



Diversión, aprendizaje y nuevas experiencias para los niños. Todavía es posible inscribirse y formar parte de esta emocionante oportunidad deportiva y cultural.
¡Te esperamos!

32➤



Buenos Aires 2023
XV JUEGOS MACABEOS
PANAMERICANOS



CDI Informa

Publicación semanal del Centro Deportivo Israelita, A. C. יידישער ספאָרטצענטער - מקסיקו מרכז הספורט היהודי - מכסיקו

Núm. 3004

12 de Av 5783

Ciudad de México a 30 de julio de 2023

www.cdi.org.mx

[f @cdideporvida](https://www.facebook.com/cdideporvida)

[@cdideporvida](https://www.instagram.com/cdideporvida)

INScripciones Y RULETA CON SORPRESAS

El CDI está listo para dar inicio a un emocionante ciclo de actividades para el periodo Agosto-Diciembre 2023. ¡Es hora de prepararnos para vivir momentos inolvidables! Por eso, te invitamos a descubrir la variada oferta de cursos que hemos preparado especialmente para nuestros Socios y que puedes consultar en la Guía de Cursos. A partir del martes 1 de agosto, las inscripciones para los cursos del nuevo periodo estarán disponibles en diferentes puntos: en el Dépor, en Punto CDI Monte Sinai, en la página web www.cdi.org.mx y en la App CDI. No pierdas tiempo y asegura tu lugar en los cursos que más te interesen. Te recordamos que las clases inician el 21 de agosto.

¡PARTICIPA EN LA RULETA DE REGALOS!

Esta emocionante dinámica te ofrece la posibilidad de obtener beneficios exclusivos para el ciclo Agosto-Diciembre. Podrías ganar descuentos increíbles en los cursos de tu elección o recibir un regalo sorpresa que te alegrará el día. ¿Cómo participar en la Ruleta de regalos? Es muy sencillo. Si eres Socio y estás al corriente en tu membresía, sólo tienes que escanear el código QR "Ruleta de regalos" que encontrarás en CDI Informa y en nuestras redes sociales digitales. La promoción estará vigente del 1 al 31 de agosto de 2023. Los premios obtenidos podrán ser aplicados hasta el 10 de septiembre de este año.

¡Inscríbete ya!

16➤



Torneo de épicas batallas: El CDI brilló en la USA CUP

Estrella Abadi

10➤



Obra de teatro El Ángel de Varsovia

Lucero Mora

13➤



REGRESA LA RULETA DE REGALOS

DEL 1 AL 31 DE AGOSTO 2023

ESCANEA EL CÓDIGO QR
Y APLÍCALO EN TUS INSCRIPCIONES A CURSOS
AGOSTO-DICIEMBRE 2023

HAZ VÁLIDO TU PREMIO ANTES DEL 10 DE SEPTIEMBRE 2023



PROMOCIÓN VÁLIDA PARA LOS SOCIOS QUE ESTÉN AL CORRIENTE DE SUS CUOTAS.

UN VERANO CON MUCHA ACCIÓN

■ Coreo Academy CDI

En el vibrante mundo de la danza, Coreo Academy CDI se alza como una alternativa única y excepcional, comprometida con el crecimiento y desarrollo integral de cada bailarín. Desde antes de nacer hasta la vida adulta, nuestra misión es acompañarlos en cada paso de su formación, guiándolos con pasión y dedicación.

En Coreo Academy CDI, ofrecemos una línea de aprendizaje completa que abarca todas las edades y niveles. Desde futuras mamás hasta adultos, todos encuentran su lugar en nuestras clases diseñadas con esmero y excelencia. Nuestras opciones para jóvenes y adultos incluyen Dance Life, Fun Dance, Urban Dance y Dance Skills, mientras que nuestros grupos representativos, Xdanz Pro y Dánzico, destacan en el escenario con su talento excepcional.

Pero en Coreo Academy CDI, no sólo se trata de perfeccionar la técnica de la danza, sino también de nutrir el alma y el espíritu. Nos enfocamos en cuatro dimensiones fundamentales: lo pedagógico, lo creativo, lo social y lo emocional. Nuestra comunidad de maestros, coreógrafos, coordinadores y profesionales se esfuerza por crear un ambiente de aprendizaje enriquecedor donde cada estudiante pueda crecer como individuo y artista.

Aquí, la danza es más que movimientos, es una pasión que nos une. Cada bailarín que pasa por nuestras aulas se convierte en parte de una familia que celebra el arte y la expresión a través de la danza. Nuestro objetivo es nutrir el talento, la confianza y la creatividad de cada uno, permitiéndoles descubrir todo su potencial.

La importancia de Coreo Academy CDI radica en su compromiso inquebrantable con el arte de la danza y en su capacidad para transformar vidas. Nuestros bailarines no solo adquieren habilidades técnicas sobresalientes, sino que también cultivan valores que los acompañarán durante toda su vida. Si buscas un lugar donde la pasión por la danza se mezcle con el crecimiento personal, Coreo Academy CDI es el hogar perfecto para ti.

Ven y únete a nuestra comunidad en las próximas inscripciones, porque en Coreo Academy CDI, la danza se convierte en un viaje de autodescubrimiento y empoderamiento. ¡Compartamos esta maravillosa experiencia juntos!

■ **Los esperamos, todavía tenemos dos semanas de Campamentos**
Llevamos dos semanas de actividades en los Campamentos



de Verano del CDI y nos contagia el entusiasmo de los chicos que han participado en las diversas actividades, incluidas las novedades de este año. Les recordamos que las inscripciones son por semana y todavía están a tiempo de registrarse, tanto en las instalaciones del Dépor como en Punto CDI Monte Sinai. En esta edición de CDIinforma te compartimos una amplia reseña fotográfica e informativa acerca de cómo ha sido esta segunda semana. Los campamentos de verano cumplen la función de que los niños y adolescentes vivan una experiencia recreativa, en el contexto único que proporciona el CDI a nuestra Comunidad, esa convivencia intercomunitaria permite que los chicos hagan amistades que con el tiempo se van fortaleciendo. Aún nos quedan dos semanas, los esperamos.

■ Torneos juveniles, campeones en Minnesota

En esta edición, te compartimos la reseña de la participación de nuestros equipos que estuvieron en la USA CUP en Minnesota. Los resultados fueron estupendos donde dos de nuestros equipos fueron campeones. Asimismo, en Miami tuvimos una buena experiencia; la categoría 2009 participó en el Torneo Internacional World Soccer Foundation y cuatro de nuestros jugadores fueron seleccionados para participar en la selección del WSF que irá a España. ¡Enhorabuena a todos! ■



CDI, ESPACIO LIBRE DE TABACO

En atención al nuevo Reglamento de la Ley General para el Control del Tabaco en México, el Centro Deportivo Israelita es un espacio 100 por ciento libre de humo de tabaco y emisiones. Por lo que queda prohibido fumar, consumir o tener encendido cualquier producto de tabaco o de nicotina.



HORARIOS DE VIERNES EN VACACIONES



**El Centro Deportivo Israelita
abrirá los viernes 4, 11 agosto
de 2023 en horario
de 6:30 a 15:30 horas.**

CLASES FITNESS

Del 31 de julio al 5 de agosto

Dificultad:

- Principiante
- Intermedio
- Avanzado

Modalidad de las clases:

- Clase por Zoom
- Híbrida (presencial y Zoom)
- Clase presencial

Te recordamos que todas estas clases están incluidas en tu cuota mensual como Socio del CDI.

LUNES



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Iván Moreno
CDI/ Salón Max y Amparo Shein
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Intervalos

7:00 a 8:00 horas
Karenina Ramírez
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Sinergy

8:00 a 9:00 horas
Armando Ramírez
CDI / SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Intervalos

8:00 a 9:00 horas
Karenina Ramírez
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



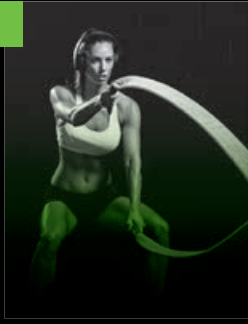
Full Body

8:00 a 9:00 horas
Fernando Hernández
Punto CDIMS / Salón 1
frente a Pan y Canela
(CLASE HÍBRIDA)



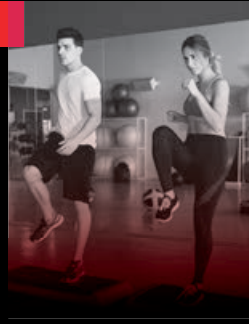
Easy Body Wellness

9:00 a 10:00 horas
Marino Guevara
CDI / Estadio de Futbol David y Vicky Daniel e Hijos
(CLASE PRESENCIAL)



CROSS FIT

9:00 a 10:00 horas
Gabriel Beltrán
Punto CDIMS / Salón 1
frente a Pan y Canela
(CLASE PRESENCIAL)



Circuito Hiit

10:00 a 11:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / Salón SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Zumba Fitness

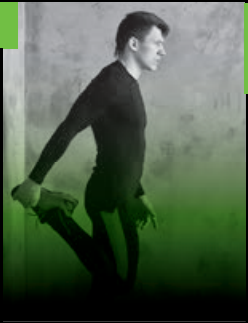
10:00 a 11:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Abraham Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning

19:00 a 20:00 horas
Giovani Rodríguez
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)

MARTES



Circuito Funcional

7:00 a 8:00 horas
Jesús Ramírez
CDI/ SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Endurance

