



NO. 2 | EDICIÓN MARZO 2025
CANCÚN, QUINTANA ROO; MÉXICO

DIRECTOR GENERAL:
PEDRO TORRES



www.deportesquintanaroo.com



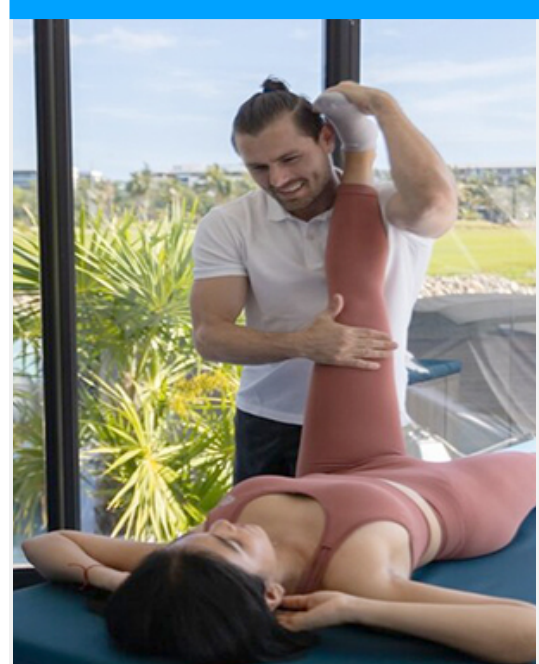
PODIO

LA REVISTA DE LA ÉLITE DEPORTIVA



EMPODERADAS DEL DEPORTE

En el marco del **Día Internacional de la Mujer**, reconocemos a las mejores diez atletas de Quintana Roo quienes brillan a nivel nacional e internacional



ESPECIALISTAS EN ESTIRAMIENTOS ASISTIDOS

GIMNASIA
HELENITA,
POR MAS LOGROS



AJEDREZ
ISAAC PÉREZ
PIEZA CLAVE
EN Q. ROO





04 Atletas, ejemplo e inspiración

En el marco del Día Internacional de la Mujer, reconocemos a las mejores de Quintana Roo

15 Un éxito el Medio Maratón de la Mujer

Brayan Rodríguez y Nadia Izquierdo fueron los ganadores absolutos de los 21K




28 Helenita, por más logros

Participará en el Campeonato Americano de Gimnasia para atletas con Síndrome de Down



32 Isaac Pérez, pieza clave del ajedrez

Bajo su liderazgo, el 'deporte ciencia' se ha desarrollado en toda la geografía estatal

03 **Editorial**
Homenaje a mujeres deportistas 

20 **Entrevista Exclusiva**
Daniel Landaverde cumple otro reto 

25 **Medicina Deportiva**
My Flex Club: Estiramientos Asistidos 

36 **Agenda Deportiva**
Lo más relevante de marzo 

38 **Mundo Deportivo**
Deporte nacional e Internacional 



PODIO

LA REVISTA DE LA ÉLITE DEPORTIVA

Pedro Torres
Director General
direccion@deportesquintanaroo.com

Alfonso Castro
Diseño Editorial
comercial@deportesquintanaroo.com

Mario Flores
Reportero
redaccion@deportesquintanaroo.com

Renato Xix
Fotografía
redaccion@deportesquintanaroo.com

 Redacción
998 -147-5643

 Publicidad
998 -147 6034

 Sexta Privada Kabah, SM. 248, Mz. 25,
Lote 1, No. 13, Villas del Mar 1
Cancún, Quintana Roo; México

#INFORMANDO
con pasión

HOMENAJE A MUJERES DEPORTISTAS

En la edición de marzo, mes del **Día Internacional de la Mujer**, la **REVISTA PODIO** reconoce a las diez deportistas más destacadas de Quintana Roo que brillan a nivel nacional e internacional y son ejemplo e inspiración.

También tenemos lo más relevante de la décima edición del **Medio Maratón Internacional de la Mujer** que se realizó con más de dos mil participantes locales, nacionales e internacionales.

Conoce la historia de superación del paratleta cancenense **Daniel Landaverde**, quien cumplió un reto más en su carrera deportiva tras realizar los 21 kilómetros en **Medio Maratón Internacional de la Mujer**.

De igual manera, te presentamos a la empresa **My Flex Club**, los especialistas en estiramientos asistidos 1&1, franquicia que viene de España y que está próximo a cumplir un año en Cancún.

En el marco del **Día Mundial del Síndrome de Down**, homenajeamos a la gimnasta cancenense **Helena Cárdenas Valencia**, quien ha representado a Quintana Roo a nivel nacional y a México a nivel internacional.

Uno de los deportes de mayor crecimiento en el estado en los últimos años es el ajedrez, por ello, te ofrecemos una amena charla con **Isaac Pérez Coral**, presidente de la Asociación de Quintana Roo del 'deporte ciencia'.

Además, de nuestra **Agenda Deportiva** y lo más destacado del deporte nacional e internacional en la sección Mundo Deportivo, en **PODIO**, la primera revista digital interactiva de Quintana Roo.

Pedro Torres
Director General Revista Podio



EJEMPLO E INSPIRACION

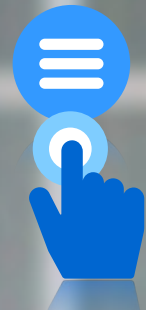
EN EL MARCO DEL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER, RECONOCEMOS A QUIENES BRILLAN EN EL DEPORTE A NIVEL NACIONAL E INTERNACIONAL

POR PEDRO TORRES
REVISTA PODIO

En el marco del Día Internacional de la Mujer que se celebra el 8 de marzo, **REVISTA PODIO** te presenta el **Top-Ten** de las diez deportistas más destacadas de Quintana Roo que brillan a nivel nacional e internacional y son ejemplo e inspiración.

En el exclusivo listado aparecen figuras como la patinadora **Vivian Michelle Morfín**, la futbolista **Montserrat Saldívar**, la b-girl **Swami Rizzi**, la gladiadora **Montserrat Rendón** y la judoca **Thaily Sofía Molina**, por mencionar algunas.





VIVIAN MORFÍN, 'REINA' DEL PATINAJE

Pese a su corta edad (15 años), la patinadora playense **Vivian Michelle Morfín** es hoy por hoy una de las mejores atletas de Quintana Roo y ganadora del **Premio Estatal del Deporte 2024** y del **Premio Municipal del Deporte 2024** en Solidaridad.

En 2024, se convirtió en la máxima ganadora de preseas de oro para el estado en una misma edición de Nacionales **CONADE** con seis en seis pruebas, superando a **Lesly Gómez Caballero**, quien ganó cinco de cinco pruebas en el 2015.

Gracias a sus excelentes resultados y marcas, el año pasado representó a México a nivel internacional con la **Selección Mexicana en el Panamericano de Colombia** y en el **Mundial de Italia** sumando experiencia internacional.

FICHA TÉCNICA

- **NOMBRE:**
Vivian Michelle Morfín
Castañeda
- **ORIGINARIA:**
Playa del Carmen
- **EDAD:**
15 años
- **DISCIPLINA:**
Patinaje
- **LOGROS:**
Seis medallas en Nacionales CONADE 2024 y dos eventos internacionales con México (Panamericano y Mundial en 2024).





MONTSERRAT SALDÍVAR, FIGURA DEL FUTBOL

Con el respaldo de la ex futbolista **Iris Mora** y tras su época de amateur, la originaria de Cancún fue fichada por el **América**, club con el cual debutó en la **Liga MX Femenil** el 16 de agosto de 2021 con apenas 14 años y 11 meses.

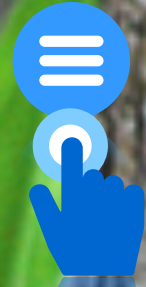
Posteriormente, se fue consagrando con el primer equipo y ya ganó su primer título con las **Águilas**, el **Torneo Clausura 2023**. Actualmente sigue siendo una pieza clave para Ángel Villacampa y totaliza 12 goles con la playera del cuadro azulcrema.

