

e ENTRENO



AÑO VI
NÚMERO 13
Mayo a Agosto
2021

La Revista Digital del Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación



KARLA ALEMÁN CORTÉS

Ministra del Deporte



Se autoriza plan piloto que permite la participación de los aficionados en los encuentros de la Selección de Fútbol Mayor Masculina y la Selección Sub-20 Femenina.

Pág.03



Nuevos atletas becados por el ICODER.

Pág.14



Llega a su fin el plan de rearborización del Parque Metropolitano La Sabana.

Pág.21



Presidente de la República juramentó a la delegación de Costa Rica que representa a Costa Rica en los Juegos Olímpicos de Tokio.

Pág.25

**DESPACHO DE LA
MINISTRA DEL DEPORTE**
Karla Alemán Cortés



Un destacado psicólogo deportivo, Alexander Thomas decía que: “un síntoma de mala salud social en cualquier grupo humano es la ausencia de deportes en su seno”. Todas las sociedades así lo han entendido y por esa misma razón, a lo largo de la historia el deporte ha estado presente en el imaginario colectivo de la humanidad.

Gracias al deporte, podemos experimentar un fenómeno muy importante como lo es la identificación masiva que se produce frente al éxito de los atletas que representan al país en un evento nacional o internacional.

Esta identificación hace que las personas se apropien del atleta, que lo hagan suyo. Generan un nivel de familiaridad y afecto que pocas veces es posible encontrar en otras actividades humanas.

Las medallas olímpicas de las Hermanas Poll son un claro ejemplo de ello. Las vivimos como propias, nos emocionamos y lloramos porque el hecho no era solo del atleta, era también parte sustancial de nosotros mismos. Tanto Sylvia como Claudia, viven y seguirán viviendo en un sitio preferencial de nuestra nacionalidad, de nuestra historia y de nuestro corazón y se han constituido como parte del patrimonio inmaterial de la nación.

Ellas son prototipo e inspiración para muchos de los actuales deportistas, que ven en sus logros un sentido de vida y una forma de

construir objetivos y metas para su realización personal, familiar y social.

Con motivo de la juramentación que hizo el Señor presidente de la República, don Carlos Alvarado de la Delegación de Costa Rica que va a participar en los Juegos Olímpicos de Tokio 2021, es que quiero llevar este mensaje y esta motivación a ese grupo de nuevos valores y de nuevos estandartes.

Cada uno de ustedes, de ese grupo de 11 atletas que desfilarán con el blanco, rojo y azul de nuestra bandera patria, llevan también a sus espaldas el cariño y el apoyo de todos los costarricenses, que vemos en sus vidas y en sus metas, el mejor esfuerzo y valor que tiene la Patria.

Decía el catedrático y filósofo de la Universidad de Costa Rica, Arnoldo Mora Rodríguez, que: “honrar, honra”. Es por esa misma razón que en esta oportunidad, la Patria agradecida, exalta y pondera a sus mejores hijos, dentro de los cuales figuran cada uno de ustedes.

Gracias queridos atletas, porque a través de sus nombres y sus gestas se mantiene viva la esperanza de hacer de este país un mejor sitio para todos.

PROTOS COV-19



PROTOS PARA REGRESO DE AFICIÓN A ESTADIOS EN REVISIÓN DE AUTORIDADES

“El protocolo para el regreso de afición a estadios de fútbol se encuentra en revisión de una instancia técnica, a la espera de que las condiciones epidemiológicas mejoren en el país”, informó la ministra del Deporte, Karla Alemán, el martes 28 de julio de 2021.

Los lineamientos fueron trabajados conjuntamente entre la Federación Costarricense de Fútbol (FEDEFUTBOL), la Unión de Clubes de Fútbol de la Primera División (UNAFUT), la Unión Femenina de Fútbol (UNIFFUT) y presentados a la Comisión Técnica del despacho de la ministra del Deporte.

La ministra Alemán indicó que el protocolo está en revisión por esta instancia técnica, la cual está integrada por expertos del MIDEPOR y del Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (ICODER), con la asesoría del Ministerio de Salud, Tecnológico de Costa Rica (TEC) y de la Universidad de Costa Rica (UCR).

Entre otros aspectos el protocolo en revisión contiene compra segura de boletos, controles de ingreso y salida de afición, cruce de personas dentro del recinto deportivo y monitoreo de encargados del estadio para el cumplimiento de las medidas que sean establecidas.

HABILITADO PROTOS PARA CAMPEONATOS DE LINAFA

A partir del lunes 9 de agosto de 2021, el protocolo para el Torneo de la Liga Nacional de Fútbol Aficionado (LINAFA) quedó habilitado, con lo que la entidad pudo

iniciar gestiones para arrancar actividades sin presencia de público, informó la ministra del Deporte, Karla Alemán.

La jerarca detalló que están a la espera de una actualización de la guía sanitaria de la Unión de Canchas de Fútbol Sintético (UCAFUSI) para su análisis y posterior aval a la realización de juegos recreativos sin público.

Entre otras disposiciones, el protocolo –avalado para campeonatos de LINAFA-- incluye distanciamiento entre los practicantes, utilización de mascarilla, desinfección e higiene constante de áreas comunes, lo mismo que solicitud de cita previa para utilización de las canchas.

El presidente de LINAFA, Juan Carlos Román, comentó que ha sido muy duro en lo económico pasar año y medio sin torneo, a pesar de que se reciban recursos de instituciones como ICODER.

“Para nosotros es muy importante esta apertura, después de haber paralizado por completo 30 años de existencia de LINAFA. Externamos un agradecimiento a la ministra del Deporte con quien estuvimos hablando todas las semanas, así como con el Ministerio de Salud y con don Rodolfo Villalobos para que conocieran todas las necesidades”, dijo.

AUTORIZADO PLAN PILOTO CON AFICIÓN PARA PARTIDOS DE SELECCIONES DE FÚTBOL MAYOR MASCULINA Y SUB 20 FEMENINA

Autoridades técnicas del gobierno de la República anunciaron un plan piloto con la participación de hasta 3 mil personas en los encuentros internacionales de

fútbol que se escenificarán en el Estadio Nacional en setiembre, acatando los protocolos de distanciamiento dispuestos por el Ministerio de Salud.

El anuncio lo hizo el viernes 20 de agosto de 2021, la ministra del Deporte, Karla Alemán, en conferencia de prensa realizada en Casa Presidencial.

Se trata de los partidos de la Selección Mayor Masculina entre Costa Rica - México (5 de setiembre) y Costa Rica – Jamaica (8 de setiembre) como parte de las eliminatorias de la Confederación de Norteamérica, Centroamérica y el Caribe de Fútbol (CONCACAF) para el Mundial de Catar 2022.

