AGAXEDE
ASOCIACIÓN GALEGA DE XESTIÓN DEPORTIVA

Beone
FITNESS & SPORT
PATROCINADOR OFICIAL DE AGAXEDE

Deputación DA CORUÑA

REAL CLUB DEPORTIVO LA CORUÑA

PROXECTO XXVII CARREIRA ALTERNATIVA - 2022

A PROL DO DEPORTE SEN VIOLENCIA

MÓVETE CON NÓS

15 DE MAIO

Saída e chegada na praza de María Pita 11:00 HORAS

JIM SPORTS GRUPO

Ayuntamiento de A Coruña
Concello da Coruña

FAGDE
Federación de Asociaciones de Gestión del Deporte de España

AEDPT
ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE DEPORTE PARA TODOS
ENTE DE PROMOCIÓN DEPORTIVA "JOSÉ MARÍA CAGIGAL"

UNIVERSIDADE DA CORUÑA
FACULTADE DE CIENCIAS DO DEPORTE E A EDUCACIÓN FÍSICA

GADIS

radiospectrum
SERVIZOS DE RADIO PROFESIONAL

QARONÍ

Coca-Cola

aquaBona

ALQUIMIA

Federación Galega de Atletismo

FEDERACIÓN GALLEGA DE BOXEO

ZUMBA FITNESS

ASV EVENTOS

DA RÚA BREAKING

GIAPS
Grupo Internacional de Actividades de Prevención y Socorrismo

ADEAC

ASPRONAGA
Asociación Pro Personas con Discapacidad Intelectual de Galicia

Escuela de Tenis Marineda

ÍNDICE

1. PRESENTACIÓN 3
2. UNHA CARREIRA DIFERENTE 4
3. OBXECTIVOS 5
4. DESENVOLVEMENTO DA CARREIRA ALTERNATIVA 6
5. XESTIÓN DA COMUNICACIÓN 10
6. O PERSOAL VOLUNTARIO 13
7. GALERÍA DE IMAXES 15
8. EXPOSICIÓN VIRTUAL 25 ANOS 17
9. XXVII EDICIÓN CARREIRA ALTERNATIVA - 2022 19
10. CONTRAPORTADA AGAXEDE 21

XXVII CARREIRA ALTERNATIVA

1. Presentación

A Carreira Alternativa é unha actividade singular de carácter popular e participativo, que naceu en 1996 da man do Ente de Promoción Deportiva “José María Cagigal”- Asociación Española de Deporte Para Todos, entidade inscrita no rexistro do Consello Superior de Deportes.

Dende a súa orixe a Carreira Alternativa asumiu o compromiso de contribuír á defensa do dereito cidadán á práctica da actividade física e o deporte sen ningún tipo de obstáculo ou discriminación. Agora está consolidada como unha das ofertas deportivas tradicionais do calendario deportivo da Coruña, xunto co Día do Deporte na Rúa e o Miguelito de Judo, entre outras.

En 2020, conmemoramos vinte cinco edicións, organizando a Carreira Alternativa polo DÍA MUNDIAL DE PROTECCIÓN DA NATUREZA, pois o proxecto inicial para 2020, antes da crise sanitaria, ía celebrarse o 18 de outubro, coincidindo con dito Día Mundial. Foi preciso modificar o seu formato por imperativo da pandemia da COVID-19, por responsabilidade e, tamén, para cumprir coa tarefa de promoción do deporte da cidadanía. O formato dixital foi necesario para non suspender a carreira, tamén no ano 2021, sendo a mensaxe a prol do DÍA DAS LETRAS GALEGAS.

En 2022, a Carreira Alternativa recupera a convocatoria presencial, aínda que haberá que cumprir as medidas de prevención que se dispoñan contra a COVID-19 polas autoridades sanitarias, e o lema da convocatoria será A PROL DUN DEPORTE SEN VIOLENCIA.

2. Unha carreira diferente

A Carreira Alternativa é única e singular con respecto do resto de carreiras coñecidas que se organizan na Coruña e outros lares, fundamentalmente, pola sua finalidade, contido e organización.