Con la **Selección Mexicana** ha disputado dos **Mundiales**, el **Sub-17 'India 2022'** y el **Sub-20 'Colombia 2024'**, además de sumar ya dos convocatorias con la Selección Mayor y realizar una gira por España donde marcó dos goles.

FICHA TÉCNICA

- **NOMBRE:**
Montserrat Saldívar Pavón
- **ORIGINARIA:**
Cancún
- **EDAD:**
18 años
- **DISCIPLINA:**
Futbol
- **LOGROS:**
Un título con América en el Torneo Clausura 2023 y dos Copas Mundiales con México (Sub-17 'India 2022' y Sub-20 'Colombia 2024').





SWAMI RIZZI, PIONERA DEL BREAKING EN Q. ROO

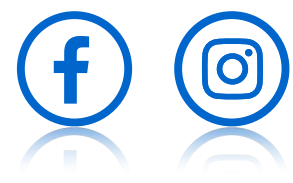
Una de las atletas referentes del deporte quintanarroense es sin duda la playense **Swami Rizzi**, pionera en nuestro estado del **breaking**, disciplina que lleva ya 14 años practicándola y en la cual ha puesto en lo alto a México.

La seleccionada azteca es triple medallista de los **Nacionales CONADE** (plata en 2022, oro en 2023 y plata en 2024) y dos veces finalista del **Mundial de Red Bull BC One**, donde ha brillado con luz propia.

Sus éxitos le han valido ganar el **Premio Municipal del Deporte 2022** en Solidaridad y el **Premio Estatal del Deporte 2023** en Quintana Roo, además del **Premio “Luchador Olmeca”** otorgado por la **Confederación Deportiva Mexicana (CODEME)**.

FICHA TÉCNICA

- **NOMBRE:**
Swami Rizzi
- **ORIGINARIA:**
Playa del Carmen
- **EDAD:**
19 años
- **DISCIPLINA:**
Breaking
- **LOGROS:**
Triple medallista de Nacionales CONADE y dos veces finalista del Mundial de Red Bull BC One. Premio Municipal del Deporte 2022, Premio “Luchador Olmeca 2022” y Premio Estatal del Deporte 2023.





‘MONSTER RENDÓN’, GUERRERA DE LA UFC

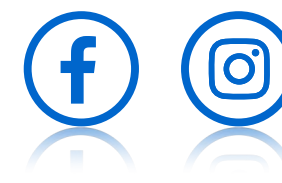
La cancionense **Montserrat ‘Monster’ Rendón**, actualmente ya recuperada de una lesión en la mano, es la primera quintanarroense en incursionar en la **Ultimate Fighting Championship (UFC)**.

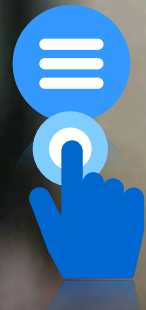
La gladiadora caribeña pupila de **Eduardo Cortés** debutó en la empresa más importante de las **Artes Marciales Mixtas** el 23 de septiembre de 2023 imponiéndose por decisión dividida a la brasileña **Tamires Vidal**.

Posteriormente, el 23 de marzo pasado, cayó ante la debutante rusa **Darya Zheleznyakova** por decisión unánime y tras su lesión en la mano canceló su pelea pactada para el pasado 9 de noviembre ante la inglesa **Melissa Mullins**.

FICHA TÉCNICA

- **NOMBRE:**
‘Monster’ Rendón
- **ORIGINARIA:**
Cancún
- **EDAD:**
35 años
- **DISCIPLINA:**
MMA
- **LOGROS:**
Primera quintanarroense en incursionar en la UFC y debutar el 23 de septiembre de 2023 con victoria ante la brasileña Tamires Vidal.





THAILY SOFÍA MOLINA, LA 'JOYA' DEL JUDO

La joya del judo quintanarroense es la tulumnense **Thaily Sofía Molina**, quien se convirtió en la primera quintanarroense en la historia en conquistar una medalla de oro dentro de un **Campeonato Panamericano Sub-13 y Sub-15** de la especialidad.

La judoca tulumnense se coronó a finales de noviembre pasado como campeona absoluta en la **categoría Sub-13** de la división de menos 47 kilos, durante las acciones realizadas en la ciudad de **Varadero, Cuba**.

La pupila de la entrenadora **Martha Domínguez** y galardonada como la **Mejor Deportista de Tulum en 2024** actualmente se encuentra en el proceso de clasificación para los **Nacionales CONADE 2025**.

FICHA TÉCNICA

- **NOMBRE:**
Thaily Sofía Molina
- **ORIGINARIA:**
Tulum
- **EDAD:**
12 años
- **DISCIPLINA:**
Judo
- **LOGROS:**
Es la primera quintanarroense en la historia en conquistar una medalla de oro dentro de un Campeonato Panamericano Sub-13 y Sub-15.





JULIA PRADO, LA MEJOR BIKINI CLASIFICADA

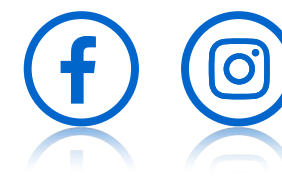
En la disciplina del físico y fitness, la cancionense, **Julia Prado Segura** es una de las referentes de nuestro estado al encabezar el ranking 2024 de la modalidad **Bikini** Clasificada en nuestro país y para este 2025 se plantea nuevos retos.

El año pasado en el Campeonato Nacional fue segundo lugar; en el **Mr. México** quedó campeona absoluta; en la **Copa Diamante** ganó su categoría y el absoluto; y en el Mundial de Japón fue cuarto lugar en **Fitness Artístico** más de 1.68 centímetros.

Julia, de 29 años de edad, señaló que actualmente está en preparación y dependiendo de su evolución física representará nuevamente a México a nivel internacional a finales de marzo en Perú o en mayo en Guatemala o Ecuador.

FICHA TÉCNICA

- **NOMBRE:**
Julia Prado Segura
- **ORIGINARIA:**
Cancún
- **EDAD:**
29 años
- **DISCIPLINA:**
Físico y Fitness
- **LOGROS:**
Campeona absoluta del Mr. México y la Copa Diamante en 2024, mundialista en Japón y ganadora del 'Premio Luchador Olmeca 2024'.





DANNA NOVELO BRILLA EN PARADANZA DEPORTIVA

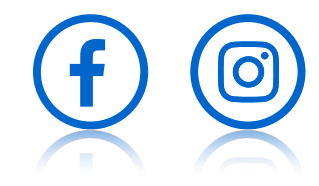
Un trágico accidente ocurrido el 1 de julio 2023, no ha sido impedimento para que la cancionense **Danna Novelo Hernández** continúe disfrutando del baile a través de la **paradanza deportiva**.

La joven de 15 años de edad logró en los pasados **Paranacionales CONADE 2024** dos medallas de bronce para Quintana Roo en las modalidades de **Singles Femenil** y **Freestyle**.

El próximo reto para la paratleta caribeña es el **International Competition World Paradance Sport** que representa su primer evento fuera de nuestro país a celebrarse del **18 al 20 de abril en Amstelveen, Holanda**.

FICHA TÉCNICA

- **NOMBRE:**
Danna Novelo Hernández
- **ORIGINARIA:** Cancún
- **EDAD:** 15 años
- **DISCIPLINA:**
Paradanza deportiva
- **LOGROS:**
Doble medallista de bronce para Quintana Roo en las modalidades de Singles Femenil y Freestyle, en los Paranacionales CONADE 2024.