7:00 a 8:00 horas
Ami Rossell
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Circuito Hiit

8:00 a 9:00 horas
Jesús Ramírez
CDI / Salón SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)

MARTES



Acondicionamiento físico general

8:00 a 9:00 horas
Marino Guevara
CDI / Salón Abraham Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



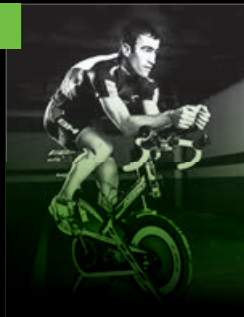
Total Body Condition

8:00 a 9:00 horas
Fernando Hernández
Punto CDIMS / Salón 1 frente a Pan y Canela
(CLASE HÍBRIDA)



Spinning / Endurance

8:00 a 9:00 horas
Ami Rossell
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Ruta

10:00 a 11:00 horas
Segio Lupercio
CDI/ Salón Max y Amparo Shein
(CLASE PRESENCIAL)

MIÉRCOLES



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Iván Moreno
CDI/ Salón Max y Amparo Shein
(CLASE PRESENCIAL)



Sinergy

7:00 a 8:00 horas
Armando Ramírez
CDI / SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Fernando Hernández
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Box FIT

8:00 a 9:00 horas
Armando Ramírez
CDI / SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



TRX

8:00 a 9:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / Salón Abraham Broitman
CLASE PRESENCIAL



Spinning / Indoor Cycling

8:00 a 9:00 horas
Fernando Hernández
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Lower Body

9:00 a 10:00 horas
Gabriel Beltrán
Punto CDIMS / Salón 1 frente a Pan y Canela
(CLASE PRESENCIAL)



Easy Body Wellness

9:00 a 10:00 horas
Marino Guevara
CDI / Estadio de Futbol David y Vicky Daniel e Hijos
(CLASE PRESENCIAL)



Zumba Fitness

10:00 a 11:00 horas
Iván Moreno
CDI / Salón Abraham Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning

19:00 a 20:00 horas
Ricardo Gaitán
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)

JUEVES



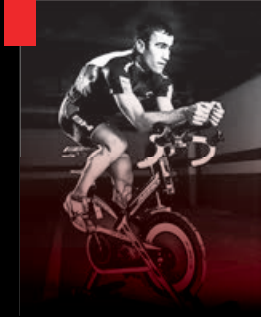
Spinning / Endurance

7:00 a 8:00 horas
Ami Rossell
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Circuito Funcional

7:00 a 8:00 horas
Jesús Ramírez
CDI/ SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning Power

8:00 a 9:00 horas
Sergio Lupercio
CDI/ Salón Max y Amparo Shein
(CLASE PRESENCIAL)

JUEVES



Acondicionamiento físico general

8:00 a 9:00 horas
Marino Guevara
CDI / Salón Abraham Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



Body Jam

8:00 a 9:00 horas
Fernando Ayala
Punto CDIMS / Salón 1
frente a Pan y Canela
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Endurance

8:00 a 9:00 horas
Ami Rossell
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Body Jam

9:00 a 10:00 horas
Fernando Ayala
Punto CDIMS / Salón 1
frente a Pan y Canela
(CLASE PRESENCIAL)



Circuito Hiit

10:00 a 11:00 horas
Jesús Ramírez
CDI / Salón SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)

VIERNES



Spinning / Ruta

7:00 a 8:00 horas
Karenina Ramírez
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Spinning / Ruta

8:00 a 9:00 horas
Karenina Ramírez
Punto CDIMS / Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Total Body Condition

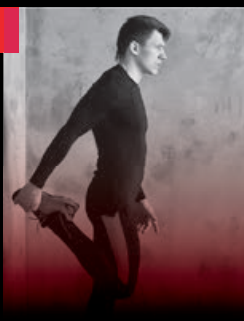
8:00 a 9:00 horas
Ulises Capelli
Punto CDIMS / Salón 1
frente a Pan y Canela
(CLASE HÍBRIDA)

SÁBADO



Spinning Performance

9:00 a 10:00 horas
Sergio Lupercio
CDI / Salón Abraham Broitman
(CLASE PRESENCIAL)



Circuito Funcional

10:00 a 11:00 horas
Armando Ramírez
CDI/ SINERGY Fitness
(CLASE PRESENCIAL)



Te invitamos también a ponerte en forma
con nuestros
profesores en Fit Cero Cero
<https://www.youtube.com/c/FITCeroCero>



FIT CERO CERO

RESERVA TUS CLASES ONLINE A TRAVÉS
DE LA APP CDI.



Equipo 2011 Blue, previo a la ceremonia de inauguración de la USA CUP 2023.



Visita al estadio Minnesota Vikings-USA Bank Stadium.



Vista de la inauguración del torneo.



Equipo femenino Morado, posando en las letras de la USA CUP.

MINNESOTA 2023

// LIC. EITHAN FRID

Vicepresidente del Comité de Fomento Deportivo

El torneo de Fútbol de Minnesota, conocido como USA CUP, es el primer evento internacional al que acuden los niños y niñas de nuestra Academia como parte de su preparación futbolística. Para comprender la magnitud de este evento, aquí algunos datos relevantes de este año:

-Se inscribieron 1,245 equipos.

-Participaron 17 países.

-Más de 15 mil futbolistas formaron parte del torneo.

Es destacable mencionar que, durante la inauguración, la organización del torneo otorgó un reconocimiento al CDI por haber asistido a este torneo durante 21 años.

Nuestra Delegación estuvo compuesta por 139 personas, incluyendo niñ@s, entrenadores y personal del staff.

Participaron 6 equipos varoniles (Blanca, Amarilla, Roja, Azul, Blue, Verde) y 2 equipos femeniles (Rosa y Morada). Por primera vez, logramos contar con más de un equipo femenino en el torneo.

Este viaje es muy especial, ya que no sólo se trata del torneo en sí, sino que también realizamos varias actividades todos juntos, lo que lo convierte en un viaje verdaderamente único.

Este año, tuvimos la oportunidad de asistir a un partido de la MLS entre Minnesota United y LAFC, además de realizar un recorrido por el estadio de los Minnesota Vikings y visitar Valleyfair. Por supuesto, no podíamos perdernos la final de la Copa Oro entre México y Panamá. Todas estas actividades se llevaron a cabo antes de que comenzara el torneo, ya que una vez que inician los partidos, cada equipo se concentra en su calendario de juegos.

Después de varios días intensos de partidos, logramos llegar a las semifinales en 5 ocasiones y posteriormente a 2 finales.

Ambos partidos finales fueron emocionantes y mantuvieron nuestros corazones acelerados. El equipo Azul logró una victoria emocionante de 1-0 contra Chicago City, mientras que el equipo Morado empató 2-2 en tiempo reglamentario contra Twin Cities Rush, para finalmente ganar en una tanda de penales con un marcador de 4-2.

Para aquellos que tuvimos la oportunidad de ser parte de este viaje, Minnesota es y seguirá siendo una experiencia increíble que permanecerá tatuada en nuestros corazones. ■



Buenos Aires 2023

XV JUEGOS MACABEOS PANAMERICANOS

INFORMES EN EL COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO AL TELÉFONO 552629 7400 EXT. 463.



DEPORTES EN CONJUNTO
BÁSQUETBOL • FUTBOL SOCCER • FUTSAL
• SOFTBOL • VOLEIBOL • VOLEIBOL DE PLAYA

DEPORTES INDIVIDUALES
CICLISMO • GIMNASIA ARTÍSTICA • GIMNASIA RÍTMICA
• GOLF • MACABI MAN / WOMAN
• NATACIÓN • PÁDEL • TENIS • TENIS DE MESA

24 DE DICIEMBRE DE 2023 AL 4 DE ENERO DE 2024

CARLOS SCHVARTZMAN

UN DEPORTISTA EJEMPLAR Y SU LEGADO

// MARCOS SCHVARTZMAN

En el mundo del deporte cedeísta, existen figuras que trascienden más allá de los campos de juego, y Carlos Schwartzman es una de ellas. Con una trayectoria que abarca desde sus primeros pasos en el Fútbol hasta la actualidad, este talentoso deportista ha dejado una huella imborrable en el ámbito de los Juegos Macabeos Panamericanos y en las Macabiadas de Israel, y se ha convertido en un referente deportivo para la Comunidad Judía.

Desde sus tempranos 6 años, Carlos Schwartzman comenzó a jugar en el Centro Deportivo Israelita, donde ha permanecido como jugador representativo de manera prácticamente ininterrumpida. A lo largo de su carrera, ha sido testigo y protagonista de eventos deportivos de gran relevancia, asistiendo tanto como espectador en los primeros años acompañando a su padre, quien también era parte activa en el ámbito deportivo.

El Fútbol lo llevó a recorrer distintos lugares del mundo como jugador en diversas Macabiadas, una serie de competiciones deportivas de gran prestigio y significado para la comunidad judía. Schwartzman ha sido parte fundamental en un total de 16 juegos de nuestra comunidad, divididas entre Mundiales, Panamericanas, Europeas e Invernales. Cabe destacar que, siendo mexicano, ha sido el único deportista judío de su país en participar en todas estas categorías, sumando así un récord impresionante.