Pola sua finalidade

Non busca un resultado en competición de rendemento, ó contrario, pretende visibilizar o dereito da cidadanía á práctica deportiva, sen ningún tipo de barreira ou discriminación. A este fin principal, temos engadido un lema distinto en cada edición, convertendo a nosa actividade en altofalante de demandas, reivindicacións e accións solidarias. Dende a concienciación de axuda a os damnificados en catástrofes, como pola solidariedade coa Cociña Económica coruñesa, ata campañas sobre as mulleres afectadas polo cancro de mama ou persoas con espectro autista.

Polo seu contido

A Carreira Alternativa é unha actividade deportiva única e singular, de carácter popular e participativo que sirve ós valores da concepción da mensaxe exposta polo Consello de Europa en 1966, baixo o nome de “Deporte para Todos”. Mentres que no “deporte de rendemento” as persoas deben adaptarse ás normas e regulamentos do deporte federado, no “Deporte para Todos” é o deporte quen ten que adecuarse ás persoas, a súa capacidade e intereses.
Na parte do desprazamento de sete kilómetros da Carreira Alternativa, pódese participar como se prefire: andando, correndo, en bicicleta, en patíns, monopatín, cadeira de rodas, etc. cun ritmo de desprazamento neutralizado que establece a organización. Trátase, non de chegar primeiro, senón de facer o recorrido. Unha vez finalizado, pódese participar en diversos deportes alternativos e xogos, recollendo tíckets en cada estación, para participar no sorteo final da actividade.

Pola súa organización

Esta carreira, promovida, liderada e organizada polo Ente de Promoción Deportiva “José Mª Cagigal”-Asociación Española de Deporte para Todos e, na actualidade, cedida a súa organización á Asociación Galega de Xestión Deportiva (AGAXEDE), ademais do apoio e colaboración de federacións e clubs deportivos, é unha actividade de balde que non precisa de inscrición, nin recollida de dorsal. Aínda que se recomenda a inscrición na web de AGAXEDE, ós efectos de ter a cobertura do seguro de accidentes, no seu caso.

3. Obxectivos

- **Desfrutar dunha actividade física accesible que se caracteriza por permitir a participación aberta de persoas maiores e pequenas, mediante un ocio activo utilizando os espazos urbanos.**

- **Promover un DEPORTE SEN VIOLENCIA.**

- **Reivindicar máis horas de actividade física e deportiva nos centros de ensinanza, para inculcar dende as idades máis temperás o hábito da súa práctica.**

- **Defender o dereito cidadán a un deporte social, igualitario, inclusivo, sostible e saudable, sen ningún tipo de obstáculo ou discriminación.**

4. Desenvolvemento da Carreira Alternativa

4.1. DESPRAZAMENTO URBANO

A Carreira Alternativa é distinta do resto de carreiras coñecidas que se organizan na Coruña e outros lares, fundamentalmente, pola sua finalidade, contido e organización. A Carreira Alternativa é unha actividade de carácter gratuito, que na súa XXIV edición presencial celebrada o 12 de maio de 2019, reuniu a 1200 participantes.

A Carreira dou comezo as 11 horas na praza de María Pita, seguindo un itinerario urbano de 7 km, e rematando o percorrido nesa mesma praza. Nesta carreira está permitida calquera forma de desprazamento sempre que sexa mediante o propio esforzo persoal ou dos acompañantes e dicir, existe a posibilidade de ir andando, en bicicleta, en patíns, correndo, en cadeira de rodas... Nesta carreira non hai que chegar primeiro pois non se establece ningún tipo de competición máis alá da que un realiza consigo mesmo, é por iso é que non se require inscrición previa nin recoller dorsal.

Nesta edición, a encargada de dar o pistoletazo de saída foi a atleta do Riazor Coruña, Paula Iglesias, recente campioa de España en 400 metros lisos.

Percorrido da XXIV Carreira Alternativa

Eduardo Blanco e Paula Garnelo, campiona de España de 400 ms. lisos, dando o pistoletazo de saída en 2019

Saída dende a Praza de María Pita

4.2. ACTIVIDADES E XOGOS

Unha vez que a carreira chega de novo a Praza de María Pita, as personas voluntarias fan reparto das camisetas e das bebidas de refrixerio, e comenza a segunda parte da actividade.

A partir dese momento pódese participar nas diversas actividades distribuídas por áreas según o tipo de xogo ou deporte alternativo do que se trate. A participación nestas actividades se ve recompensada coa entrega de tickets para o sorteo de agasallos, ao remate da sesión de peche na que participa o conxunto das persoas participantes (nas diferentes edicións, o wushu, aerobic, tai chi, zumba, aerobox, etc. foron as actividades que pecharon a carreira).