También se contemplaron dos encuentros de la Selección Femenina Sub 20 de Costa Rica contra una destacada selección europea, en el marco del Bicentenario de la Independencia, el próximo 16 y 19 de setiembre.

La ministra del Deporte, Karla Alemán, exhortó a las autoridades federativas de fútbol a acatar con rigurosidad los protocolos, “para que el resultado de este plan piloto sea exitoso y posibilite en el futuro próximo la apertura de más actividades”.

La habilitación del recinto deportivo para estos partidos de las selecciones de fútbol contempla entre otras medidas el distanciamiento de 1,8 metros, el respeto a las burbujas familiares, uso obligatorio de mascarilla y aplicación de protocolo específico para la actividad, en coordinación con los organizadores.

“Estamos comprometidos en sacar adelante este plan piloto para dar la oportunidad a los seguidores de volver a los estadios y tenemos claro que debemos ser ejemplo de orden y cumplimiento de las disposiciones sanitarias”, apuntó el presidente de la Federación Costarricense de Fútbol, Rodolfo Villalobos.

De acuerdo con las autoridades sanitarias, el Estadio Nacional es uno de los establecimientos con los permisos sanitarios respectivos que guardan las mejores condiciones para un plan piloto con altos niveles de bioseguridad, ya que el inmueble cuenta con una muy alta capacidad, sus instalaciones son modernas, accesibles y tiene múltiples puntos de entrada y salida.

VUELVE EL SKATEBOARDING A LA ACCIÓN. Aprobados los protocolos.

Tras una larga ausencia, el domingo 29 de agosto regresó el Campeonato Nacional de Skateboarding 2021 en el Skatepark de Lagos de Lindora de Santa Ana.

Luego de que la pandemia por la Covid-19 impidiera que se realizaran torneos nacionales en el 2020, se logró aprobar el protocolo de entrenamientos y de competencias de este deporte.

Para David Muñoz miembro de la junta directiva de la Federación de Skateboarding de Costa Rica (FEDESKATECR), este evento lo esperaron muchos skaters, lo cual llenó de muchas emociones esta primera jornada.

El skateboarding es un deporte que hizo su debut en los pasados Juegos Olímpicos en Tokio, lo que genera un compromiso para la Federación, de trabajar y seguir todos los procesos deportivos que se aproximen.

“Se generó bastante expectativa a partir de los Juegos Olímpicos, entonces los skaters están con muchas ganas de participar en los procesos clasificatorios. Nos toca trabajar bastante duro en cuanto a la Selección Nacional y con los campeonatos que se vienen. Aparte de eso, se vienen pronto capacitaciones para instructores y jueces” concluyó el dirigente de la Federación.



Infraestructura deportiva

SE ENTREGA EL NUEVO PROYECTO UBICADO EN EL POLIDEPORTIVO DE POÁS



Los vecinos del cantón de Poás cuentan desde el viernes 16 de julio de 2021, con la nueva Piscina Semiolímpica del Bicentenario que se utilizará para fines deportivos y académicos. El costo total fue de ₡135 millones de los cuales ₡92 millones fueron aportados por el Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (Icoder) y ₡43 millones de la Municipalidad de Poás.

La obra –cuya construcción inició el 7 de diciembre anterior– fue entregada por la ministra del Deporte, Karla Alemán, y por el Ing. Luis Fernando González Quirós, del Departamento de Gestión de Instalaciones del ICODER.

El complejo ubicado en el Polideportivo de Poás fue puesto en

funcionamiento en una emotiva actividad –bajo estrictos protocolos sanitarios– en la que participaron además el alcalde de Poás, Heibel Rodríguez, representantes del Comité Cantonal del Deporte y la Recreación y atletas del cantón alajuelense.

La nueva piscina se ubica dentro de polideportivo local y cuenta con las siguientes especificaciones:

- Área de nado de 16 metros por 25 metros, con una profundidad de 1,45 metros.
- Acabado de paredes y fondo de la piscina confeccionados con gres porcelánico (rosa gres serie aqua) que son los indicados en los reglamentos de la FINA FR 2.13 .
- Carriles son de color azul oscuro, con un ancho mínimo de 25 cm. El largo es de 21 m.
- Paredes de salida y llegada con medidas y demarcaciones avaladas por la FINA, respetando los colores reglamentarios, así como un acabado de gres porcelánico antideslizante.
- Bordes tipo bloque finlandés con rejillas para evitar el oleaje en la piscina al momento de las competiciones.

- Todas las aguas recolectadas en este borde finlandés son encausadas al cuarto de máquinas, bajo el sistema de retorno con filtros, cumpliendo con la normativa NIDE vigente.

- Escalerillas de salida, plataformas de salida para cada carril señalado y aceras perimetrales.

El proyecto de la Piscina Semiolímpica del Bicentenario de Poás contempla también áreas de vestidores de mujeres y hombres, graderías, oficinas administrativas y recepción.

El Departamento de Gestión Vial de la Municipalidad de Poás fue la Unidad Ejecutora del proyecto, la que estuvo encargada de supervisar la correcta ejecución de los trabajos y los controles de calidad.

Aún quedan obras complementarias que se realizarán próximamente, como son el cierre perimetral de la piscina y la acometida eléctrica.



MEJORAS EN POLIDEPORTIVO DE SIQUIRRES CON 85% DE AVANCE



Las obras de restauración en la cancha artificial y natural del Polideportivo de Siquirres, en la provincia de Limón, cuentan con un avance del 85%, y se estima concluyan a finales de agosto, informó la ministra del Deporte, Karla Alemán Cortés.

La reconstrucción del proyecto tiene un costo de ₡100 millones, los cuales fueron aportados por el Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (ICODER) y fue adjudicada a la empresa Stadium Source.

En la actualidad, la gramilla de la cancha natural está en la fase final de remodelación. Las mejoras al sistema de iluminación cuentan con un 50% de avance, mientras que los entubados, la instalación eléctrica, las luminarias y los tableros eléctricos ya fueron instalados.

En tanto, la cancha sintética tiene la gramilla colocada, así como la totalidad de los sistemas complementarios para su óptimo funcionamiento. En ambos casos, fueron reconstruidos completamente los sistemas de drenaje pluviales.

La ministra del Deporte, Karla Alemán Cortés, resaltó que “Apoyar al deporte, la recreación y la actividad física es una gran inversión, en la búsqueda de cerrar brechas y construir una mejor sociedad”, acotó la jerarca.

