

Proyecto **REINDIBE**

RED DE INVESTIGACIÓN
INTERNACIONAL SOBRE
DEPORTE INCLUSIVO
Y BIENESTAR



***La felicidad en
los deportistas
de Para-Karate***

Coordinadores

Dra. Mónica Gómez Suárez
(Universidad Autónoma de Madrid)

Dr. Pedro Cuesta Valiño
(Universidad de Alcalá)



Proyecto **REINDIBE**

RED DE INVESTIGACIÓN INTERNACIONAL
SOBRE DEPORTE INCLUSIVO Y BIENESTAR

La felicidad en los deportistas de Para-Karate

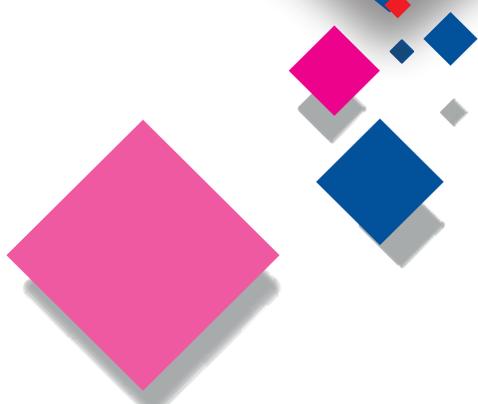
Coordinado por

Dra. Mónica Gómez Suárez
(Universidad Autónoma de Madrid)

Dr. Pedro Cuesta Valiño
(Universidad de Alcalá)



Entrenamiento abierto de Para-Karate F.M.K y DA.
26 de Septiembre de 2021.



INDICE

Presentación AUDIO-VIDEO-LIBRO Proyecto REINDIBE y agradecimientos.....	5
La felicidad en los deportistas de Para-Karate. Proyecto REINDIBE	7
Antonio Torres Serrano , Presidente FMK y DA.....	14
Antonio Moreno Marqueño , Presidente RFEK y DA y Fed. Iberoamericana de Karate	15
José Pérez Corral , Director Técnico y de Grados FMK y DA.....	16
Ainhoa Rodríguez Fernández , Directora Para-Karate RFEK.....	17
Marcelino Rodríguez Villa , Director Para-Karate FMK.....	18
Entrevistas con los Para-Karatekas y Entrenadores del Proyecto REINDIBE	19
José Antonio Alburquerque Redero , Entrenador JUKA.....	20
Elena Alicia Hernández Medina , Para-Karateka JUKA.....	21
Tomás Herrero Barceló , Entrenador C.D. E.K. TORREJÓN.....	22
Ángel Abeso Mokuy , Para-Karateka C.D. E.K. TORREJÓN	23
Miguel León Cózar , Para-Karateka C.D. E.K. TORREJÓN.....	24
Cristina Nuero Gutiérrez , Para-Karateka C.D. E.K. TORREJÓN.....	25
Roberto Rodríguez Silveira , Para-Karateka C.D. E.K. TORREJÓN.....	26
Adrián Vallejo Bartolomé , Para-Karateka C.D. E.K. TORREJÓN.....	27
Juan Carlos Vera Bermúdez , Para-Karateka C.D. E.K. TORREJÓN.....	28
Juan Carlos Manrique Vicente , Entrenador C.K.POZUELO	29
Cristina Alépuz López , Para-Karateka C.K.POZUELO	30
Olivia González Criticos , Para-Karateka C.K.POZUELO	31
Andrea Matarí Pérez , Para-Karateka C.K.POZUELO.....	32
Alberto José Movilla Silveira , Para-Karateka C.K.POZUELO.....	33
Ramón Peinado Juez , Para-Karateka C.K.POZUELO.....	34
David Prieto Otero , Para-Karateka C.K.POZUELO	35
Francisco Mayoral Sánchez , Entrenador FRANCISCO MAYORAL.....	36
Vicente Yángüez Santalla , Para-Karateka FRANCISCO MAYORAL	37
Gema Rodríguez Pardo , Entrenadora TSUKURI.....	38
Antonio Cabellos Contreras , Para-Karateka TSUKURI.....	39
Marcelino Rodríguez Villa , Entrenador BLASCO GALDÓS	40
Pablo Jiménez Gonzalo , Para-Karateka BLASCO GALDÓS.....	41
Víctor Manuel Prieto Arévalo , Para-Karateka BLASCO GALDÓS.....	42
Luis Roldán Jordán , Entrenador A.J.L.A. PINTO	43
Estefanía Aranda Muñoz , Para-Karateka A.J.L.A. PINTO	44
Jaime Larrañaga Medina , Para-Karateka A.J.L.A. PINTO	45
Ernesto Sánchez Fortes , Entrenador ALHUCEMA	46
Eloania Sánchez Núñez , Para-Karateka ALHUCEMA.....	47

PRESENTACIÓN DEL AUDIO-VIDEO-LIBRO Proyecto REINDIBE y agradecimientos

RED DE INVESTIGACIÓN INTERNACIONAL
SOBRE DEPORTE INCLUSIVO
Y BIENESTAR

Dra. Mónica Gómez Suárez



Dr. Pedro Cuesta Valiño
C.N. 7º DAN



Queremos presentar este *audio-video-libro* como un resumen del proyecto REINDIBE realizado con los deportistas de Para-Karate de la Federación Madrileña de Karate durante el año 2021. REINDIBE es un proyecto de investigación competitivo financiado por el Consejo Superior de Deportes y está formado por una Red de Investigación Internacional sobre Deporte Inclusivo y Bienestar. Sus coordinadores somos la Profesora Dra. Mónica Gómez Suárez de la Universidad Autónoma de Madrid y el Profesor Dr. Pedro Cuesta Valiño de la Universidad de Alcalá. Participamos en la Red un total de 27 investigadores doctores de 8 universidades españolas y 3 universidades iberoamericanas. En esta Red también han colaborado de manera sobresaliente la Federación Madrileña de Karate y D.A., la Real Federación Española de Karate y D.A. y la Federación Iberoamericana de Karate. Aplicando los conocimientos científicos de esta Red hemos medido la felicidad y el bienestar de los deportistas de Para-Karate con la finalidad de ofrecer estrategias de mejora a través de acciones relacionadas con el deporte.

El proyecto se ha desarrollado en diferentes fases durante el año 2021 y los resultados han sido sumamente satisfactorios gracias a todas las personas y entidades que han participado en el proyecto. Para el año 2022 esperamos que el Consejo Superior de Deportes pueda valorar positivamente los excelentes resultados del proyecto para que vuelva a confiar en nuestra Red y así poder realizar esta investigación con deportistas de Para-Karate a nivel nacional y a nivel internacional con deportistas de Para-Karate de Iberoamérica.

Una vez finalizado el proyecto, nos gustaría dar las gracias a todos los participantes, pero en especial a los 20 deportistas de Para-Karate y a sus 8 entrenadores que han formado el núcleo del proyecto. También queremos dar las gracias a Antonio Moreno, Presidente de la Real Federación Española de Karate y Federación Iberoamericana de Karate, y a Antonio Torres, Presidente de la Federación Madrileña de Karate, por su inestimable ayuda para poder hacer la investigación con los deportistas con diversidad funcional de su federación. También queremos agradecer la valiosa ayuda de José Pérez Corral, Director Técnico de la Federación Madrileña de Karate, de Marcelino Rodríguez, Director del Departamento de Para-Karate de la Federación Madrileña de Karate y de todo el equipo de su Departamento (Alba Roldán, Juan Carlos Manrique, Jorge Villaceros, etc.) y de Ainhoa Rodríguez, Directora del Departamento Nacional de Para-Karate de la Real Federación Española de Karate.

Para finalizar estas palabras, nos gustaría indicar que en este *audio-video-libro* todas estas personas que han colaborado en el proyecto participan con unas entrañables entrevistas que podrán ser leídas, escuchadas o vistas, esperando que sean de vuestro agrado.

Un fuerte abrazo a todos y os deseamos que seáis siempre felices,

Mónica Gómez Suárez y Pedro Cuesta Valiño
Coordinadores del Proyecto REINDIBE

Coordinadores de la Red:

- **Dra. Mónica Gómez Suárez** – Universidad Autónoma de Madrid
- **Dr. Pedro Cuesta Valiño** – Universidad de Alcalá

Universidades participantes e investigadores:

- **Universidad Autónoma de Madrid (España)**
 - Dra. Mónica Gómez Suárez
 - Dra. Mercedes Rozano Suplet
 - Dra. Myriam Quiñones García
 - Dra. Beatriz Sánchez Reyes
- **Universidad de Alcalá (España)**
 - Dr. Pedro Cuesta Valiño
 - Dra. Azucena Penelas Leguía
 - Dra. Blanca García Henche
 - Dra. Estela Núñez Barriopedro
 - Dr. José Antonio Santacruz Lozano
- **Universidad de Burgos (España)**
 - Dra. Alicia Izquierdo Yusta
- **Universidad de Cádiz (España)**
 - Dr. José Antonio López Sánchez
 - Dr. Rafael Ravina Ripoll
 - Dra. Araceli Galiano Coronil
- **Univ. de Castilla-La Mancha (España)**
 - Dra. María Pilar Martínez Ruiz
 - Dra. Ana Isabel Muro Rodríguez
 - Dra. María Ángeles García Haro
 - Dra. Carmen María Gómez Cantó
- **Universidad de Guadalajara (México)**
 - Dr. Juan Antonio Vargas Barraza
 - Dr. Oscar Alejandro Espinoza Mercado
- **Universidad de León (España)**
 - Dr. Pablo Gutiérrez Rodríguez
- **Universidad del Desarrollo (Chile)**
 - Dra. Erica Helena Salvaj Carrera
 - D^a. Stefania Pareti Petruccelli
- **Universidad Islas Baleares (España)**
 - Dr. Antoni Serra Cantallops
 - Dr. José Ramón Cardona
- **Universidad Politécnica Salesiana (Ecuador)**
 - Dr. Luis Bayardo Tobar-Pesantez
- **Universitat Oberta Catalunya (España)**
 - Dra. Ana Isabel Jiménez Zarco
 - Dr. Francesc Saigi Rubió
 - Dra. Mónica Cerdán

Federaciones participantes:

- Federación Madrileña de Karate y D.A.
- Real Federación Española de Karate y D.A.
- Federación Iberoamericana de Karate

Empresas y otras entidades:

