



EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



CORPODEPORTESPENAFLOR



CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

# Gran desfile de Fiestas Patrias 2025

## Corporación y Deportín celebraron su primer desfile



La Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor participó activamente en el desfile de Fiestas Patrias, compartiendo con la comunidad un momento lleno de orgullo y alegría.

Durante la actividad, la corporación reafirmó su compromiso de ser un motor de cambio para los deportistas locales, sus familias y las distintas comunidades de Peñaflor.

“Queremos agradecer a todos quienes nos apoyan día a día, haciendo posible que continuemos promoviendo el deporte y fortaleciendo los lazos comunitarios”, destacó Mario Valenzuela, Director de la Corporación.





EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



CORPODEPORTESPEÑAFLOR

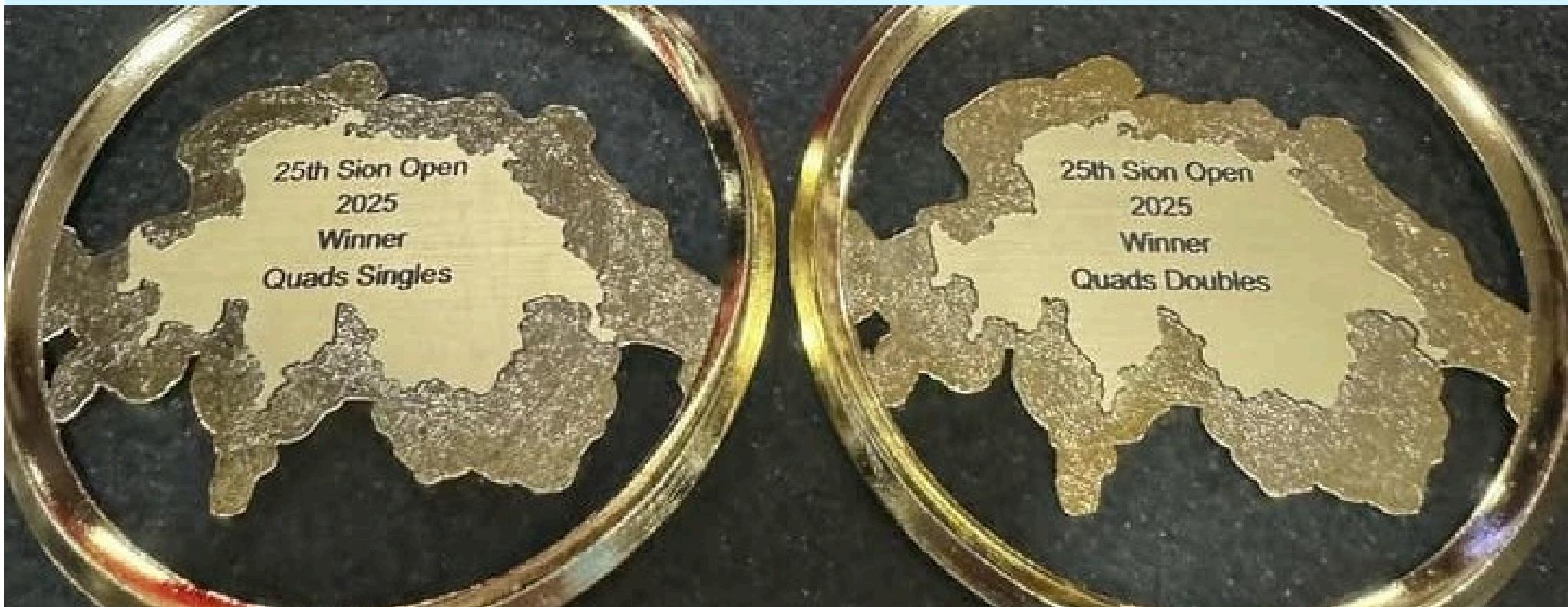


CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

# Diego Pérez logra doble campeonato en Suiza

El atleta paralímpico Diego Pérez se consagró campeón en dobles y singles del Torneo Sion Open, en Suiza. Desde la Corporación Municipal de Deportes, junto al Alcalde Rodrigo Cornejo y el Concejo Municipal, lo felicitamos por representar con orgullo a Peñaflor y Chile.

¡Grande, campeón!