El vicepresidente de la República y coordinador de Mesa Caribe, Marvin Rodríguez Cordero, indicó que: “Ofrecer las condiciones necesarias para que los grandes talentos puedan realizar sus prácticas deportivas, es un esfuerzo conjunto que debemos promover”.

Finalmente, el alcalde de Siquirres, Mangel Mc Lean Villalobos, agradeció al gobierno central por el apoyo para desarrollar estas obras en el polideportivo. “Desde la municipalidad hemos promovido rescatar espacios públicos para dejarlos al servicio de la comunidad para el deporte y la recreación”, dijo.

INICIAN TRABAJOS PARA EL MEJORAMIENTO DEL POLIDEPORTIVO ROGELIO ALVARADO CUBERO DE POCOCÍ.



Con la orden de inicio de los trabajos de revestimiento de la pista atlética y pintura del piso del gimnasio, comenzaron las obras de intervención y restauración de las tres principales áreas deportivas del Polideportivo Rogelio Alvarado Cubero, de Pococí.

El proyecto, cuya finalización está prevista para enero 2022, contempla la restauración de la pista de atletismo y la cancha de fútbol, del área de piscinas y vestidores, y del gimnasio deportivo.

Asimismo, la iluminación de la pista y la construcción de dos estructuras complementarias: las oficinas del Comité Cantonal de Deportes y Recreación de Pococí (CCDR) y los vestidores de la cancha de fútbol.

La inversión en estos trabajos es de ₡400 millones aportados por el Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (Icoder), y de ₡22 millones del CCDR de Pococí, para la contratación de servicios profesionales.

Las instalaciones deportivas fueron visitadas el viernes 9 de julio de 2021 por la ministra del Deporte, Karla Alemán Cortés, en compañía de autoridades y funcionarios del Icoder y de la Municipalidad y el Comité Cantonal de Deportes y Recreación de Pococí.

"Invertir en obras deportivas es invertir en salud y en calidad de vida para los habitantes de un cantón. Instalaciones atractivas y mejoradas impulsan y motivan la práctica sana de deportes en condiciones idóneas, por eso celebro el inicio de las mejoras en el Polideportivo Rogelio Alvarado Cubero. Sin duda la suma

de esfuerzos siempre generará buenos resultados. Desde Mesa Caribe continuamos juntos con el impulso y el desarrollo de la Región", dijo el vicepresidente de la República y coordinador de Mesa Caribe, Marvin Rodríguez.

OBRAS EN DETALLE

- Mejoras gimnasio deportivo y construcción de oficinas administrativas: demarcación de la cancha, pintura general, sustitución de láminas de techo, reparación de baterías de servicios sanitarios, iluminación directa e indirecta, construcción de nuevas oficinas administrativas (¢183,3 millones).
- Mejoras pista de atletismo y cancha de fútbol: recarpeteo de la pista de atletismo, revestimiento, demarcación e iluminación de la pista de atletismo, iluminación de la cancha de fútbol y construcción de camerinos, reparación y rehabilitación de carriles de salto largo y triple, círculo de bala, disco y martillo (¢143,2 millones).
- Mejoras y rehabilitación complejo de piscinas: colocación de bombas y filtros, sustitución de vitrocerámica de las piscinas, carrileras, reconstrucción del sistema eléctrico, iluminación, cambio de cielo raso de entrada y pintura en general (¢73,4 millones).



CONSTRUCCIÓN DE PISTA ATLÉTICA DE PURISCAL INICIARÁ EN ENERO DEL 2022



La construcción de la Pista Atlética de Puriscal del Bicentenario en el Estadio Luis Ángel Calderón en ese cantón josefino arrancará en enero de 2022, informó la ministra del Deporte, Karla Alemán, tras indicar que el desarrollo de la obra avanza de acuerdo con el cronograma.

La jerarca detalló que el proyecto se encuentra en la fase de elaboración de los diseños técnicos por parte del Tecnológico de Costa Rica (TEC), los cuales han recogido las recomendaciones para la práctica del atletismo de Dixiana Mena, la entrenadora y madre de las atletas olímpicas puriscaleñas Andrea y Noelia Vargas.

La obra ya recibió la viabilidad ambiental por parte de la Secretaría Técnica Nacional Ambiental (Setena) y se enmarca en la Política Nacional del Deporte, la Recreación y la Actividad Física (PONADRAF) 2020-2030, cuyo objetivo es propiciar el desarrollo, la salud y el bienestar social de la población en todo el territorio costarricense.

La construcción de esta pista es un compromiso asumido en octubre de 2019 por el presidente de la República, Carlos Alvarado, con las hermanas Vargas: Andrea, campeona panamericana en 100 metros vallas, y Noelia, campeona centroamericana en 20 km marcha. Ambas tuvieron una destacada participación en los recientes Juegos Olímpicos de Tokio.

La ministra del Deporte, Karla Alemán, indicó que se trabaja coordinadamente para avanzar en el sueño de unas atletas, de una entrenadora y de una población como la de Puriscal, “por contar con un centro deportivo de atletismo de alto rendimiento en el que se cuente con infraestructura adecuada para el entrenamiento de los y las deportistas”.

El proyecto es impulsado por el despacho de la ministra del Deporte, el Instituto de Desarrollo Rural (Inder), el Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (Icoder) y la Municipalidad de Puriscal y tiene un costo ₡400 millones.

RESTAURACIÓN DEL ESTADIO NUEVO DE LIMÓN EN FASE DE DISEÑO



Profesionales del Tecnológico de Costa Rica (TEC) iniciaron la etapa de diseños del Estadio Nuevo de Limón, lo que permitirá contar con los planos constructivos, especificaciones técnicas y presupuesto detallado de las obras, entre otros estudios necesarios para su rehabilitación.

Esta fase de diseño se da luego de que expertos del TEC realizaran las valoraciones estructurales y electromecánicas del recinto deportivo, informó la ministra del Deporte, Karla Alemán.

La jerarca agregó que las obras incluirán, entre otros aspectos, la intervención de la pista, sistema eléctrico externo e interno, habilitación de planta de tratamiento, acometidas electromecánicas, restauración de graderías, servicios sanitarios y cerramientos.

A la fecha se está a la espera de contar con el presupuesto detallado a efecto de definir el monto exacto de la inversión, para lo cual

inicialmente el Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (Icoder) anunció un monto de €639 millones.

La ministra Alemán indicó que, una vez se tengan los diseños y se defina el financiamiento total, iniciará el proceso de contratación de la obra para la rehabilitación del recinto, esperada por los limonenses durante mucho tiempo.

Por su parte, el vicepresidente de la República y coordinador de Mesa Caribe, Marvin Rodríguez, celebró los avances en el proceso para la recuperación y restauración de una obra deportiva tan importante e icónica para los limonenses.