- C.E.F. Washi
- INDESS
- Museu de la Xocolata Barcelona
- Sport Managers Servicios Integrales

Colaboradores externos:

- Dra. Cristina Loranca Valle
- Dr. José María López Sanz
- D^a. Gema Martín García
- Dr. Jorge Villacieros Rodríguez
- Dra. Clara Viñas Bartolet

Colaborador externo contratado:

- Dr. Elías Azulay
Jacobson, Steinberg & Goldman

La felicidad en los deportistas de Para-Karate

Proyecto REINDIBE

RED DE INVESTIGACIÓN INTERNACIONAL
SOBRE DEPORTE INCLUSIVO Y BIENESTAR

Para ver el video
de la presentación,
escanee el código QR



Objetivo del proyecto

Este proyecto científico que te presentamos está financiado por el Consejo Superior de Deportes. Su principal objetivo es medir la felicidad de los deportistas de Para-Karate de la Federación Madrileña de Karate, para desarrollar acciones de mejora a través de la práctica de este deporte, mediante la creación de la Red de Investigación Internacional “*Deporte Inclusivo y Bienestar: Evaluación Mediante Herramientas Tecnológicas*” (REINDIBE). El proyecto está coordinado por la Dra. Mónica Gómez Suárez (Universidad Autónoma de Madrid) y por el Dr. Pedro Cuesta Valiño (Universidad de Alcalá). Participan un total de 27 investigadores de 8 universidades españolas y 3 universidades iberoamericanas, así como la Federación Madrileña de Karate y D.A., la Real Federación Española de Karate y D.A. y la Federación Iberoamericana de Karate.

Para realizar esta medición, se pone a disposición de los deportistas de Para-Karate y sus entrenadores un sencillo y breve cuestionario. A través de este cuestionario se miden diferentes ítems relacionados con el comportamiento asumido por la persona en relación con sus características emocionales. Dichas mediciones son precisas, ya que cuentan con el indicador de Significancia Científica ($p=0.03$), dividiéndose en tres bloques:

- **Perfil emocional** (Persotipo). Dicho perfil consta de 7 estadios matrices, de los que se derivan los otros 2 bloques.
- **Habilidades mentales** para desarrollar la felicidad. Consta de 20 habilidades.
- Predisposición natural a asumir **hábitos saludables** en la derivada “Cuerpo” y en la derivada “Mente”.

Con estos indicadores se obtienen las intensidades que posee el deportista de Para-Karate con respecto a los ítems evaluados. Una vez se dispone de los resultados se genera un informe que sirve para detectar áreas de mejora, recomendaciones y unos retos, que se basan en la adecuación de recursos propios del deportista de Para-Karate y posibilidades de mejora para alcanzar un equilibrio. De esta manera se pueden monitorizar los avances del deportista.

Metodología empleada

Gracias a investigadores como Eric Kandel (premio Nobel 2000 por sus estudios respecto al comportamiento y su relación con la liberación neurotransmisora), sabemos que lo que siente y percibe una persona es dependiente de dicha liberación. Actualmente la identificación de esta liberación no es posible a través de neuro-imagen. Por ello se recurre a modelos matemáticos para replicar dicha actividad.

Así mismo, la combinación existente entre la tecnología algorítmica ADNe y la descripción de las habilidades mentales que nutren la felicidad, realizada por la Dra. Paloma Fuentes, ha desembocado en la medición precisa de la intensidad que posee un individuo al respecto, además de ayudar a focalizar los esfuerzos en la mejora de dichos indicadores.

Dicha descripción revela 20 habilidades, agrupadas en 4 grandes bloques: Salud, Consciencia, Coherencia y Flexibilidad. Estas 20 habilidades que hay que entrenar son: Autocuidado, Cuidado de los demás, Liderazgo introspectivo, Tranquilidad, Generosidad, Optimismo, Altruismo, Excelencia comunicadora, Atención concentrada, Intención de ser feliz, Ecuanimidad, Gratitud, Aceptación, Propósito, Compasión, Desapego, Adaptación, Apreciatividad, Curiosidad y Perdón.

Todas ellas son medidas a través del algoritmo ADNe que tabula las respuestas de los usuarios.

Muestra seleccionada

Se ha realizado la medición con 20 deportistas de Para-Karate y sus entrenadores (8). Las fechas del trabajo de campo fueron del 15 al 31 de julio de 2021. En caso de deportistas con diversidad funcional intelectual, se adaptó el cuestionario incluyendo imágenes de fácil comprensión en vez de textos. El colectivo de deportistas constaba de 5 personas con diversidad funcional física, 1 visual y 14 intelectual.

Resultados

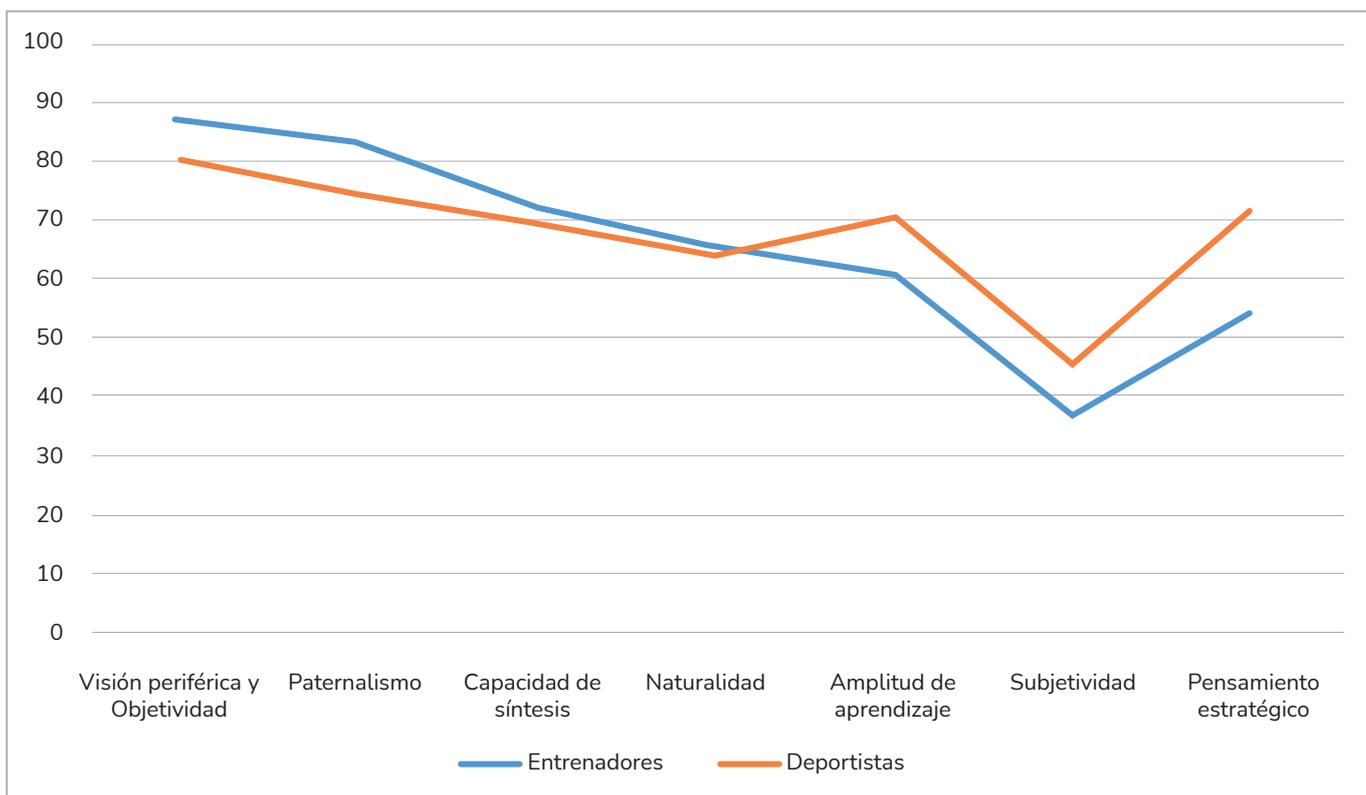
Los resultados se pueden resumir de la siguiente manera. La diversidad funcional intelectual, física o visual no repercute en la capacidad emocional. De hecho, sus emociones se mantienen intactas.

Se perciben pequeñas diferencias entre entrenadores y deportistas de Para-Karate, tomando como base a los entrenadores (Gráfico 1).

Tabla 1. Registros (Promedio)

Registro ADNe	Entrenadores	Deportistas
Orden y organización	87,27	80,42
Generosidad y trabajo en equipo	82,93	74,46
Análisis	71,91	69,32
Creatividad y espontaneidad	65,82	64,10
Capacidad de aprendizaje	60,63	70,71
Rebeldía	36,83	45,25
Pensamiento estratégico y astucia	54,24	71,36

Gráfico 1. Resultados Generales



Por lo tanto, en términos generales, se aprecia un menor orden y predisposición al trabajo en equipo en los deportistas de Para-Karate para pasar a ser aventajados en la capacidad de aprendizaje, rebeldía y “astucia” o capacidad para embaucar.

