

Jornadas de deporte femenino por el 8M

09/03/2026



El concejal de Deportes, Enrique Quílez, ha presentado un programa de actividades con motivo de la conmemoración del Día de la Mujer. Estas jornadas llevan el lema de "La fortaleza de una mujer es infinita" y están dirigidas a la salud y bienestar de la mujer. Las actividades se desarrollarán los sábados 14, 21 y 28 de marzo, en el Pabellón Ciudad de Elda, y el 4 de abril con una ruta en Camara. Las interesadas pueden inscribirse a través del teléfono 966 989 202 o el correo electrónico cdeportes@elda.es.

La primera actividad, 14 de marzo, será de fuerza

consciente y respiración y tiene como objetivo "que las participantes aprendan a respirar y ofrecer un espacio de aprendizaje, autocuidado y crecimiento", ha señalado la coordinadora de las actividades, Olga Nadel.

Una semana más tarde, la actividades consistirá en meditación y coaching, de 9:30 a 12:30 horas. En el tercer taller, 18 de marzo, se trabajarán las emociones y creatividad. Por último, el 4 de abril, se realizará una ruta por Camara para compartir un momento de conversación al aire libre. Será a partir de las 8:30 horas desde la Plaza Castelar.