



## **ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE POWERLIFTING (AEP)**

Antonio Machado 43 (2-2), 08788 Vilanova del Camí (Barcelona)

Web: [www.powerhispania.net](http://www.powerhispania.net), e-mail: [powerhispania@gmail.com](mailto:powerhispania@gmail.com)

Facebook: [Powerlifting-España](#), Twitter & Instagram: [powerhispania](#)

---

### ***El propósito del Comité de Mujeres es promover, fomentar y mejorar el Powerlifting entre las mujeres, siguiendo las directrices de la AEP***

- Desde este momento. este comité está formado por todas y cada una de las mujeres del powerlifting, sin excluir a ningún hombre.
- Queremos ser un lugar donde plantear vuestras dudas y sugerencias, encontrar entre todos soluciones a los problemas y sobre todo conseguir que aumente la participación de las mujeres en todos los ámbitos del powerlifting, tanto como levantadoras, como juezas, responsables de club, entrenadoras, cargadoras, lo que haga falta.
- Tengo algunas ideas que desarrollar y me encantaría recibir vuestras aportaciones, lo que pretendo es:
  - ✓ Lograr un lugar en la web para difundir información específica que nos pueda ser de ayuda.
  - ✓ Mantener un canal de comunicación abierto bien vía e-mail, whatsapp, redes sociales, etc.
  - ✓ Ser la voz de todas en la Junta Directiva de AEP.
  - ✓ Crear un ranking o Pared de la Fama donde se reconozca el esfuerzo de las pioneras del powerlifting y continuarlo año tras año.
  - ✓ Dar consejos y ayudar a las que empiecen, porque todos hemos tenido que aprender en algún momento y si hay un sitio donde preguntar cualquier cosa todo será más sencillo y tratar así que los momentos importantes, como el debut de una levantadora, de una juez o quien quiera crear un club sepa que tiene, puedas disfrutarlos con los menos nervios e inseguridades posibles.
  - ✓ Lograr que se cuente en cada campeonato con tiempo dedicado a las ceremonias de inauguración y cierre con la entrega de trofeos bien definidos, organizados y cuidados. Esto puede parecer una frivolidad, pero hablando entre esperas de campeonatos, entrenos y demás es algo que a nadie le disgustaría y se echa en falta. Tendemos una mano a todos, porque todos somos AEP y el mejor powerlifting para todos, nuestro único objetivo.

*Raquel Martín Tomás*

Presidenta del Comité de Mujeres de la AEP