A lo largo de su carrera, Carlos ha demostrado un rendimiento excepcional en estas competiciones, alcanzando múltiples logros que han dejado en alto el nombre de México y el CDI. Ha conquistado la cima en tres ocasiones, logrando el primer lugar en los Juegos Macabeos Panamericanos de Chile 2003, una hazaña histórica para el Fútbol mexicano en este evento, así como dos veces subcampeón en los JCC San Luis 1996 y en la Macabiada de Israel 2001.

Pero su talento y determinación no se limitaron a estos juegos internacionales. Carlos Schwartzman también ha cosechado éxitos en competiciones de categoría abierta y +35. En la Liga Española de Fútbol en México, el CDI alcanzó el título en tres ocasiones, y gracias al empuje de Carlos, el equipo obtuvo su primera victoria en el Torneo Reforma en dos ocasiones. Sus logros han sido invaluable para la historia del club.

Más allá de los títulos y las medallas, Carlos Schwartzman ha sido un embajador ejemplar del deporte y de su Comunidad. Siempre ha llevado con orgullo la bandera de México y ha sido un símbolo de perseverancia, disciplina y pasión por el Fútbol.

Su influencia se extiende no sólo en el ámbito deportivo sino también como un modelo a seguir para los jóvenes que sueñan con alcanzar metas y desafiar los límites. Su compromiso con el deporte y su determinación para superar obstáculos son inspiradores para todos aquellos que persiguen sus sueños. ■



Carlos Schwartzman acompañado de su padre y del capitán del equipo rival.



Carlos Schwartzman jugando con la +35 en el club Reforma.



Carlos Schwartzman en los Juegos Macabeos de Invierno.



MIAMI CUP

EL ESPÍRITU COMPETITIVO DEL CDI DESTACA EN EL WSF

// ESTRELLA ABADI

Por primera vez, el CDI participó en el Torneo Internacional World Soccer Foundation, en esta ocasión representado por la categoría 2009. El equipo se enfrentó a adversarios de Sudamérica y equipos locales, demostrando en cada duelo emociones, intensidad, pasión y lucha por la victoria. Este equipo nunca se rindió ni dejó de luchar por sacar adelante cada encuentro, siempre con un espíritu aguerrido y competitivo. Enfrentaron los desafíos con determinación y trabajo en equipo.

Con su participación en el torneo, José Suttón, el portero del equipo, junto con Nadav Carmelly, Gabriel Castillo y Elías Harari, ganaron el premio All Star y formarán parte de la selección del WSF que irá a España.

Felicitemos a todo el equipo por su entrega, en el campo de juego han sido ejemplares, y han dejado una huella inspiradora para los jugadores del CDI. Cada uno de ustedes ha mostrado habilidades y talentos excepcionales dentro y fuera de la cancha, compitiendo en el más alto nivel y representando a la Institución con orgullo. Es un honor que sólo ustedes podían alcanzar. ■



Nuestro equipo 2009 inicia la aventura.



La Delegación Mexicana que participó en la WSF.



Compartiendo entre compañeros.



Representando a nuestro país.



Atendiendo a la charla técnica.



Disfrutando del sol de Miami.



Dando de qué hablar en la cancha.



Durante uno de nuestro trayectos.



MINNESOTA 2023

TORNEO DE ÉPICAS BATALLAS: EL CDI BRILLÓ EN LA USA CUP

// ESTRELLA ABADI / RAFAEL JABER

Comisión de Fútbol



2009 **Amarilla**, recibiendo cartas de sus padres.



2011 **Blanca**, terminado un juego.



2011 **Blanca**, en terreno vikingo.



2011 **Roja**, después de ganar su encuentro a E.A. Río de Janeiro Panthers 5-1.

U n torneo emblemático para el CDI, la USA CUP de Fútbol, se llevó a cabo en Minnesota del 14 al 23 de julio. Este torneo juvenil ya es un clásico en nuestra Institución y es uno de los más grandes y prestigiosos que atrae a equipos de diversas partes del mundo. Los jóvenes y las chicas cedeistas tuvieron la oportunidad de enfrentarse a equipos de alto nivel y los avalan unos resultados estupendos.

El equipo Morado pasará a la historia del CDI al coronarse como triunfadoras del torneo en su categoría. Ganaron todos los encuentros del torneo de manera invicta, inspirando a nuevas generaciones a seguir sus pasos y perseguir sus sueños futbolísticos. En la final, que resultó en un emocionante empate 2-2, se impusieron con valor y lucha en la ronda de penales para llevarse el merecido triunfo. Este equipo logró contagiar de emoción y pasión a todos los espectadores y nuestra Delegación. Demostraron ser un equipo unido, sólido y se les recordará durante mucho tiempo.

El equipo de la Blanca del CDI demostró su grandeza en la categoría de 11v11, alcanzando las semifinales en un duelo lleno de emociones y una destacada participación. Su liderazgo en la categoría de grupos quedó en evidencia al ganar con determinación los cuartos de final contra uno de los equipos más competitivos del torneo.

En la categoría Gold, el equipo Blue del CDI se mantuvo invicto en la fase de grupos y en los cuartos de final dejaron claro su carácter y garra al vencer 6-1 a un equipo local. En una emocionante semifinal, se enfrentaron a un equipo de Brasil en uno de los partidos más intensos del torneo, donde buscaron el triunfo hasta el último minuto, aunque el rival se adelantó con un gol en los momentos finales.

Los jugadores del equipo Azul se autodenominan "guerreros" y con razón, ya que se coronaron campeones de la categoría



2011 **Blue**, después del primer entrenamiento en Minnesota.



2011 **Blue**, celebrando el gol anotado por Marck Grinberg en cuartos de final.



2011 **Azul**, disfrutando el campeonato.



2011 **Verde**, un día de feria.



2011 Blue, con mucha intensidad en el partido.



Equipo femenino Morado, en el estadio Allianz Field.



2011 Azul, antes de iniciar el partido de cuartos de final.



Festejo del equipo femenino Morado, después de ganar los cuartos de final en penales.



Equipo femenino Rosa, destacada participación en la Copa.



Integrantes del equipo Amarillo y Verde, justo antes de iniciar el viaje rumbo a la primera escala en Dallas.



Equipo femenino Morado, en el aeropuerto listas para el viaje.

Silver. Desde la fase de grupos, demostraron su valía y en los cuartos de final fueron superiores al rival para llegar a la semifinal contra el equipo del CDI Rojo, ganando el encuentro que los catapultó a la ansiada final. En ese partido, regalaron a los asistentes una lucha incesante y se coronaron campeones en su categoría con un gol que les otorgó el merecido triunfo.

Por su parte, el equipo Rojo del CDI protagonizó emocionantes encuentros llenos de goles y espectáculo, siempre peleando y buscando la victoria. Llegaron a las semifinales enfrentándose al CDI Azul en un partido marcado por el respeto hacia sus compañeros y el fair play, siendo todos unos grandes triunfadores.

El equipo Amarillo, que compitió en la categoría Silver, llegó a los cuartos de final en un encuentro sumamente parejo y emocionante. Enfrentaron giros inesperados, pero lo que los definió fue su determinación y lucha incansable por llevarse la victoria. Aunque quedaron fuera del torneo con un resultado de 4-3, nunca dejaron de buscar el balón y presionar en busca del empate.

El equipo Verde del CDI, en la categoría Gold, nos mostró con su ejemplo que nunca se debe dejar de pelear en cada encuentro. Son un equipo aguerrido y luchador que se enfrentó a equipos altamente competitivos. A pesar de las dificultades, nunca dejaron de esforzarse al máximo en cada partido, demostrando perseverancia y dedicación. Su actitud positiva y capacidad para mantenerse motivados en cualquier circunstancia los convierte en un equipo admirable.

Finalmente, las jugadoras del equipo Rosa del CDI destacaron por su trabajo en equipo ejemplar. Llegaron a los cuartos de final en un encuentro muy parejo y ganaron la mayoría de sus partidos, mostrando el carácter de unas verdaderas triunfadoras.■



Festejo del equipo femenino Morado, después de ganar la final con la Copa del triunfo del Primer Lugar.



Festejo del campeonato del equipo femenino Morado.



2011 Blue, dedicando la victoria al jugador #11 David Haidenberg que salió lesionado en el partido.



La unión siempre caracterizó al equipo femenino Morado en cada partido.



2011 Rosa, camino a la competencia.

MACCABI BIKE

COMPETENCIAS:

CRONO


28


KM

RUTA

90

KM





Buenos Aires 2023
XV JUEGOS MACABEOS PANAMERICANOS

24 DE DICIEMBRE DE 2023
AL 4 DE ENERO DE 2024

INFORMES EN EL COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO AL TELÉFONO 552629 7400 EXT. 463.



MACCABI MAN & WOMAN

COMPETENCIAS:

- BICI 28 KM
- TRIATLÓN CORTO
- AGUAS ABIERTAS 3 KM
- CARRERA 21 KM





Buenos Aires 2023
XV JUEGOS MACABEOS PANAMERICANOS

24 DE DICIEMBRE DE 2023
AL 4 DE ENERO DE 2024

INFORMES EN EL COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO AL TELÉFONO 552629 7400 EXT. 443.



PÁDEL

COMPETENCIAS:

- POR PAREJAS
- TORNEO DE NACIONES





Buenos Aires 2023
XV JUEGOS MACABEOS PANAMERICANOS

24 DE DICIEMBRE DE 2023
AL 4 DE ENERO DE 2024

INFORMES EN EL COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO AL TELÉFONO 552629 7400 EXT. 463.