VERÓNICA ARZOLA, LA MULTIFÁCETICA

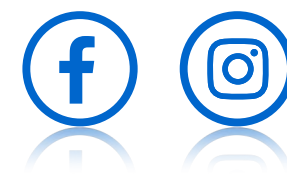
La portomorelense Verónica **Arzola Weil**, de 23 años de edad, practica las aguas abiertas, **crossfit** y **halterofilia** y en total ha conquistado más de 60 medallas en su carrera deportiva.

En febrero pasado sumó experiencia internacional en el evento de crossfit “**Woodapaloza**”, celebrado en **Miami, Florida**, donde en Por Equipos concluyó en la séptima plaza con las experimentadas entrenadoras, **Tefy Escudero** y **Marta Jurado**.

Actualmente se prepara para participar en el **Spring Break Games de crossfit**, a celebrarse el viernes 14 de marzo en el Centro Deportivo “**Ejército de la Revolución**” de Morelia, Michoacán.

FICHA TÉCNICA

- **NOMBRE:**
Verónica Arzola Weil
- **ORIGINARIA:**
Puerto Morelos
- **EDAD:** 23 años
- **DISCIPLINAS:**
Aguas abiertas, crossfit y halterofilia
- **LOGROS:**
En total ha conquistado más de 60 medallas en su carrera deportiva y actualmente es tercer lugar nacional en su categoría en halterofilia.





PAOLA MACIA SE ABRE PASO EN EL BOXEO

Con el sueño de consagrarse campeona mundial, la cancenense **Xinnia Paola Macía de la Fuente** se abre paso en el boxeo profesional donde registra una marca siete victorias, un empate y una derrota.

En su más reciente combate, la pugilista de 24 años de edad se impuso a la hidrocálida **Perla Esmeralda Rojas**, en el **'Polifórum'** de **Playa del Carmen**, el pasado mes de noviembre.

Hoy día, de la mano de su padre y entrenador **Aldrín Macia** se prepara para su próxima pelea la cual será el **18 de abril** próximo en **Mexicali, Baja California**, que le significará su segunda fuera de territorio quintanarroense.

FICHA TÉCNICA

- **NOMBRE:**
Xinnia Paola Macía de la Fuente
- **ORIGINARIA:**
Cancún
- **EDAD:** 24 años
- **DISCIPLINA:** Boxeo
- **LOGROS:**
La pugilista caribeña se abre paso en el boxeo profesional donde registra una marca siete victorias, un empate y una derrota.





FANI ENCALADA, APASIONADA DEL MOTOCROSS

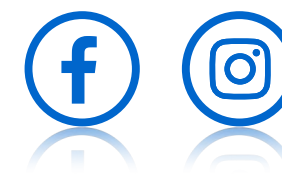
Luego de su experiencia deportiva como atleta de físico y fitness, **Fani Encalada Cetina**, incursionó desde hace siete años en el motocross, disciplina que le apasiona en la cual representa al **club Mapaches** de Playa del Carmen.

En la **categoría Elite Femenil**, 'Fani', de 33 años de edad, se ha podido subir al podio en varias ocasiones, la más reciente en la segunda fecha del **Campeonato Regional Zona Sur de Motocross** que se realizó en Playa del Carmen ocupando el segundo sitio.

El próximo reto para la piloto playense será la segunda fecha del **Campeonato de Motocross Regional Sur de la Asociación Mexicana de Motociclismo** que se llevará a cabo el 15 y 16 de marzo en Campeche.

FICHA TÉCNICA

- **NOMBRE:**
Estefanía Encalada Cetina
- **ORIGINARIA:**
Playa del Carmen
- **EDAD:** 33 años
- **DISCIPLINA:**
Motocross
- **LOGROS:**
Se ha podido subir al podio en varias ocasiones en la categoría Elite Femenil, la más reciente en el Campeonato Regional Zona Sur.



UN ÉXITO EL MEDIO MARATÓN INTERNACIONAL DE LA MUJER



LOS MEXIQUENSES BRAYAN RODRÍGUEZ Y NADIA IZQUIERDO SE PROCLAMARON LOS GANADORES ABSOLUTOS DE LOS 21K

EVENTO | MEDIO MARATÓN INTERNACIONAL DE LA MUJER



PEDRO TORRES
REVISTA PODIO

Todo un éxito fue la **décima edición del Medio Maratón Internacional de la Mujer** que se realizó con más de dos mil participantes de 33 países con salida y meta en el **Malecón Tajamar**.

La fiesta atlética por el **Día Internacional de la Mujer**, el cual se conmemora el 8 de marzo, arrancó a las 6 y media de la mañana a ritmo de mariachi y la señal de salida para las y los corredores de las distancias de 21, 10 y 5 kilómetros fue encabezada por la gobernadora **Mara Lezama** y la presidenta municipal de Benito Juárez, **Ana Paty Peralta**.

La Jefa del Ejecutivo Estatal se congratuló por la gran respuesta de la comunidad atlética y resaltó que el deporte es fundamental para su gobierno.



NUMERALIA

2 mil

PARTICIPARON EN LA DÉCIMA EDICIÓN DEL MEDIO MARATÓN INTERNACIONAL DE LA MUJER.



EL DATO

LA JUSTA ATLÉTICA TUVO A PARTICIPANTES DE 33 PAÍSES.





• REPORTAJE EXCLUSIVO

17

EVENTO | MEDIO MARATÓN INTERNACIONAL DE LA MUJER

“Son diez años de este **Medio Maratón de la Mujer** y siempre todos los eventos donde empodere a las mujeres hay que apoyarlas, hay que abrazarlas. Una gran cantidad de mujeres de todas las edades participando en 5, 10 y 21 kilómetros y la verdad que maravilla iniciando este domingo haciendo deporte que es parte fundamental de la vida”, destacó **Mara Lezama**.

“Como parte fundamental de la diversificación de los segmentos para la promoción turística es justamente este segmento, el segmento deportivo y tendremos en este 2025 muchos eventos para que el mundo entero vea que somos mucho más que sol y playa y el deporte es fundamental en este gobierno, que vengan las y los turistas a disfrutar de los eventos deportivos”, agregó.

Luego de cumplir con el recorrido las y los participantes recibieron sus respectivas medallas de manos de las autoridades, entre ellos el paratleta **Daniel Landaverde**, quien demostró que para hacer deportes no hay límites y que el deporte en Quintana Roo es inclusivo.

Ya en la zona de recuperación e hidratación, las mujeres fueron recibidas con una rosa, detalle que ya es toda una tradición por parte del comité organizador.



MARATÓN
DE LA MUJER Cancún 2025

La gobernadora **Mara Lezama** y Ana Pati Peralta, presidenta municipal de Benito Juárez, activas promotoras del evento.

“

Es una buena carrera que se presta para correr rápido”.

