



**5-10
KM**

15 CARRERA SOLIDARIA CLUB AMIGOS

25 DE MAYO DE 2025



Ayuntamiento de Alcorcón

**SALIDA: 10:00 A.M.
PARQUE POLVORANCA**

**INSCRIPCIONES
clubamigos.es**



PROYECTO XV CARRERA SOLIDARIA

Por la inclusión de las personas
con discapacidad intelectual en el deporte



ÍNDICE DE CONTENIDOS

04 LA ASOCIACIÓN CLUB AMIGOS Y EL DEPORTE

- 05 ¿Quiénes somos?
- 06 Disciplinas deportivas
- 07 Zona de actuación
- 07 Destinatari@s
- 08 Objetivos

09 NUESTRA CARRERA SOLIDARIA

- 10 ¿Por qué una carrera popular?
- 12 Resumen del proyecto
- 13 Recursos humanos
- 14 Agenda de la carrera
- 15 Inscripciones
- 16 ¿Por qué patrocinar este evento?
- 17 Tipos de patrocinio
- 19 Jornadas de voluntariado corporativo
- 20 Presupuesto de la carrera

22 CONOCE NUESTROS EQUIPOS





LA ASOCIACIÓN CLUB AMIGOS Y EL DEPORTE



15 CARRERA SOLIDARIA
clubamigos.es



1. ¿Quiénes somos?

En Club Deportivo Elemental “Amigos – Valderas” llevamos 30 años trabajando para **apoyar a las personas con discapacidad intelectual en su derecho a practicar deporte, así como para favorecer su inclusión en el entorno comunitario**. Somos una entidad deportiva, sin ánimo de lucro y con un carácter marcadamente social. Participamos en:

FEDDI

Federación española de deportes para personas con discapacidad intelectual, a través de la cual participamos en campeonatos nacionales de natación.



FEMADDI

Federación Madrileña de Deportes para personas con discapacidad intelectual, a través de la cual se desarrollan las ligas y competiciones de fútbol sala, baloncesto y natación adaptados.



ASOCIACIÓN DE CLUBES DEPORTIVOS DE ALCORCÓN

Entidad que agrupa clubes deportivos de diferentes disciplinas que trabajan en el municipio de Alcorcón.



Ayuntamiento de Alcorcón



2. Disciplinas deportivas

En la actualidad, contamos con las siguientes disciplinas deportivas, en las que los diferentes grupos y equipos realizan **entrenamientos semanales** y participan los fines de semana en **partidos de liga y competiciones**:

FÚTBOL



4 EQUIPOS

BALONCESTO



3 EQUIPOS

NATACIÓN



5 GRUPOS

ATLETISMO



1 GRUPO

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO



2 GRUPOS

PÁDEL



3 GRUPOS

PILATES



1 GRUPO

YOGA



1 GRUPO





3. Zona de actuación

Nuestro Club Deportivo se encuentra en el municipio de **Alcorcón (Madrid)**, aunque atiende a personas de diferentes puntos de la Comunidad de Madrid, especialmente de la **Zona Sur**.

Todas nuestras actividades se desarrollan en polideportivos municipales y en los mismos horarios que el resto del conjunto de deportistas, siguiendo criterios normalizadores. Consideramos que esto contribuye a favorecer el encuentro con otras personas que comparten nuestros intereses.



4. Destinatari@s

Contamos con **más de 180 plazas deportivas** para personas, desde la infancia hasta edades avanzadas; que **practican deporte semanalmente**.

Apoyamos así la realización del deporte a lo largo de toda la vida, incorporándolo como un hábito de vida saludable.

La mayoría de personas que participan en nuestros proyectos tienen discapacidad intelectual, contando en muchos casos con otras discapacidades físicas y/o sensoriales asociadas.

No obstante, a fin de favorecer la diversidad y la inclusión, recientemente hemos incorporado a nuestras actividades también a algunas personas sin discapacidad y hemos establecido colaboraciones con otros clubes y colectivos; de modo que el club suponga **un espacio de encuentro sin etiquetas, en el que simplemente compartir aficiones**.