TEAM MEXICO

GOLF

COMPETENCIAS:

- MASCULINAS
- FEMENINAS





Buenos Aires 2023
XV JUEGOS MACABEOS PANAMERICANOS

24 DE DICIEMBRE DE 2023
AL 4 DE ENERO DE 2024

INFORMES EN EL COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO AL TELÉFONO 552629 7400 EXT. 463.



MACCABI RUN

COMPETENCIAS:

LA MILLA

1609

M

5

KM

21

KM





Buenos Aires 2023
XV JUEGOS MACABEOS PANAMERICANOS

24 DE DICIEMBRE DE 2023
AL 4 DE ENERO DE 2024

INFORMES EN EL COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO AL TELÉFONO 552629 7400 EXT. 463.



TENIS DE MESA

CATEGORÍAS:

- SINGLES
- DOBLES
- EQUIPOS

24 DE DICIEMBRE DE 2023
AL 4 DE ENERO DE 2024





Buenos Aires 2023
XV JUEGOS MACABEOS PANAMERICANOS

INFORMES EN EL COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO AL TELÉFONO 552629 7400 EXT. 433.



ACTIVIDAD ESPECIAL DE VERANO

OBRA DE TEATRO EL ÁNGEL DE VARSOVIA

// LUCERO MORA

Dentro de las actividades de Beyajad en verano, se llevan a cabo diferentes eventos. El martes 25 de julio, tuvimos el placer de presenciar la obra de teatro El Ángel de Varsovia, basada en la vida de Irena Sendler, una trabajadora social y enfermera polaca católica nacida en Varsovia en 1910. Durante la Segunda Guerra Mundial, arriesgando su propia vida, organizó el rescate de unos 2500 niños judíos del gueto de Varsovia, quienes estaban condenados a los campos de exterminio y eran víctimas del Holocausto. Aunque fue arrestada, torturada y sentenciada a muerte por la Gestapo en 1943, logró escapar el día de su ejecución.

La actuación de Fanny Sarfati en el papel de Irena Sendler fue magistral, transmitiendo su maravillosa energía y el dominio escénico. El Ángel de Varsovia es la historia de una valiente mujer y todo lo que hizo para salvar la vida de los niños condenados a morir.

El Grupo Beyajad fue creado para brindar atención integral a Adultos Mayores, ofreciendo actividades deportivas y culturales que promueven la integración y socialización. El objetivo de estas actividades es fortalecer los lazos de unión entre los miembros.

Recuerda que, a partir de los 60 años, estas actividades están especialmente diseñadas para ti. Te invitamos a unirte a este grupo y disfrutar de los beneficios que Dépor ofrece todos los martes y jueves, que incluyen tres clases físicas diferentes: Gimnasia Especial, Baile y Fortalecimiento Físico y Gimnasia Terapéutica. Además, también se ofrecen clases culturales, como Gimnasia Cerebral, Historia y Actualidades Judías, Fortalecimiento Integral (Neurogym), Gotitas Culturales,



Dibujo y Pintura, y próximamente debates con ponentes que compartirán temas de interés.

¿Qué incluye Beyajad?

- Clases
- Almuerzo
- Se cuenta con 5 diferentes rutas de transporte

También realizamos:

- Ceremonias cívicas
- Festejos nacionales
- Celebraciones y conmemoraciones judaicas
- Salidas de verano
- Festejo de cumpleaños

Recuerda, te esperamos para que tengas tu día de visita sin compromiso y compruebes que además de preocuparnos por la salud integral de los adultos, nos importa la pertenencia de cada uno de los integrantes. ■

Para obtener más información, comunícate al 55 2629 7400 ext. 510 y 507, o envía un correo a morac@cdi.org.mx.

GIMNASIA CEREBRAL

Aprende a relajarte y a contactar con la respiración consciente, dale la importancia a tu cuerpo, mente y espíritu.

CDI MÉXICO

A PARTIR DE LOS 18 AÑOS DE EDAD
Miércoles 16:00 horas
Salón Ejecutivo Moisés Gittin
PROFESORA:
AMADA CORKIDI

INFORMES E INSCRIPCIONES EN EL COMITÉ DE ACTIVIDADES, TELÉFONO 55 2629 7400, EXTENSIONES 510 Y 507.

CDI MÉXICO

VEN Y DISFRUTA

CLASE DE RITMOS LATINOS

Martes y jueves
11:00 horas
Salón Auxiliar 1
Mayores de 18 años

Inscripciones e informes en el Comité de Actividades al teléfono 55 2629 7400, extensiones 507 y 510.

RECOMENDACIÓN LITERARIA

La auténtica felicidad, de Martin Seligman

// ANGIE RÍOS

Empecemos el mes de agosto muy felices! Pero si te sientes desanimado y no sabes qué hacer para alegrarte, te recomendamos un excelente libro del autor Martin Seligman, un psicólogo y escritor estadounidense reconocido principalmente por sus experimentos sobre la indefensión aprendida y su relación con la depresión. En los últimos años, también ha ganado renombre por su trabajo e influencia en el campo de la psicología positiva.

El libro que te recomendamos se titula La auténtica felicidad. En él, Seligman nos proporciona herramientas para identificar nuestros aspectos más positivos y desarrollarlos, con el fin de mejorar significativamente nuestra vida y la de quienes nos rodean.



El doctor Martin E. P. Seligman, un destacado investigador de la psique humana y fundador de la corriente científica de la psicología positiva, sostiene que la auténtica felicidad no sólo es posible, sino que, lejos de depender de la suerte y los genes, puede cultivarse reconociendo y utilizando muchas de las fortalezas y rasgos que ya poseemos.

La nueva perspectiva de la psicología es la psicología positiva, definida por Seligman como el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de

vida de las personas. Te invito a leer este libro que te recomendamos, te ayudará a identificar las fortalezas psicológicas que te faltan para ser más feliz. ■

CALENDARIO DE ACTIVIDADES PARA ADULTOS Y ADULTOS MAYORES Del 30 de julio al 6 de agosto

DOMINGO 30 DE JULIO

12:00 a 13:00 horas Club de Oro y actividades familiares
Domingo de danza / Ballet Folklórico
Flor de Luna / Plaza Macabi

MARTES 1 DE AGOSTO

11:00 a 14:00 horas Beyajad: Salida de Verano
Centro de Tlalpan

16:30 a 19:30 horas Cine Reflexión
Película: El señor de las moscas.
Harry Hook. E. U. 1990 /
Salón Ejecutivo Moisés Gitlin

MIÉRCOLES 2 DE AGOSTO

11:00 a 12:00 horas Método Feldenkrais / Zoom

JUEVES 3 DE AGOSTO

11:00 a 12:00 horas Gimnasia especial /
Salón Mural

11:00 a 12:00 horas Gimnasia terapéutica /
Salón Anexo al Mural

11:00 a 12:00 horas Baile y fortalecimiento físico /
Salón Abraham Broitman

13:00 a 14:00 horas Dibujo y Pintura / Salón 6
del Espacio Cultural Abud y Mery Attie

13:00 a 14:00 horas Fortalecimiento integral / Salón 7
del Espacio Cultural Abud y Mery Attie

13:00 a 14:00 horas Gotitas culturales / Salón 1
del Espacio Cultural Abud y Mery Attie

DOMINGO 6 DE AGOSTO

12:00 a 13:00 horas Club de Oro y actividades familiares
Domingo musical // Dueto de par en
par // Plaza Macabi



INFORMES EN EL COMITÉ DE ACTIVIDADES
AL TELÉFONO 55 2629 7400
EXTENSIONES 510 Y 507.

1 DE AGOSTO DÍA MUNDIAL DE LA ALEGRÍA

Celebra la alegría... leyendo

// ANGIE RÍOS

Alegría ... emoción, sensación de bienestar, manifestación externa de dicha. Esta sensación es importante en la vida y contribuye al bienestar de la salud por esta razón hay un día para festejar este sentimiento.

La alegría aporta muchos beneficios como aporte de energía, genera endorfinas que por ende nos sentimos mucho mejor, libera tensiones ya que es desestresante, además de liberar dopamina lo cual esta ligada a la agilidad mental.

La alegría es una de las emociones más importantes y ansiadas por la sociedad mundial, que surge a partir de la satisfacción por las actividades realizadas, el bienestar o la conformidad con la vida diaria en ámbitos como el trabajo, la escuela o la vida amorosa, por lo que se festeja desde hace una década el Día Mundial de la Alegría.

El Día Mundial de la Alegría nació a partir de la idea del colombiano Alfonso Becerra, quien después de acudir a un congreso que se llevó a cabo en Chile, algunas organizaciones y la facilidad de internet para potenciar el festejo, permitieron que trascendiera hasta otros países, después de 2012.

De esta forma, México, Colombia, Chile, Venezuela, Argentina, Honduras, Bolivia, son los principales países que acogieron esta festividad, la cual ha ganado simpatía a lo largo de los años, pese a la subjetividad de la emoción, pero que contribuye de manera benéfica al bienestar de la población y la salud humana.

Las sonrisas, las risas, los bailes, los saltos, las corazonadas, las ganas de saltar, de abrazar, son algunas de las manifestaciones de la alegría, que incluso puede ser contagiosa o volver atractivas a las personas.