BRAYAN RODRÍGUEZ
GANADOR ABSOLUTO 21K

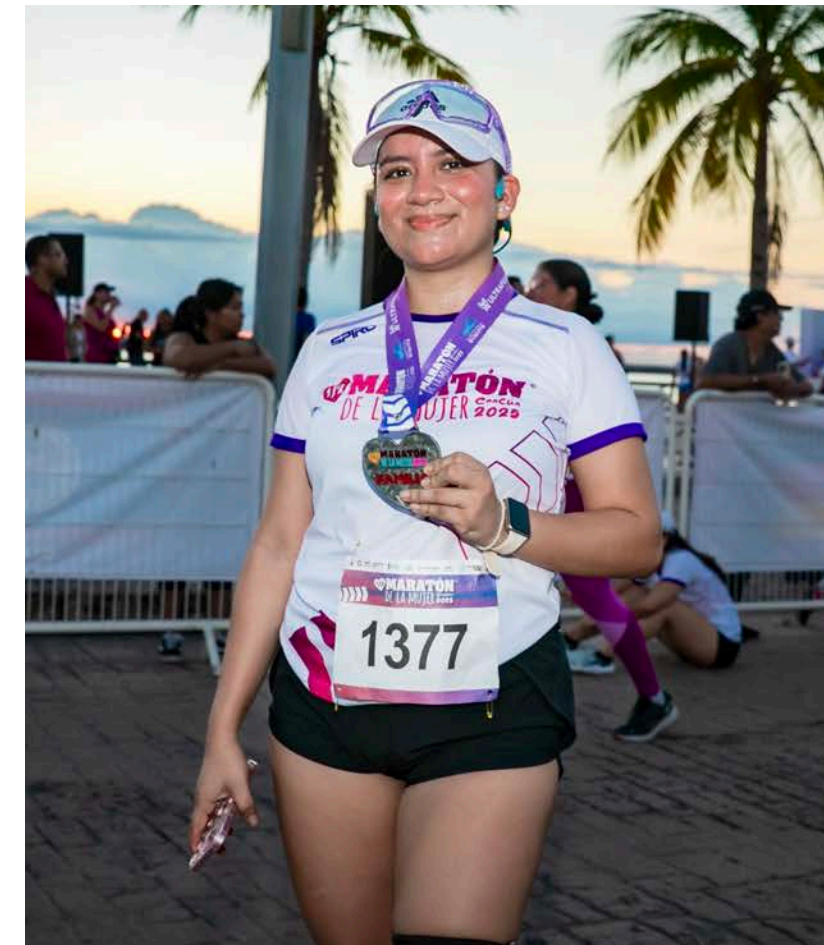
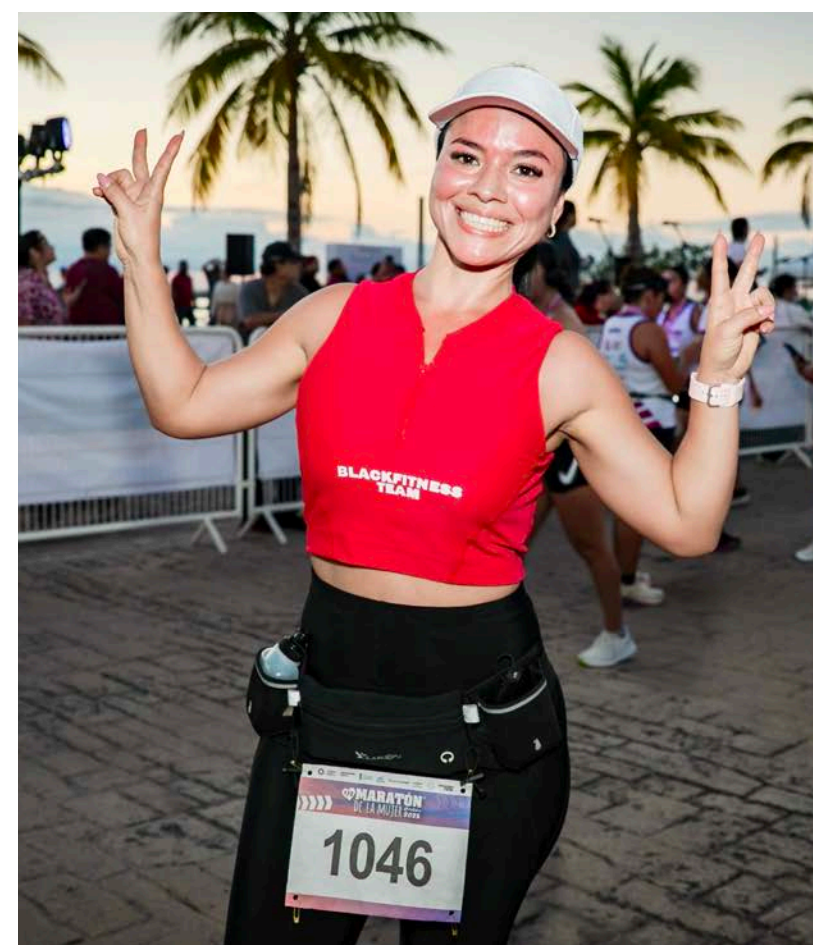
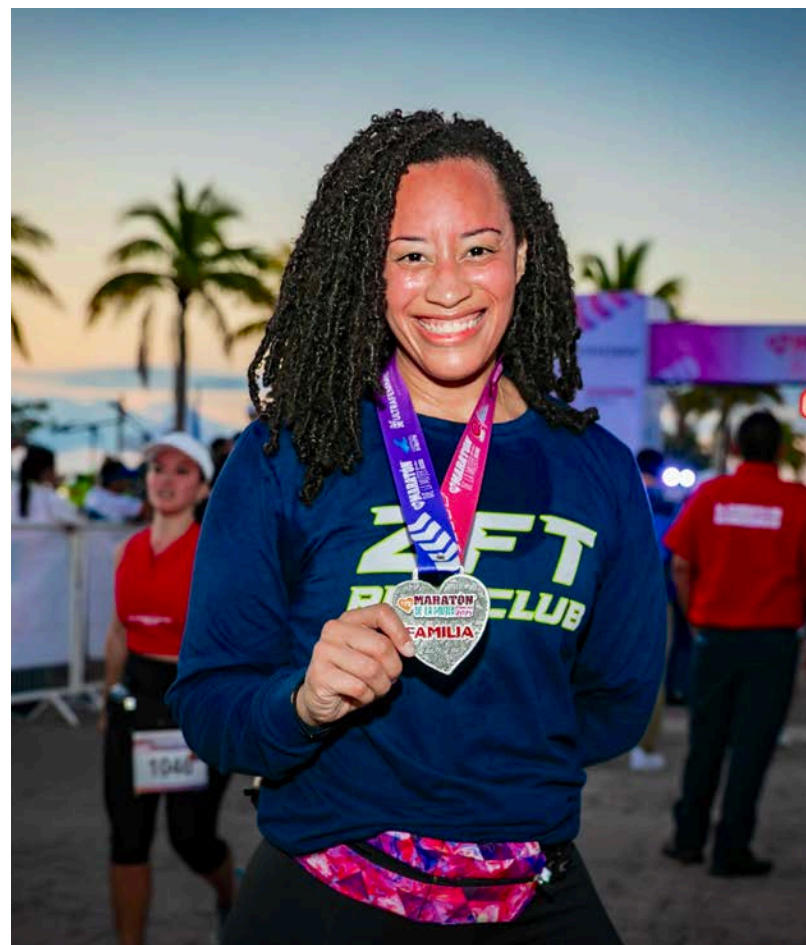


MOTION
EVENTS





EVENTO | MEDIO MARATÓN INTERNACIONAL DE LA MUJER



En ese sentido, el director del **Instituto Municipal del Deporte (IMD) de Benito Juárez, Alejandro Luna** felicitó a **Motion Events** por cumplir ya diez años la justa atlética.

“Un evento que ya está haciendo historia, décima edición, felicitar a **Motion Events**, a nuestro amigo Armando Macías. Un evento que está generando economía, que es parte de este nuevo sector de turismo deportivo en el que tenemos muchos en la ciudad en todo el año y estamos muy contentos de ver cómo está creciendo el turismo deportivo”, sostuvo.

En la máxima distancia, los 21 kilómetros, los ganadores absolutos fueron **Brayan Rodríguez** y **Nadia Izquierdo**, ambos de 26 años y originarios del Estado de México, con marca de 1 hora, 5 minutos y 45 segundos y 1 hora, 20 minutos y 51 segundos, respectivamente.

Brayan Rodríguez, dijo “me sentí bien, nada más que al final no se si porque salió el sol ya no me sentí muy bien, pero bien, es una buena carrera que se presta para correr rápido”.