“Desde Mesa Caribe, asumimos el compromiso en conjunto con la ministra del Deporte de avanzar en la provincia con la construcción y remodelación de obras deportivas. Limón es cuna de grandes deportistas, quienes siempre nos llenan de orgullo con sus participaciones a nivel nacional e internacional, de ahí nuestro compromiso de ofrecer las mejores condiciones para la práctica de sus deportes”, expresó.

Programas del ICODER

NUEVAS BECAS ICODER



Noventa y cuatro deportistas se unieron el jueves 17 de junio al grupo de Atletas Becados 2021 por el Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (Icoder).

Los deportistas, así como los representantes legales de sus correspondientes federaciones, acudieron a las oficinas del Icoder, en el Estadio Nacional, para firmar los convenios, con lo que podrán recibir sus transferencias desde el mes de mayo y hasta diciembre del 2021.

Este grupo de 94 nuevos becados está compuesto por 50 mujeres y 44 hombres, que se unen a la primera lista de deportistas beneficiados, anunciada el pasado 13 de abril, integrada por 117 atletas (59 varones y 58 damas).

Con estos nuevos ingresos, la lista de Becados Icoder 2021 queda conformada por 210 deportistas (107 mujeres y 103 hombres), en representación de 28 entidades deportivas.

El monto total de las Becas Icoder 2021 en el año es de ₡370 millones.

Las becas, definidas de acuerdo con la categorización establecida por la Comisión Permanente de Selecciones Nacionales y las competencias previstas para este 2021, van desde los ₡50 mil hasta los ₡800 mil mensuales, según se trate de deportistas de categoría mayor o juveniles, subdivididos a su vez en top, élite, internacional, avanzados o en ascenso.

Además del aporte efectivo, todos los atletas becados disponen en forma gratuita de la atención que ofrecen la Clínica de Salud Deportiva y el Gimnasio de Acondicionamiento Físico del Icoder en los campos de la metodología del deporte, medicina general, terapia física, nutrición, psicología y entrenamiento en preparación física, así como de la asesoría de la Comisión Nacional Antidopaje (Conad CR).

En este nuevo grupo de deportistas beneficiados sobresalen, entre otros, el judoca Julián Sancho (₡300 mil mensuales) y el paravelocista Sherman Guity (₡600 mil), así como un nutrido grupo de atletas de proyección en las disciplinas de atletismo, balonmano, porrismo, ciclismo, fútbol femenino, gimnasia, hockey, karate, patinaje, surf adaptado, taekwondo, tiro con arco y voleibol.

BECADOS DE NUEVO INGRESO 2021

Número Nombre Monto Mensual

ACUÁTICOS

1	Yanin Alondra Ortiz Román	€150 mil
2	Julio Jose Pérez Alemañy	€200 mil

ATLETISMO

3	Sharon Lisseth Herrera Soto	€75 mil
4	Rebeca de los ángeles Jara Méndez	€75 mil
5	Yeudy Fabian Bonilla Álvarez	€75 mil
6	Amanda Ureña Muñoz	€75 mil
7	Emmanuel Niño Villalta	€150 mil
8	Abigail Obando Cambronero	€100 mil
9	Iván José Sibaja Cerda	€75 mil
10	Paulo de Jesús Gómez González	€75 mil
11	Daniela Francini Cortes Llama	€100 mil
12	Rasheed Miller Guity	€75 mil

BALONMANO

13	Julio Esteban Rodríguez Herrera	€75 mil
14	Justin Mauricio Gutiérrez Martínez	€75 mil
15	Santiago Brenes Aguilar	€75 mil
16	Adrián Rodríguez Rojas	€75 mil

BOXEO

17	Génesis Martínez Moya	€100 mil
----	-----------------------	----------

CHEER AND DANCE

18	Keysie María Acuña Pérez	€50 mil
19	Yefry Antonio Barahona Hernández	€50 mil
20	Priscilla Benavides Cruz	€75 mil
21	Mariana de los Áng. Sánchez Sánchez	€75 mil
22	Joshua Emanuel Fernández Jiménez	€75 mil
23	Valerya Quesada Vado	€75 mil
24	Edgar Enrique Carpio Rodríguez	€50 mil

CICLISMO

25	Jonathan Josué Quesada Castillo	€250 mil
26	John Estephano Jiménez Retana	€75 mil
27	Pablo Andrés Aguilar Omodeo	€100 mil
28	Angie Paola Bogantes Ruiz	€125 mil
29	Jose Pablo Chavarría Centeno	€75 mil

FÚTBOL

30	Diana Díaz Artavia	€75 mil
31	María Paula Coto González	€145 mil
32	Catalina Estrada Carvajal	€75 mil
33	Fabiola Villalobos Morales	€125 mil
34	Yaniela Arias Álvarez	€110 mil
35	Cristel Sandí García	€110 mil
36	Carolina Venegas Morales	€100 mil

GIMNASIA

37	Emma Benavides Muñoz	€75 mil
38	Camila Montoya Jiménez	€75 mil
39	Gloriana de Jesús Sánchez Arguedas	€75 mil
40	Heika del Sol Salas Castro	€125 mil
41	Francisco Ulate Alpízar	€75 mil
42	Franciny Morales Barquero	€75 mil
43	Mariana Andrade Gómez	€75 mil
44	Arianna Castaneda Abarca	€75 mil
45	María Celeste Meoño Chaves	€75 mil
46	Camila Vásquez Brenes	€75 mil
47	Leonela Solano Orozco	€75 mil

GOLF

48	Juan Pablo Alvarado Barrantes	€100 mil
----	-------------------------------	----------

HOCKEY

48	Gloriana López Roldan	€75 mil
50	Nohelia Mata Aguilar	€75 mil
51	Yerling Cano Guillén	€75 mil
52	Aldair Bejarano Tortos	€75 mil
53	Bernardo Picado Chacón	€75 mil

JUDO

54	Julián Sancho Chinchilla	€300 mil
----	--------------------------	----------

KARATE-DO

55	María José Granado Ramírez	€75 mil
56	Kylie Joyce Solís Beardsley	€75 mil
57	Mariana Sánchez Espinoza	€100 mil
58	María Valeria Monge Ureña	€100 mil

PARADEPORTES

59	Ernesto Fonseca Rodríguez	€200 mil
60	Leiner Ramírez Alfaro	€100 mil
61	Sherman Guity Guity	€600 mil

PATINAJE

62	Donovan Ramírez González	€100 mil
63	Sebastián Cordero Castillo	€150 mil
64	Byron Francisco Siles Vega	€150 mil
65	Maripaz Herrera Coto	€75 mil
66	Valerie Ramírez Coto	€75 mil

