

La **Asociación para el Desarrollo Rural de Sierra Mágina** y el **Excmo. Ayto. de Jimena**, a través de la Subvención del Área de Igualdad y Bienestar Social de la **Diputación Provincial de Jaén**, convocan las **“JORNADA DE DEPORTE Y MUJER”**.

- **OBJETIVOS:**

La finalidad de estas Jornadas es ofrecer a las mujeres de la comarca de Sierra Mágina el acercamiento a la práctica deportiva, como hábito de vida saludable y en beneficio de su calidad de vida, así como el disfrute de un día de convivencia.

- **DESTINATARIAS:**

Mujeres de los municipios de Sierra Mágina.

- **LUGAR:**

Jimena. Paraje de Cánava.

- **FECHA:**

Domingo, 23 de abril de 2017.

- **DESPLAZAMIENTO:**

Se hará una ruta por la Comarca. No existen número limitado por pueblo, tan solo se limita las plazas de la actividad.

- **COMIDA:**

Correrá por cuenta de cada participante. Se concertará con algún restaurante de Jimena un menú del día, para las que lo soliciten

PROGRAMACIÓN:

9.00 horas. Recepción y desayuno serrano.

9.30 horas. Inauguración. Presentación del Encuentro Deporte y Mujer 2016.

10.00 horas. Taller de Senderismo. Ruta de Senderismo por el Parque Natural de Sierra Mágina. Tiro con Arco, Actividades de Orientación,...

12.30 horas. Taller “La Mujer y el Deporte”. Mitos, leyendas, nutrición,...

14.30 horas. Comida.

16.00 horas. Taller. “Porque yo lo bailo”. Danzas orientales, ritmos latinos, zumba,...

18.00 horas. Taller. “El valor de ser yo misma”, a través de deportes como el Yoga.

Las participantes deberán de asistir equipadas con ropa, calzado deportivo, gorra y agua.

El plazo de inscripción finaliza el **jueves 20 de abril a las 14.00 h.**

El programa podrá sufrir variaciones en función de las condiciones meteorológicas.

Las inscripciones se dirigirán, adjuntando **boletín de inscripción** al:

Área de Deportes

A.D.R. Sierra Mágina
C/ Posadas s/n C.P. 23.120
Tlf: 953300400
Fax: 953300177

camilo@magina.org

En caso de las Asociaciones de Mujeres pueden enviar un listado de participantes común de todas las socias o interesadas en la actividad.

No hay plazas limitadas por Asociación ni por municipio, tan solo se limitan las plazas para esta actividad.