Estas son algunas cosas que te generan alegría, poder encontrarse con un ser querido que no se veía hace mucho tiempo, comer, salir con amigos, celebrar los cumpleaños, obtener buenas calificaciones en un examen difícil del colegio, recibir un regalo que se deseaba, escuchar música agradable, conseguir un nuevo trabajo, viajar a un lugar emocionante e inclusive leer tu novela favorita.

Te invitamos a que visites la Biblioteca Moisés y Basi Mischne, festeja el Día Mundial de la Alegría ... leyendo libros que te generen bienestar. ■

Durante el período vacacional el horario de la Biblioteca Moisés y Basi Mischne será de lunes a jueves de 8:30 a 19:00 horas, sábados y domingos de 9:00 a 15:00 horas. El horario estará vigente del 17 de julio al 24 de agosto.



89º CICLO DE CINE - REFLEXIÓN

El señor de las moscas



Director: Harry Hook
Estados Unidos, 1990
Duración: 1 hora y 31 minutos

Basada en la novela homónima del Premio Nobel William Golding, esta película relata la historia de un grupo de niños británicos que quedan abandonados en una isla desierta tras estrellarse el avión en el que viajaban. Sin supervivientes adultos, deberán crear su propia microsociedad.

Ralph, un niño carismático, es elegido como líder, mientras que Jack, el jefe del coro, convierte a sus compañeros en cazadores. Pronto, surgirá una agria rivalidad entre Jack y Ralph, ambos deseando ser el único líder. Bajo las directrices de Jack, los cazadores se volverán seres primarios y violentos, mientras que Ralph luchará por mantener a su grupo dentro de la civilización. El enfrentamiento entre ambos grupos conducirá a un trágico desenlace.

Fecha: Martes, 1 de agosto.**Horario: 16:30 horas.****Lugar: Salón Ejecutivo Moisés Gitlin.****Análisis y comentarios a cargo de la Dra. Eugenia Behar Rosanes.****Este evento está destinado a mayores de 18 años.**CLASE
FELDENKRAISMiércoles
11:00 horasPor
Zoom

Informes en el Comité de Actividades al teléfono 55 2629 7400, extensiones 510 y 507.



Vive el Dépor

INSCRIPCIONES
A CURSOS
AGOSTO - DICIEMBRE 2023

INICIAMOS
INSCRIPCIONES EL 1 DE AGOSTO
CLASES EL 21 DE AGOSTO

Informes e inscripciones al teléfono 55 2629 7400

CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA
Extensiones 501, 502, 504, 470 y 463.

PUNTO CDI MONTE SINAI
Extensiones 101, 103 y 104.

Inscripciones en línea:
www.cdi.org.mx y en la App CDI



@cdideporvida



PROGRAMAS INFANTILES

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO Y DOMINGO
4 MESES A 1 AÑO	BABY GYM	Mixto	16:30 a 17:30 horas		
1 .1 A 1.11 AÑOS	BABY GYM	Mixto	17:30 a 18:30 horas		
4 MESES A 1 AÑO	BABY GYM	Mixto		16:30 a 17:30 horas	
1 .1 A 1.11 AÑOS	BABY GYM	Mixto		17:30 a 18:30 horas	
2.0 A 2.11 AÑOS	AVENTURA DEPORTIVA	Mixto	16:30 a 17:30 horas		
2.0 A 2.11 AÑOS	AVENTURA DEPORTIVA	Mixto	17:30 a 18:30 horas		
2.0 A 2.11 AÑOS	AVENTURA DEPORTIVA	Mixto		16:30 a 17:30 horas	
2.0 A 2.11 AÑOS	AVENTURA DEPORTIVA	Mixto		17:30 a 18:30 horas	
3 A 3.11 AÑOS	PLAY BALL	Mixto	16:30 a 17:30 horas		
3 A 3.11 AÑOS	PLAY BALL	Mixto	17:30 a 18:30 horas		
3 A 3.11 AÑOS	PLAY BALL	Mixto		16:30 a 17:30 horas	
3 A 3.11 AÑOS	PLAY BALL	Mixto		17:30 a 18:30 horas	
4 A 5 AÑOS 11 MESES	MINI CAMPEONES	Mixto	16:30 a 17:30 horas		
4 A 5 AÑOS 11 MESES	MINI CAMPEONES	Mixto	17:30 a 18:30 horas		
4 A 5 AÑOS 11 MESES	MINI CAMPEONES	Mixto		16:30 a 17:30 horas	
4 A 5 AÑOS 11 MESES	MINI CAMPEONES	Mixto		17:30 a 18:30 horas	

BÁSQUETBOL

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO
6 A 8 AÑOS	ENSEÑANZA	Varonil		16:40 a 17:40 horas	
9 A 13 AÑOS	ENSEÑANZA	Varonil		16:40 a 17:40 horas	
(8/9 AÑOS)	EQUIPO REPRESENTATIVO 2014-2015 INFANTIL (A)	Varonil		16:40 a 18:10 horas	9:30 a 11:00 horas
(10/11 AÑOS)	EQUIPO REPRESENTATIVO 2012-2013 INFANTIL (B)	Varonil	16:40 a 18:10 horas		9:30 a 11:00 horas
(12/13 AÑOS)	EQUIPO REPRESENTATIVO 2010-2011 INFANTIL (C)	Varonil	16:40 a 18:10 horas		9:30 a 11:00 horas
(14/15 AÑOS)	EQUIPO REPRESENTATIVO 2008-2009 JUVENIL (A)	Varonil	SÓLO LUNES 18:00 a 19:30 horas	18:00 a 19:30 horas	9:30 a 11:00 horas
(16/17 AÑOS)	EQUIPO REPRESENTATIVO 2006/2007 JUVENIL (B)	Varonil	18:00 a 19:30 horas	19:30 a 21:00 horas	9:30 a 11:00 horas
	EQUIPO DE ABIERTA	Varonil	19:30 a 21:00 horas		8:00 a 9:30 horas

BÉISBOL

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	GRUPO 1 LUNES Y MIÉRCOLES	GRUPO 2 MARTES Y JUEVES	SÁBADO Y DOMINGO
7 A 8 AÑOS	EQUIPO BLANCO	Varonil	16:40 a 18:20 horas	16:40 a 18:20 horas	JUEGO SEGÚN CORRESPONDA
9 A 10 AÑOS	EQUIPO AZUL	Varonil	16:40 a 18:20 horas	16:40 a 18:20 horas	JUEGO SEGÚN CORRESPONDA
11 A 12 AÑOS	EQUIPO BRONCE	Varonil	18:20 a 20:00 horas	18:20 a 20:00 horas	JUEGO SEGÚN CORRESPONDA
13 A 14 AÑOS	EQUIPO PLATA	Varonil	18:20 a 20:00 horas	18:20 a 20:00 horas	JUEGO SEGÚN CORRESPONDA
15 A 17 AÑOS	EQUIPO ORO	Varonil	18:20 a 20:00 horas	18:20 a 20:00 horas	JUEGO SEGÚN CORRESPONDA

BOXEO

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO Y DOMINGO
7 Y 10 AÑOS	Enseñanza	Mixto	16:40 a 17:40 horas		
11 Y 14 AÑOS	Enseñanza	Mixto	17:40 a 18:40 horas		
7 Y 10 AÑOS	Enseñanza	Mixto		16:40 a 17:40 horas	
ADULTOS	Enseñanza	Mixto		17:40 a 18:40 horas	



FITNESS KIDS				
EDAD	CATEGORÍA	RAMA	HORARIO	
			LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
9 A 13 AÑOS	FITNESS KIDS	Mixto	16:40 a 17:40 horas	16:40 a 17:40 horas
9 A 13 AÑOS	FITNESS KIDS	Mixto	17:40 a 18:40 horas	17:40 a 18:40 horas