Municipalidad  
**Peñaflor**

PERIÓDICO DIGITAL DEPORTIVO  
**EL DEPORTIN**  
CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR



Corporación  
Municipal  
**DEPORTES**  
Peñaflor

EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3

CORPODEPORTESPENAFLOR

CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

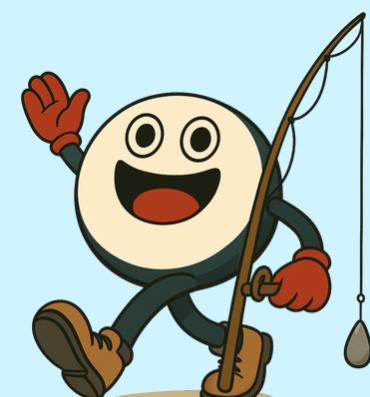
# Festival de Básquetbol Infantil y Juvenil

Con gran entusiasmo comenzó el Festival de Básquetbol Infantil y Juvenil en Peñaflor. Gracias al impulso del Alcalde Rodrigo Cornejo y la Corporación Municipal de Deportes, los niños de los talleres de básquetbol son los protagonistas de esta actividad que se extenderá hasta fines de noviembre. ¡Energía y deporte al máximo!



## Apoyo al Club de Pesca

El Alcalde Rodrigo Cornejo refuerza su compromiso con el deporte comunal, entregando su respaldo al Club de Pesca de Peñaflor. Gracias a este apoyo, los deportistas locales podrán seguir perfeccionando sus habilidades y disfrutando de espacios para la práctica deportiva.





EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



CORPODEPORTESPENAFLOR



CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

## Histórico: 94 deportistas recibieron becas municipales

En una jornada marcada por la emoción y el orgullo, Peñaflor celebró la entrega de becas deportivas a 94 deportistas destacados, pertenecientes a las categorías Amateur, Formativa y Alto Rendimiento.

Esta iniciativa, impulsada por el Alcalde **Rodrigo Cornejo** y respaldada por el Honorable **Concejo Municipal**, fue ejecutada por la **Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor**, con el objetivo de **apoyar** a los talentos locales para que continúen desarrollando sus habilidades y alcanzando nuevas metas en sus disciplinas.

El programa representa un paso significativo en la construcción de oportunidades para los jóvenes y adultos deportistas de la comuna, entregándoles un respaldo concreto que les permitirá seguir creciendo tanto a nivel personal como competitivo.

Con este importante hito, Peñaflor reafirma su compromiso con el deporte, consolidándose como una comuna que apoya e impulsa a sus deportistas hacia un futuro lleno de logros y sueños cumplidos.





EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



CORPODEPORTESPENAFLOR



CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

# Rinos All Star deslumbraron con exhibición

El gimnasio de la Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor fue escenario de una vibrante **exhibición** de cheerleader, protagonizada por el **Club Rinos All Star**. Niñas de todas las edades deslumbraron con su esfuerzo, pasión y coordinación, entregando un espectáculo lleno de talento, energía y alegría que contagió a todo el público presente.

Desde la Corporación Municipal de Deportes destacamos la participación de cada una de las integrantes del club, agradeciendo el entusiasmo y la vitalidad con que llenaron el espacio, reafirmando que el deporte es una herramienta de unión y desarrollo para la comunidad.



## Patinaje: Antonia Villarroel brilla en grande

Clasificó al Mundial de China 2025 en 1er lugar, convirtiéndose además en Bicampeona Nacional Senior. Del 17 al 30 de octubre Antonia llevará el nombre de Peñaflor a lo más alto en tierras asiáticas, demostrando que con disciplina, esfuerzo y pasión los sueños se cumplen.

Hoy la Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor la está apoyando activamente, además de ser beneficiaria de nuestra Beca Deportiva al Alto Rendimiento.

Síguela en Instagram: @avillarroel

¡Felicitaciones Antonia por esta hazaña y también por ganar nuestra Beca Deportiva al Alto Rendimiento!

Toda nuestra comuna estará contigo.



Municipalidad  
Peñaflor

PERIÓDICO DIGITAL DEPORTIVO

# EL DEPORTIN

CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR



Corporación  
Municipal  
**DEPORTES**  
Peñaflor

EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



CORPODEPORTESPENAFLOR



CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

## Orgullo local que conquista el mundo

Peñaflor se enorgullece de Catalina Godoy, joven gimnasta de 6 años del Colegio Astron y el Club FlipJump. Recientemente compitió en la Copa de las Américas en Perú, obteniendo 2 medallas de plata, 2 de bronce y un cuarto lugar, destacándose entre deportistas de más de 80 clubes internacionales.