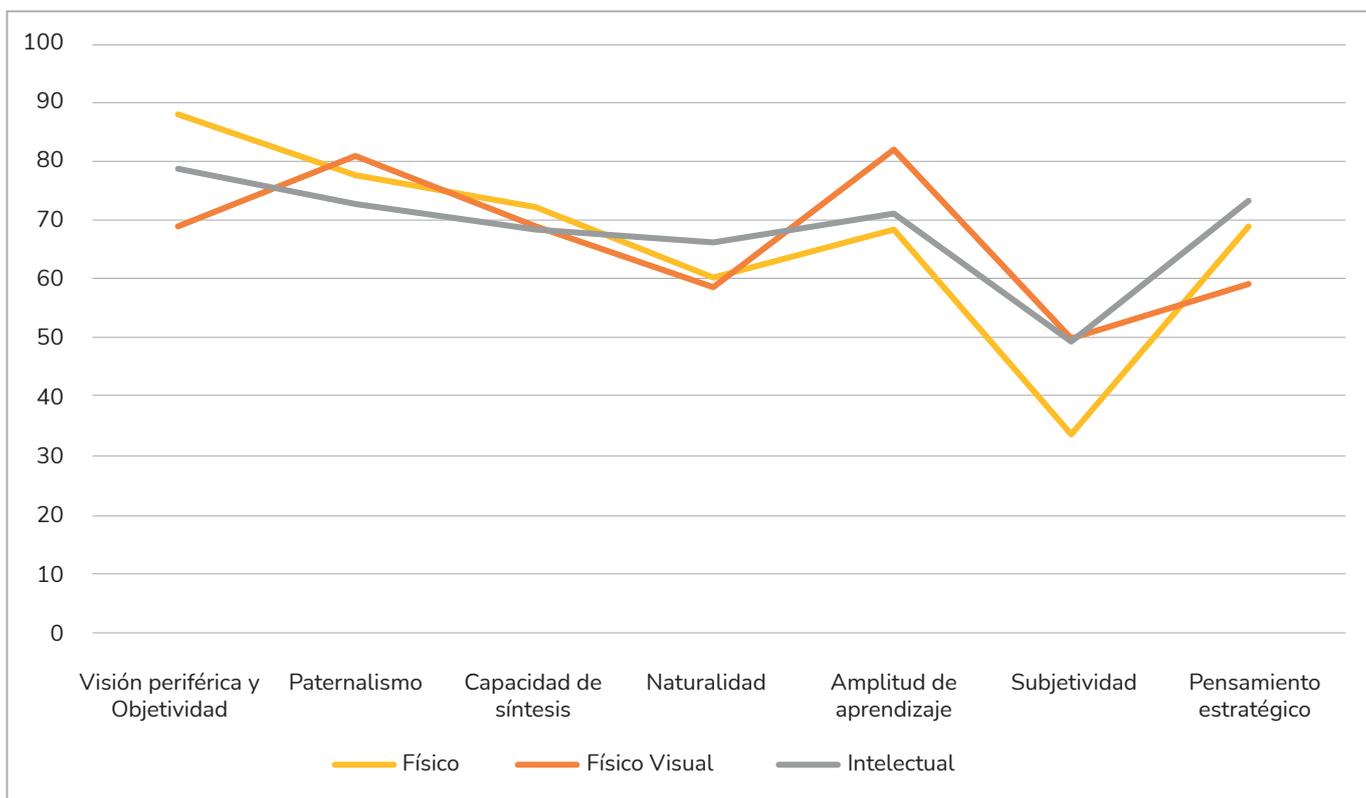
Entrando en detalle, se puede apreciar que los deportistas con diversidad funcional física disponen de una tasa de orden y organización más elevada en comparación con el resto de los colectivos, mientras en el caso de diversidad funcional física visual, se aprecia un mayor indicador en el trabajo en equipo y en el aprendizaje, en detrimento del orden.

Así mismo, en relación con la tipología de la diversidad funcional, obtenemos los siguientes resultados promedio (Tabla 2):

Tabla 2. Registros (Promedio) por tipo de diversidad funcional

Registro ADNe	Intelectual	Física	Física Visual
Orden y organización	78,55	88,00	68,75
Generosidad y trabajo en equipo	72,89	77,57	80,94
Análisis	68,39	72,02	69,00
Creatividad y espontaneidad	65,94	60,00	58,75
Capacidad de aprendizaje	70,79	68,16	82,22
Rebeldía	49,16	33,32	50,00
Pensamiento estratégico y astucia	73,06	69,10	58,93

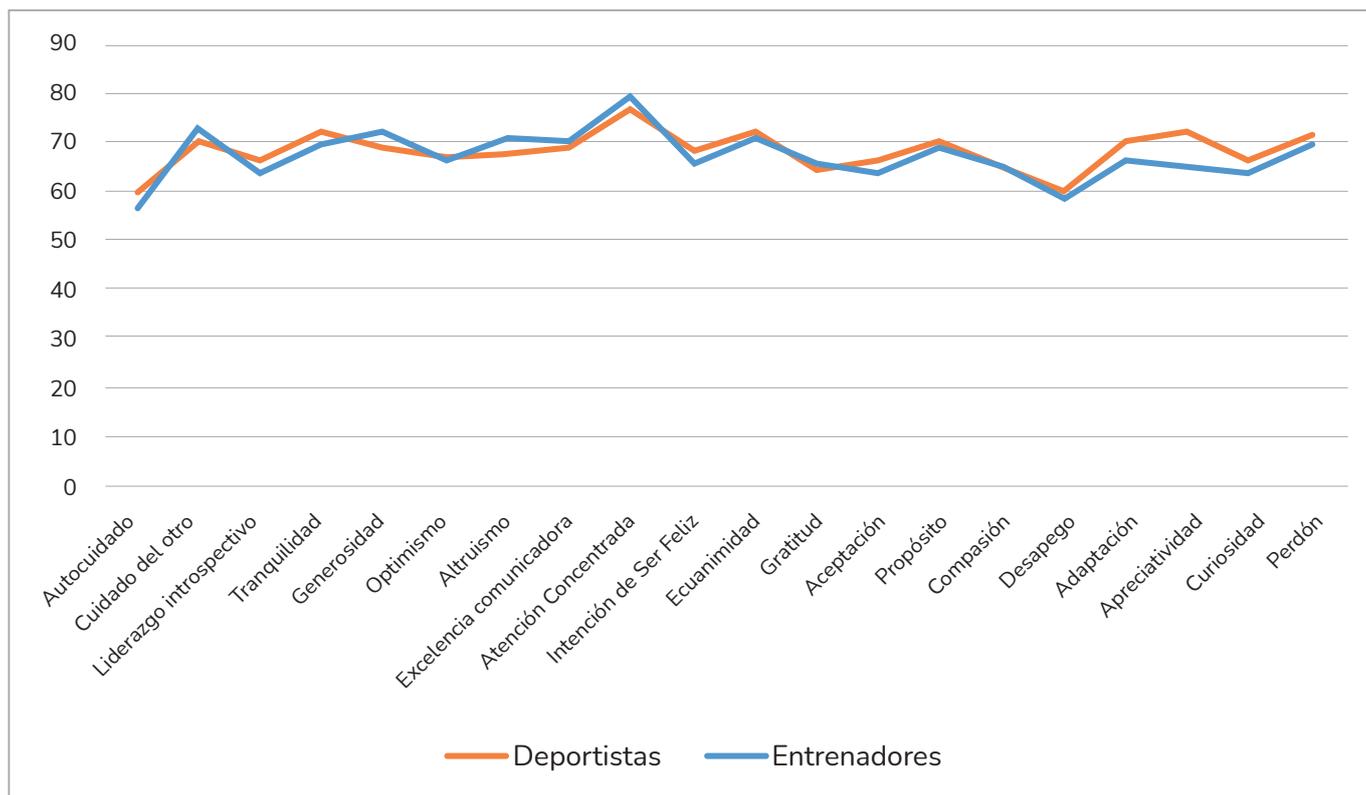
Gráfico 2. Resultados detallados por diversidad funcional



En cuanto a la felicidad (Gráfico 3), tenemos que los deportistas de Para-Karate se muestran ligeramente más felices que los entrenadores y, además, con mayor equilibrio entre las 20 habilidades mentales evaluadas, destacando especialmente en Atención concentrada. En el caso de los entrenadores destaca con una mayor tasa esta misma habilidad.

Entre deportistas con diversidad funcional física, silla de ruedas, visual e intelectual, estos últimos se muestran sumamente equilibrados.

Gráfico 3. Resultados de Felicidad



En este mismo orden, hemos procedido a medir los resultados de las 20 habilidades mentales para la consecución de la felicidad en estos mismos colectivos (Tabla 3).

Tabla 3. Habilidades mentales para la consecución de la felicidad

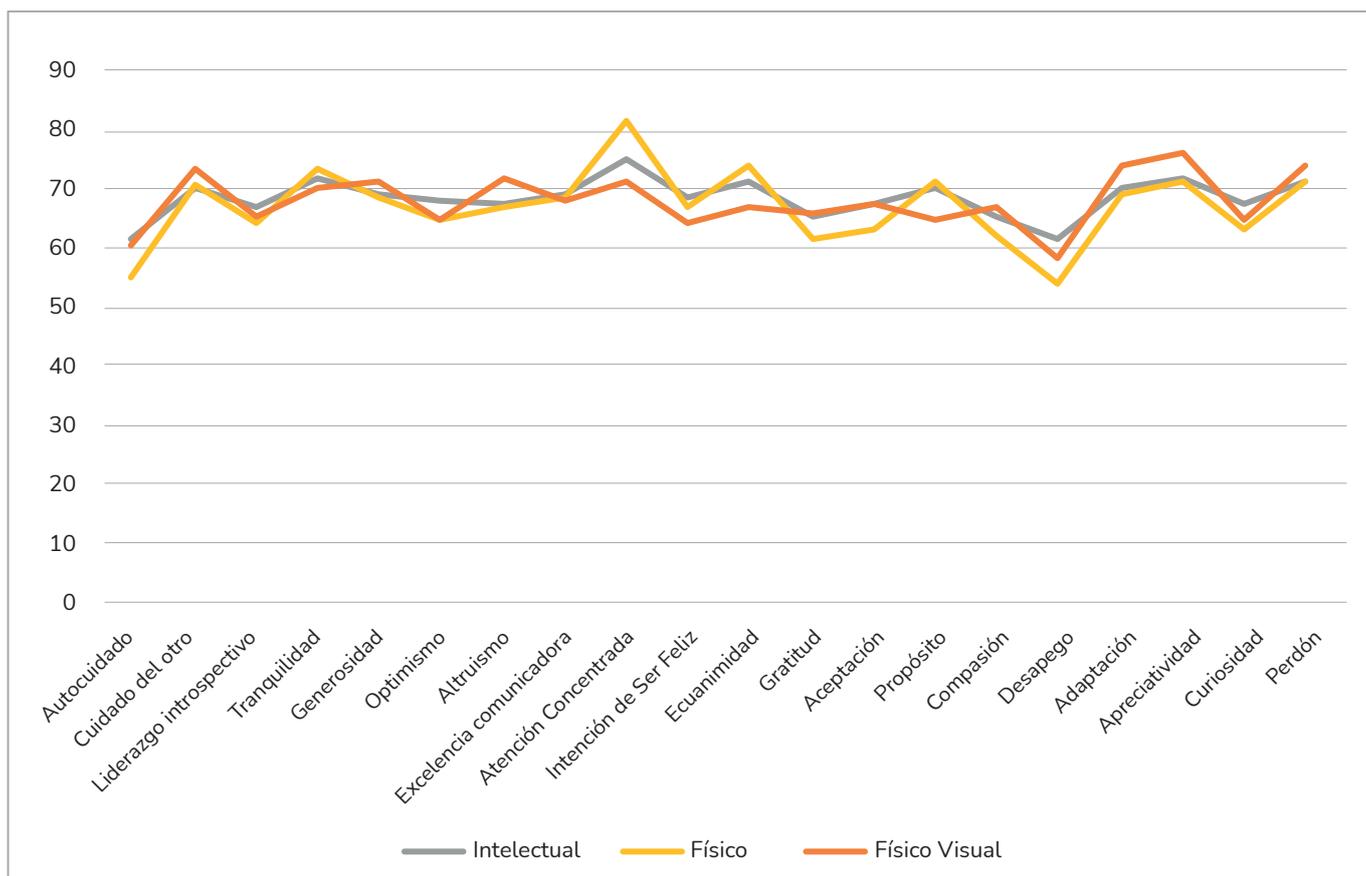
Registro ADNe	Entrenadores	Deportistas
Autocuidado	56,68	59,88
Cuidado del otro	73,20	70,60
Liderazgo introspectivo	63,95	66,52
Tranquilidad	69,94	72,23
Generosidad	72,14	69,16
Optimismo	66,75	67,06
Altruismo	71,35	67,69
Excelencia comunicadora	70,17	69,19
Atención Concentrada	79,63	76,82
Intención de Ser Feliz	65,58	68,25
Ecuanimidad	71,26	72,12
Gratitud	66,10	64,63
Aceptación	63,87	66,57
Propósito	69,13	70,14
Compasión	65,35	64,93
Desapego	58,55	59,66
Adaptación	66,33	70,26
Apreciatividad	65,11	72,09
Curiosidad	63,89	66,64
Perdón	69,88	71,44

