

CARRERA ENKI 2024

Entidades sociales

CONTENIDO

QUIENES SOMOS

¿QUÉ ES LA CARRERA ENKI?

MODALIDADES DE PARTICIPACIÓN

¿QUÉ SON LOS PREMIOS ENKI?

FUNDACIÓN

ENKI

¿Quiénes somos?

Nacemos con el objetivo de demostrar, a través del deporte y el ocio, que la inclusión hace más feliz a la sociedad.



- Nace en 2014
- Organización sin ánimo de lucro
- Acreditada por la Fundación Lealtad
- Registro único de Fundaciones de Interés Gallego con el número 2015/4

¿CÓMO LO HACEMOS?

Desarrollando Proyectos

Creando Oportunidades

Visibilizando

Facilitando Uniones

Sensibilizando

Investigando

***SOMOS: DEPORTE, INCLUSIÓN,
OCIO, DIVERSIDAD, OPTIMISMO,
PERSONAS, UNIÓN, MOVIMIENTO,
FELICIDAD, COLABORACIÓN,
ENERGÍA, CAMBIO.***



ENKI

Inclusión en
movimiento

¿QUÉ ES LA CARRERA ENKI?

La CARRERA ENKI es una carrera no competitiva, apta para todas las edades y condiciones que, a través de divertidas pruebas, promueve la inclusión y la visibilización de colectivos y personas con diversidad funcional, así como el respeto y la educación en la diversidad.

Para los que aún no la conozcáis, una auténtica locura.



ENKI

100% de la recaudación

Destinada a la puesta en marcha de actividades de ocio y deporte para las entidades sociales y adquisición de material deportivo adaptado.



Inclusión en movimiento

La carrera más multitudinaria de Galicia

**¡Los dorsales vuelan!
En 2023, batimos el record de participación con 15.000 personas**

enki.proyecto.com



Participantes

Participan en ENKI personas de todas las edades, grupos, entidades y colegios.



Modalidades de participación

Este año os traemos dos maneras distintas de participar en la Carrera ENKI



Inclusión en movimiento

Participar en la Carrera ENKI 2024

La CARRERA ENKI es una carrera no competitiva, apta para todas las edades y condiciones que, a través de divertidas pruebas, promueve la inclusión y la visibilización de colectivos y personas con diversidad funcional, así como el respeto y la educación en la diversidad.

enki.proyecto.com



Apoyar en la difusión

Sabemos que no siempre es posible poder participar presencialmente pero puedes apoyar el evento dando difusión y animando a participar.



Tarifas

Este año os traemos dos maneras distintas de participar en la Carrera ENKI



Inclusión en movimiento

Participar en la Carrera ENKI 2024

- **Dorsal general 8€**
- **Dorsal diversidad funcional 6€**
- **Dorsal menores de 10 años €**



Apoyar en la difusión

Participación SIN COSTE

***PREMIOS ENKI: MUCHO
MÁS QUE EXPERIENCIAS
DE OCIO***

¿QUÉ SON LOS PREMIOS ENKI?

Cada vez hay más opciones de ocio activo inclusivo pero aún queda mucho por hacer. Gracias a la recaudación de la carrera ENKI, podemos llevar a cabo iniciativas de turismo activo adaptado para que personas con discapacidad puedan vivir experiencias nuevas y tener las mismas oportunidades para acceder al ocio.

A su vez, colaboramos con las entidades prestadoras de los servicios para que tras nuestra participación, integren prácticas inclusivas en sus actividades.



OBJETIVOS

- Aumentar las **oportunidades** de participación en actividades de ocio de personas con discapacidad.
- **Visibilizar** las necesidades de ocio y participación del colectivo de personas con discapacidad.
- Contribuir a la implantación de **prácticas inclusivas** en las entidades prestadoras de servicios de ocio.



10 entidades con 135 personas usuarias beneficiadas.

En 2023, con motivo del 10º aniversario cumplimos el reto de lanzar 10 premios.

¿El resultado del reto? 10 entidades con 135 usuarios beneficiados.