POTENCIA

67	María José Barquero Mena	€100 mil
68	Andrés Soto Rivera	€75 mil

PULSOS

69	Santiago Carvajal Córdoba	€75 mil
70	Guido Rodríguez Jiménez	€75 mil

RACQUETBALL

71	Luis Álvaro Guillen Volio	€125 mil
----	---------------------------	----------

SURF

72	Henry Martínez Hernández	€250 mil
73	Edwin Víctor Ocampo	€150 mil
74	Roy Steven Calderón Vargas	€250 mil

TAEKWONDO

75	María José Calderón Yzaguirre	€100 mil
76	Laura Sancho Cartín	€100 mil
77	Amanda Sánchez Montes	€100 mil
78	Juan Carlos Calderón Ruíz	€100 mil

TIRO CON ARCO

79	Ian Andrés Horsburgh Méndez	€75 mil
80	Brandon González Vargas	€75 mil
81	Paula Yeimy Morales Barquero	€75 mil
82	Carlos Andrés Rodríguez Gutiérrez	€75 mil

TRIATLÓN

83	Pablo Herrera Chacón	€125 mil
84	David Alvarado Chau	€100 mil

VOLEIBOL

85	Allan Naranjo Avendaño	€100 mil
86	Tamara Espinoza Rojas	€75 mil
87	María José Castro Rueda	€150 mil
88	Sebastián Núñez Muñoz	€75 mil
89	Criforth Fallas Lobo	€75 mil
90	Mariana Rodríguez Araya	€75 mil
91	Relly Nihat Díaz López	€75 mil
92	Andersson Barboza Alfaro	€75 mil
93	Angélica Rodríguez Esquivel	€125 mil
94	Marilyn Fiorella Vindas Corrales	€75 mil



MOVÉTE EN LÍNEA



“Movete en Línea” es un espacio dirigido a niños y personas adolescentes para que le saquen el máximo provecho al período de vacaciones de medio año y ejerzan su derecho a la recreación, el deporte y la cultura.

Música, baile, títeres, talleres de iniciación en ciclismo, gimnasia básica, voleibol y atletismo, estimulación temprana, coreografía de Hip Hop y recreación en familia, son las actividades virtuales transmitidas por Facebook Live, que estuvieron disponibles entre el martes 29 de junio y el sábado 10 de julio de 2021.

El martes 29, inició con la propuesta a cargo del profesor Adolfo Alvarado, con el apoyo del Comité Cantonal de Deportes y Recreación de Turrialba. Fue un taller recreativo que combina movimientos, figuras geométricas, colores y espacios.

"Movete en línea" es un esfuerzo conjunto del Patronato Nacional de la Infancia (PANI), el Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (ICODER), el Instituto de Fomento y Asesoría Municipal (IFAM) y el Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS), con el respaldo de Casa Presidencial, el Ministerio de Educación Pública (MEP) y el Despacho de la Ministra del Deporte (MIDEPOR).

PROGRAMACIÓN
PRIMERA SEMANA
DEL MARTES 29 DE JUNIO AL
SÁBADO 3 DE JULIO

MARTES 29 DE JUNIO / 2:00PM	"A CREAR"
JUEVES 1 DE JULIO / 2:00PM	"ASÍ DE FÁCIL"
VIERNES 2 DE JULIO / 3:00PM	"TALLER COREOGRÁFICO"
SÁBADO 3 DE JULIO / 8:00 AM	"TALLER INICIACIÓN CICLISMO"
SÁBADO 3 DE JULIO / 2:00PM	"TALLER KIDS ATHLETICS"

"A CREAR"
ACTIVIDADES RECREATIVAS Y FORMATIVAS
A CARGO DE: COD TURRIALBA

MARTES 29 DE JUNIO
MIÉRCOLES 7 DE JULIO
VIERNES 9 DE JULIO

2:00PM

Facebook LIVE

"KIDS ATHLETICS"
A CARGO DE: ESCATH

SÁBADO 3 DE JULIO

2:00 PM

Facebook LIVE

Los parques recreativos

CULMINA CON ÉXITO PROYECTO DE REARBORIZACIÓN DEL PARQUE METROPOLITANO LA SABANA



En el marco del Día del Árbol, el Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (Icoder) y Scotiabank anunciaron el martes 15 de junio de 2021 la conclusión del proyecto de rearbORIZACIÓN "Una Nueva Sabana", el cual tenía como objetivo recuperar la seguridad y funcionalidad ecológica de este pulmón josefino.

La iniciativa es resultado de una de las alianzas público-privadas más exitosas de nuestro país en los últimos años, liderada por el Icoder y Scotiabank y desarrollada en coordinación con el Sistema Nacional de Áreas de Conservación de Costa Rica (Sinac), el Ministerio de Justicia y Paz, la Compañía Nacional de Fuerza y Luz (CNFL) y Preserve Planet.

Tras 13 años de trabajo continuo (2008 - 2021) y 54 jornadas de voluntariado, se logró completar el 100% de las metas establecidas:

- 3.262 árboles enfermos o no nativos sustituidos;
- 5.071 nuevos árboles plantados, de más de 235 especies nativas diferentes, 18 de ellas en peligro de extinción;
- y más de 140 especies de aves registradas.

“En Scotiabank nos sentimos muy orgullosos con el trabajo realizado en estos 13 años. El apoyo de entidades públicas, empresas, ONG’s y civiles ha sido fundamental para el éxito de este proyecto. Hoy concluimos esta iniciativa con la satisfacción de

haber cumplido con el 100% de las metas establecidas”, señaló Rocío Zamora, gerente senior de Comunicaciones y Responsabilidad Social de Scotiabank.

UN PROCESO CON RESULTADOS EXTRAORDINARIOS

Del 2011 al 2019, se realizó el trabajo de intervención en La Sabana. A través de 54 jornadas de voluntariado y gracias al apoyo de 93 organizaciones y 4.695 voluntarios, año tras año se cumplieron las metas de sustitución y siembra. Durante el 2020 y parte del 2021, se realizó trabajo de mantenimiento forestal y de jardinería para velar por el sano desarrollo de los árboles plantados. Otro resultado destacado, es el incremento en la cantidad de

especies de aves registradas y avistadas en el parque. En una década, se pasó de 13 a más de 140 especies de aves residentes y migratorias, que hoy encuentran refugio en La Sabana. La presencia y abundancia de aves son indicadores biológicos del estado de salud del parque.