5. Objetivos

Desde el CDE Amigos – Valderas trabajamos con el objetivo de:

- 1. Mejorar la calidad de vida y la inclusión social** de las personas con discapacidad intelectual.
- 2. Fomentar la imagen deportiva y solidaria de nuestro municipio.**

15 CARRERA SOLIDARIA
clubamigos.es



Ayuntamiento de Alcorcón



NUESTRA CARRERA SOLIDARIA





6. ¿Por qué una carrera popular?

En este 2025 llevaremos a cabo la **XV edición de nuestra carrera popular por la inclusión**. La primera fue en el año 2009 y hemos logrado celebrarla cada año, exceptuando los años de pandemia COVID-19.

Desde el comienzo, nuestra carrera ha estado orientada a la participación de cualquier persona, tuviera o no discapacidad. Los motivos que nos llevaron a organizar una carrera fueron varios:

1º/ Dar a conocer a las personas con discapacidad intelectual otras disciplinas deportivas. De hecho, a raíz del interés que desarrolló la carrera para alguno de nuestros deportistas, surgió la idea de desarrollar la actividad de atletismo como una actividad continuada en el tiempo.

2º/ Aprovechar el creciente interés de la población por el running para ofrecer una actividad atractiva y de carácter solidario, buscando así encontrar nuevas vías a través de las cuales acercar el conjunto de la sociedad a las personas con discapacidad intelectual. Así, la carrera se ha desarrollado bajo el eslogan **“Diferentes Somos TOD@S”**, poniendo en valor la diversidad y la inclusión.

3º/ Aprovechar la oportunidad que nos ofrece este deporte, que permite a cada persona desarrollarlo a su ritmo, buscando sus propios límites.



Una media de **1.800 participantes**
en cada edición



15 CARRERA SOLIDARIA

clubamigos.es



6. ¿Por qué una carrera popular?

Los excelentes niveles de participación, las buenas críticas y el apoyo de los diferentes organismos públicos y empresas que hemos recibido año tras año, nos han animado a dar continuidad

a este proyecto; haciendo que sea un evento ya consolidado en el calendario de carreras populares de la Comunidad de Madrid.



Ayuntamiento de Alcorcón



7. Resumen del proyecto

Distancia: la carrera para adult@s tendrá un recorrido de 5 km., al que podrán darse 1 ó 2 vueltas. De esta manera, cada persona podrá hacer más o menos recorrido en función de sus condiciones físicas. También habrá carreras infantiles, con recorridos desde los 80 m. para los niños y las niñas más pequeñ@s hasta de 1.000 metros para l@s de más edad.

Lugar: la carrera se desarrollará donde siempre, en el **Parque Polvoranca**, en las proximidades de Alcorcón. El circuito es llano y por caminos con suficiente accesibilidad para que pueda circular por ellos una persona que lleve silla de ruedas.

Nº de corredores: Durante las ediciones anteriores, han participado un@s 1.400 corredor@s adultos/as y un@s 400 niñ@s. Se trata, por tanto, de un evento muy apropiado para el público familiar.

Bolsa del corredor: a cada corredor/a se le obsequiará con una “bolsa del corredor”, que incluirá una mochila y una camiseta serigrafiadas, como recordatorio del evento. Además, se incluirán otros productos como agua, fruta o diferentes obsequios facilitados por empresas colaboradoras.

Actividades infantiles: Con el fin de llegar a un público más familiar y de favorecer la tolerancia y la convivencia desde edades tempranas; tras las carreras se desarrollarán actividades orientadas a los niños y las niñas, entre los que habrá talleres creativos, juegos y diferentes dinámicas orientadas al ocio saludable y/o el deporte.





8. Recursos humanos

Desde el Club tratamos de fomentar el movimiento asociativo, por lo que en nuestras iniciativas siempre contamos con personas con discapacidad, familias, profesionales y personas voluntarias de la entidad ayudando en la organización. Además, contaremos con la colaboración de personas que lleven a cabo acciones de voluntariado corporativo promovido por empresas.