FUTBOL					
EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO Y DOMINGO
4 AÑOS	FUNDAMENTOS	Varonil	16:40 a 17:40 horas	16:40 a 17:40 horas	
4 AÑOS	FUNDAMENTOS	Varonil	17:40 a 18:40 horas	17:40 a 18:40 horas	
5 AÑOS	FUNDAMENTOS- 2018	Varonil	16:40 a 17:40 horas	16:40 a 17:40 horas	
5 AÑOS	FUNDAMENTOS- 2018	Varonil	17:40 a 18:40 horas	17:40 a 18:40 horas	
6 AÑOS	FUNDAMENTOS- 2017	Varonil	16:40 a 17:40 horas	16:40 a 17:40 horas	
6 AÑOS	FUNDAMENTOS- 2017	Varonil	17:40 a 18:40 horas	17:40 a 18:40 horas	
7 AÑOS	2016 AZUL	Varonil		16:40 a 18:10 horas	
7 AÑOS	2016 BLANCA	Varonil		16:40 a 18:10 horas	
7 AÑOS	2016 GRIS	Varonil		16:40 a 18:10 horas	
7 AÑOS	2016 ROJA DOMINICAL	Varonil		16:40 a 18:10 horas	
8 AÑOS	2015 AZUL	Varonil	16:40 a 18:10 horas		
8 AÑOS	2015 BLANCA	Varonil	16:40 a 18:10 horas		
8 AÑOS	2015 ROJA	Varonil	16:40 a 18:10 horas		
9 AÑOS	2014 AZUL	Varonil		16:40 a 18:10 horas	
9 AÑOS	2014 BLANCA	Varonil		16:40 a 18:10 horas	
9 AÑOS	2014 ROJA DOMINICAL	Varonil		16:40 a 18:10 horas	
10 AÑOS	2013 AZUL	Varonil	16:40 a 18:10 horas		
10 AÑOS	2013 BLANCA	Varonil	16:40 a 18:10 horas		
10 AÑOS	2013 GRIS	Varonil	16:40 a 18:10 horas		
10 AÑOS	2013 ROJA DOMINICAL	Varonil	16:40 a 18:10 horas		
11 AÑOS	2012 GRIS	Varonil		16:40 a 18:10 horas	
11 AÑOS	2012 ROJA DOMINICAL	Varonil		16:40 a 18:10 horas	
11 AÑOS	2012 BLANCA	Varonil		16:40 a 18:10 horas	
11 AÑOS	2012 AZUL	Varonil		16:40 a 18:10 horas	
12 AÑOS	2011 AZUL	Varonil	16:40 a 18:10 horas		
12 AÑOS	2011 BLANCA	Varonil	16:40 a 18:10 horas		
12 AÑOS	2011 ROJA	Varonil	16:40 a 18:10 horas		
13 AÑOS	2010 AMARILLA	Varonil		18:10 a 19:40 horas	
13 AÑOS	2010 AZUL	Varonil		18:10 a 19:40 horas	
13 AÑOS	2010 BLANCA	Varonil		18:10 a 19:40 horas	
13 AÑOS	2010 MORADA	Varonil		18:10 a 19:40 horas	
13 AÑOS	2010 ROJA	Varonil		18:10 a 19:40 horas	
14 AÑOS	GENERACIÓN 2009	Varonil	18:10 a 19:40 horas		
	GENERACIÓN 2007-2008 (SUB 16)	Varonil		18:10 a 19:40 horas	
	GENERACIÓN 2005-2006 (SUB 18)	Varonil		18:10 a 19:40 horas	
18+	OPEN ABIERTA	Varonil		20:00 a 22:00 horas	
18+	OPEN ABIERTA SUB 23	Varonil	20:00 a 22:00 horas		
35+	VARONIL +35	Varonil	20:00 a 22:00 horas		
45+	VARONIL+45	Varonil	20:00 a 22:00 horas		
7 A 11 AÑOS	FEMENIL 2011-2012-2013-2014-2015-2016	Femenil	16:40 a 18:10 horas		
7 A 11 AÑOS	FEMENIL 2011-2012-2013-2014-2015-2016	Femenil		16:40 a 18:10 horas	
13 AÑOS	2009-2010 FEMENIL	Femenil	16:40 a 18:10 horas		
15 A 17 AÑOS	FEMENIL JUVENIL 2006-2007-2008	Femenil	18:10 a 19:40 horas		
18+	OPEN FEMENIL	Femenil		20:00 a 22:00 horas	



GUÍA DEL COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO

AGOSTO - DICIEMBRE 2023

FUTSAL

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	DOMINGO
6 AÑOS	ENSEÑANZA	Varonil	16:40 a 17:40 horas		
7, 8 AÑOS	ENSEÑANZA	Varonil	16:40 a 17:40 horas		
9,10,11 AÑOS	ENSEÑANZA	Varonil	17:40 a 18:40 horas		
7 A 8 AÑOS	CATEGORÍA 2016,2015	Varonil		16:40 a 18:10 horas	Partido
9 A 10 AÑOS	CATEGORÍA 2014,2013	Varonil		16:40 a 18:10 horas	Partido
11 A 12 AÑOS	CATEGORÍA 2012,2011	Varonil		16:40 a 18:10 horas	Partido
13 A 14 AÑOS	CATEGORÍA 2010, 2009	Varonil		18:10 a 19:40 horas	Partido
15 A 16 AÑOS	CATEGORÍA 2007,2008	Varonil		19:00 a 20:30 horas	Partido
17+	CATEGORÍA 2006-2005	Varonil		19:00 a 20:30 horas	Partido
	CATEGORÍA 2004 SUB 23	Varonil		20:30 a 22:00 horas	Partido
	CATEGORÍA LIBRE	Varonil	7:30 a 9:00 horas		
	CAT. +35	Varonil	20:30 a 22:00 horas		
	CAT. +45	Varonil		SÓLO MARTES 20:30 a 22:00 horas	

GIMNASIA RÍTMICA

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO
5 AÑOS	INICIACIÓN	Femenil	16:40 a 17:40 horas		
5 AÑOS	INICIACIÓN	Femenil	17:40 a 18:40 horas		
5 AÑOS	INICIACIÓN	Femenil		16:40 a 17:40 horas	
5 AÑOS	INICIACIÓN	Femenil		17:40 a 18:40 horas	
5 A 12 AÑOS	FESTIVAL	Femenil	16:40 a 18:15 horas		
	FESTIVAL	Femenil		16:40 a 18:15 horas	
8 A 10 AÑOS	CLASE VI	Femenil	16:40 a 19:00 horas	16:40 a 19:00 horas	
9+	CLASE V	Femenil	16:40 a 19:30 horas	16:40 a 19:30 horas	
9 A 11 AÑOS	CLASE IV	Femenil	16:40 a 20:00 horas	16:40 a 20:00 horas	10:00 a 13:00 horas
10 A 13 AÑOS	CLASE III	Femenil	16:40 a 20:30 horas	16:40 a 20:30 horas	10:00 a 13:00 horas
13+	CLASE II Y I	Femenil	16:40 a 21:00 horas	16:40 a 21:00 horas	9:00 a 13:00 horas

KARATE

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO
5 A 6 AÑOS	ENSEÑANZA / CINTA BLANCA A NARANJA	Mixto	16:40 a 17:40 horas		
5 A 6 AÑOS	ENSEÑANZA / CINTA BLANCA A NARANJA	Mixto		16:40 a 17:40 horas	
7 A 10 AÑOS	ENSEÑANZA / CINTA VERDE A CAFÉ	Mixto	16:40 a 17:40 horas		
7 A 10 AÑOS	ENSEÑANZA / CINTA VERDE A CAFÉ	Mixto		16:40 a 17:40 horas	
11 A 14 AÑOS	REPRESENTATIVO / PRE-EQUIPO / CINTA BLANCA A NARANJA	Mixto	16:40 a 17:40 horas		11:00 a 12:00 horas
11 A 14 AÑOS	REPRESENTATIVO / PRE-EQUIPO / CINTA BLANCA A NARANJA	Mixto		16:40 a 17:40 horas	11:00 a 12:00 horas
15+	REPRESENTATIVO / PRE-EQUIPO / CINTA VERDE A GUINDA	Mixto	17:40 a 18:40 horas		9:00 a 11:00 horas
15+	REPRESENTATIVO / PRE-EQUIPO / CINTA VERDE A GUINDA	Mixto		17:40 a 18:40 horas	9:00 a 11:00 horas
15+	REPRESENTATIVO / EQUIPO / CINTA CAFÉ Y NEGRA	Mixto	18:40 a 20:00 horas	18:40 a 20:00 horas	9:00 a 12:00 horas
18+	ADULTOS	Mixto		20:00 a 21:00 horas	12:00 a 13:00 horas



