

FESTIVAL DE MUJERES DE FLAG FOOTBALL IWFFA

EL SALVADOR ABRIL 10-17, 2022



IWFFA

International Women's
Flag Football Association

1ER FESTIVAL DE MUJERES DE FLAG FOOTBALL IWFFA

Una mujer con voz es por definición una mujer fuerte. Pero la búsqueda de encontrar esa voz puede ser notablemente difícil.

-Melinda Gates



EMPODERANDO A LA MUJER DESDE 1997

Nuestro primer festival de mujeres de flag football está esperando por ti !!!

TABLA DE CONTENIDO

PG 2	TABLA DE CONTENIDO
PG 3	ÚNETE
PG 4	CONSTRUYENDO CUERPO FUERTE & FUERTE ESPÍRITU FEMENINO
PG 5	QUÉ ES UN FESTIVAL DE MUJERES
PG 6	CIUDAD DE COLÓN - ALCALDE SAMUEL RIVERA
PG 7	CLÍNICAS DE FLAG FOOTBALL
PG 8-16	SEMANA DE HORARIOS
PG 12	ENTRENAMIENTO CON NIÑAS Y MADRES
PG 16	PARTIDO AMISTOSO DE FLAG FOOTBALL
PG 17-18	DESCRIPCIÓN DE EL TERRENO
PG 19	PATROCINADORES Y ANFITRIONES DEL FESTIVAL

Únete Mujeres y niñas



**UNA UNIDAD DE FLAG FOOTBALL
JUGADORAS & NO ATLETAS**

**Una semana en el campo
Acampando bajo las estrellas
Celebración de luna llena
Clínicas de flag football cada día
Comida -Clínicas - Talleres de trabajo
TODO INCLUIDO**

**REGISTRO
\$100 POR LA SEMANA ENTERA
IWFFA@IWFFA.COM**

FESTIVALES DE FLAG FOOTBALL – SIMILAR AL FESTIVAL DE MUJERES EN MICHIGAN CON UN GIRO

EL SALVADOR ABRIL 10 – 17, 2022 / SUECIA JULIO, 2023

Por Diane Beruldsen fundadora y presidente IWFFA

Influenciada por el Festival de Música de Mujeres en Michigan, desde los 90's, aprendí mucho del festival. Me quedé impresionada con la unidad, amor, honestidad y apoyo de unas con otras. Estaba asombrada como un grupo de mujeres pudo construir una pequeña ciudad en cuestión de semanas, luego demolerlo cuando el festival se terminó.... fué el PODER DE LA MUJER y un gran sentimiento de ser una MUJER! entonces como presidente y fundadora de la International Women's Flag Football Association (IWFFA), Quería ofrecer a nuestras jugadoras de flag football ésta experiencia maravillosa y crear una atmósfera similar para construir no solo cuerpos fuertes, pero espíritu femenino fuertes.

Nuestro Festival de Flag Football (FFF) no sería solo para jugadoras, pero para todas las mujeres, atléticas o no, a quienes les gustaría unirse para una semana de campamento, acampar, participar y compartir en talleres y flag football. EL FFF ofrecería lo que las mujeres quisieran compartir, y para nuestro primer FFF en El Salvador, desde Abril 10-17, 2022, tenemos a una mujer indígena, curanderas, cuenta historias, cantantes y clínicas para cada posición de flag football. El FFF terminará con : "Partido de Campeonato de Flag Football de Mujeres" ceremonias de clausura celebrando los logros que las mujeres lograron durante la semana y terminando con : 'Unidad A la luz de las velas para todos los espíritus femeninos'.

La IWFFA es una organización de mujeres primero, que usa el deporte de flag football para enseñar habilidades de liderazgo mientras unimos jugadoras de flag football alrededor del mundo. Por ejemplo, en 2018 viajamos a India para enseñarle a un grupo de mujeres de Afganistán como jugar, entrenar y oficiar flag football para que ellas pudieran llevar el deporte de regreso a Afganistán, donde ellas desarrollaron y entrenaron a las niñas. Hemos viajado a docenas de países, poniendo a las mujeres a cargo de su propio deporte, y extendiendo nuestra filosofía por el flag football. Nuestro mayor excursión promocional será el próximo año cuando viajemos a Sierra Leon, Oeste de Africa para entrenar a 250 niñas y 100 mujeres!