• REPORTAJE EXCLUSIVO

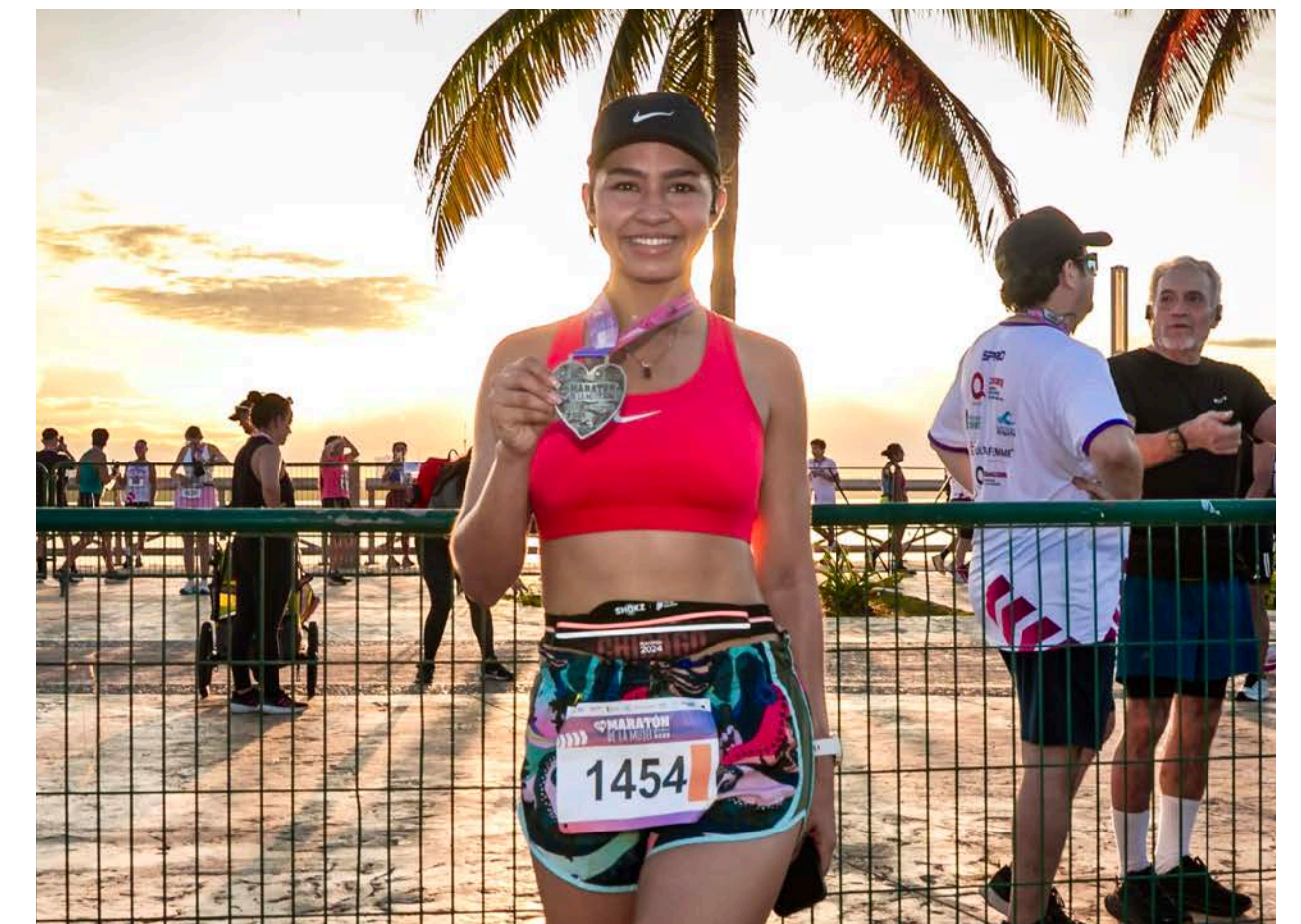
EVENTO | MEDIO MARATÓN INTERNACIONAL DE LA MUJER

Por su parte, **Nadia Izquierdo** resaltó “muy feliz y muy contenta de poder venir a este lugar. La organización estuvo muy buena, buen recorrido, siempre hubo un guía que nos estuviera marcando el recorrido y que se animen a hacer algún deporte”,

Armando Macías, director de **Motion Eventos** agradeció la suma de esfuerzos para hacer este evento una verdadera fiesta atlética.

“Muy agradecidos con nuestra gobernadora Mara Lezama, con **Alex Luna**, con la presidenta municipal, Ana Patricia Peralta, muchas gracias por darnos la confianza, somos de Cancún y estamos para servirles. Así como los competidores todos se preparan para dar lo mejor, nosotros nos vamos a preparar para dar lo mejor la próxima edición. Los esperamos en 2026 en la onceava edición del Medio Maratón de Cancún”, concluyó.

Fue así como se cumplieron diez años de lo que hoy por hoy es uno de los eventos deportivos más importantes de Quintana Roo.





• ENTREVISTA EXCLUSIVA

20

DEPORTE ADAPTADO | DANIEL LANDAVERDE CUMPLE OTRO RETO



DANIEL LANDAVERDE CUMPLE OTRO RETO

EL PARATLETA CANCUNENSE PARTICIPÓ
EN SU TERCER MEDIO MARATÓN
INTERNACIONAL DE LA MUJER



POR PEDRO TORRES
REVISTA PODIO

Una historia de superación es el paratleta cancuense Daniel Landaverde Lorenzo, quien cumplió un reto más en su carrera deportiva tras realizar los 21 kilómetros en la décima edición del **Medio Maratón Internacional de la Mujer**.

El originario de la Ciudad de México, pero quien lleva toda una vida en el Caribe Mexicano sufrió un trágico accidente que no le ha impedido mantener su pasión por los deportes.

“Fue en febrero de 2017, iba a una convención de motociclismo con dos amigos más hacia Bacalar. Al momento de caer, mi columna chocó con una base de cemento y fue donde sufrí un golpe contundente dañándose la médula espinal”, señala Daniel.

● ● ●
Daniel Landaverde,
una historia de
superación.





Las medallas de las últimas cuatro ediciones del Medio Maratón de la Mujer.



“Antes del accidente yo nadaba y después del accidente también, como una forma de rehabilitación. Ya después me pasé al paratletismo, donde ya llevo tres años”, agrega el caribeño de 29 años.

De su experiencia en la décima edición del **Medio Maratón Internacional de la Mujer** celebrado el pasado domingo, destacó que se sintió muy bien y que fue la tercera ocasión consecutiva en la que participó.

“Me sentí muy bien en cuestión de que hay varias competencias en la que no le dan la importancia a la ruta o no le dan mucho interés a los paratletas y en esta competencia siempre se han mostrado muy comprensivos en mi situación”, sostuvo.

NUMERALIA

21 km

FUE LA DISTANCIA QUE RECORRIÓ DANIEL LANDAVERDE.

EL DATO

EL PRÓXIMO 31 DE AGOSTO COMPETIRÁ EN SU TERCER MARATÓN (42 KILÓMETROS), EL DE LA CIUDAD DE MÉXICO

XLII MARATÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO
telcel
2025





“Siempre me han dado las facilidades para poder hacer la carrera, desde al acceso al área de competencia y en la salida también me dieron un acceso diferente para no salir con todo el grupo y no ocasionar algún accidente”, acotó.

Daniel Landaverde ha representado a Quintana Roo en otros estados del país como Yucatán, Nuevo León y Ciudad de México donde el próximo 31 de agosto competirá en su tercer Maratón (42 kilómetros).

“Será mi tercer Maratón, ya que en enero del año pasado participé en el **Maratón de Mérida** y en diciembre en el **Maratón de Monterrey**, por lo cual me estoy preparado muy fuerte”, dijo.

“ El deporte inclusivo nunca se debe dejar afuera”

DANIEL LANDAVERDE
PARATLETA CANCUNENSE





Sus próximas competencias que le servirán como preparación para el Maratón de la capital del país serán el **Medio Maratón de Cancún** (27 de abril) y el Medio Maratón de Valladolid (18 de mayo).