Catalina comenzó en la gimnasia a los 4 años y, con constancia y esfuerzo, se ha convertido en un ejemplo de dedicación. Su próximo desafío será la Copa Curicó en noviembre. Desde la Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor, la felicitamos y apoyamos en su camino deportivo.



### ¿Sabías que?

Gimnasia Artística:

- Es un deporte que combina fuerza, equilibrio, flexibilidad y coordinación.
- Permite desarrollar músculos y huesos fuertes, además de mejorar la postura y la agilidad.



Municipalidad  
**Peñaflor**

PERIÓDICO DIGITAL DEPORTIVO  
**EL DEPORTIN**  
CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR



Corporación  
Municipal  
**DEPORTES**  
Peñaflor

EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



**CORPODEPORTESPENAFLOR**



**CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR**

## De Peñaflor al Sudamericano de Tenis de Mesa



Con gran orgullo, la comuna de Peñaflor celebra el triunfo de Agustina López Basic, quien se consagró Campeona Nacional de los Juegos Deportivos Escolares en tenis de mesa en el Estadio Nacional.

Gracias a este destacado logro, Agustina tendrá el honor de representar a Chile y a nuestra comuna en el Sudamericano de Asunción, Paraguay demostrando el talento y la dedicación de nuestros jóvenes deportistas.

Su esfuerzo y constancia son un ejemplo para todos los estudiantes y deportistas de Peñaflor, quienes día a día buscan superarse en sus disciplinas.

El logro de Agustina refleja el compromiso de la comunidad y de la Corporación Municipal de Deportes por impulsar el deporte en todas las edades.

Desde nuestra comuna, le deseamos mucho éxito en esta nueva etapa y estamos seguros de que seguirá dejando el nombre de Peñaflor en lo más alto.

## Clemente Lobos brilla a nivel mundial en Motocross

Nuestro deportista Clemente Lobos (16) brilló en el GP de Brasil 2025, logrando un 2º lugar en la categoría MX1. Puedes seguirlo en @riderclemente.

Un resultado que refleja su disciplina y talento, y que proyecta un futuro lleno de éxitos.

Desde la Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor, le enviamos nuestras más sinceras felicitaciones y todo el apoyo para que continúe cosechando éxitos en los próximos desafíos que enfrentará. ¡Estamos seguros de que este es solo el comienzo de una trayectoria llena de triunfos!





Municipalidad  
Peñaflor

PERIÓDICO DIGITAL DEPORTIVO  
**EL DEPORTIN**  
CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR



Corporación  
Municipal  
**DEPORTES**  
Peñaflor

EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



CORPODEPORTESPENAFLOR



CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

## Centro de Madres Nueva Malloco: Reconocimiento a Dina Álvarez en sus 94 años de vida



La Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor acompañó al **Centro de Madres Nueva Malloco** en un emotivo **homenaje** a Dina Álvarez Miranda, presidenta y socia fundadora de la institución, quien celebró sus **94 años de vida**.

Durante la actividad, se destacó la invaluable trayectoria de la señora Dina, su compromiso constante y el legado que ha construido a lo largo de décadas al servicio de su comunidad. Su vida y ejemplo de liderazgo han sido fuente de inspiración para varias generaciones de peñaflorinos y peñaflorinas.

La ceremonia estuvo marcada por muestras de cariño, gratitud y reconocimiento, reflejando la profunda huella que ha dejado en quienes la conocen.

Desde la **Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor**, expresamos nuestro orgullo por acompañar este homenaje y reafirmamos la importancia de resaltar a quienes, con esfuerzo y dedicación, contribuyen a fortalecer la identidad y el tejido social de nuestra comuna.





EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3

 CORPODEPORTESPENAFLOR

 CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

# Arranca con éxito Campeonato de Atletismo Escolar

Con gran entusiasmo se llevó a cabo la primera fecha de Atletismo de las Competencias Deportivas Comunales Escolares en el Estadio Municipal de Peñaflor. Los estudiantes, de distintos establecimientos de la comuna, participaron activamente, demostrando su talento y compromiso con el deporte.

Desde la Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor se destacó la importancia de seguir fomentando la actividad física y el trabajo en equipo entre los más jóvenes de la comunidad.

La segunda fecha de esta competencia se realizará a fines de octubre, continuando con el impulso al deporte escolar en nuestra comuna.