As estacións de actividades, entre outras, son as seguintes:

- Xogos alternativos (Mazaball/Mini-hockey/Lacrosse)
- Xogos de raqueta (Bádminton /Palas elásticas/ Indiacas)
- Deslízate en patíns (Alquimia Inline/ Galicia Rollers)
- Medición da forza
- Iniciación á reanimación cardiopulmonar
- Ociobox
- Adestramento persoal
- Wushu
- Minigolf
- Rincón dos peques

XXVII CARREIRA
ALTERNATIVA

Concello da Coruña
Concellaría de Deportes
GADIS
BOXER
invernalia
Colexio Profesional da Educación Física
e do Deporte de Galicia
CLUB AMC
WUSHU

5. Xestión da Comunicación

A tarefa de información e difusión da Carreira Alternativa nas edicións celebradas, fíxose coa edición de cuñas publicitarias nas emisoras de radio locais e o envío de notas de prensa. Tamén difúndese en webs e redes sociais, repartindo máis de 5.000 carteis e flayers polos puntos de interés da cidade.

Os días previos á celebración da Carreira Alternativa, realizánse actos de difusión con as entidades que colaboran e patrocinadoras, ademáis dunha presentación institucional cos medios de comunicación.

VER UNHA DAS EDICIÓNS DA CARREIRA ALTERNATIVA

5.1. A CARREIRA NA PRENSA

5.2. XORNADAS DE ACTIVIDADE FÍSICA SAUDABLE

PRESENTACIÓN

Na celebración da XX Carreira Alternativa, a Asociación Española de Deporte para Todos (AEDPT) e a Asociación Galega de Xestión Deportiva (AGAXEDE), organizaron por primeira vez as "Xornadas de Actividade Física Saudable" en cinco parques biosaudables de A Coruña, os dous sábados anteriores á carreira, que serven para a difusión da mesma. Estas xornadas contan co apoio e colaboración do Concello de A Coruña e a Universidade da Coruña.

6. O Persoal Voluntario

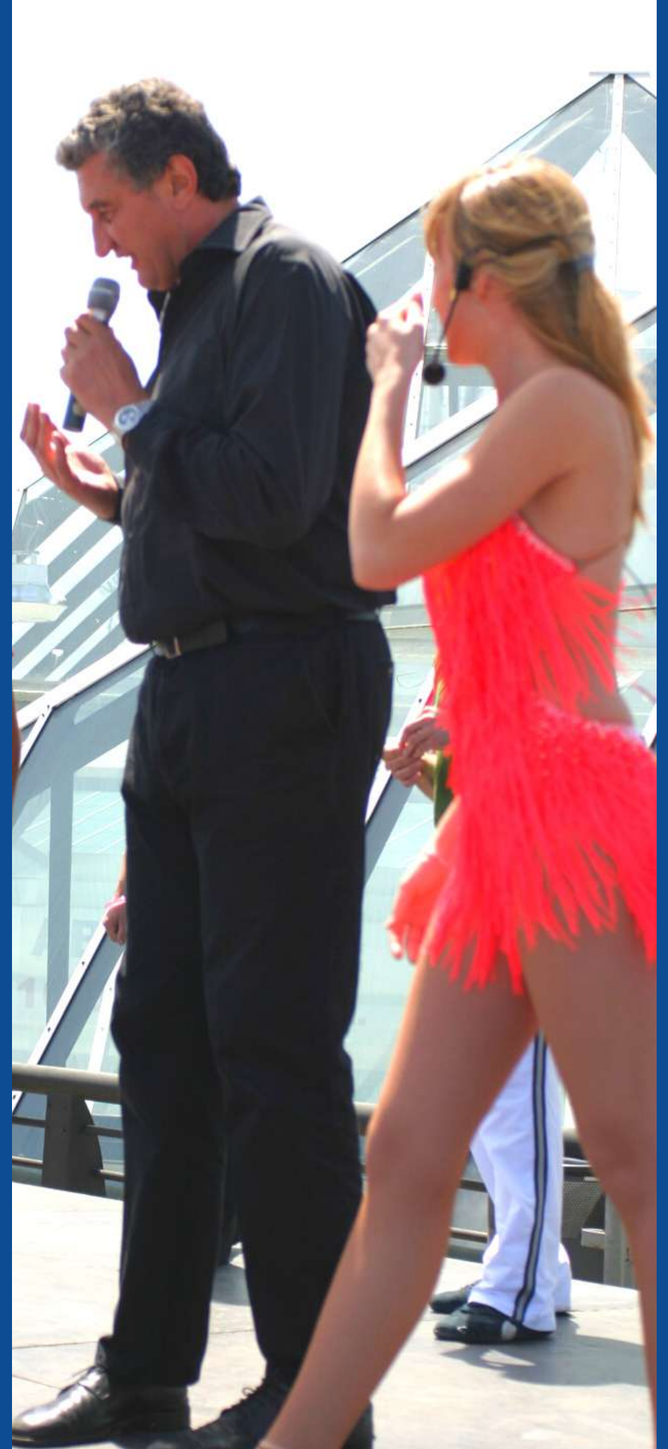
A organización e desenvolvemento da Carreira Alternativa, dende o seu comezo, precisou da colaboración de moitas persoas voluntarias das diversas entidades e federacións deportivas, estando sempre presente o estudiantado da Facultade de Ciencias do Deporte e a Educación Física da Universidade da Coruña, ademáis do persoal de Protección civil, Cruz vermella e Policía local do Concello de A Coruña. Sen esquencer a Fernando Romay, socio de honra de AGAXEDE que seu compromiso e apoio a carreira, o convertiu no “voluntario de voluntarios”.