“El deporte inclusivo nunca se debe dejar afuera, a mi me ha ayudado mucho el deporte, siento que, si no hubiera tenido el apoyo de mis maestros, mis entrenadores, amigos y familia, yo no hubiera salido de la cama o de la casa.

En cambio, ahorita tienes un por qué, unos retos, tienes otra actitud al momento de ver las cosas, entonces, mientras sigas practicando el deporte que te guste por la razón que quieras vas a estar sano y vas a estar feliz”, concluyó.

Cabe destacar que los entrenadores de **Daniel Landaverde** son los profesores **Julio Cesar Rodríguez**, **Miguel Ambriz**, **Manuel Martínez** y de parasurf -otra disciplina que practica- es **Javier Ortiz**.



ESPECIALISTAS EN ESTIRAMIENTOS ASISTIDOS



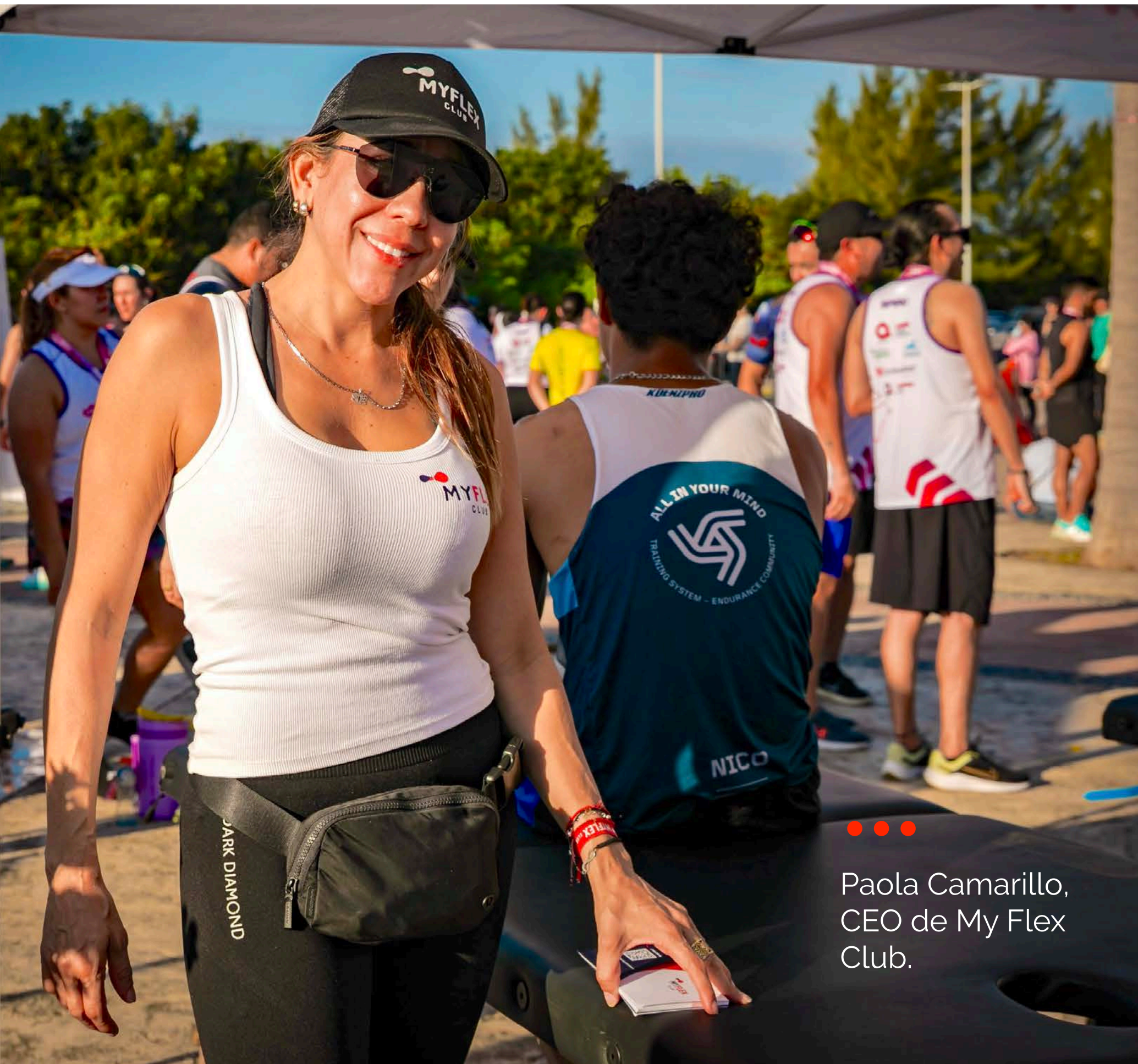
MYFLEX
CLUB

CONVERSAMOS CON LA CEO DE LA EMPRESA, **PAOLA CAMARILLO**, QUIEN DESTACÓ QUE SON UNA FRANQUICIA QUE VIENE DE ESPAÑA Y QUE ESTÁN PRÓXIMOS A CUMPLIR UN AÑO EN CANCÚN



www.myflexclub.com





Paola Camarillo,
CEO de My Flex
Club.

MARIO FLORES
REVISTA PODIO

Una de las empresas que fueron parte de la décima edición del **Medio Maratón Internacional de la Mujer** con un stand fue **My Flex Club**, los especialistas en estiramientos asistidos 1&1 en Cancún.

REVISTA PODIO conversó con la CEO de la empresa, **Paola Camarillo**, quien destacó que son una franquicia que viene de España y que están próximos a cumplir un año en Cancún.

Entre los beneficios de estos estiramientos con flexólogos expertos están el aumentar el rendimiento deportivo, te brinda bienestar, **te ayuda a prevenir lesiones** y **te ofrece una mejor capacidad de movimiento**.

“Esto te ayuda a cualquier deporte, porque todos necesitamos ser flexibles. Lo más importante es que elimina el 99 por ciento de lesiones al mantener tu cuerpo flexible”, destaca **Paola Camarillo**.

CONTACTO



WHATSAPP
(998) 131 4896



UBICACIÓN
Puerto Cancún,
Av. Bonampak,
Mz. 27, lote 1-2,
SM 3; C.P. 77500
Cancún, Q. Roo





“Mejoramos rango de movimiento, mejoramos cualquier actividad física que hagas, trabajamos con una pistolita llamada **DRT**, esto te va a ayudar el músculo y de ahí trabajarlo”, agregó.