Municipalidad  
**Peñaflor**

PERIÓDICO DIGITAL DEPORTIVO  
**EL DEPORTIN**  
CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR



Corporación  
Municipal  
**DEPORTES**  
Peñaflor

EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



[CORPODEPORTESPENAFLOR](#)



[CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR](#)

# Primera fecha Campeonato de Ajedrez

Con gran entusiasmo se desarrolló la primera fecha del Campeonato de Ajedrez en la Escuela Mandatario Eduardo Frei Montalva de Peñaflor, instancia que reunió a estudiantes de distintos niveles en torno a este deporte.

La jornada permitió fomentar el pensamiento estratégico, la concentración y el trabajo en valores como el respeto y la sana competencia.

Niños y niñas disfrutaron de partidas, que pusieron a prueba su talento y dedicación, en un ambiente de compañerismo y aprendizaje.

Desde la Corporación Municipal de Deportes destacamos el interés creciente por el ajedrez en la comuna y el importante rol que cumplen estos encuentros para seguir fortaleciendo el desarrollo integral de los estudiantes.

Recuerda que puedes inscribirte en nuestro Taller de Ajedrez en:

Lugar: Escuela Emilia Lascar

Días: Lunes y Miércoles 16:30 - 18:00 hrs





Municipalidad  
Peñaflor

PERIÓDICO DIGITAL DEPORTIVO  
**EL DEPORTIN**  
CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR



Corporación  
Municipal  
**DEPORTES**  
Peñaflor

EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



CORPODEPORTESPENAFLOR



CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

# Exhibición de Calistenia en Parque Municipal: Alcalde anunció renovación del espacio



El pasado sábado 27 de septiembre, el Parque Municipal Street Workout fue escenario de una vibrante jornada deportiva y cultural. Vecinos y vecinas disfrutaron de una exhibición de calistenia, junto a presentaciones de skate y breakdance que llenaron el parque de energía, ritmo y creatividad.

Además, nuestro Alcalde **Rodrigo Cornejo** anunció una gran noticia: ¡se viene la **renovación y mejoramiento del Parque de Calistenia**!

Las obras contemplan nueva **iluminación, techo y piso** entregando mayor comodidad y resguardo para quienes disfrutan del deporte al aire libre.

Fue una tarde abierta a toda la comunidad, donde familias y amigos compartieron deporte, cultura urbana y vida sana.





Municipalidad  
Peñaflor

PERIÓDICO DIGITAL DEPORTIVO  
**EL DEPORTIN**  
CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR



Corporación  
Municipal  
**DEPORTES**  
Peñaflor

EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



CORPODEPORTESPENAFLOR



CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

## Finales Competencias Deportivas Comunales Escolares



### Revisa aquí los resultados Básquetbol:

Una jornada llena de talento, se vivió en las finales de las Competencias Deportivas Comunales Escolares celebradas en el Gimnasio de la Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor.

#### Categoría Básica Damas

En la definición del 3° y 4° lugar, la Escuela Niño Dios de Malloco se impuso frente a la Escuela Teresa de Calcuta con un marcador de 10 – 4.

En la **Gran Final**, un partido lleno de emoción, la **Escuela Rosalina Pescio Vargas** se coronó **campeona** tras vencer al Colegio Terranova con un ajustado **21 – 17**.



#### Categoría Básica Varones

En la definición del 3° y 4° lugar, el Colegio Dreyse derrotó al Colegio Terranova con un marcador de 36 – 29.

Finalmente, en la Gran Final, el **Colegio Augusto D'Halmar** se coronó **campeón** tras vencer al Colegio Emilia Lascar por **19 – 14**.

#### Categoría Media Damas

Tercer Lugar

Niño Dios de Malloco venció a Liceo Peñaflor por **21 – 10**.

#### Campeonas

En una final intensa, el Colegio Terranova superó al Garden School por **18 – 15** y se quedó con el **primer lugar**.

#### Categoría Media Varones

3° y 4° lugar: Garden School v/s Colegio Dreyse → **Ganó Dreyse 32-16**

Gran Final 1° lugar: Liceo Brasil v/s Liceo Peñaflor → **Ganó Liceo Peñaflor 43-29**

Felicitamos a todas y todos los estudiantes por su dedicación y espíritu deportivo, que hacen de estas competencias un verdadero orgullo para la comunidad educativa de Peñaflor.





