos a Europa".





Chihuahua
Capital de Trabajo
y Resultados
Gobierno Municipal 2024-2027

REPORTA EN:



**Marca
el cambio**

PROGRAMA **DE BACHEO** EN TU COLONIA

El **Gobierno Municipal de Chihuahua**
te escucha y responde

Puedes reportar:

- **ALUMBRADO PÚBLICO**
- **BACHE** o falta de pavimento
- Mantenimiento de **PARQUES**
- Recolección de **BASURA**
- Falta de **VIGILANCIA** o zona insegura
- **BOTÓN DE PÁNICO georreferenciado**
• AMBULANCIA • URGENCIA MÉDICA • INCENDIO • ASALTO

Descárgala o actualízala:



DISPONIBLE EN
Google Play



Disponible en la
App Store



Marca el Cambio la aplicación en la que
puedes reportar en tiempo real.

CRISTALIZAR LOS SUEÑOS EN EL DEPORTE, UN PROCESO CON INSPIRACIÓN

Sin importar la disciplina, quienes aspiran a destacar en el deporte, alcanzar el máximo rendimiento y llegar a la cúspide deben recorrer un camino largo y lleno de retos. Este proceso exige ser conscientes del compromiso que implica.

La motivación es clave desde la infancia. Surge de distintas fuentes: ídolos deportivos, reconocimiento, sentido de pertenencia, participación en eventos nacionales o internacionales, y el deseo de 'ser alguien' en el deporte. Estas motivaciones forjan el carácter necesario para avanzar en cada etapa del desarrollo deportivo.

LA FAMILIA, PILAR FUNDAMENTAL

En todo inicio del desarrollo del deporte en un infante, el entorno familiar es importante en el proceso que se debe cumplir en sus diferentes etapas y momentos. Acompaña el crecimiento físico y mental del infante y le brinda herramientas para alcanzar sus objetivos. Asimismo, el entorno social influye aportando condiciones para destacar.

Este acompañamiento exige una inversión considerable de tiempo, esfuerzo y recursos por parte de los padres. Desde traslados hasta equipamiento, la práctica deportiva requiere compromiso familiar constante.

¿VALE LA PENA INVERTIR EN LOS HIJOS PARA QUE PRACTIQUEN DEPORTE?

Sin duda, el deporte es una herramienta formativa que complementa la educación académica, su desempeño en el aspecto social y sus condiciones afectivas como ser humano en todo el contexto.

Practicar un deporte requiere esfuerzo no únicamente desde la parte económica, sino también, en el tiempo en horas dedicadas al mismo, la energía física y mental aplicada para conseguir los resultados esperados, y la evidente muestra de querer cumplir un sueño como tal.

Todo esfuerzo realizado por las familias tiene un impacto positivo, más allá de los resultados.



El deporte fortalece el carácter, mejora la salud, previene enfermedades, genera entornos sociales sanos y fomenta el uso positivo del tiempo. Esto beneficia no solo al deportista, sino también a su entorno familiar y social.

Si a un hijo o hija le ha nacido el interés por practicar una disciplina deportiva y desea el máximo nivel deportivo en su propio contexto, será una excelente señal en la que cualquier esfuerzo realizado, siempre valdrá la pena, con las consecuentes satisfacciones que brindan a todos los que los apoyan en cada momento.

Padres y madres de familia tienen la oportunidad de ser parte de una gran historia inspiradora, en la que niñas y niños han alcanzado su máximo desarrollo en el deporte. Este logro representa uno de los valores más importantes para una sociedad que necesita ejemplos de lucha y disciplina dentro del deporte chihuahuense.

POR: LEOPOLDO LÓPEZ BACA

ALIMENTACIÓN Y DEPORTE:

LO QUE TODO ATLETA DEBE DE SABER

POR: DANIELA ITUARTE Y SELENE PUENTES

La alimentación saludable en atletas de alto rendimiento es un pilar fundamental para optimizar el rendimiento físico, acelerar la recuperación, prevenir lesiones y mantener una salud general adecuada.