Este año queremos superarnos lanzamos el reto de duplicar el número de premios y por tanto, el número de entidades y personas beneficiarias



Fin de semana en la nieve

Experiencia de convivencia a través de actividades invernales

20 personas realizan actividades en la nieve por primera vez



Plogging y creatividad

Actividad de recogida de residuos en las playas y creación de arte a través del reciclaje

15 personas formándose en concienciación ambiental



Iniciación a la orientación

Dos experiencias de iniciación a la orientación con un enfoque adaptado para todas las personas

50 personas trabajan en equipo en la naturaleza



Campamento de verano inclusivo

Plazas gratuitas para el campamento de verano inclusivo ENKI 2023

18 niños/as con discapacidad se divierten en un campamento inclusivo



Inclusión en movimiento

Parapente

Experiencia de primer vuelo en parapente

5 personas experimentan la sensación inolvidable de volar



Paddle surf

Actividad de iniciación al paddle surf

20 personas disfrutaron en grupo del mar



Paseo fluvial por ecopista

Ruta en bicicleta o vehículo adaptado por un entorno fluvial

20 personas practican deporte en la naturaleza



Fin de semana de aventura

Fin de semana de aventura con desarrollo de actividades deportivas en la naturaleza

20 personas afrontando nuevos retos en la naturaleza



Participación en la cabalgata de A Coruña

Participación en la cabalgata de A Coruña en vehículos adaptados

20 personas visibilizan la diversidad



Las personas beneficiarias dicen...

“Me parece súper importante presentar actividades que supongan un reto y un estímulo para nuestros familiares. Un ejemplo, es mi hermana que las alturas le dan miedo y, sin embargo, se subió a un telesilla para participar en una actividad de raquetas en las nieve. Mi hermana que nunca había visto la nieve, la conoció y disfrutó en ese entorno”

Los colaboradores dicen...

"El mar es de todos y para todos, por eso es vital acercar los deportes náuticos a las personas con discapacidad y eliminar todas las barreras. El paddle surf es idóneo para iniciarse y nuestra colaboración con ENKI es la muestra de que se puede hacer".



PREMIOS ENKI 2024

Descubre los premios de
esta edición

PREMIOS ENKI 2024

Orientación	4
Ambiental	4
Paseo Fluvial	2
Fin de semana de Aventura	3

Paddle Surf	3
Parapente	1
Campamento ENKI	1
Nieve	1

Circo	4
Mini Jornada Deportiva	4
Experiencia no Camiño	1

ENKI POLA TERRA

Descripción

Iniciación a la orientación a través de imágenes, unido a senderismo e información cultural del entorno

Fechas

Entre Abril y mayo

Plazas

25





ENKI POLO MEDIO AMBIENTE

Descripción

Actividad de recogida de basura y taller de creatividad con materiales reciclados o naturales

Fechas

2 periodos
Abril/mayo
Nov/dic

Plazas

15

PASEO FLUVIAL

Descripción

Recorrido por el río Miño en barco o kayak y paseo por la eco pista del lado portugués