Municipalidad  
**Peñaflor**

PERIÓDICO DIGITAL DEPORTIVO  
**EL DEPORTIN**  
CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR



Corporación  
Municipal  
**DEPORTES**  
Peñaflor

EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



**CORPODEPORTESPENAFLOR**



**CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR**

# Juntos apoyamos el balonmano, gracias al Gobierno Regional y la Corporación de Deportes

El Club Deumayen finalizó con gran éxito el proyecto “Fortalecer el Deporte del Balonmano”, una importante iniciativa financiada por el Gobierno Regional Metropolitano a través del Fondo Comunidad Activa 8% 2024, que contó con el valioso apoyo de la Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor.

Este proyecto tuvo como principal objetivo impulsar el desarrollo del balonmano en la comuna, fomentando la participación deportiva, fortaleciendo el trabajo formativo y entregando mejores herramientas a las y los deportistas. Gracias a los recursos obtenidos, fue posible adquirir nuevo equipamiento e implementar materiales necesarios para los entrenamientos y competencias, mejorando significativamente las condiciones para la práctica de esta disciplina.

Además, la iniciativa permitió seguir consolidando el crecimiento del balonmano local, promoviendo hábitos de vida saludable, trabajo en equipo y valores fundamentales como el esfuerzo, la perseverancia y el compañerismo. El apoyo brindado por la Corporación demuestra el compromiso con el deporte comunal y con el desarrollo de espacios inclusivos y accesibles para todas y todos.

Con proyectos como este, Peñaflor continúa fortaleciendo su comunidad deportiva y proyectando a sus deportistas hacia nuevos desafíos y oportunidades, potenciando el balonmano como una disciplina que une, forma y entrega grandes satisfacciones a nivel local.





Municipalidad  
**Peñaflor**

PERIÓDICO DIGITAL DEPORTIVO  
**EL DEPORTIN**  
CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR



Corporación  
Municipal  
**DEPORTES**  
Peñaflor

EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



CORPODEPORTESPENAFLOR



CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

# Rugby juvenil: Peñaflor pisa fuerte en Torneo Unión Esparta



El 27 de septiembre Independiente Rugby Club disputó la última fecha del Torneo Unión Esparta, logrando un triunfo 19-10 sobre Lobos de Renca y cayendo 5-20 ante Tigres de San Bernardo.

La jornada destacó por el debut de jóvenes formados en el taller de la Villa Nueva Malloco, consolidando al club como semillero de talentos. La fase final del campeonato será el 11 de octubre en Estadio Las Rejas, instancia que promueve integración, respeto y desarrollo deportivo en la Región Metropolitana.