Y en cuanto a la tipología de la diversidad funcional, obtenemos los siguientes resultados (Tabla 4):

Tabla 4. Habilidades mentales para la consecución de la felicidad por tipología de diversidad funcional.

Registro ADNe	Intelectual	Física	Física Visual
Autocuidado	61,55	55,08	60,49
Cuidado del otro	70,34	70,77	73,40
Liderazgo introspectivo	67,34	64,46	65,32
Tranquilidad	71,94	73,37	70,56
Generosidad	69,14	68,82	71,21
Optimismo	68,01	64,86	64,78
Altruismo	67,63	67,02	71,99
Excelencia comunicadora	69,48	68,63	68,04
Atención Concentrada	75,47	81,64	71,48
Intención de Ser Feliz	68,85	67,32	64,52
Ecuanimidad	71,70	74,28	67,29
Gratitud	65,47	61,95	66,22
Aceptación	67,76	63,06	67,55
Propósito	70,14	71,22	64,81
Compasión	65,71	62,25	67,35
Desapego	61,78	53,98	58,35
Adaptación	70,28	69,45	73,96
Apreciatividad	71,94	71,61	76,55
Curiosidad	67,87	63,52	64,89
Perdón	71,22	71,47	74,42

Gráfico 4. Resultados de Felicidad por tipologías de diversidad funcional



Conclusiones

Los datos indican la existencia de una notable estabilidad en las habilidades que alimentan o nutren la tasa de felicidad. Asimismo, la muestra se comporta de forma escasamente dispersa, por lo que entendemos que, al margen de ciertos aspectos totalmente subjetivos, el comportamiento emocional y las palancas para obtener indicadores elevados de felicidad están normalizados.

La mejora de estos aspectos en los entrenadores y deportistas de Para-Karate, así como en su relación, se encuentra en la combinación de rigor y generosidad. Ambas condiciones se dan perfectamente. Para futuras investigaciones, estimamos que se debe adicionar a dicha mezcla, el componente de espontaneidad y divertimento en las acciones emprendidas.



Dra. Mónica Gómez Suárez
Universidad Autónoma de Madrid



Dr. Pedro Cuesta Valiño
Universidad de Alcalá



Dr. Elías Azulay
Jacobson, Steinberg & Goldman



FEDERACIÓN
MADRILEÑA
DE KARATE

Antonio Torres Serrano

Presidente de la Federación
Madrileña de Karate y DA

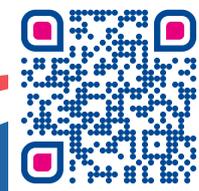
F.M.K y DA

Hace prácticamente una década se empieza a trabajar en la FMK con el concepto de Karate asistido para ayudar a trabajar con chicos y chicas con diversidad funcional que querían practicar nuestro deporte y ya empezaban a estar presentes en los gimnasios. Con posterioridad, se crea el Departamento de Para-Karate con su Director Marcelino Rodríguez Villa, al frente de un gran equipo de profesionales; psicólogos, médicos o fisios, como apoyo para ofrecer una gestión integral de la actividad.

El Para-Karate cuenta en Madrid con programas de muy diverso tipo: Entrenamientos, concentraciones, preselecciones. Y una media de 25 Para-Karatekas compitiendo asiduamente y con varios pódiums en Campeonatos del Mundo, Europeos y de España en su haber.

Para Antonio Torres, Presidente de la FMK, Para-Karate es esfuerzo, sacrificio e ilusión. Por parte de los deportistas y de unos entrenadores que dedican a la actividad lo mejor de su tiempo.

Antonio se muestra convencido de que el Para-Karate puede mejorar el bienestar y la felicidad de sus practicantes y recuerda especialmente la concentración que la FMK organizó en Gredos, en la que los Para-Karatekas disfrutaron con la experiencia y además consiguieron hacer mejores a todos los que asistieron.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR



REAL FEDERACIÓN
ESPAÑOLA DE KARATE Y D.A.



FEDERACIÓN IBEROAMERICANA
DE Karate



Antonio Moreno Marquero

Presidente de la Real Federación Española de Karate y D.A. y de la Federación Iberoamericana de Karate

Ya en 2012, la RFEK detectó una creciente demanda de la actividad de Para-Karate en gimnasios de toda España por parte de personas con discapacidad, que encontraban en su práctica una indudable fuente de felicidad y bienestar. Por todo ello se decidió la creación de un Departamento específico que diese cumplida respuesta a esta necesidad social. Hoy, este departamento cuenta con un gran equipo, incluida su Directora Ainhoa Rodríguez Fernández, plenamente volcado en la actividad.

El Para-Karate es una realidad con presencia notoria y creciente en los dojos españoles y un protagonista claro en todas las competiciones en las que participa. En nuestro país, en Campeonatos de España y en las Ligas Nacionales, con sus propios sistemas de entrenamientos y concentraciones. A nivel internacional con una siempre brillante participación y campeones y campeonas del Mundo y de Europa. Por ejemplo, en el último campeonato continental, España fue primera en el medallero.

Para Antonio Moreno, Presidente de la RFEK, los Para-Karatekas enriquecen al Karate con sus valores: Responsabilidad, honestidad, aprendizaje, esfuerzo y está plenamente convencido de que debemos aprender mucho de ellos y de sus entrenadores a los que, desde la RFEK se apoya intensivamente con programas de formación específicos.

El mayor deseo de Antonio Moreno sería poder ver de nuevo un Karate Olímpico junto al debut del Para-Karate en unos Juegos.

R.F.E.K y D.A.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR



FEDERACIÓN
MADRILEÑA
DE KARATE

José Pérez Corral

Director Técnico y de Grados
de la Federación Madrileña
de Karate y DA

F.M.K y DA

Nos cuenta Pepe Pérez que, dentro de la FMK, el departamento de Para-Karate se creó oficialmente hace unos seis años por necesidad e inquietud, para hacer un hueco a todos los deportistas.

Hoy, el Departamento cuenta con colaboradores de varias disciplinas, profesores, pedagogos, médicos, preparadores...

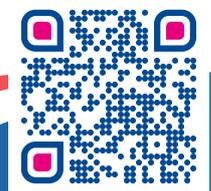
Tienen regularmente competiciones, entrenamientos, seguimientos y cursos. En las actividades de la Federación participan con asiduidad entre 20 y 30 deportistas, aunque la Federación es consciente de que hay muchos más Para-Karatekas en los dojos que podrían beneficiarse de todas las actividades de la Federación.

El Para-Karate en Madrid es una disciplina en claro ascenso. En el ámbito de la competición hay grandes resultados, tanto a nivel nacional como internacional.

Cree que los Para-Karatekas “dan vida”, tanto para ellos como para sus entrenadores. Sus entrenadores, sin excepción, logran que sean felices, potenciando su autoestima, su ilusión y que formen parte del Grupo.

Su mejor experiencia es verles ir a entrenar cada día, sus muestras de afecto, el buen entorno que crean.

Su mayor deseo acerca del Para-Karate y para el Karate es que ambos, unidos, fueran algún día olímpicos: Todo sería más fácil y ambos se lo merecen.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR



REAL FEDERACIÓN
ESPAÑOLA DE KARATE Y D.A.

Ainhoa Rodríguez Fernández

Directora de Para-Karate
de la Real Federación Española
de Karate y D.A.

Ainhoa nos explica la completa estructura que la RFEK ha diseñado para atender la actividad del Departamento de Para-Karate que ella dirige, con un equipo de siete personas y un Responsable en la Junta Directiva, con técnicos de apoyo y equipo de clasificadores (médicos, psicólogos y técnicos).

Sus objetivos son, ante todo, formar y especializar a los técnicos en los distintos tipos de diversidad funcional a través de varios programas y aumentar la participación de los Para-Karatekas en Ligas, Campeonatos de España y concentraciones y competiciones internacionales.

Para darnos idea del éxito de esta actividad, en el último Campeonato de España senior se dieron cita 30 Para-Karatekas. Los resultados internacionales también son brillantes: En el último Campeonato de Europa obtuvimos siete medallas y España se consolidó primera en el ranking mundial.

Ainhoa cree que las personas con diversidad funcional se distinguen por su afán de superación. Sus entrenadores deben tener una gran vocación y sobre todo debe gustarles trabajar con estas personas y mejorar su calidad de vida a través de la socialización.

Su mejor recuerdo fue en la Federación Gallega, la primera vez que un deportista participó en un campeonato.

Sus mayores deseos serían que su Departamento desapareciese porque la inclusión total se hubiera conseguido y, desde luego, que Para-Karate y Karate fueran olímpicos.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

R.F.E.K y D.A.