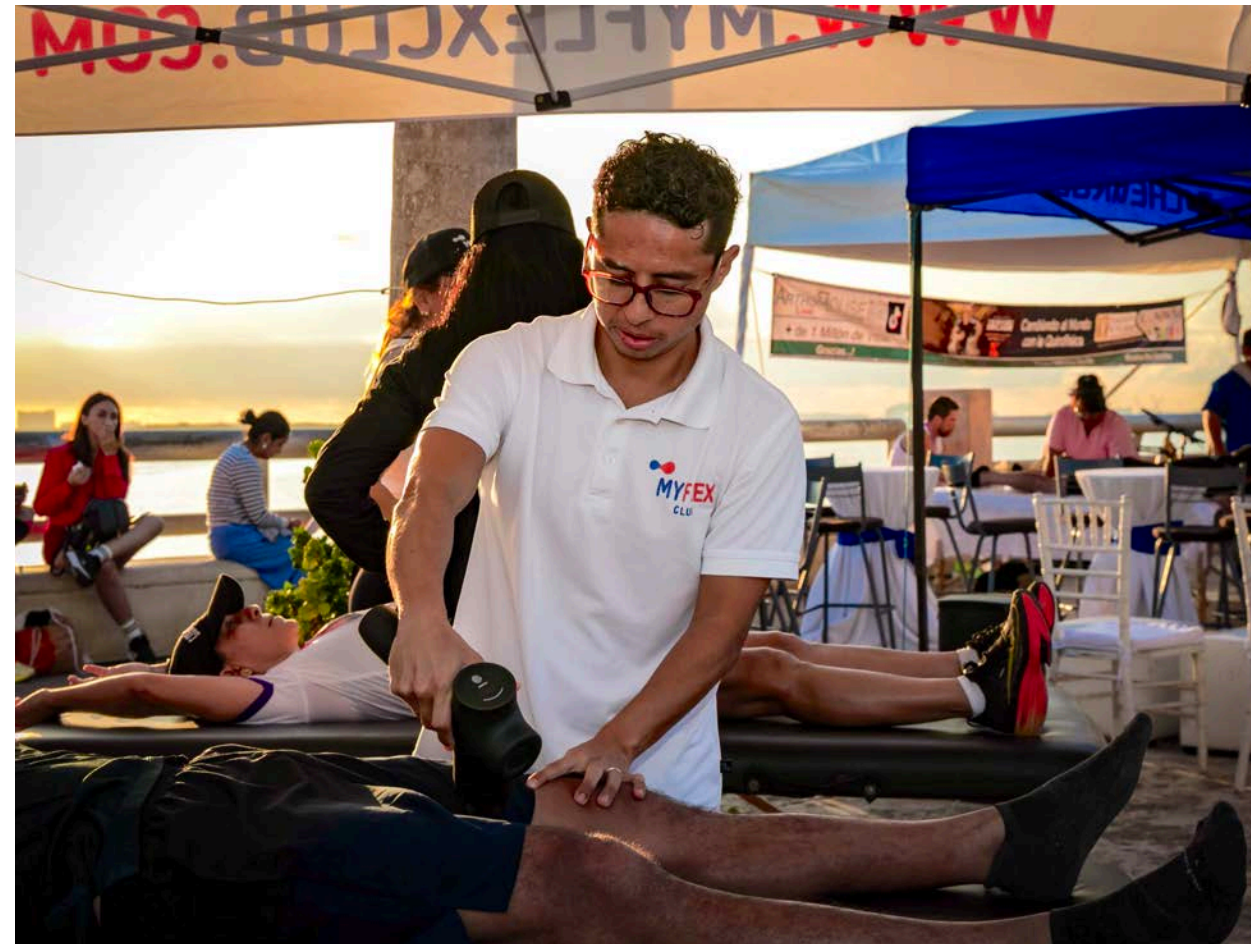
“Pueden trabajar tren superior, tren inferior o cuerpo completo, porque creemos que para hacer deporte no es como te ves sino como estas por dentro y nosotros es lo que ayudamos”, explicó.

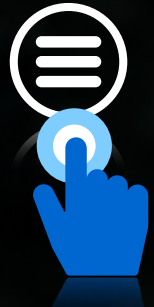
“Pueden trabajar tren superior, tren inferior o cuerpo completo, porque creemos que para hacer deporte no es como te ves, sino como estas por dentro y nosotros es lo que ayudamos”, concluyó.

“**My Flex elimina el 99% de las lesiones**”.

PAOLA CAMARILLO
CEO DE MY FLEX CANCÚN

My Flex Cancún
fue parte de la
décima edición del
Medio Maratón
Internacional
de la Mujer.

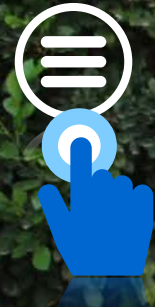




HELENA CÁRDENAS, POR MÁS LOGROS



LA CANCUNENSE PARTICIPARÁ EN EL PRIMER
CAMPEONATO AMERICANO DE GIMNASIA PARA
ATLETAS CON SÍNDROME DE DOWN



• REPORTAJE ESPECIAL

29

GIMNASIA | HELENA CÁRDENAS, PREMIO MUNICIPAL AL MÉRITO DEPORTIVO 2024

POR PEDRO TORRES
REVISTA PODIO

En el marco del **Día Mundial del Síndrome de Down**, homenajeamos a la gimnasta cancenense de 12 años de edad, **Helena Cárdenas Valencia**, quien ha representado a Quintana Roo a nivel nacional y a México a nivel internacional, obteniendo buenos resultados.

“Para este 2025 tenemos como principal competencia el **Primer Campeonato Americano de Gimnasia para Atletas con Síndrome de Down** a celebrarse en octubre aquí en Cancún”, destaca su madre, **Montserrat Valencia**.

Dicho evento será avalado por la **Organización Internacional de Gimnasia para Atletas con Síndrome de Down (DSIGO)** y por la **Federación Mexicana de Deportistas Especiales, A.C.**, y para 2026 participará en el **Campeonato Mundial en Bulgaria**.



Los padres de la gimnasta:
Eladio Cárdenas y
Montserrat Valencia.

EL DATO

EL AÑO PASADO HELENITA' FUE GALARDONADA CON EL PREMIO MUNICIPAL AL MÉRITO DEPORTIVO EN LA MODALIDAD DE 'MEJOR DEPORTISTA ADAPTADO' Y 'MENCIÓN HONORÍFICA' DEL PREMIO ESTATAL DEL DEPORTE.

12

AÑOS DE EDAD
TIENE LA PEQUEÑA
ATLETA





GIMNASIA | HELENA CÁRDENAS, PREMIO MUNICIPAL AL MÉRITO DEPORTIVO 2024



Helenita acompañada de su madre tras recibir el Premio Municipal al Mérito Deportivo 2024

El año pasado su primer evento fue el **2do. Trisome Games** celebrado en marzo en **Antalya, Turquía** donde ganó medalla de oro en salto de caballo, plata en barras asimétricas, bronce en viga y bronce en all around y el trofeo de **tercer lugar en all around**, esto en la categoría Junior Elite (11-17 años)

Posteriormente, en diciembre, participó en el **Campeonato Nacional de Gimnasia Artística**, en el marco del **1er Nacional de Deportistas con Discapacidad Intelectual, Síndrome de Down y Autismo**, realizado en Tampico, Tamaulipas.

En dicho certamen, la cosecha de medallas fue de un oro en barras asimétricas, plata en salto de caballo, plata en viga, plata en piso libre y plata en all around quedando como subcampeona nacional en la **categoría Junior Elite (11-17 años)** y clasificando para el próximo mundial.





• REPORTAJE ESPECIAL

DEPORTE ADAPTADO | HELENA CÁRDENAS, GIMNASTA



El apoyo incondicional de la pequeña gimnasta: Montserrat Valencia

En este mismo evento, participó en la disciplina de **Danza Deportiva**, ganando medalla de oro y **primer lugar** en la competencia de **Baile Standard** y medalla de oro y **primer lugar** en **Baile Latino**.

El total de medallas conseguidas el año pasado por **Helena Cárdenas Valencia** para el representativo de Quintana Roo en las competencias de Tampico, Tamaulipas fueron siete medallas de las cuales tres fueron de oro y cuatro de plata.

Gracias a esos resultados en 2024, 'Helenita' fue galardonada con el **Premio Municipal al Mérito Deportivo** en la modalidad de 'Mejor Deportista Adaptado' y 'Mención Honorífica' del **Premio Estatal del Deporte**.

Actualmente el entrenador de **Helena Cárdenas Valencia** es **Diego Hoffman**, de **Cancún Gymnastics**, que se ubica en el **Centro Estatal Deportivo de Alto Rendimiento (CEDAR)** y **Yasmín Hernández**, de danza deportiva.