## ¡Conoce nuestros talleres y únete al equipo!

**MÁS DEPORTE,  
MÁS COMUNIDAD!**

**TALLER DE  
RUGBY** CLASES GRATUITAS

✓ CATEGORÍA: TODO PÚBLICO, MIXTO

**LUGAR**  
MULTICANCHA JJVV NUEVA MALLOCO  
AV. PUNTA ARENAS, ATRÁS DE LICEO BRASIL

**DÍAS Y HORARIOS**  
JUEVES Y SÁBADO 17:00 - 18:30 HORAS

✓ INSCRIPCIONES DIRECTAMENTE EN EL LUGAR, CON EL PROFESOR

PROFESOR ALVARO LABARCA +56956307497

**MÁS DEPORTE,  
MÁS COMUNIDAD!**

**TALLER DE  
RUGBY** CLASES GRATUITAS

✓ CATEGORÍA: MIXTO HASTA 17 AÑOS

**LUGAR**  
ESTADIO MUNICIPAL JAROMIR PRIDAL 669

**DÍAS Y HORARIOS**  
SÁBADO 09:00 A 11:00 HORAS

✓ INSCRIPCIONES EN EL LUGAR, CON EL PROFESOR

PROFESOR PEDRO BARBÉ +56999139563

**MÁS DEPORTE,  
MÁS COMUNIDAD!**

**TALLER DE  
FÚTBOL AMERICANO** CLASES GRATUITAS

✓ CATEGORÍA TODAS LAS EDADES / MIXTO

**LUGAR**  
ESTADIO MUNICIPAL JAROMIR PRIDAL 669

**DÍAS Y HORARIOS**  
MIÉRCOLES Y VIERNES 18:00 A 19:30 HRS

✓ INSCRIPCIONES DIRECTAMENTE EN EL LUGAR, CON EL PROFESOR

PROFESOR GABRIEL TRONCOSO +56988194767



Municipalidad  
**Peñaflor**

PERIÓDICO DIGITAL DEPORTIVO  
**EL DEPORTIN**  
CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR



Corporación  
Municipal  
**DEPORTES**  
Peñaflor

EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



**CORPODEPORTESPENAFLOR**



**CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR**

## Peñaflor destaca en el Zonal de Judo



La judoca Macarena Figueroa se consagró campeona en el Campeonato Zonal de Judo, destacando por su esfuerzo, disciplina y compromiso deportivo. Su triunfo es un ejemplo para las nuevas generaciones y refleja el talento que existe en nuestra comuna.

Recordamos que Peñaflor cuenta con un Taller de Judo abierto a la comunidad, en la Sede Villa Los Artesanos (Pasaje Rubén Aliaga 323), los lunes, miércoles y viernes de 17:45 a 19:00 horas.

El judo no sólo mejora la fuerza y la coordinación, también entrega valores como respeto, disciplina y perseverancia. ¡Te invitamos a sumarte y vivir esta experiencia!

## Patricio Catalán, ejemplo de perseverancia

Hoy celebramos la historia de Patricio Alberto Catalán Lucero, destacado atleta peñaflorino de 71 años, quien con esfuerzo y dedicación ha completado más de 15 maratones, dejando en alto el nombre de nuestra comuna.

Su constancia y pasión por el atletismo lo han convertido en un verdadero referente de disciplina y motivación, demostrando que nunca es tarde para cumplir metas deportivas y personales.





EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



CORPODEPORTESPEÑAFLOR



CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

# Directorio revisó avances y desafíos tras 6 meses de funcionamiento

La Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor continúa fortaleciendo su compromiso con la comunidad. Durante la última jornada se realizó una importante reunión de trabajo junto a nuestro Directorio, instancia en la que se presentó un balance de los primeros cinco meses de gestión 2025.

En la oportunidad, se reconoció el compromiso y apoyo de Carolina Garrido Chaparro, Vicepresidenta; Mauricio Gutiérrez Aguilera, Tesorero; Carlos Sánchez Rodríguez, 2º Director; Agustín Romero Parga, 1º Director; Patricia Tirado Palleres, 3º Director; e Ignacio González, Secretario, quienes valoraron los avances logrados y el impacto positivo que la Corporación ha generado en el desarrollo deportivo local.

Asimismo, se levantaron nuevas propuestas orientadas a seguir fortaleciendo, promoviendo e impulsando el deporte en cada rincón de nuestra comuna, reafirmando el compromiso de trabajar por una comunidad más activa y saludable.





# Deporte y vida Saludable

"Más Deporte y Vida Sana para Peñaflor"



En este espacio encontrarás, entrevistas y tips saludables

## Consejos de Nutrición Saludable con Carlos Cofré

Nutricionista de la Corporación Municipal de Deportes y Coordinador Técnico de Bienestar, Salud y Deportes

### Consejos para mantener una nutrición saludable

Aunque no existe una dieta única, hay diversos aspectos a tener en cuenta al momento de adoptar una nutrición saludable.



#### Incluye un alimento de cada grupo

Procura consumir alimentos que contengan carbohidratos, grasas y proteínas. No dejes de lado las frutas y verduras.



#### Bebe suficiente agua

Consume de 2 a 3 litros de agua diariamente. Ten en cuenta las necesidades de tu cuerpo.

#### No abuses de las grasas animales

Disminuye la ingesta de este tipo de grasas y opta por grasas de origen vegetal.



#### Establecer tus horarios de comida

Establece horarios específicos de comida y no los omitas por ninguna razón.



#### Reduce el consumo de azúcares y sales

Evita el consumo de azúcar y sal en productos ultra procesados para prevenir el desarrollo de diabetes e hipertensión.

### Nutrición y buena alimentación

#### Nutrición

• Es un conjunto de procesos que permite que el cuerpo absorba los nutrientes de los alimentos.

Es un proceso involuntario.

#### Buena alimentación

Consiste en la ingesta de alimentos saludables que el cuerpo necesita para la vida diaria.

Es un proceso voluntario.





EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



CORPODEPORTESPEÑAFLOR



CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

## Concejales en nuestras actividades



Concejal Fernando San Martín Díaz presente en entrega de camisetas en inicio de Festival de Básquetbol.