Así, en total, contaremos con unas **150 personas voluntarias** implicadas en la organización del evento, lo que facilita una gran fluidez en el reparto de dorsales y bolsas del corredor, avituallamiento o en la indicación del recorrido.





9. Agenda de la carrera

El evento tendrá lugar el **domingo 25 de mayo de 2025** en Parque Polvoranca y seguirá el siguiente cronograma de actividades:



El evento contará con diferentes actividades a lo largo de todo el domingo encaminadas al ocio familiar. Una bonita jornada de primavera para brindar a las familias un marco en el que transmitir a los/as más pequeños/as valores de convivencia y tolerancia.



10. Inscripciones

Las inscripciones podrán realizarse **on-line:** mediante la página web de **Deporticket**.

DORSAL DE ADULTO (A partir de 16 años)

El precio de la inscripción es de:

12 € hasta el 28 de febrero 2025, para los primeros 400 dorsales.

14 € desde el 1 de marzo hasta el 11 de mayo del 2025.

16 € desde el 12 de mayo hasta el 22 de mayo del 2025.

Incluye:

Participación en la carrera de adultos.

Bolsa del corredor (con algún producto incluido).

Camiseta conmemorativa de la Carrera.

DORSAL INFANTIL (menores de 16 años)

El precio de la inscripción es de:

6 € hasta el 28 de febrero 2025, para los primeros 100 dorsales.

8 € desde el 1 de marzo hasta el 11 de mayo del 2025.

10 € desde el 12 de mayo hasta el 22 de mayo del 2025.

Incluye:

Camiseta conmemorativa de la Carrera.

Nota:

Tanto la participación en la carrera infantil y como en las actividades infantiles requieren de supervisión por parte de los padres.

DORSAL CERO

Habrà en todo momento un Dorsal Cero para donaciones, con independencia de si se quiere o no participar en la carrera.





11. ¿Por qué patrocinar este evento?

Participando en este evento, potenciareis vuestra imagen unida a una línea de Responsabilidad Social Corporativa, generando una asociación con valores como el Deporte, el Respeto, la Inclusión y los Derechos sociales.

Además, gracias a vuestro apoyo, podremos:

- Celebrar un año más **uno de los eventos de referencia en Deporte Inclusivo en la zona sur de Madrid**, dando visibilidad a las personas con discapacidad y acercándoles al resto de personas.
- Continuar trabajando por los derechos de las personas con discapacidad intelectual, ya que los fondos que recaudemos contribuirán a mantener las **202 plazas deportivas**, para garantizar su derecho a practicar deporte a lo largo de todo el año con los apoyos que precise cada persona.





12. Tipos de patrocinio

La colaboración puede realizarse de diferentes formas:



APOYO ECONÓMICO

Mediante una aportación económica, que nos ayudará a recaudar fondos para apoyar a las personas con discapacidad intelectual en su derecho a practicar deporte.



DONACIÓN DE RECURSOS

Productos para incluir como obsequio en la bolsa del/la corredor/a o para dar en el avituallamiento.

1.500 unidades para adult@s
y 500 unidades para niñ@s



REGALOS A PREMIAD@S

Donando premios para los/as ganadores/as

30 premiad@s adult@s
15 premiad@s infantiles

Además, también puedes ayudarnos:

- Publicitando el evento y/o vendiendo dorsales de inscripción
- Intermediando con otras empresas, entidades o instituciones que nos puedan ayudar a la realización de la carrera.