Yo fuí de la primera generación de jugadoras de flag football de los 70's, cuando no habian modelos a seguir aparte de los jugadores de tackleo de la NFL, todos mis entrenadores eran hombres, y ésta atmósfera creaba muchos partidos y jugadoras de flag football toscas y duras. Nos enseñaron a "golpear fuerte" y "Sacar del juego". A través de los años organizando la IWFFA, y viajando a docenas de países alrededor del mundo,



Me di cuenta que había un estilo diferente y mas natural para el flag football femenino. Aprendí mucho de las Escandinavas en los 90's y agregó mi experiencia del Festival de Michigan. La filosofía de la IWFFA se convirtió mas claramente definida conforme fuimos compartiendo Internacionalmente con cada nuevo país. Sin tener la influencia masculina en el deporte en estos países, ofrecía la oportunidad de jugar el estilo femenino del flag football. Usando el estilo femenino y la filosofía IWFFA, las mujeres juegan un partido más inteligente usando estrategia y finesa, versus la fuerza bruta y velocidad. Hay más camaradería con equipos que compiten versus animosidad, y más importante que ganar, es entender cómo jugar tu posición para que puedas tomar la mejor decisión en el campo. Porque ganar no está enfatizado, dando lo mejor de uno y ser una jugadora en equipo lo es. Estas características crearon no solo juegos más emocionantes, pero desarrollaron mujeres más inteligentes que quieren convertirse en líderes para que las mujeres gobiernen el mundo.

Cualquier mujer que quiera ofrecer un taller o participar (no es necesario que juegue flag football) contactarse : IWFFA@IWFFA.COM

EN ESTA EDICION:

**UNA CARTA DE LA
EMBAJADORA DE EL
SALVADOR**



QUÉ ES UN FESTIVAL DE MUJERES?

**Por Briseida Beltran, Embajadora de El
Salvador**

Cuándo Diane (presidente de la IWFFA) me mencionó que quería tener un festival de mujeres, no tenía idea de lo que hablaba, porque hasta ese momento nunca había escuchado de un festival de mujeres. Entonces, cuando Diane empezó a describir todas las actividades y el propósito de reunir a las mujeres para empoderarnos a través de las clínicas y talleres, pensé eso suena bien, luego cuando me enteré que el 1er festival sería en El Salvador, dije o por Dios!! En El Salvador nunca hemos tenido un festival de mujeres, una semana completa solo con mujeres, compartiendo historias, acampando, practicando flag football, música, en la naturaleza, etc. Esto fué un desafío, empezando con el terreno y toda la logística que una semana entera de eventos tomará , pero El Salvador dijo SI. Este festival puede ser el primero pero queremos que se convierta en un precedente a para futuros festivales de mujeres en diferentes países donde podremos empoderar más mujeres alrededor del mundo y al mismo tiempo disfrutar más del flag football.

Vamos a tener muchas actividades para que las mujeres se nos unan, tendremos a una mujer indígena que nos compartirá su historia, ésta semana no solo será acerca del flag football pero también queremos crear un vínculo con la naturaleza y con mujeres como nunca se ha hecho antes.

Quiero agradecer a Leticia de Mendoza y Elisa Montalvan por ayudarme con éste festival, y todas las mujeres de El Salvador, actuales y antiguas jugadoras. Quisiera agradecer al alcalde del Municipio de Colón por dar a las mujeres de El Salvador la oportunidad de tener éste festival y por abrir la puerta a un nuevo deporte en nuestra comunidad.



Mención Especial

Queremos agradecer a la Alcaldía de Colón y a su alcalde Samael Rivera por permitirle a las mujeres tener su propio festival de flag football.

Thank you!





CLINICAS IWFFA



(Cada día una posición diferente)

DOMINGO

REGLAS IWFFA



MARTES

RECEPTORAS,
SEGUNDARIA Y
SAFETY



LUNES

CENTRO, GUARDIA Y
LINEA OFENSIVA

MIÉRCOLES

CORREDORAS Y BLOQUEO

JUEVES

OFICIAR, ENTRENAR Y JUGADAS

VIERNES

QB, CADENAS Y REUNIÓN



SABADO

CALENTAMIENTO ANTES DEL PARTIDO Y
ENTRENO

DOMINGO

JUEGO AMISTOSO DE FLAG FOOTBALL



IWFFA

International Women's
Flag Football Association

ITINERARIO

DOMINGO



Estiramiento y respiración

7:30AM-8:00AM

Desayuno

8:00AM-9:00AM

Taller #1 Aprender de la cultura indígena

9:00AM-12:00PM

Almuerzo

12:00PM - 1:00PM

Clínica de Flag football - Reglas IWFFA

2:00PM - 3:30PM

Taller #2 - Cómo hacer pupusas & tortillas

4:00PM - 5:30PM

Cena

6:00PM - 7:00PM

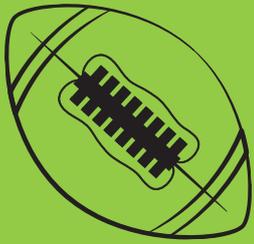
Presentación de Mujeres- Ceremonia de apertura