GIMNASIA ARTÍSTICA

EDADES	PROFESORES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO
4 AÑOS	Salma Ramírez	LEONCITAS	Femenil	16:40 a 17:40 horas		
4 AÑOS	Salma Ramírez	LEONCITAS	Femenil		16:40 a 17:40 horas	
9 A 12 AÑOS	Salma Ramírez	ENSEÑANZA	Femenil	17:40 a 18:40 horas		
9 A 12 AÑOS	Salma Ramírez	ENSEÑANZA	Femenil		17:40 a 18:40 horas	
9 A 12 AÑOS	Salma Ramírez	ENSEÑANZA	Femenil	18:40 a 19:40 horas		
9 A 12 AÑOS	Salma Ramírez	ENSEÑANZA	Femenil		18:40 a 19:40 horas	
5 A 6 AÑOS	Cazandra Rojas	ENSEÑANZA	Femenil	16:40 a 17:40 horas		
5 A 6 AÑOS	Cazandra Rojas	ENSEÑANZA	Femenil		16:40 a 17:40 horas	
7 A 8 AÑOS	Cazandra Rojas	ENSEÑANZA	Femenil	17:40 a 18:40 horas		
7 A 8 AÑOS	Cazandra Rojas	ENSEÑANZA	Femenil		17:40 a 18:40 horas	
8+	Cazandra Rojas	REPRESENTATIVO	Femenil	18:40 a 20:00 horas	18:40 a 20:00 horas	
5 A 6 AÑOS	Rocío Buendía	ENSEÑANZA	Femenil	16:40 a 17:40 horas		
5 A 6 AÑOS	Rocío Buendía	ENSEÑANZA	Femenil		16:40 a 17:40 horas	
10 A 12 AÑOS	Rocío Buendía	REPRESENTATIVO	Femenil	17:40 a 20:00 horas	17:40 a 20:00 horas	10:00 a 13:00 horas
5 A 6 AÑOS	Abraham Morales	ENSEÑANZA	Femenil	16:40 a 17:40 horas		
5 A 6 AÑOS	Abraham Morales	ENSEÑANZA	Femenil		16:40 a 17:40 horas	
8 A 13 AÑOS	Abraham Morales	ENSEÑANZA	Varonil	17:40 a 18:40 horas		
8 A 13 AÑOS	Abraham Morales	ENSEÑANZA	Varonil		17:40 a 18:40 horas	
10 A 14 AÑOS	Abraham Morales	ENSEÑANZA	Varonil	18:40 a 19:40 horas		
10 A 14 AÑOS	Abraham Morales	ENSEÑANZA	Varonil		18:40 a 19:40 horas	
7 A 8 AÑOS	Maira Hernández	ENSEÑANZA	Femenil	16:40 a 17:40 horas		
7 A 8 AÑOS	Maira Hernández	ENSEÑANZA	Femenil		16:40 a 17:40 horas	
6 A 9 AÑOS	Maira Hernández	REPRESENTATIVO	Femenil	17:40 a 20:00 horas	17:40 a 20:00 horas	10:00 a 13:00 horas
7 A 8 AÑOS	Arturo Valencia	ENSEÑANZA	Femenil	16:40 a 17:40 horas		
7 A 8 AÑOS	Arturo Valencia	ENSEÑANZA	Femenil		16:40 a 17:40 horas	
8 A 12 AÑOS	Arturo Valencia	REPRESENTATIVO	Femenil	17:40 a 20:00 horas	17:40 a 20:00 horas	10:00 a 13:00 horas
7 A 8 AÑOS	Noé Hidalgo	ENSEÑANZA	Femenil	16:40 a 17:40 horas		
7 A 8 AÑOS	Noé Hidalgo	ENSEÑANZA	Femenil		16:40 a 17:40 horas	
10 A 14 AÑOS	Noé Hidalgo	REPRESENTATIVO	Femenil	17:40 a 20:00 horas	17:40 a 20:00 horas	10:00 a 13:00 horas
5 Y 6 AÑOS	Edgar Carranza	ENSEÑANZA	Varonil	16:40 a 17:40 horas		
5 Y 6 AÑOS	Edgar Carranza	ENSEÑANZA	Varonil		16:40 a 17:40 horas	
7 A 17 AÑOS	Edgar Carranza	REPRESENTATIVO	Varonil	17:40 a 20:00 horas	17:40 a 20:00 horas	9:00 a 13:00 horas
7 A 13 AÑOS	Onorio Cruz	ENSEÑANZA	Varonil	16:40 a 17:40 horas		
7 A 13 AÑOS	Onorio Cruz	ENSEÑANZA	Varonil		16:40 a 17:40 horas	
8 A 15 AÑOS	Onorio Cruz	REPRESENTATIVO	Varonil	17:40 a 20:00 horas	17:40 a 20:00 horas	10:00 a 13:00 horas
10 Y 16 AÑOS	Carlos Estrada	REPRESENTATIVO	Femenil	17:00 a 20:30 horas	17:00 a 20:30 horas	9:00 a 13:00 horas
	Abraham Mendoza	REPRESENTATIVO ELITÉ	Femenil	17:00 a 20:30 horas	17:00 a 20:30 horas	9:00 a 13:00 horas

KRAV MAGA

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
8+	KRAV MAGA ENSEÑANZA 1	Mixto		16:40 a 17:40 horas
8+	KRAV MAGA ENSEÑANZA 2	Mixto		17:40 a 18:40 horas

Inscripciones en línea:
www.cdi.org.mx y en la App CDI

@cdideporvida



NATACIÓN

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO	DOMINGO
3 Y 4 AÑOS	FUNDAMENTOS I NIÑOS (MATRONATACIÓN)	Mixto	15:00 a 15:45 horas			
3 Y 4 AÑOS	FUNDAMENTOS I NIÑOS (MATRONATACIÓN)	Mixto	15:45 a 16:30 horas			
3 Y 4 AÑOS	FUNDAMENTOS I NIÑOS (MATRONATACIÓN)	Mixto		15:00 a 15:45 horas		
3 Y 4 AÑOS	FUNDAMENTOS I NIÑOS (MATRONATACIÓN)	Mixto		15:45 a 16:30 horas		
4 AÑOS	FUNDAMENTOS II NIÑOS	Mixto	16:40 a 17:40 horas			
4 AÑOS	FUNDAMENTOS II NIÑOS	Mixto	17:40 a 18:40 horas			
4 AÑOS	FUNDAMENTOS II NIÑOS	Mixto		16:40 a 17:40 horas		
4 AÑOS	FUNDAMENTOS II NIÑOS	Mixto		17:40 a 18:40 horas		
5 AÑOS Y MAYORES	ENSEÑANZA	Mixto	16:40 a 17:40 horas			
5 AÑOS Y MAYORES	ENSEÑANZA	Mixto	17:40 a 18:40 horas			
5 AÑOS Y MAYORES	ENSEÑANZA	Mixto	18:40 a 19:30 horas			
5 AÑOS Y MAYORES	ENSEÑANZA	Mixto		16.40 a 17.40 horas		
5 AÑOS Y MAYORES	ENSEÑANZA	Mixto		17:40 a 18:40 horas		
5 AÑOS Y MAYORES	ENSEÑANZA	Mixto		18:40 a 19:30 horas		
8 A 16 AÑOS	PREQUIPO	Mixto	16:40 a 18:00 horas			
8 A 16 AÑOS	PREQUIPO	Mixto	18:00 a 19:30 horas			
8 A 16 AÑOS	PREQUIPO	Mixto		16:40 a 18:00 horas		
8 A 16 AÑOS	PREQUIPO	Mixto		18:00 a 19:30 horas		
10 A 15 AÑOS	EQUIPO INFANTIL	Mixto	17:00 a 19:00 horas	17:00 a 19:00 horas	10:00 a 12:00 horas	
12 A 50 AÑOS	EQUIPO JUVENIL	Mixto	17:00 a 20:00 horas	17:00 a 20:00 horas	9:00 a 12:00 horas	9:00 a 12:00 horas

PÁDEL

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
6 A 8 AÑOS	INICIACIÓN	Mixto	16:40 a 17:40 horas	
10 A 12 AÑOS	INTERMEDIO	Mixto	17:40 a 18:40 horas	
8 A 10 AÑOS	INICIACIÓN	Mixto		16:40 a 17:40 horas
12+	INTERMEDIO ALTO	Mixto		17:40 a 18:40 horas

PATINETA SKATE

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
6+	SKATE	Mixto		16:40 a 17:40 horas
6+	SKATE	Mixto		17:40 a 18:40 horas





PICKLEBALL

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
7+	ENSEÑANZA	Mixto	17:40 a 18:40 horas	
7+	ENSEÑANZA	Mixto	18:40 a 19:40 horas	

SOFTBOL

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
18+	ABIERTA	Varonil		19:30 a 21:30 horas
18+	MASTER	Varonil		19:30 a 21:30 horas

SQUASH

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
7+	PRINCIPIANTES +7	Mixto	16:40 a 17:40 horas	
7+	INTERMEDIOS +7	Mixto	17:40 a 18:40 horas	
7+	AVANZADOS +7	Mixto	18:40 a 19:40 horas	

TENIS

EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO
5-7 AÑOS	BOLA ROJA	Mixto	16:40 a 17:40 horas		
5-7 AÑOS	BOLA ROJA	Mixto	17:40 a 18:40 horas		
5-7 AÑOS	BOLA ROJA	Mixto		16:40 a 17:40 horas	
5-7 AÑOS	BOLA ROJA	Mixto		17:40 a 18:40 horas	
7-9 AÑOS	BOLA NARANJA	Mixto	16:40 a 17:40 horas		
7-9 AÑOS	BOLA NARANJA	Mixto	17:40 a 18:40 horas		
7-9 AÑOS	BOLA NARANJA	Mixto	18:40 a 19:40 horas		
7-9 AÑOS	BOLA NARANJA	Mixto		16:40 a 17:40 horas	
7-9 AÑOS	BOLA NARANJA	Mixto		17:40 a 18:40 horas	
7-9 AÑOS	BOLA NARANJA	Mixto		18:40 a 19:40 horas	
9 AÑOS+	BOLA VERDE	Mixto	16:40 a 18:40 horas		
9 AÑOS+	BOLA VERDE	Mixto		16:40 a 18:40 horas	
SEGÚN NIVEL	TRANSICIÓN PRE EQUIPO POR NIVEL	Mixto	16:40 a 19:40 horas	16:40 a 19:40 horas	
12+	BLANCO	Mixto	16:40 a 18:40 horas		
12+	BLANCO	Mixto		16:40 a 18:40 horas	
SEGÚN NIVEL	EQUIPO COMPETENCIA	Mixto	16:40 a 19:40 horas	16:40 a 19:40 horas	9:00 a 11.00 horas
18+	ADULTOS	Mixto	18:40 a 19:40 horas		
18+	ADULTOS	Mixto		18:40 a 19:40 horas	

INSCRIPCIÓN A NIVEL PREVIO LISTADO
MOVIMIENTOS Y EVALUACIONES EN LA COORDINACIÓN DE TENIS



TAE KWON DO					
EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO
6 A 13 AÑOS	PRINCIPIANTES CINTAS (BLANCA, NARANJA Y AMARILLA)	Mixto	16:40 a 17:40 horas		9:00 a 10:00 horas
6 A 13 AÑOS	INTERMEDIOS CINTAS (VERDE, AZUL Y ROJA)	Mixto	17:40 a 18:40 horas		10:00 a 11:00 horas
8+	EQUIPO CINTAS (ROJA, ROJINEGRA Y NEGRA)	Mixto	18:40 a 20:00 horas		11:00 a 13:00 horas
6 A 13 AÑOS	PRINCIPIANTES CINTAS (BLANCA, NARANJA Y AMARILLA)	Mixto		16:40 a 17:40 horas	9:00 a 10:00 horas
6 A 13 AÑOS	INTERMEDIOS CINTAS (VERDE, AZUL Y ROJO)	Mixto		17:40 a 18:40 horas	10:00 a 11:00 horas
8+	EQUIPO CINTAS (ROJA, ROJINEGRA Y NEGRA)	Mixto		18:40 a 20:00 horas	11:00 a 13:00 horas