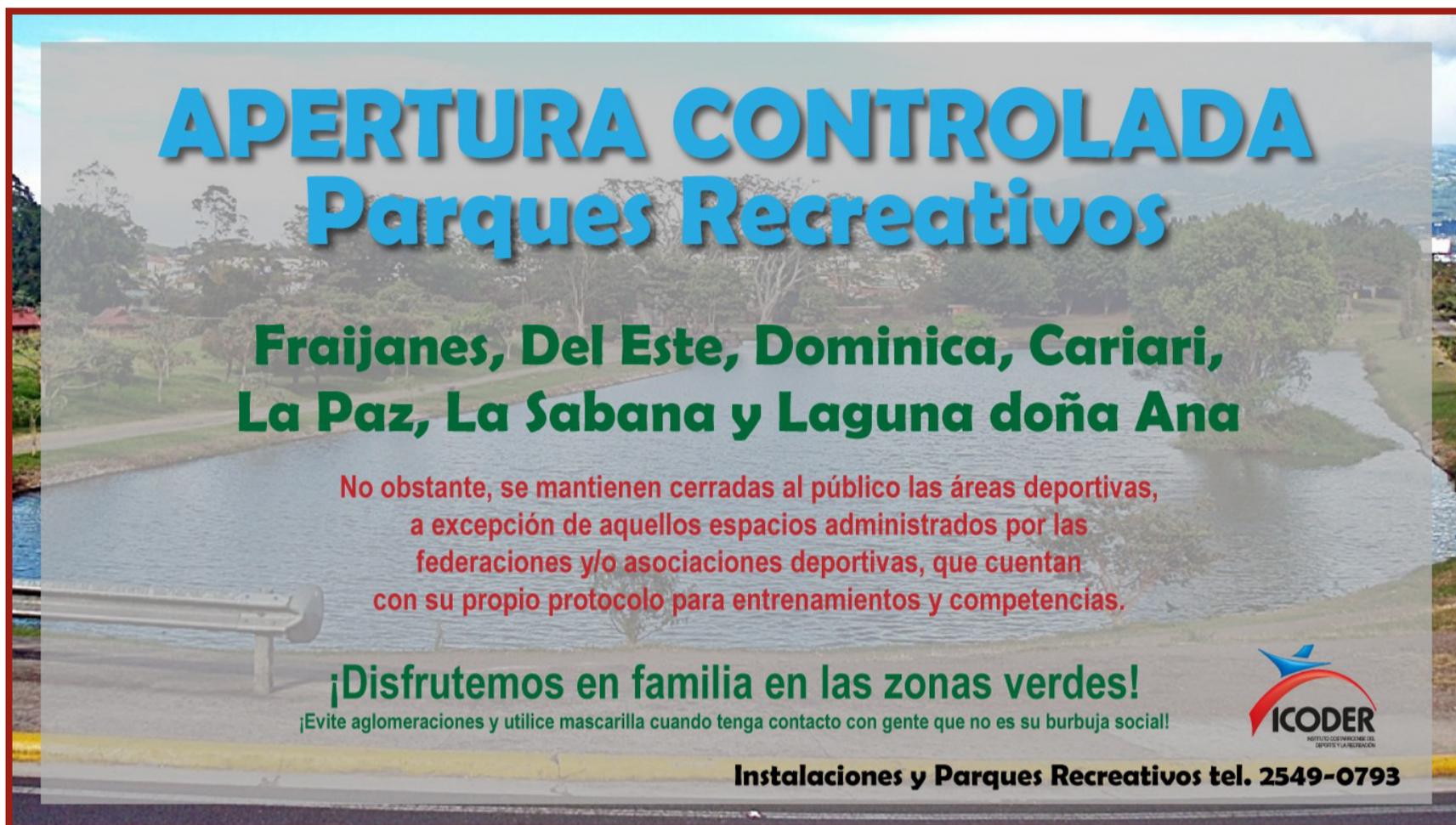
También, cabe destacar el componente social de “Una Nueva Sabana”. Gracias a la alianza con el Ministerio de Justicia y Paz, un grupo de privados de libertad participó en el proyecto. Algunos trabajaron en el vivero instalado en el Centro Penitenciario La Reforma y otros participaron en la fabricación de mobiliario como mesas de picnic, rótulos, estaciones de reciclaje, barandas y basureros, contruidos con la madera extraída del parque que estaba en buen estado y, posteriormente, instalados en los parques recreativos e instalaciones administrados por el Icoder.

“Hoy, La Sabana es un espacio seguro, gracias a que se eliminó el riesgo de caída de ramas de árboles muertos o enfermos; además, es un espacio rico en biodiversidad, aspectos fundamentales para cumplir con el rol educativo, cultural, recreativo y deportivo del parque. Desde el ICODER queremos agradecer a Scotiabank por este extraordinario proyecto y a cada persona que trabajó para que Una Nueva Sabana sea una realidad”, dijo Vivian Ortega, Unidad de Planificación del Icoder.

“Una Nueva Sabana” hizo posible la recuperación de este emblemático parque capitalino y la mejora del entorno urbano. Hoy, el Parque Metropolitano La Sabana es una verdadera celebración de la rica biodiversidad de nuestro país, para disfrute de todas las personas visitantes.



REABIERTO EL PARQUE LA EXPRESIÓN LAGUNA DE DOÑA ANA



**APERTURA CONTROLADA
Parques Recreativos**

**Fraijanes, Del Este, Dominica, Cariari,
La Paz, La Sabana y Laguna doña Ana**

No obstante, se mantienen cerradas al público las áreas deportivas, a excepción de aquellos espacios administrados por las federaciones y/o asociaciones deportivas, que cuentan con su propio protocolo para entrenamientos y competencias.

¡Disfrutemos en familia en las zonas verdes!
¡Evite aglomeraciones y utilice mascarilla cuando tenga contacto con gente que no es su burbuja social!

ICODER
INSTITUTO COSTARRICENSE DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN

Instalaciones y Parques Recreativos tel. 2549-0793

El jueves 22 de julio de 2021, se anunció la reapertura del Parque La Expresión Laguna de Doña Ana, en Paraíso de Cartago, a partir del miércoles 28 de julio de 2021.

La medida fue tomada por la Unidad de Administración de Instalaciones del Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (Icoder), una vez recibido el visto bueno por parte de la Comisión Municipal de Emergencias de Paraíso.

El horario de apertura es de martes a domingo, de 8 a.m. a 4 p.m., con aforos máximos de de 150 personas.

Los visitantes deben cumplir con los protocolos sanitarios entre ellos el lavado de manos, permanecer en burbuja y distanciamiento, al tiempo que no se permiten las mejengas ni el uso de los juegos infantiles.