FEDERACIÓN
MADRILEÑA
DE KARATE

Marcelino Rodríguez Villa

Director de Para-Karate
de la Federación Madrileña
de Karate y DA

F.M.K y DA

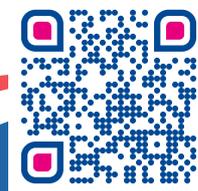
El Departamento de Para-Karate de la Federación Madrileña de Karate se constituyó formalmente hace unos cinco años, aunque se viene trabajando desde unos diez años atrás con personas con diversidad funcional bajo la denominación de Karate Adaptado. Marcelino Rodríguez es su Director y nos cuenta que, desde el mismo, se trabaja específicamente para satisfacer las necesidades de estos deportistas y el apartado de competición. En el mismo se integran especialistas en educación especial, medicina, psicología y preparación física.

En general, se organizan el mismo tipo de actividades que en las demás disciplinas: entrenamientos abiertos para competidores, cursos de apoyo y reciclado para entrenadores, cuatro trofeos por temporada y se participa en el Campeonato Senior de Madrid. Los resultados deportivos son muy buenos, con varios campeones y campeonas a nivel nacional e internacional y Víctor Manuel Prieto Arévalo, tercero del Mundo en 2014, actualmente Subcampeón del Mundo en 2018 y Campeón de Europa en 2021.

Para Marcelino, los Para-Karatekas son personas con un alto espíritu de superación y de sacrificio y nos enseñan muchas cosas. Sus entrenadores son profesionales que luchan firmemente por la inclusión. Está convencido que el Para-Karate puede mejorar el bienestar y la felicidad de estas personas, al igual que el Karate con todos los deportistas.

Recuerda especialmente la convivencia que se celebró en Gredos antes de la pandemia con la selección madrileña de Katas y Kumite y que supuso para todos, entrenadores y deportistas, una verdadera inclusión.

Un gran deseo sería que, algún día, el Para-Karate fuera olímpico.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Proyecto **REINDIBE**

RED DE INVESTIGACIÓN INTERNACIONAL
SOBRE DEPORTE INCLUSIVO Y BIENESTAR

Entrevistas a Para-Karatekas y Entrenadores



Entrenador 

José Antonio Alburquerque Redero

Club: JUKA
C.N. 6° DAN

Entrenador de Para-Karate

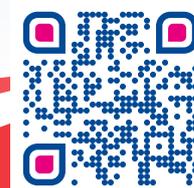


JUKA

El interés de José Antonio por el mundo del Para-Karate ha surgido a lo largo de estos veinticinco años, cuando en el gimnasio ha aparecido algún menor con diversidad funcional. Cree que las motivaciones de estos deportistas son diversas, pero sobre todo practican porque les gusta. Para entrenarlos, piensa que hay que tener vocación para la docencia, paciencia especial, cariño, mano izquierda. No siempre es fácil.

Cuando prepara a Para-Karatekas para la competición cree que no hay un método diferente al de otros deportistas: Busca que se sientan bien haciendo sus katas y experimenta una gran satisfacción cada vez que se consigue. El reto es que sus alumnos le soporten; suele ser duro entrenando y su fuerte no es la comunicación (aspecto que reconoce debe seguir trabajando).

Se siente identificado y representado con los resultados y conclusiones de REINDIBE y piensa que este proyecto va a mejorar su bienestar y el de sus deportistas. Como anécdota, hace un par de años un alumno pintó a su familia y le incluyó a él con la leyenda "El Karate me da cariño y mucho respeto". Su mayor deseo sería que llegara el día que no hablásemos de diversidad funcional ni de Para-Karate. Solo de Karate y de deporte.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Elena Alicia Hernández Medina

Fecha de nacimiento: **14/04/2004**

Club: **JUKA**

Entrenador: **José Antonio Albuquerque**

Redero

Diversidad funcional: **Intelectual**



A Elena el Karate la hace sentir feliz. Empezó a practicarlo con su hermano y con su padre.

Le gusta competir y se siente bien al salir al tatami. A su entrenador le define como amable.

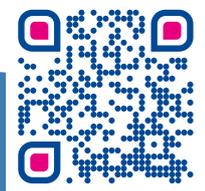
En la competición le gusta siempre llegar hasta el final y ganar copas. Su objetivo es llegar a ser a cinturón negro.

Cuando no hace Karate aprovecha para hacer otras cosas. Si no sube al pódium se siente triste.

Sus mejores recuerdos son cuando está con sus compañeros y cuando fue a la Granja.

Le gustaría que el Karate saliera más en la tele para que más gente pudiera hacer Karate.

JUKA



Para ver la entrevista,
escanee el código QR



Entrenador 

Tomás Herrero Barceló

Club: C.D. E.K. TORREJÓN
C.N. 7º DAN
Entrenador de Para-Karate



C.D. E.K. TORREJÓN

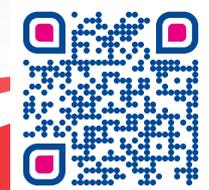
Para Tomás, el interés por entrenar a personas con diversidad funcional no surgió en un momento concreto. Lleva quince años en ello y se ha ido adaptando y preparando paulatinamente desde que estas personas empezaron a entrar en su gimnasio.

Cree que los Para-Karatekas son entusiastas ante todo y le llama la atención su filosofía de vida, cómo trabajan, sus familias, su sociabilidad, su integración en el grupo con otros deportistas.

Cree que tiene que haber vocación por parte del entrenador, que se plasma en el trabajo específico para cada uno de ellos, aunque cuando entrenan y compiten no los trata de manera diferente al resto de deportistas. Tan solo quiere que disfruten. Reconoce que sus retos son diarios porque cada uno le exige algo diferente. Los definiría como campeones en todo; en ilusión, en amistad, en cariño, en sacrificio y en trabajo.

Sobre el proyecto REINDIBE, cree que es bastante acertado y que les ha ayudado a trabajar mejor con ellos.

Su mejor vivencia es la gran emoción que siente en todos los campeonatos y su mayor deseo es que el Para-Karate siga creciendo con más visibilidad en los medios y, sobre todo, que se amplíe el número de categorías para que todos y todas tengan cabida en la competición.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Ángel Abeso Mokuy

Fecha de nacimiento: 05/10/1998
Club: C.D. E.K. TORREJÓN
Entrenador: Tomás Herrero Barceló
Diversidad funcional: Física



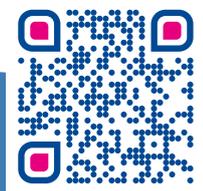
El Karate le hace sentir a Angel más motivado. Empezó hace cuatro años por las películas de Bruce Lee y le empezó a gustar y a sentirse muy realizado con su práctica.

Es muy feliz entrenando con sus compañeros y aún más compitiendo. En el tatami se siente más vivo. Antes de competir siempre quiere superarse y llegar “hasta el infinito y más allá”. En ello le ayuda su Maestro Tomás Herrero, buen amigo, buen confidente, buen “padre”.

Algún día le gustaría ser entrenador como su Maestro y el Maestro de su Maestro. Cuando no puede entrenar a veces le gustaría descansar, pero también esforzarse.

Si no gana compitiendo se frustra un poco, pero esto le ayuda a ser mejor en el futuro. Su recuerdo más especial es cuando ganó su primera copa.

Su mayor deseo es que este Arte Marcial lo pueda practicar todo el mundo, ¡que todos valemos para ello!



Para ver la entrevista,
escanee el código QR



Para-Karateka 

Miguel León Cózar

Fecha de nacimiento: 26/07/2006

Club: C.D. E.K. TORREJÓN

Entrenador: Tomás Herrero Barceló

Diversidad funcional: Física



C.D. E.K. TORREJÓN

Cuando Miguel practica Para-Karate siente poder. Empezó en 2019 porque se lo aconsejó su padre, pero ahora no dejaría de hacerlo.

Es feliz entrenado con sus compañeros y, aunque todavía no ha empezado a competir, tiene muchas ganas de hacerlo. De hecho, en clase, ya ha hecho algún kata solo y la sensación le gusta mucho.

Miguel tiene dos entrenadores, Edison y David, uno es divertido y el otro un poco exigente y piensa que eso es bueno. Cree que el Karate le hace ser mejor persona y eso le hace sentir más seguro. Cuando deja de hacer Karate tiene ganas de empezar de nuevo, aunque reconoce que a veces hay que descansar.

Cree que cuando compita, perder le dará un poco de rabia.

Le hace muy feliz el compañerismo en clase y le gustaría que hubiese muchos más niños y niñas haciendo Karate.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Cristina Nuero Gutiérrez

Fecha de nacimiento: 29/08/2001
Club: C.D. E.K. TORREJÓN
Entrenador: Tomás Herrero Barceló
Diversidad funcional: Física



Cristina se siente feliz al estar con los compañeros practicando Karate. Empezó cuando tenía cinco años. Durante el tiempo que duró su enfermedad dejó de entrenar y lo echó mucho de menos. Al pasar todo, necesitaba hacer ejercicio para recuperarse y el Karate fue lo que la ayudó.

Ahora, le gusta entrenar y competir. Al salir al tatami siente que puedo hacerlo muy bien, nervios fuera y motivación, ante todo. Su entrenador es Tomás Herrero, que es persistente y siempre la anima a seguir.

Cree que el Karate le ha aportado amistad, compañerismo, mucha fuerza y capacidad de hacer cosas por sí misma. Si no puede hacer Karate lo echa de menos, pero intenta hacer otros deportes. Si no consigue resultados en un campeonato le entran ganas de entrenar y esforzarse más. Cuando entrena con la Federación Madrileña se lo pasa de maravilla y en las concentraciones nacionales también.

Le gustaría que su discapacidad se pudiera considerar para poder competir también a nivel internacional.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR



Para-Karateka 

Roberto Rodríguez Silveira

Fecha de nacimiento: 24/02/1993

Club: C.D. E.K. TORREJÓN

Entrenador: Tomás Herrero Barceló

Diversidad funcional: Física



C.D. E.K. TORREJÓN

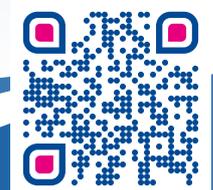
A Roberto el Karate le hace sentir vivo, bien, realizado. Empezó con ocho años en el Colegio porque le apuntaron sus padres. Al día de hoy, es muy feliz entrenando. Antes de salir a competir siente los nervios, pero con los años, los va controlando.

