



CANDÍDIAZ FOTOGRAFIA

Cándido Díaz fotógrafo deportivo

# Abanderadas de la **INCLUSIÓN**



**ATLETAS  
SINFRONTERAS**

#mujer #deporte #lideresas #inclusión #igualdad  
#diversidad #solidaridad #paralímpicos #ilusión

---

## *PRESENTACIÓN*

ATLETAS SIN FRONTERAS es una Asociación Sin Ánimo de Lucro (ONG) que se fundó en 2017 con una misión: que las personas con discapacidad tengan más oportunidades, recursos, autonomía y libertad para mejorar su calidad de vida y perseguir sus sueños en conexión con sus realidades sociales y entornos comunitarios.

Como entidad comprometida con la promoción de las personas con discapacidad a través del deporte y la cultura en nuestras islas, somos muy conscientes de los pocos referentes existentes en el ámbito del deporte adaptado de nuestras comunidades.

Cuando hablamos de mujer y discapacidad, nos enfrentamos con lo que se viene denominando “la doble discriminación” pues las estadísticas reflejan una acusada desventaja social, económica, educativa y profesional para ellas”. Esto se traduce en una clara infrarrepresentación en la participación.

Queremos contribuir a transformar estas realidades a través de una campaña con diversas acciones para promocionar en impulsar el deporte adaptado en la isla de La Palma, teniendo especial consideración con el deporte femenino y las deportistas con discapacidad.



Email: [info@atletassinfronteras.com](mailto:info@atletassinfronteras.com)

Teléfono Sonia: **633 34 63 37**

Teléfono Juan: **650 988 440**

#mujer #deporte #lideresas #inclusión #igualdad  
#diversidad #solidaridad #paralímpicos #ilusión

---

## *LIDERESAS Y LIDERES*

Para el desarrollo de esta iniciativa combinamos la participación de referentes locales en el ámbito del deporte adaptado en diferentes modalidades, con la asistencia puntual de éstos y otros deportistas y profesionales pertenecientes a nuestra organización, entre los que podemos encontrar entrenadores, fisioterapeutas, ortopedas o médicos.



SONIA RAMOS DE GANSO

Es una deportista con una discapacidad visual del 87%, que cuenta con una dilatada trayectoria en el atletismo de pista y de montaña, donde ha sido Campeona de España en diferentes ocasiones.

En la actualidad afronta su primera temporada a nivel internacional



Email: [info@atletassinfronteras.com](mailto:info@atletassinfronteras.com)

Teléfono Sonia: **633 34 63 37**

Teléfono Juan: **650 988 440**

#mujer #deporte #lideresas #inclusión #igualdad  
#diversidad #solidaridad #paralímpicos #ilusión

---

como triatleta paralímpica y es la precursora del proyecto ‘Embajadoras de la Inclusión’.

DAVID RODRÍGUEZ ACOSTA

Corredor de montaña y Delegado de Atletas Sin Fronteras en la isla de La Palma, ha sido finalista de la Media Maratón en la ‘Transvulcania’, la ‘Full Moon Tijarafe’, la ‘Revetón Trail’ y en varias de las más icónicas carreras que se celebran en la Isla Bonita.



Un hombre polifacético e inspirador que se reinventa a través de desafíos y retos con los que persigue sensibilizar a la comunidad sobre la realidad de las personas con discapacidad y un mensaje para el mundo “Si se puede”.



Email: [info@atletassinfronteras.com](mailto:info@atletassinfronteras.com)

Teléfono Sonia: **633 34 63 37**

Teléfono Juan: **650 988 440**

#mujer #deporte #lideresas #inclusión #igualdad  
#diversidad #solidaridad #paralímpicos #ilusión

---



LAURA BARRETO PÉREZ

Finalista de una de las carreras de montaña más importante del archipiélago canario, la ‘Transvulcania’ de La Palma, ha sido también Campeona de la modalidad Universo de la prueba ‘Reventón Trail’ en la Isla Bonita.

Es la última incorporación al Equipo de Natación Paralímpica de Atletas Sin Fronteras, con los que ha participado en sus primeras competiciones oficiales.

LORENA RODRÍGUEZ ACOSTA

*Finisher* de las dos últimas ediciones de la Carrera ‘Full Moon Trail’ de La Palma, en la modalidad de ‘Joëlette’.

También es voluntaria de Atletas Sin Fronteras.



Email: [info@atletassinfronteras.com](mailto:info@atletassinfronteras.com)

Teléfono Sonia: **633 34 63 37**

Teléfono Juan: **650 988 440**

#mujer #deporte #lideresas #inclusión #igualdad  
#diversidad #solidaridad #paralímpicos #ilusión

---



### JUAN JESÚS AGUIAR RODRÍGUEZ

Es Socio Fundador de la Asociación Atletas Sin Fronteras y se desenvuelve en diversas disciplinas deportivas, siendo su principal deporte el Paratriatlón, donde ha cosechado importantes logros a nivel internacional.

También ha recibido, entre otras distinciones, la Beca 'Deportista de Élite Cabildo de La Palma 2023'.

### ROSA CIGALA GARCÍA

Es la actual Campeona de Canarias en Hípica Adaptada, en la disciplina de Doma Paralímpica, siendo la primera deportista con discapacidad de Canarias en participar, en la temporada 2023, en un Campeonato de España.



Actualmente también ayuda a personas con discapacidad realizando sesiones de Equinoterapia y es Técnica Deportiva para personas



Email: [info@atletassinfronteras.com](mailto:info@atletassinfronteras.com)

Teléfono Sonia: **633 34 63 37**

Teléfono Juan: **650 988 440**

#mujer #deporte #lideresas #inclusión #igualdad  
#diversidad #solidaridad #paralímpicos #ilusión

---

con discapacidad intelectual por la Federación Madrileña de Deportes para Discapacitados Intelectuales (FEMADDI).