Fechas

Entre mayo y junio

Plazas

12





FIN DE SEMANA DE A VENTURA

Descripción

Fin de semana con actividades como paddel, orientación y jornada deportiva

Fechas

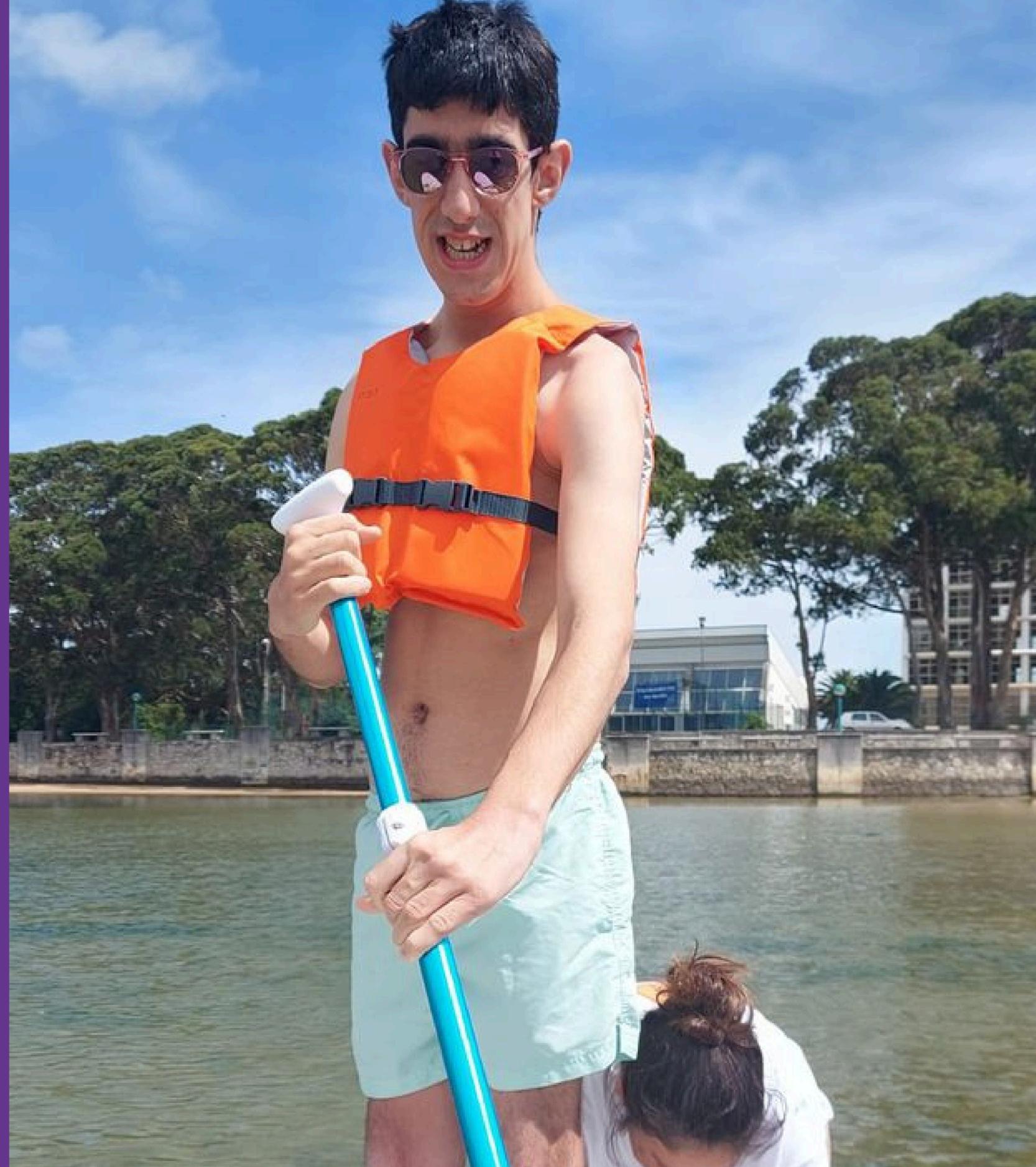
2 períodos
mayo-junio
Septiembre

Plazas

12

PADDLE SURF

Descripción	Iniciación al paddle surf con Mera Sup
Fechas	Entre junio y septiembre
Plazas	20





ENKI

Inclusión en
movimiento

ENKI POLO AIRE

Descripción

Vuelo en parapente biplaza

Fechas

Junio-julio

Plazas

5

CAMPAMENTO ENKI

Descripción

Participación durante una semana en el campamento deportivo inclusivo

Fechas

Entre 24 junio y 9 agosto

Plazas

12 plazas
(2 por semana)





ENKI POLA NEVE

Descripción

Fin de semana de actividades de nieve (telesilla, raquetas, trineos) y convivencia