Su entrenador de toda la vida es Tomás Herrero, una magnífica persona que siempre intenta que mejore y es un ejemplo para él.

Su meta es seguir entrenando y compitiendo. El Karate le ha hecho cambiar, ampliar su círculo de gente con la que comparte el deporte y otras muchas cosas. Le enriquece y le hace sentirse mejor.

Si no puede entrenar Karate cree que descansar es bueno a veces, pero siempre lo echa de menos. En competición, si no consigue ganar, se siente enfadado, pero con el tiempo reflexiona sobre como mejorar y marcarse metas.

Un deseo para el Para-Karate sería que más personas pudieran acceder a él.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Adrián Vallejo Bartolomé

Fecha de nacimiento: **15/02/1996**

Club: **C.D. E.K. TORREJÓN**

Entrenador: **Tomás Herrero Barceló**

Diversidad funcional: **Visual**



A Adrián, hacer Karate le hace sentir feliz, tranquilo. Le permite desfogarse. Comenzó con cinco años, gracias a sus padres que le apuntaron, pero luego se quedó enganchado porque le gustaba de verdad.

Se siente muy feliz entrenando, pero cuando sale a competir es puro nervio. Para relajarse, solo piensa en el Kata y que pase el tiempo. Su entrenador es Tomás Herrero: Buena persona dentro y fuera del tatami.

Uno de los objetivos de Adrián es poder representar a España internacionalmente. El Karate es su solución para el estrés del día a día. Cuando no puede entrenar, se le hace larga la espera. Si al competir no gana, siente frustración y quiere entrenar más.

Como gran recuerdo, su primera concentración y entrenamiento en la Federación Madrileña y su mayor deseo lograr más visibilidad para el Para-Karate y que sea olímpico junto al Karate.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR



Para-Karateka 

Juan Carlos Vera Bermúdez

Fecha de nacimiento: 30/07/1994

Club: C.D. E.K. TORREJÓN

Entrenador: Tomás Herrero Barceló

Diversidad funcional: Intelectual



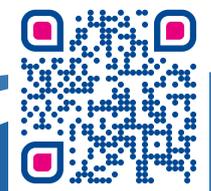
C.D. E.K. TORREJÓN

Juan Carlos siente bienestar cuando hace Karate. Empezó hace unos quince años. Le gustó cuando veía a sus compañeros y quiso ser como ellos. Se siente bien entrenando y compitiendo. Antes de salir al tatami se siente motivado y preparado para mostrar su trabajo al margen de los resultados que se consigan. Hay que seguir. Siempre seguir.

Su entrenador es Tomás Herrero, un buen hombre.

Cree que gracias al Karate es mejor persona. Cuando no puede hacer Karate lo echa de menos y siente deseos de volver pronto y si no hace pódium, siente deseos de mejorar y seguir entrenando. Sus mejores recuerdos, son siempre cuando está con sus compañeros; verles crecer y evolucionar.

Sus mayores deseos para el Para-Karate serían que otras personas con discapacidad lo descubrieran y poder competir en kumite.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

 Entrenador

Juan Carlos Manrique Vicente

Club: C.K.POZUELO
Entrenador de Para-Karate



El interés por el Para-Karate de Juan Carlos como entrenador surgió cuando a la puerta de su dojo llamó algún deportista con alguna necesidad especial e intentó formarse para darle lo que necesitaba. De aquello hace ya quince años.

Cree que las motivaciones para iniciarse en el Karate de estos chicos y chicas no son diferentes a las de cualquiera: películas, carteles, dibujos animados... y luego sencillamente, sentirse como todos y tener el derecho a practicar deporte en el mismo sitio que todo el mundo.

Para entrenar a Para-Karatekas, has que tener la misma vocación que para realizar otras cosas; Dar a cada persona lo que uno va buscando.

El reto es no tirar la toalla cuando el alumno parece que no avanza, porque al final si lo hará. El reto con cada Para-Karateka es único y distinto. Juan Carlos siente que estos deportistas son “auténticos”, no hay nada oculto en la expresión de sus sentimientos y emociones.

Con el proyecto Reindible era escéptico al principio, hasta que vio sus resultados.

Un deseo para el Para-Karate sería mayor visibilidad, por la vía que fuera; siendo paralímpicos, salir más en los medios...



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

C.K.POZUELO



Para-Karateka 

Cristina Alépuz López

Fecha de nacimiento: **16/12/2003**

Club: **C.K.POZUELO**

Entrenador: **Juan Carlos Manrique Vicente**

Diversidad funcional: **Intelectual**



C.K.POZUELO

Al practicar Karate, Cristina se siente con fuerza. Empezó entrenar por recomendación de su madre. Es muy feliz entrenando y le gusta mucho competir. Los nervios antes de salir al tatami son inevitables, pero luego se libera.

Reconoce que su entrenador es un crack. Entre sus metas inmediatas está el llegar a cinturón negro. El Karate le aporta fuerza y motivación.

Cuando no entrena lo echa de menos, aunque también hace otros deportes.

Si no sube al pódium le entran ganas de entrenar más.

Le gustaría que el Para-Karate fuera olímpico.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Olivia González Criticos

Fecha de nacimiento: 07/02/2004

Club: C.K.POZUELO

Entrenador: Juan Carlos Manrique Vicente

Diversidad funcional: Intelectual



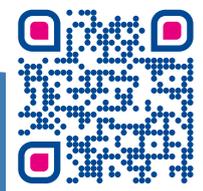
Cuando Olivia hace Karate, es feliz haciendo kata y la hace fuerte. Empezó en 2014 por que le encanta. Le gusta competir y cuando sale al tatami se siente muy tranquila. Piensa que su entrenador es guapo y listo.

Haciendo Para-Karate quiere llegar a Campeona de Madrid y de España. Además de Karate hace otros deportes.

Si no sube al pódium se siente a la vez un poco enfadada y un poco triste.

Le encantan los viajes para ir a competir y le gustaría que el Karate saliera más en la tele.

C.K.POZUELO



Para ver la entrevista,
escanee el código QR



Para-Karateka 

Andrea Matarí Pérez

Fecha de nacimiento: 27/06/1995

Club: C.K.POZUELO

Entrenador: Juan Carlos Manrique Vicente

Diversidad funcional: Intelectual



C.K.POZUELO

Cuando Andrea practica Karate se siente muy a gusto. Todo empezó cuando vio Karate Kid y tenía veinte años. Es super feliz cuando entrena con los compañeros.

Le gusta mucho competir y antes de salir al tatami siente mariposas. Su entrenador es estupendo y super gracioso.

Su sueño en Karate se ha cumplido cuando, antes de la pandemia, consiguió el cinturón negro. Si no entrena, se le hace muy largo el tiempo. Y si no gana, le entran ganas de entrenar más.

Su frase favorita es “nunca jamás pierdas los nervios. Podéis luchar hasta el final y no rendiros”.

Le gustaría que el Karate saliera más en la tele.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Alberto José Movilla Silveira

Fecha de nacimiento: 21/11/2007

Club: C.K.POZUELO

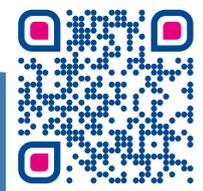
Entrenador: Juan Carlos Manrique Vicente

Diversidad funcional: Intelectual



A Alberto José el Karate le relaja. Se apuntó por sus compañeros de clases hace cinco años y se siente muy feliz entrenando con ellos. Cuando sale a competir no está nervioso. Le gustaría llegar a cinturón negro. Cuando no entrena en verano, practica Karate a escondidas de su madre. Se pone triste si no gana y entonces le entran ganas de entrenar más. Le gustan los campamentos de Karate y sobre todo el Kumite. Anima a que cada vez más gente haga Karate.

C.K.POZUELO



Para ver la entrevista,
escanee el código QR



Para-Karateka 

Ramón Peinado Juez

Fecha de nacimiento: 31/08/1999

Club: C.K.POZUELO

Entrenador: Juan Carlos Manrique Vicente

Diversidad funcional: Intelectual



C.K.POZUELO

A Ramón, el Karate le permite conocer gente y pasárselo bien. Empezó con siete años en el Colegio porque lo veía y le gustaba mucho.

Es muy feliz entrenado con sus compañeros. Antes de salir a competir siente feliz y un poco nervioso. Su entrenador es majo y con él se lo pasan muy bien. Como Para-Karateka le gustaría conseguir medallas y el cinturón negro. El Karate le aporta mucho, hace hacer ejercicio y se siente bien. Si no sube al pódium le entran más ganas de entrenar.

Se lo paso muy bien participando en el campeonato de España y en el de Madrid.

Le gustaría que cada vez fuéramos más gente haciendo Para-Karate. ¡Que seamos muchos!



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

David Prieto Otero

Fecha de nacimiento: 09/02/1988

Club: C.K.POZUELO

Entrenador: Juan Carlos Manrique Vicente

Diversidad funcional: Intelectual



David siente bienestar, deportividad y alegría al hacer Karate. Empezó en el 96 por recomendación de un profesor, por psicomotricidad.

Es feliz entrenado con sus compañeros y le gusta mucho competir. Al salir al tatami es feliz por participar, aunque se ponga un poco nervioso.

Su entrenador es responsable con él, le anima y le motiva mucho. Su meta es siempre conseguir los mejores resultados.

El Karate le aporta pasar tiempo con la gente y lo entiende como un hobby. Cuando no hace Karate lo echa de menos, aunque también hace otros deportes.

Siempre recuerda las convivencias que organizó la FMK en Gredos.

Le gustaría que el Karate fuera olímpico en Los Ángeles 2028



Para ver la entrevista,
escanee el código QR



Entrenador 

Francisco Mayoral Sánchez

Club: FRANCISCO MAYORAL
C.N. 8º DAN
Entrenador de Para-Karate



FRANCISCO MAYORAL

El interés de Paco Mayoral por el Para-Karate surge en 1978 al admitir en su gimnasio a tres chicos con síndrome de Down a quienes no admitían en ningún gimnasio.

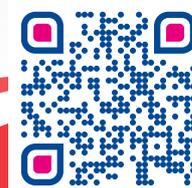
Cree que para la mayor parte de estos alumnos, la motivación inicial que les mueve a entrenar viene de sus padres y sobre todo que “les dejen” entrenar en un gimnasio.

