

Con actividades de vela, piragüismo, pesca viva y acondicionamiento físico

LA FUNDACIÓN MARÍA JOSÉ JOVE ABRE HOY EL PLAZO DE INSCRIPCIÓN PARA EL PROGRAMA “ESFUERZA INVIERNO”

A Coruña, 27 de agosto de 2024.- La Fundación María José Jove abre hoy el plazo de inscripción para una nueva edición de ESFUERZA Invierno, que se desarrollará entre el 30 de septiembre de 2024 y el 15 de junio de 2025. En esta edición, ESFUERZA Invierno constará de **Vela Inclusiva, Piragüismo Inclusivo, Pesca Viva y Acondicionamiento Físico** (con fitness y natación) y las inscripciones deberán efectuarse a través de la web www.fundacionmariajosejove.org.

Dirigido fundamentalmente a personas con diversidad funcional, ESFUERZA Invierno 2024-25 promueve la práctica de la actividad física a través de diversas modalidades deportivas con un objetivo de marcado carácter terapéutico-rehabilitador propiciando la autonomía personal del participante en cada una de las actividades. Programa pionero en España y único en Galicia creado hace 17 años por la Fundación María José Jove en A Coruña, en los últimos años ha incorporado a personas que no tienen diversidad funcional en las actividades de vela y piragua para promover la inclusión.

Las actividades de **Vela y Piragüismo** inclusivos de ESFUERZA Invierno se desarrollan en el dique de abrigo de Marina Coruña. Para ello, los alumnos disponen de embarcaciones diseñadas y adaptadas a sus necesidades con el fin de que las puedan manejar con total facilidad. Las clases de vela se imparten de martes a domingo con horarios que van desde las 10.00 hasta las 18.00 horas por la semana y hasta las 15.00h el fin de semana. Por su parte, las de piragüismo se impartirán el fin de semana distribuidas desde las 10.00h hasta las 14.00h.

Pesca Viva es una actividad basada más en la habilidad, el conocimiento y la suerte que, en la destreza física, con lo cual, presenta menos barreras y más oportunidades para que personas con diversidad funcional participen sin restricciones. Se imparte los jueves, de 10.00 a 13.00h en el dique de abrigo de Marina Coruña.

Finalmente, se han establecido hasta 10 grupos, para **Acondicionamiento Físico**, actividad que se oferta en dos espacios diferentes en el Complejo Deportivo de la Residencia Rialta para la mejora de la condición física de los participantes: por un lado, grupos específicos en seco (Sala Multiusos), y por otro, grupos específicos en el medio acuático (Piscina), de lunes a jueves.

Requisitos para participar en ESFUERZA invierno:

Vela y Piragüismo inclusivos:

- Personas con un grado de discapacidad igual o superior al 33% y que sean mayores de 8 años cuando se inicie el programa.
- Personas que no tienen diversidad funcional que sean mayores de 12 años en el caso de piragua y de 8 años en vela cuando se inicie el programa y que sepan nadar.

Pesca viva. Personas con un grado de discapacidad igual o superior al 33% y que sean mayores de 12 años cuando se inicie el programa.

Acondicionamiento físico. Personas con un grado de discapacidad igual o superior al 33% y mayores de 8 años cuando se inicie el programa.

Para más información:

María Belén Rey Asensio, Directora de Comunicación FUNDACIÓN MARÍA JOSÉ JOVE.

M. 628 12 82 58 F. 981 25 74 81. brey@fundacionmariajosejove.org

Web: www.fundacionmariajosejove.org.

Instagram: www.instagram.com/fundacionmariajosejove

Facebook: www.facebook.com/fundacionmariajosejove

Twitter: twitter.com/funfmjj