En todos los parques del Icoder, además, está prohibido el fumado y el consumo de bebidas alcohólicas.

POCO A POCO VAMOS REABRIENDO LOS PARQUES RECREATIVOS

El Parque Recreativo del Este, localizado en San Rafael de Montes de Oca, reabrió sus puertas al público el jueves 22 de julio de 2021, con horario de 8 a.m. a 4 p.m., de martes a domingo y con un aforo máximo de 500 personas.

De igual forma, el Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (Icoder) mantiene abiertos los parques metropolitanos La Sabana y de la Paz; siempre con el llamado a las personas visitantes a mantener las medidas sanitarias y evitar las aglomeraciones.

La reapertura del Parque del Este fue posible luego de recibir el visto bueno del Comité Municipal de Emergencias (CME) de Montes de Oca.

Actos protocolarios y sociales

SE JURAMENTA LA DELEGACIÓN DE COSTA RICA QUE PARTICIPARÁ EN LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE TOKIO



El presidente de la República, Carlos Alvarado, juramentó el miércoles 30 de junio de 2021, a la delegación costarricense que participó en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos de Tokio, en una entusiasta actividad que tuvo lugar en el Comité Olímpico Nacional, en Coronado

Junto al mandatario, estuvieron presentes la primera dama de la República, Claudia Dobles; la ministra del Deporte, Karla Alemán; el presidente del CON, Henry Núñez; la integrante oficial del Comité Olímpico Internacional y expresidenta de la República, Laura Chinchilla; y el embajador de Japón en Costa Rica, Komatsu Shinjiro, entre otros. El mandatario indicó que ante la situación que afronta Costa Rica, “recuerden en todo momento que tienen a todo un país que los admira y defiende; en el marco de los 200 años ustedes escribirán la historia de una pequeña nación que no deja de sorprender con lo que hace”, dijo.

Durante el acto fueron dados a conocer los abanderados nacionales que serán la vallista Andrea Vargas en los Juegos Olímpicos y la paranadadora

Camila Haase y el paratenismesista Steven Román en los Juegos Paralímpicos.

Los Juegos Olímpicos Tokio 2020 tuvieron lugar del 23 de julio al 8 de agosto, mientras que los Juegos Paralímpicos se disputaron del 24 de agosto al 5 de setiembre.

En total, participaron 20 atletas y paratletas (11 hombres y 9 mujeres).

Juegos Olímpicos

- Atletismo: Andrea Vargas, Noelia Vargas y Gerald Drummond.
- Surf: Brisa Hennessy y Leilani McGonagle
- Judo: Ian Ignacio Sancho
- Gimnasia artística: Luciana Alvarado
- BMX Freestyle: Kenneth Tencio
- Ciclismo: María José Vargas y Andrey Amador
- Natación: Beatriz Padrón y Arnoldo Herrera

Juegos Paralímpicos

- Paraciclismo: Henry Raabe.
- Paratletismo: Sherman Guity, Melissa Calvo y Ernesto Fonseca.
- Parataekwondo: Andrés Molina.
- Paratenis de mesa: Steven Román.
- Paranatación: Camila Hasse.
- Paratenis: José Pablo Gil

La ministra del Deporte, Karla Alemán, hizo una reflexión y agradeció a la delegación costarricense por “recordarnos que la disciplina, la perseverancia y el sacrificio personal y familiar nos permiten alcanzar grandes sueños”.

“Es muy satisfactorio juramentar a la delegación costarricense más grande en cuanto a atletas clasificados y más aún cuando todos son sinónimo de disciplina, compromiso y entrega”, externó Henry Núñez, presidente del CON.

Por su parte, la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS) vacunó aproximadamente a 60 personas que forman parte de la delegación que irá a Tokio, y en total aplicará unas 130 dosis con vacunas donadas por la casa farmacéutica Pfizer.



COSTARRICENSE GABRIELA SCHAER HACE HISTORIA EN EL BALONCESTO OLÍMPICO



En un acontecimiento histórico para el baloncesto nacional y latinoamericano, la costarricense Gabriela Schaer Araya participó en los Juegos Olímpicos de Tokio 2020 como Comisaria FIBA del torneo femenino.

Schaer es una de las dos máximas autoridades arbitrales del basquetbol olímpico, junto con el griego Andreas Papadopoulos.

Desde el Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación saludamos, felicitamos y le deseamos el mayor de los éxitos a nuestra compañera, quien aparte de su trayectoria, primero como árbitra y luego como comisaria internacional de baloncesto, se desempeña en nuestra institución como jefa de la Unidad de Relación con Entidades del Departamento de Deporte y Recreación.

DIRECTORA NACIONAL DEL ICODER ES REELECTA COMO PRESIDENTA DEL CID



La directora nacional del Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (Icoder), Alba Quesada Rodríguez, se mantendrá durante los próximos dos años como presidenta del Consejo Iberoamericano del Deporte (CID), tras ser reelecta por unanimidad el lunes 10 de mayo de 2021.

Durante la XXVII Asamblea General del CID, efectuada virtualmente, la costarricense fue designada para mantenerse en el cargo por dos años más, luego de que en febrero del 2020 fuera nombrada presidenta para completar el segundo período del uruguayo Fernando Cáceres, quien debió salir del organismo al finalizar su gestión en el anterior gobierno de su país.

La Asamblea del CID contó con la participación de 17 países, de los 22 que componen el organismo regional.

Junto a la costarricense fueron nombrados en el Comité Ejecutivo, también por unanimidad, Inés Arrondo, secretaria de Deportes de Argentina, como vicepresidenta, y, como representantes regionales, Fátima Morales, Ministra de Deportes de Paraguay, por Sudamérica; Osvaldo Vento, presidente del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación de Cuba, por el Caribe; y Vitor Pataco, presidente del Instituto Portugués de Deportes y Juventud, por la Península Ibérica.

En su intervención, la presidenta resaltó la importancia del CID “como un espacio de encuentro para la renovación del compromiso del deporte y como un factor de construcción de ciudadanía y de gobierno de los países de la región iberoamericana”.

Informe de gestión. Quesada Rodríguez, en su informe de gestión, valoró la trascendencia de haber podido desarrollar, dos videoconferencias ministeriales, con la participación de casi el 100% de los países miembros.

Dichas actividades virtuales, efectuadas el 22 de mayo y el 9 de octubre de 2020, contaron con la participación de representantes de los organismos internacionales con los que el CID mantiene acuerdos de cooperación, entre ellos UNESCO, la Liga de Fútbol Española, ONU Mujeres, Observatorio Mundial, CIGEPS, Sport and Human Rights, AECID, WADA y el Consejo de Europa, entre otros.