Piensa que los entrenadores de Para-Karate se caracterizan por disfrutar de lo que están haciendo y por eso, cuando entrena a Para-Karatekas disfruta intentando transmitir todo lo que lleva dentro. Su mayor reto es el trabajo específico que hay que realizar con cada deportista y la adaptación de las técnicas.

Destaca la constancia y el sacrificio al entrenar de sus Para-Karatekas que también le hacen mejorar y evolucionar junto a ellos. Se siente muy identificado con los resultados del proyecto REINDIBE tanto para sus deportistas como para él.

Anécdotas y vivencias, tiene muchas, sobre todo el abrazo con sentimiento y cariño de todos los Para-Karatekas.

El mayor deseo de Paco es que el Para-Karate evolucione, que sea paralímpico y que reciba más ayudas.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Vicente Yángüez Santalla

Fecha de nacimiento: 21/10/1972

Club: FRANCISCO MAYORAL

Entrenador: Francisco Mayoral Sánchez

Diversidad funcional: Silla de Ruedas



A Vicente, el Karate le hace sentir libre y realizado, le atrae y le hace quemar adrenalina.

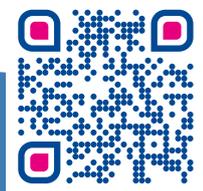
Comenzó con ocho años y durante un tiempo iba y venía, hasta que empezó en Para-Karate hace cuatro años, tras su accidente.

Entrenar para Vicente es compañerismo y camaradería, aunque siempre prefiere competir.

Su entrenador, Paco Mayoral, es *la esencia* del Karate.

Sus metas son seguir y evolucionar. Si no puede practicar, siempre tiene la cabeza en ver cómo puede mejorar. Si no hace pódium piensa en lo que ha fallado para corregirlo. Algún recuerdo especial es su primera competición en Arganda porque pudo recuperar sensaciones: Sentirse artista en el tatami.

Su deseo para el Para-Karate es que siga sumando practicantes y que no se pierda la confianza de las Federaciones.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR



Entrenadora 

Gema Rodríguez Pardo

Club: TSUKURI

C.N. 3° DAN

Entrenadora de Para-Karate



TSUKURI

Su interés surge cuando empezó a trabajar hace unos ocho años con chicos y chicas con necesidades especiales, lo que la llevo a buscar una formación específica.

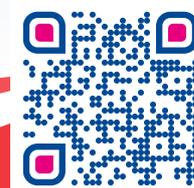
Gema piensa que las motivaciones de esos deportistas son las mismas que las de cualquier otro deportista; el Karate les gusta, les supone algo diferente... Aunque cree que sus entrenadores si deben tener una vocación especial.

Los Para-Karatekas y sus sensaciones son algo fantástico, tanto si ganan como si pierden. Para ella, el reto es que se sientan felices y que entiendan lo que hacen.

Se siente identificada con REINDIBE y cree que sus resultados se acercan el perfil de los deportistas.

Su vivencia más destacada fue la oportunidad que tuvo con su alumno Antonio en el último Campeonato de España, de poder darle las gracias por todo.

Gema desearía que, algún día, el Para-Karate dejase de serlo para convertirse en Karate.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Antonio Cabellos Contreras

Fecha de nacimiento: **23/08/1992**

Club: **TSUKURI**

Entrenador: **Gema Rodríguez Pardo**

Diversidad funcional: **Intelectual**



A Antonio el Karate le aporta salud y bienestar en su día a día. Empezó en 2008 y el Karate le enganchó. Le gusta competir e intenta pasárselo bien. Al competir siente la presión, pero luego se relaja al hacer el kata.

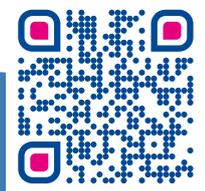
A su entrenadora, la admira por su paciencia: es exigente, pero los resultados llegan.

Antonio quiere llegar a dónde más pueda y más adelante le gustaría dar clase.

El Karate le aporta tranquilidad y relajación para continuar con sus estudios. Cuando no lo practica lo echa de menos, pero aprovecha para hacer otros deportes. Si no hace pódium se siente con más ganas de entrenar.

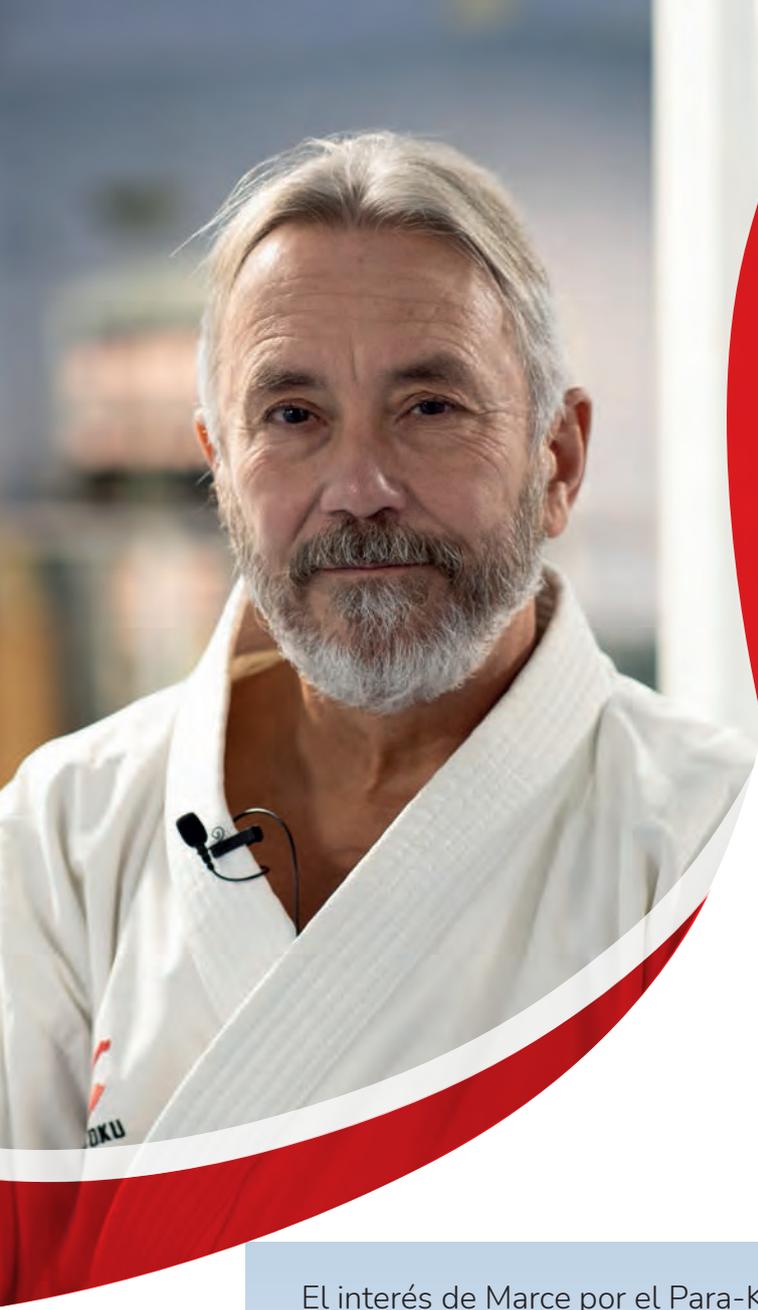
Como anécdota, recuerda el último Campeonato de España de Sevilla con Sandra Sánchez y Damián Quintero, los mejores Karatekas del Mundo.

Su mayor deseo es que algún día el Karate fuera paralímpico.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

TSUKURI



Entrenador 

Marcelino Rodríguez Villa

Club: **BLASCO GALDOS**

C.N. 4° DAN

Entrenador de Para-Karate



BLASCO GALDÓS

El interés de Marce por el Para-Karate surge en 1995 con Víctor Prieto, su primer alumno en esta modalidad. En todos estos años siempre ha trabajado con personas con diversidad funcional intelectual.

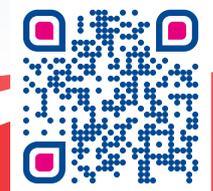
Su objetivo es integrarles en el grupo con el resto de Karatekas, no tratarles aparte. Las motivaciones de estas personas son competir como cualquier deportista y también subir al pódium. Cree que para ser entrenador hace falta una vocación especial, paciencia y darse cuenta de que los resultados son siempre a largo plazo, con la colaboración de los padres.

Siente una gran satisfacción cuando les entrena y el también aprende con ellos. Si no suben al pódium les da ánimos para seguir. No les trata de manera diferente. Ellos son grandes, muy grandes.

Sobre el proyecto REINDIBE, se siente identificado con sus resultados y cree que le han ayudado para mejorar.

Sus mejores recuerdos van ligados a la final del Campeonato del Mundo en Madrid con su alumno Víctor.

Su mejor deseo para el mundo del Para-Karate y del Karate sería ser olímpicos.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Pablo Jiménez Gonzalo

Fecha de nacimiento: 27/11/1995

Club: **BLASCO GALDÓS**

Entrenador: **Marcelino Rodríguez Villa**

Diversidad funcional: **Intelectual**



A Pablo, el Karate le hace sentir libertad. Comenzó a los cinco años y se siente feliz cuando entrena y también le gusta competir, estar tranquilo, saber que va a darlo todo.

Su entrenador es Marcelino, quien le muestra como conocerse y mejorar sus límites e ir superando sus objetivos. Le gustaría progresar en competición nacional, internacional e incluso paralímpica.

El Karate aporta tranquilidad en su vida diaria, control de sus emociones. Si no entrena, lo echa de menos, pero también hace otros deportes. Cuando no puede subir al pódium, lo intenta y sigue entrenado hasta conseguirlo.

Entre sus recuerdos está la primera vez que compitió. Su mayor deseo, ser paralímpicos.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

BLASCO GALDÓS



Para-Karateka 

Víctor Manuel Prieto Arévalo

Fecha de nacimiento: 10/01/1989

Club: BLASCO GALDÓS

Entrenador: Marcelino Rodríguez Villa

Diversidad funcional: Intelectual



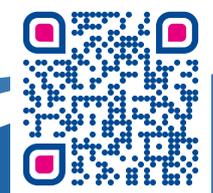
BLASCO GALDÓS

Para Víctor, su entrenador Marce es como un padre para él. Cuando entrena Karate se siente bien y muy feliz. Comenzó con 6 años y le apuntaron sus padres porque ya le gustaba de antes.