XXVII CARREIRA

ALTERNATIVA

7. Galería de Imaxes

XXVII CARREIRA ALTERNATIVA
XXVII CARREIRA ALTERNATIVA



8. Exposición Virtual 25 anos

25 ANOS EN IMAXES DA CARREIRA ALTERNATIVA

Será unha exposición virtual de imaxes de distintos momentos e feitos da Carreira Alternativa ó longo de 25 anos, realizada neste ano 2022.

Saída en 1996, da 1ª edición, co nome de "Carreira Popular"

9. XXVII Edición Carreira Alternativa - 2022

A vinte sete Carreira Alternativa celebraráse o Domingo 15 de maio a prol dun DEPORTE SEN VIOLENCIA, co apoio do REAL CLUB DEPORTIVO.

As 11:00 horas, Fernando Romay con xogadores do DEPOR, darán á saída dende María Pita para facer o percorrido de 7 km. De volta á praza, poderáse participar en numerosas actividades.

Para finalizar relizaráse un sorteo final, coa colaboración de JIM SPORTS, GADIS e BEONE., onde todas as persoas participantes poderán gañar agasallos.

Domingo, 15 de maio de 2022

XXVII CARREIRA ALTERNATIVA

» ESTACIÓNS DE XOGOS E ACTIVIDADES

- MALABARES
  Diábolos | Paus do Demo
- EQUILIBRIOS
  Zancos
- INDIACAS
- XOGOS ALTERNATIVOS
  Mazaball | Lacrosse
- RINCÓN DOS PEQUES
- BREAK DANCE
- FÚTBOL-TENIS
- XOGOS DE RAQUETA
  Bádminton | Palas elásticas
- INICIACIÓN Á REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR
- OCIOBOX
- DESLÍZATE EN PATÍNS
- ZUMBA
- GIMKANA CICLISTA
- BALONCESTO INCLUSIVO CON MARISTAS

BREAK DANCE
Actividade de peche, previa ao sorteo de regalos!

A FAVOR DUN DEPORTE SEN VIOLENCIA

MÓVETE CON NÓS!!

» Distribuiranse **CAMISETAS** e **BEBIDAS** e, nas estacións de xogos e actividades, **TICKETS** aos participantes para optar ao **SORTEO FINAL.**

» **INFORMACIÓN:** Contactar a través de **agaxede.org**

11:00 h

Saída e chegada: Pz. María Pita

XXVII CARREIRA ALTERNATIVA

A NOSA SEDE EN OLEIROS

Contacto

Número de teléfono

981 63 98 64
Luns a Xoves (18 a 20 h)

Correo electrónico

coordinacion@agaxede.org

Sitio web

https://www.agaxede.org/

Dirección sede física

Rúa Darwin, nº1, 15172, Santa Cristina, Oleiros, A Coruña.