## *MISIÓN / PROYECTO*

La conexión de estas personas, que presentamos en este proyecto, con Atletas Sin Fronteras trasciende lo deportivo, dado su compromiso con la ONG para ayudar a otros deportistas con discapacidad, la disposición para participar en actividades relacionadas con la inclusión, la sensibilización, la promoción del deporte adaptado y la representación de nuestra entidad por donde quiera que vayan.

Consideramos que estos deportistas tienen un perfil de alto impacto social, dadas sus trayectorias, resultados y valores.

En la actualidad contamos en Canarias con escasos referentes del deporte adaptado, máxime cuando hablamos de la figura de la mujer. Los testimonios, ejemplo y valores de estas personas son imprescindibles para



Email: [info@atletassinfronteras.com](mailto:info@atletassinfronteras.com)

Teléfono Sonia: **633 34 63 37**

Teléfono Juan: **650 988 440**

#mujer #deporte #lideresas #inclusión #igualdad  
#diversidad #solidaridad #paralímpicos #ilusión

---



incentivar la práctica deportiva de las personas con discapacidad y la sensibilización de la comunidad, generando procesos inclusivos.

Este proyecto también tiene la misión de continuar con la formación de nuestros ponentes, desarrollar sus competencias personales y adquirir habilidades para gestionar sus proyectos con mayor autonomía e independencia, siendo conscientes de la importancia de este proceso para su crecimiento personal o para su desarrollo profesional.

Con todo esto queremos conseguir un mayor impacto social y la sensibilización de la población con:



Email: [info@atletassinfronteras.com](mailto:info@atletassinfronteras.com)

Teléfono Sonia: **633 34 63 37**

Teléfono Juan: **650 988 440**

#mujer #deporte #lideresas #inclusión #igualdad  
#diversidad #solidaridad #paralímpicos #ilusión

---

- Apariciones en medios de comunicación;
- Redes Sociales;
- Charlas, mesas redondas;
- Galas y talleres...

El proyecto prestará especial atención a la participación en actividades de sensibilización en Centros Educativos públicos y privados, máxime cuando existan matrículas de alumnas y alumnos con discapacidad.

### *OBJETIVOS*

- Mejorar los procesos que faciliten a las mujeres con discapacidad la realización de actividad física y la práctica deportiva federada;
- Incrementar las cifras de participación de la mujer en la actividad física y el deporte;
- Concienciar a las familias y entorno de las mujeres con discapacidad sobre los beneficios de la actividad física y el deporte (reducción Techos de cristal);
- Desarrollar un itinerario desde la iniciación al alto rendimiento que sirva de ejemplo e inspiración para las mujeres con discapacidad;



Email: [info@atletassinfronteras.com](mailto:info@atletassinfronteras.com)

Teléfono Sonia: **633 34 63 37**

Teléfono Juan: **650 988 440**

#mujer #deporte #lideresas #inclusión #igualdad  
#diversidad #solidaridad #paralímpicos #ilusión

---



- Conseguir un impacto social relevante sobre la representación y trayectorias de la mujer con discapacidad en los deportes minoritarios;
- Promocionar el deporte como herramienta para la adquisición de competencias mediante el sistema de aprendizaje no formal;
- Motivar, ilusionar, transmitir confianza y seguridad y animar al máximo número de personas a iniciarse en la actividad física y el deporte.



Email: [info@atletassinfronteras.com](mailto:info@atletassinfronteras.com)

Teléfono Sonia: **633 34 63 37**

Teléfono Juan: **650 988 440**

#mujer #deporte #lideresas #inclusión #igualdad  
#diversidad #solidaridad #paralímpicos #ilusión

---

## *PRESENCIA MEDIÁTICA DEPORTISTA Y ORGANIZACIÓN*

### PRENSA Y REVISTAS

- Apariciones en las secciones de deporte de los diferentes medios de la prensa escrita y digital, tanto regional, autonómico y nacional. Artículos y entrevistas en publicaciones digitales, revistas de integración, blogs, etc.

### RADIO

- Participación en diferentes programas de Radio a nivel regional, autonómico y local.

### TELEVISIÓN

- Apariciones en Televisión Canaria, Teledeporte, TVE. Retransmisiones en TDP y *streaming* de competiciones internacionales.

### REDES SOCIALES

- Aparición en nuestras cuentas activas en Instagram, Facebook, X, YouTube y TikTok.



Email: [info@atletassinfronteras.com](mailto:info@atletassinfronteras.com)

Teléfono Sonia: **633 34 63 37**

Teléfono Juan: **650 988 440**

#mujer #deporte #lideresas #inclusión #igualdad  
#diversidad #solidaridad #paralímpicos #ilusión

---

### CHARLAS MOTIVACIONES/ FORMACIONES

- Participará como ponente de ASF dando charlas y participando en talleres en Centros Escolares, Universidades, así como diferentes organizaciones públicas y privadas.



Y detrás de una gran persona, hay un equipo comprometido:

- Héctor Torres Navarro (Entrenador)
- Diana De Las Rosa (Guía)
- Juan Jesús Aguiar Rodríguez (Gestión)

Atletas Sin Fronteras



<https://atletassinfronteras.com>



atletassinfronteras



<https://atletassinfronteras.com>



@AtletaSinFES



[info@atletassinfronteras.com](mailto:info@atletassinfronteras.com)



Email: [info@atletassinfronteras.com](mailto:info@atletassinfronteras.com)

Teléfono Sonia: **633 34 63 37**

Teléfono Juan: **650 988 440**