7:30PM - 9:00PM

Fogata-Tema: Mujeres Trans & mujeres en flag footbal

9:00PM -10:00PM





LUNES



Estiramiento y respiración

7:30AM-8:00AM

Desayuno

8:00AM-9:00AM

Clínica de Flag football Centro, Guardia & linea defensiva

9:00AM-11:00AM

Respiración

11:45AM

Almuerzo

12:00PM-1:00PM

Taller #1 Aprender Masaje Sueco (1 of 2)

2:00PM-3:30PM

Taller #2 -Hacer tu propia carta coleccionable de flag football

4:00PM-5:30PM

Cena

6:00PM-7:00PM

Presentación de mujeres- Historias - Canciones - Música - Comedia

7:30PM -9:00PM

Fogata-Tema: La diferencia entre entrenadores Mujeres y hombres

9:00PM-10:00PM





MARTES

Estiramiento y respiración	7:30AM-8:00AM
Desayuno	8:00AM-9:00AM
Clínica Flag football-Receptoras, Secundaria & Safety	9:00AM-11:00AM
Respiración	11:45AM
Almuerzo	12:00PM-1:00PM
Taller #1 Aprender Masaje Sueco (2 of 2)	2:00PM-3:30PM
Taller #2 - Yoga	4:00PM-5:30PM
Cena	6:00PM-7:00PM
Presentación de mujeres- Historias - Canciones - Música - Comedia	7:30PM -9:00PM
Fogata-Tema: Flag Football con niñas- La próxima generación	9:00PM-10:00PM



Miércoles



Estiramiento y respiración	7:30AM-8:00AM
Desayuno	8:00AM-9:00AM
Clínica Flag football Corredoras & Bloqueo	9:00AM-11:00AM
Respiración	11:45AM
Almuerzo	12:00PM-1:00PM
Taller #1 Flag Football para niñas y madres	2:00PM-3:30PM
Taller #2 - Poesía de Mujeres e Historias	4:00PM-5:30PM
Cena	6:00PM-7:00PM
Presentación de mujeres- Historias - Canciones - Música - Comedia	7:30PM -9:00PM
Fogata-Tema: Historia del Flag Football femenino	9:00PM-10:00PM



Flag Football para Niñas y Mujeres de Colón

**Niñas y Madres Flag Football - Dos talleres
Miércoles 2PM - 3:30PM & Jueves 2pm-3:30PM**

El festival de flag football invita a grupos de niñas (desde 9 años en adelante) de Colón, junto a sus madres a entrenar juntas y aprender como jugar flag football.

Es una excelente manera de ejercitarse, crear vínculos, divertirse y aprender un nuevo deporte juntas.

Estos grupos de niñas y mujeres locales serán invitadas a competir el domingo en el partido amistoso, para practicar las nuevas habilidades aprendidas de flag football.

Después de la semana del festival de flag football, todo el equipo de flag football de los grupos de Colon se les suministrará y patrocinará por la IWFFA.





JUEVES



Estiramiento y respiración

7:30AM-8:00AM

Desayuno

8:00AM-9:00AM

Clínica Flag football Oficiar, Entrenar & jugadas

9:00AM-11:00AM

Respiración

11:45AM

Almuerzo

12:00PM-1:00PM

Taller#1 Flag Football para niñas y madres

2:00PM-3:30PM

Workshop #2 - Poesía de Mujeres e Historias

4:00PM-5:30PM

Cena

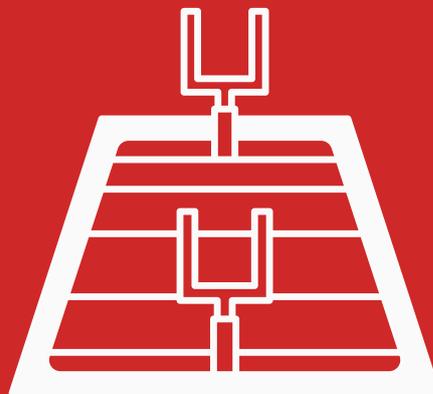
6:00PM-7:00PM

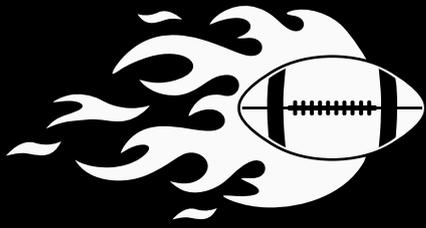
**Presentación de mujeres- Historias - Canciones -
Música - Comedia**

