

PROYECTO DE PICKLEBALL INCLÚYETE - PDYD 2022

“Almería Juega Limpio Innova / In-form@”

LA DIPUTACIÓN DE ALMERÍA, EN COLABORACIÓN CON EL PROGRAMA INCLUYETE, OFERTA UN CURSO DE INICIACIÓN AL PICKLEBALL PARA MONITORES DE ASOCIACIONES Y TÉCNICOS DEPORTIVOS EN SALUD MENTAL

El próximo sábado 23 de abril, en el pabellón deportivo Moisés Ruiz de Almería, tendrá lugar un curso de iniciación al Pickleball pensado para monitores y técnicos deportivos en Salud Mental. Se trata de una formación organizada, en el marco del Proyecto de Discapacidad y Deporte, por la Diputación de Almería, en colaboración con la Asociación Española de Pickleball y la Asociación de Pickleball de Almería, dentro del programa Inclúyete (www.incluyete.blog), que pretende mostrar los fundamentos y práctica de este deporte de raqueta con grandes posibilidades inclusivas.

Esta modalidad deportiva tuvo su origen en Estados Unidos en los años 60 y se ha ido extendiendo muy rápidamente en las últimas décadas, considerándose en la actualidad uno de los deportes con mayor proyección internacional. En nuestro país, ya existen muchas asociaciones territoriales y clubes cuyo objetivo es la promoción y el impulso de su práctica. Las características que lo hacen muy recomendable y fácil de practicar como deporte inclusivo son las siguientes:

- Solo se requiere una superficie lisa de apenas 6 x 13 metros que se puede emplazar en una gran variedad de lugares (se juega en una pista similar a la de bádminton dobles).
- Los jugadores no deben realizar desplazamientos largos durante el juego y no necesitan una gran forma física para empezar a jugar.
- El material es muy sencillo y asequible: solo se necesita una red baja, unas palas ligeras y una pelota hueca agujereada.
- Es muy fácil de aprender: la bola se mantiene en juego con muy poca práctica, con lo que genera un nivel de frustración muy bajo y bastante diversión desde el inicio, porque se consiguen largos peloteos.
- Es una disciplina muy atractiva, dinámica y también competitiva.

En el taller se abordará aspectos teóricos, como la historia, concepto y elementos del pickleball, al igual que la programación, planificación y metodología de diferentes entrenamientos. Igualmente, se llevará a cabo sesiones prácticas realizadas en pista sobre su juego. El horario del curso será el **día 23 de abril de 10-14 horas y de 16-19 horas**.

Los participantes únicamente tienen que llevar ropa deportiva. Desde la organización se facilitará el material necesario. El taller es **gratuito**, con un **máximo de 16 plazas**. Para inscribirse hay que enviar un correo a projoven@ual.es indicando los siguientes datos:

- Nombre completo.
- Teléfono de contacto.
- Asociación o Club deportivo al que pertenece.
- Motivo para apuntarse al curso.



DEPORTE
PARA TODOS
ENTRE TODOS
Y PARA *siempre*



En caso de haber más solicitudes que plazas, se hará una selección basada en (1) afinidad de la persona a los objetivos del curso (2) orden de inscripción. El **plazo de inscripción estará abierto hasta el miércoles 20 de abril.**