Se siente feliz al competir y es lo que más le gusta. No se pone nervioso, ni siquiera compitiendo al máximo nivel. Su meta es ser Campeón del Mundo y poder participar algún día en unos Juegos Paralímpicos.

Víctor cree que es mejor persona siendo Karateka. Se siente feliz ganando, pero si no lo hace, sigue siendo feliz. Si no puede hacer Karate, lo echa de menos pero también hace otras cosas.

Con la ilusión de participar en el próximo Campeonato del Mundo de Dubai, su mejor recuerdo como competidor es el Campeonato del Mundo de Madrid. Y su mejor deseo, que seamos paralímpicos.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Entrenador

Luis Roldán Jordán

Club: A.J.L.A. PINTO
C.N. 6° DAN
Entrenador de Para-Karate



El interés de Luis por el Para-Karate surgió espontáneamente con su primer alumno.

El acercamiento de estas personas al Karate surge porque ellos o sus padres han oído hablar de ello como una nueva experiencia y al final se quedan y continúan.

Tras trabajar con ellos desde hace unos doce años, piensa que hay que tener una vocación especial. Antes y durante la competición siente una satisfacción total que le dice que hemos llegado donde queríamos. Para definir a los Para-Karatekas no tiene palabras.

Los retos diarios son, dentro de los entrenamientos, el poder inculcarles unas formas, unos hábitos, como por ejemplo el saludo.

Se siente plenamente identificado con REINDIBE y cree que, en líneas generales, sus resultados representan muy bien, tanto a deportistas como a entrenadores y está convencido que sus conclusiones pueden ayudar a mejorar su bienestar.

Como gran deseo tiene el que no hablemos de integración: Ellos ya están sencillamente aquí, con nosotros.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

A.J.L.A. PINTO



Para-Karateka 

Estefanía Aranda Muñoz

Fecha de nacimiento: 19/08/1998

Club: A.J.L.A. PINTO

Entrenador: Luis Roldán Jordán

Diversidad funcional: Intelectual



A.J.L.A. PINTO

El Karate le sirve a Estefanía para entretenerse y sentirse bien.

Su padre la apuntó con diez años, pero luego le gustó y quiso seguir.

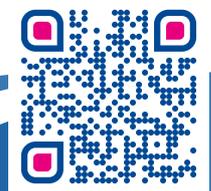
Se siente bien con los compañeros y disfruta entrenado y compitiendo.

Antes practicar Karate necesita estar tranquila y se pone algo nerviosa, pero prefiere relajarse un poco.

Su meta es seguir entrenando.

Cuando no hace Karate, practica otros deportes para seguir en forma. No la importa si no consigue ganar en una competición. Para ella, lo importante es participar y si pierde, no pasa nada.

Le gustaría que el Para-Karate tuviera cada vez más practicantes.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Jaime Larrañaga Medina

Fecha de nacimiento: **24/11/1997**

Club: **A.J.L.A. PINTO**

Entrenador: **Luis Roldán Jordán**

Diversidad funcional: **Intelectual**



Practicar Karate hace que Jaime se sienta contento y libre. Empezó a través de la Asociación de Pinto porque quería hacer deporte.

Es muy feliz entrenando con sus compañeros y compitiendo. Al saltar al tatami se siente contento como si fuera un juego. Su entrenador es bueno con él y le enseña muchas cosas.

Sus metas son sacar el cinturón negro algún día y aprender más Karate, porque con él conoce a nuevos compañeros y amigos, hace deporte y se siente bien.

Cuando deja de hacer Karate por vacaciones o por otra razón se le hace muy largo. Cuando compite, si no gana, no pasa nada.

Si tuviera que pedir un deseo sería que el Para-Karate estuviera para todos nosotros, los deportistas.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

A.J.L.A. PINTO



Entrenador 

Ernesto Sánchez Fortes

Club: ALHUCEMA

C.N. 3^{er} DAN

Entrenador de Para-Karate



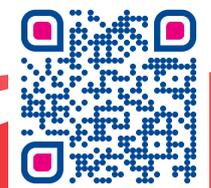
ALHUCEMA

El interés y motivación de Ernesto por el Para-Karate surge con su primera alumna, al ver la felicidad con la que entrenaba. Cree que las motivaciones de estos deportistas con diversidad funcional son las mismas que las de cualquier otro deportista. Para entrenar a estas personas no cree que haya que tener una vocación diferente a la de entrenar a otros.

Ernesto trabaja con Para-Karatekas desde hace siete años y siente emoción por su esfuerzo cuando entrenan y compiten. Resaltaría su ilusión, entusiasmo y mucha felicidad.

Se identifica con los resultados del proyecto REINDIBE en un porcentaje muy alto y reconoce que participar le ha ayudado a conocerlos mejor.

El trabajo diario y ver entrenar a sus alumnos siempre es su mejor recuerdo y su mayor deseo es que el Para-Karate fuera olímpico.



Para ver la entrevista,
escanee el código QR

Eloania Sánchez Núñez



Fecha de nacimiento: **07/05/2000**

Club: **ALHUCEMA**

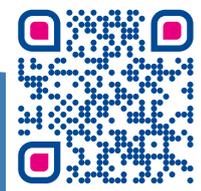
Entrenador: **Ernesto Sánchez Fortes**

Diversidad funcional: **Intelectual**

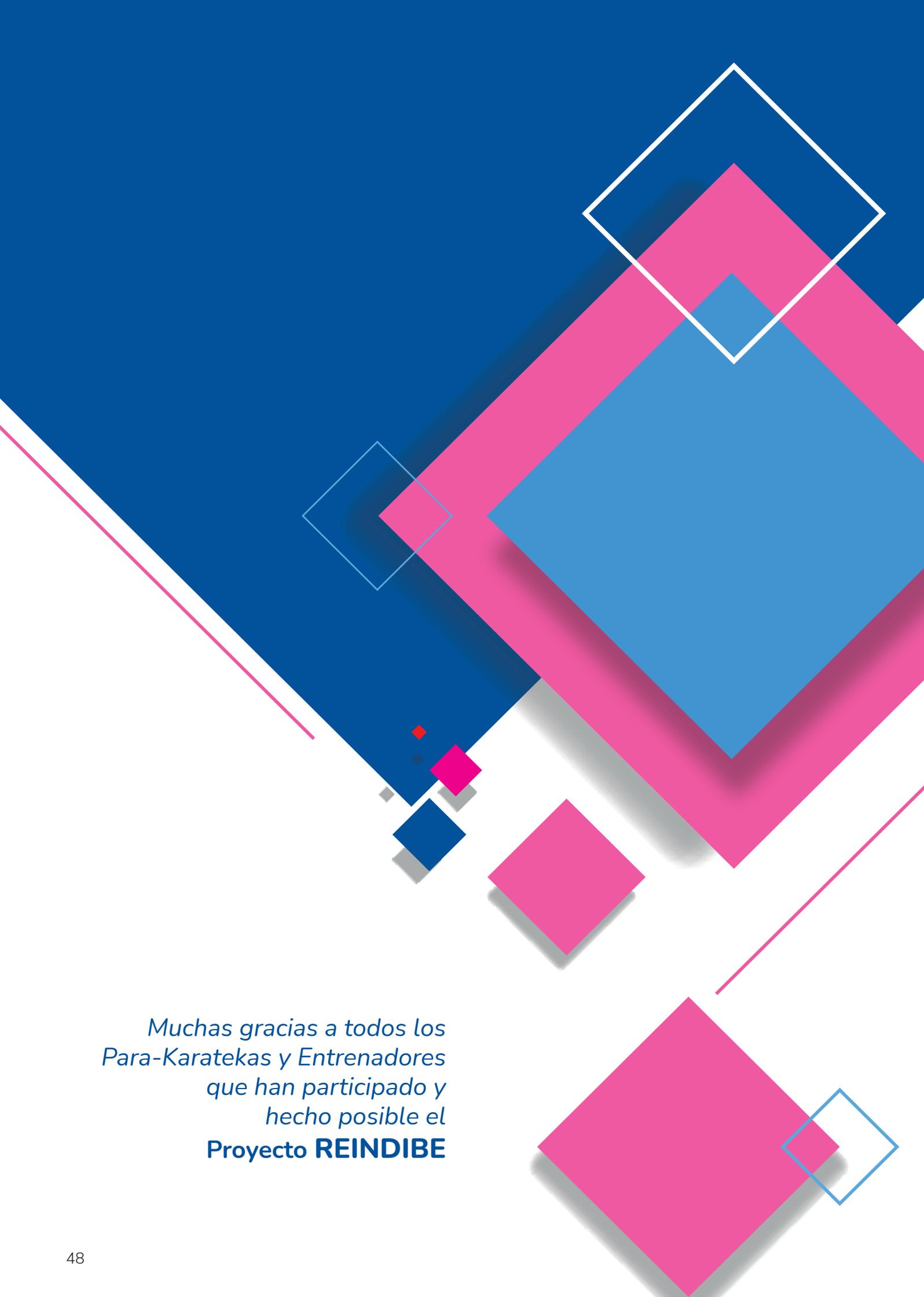


Eloania empezó a practicar Karate hace 4 años cuando vio una película. Entrenar y competir la hace feliz. Su entrenador es un buen profesor, tiene mucha paciencia y cuando lo necesita, la ayuda. Quiere llegar a ser una gran Karateka. Cree que el Karate le da estabilidad, disciplina y equilibrio. Cuando no entrena, se le hace muy largo el tiempo. Si compite y no hace pódium, la entran más ganas de entrenar. Sus mejores recuerdos son cuando bromea con sus compañeros antes de salir a competir. El mayor deseo de Eloania es que el Karate se viera más.

ALHUCEMA



Para ver la entrevista,
escanee el código QR



*Muchas gracias a todos los
Para-Karatekas y Entrenadores
que han participado y
hecho posible el
Proyecto **REINDIBE***



Proyecto
financiado por



Coordinan



Universidad
de Alcalá

UAM

Universidad Autónoma
de Madrid

Participan



FEDERACIÓN
MADRILEÑA
DE KARATE



REAL FEDERACIÓN
ESPAÑOLA DE KARATE Y D.A.



FEDERACIÓN IBEROAMERICANA
DE KARATE

Junto a una red de 27 investigadores doctores de 8 Universidades Españolas
y 3 Universidades Iberoamericanas