Desde la entidad nos comprometemos a ofrecer un acompañamiento al patrocinador durante la preparación del evento, el mismo día de la carrera y en la fase de análisis

posterior, enviando todos los **informes y reportes del evento que nos soliciten.**

En cualquier caso, Club Amigos enviará, junto con una carta de agradecimiento, el correspondiente **certificado de donación, para su procedente desgravación.**





12. Tipos de patrocinio

Contraprestaciones en función del tipo de patrocinio

	TIPO DE PATROCINIO		
	OFICIAL Colaboración 10.000 €	PARTNER Colaboración 3.000 €	COLABORADOR Colaboración 500 €
Nombre del evento: XV Carrera Solidaria Club Amigos "NOMBRE EMPRESA"			
Visibilidad en el arco principal de meta			
Visibilidad en la camiseta oficial			
Vídeo corporativo de 60 segundos realizado por la agencia de Club Amigos			
Notas de Prensa conjunta (medios generales y especializados al alcance de ambos)			
Logotipo en los dorsales			
Presencia en acto de entrega de premios			
Mención especial en la página Web de Club Amigos y cartelería			
Información / producto en la bolsa del corredor			
Visibilidad en el vallado y carpas de entrega de producto			
Promoción y agradecimiento redes sociales			
Inclusión de logotipo en web y redes sociales, así como en cartelería			
Dorsales gratuitos para participar en la carrera*			

* Un número de dorsales gratuitos para participar en la carrera según tipo de patrocinio.



13. Jornadas de voluntariado corporativo

Independientemente del tipo de patrocinio escogido, **Club Amigos les ofrece la posibilidad de organizar una jornada de voluntariado corporativo.** Esta jornada se puede desarrollar el día de la carrera, participando en el desarrollo de la misma, o bien en otra fecha compartiendo un día con nosotros en una actividad de ocio.

¿Qué supone para nosotros que tus empleados vengan a ayudarnos?

- Satisfacción, por mostrar nuestro trabajo a otras personas y verlo reconocido.
- Realización personal, al convertirnos en vuestra persona de referencia por un día.
- Alegría, por relacionarnos con gente de fuera de nuestro entorno.





14. Presupuesto de la carrera

CONCEPTO	IMPORTE
Camiseta técnicas y bolsas de corredor	6.000 €
Paella gigante	4.700 €
Dorsales-chip y cronometraje	2.500 €
Trofeos y regalos	1.300 €
Seguro de Responsabilidad Civil y accidentes	1.000 €
Ambulancia y Médico	1.000 €
Difusión y Publicidad	500 €
Avituallamiento y algunos materiales	1.000 €
Imprevistos y varios	1.000 €
TOTAL ESTIMADO	19.000 €



15 CARRERA SOLIDARIA
clubamigos.es



15. ¿Nos ayudáis a hacer realidad este sueño?

Lo que para nosotros es sencillamente **un evento de gran valor que nos permite acercarnos más al resto de la sociedad**, para el resto de la población de la zona sur de Madrid, organismos públicos, administraciones, empresas del municipio y medios de comunicación se ha convertido en **uno de los acontecimientos deportivos madrileños de referencia en el año**, con una visibilidad y repercusión que va más allá de los casi 1.800 participantes.

De este modo, esperamos poder contar con vosotr@s de manera activa y participativa para poder alcanzar nuestra meta un año más.

Debido a la gran organización que exige este evento, rogamos que lo antes posible nos comuniquéis si os va a ser posible o no colaborar.

Quedamos a la espera de recibir pronto noticias vuestras.

¡JUNT@S EL PÓDIUM ES NUESTRO!



Ayuntamiento de Alcorcón

Conoce nuestros equipos



Apoyos

DESARROLLAMOS NUESTROS PROYECTOS CON EL APOYO DE:



Ayuntamiento de Alcorcón



CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN,
JUVENTUD Y DEPORTE

Comunidad de Madrid

Y COLABORAN CON NOSOTR@S:



Fútbol Sala

GRUPO Y CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN	HORARIO DE ENTRENAMIENTO
AMIGOS – VALDERAS Veteranos A	Equipo inclusivo, compuesto por personas con y sin discapacidad que juega en ligas regulares de Alcorcón (federadas)	Miércoles de 19:00 a 20:00 h.
AD Alcorcón Club Amigos A 2ª División B	Equipo que juega en ligas autonómicas adaptadas (federadas)	Miércoles de 19:00 a 20:00 h.
AD Alcorcón Club Amigos B 3ª División C	Equipo que juega en ligas autonómicas adaptadas (federadas)	Miércoles de 19:00 a 20:00 h.
Chutagoles Fútbol Sala Infantil	Equipo que juega en liga local regular (federada)	Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 h.
TOTAL PARTICIPANTES FÚTBOL SALA: 60 personas		