La costarricense también resaltó la creación de una plataforma, accesible en la página web del

CID, que incluye los aportes y experiencias de los estados miembros para la atención de las necesidades de los deportistas y las entidades deportivas durante los primeros meses de la pandemia del Covid-19.

De igual forma, en estos intercambios virtuales fue presentado el informe técnico “Deporte en tiempos de pandemia, una mirada desde Iberoamérica”, elaborado por UNESCO con el apoyo técnico del CID y coordinado por Fernando Cáceres, donde se recogen pautas y propuestas dirigidas a los países miembros, en el contexto de la emergencia sanitaria mundial del Covid-19.



BRISA AGRADECIDA



Previo a su salida del país para reintegrarse a las competencias del Tour Mundial, la surfista costarricense Brisa Hennessy visitó el lunes 30 de Agosto de 2021, el Estadio Nacional para compartir con la directora nacional del Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (Icoder), Alba Quesada Rodríguez, y la ministra del Deporte, Karla Alemán Cortés, a quienes les agradeció todo el respaldo que se le ha brindado en los últimos años para impulsar aún más su exitosa carrera deportiva.

Acompañada de sus padres, Michael James y Katherine Hennessy, y del periodista de la Federación Costarricense de Surf, José Duarte, así como del coordinador de la Comisión Permanente de Selecciones Nacionales del Icoder, Juan José Villalobos, la atleta, compartió un café con la directora nacional y una charla con la ministra, en la cual pudo escuchar un mensaje de felicitación del presidente de la República, Carlos Alvarado Quesada, y enviarle una emotiva respuesta.

Brisa, primera centroamericana en participar en el Championship Tour de la World Surf League, obtuvo en los Juegos Olímpicos de Tokio 2020 un honroso quinto lugar.



DESDE LA DIRECCIÓN
Alba Quesada Rodríguez
Directora Nacional



¡Un millón de gracias, Scotiabank!

*“El que planta un árbol, planta una
esperanza...*

*El que planta un árbol, planta una
alegría...*

El que planta un árbol, planta la paz...

*El que planta un árbol, planta la
juventud...*

*El que planta un árbol, planta el
amor...*

*¡Planta! ¡La vida hace el resto! El cielo
y la tierra ayudan al que planta un
árbol, y su obra será su propia
recompensa”.*

Lo escribió la poetisa estadounidense Lucy Larcom (1824-1893) en su poema Planta un árbol.

Gracias al trabajo conjunto, hombro a hombro, con Scotiabank, no sembramos uno sino 5.071 nuevos árboles desde el inicio y hasta concluir con total éxito el Proyecto de Rearborización Una Nueva Sabana, desarrollado a lo largo de 13 años, entre 2008 y 2021.

Cuando el pasado 15 de junio de 2021 anunciamos la finalización del proyecto ejecutado en el Parque Metropolitano La Sabana, tras completar el 100% de las metas establecidas, habíamos sumado 54 jornadas de voluntariado, en las cuales, aparte de sembrar esos 5.071 nuevos árboles, de más de 235 especies nativas diferentes, sustituimos 3.262 árboles enfermos y registramos más de 140 especies de aves.

En esas 54 jornadas, contamos con la colaboración de 93 organizaciones y 4.965 personas. A cada una de ellas, gracias de corazón.

Pocos días después, el 5 de julio, recibimos la visita de Rocío Zamora Chacón, gerente senior de Comunicaciones y Responsabilidad Social de Scotiabank para Costa Rica y Panamá, quien, acompañada de Carolina Durán Sanabria, directora regional de Mercadeo y Comunicación para Scotiabank, nos hizo entrega de una versión de lujo de la Memoria del Proyecto de Rearborización, la cual se puede encontrar en el enlace https://www.icoder.go.cr/media/pdf/unanuevasabana/MEMORIA_%20UNA_NUEVA_SABANA.pdf

Tras recibir el valioso documento, agradecemos a Scotiabank por ser nuestro principal socio estratégico en este magno proyecto, que nos demuestra una vez más el gran valor de las alianzas público-privadas.

Quien planta un árbol planta una esperanza.

Nuestro sincero agradecimiento a Scotiabank por ser durante 13 años el gran aliado del Instituto Costarricense del Deporte y la Recreación (Icoder) en la ejecución del Proyecto de Rearborización Una Nueva Sabana.

Muchas gracias por la dedicación, el esfuerzo y principalmente por el compromiso de ayudarnos a recuperar la funcionalidad ecológica del Parque Metropolitano La Sabana.

Más que el Icoder, Costa Rica, y los hijos que vendrán, estarán por siempre agradecidos.

@ENTRENO

La Revista Digital del Instituto
Costarricense del Deporte y la Recreación
(ICODER)

AÑO VI NÚMERO 13
mayo a agosto 2021

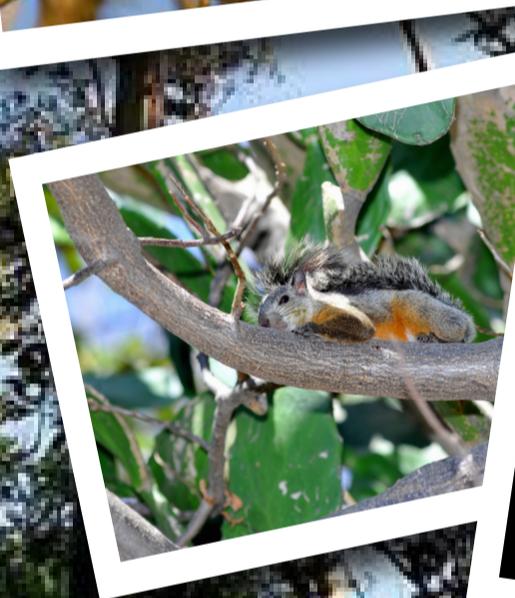
Producción:
Proceso de Comunicación

juan.bonilla@icoder.go.cr
franklin.solis@icoder.go.cr

Diseño, diagramación y retoque fotográfico:
allan.arias@icoder.go.cr

Teléfonos: 2549-0714
2549-0716
2549-0715

Algunas fotografías fueron tomas de:
delfino.cr
diarioextra.com
crhoy.com
elmundo.cr
caribeactual.com
lateja.cr



Los cambios en la vegetación de La Sabana, resultado de la plantación de 5.000 árboles nativos, incrementaron la cantidad de especies de aves observadas en el parque. Se registran más de 135 especies, pertenecientes a 33 familias.

Los nuevos árboles plantados funcionan como refugio para una diversidad importante de especies, residentes y migratorias, y además son fuente de alimento y anidación.

@ENTRENO