Fechas

Febrero-marzo

Plazas

10 plazas

ENKI POLO CIRCO

Descripción

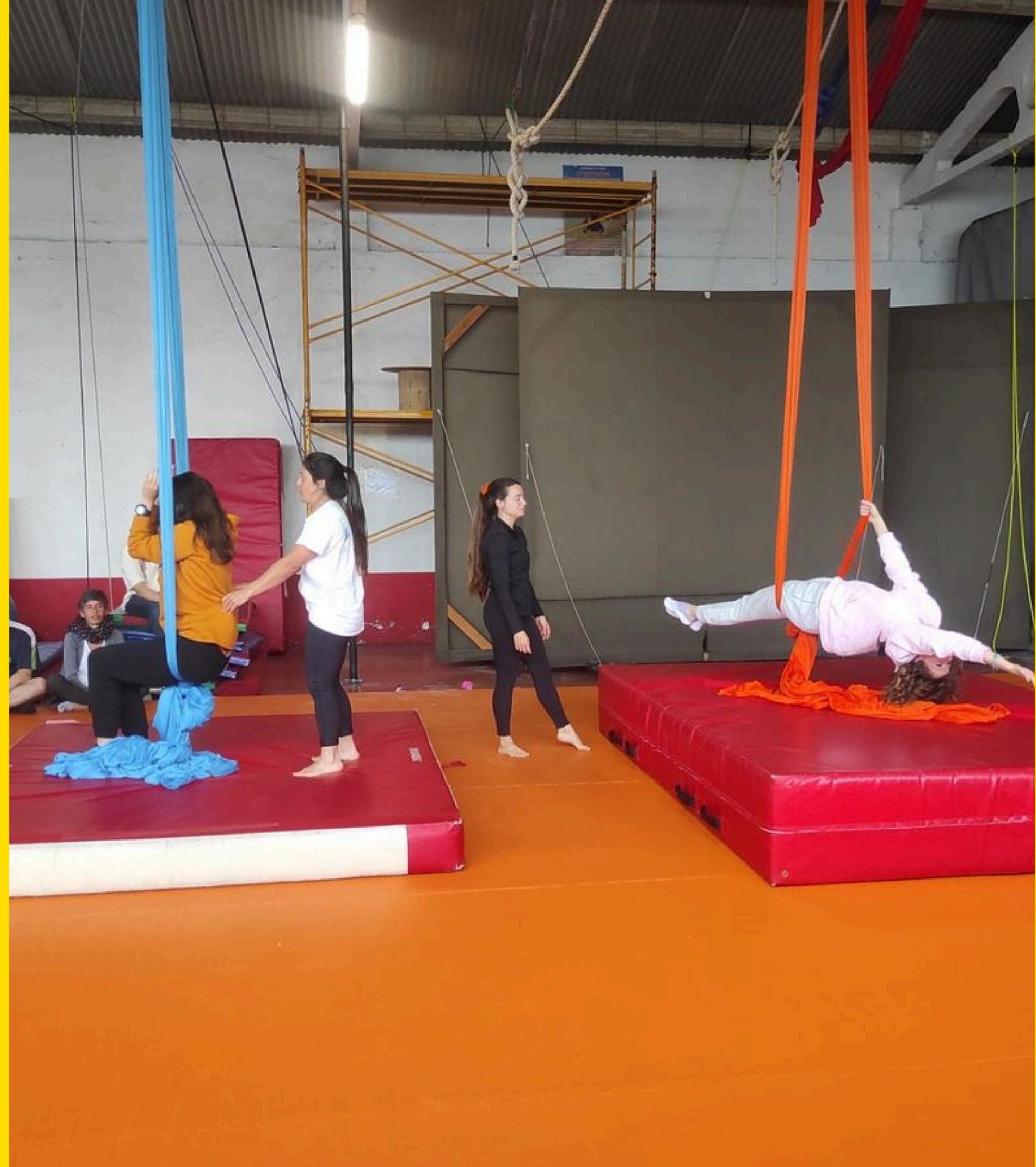
Taller de iniciación al circo (malabares y equilibrios sobre objetos)

Fechas

Cualquier fecha del año en el espacio de la entidad

Plazas

20 plazas





MINI JORNADA DEPORTIVA

Descripción

Descubriendo deportes adaptados e inclusivos como boccia, vehículos adaptados, voley sentado, tenis, goalball, slalom,...