Baloncesto

GRUPO Y CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN	HORARIO DE ENTRENAMIENTO
Alcorcón Basket Club Amigos A Liga Plata Grupo A	Equipo que juega en ligas adaptadas (federadas)	Miércoles de 19:30 a 20:30 h.
Alcorcón Basket Club Amigos B Liga Plata Grupo B	Equipo que juega en ligas adaptadas (federadas)	Miércoles de 18:30 a 19:30 h.
Grupo Iniciación	Grupo en formación	Miércoles de 18:00 a 19 :00 h.
TOTAL PARTICIPANTES BALONCESTO: 38 personas		



Atletismo

DESCRIPCIÓN	HORARIO DE ENTRENAMIENTO
Grupo Inclusivo que entrena junto con corredores del grupo “Azu´s Team”	Martes de 20:00 a 21:00 h.
TOTAL PARTICIPANTES ATLETISMO: 6 personas	



Natación

GRUPO Y CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN	HORARIO DE ENTRENAMIENTO
Grupo I	Grupo en formación	Domingos de 09:15 a 09:55 h.
Grupo II	Grupo en formación	Domingos de 09:55 a 10:35 h.
Grupo III	Grupo en formación	Domingos de 10:35 a 11:15 h.
Club Amigos A	Participa en competición adaptada (federada)	Domingos de 11:15 a 12:15 h.
Club Amigos B	Participa en competición adaptada (federada)	Domingos de 12:15 a 13:15 h.
TOTAL PARTICIPANTES NATACIÓN: 47 personas		



Gimnasia de mantenimiento

GRUPO Y CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN	HORARIO DE ENTRENAMIENTO
Grupo I	Grupo Inclusivo, en el que participan personas con y sin discapacidad	Lunes de 18:00 a 19:00 h.
Grupo II	Grupo Inclusivo, en el que participan personas con y sin discapacidad	Lunes de 19:00 a 20:00 h.
TOTAL PARTICIPANTES GIMNASIA DE MANTENIMIENTO: 15 personas		



Pádel

DESCRIPCIÓN	HORARIO DE ENTRENAMIENTO
Grupo I (en formación)	Viernes de 18:00 a 19:00 h. Polideportivo “Parque Ondarreta”
Grupo II (en formación)	Viernes de 19:00 a 20:00 h. Polideportivo “Parque Ondarreta”
Grupo II (en formación)	Viernes de 20:00 a 21:00 h. Polideportivo “Parque Ondarreta”
TOTAL PARTICIPANTES PÁDEL: 14 personas	



Pilates

GRUPO Y CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN	HORARIO DE ENTRENAMIENTO
Grupo I	Grupo Inclusivo, en el que participan personas con y sin discapacidad	Lunes de 18:00 a 19:00 h.

TOTAL PARTICIPANTES PILATES: 3 personas

Yoga

GRUPO Y CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN	HORARIO DE ENTRENAMIENTO
Grupo I	Grupo Inclusivo, en el que participan personas con y sin discapacidad	Martes de 19:15 a 20:15 h.

TOTAL PARTICIPANTES YOGA: 8 personas

Zumba

GRUPO Y CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN	HORARIO DE ENTRENAMIENTO
Grupo I	Grupo Inclusivo, en el que participan personas con y sin discapacidad	Lunes de 19:00 a 20:00 h.

TOTAL PARTICIPANTES ZUMBA: 9 personas



GRACIAS

Para más información

Visita nuestra página web: clubamigos.es

Síguenos en nuestras redes sociales: [@asoclubamigos](https://www.instagram.com/asoclubamigos)



Contacta con nosotros: vera.lozano@clubamigos.es / 619891736 / 916198074