ISAAC PÉREZ, PIEZA CLAVE DEL AJEDREZ EN QUINTANA ROO

BAJO SU LIDERAZGO, EL 'DEPORTE CIENCIA'
SE HA DESARROLLADO EN PRÁCTICAMENTE
TODA LA GEOGRAFÍA ESTATAL





• ENTREVISTA EXCLUSIVA

33

AJEDREZ | ISAAC PÉREZ, PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN DE AJEDREZ DE Q. ROO

POR PEDRO TORRES
[REVISTA PODIO](#)

Con más de 10 años al frente de la **Asociación de Ajedrez de Quintana Roo**, **Genghiri Isaac Pérez Coral** y con un trabajo en equipo ha desarrollado el ‘deporte ciencia’ en prácticamente toda la geografía estatal destacando que “sigue en ascenso y con grandes expectativas”.

“Contentos, como ya todos saben tuvimos el anuncio del **Centro de Desarrollo de Ajedrez** y la firma de convenio con el **Gobierno del Estado** y la **Federación Mexicana** y también instituciones estatales que se suman a apoyar el ‘deporte ciencia’”, indicó.

“La realidad es que, aunque ya estamos interactuando con el **Planetario de Cancún**, también estamos en que en próximas fechas nos instalen ese **Centro de Desarrollo** que incluye tableros electrónicos, juegos de ajedrez y relojes”, agregó.



El **Planetario de Cancún**, Ka' Yok, contará con todo lo necesario para convertirse en el **Primer Centro de Desarrollo y Alto Rendimiento de Ajedrez** en Quintana Roo.



“El ajedrez va en ascenso en Quintana Roo”.

ISAAC PÉREZ
PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN
DE AJEDREZ EN QUINTANA ROO



“En el Centro de Desarrollo se podrán tomar clases de ajedrez de iniciación y con miras al alto rendimiento contaremos con esos tableros electrónicos que dan la oportunidad de estar viendo en vivo las partidas mediante la tecnología”, explicó.

EN PUERTA, EL MACRO REGIONAL

Por otro lado, recordó que del 4 al 6 de abril se realizará el **Macro Regional de ajedrez en Villahermosa, Tabasco**, en el cual Quintana Roo participará con 12 atletas de Benito Juárez, Solidaridad, Tulum y Othón P. Blanco.

“Tenemos altas expectativas para los Nacionales **CONADE 2025**, porque tenemos varias categorías donde consideramos tenemos varios jugadores fuertes que pueden hacer un buen papel”, mencionó.

En ese sentido destacó al tulumnense **Levi Kalani Fogo**, en la categoría **Sub-16** y a la playense **Valeria García** como las cartas fuertes para Quintana Roo en la próxima justa nacional amateur más importante del país.

EL DATO

DEL 4 AL 6 DE ABRIL SE REALIZARÁ EL MACRO REGIONAL DE AJEDREZ EN VILLAHERMOSA, TABASCO.

12

ATLETAS DE BENITO JUÁREZ, SOLIDARIDAD, TULUM Y OTHÓN P. BLANCO BUSCARÁN SU BOLETO A LOS NACIONALES CONADE 2025.

+ 300

AJEDRECISTAS COMPITEN OFICIALMENTE. EN QUINTANA ROO



AJEDREZ | ISAAC PÉREZ, PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN DE AJEDREZ DE Q. ROO

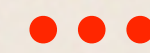
“El ajedrez en Quintana Roo va en ascenso y hoy día estamos entre un tercero y quinto lugar de las categorías infantiles y juveniles y entre los diez primeros a nivel general, pero hay cosas a evaluar para mejorar”, sostuvo.

POR UN MAYOR RATING

Entre las cosas a mejorar es que los jugadores suban de rating haciendo más torneos federados y también se pueda valorar con la realidad en el lugar que se encuentra nuestro estado.

Por último, adelantó que la Federación Mexicana de Ajedrez dotará de equipo a los cuatro Planetarios de Quintana Roo (Cancún, Playa del Carmen, Cozumel y Chetumal) en pro del ‘deporte ciencia’ en el estado.

“Esperamos más jugadores afiliados y más participación en los torneos federados y a agradecer a todos los involucrados en estas alianzas y a la Federación Mexicana de Ajedrez, porque vienen proyectos muy interesantes para Quintana Roo”, concluyó.



Isaac Pérez, presidente de la Asociación de Ajedrez de Quintana Roo.



CLAUSURA 2025

CLAUSURA 2025

JORNADA 9

CANCÚN FC VS. DORADOS
SÁBADO 08 | 19:00 HRS.

JORNADA 10

TLAXCALA VS. CANCÚN FC
DOMINGO 16 | 18:00 HRS.

JORNADA 11

CANCÚN FC VS. CELAYA
SÁBADO 22 | 19:00 HRS.

JORNADA 12

ATLANTE VS. CANCÚN FC
SÁBADO 29 | 17:00 HRS.



JORNADA 8

CASJ DE ARAGÓN VS. INTER PLAYA
SÁBADO 01 | 12:00 HRS.

MONTAÑESES VS. PIONEROS
DOMINGO 02 | 12:00 HRS.



JORNADA 9

INTER PLAYA VS. CHILPANCINGO
VIERNES 07 | 19:00 HRS.

PIONEROS VS. ACATLÁN
SÁBADO 08 | 15:30 HRS.



JORNADA 10

CASJ DE ARAGÓN VS. PIONEROS
VIERNES 14 | 12:00 HRS.

RACING DE VERACRUZ VS. INTER PLAYA
DOMINGO 17 | 20:05 HRS.



JORNADA 11

INTER PLAYA VS. FARAONES
VIERNES 21 | 19:00 HRS.

PIONEROS VS. CHILPANCINGO
SÁBADO 22 | 15:30 HRS.

www.ligabbvaexpansion.mx

www.ligapremier.mx



• AGENDA DEPORTIVA

EVENTOS | QUINTANA ROO

10-16 DE MARZO

Premier Pádel P2

El Premier Pádel Cancún P2 se llevará a cabo del 10 al 16 de marzo en las canchas de Rafa Nadal Tennis Center, ubicadas en Costa Mujeres, reuniendo a los mejores jugadores del mundo en un evento de talla internacional.



13 - 15 DE MARZO

Macro Regional

El gimnasio "Nohoch Suku'n" de Chetumal será la sede del Macro Regional de Luchas Asociadas en el cual participarán 500 atletas de 12 delegaciones del país rumbo a los próximos Nacionales CONADE 2025.



14 - 17 DE MARZO

Festival de voleibol

El Caribe Mexicano se vestirá de gala para albergar la novena edición del Festival Máster Amistad de Voleibol 'Cancún 2025', a celebrarse del 14 al 17 de marzo con una participación récord de 65 equipos de 17 estados del país.



22 - 23 DE MARZO

Mr. Chetumal

El sábado 22 de marzo se llevará a cabo en la capital del estado el Mr. Chetumal, como parte de las actividades del calendario anual de la Asociación Quintanarroense de Físicoconstructivismo y Fitness (AQFF).





MUNDO DEPORTIVO

NACIONAL | INTERNACIONAL

CIFRAS DEL TENIS

23

TÍTULOS DE CHAMPIONS LLEVA EL REAL



15

GOLES ES LA CIFRA RÉCORD EN UN TORNEO



3

LOS AUTORES: CR7, BENZEMA Y LEWANDOWSKI



¿SABÍA QUÉ...?

LA FINAL DE LA NATIONS LEAGUE de la Confederación de Norteamérica, Centroamérica y el Caribe de Fútbol (CONCACAF) se disputará el domingo 23 de marzo a las 20:30 horas en territorio estadounidense.



“Me siento Orgullosa de Representar a mi país”.

CANELO ÁLVAREZ
BOXEADOR
MEXICANO



NUEVO RETO PARA JOSÉ URQUIDY

Tigres de Detroit será el equipo del pitcher mexicano en este 2025



DEBUTARÁ COMO PROFESIONAL

El medallista olímpico Marco Verde se presentará el 3 de mayo en Arabia Saudita

KARIM LÓPEZ APUNTA A LA NBA

El mexicano de 17 años, actualmente en la Liga de Nueva Zelanda, quiere llegar al mejor al básquetbol del mundo