Fechas

Cualquier fecha del año en el espacio de la entidad

Plazas

30 plazas

EXPERIENCIA NO CAMIÑO

Descripción

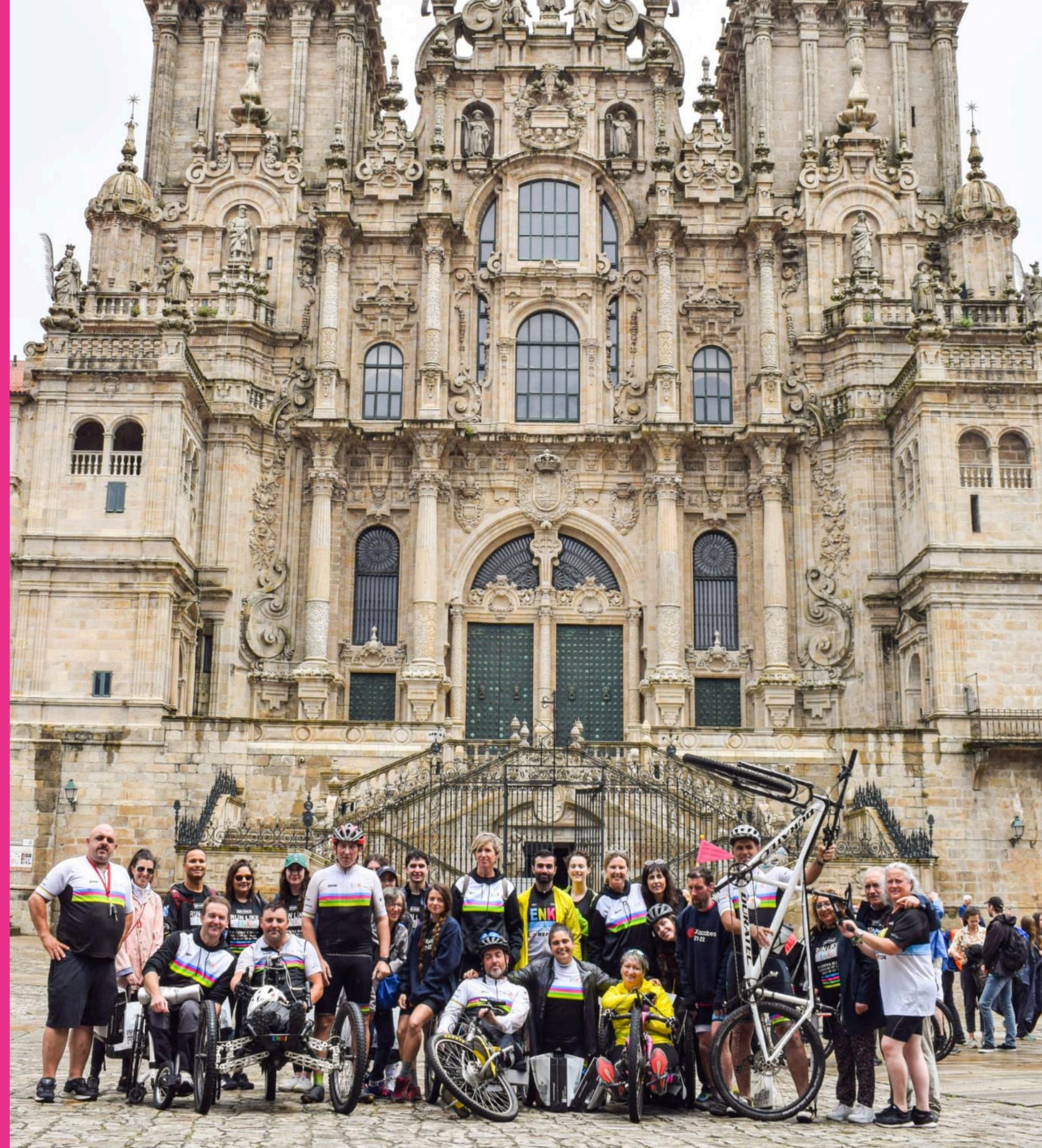
Convivencia de 3 días realizando diferentes mini tramos del camino de Santiago

Fechas

Septiembre

Plazas

10 plazas



SORTEO

Este año los premios se adjudicaran mediante sorteo y basándose en los siguientes criterios:

- 1er sorteo: 5 premios entre las entidades que participen en la Carrera ENKI
- 2º sorteo: entre las entidades no premiadas que hayan participado en la Carrera ENKI
- 3er sorteo: entre las entidades no premiadas que hayan participado en la Carrera ENKI y aquellas que hayan estado presentes en la presentación institucional
- 4º sorteo: todas aquellas entidades no premiadas en los sorteos anteriores y aquellas entidades que apoyen a la difusión del evento

Consideraciones

- **ACOMPañANTES:** En función de las necesidades del grupo, la entidad beneficiaria del premio debe llevar acompañantes para atender lo relativo a cuidados. El equipo de ENKI se encargará de la organización de los espacios y actividades. Se le indicará a la entidad beneficiaria del premio el número mínimo de personas acompañantes que se consideren necesarias para esa actividad.
- **EDAD:** Las personas menores deben ir acompañadas por una persona adulta.
- **FECHAS:** Las fechas de las actividades se cerrarán con cada entidad y vendrán sujetas a condiciones meteorológicas. El cronograma presentado con cada premio no es el definitivo y podrá ser modificado por la organización.
- **DUPLICIDAD:** los premios no son acumulativos, una entidad no podrá ser beneficiaria de dos premios. En caso de que el número de entidades participantes sea inferior al número de premios, las federaciones podrán acumular hasta un máximo de 2 premios que deberán repartir entre las entidades que la conformen.

¿Qué incluyen?

La participación en los premios incluye:

- Alojamiento: en caso de que la actividad sea de más de un día
- Transporte: estará incluido siempre que suponga un desplazamiento superior a 25 km desde la sede de la entidad beneficiaria del premio para el desarrollo de la actividad
- Dietas: solo estarán incluidas en las actividades de más de un día
- Personal especializado

***¿TE ANIMAS A
SUMARTE A ESTE
MOVIMIENTO?***

ENKI *Inclusión en
movimiento*