Los concejales Guillermo Donoso Aguilar, Luis Contreras Lártiga y Eduardo Castro Ponce participaron en la entrega de Becas Deportivas 2025.



El Concejal José Cárcamo Morales asistió a la Exhibición de Cheerleaders del Club Rinos All Star.



EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3



CORPODEPORTESPEÑAFLOR



CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR



## Editorial

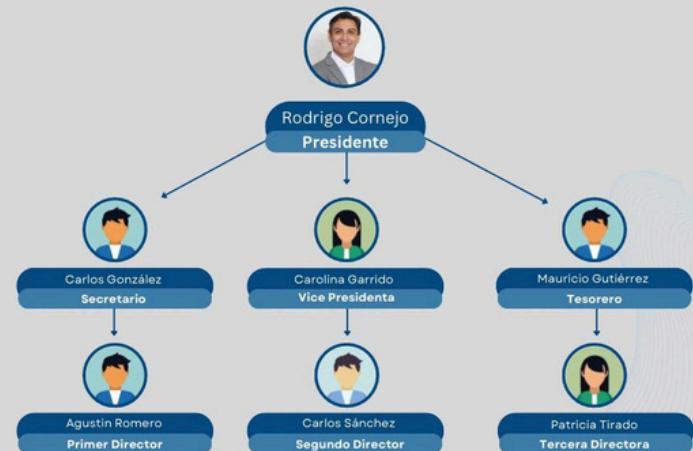
El deporte no sólo fortalece el cuerpo: une, incluye y abre caminos de superación.

Desde la Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor trabajamos para que niños, jóvenes, adultos y personas mayores encuentren en él un espacio de crecimiento y orgullo comunal, con el apoyo de nuestro Alcalde Rodrigo Cornejo, el Honorable Concejo Municipal y el directorio de la Corporación.

**Mario Valenzuela**  
Director Corporación Municipal de Deportes de Peñaflor



### DIRECTORIO CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES



## Programa Bienestar Mayor



### Clubes beneficiados

**Club Unión de Mujeres por el Desarrollo, Club el Manzanar, Club Los Pajaritos de Villa el Sol, Club Años Dorados, Club Cantarito de Agua, Club Vida Bella, Club Aneley, Club María Magdalena, Club Golondrinas Aguas Claras, Club Niño Dios de Malloco, Club Santa Teresa de Los Andes, Club Sueños Dorados, Club Eduardo Frei Montalva, Club Rayito de Sol, Club Magdalena Petit, Club Ave Fénix del Manzanar, Club Las Puertas de Peñaflor, Club Santo Rosario.**

**SEPTIEMBRE 2025**



EDICIÓN SEPTIEMBRE 2025 / BOLETÍN 3

 CORPODEPORTESPENAFLOR

 CORPORACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES PEÑAFLOR

¡MÁS DEPORTE, MÁS COMUNIDAD!





Peñaflor presente en los Juegos Deportivos Escolares

Fernando Lagos, alumno del Colegio Parthenon participará en los Juegos Deportivos Escolares nacionales.

¡MÁS DEPORTE, MÁS COMUNIDAD!





**DESFILE FIESTAS PATRIAS**  
Academia de Taekwondo Gundan

La Academia de Taekwondo Gundan desfiló en el Desfile 2025, representando a nuestra comuna con orgullo, esfuerzo y dedicación en la disciplina de Taekwondo.

¡MÁS DEPORTE, MÁS COMUNIDAD!





**DESFILE FIESTAS PATRIAS**  
CLUB DEPORTIVO JUVENTUD ATLÉTICO

El Club Deportivo Juventud Atlético desfiló representando con orgullo a nuestra comunidad y su espíritu deportivo.



¡MÁS DEPORTE, MÁS COMUNIDAD!

## Programa BIENESTAR MAYOR





Corporación  
Municipal  
**DEPORTES**  
Peñaflor

Inscribe a tu club directamente en nuestra Corporación Municipal de Deportes

### NUESTROS TELÉFONOS

Para más rapidez llama directo a los siguientes números



Sólo Emergencias

**PEÑA SEGURO**

**1410**

Informaciones

**22 432 7714**

**Médico a Domicilio**

**22 432 7866**

**Ambulancia**

**22 432 7829**

**Luminarias Apagadas**

**22 432 7799**