Cada disciplina exige un tipo de demanda energética diferente; un maratonista no requiere lo mismo que un levantador de pesas, un atleta de deportes de contacto o una clavadista. Por ello, el plan nutricional debe adaptarse al gasto calórico individual, la fase del entrenamiento y los objetivos específicos de la misma, tales como el aumento de masa muscular, definición, resistencia, entre otros.

Una nutrición adecuada debe cubrir altas demandas energéticas, asegurar una adecuada hidratación, facilitar la recuperación muscular y la reposición de glucógeno para prevenir deficiencias nutricionales, es por ello que debe adaptarse al tipo de deporte que se practique, la fase del entrenamiento o competencia, así como las características individuales como: edad, sexo, peso y composición corporal.

Macronutrientes esenciales

- **Carbohidratos:** son la principal fuente de energía. Se recomienda consumir carbohidratos complejos (avena, arroz integral, batata) y reservar los simples (frutas, miel) para antes o después del entrenamiento.
- **Proteínas:** fundamentales para la recuperación muscular. Fuentes como el pollo, pescado, huevos, legumbres y lácteos bajos en grasa deben estar presentes en cada comida.
- **Grasas saludables:** las grasas no son enemigas. Aguacate, frutos secos, aceite de oliva y pescados grasos (como el salmón) proporcionan energía sostenida y beneficios antiinflamatorios.

Micronutrientes

Vitaminas y minerales como el hierro, calcio, magnesio y zinc juegan un rol vital en la contracción muscular, oxigenación y prevención de lesiones. Las frutas y verduras frescas, de colores variados, aseguran una buena dosis de antioxidantes que ayudan a combatir el estrés oxidativo generado por el entrenamiento intenso.

Hidratación estratégica

La deshidratación, incluso en niveles leves, puede afectar el rendimiento físico y cognitivo. La hidratación debe comenzar desde el inicio del día, mantenerse durante la actividad, especialmente en sesiones largas o de alta temperatura y continuar en la recuperación. En eventos de larga duración, las bebidas isotónicas ayudan a reponer electrolitos perdidos.

Timing nutricional

El *timing* de las comidas es tan importante como su contenido. Un atleta debe comer antes de entrenar, preferiblemente carbohidratos de fácil digestión y algo de proteína, reponer energía inmediatamente después preferiblemente con un mix de carbohidratos y proteínas y mantener comidas regulares durante el día para sostener el metabolismo.

Suplementación

Aunque los suplementos como la proteína en polvo, creatina, omega-3 y vitaminas, pueden resultar de utilidad para el desarrollo de un deportista, siempre deben estar supervisados por un nutricionista deportivo considerando que la base principal de su nutrición es una dieta equilibrada.

Por todo lo anterior, es que cada persona que desee iniciar una rutina deportiva, sea de manera profesional, por recreación o por salud, debe acudir a un especialista en nutrición que le asesore sobre dietas, porciones y consejos que contribuyan a un mejor desempeño.



Con una inversión de **7 millones
497 mil pesos**

El **Gobierno Municipal de Chihuahua** a través del **Instituto Municipal de Cultura Física y Deporte** impulsa el desarrollo y la representación de chihuahuenses a través del programa

MiBecaChihuahua



Deporte

**Beneficiarios en
la edición 2025:**

-  **Deportistas menores de edad:** 424
-  **Deportistas mayores de edad:** 219
-  **Deporte Adaptado:** 111
-  **Galardonados con el Premio Teporaca:** 36
-  **Alto rendimiento:** 10
-  **Entrenadores:** 50
-  **Promotores:** 60
-  **Comités deportivos municipales:** 48



#SOMOSCAPITAL AMERICANA DEL DEPORTE 2025

IMCFD Instituto de Cultura Física y Deporte