7:30PM -9:00PM

Fogata-Tema: Flag Football Profesional femenino

9:00PM-10:00PM



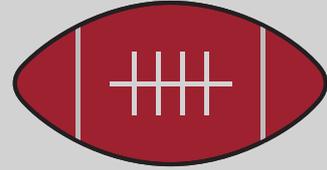


VIERNES

Estiramiento y respiración	7:30AM-8:00AM
Desayuno	8:00AM-9:00AM
Clínica Flag football QB, Cadenas & Reunión	9:00AM-11:00AM
Respiración	11:45AM
Almuerzo	12:00PM-1:00PM
Taller #1 Animales de poder	2:00PM-3:30PM
Taller #2 -Abierto para cualquier taller de mujeres	4:00PM-5:30PM
Cena	6:00PM-7:00PM
Presentación de mujeres- Historias - Canciones - Música - Comedia	7:30PM -9:00PM
Fogata -Tema: Tomando el siguiente paso para la IWFFA	9:00PM-10:00PM



SÁBADO



Estiramiento y respiración	7:30AM-8:00AM
Desayuno	8:00AM-9:00AM
Clínica Flag football Calentamiento & entreno	9:00AM-11:00AM
Respiración	11:45AM
Almuerzo	12:00PM-1:00PM
Tiempo en la piscina	2:00PM-3:30PM
Taller #1 -Clases de lenguaje de señas	4:00PM-5:30PM
Cena	6:00PM-7:00PM
Sábado por la noche baile de mujeres	7:30PM -9:00PM
Fogata-Tema: Grandes historias del flag football	9:00PM-10:00PM
Ceremonia a la luz de velas	10:00PM-11:00PM





DOMINGO

Estiramiento y respiración	7:30AM-8:00AM
Desayuno	8:00AM-9:00AM
Juego amistoso Flag football	9:00AM-11:00AM
Premios	11:00AM-11:30AM
Respiración	11:45AM
Amuerzo	12:00PM-1:00PM
Mercadito - Vende tus productos	2:00PM-3:30PM
Taller #2 -TBD	4:00PM-5:30PM
Cena	6:00PM-7:00PM
Desfile de ceremonia de clausura	7:30PM -9:00PM
Ceremonia a la luz de velas	9:00PM-10:00PM



Descripción del terreno

- En el festival, desayuno, almuerzo y cena están incluidos.
- No queremos que traigas tu propia comida, para que no tengamos basura.
- Tienes que traer tus propios utensilios culinarios y habrá una zona de lavado una vez termines de comer para que laven sus platos.
- Habrá una lavadora si necesitas lavar tu ropa si es necesario.
- Vamos a dar todas las clínicas, equipo de flag football, talleres.
- Hay duchas y baños.
- Habrá un mínimo de luz durante la noche en el área.
- No Alcohol en la propiedad por favor porque queremos fortalecer y construir el espíritu femenino
- Si quieres consumir alcohol te recomendamos ir al pueblo.
- Son bienvenidas a ir y venir las veces que quieran
- Cada participante registrada se les dará una muñequera durante la semana
- Tendremos un quiosco por tu gusto por lo dulce donde puedes comprar cosas como: dulces, galletas, soda, café, té, etc.
- Piscina en la propiedad - Trae tu traje de baño.

Continúa en la siguiente página.



El pueblo está a solo 5-minutes en carro de el terreno y habrá transporte disponible para las que no tengan carro. El costo es \$5 por servicio de transporte ida y vuelta.

Pedimos que las mujeres traigan equipo de acampar como:

- **Tienda de campaña**
- **bolsa de dormir**
- **Lámpara**
- **Plato, bol, tenedor, cuchillo, cuchara, taza para las bebidas como agua y café.**
- **Chaqueta para lluvia (en caso que llueva)**
- **Sueter (en caso que haga frío)**
- **Silla para sentarse durante los talleres**
- **Toalla o cobija para yoga**

Alentamos a las mujeres a impartir su propio taller, Contácta nuestra oficina para que te podamos incluir en el horario del festival de flag football.

Durante la semana, pediremos a voluntarios que ayuden con tareas. Esperamos que disfruten ayudarnos.

Éste es nuestro primer festival de flag football y agradecemos todas las ideas y sugerencias.

Esperamos se vayan sintiéndose empoderadas y orgullosas de ser una mujer, y que se nos unan en futuros festivales de flag football en otros países.



Patrocinadores & anfitriones



Patrocinadores & anfitriones

PG