VOLEIBOL					
EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO
10 A 15 AÑOS	ENSEÑANZA	Femenil		17:00 a 19:00 horas	
12 A 15 AÑOS	SECUNDARIA	Femenil	17:00 a 19:00 horas		11:00 a 13:00 horas
15 A 18 AÑOS	JUVENIL	Femenil	19:00 a 21:00 horas	19:00 a 21:00 horas	9:00 a 11:00 horas
18+	ABIERTA	Femenil	19:00 a 21:00 horas		9:00 a 11:00 horas

VOLEIBOL DE PLAYA					
EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO
9 A 17 AÑOS	VOLEIBOL DE PLAYA JUVENIL	Mixto		17:40 a 19:00 horas	9:00 a 11:00 horas
18+	VOLEIBOL DE PLAYA ABIERTA	Mixto		19:00 a 21:00 horas	11:00 a 13:00 horas

WATERPOLO					
EDADES	CATEGORÍA	RAMA	LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES	SÁBADO
13 A 17 AÑOS	JUVENIL	Varonil	17:30 a 19:00 horas		
18+	ABIERTA	Varonil	19:00 a 21:00 horas		

LOS CURSOS DEL CICLO AGOSTO - DICIEMBRE 2023 ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS.

Informes e inscripciones al teléfono 55 2629 7400

CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA
Extensiones 501, 502, 504, 470 y 463.

PUNTO CDI MONTE SINAI
Extensiones 101, 103 y 104.

Inscripciones en línea:
www.cdi.org.mx y en la App CDI

@cdideporvida






KIDS CDI INCLUIDO EN TU MEMBRESÍA				
EDAD	CLASE		HORARIO	
			LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
2 a 3 años	DANCE LAB I		16:40 a 17:40 horas	16:40 a 17:40 horas
	PEQUEÑOS ARTISTAS I		17:40 a 18:40 horas	17:40 a 18:40 horas
4 a 5 años	DANCE LAB II		17:40 a 18:40 horas	17:40 a 18:40 horas
	PEQUEÑOS ARTISTAS II		16:40 a 17:40 horas	16:40 a 17:40 horas





COREO ACADEMY				
EDAD	CLASE		HORARIO	
			LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
MAMÁS CON BEBÉS (0 A 23 MESES)	DANCE CONNECT		16:40 a 17:40 horas	
1° A 3° PRIMARIA	URBAN DANCE 1		16:40 a 17:40 horas	17:40 a 18:40 horas
4° A 6° PRIMARIA	URBAN DANCE 2		17:40 a 18:40 horas	16:40 a 17:40 horas
	MARBOLET			17:40 a 18:40 horas
SECUNDARIA	BIDIUK			18:40 a 20:40 horas
PREPARATORIA	NEFESH TANZ			18:40 a 20:40 horas
ADOLESCENTES Y ADULTOS	DANCE LIFE			16:40 a 17:40 horas



CIRCUS ACADEMY			
EDAD	CLASE	HORARIO	
		LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
6 A 8 AÑOS	DANZA AÉREA PRINCIPIANTES	16:40 a 18:10 horas	16:40 a 18:10 horas
	ARTES CIRCENSES	16:40 a 18:10 horas	16:40 a 18:10 horas
9 A 11 AÑOS	DANZA AÉREA INTERMEDIOS	16:40 a 18:10 horas	16:40 a 18:10 horas
	ARTES CIRCENSES	16:40 a 18:10 horas	16:40 a 18:10 horas
12 AÑOS EN ADELANTE	DANZA AÉREA AVANZADOS		18:10 a 19:40 horas
	ARTES CIRCENSES	16:40 a 18:10 horas	16:40 a 18:10 horas



ACADEMIA DE ARTE				
EDAD	CLASE		HORARIO	
			LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
6 A 12 AÑOS	ALEBRIJES		16:40 a 17:40 horas 17:40 a 18:40 horas	16:40 a 17:40 horas
	AJEDREZ			17:40 a 17:40 horas
	DIBUJO Y PINTURA		17:40 a 18:40 horas	17:40 a 17:40 horas
	FASHION			16:40 a 17:40 horas



ACADEMIA DE INGLÉS			
EDAD	CLASE	HORARIO	
		LUNES Y MIÉRCOLES	MARTES Y JUEVES
6 A 8 AÑOS	INGLÉS	17:40 a 18:40 horas	17:40 a 18:40 horas
9 A 11 AÑOS	INGLÉS	16:40 a 17:40 horas	16:40 a 17:40 horas

GUÍA DEL COMITÉ DE ACTIVIDADES

AGOSTO - DICIEMBRE 2023



ACADEMIA DE MÚSICA					
EDAD	CLASE	HORARIO			
		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
NIÑOS	CLASES PRIVADAS O COMPARTIDAS: GUITARRA ELÉCTRICA, GUITARRA ACÚSTICA, BAJO, PIANO, BATERÍA, UKELELE, CANTO	15:40	15:40	15:40	15:40
ADOLESCENTES		16:40	16:40	16:40	16:40
		17:40	17:40	17:40	17:40
ADULTOS		18:40	18:40	18:40	18:40
	INSTRUMENTO: UNA VEZ A LA SEMANA ENSAMBLE: UNA VEZ A LA SEMANA	horas	horas	horas	horas
Si no tenemos lo que buscas, acércate a la Academia de Música					

BEYAJAD			
EDAD	CLASE	HORARIO	
		MARTES	JUEVES
ADULTOS 60 AÑOS EN ADELANTE	GIMNASIA TERAPÉUTICA	11:00 a 12:00 horas	11:00 a 12:00 horas
	GIMNASIA ESPECIAL	11:00 a 12:00 horas	11:00 a 12:00 horas
	BAILE Y FORTALECIMIENTO FÍSICO	11:00 a 12:00 horas	11:00 a 12:00 horas
	ACTUALIDADES E HISTORIA JUDÍA	13:00 a 14:00 horas	
	DIBUJO Y PINTURA	13:00 a 14:00 horas	13:00 a 14:00 horas
	FORTALECIMIENTO INTEGRAL	13:00 a 14:00 horas	13:00 a 14:00 horas
	GIMNASIA CEREBRAL		13:00 a 14:00 horas
	GOTITAS CULTURALES		13:00 a 14:00 horas

ACTIVIDADES INCLUIDAS EN TU MEMBRESÍA		
EDAD	CLASE	HORARIO
ADULTOS 18 AÑOS EN ADELANTE	CINE REFLEXIÓN	MARTES 16:30 a 19:30 horas
ADULTOS 18 AÑOS EN ADELANTE	GIMNASIA CEREBRAL	MIÉRCOLES 16:00 a 17:00 horas
FAMILIAR 2 AÑOS EN ADELANTE	ACTIVIDADES FAMILIARES (INFLABLES)	DOMINGO 11:30 a 13:45 horas
ADULTOS 18 AÑOS EN ADELANTE	CLUB DE ORO, ACTIVIDADES ARTÍSTICAS VARIADAS	DOMINGO 12:00 a 13:00 horas

CLASE DE ADULTOS			
EDAD	CLASE	HORARIO	
		MARTES	JUEVES
ADULTOS 18 AÑOS EN ADELANTE	RITMOS LATINOS	11:00 a 12:00 horas	11:00 a 12:00 horas
ADULTOS 18 AÑOS EN ADELANTE	MÉTODO FELDENKRAIS	MIÉRCOLES 11:00 a 12:00 horas (Zoom)	

MACABI		
EDAD	CLASE	HORARIO
		SÁBADO
3 A 5 AÑOS	MACATAN	11:00 a 13:00 horas



MACABI		
EDAD	CLASE	HORARIO
		SÁBADO
1° A 3° DE PRIMARIA	JONATHAN	11:00 a 17:00 horas
5° A 6° DE PRIMARIA	YEHUDA	11:00 a 17:00 horas
1° A 3° DE SECUNDARIA	SHIMÓN	11:00 a 17:00 horas
1° DE PREPARATORIA	SEMINARIO	11:00 a 17:00 horas



GUÍA DE PUNTO CDI
MONTE SINAI

COMITÉ DE ACTIVIDADES
AGOSTO - DICIEMBRE 2023

KIDS CDI
INCLUIDO EN TU MEMBRESÍA



EDAD	CLASE		HORARIO			
			LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES	
2 A 3 AÑOS	DANCE LAB I		16:30 a 17:30 horas		16:30 a 17:30 horas	
	PEQUEÑOS ARTISTAS I		17:30 a 18:30 horas		17:30 a 18:30 horas	
4 A 5 AÑOS	DANCE LAB II		17:30 a 18:30 horas		17:30 a 18:30 horas	
	PEQUEÑOS ARTISTAS II		16:30 a 17:30 horas		16:30 a 17:30 horas	

COREO ACADEMY



EDAD	CLASE		HORARIO			
			LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES	
MAMÁS EMBARAZADAS	FUTURE MOMS				10:00 a 11:00 horas	
MAMÁS CON BEBÉS (O A 23 MESES)	DANCE CONNECT				16:30 a 17:30 horas	
1° A 3° PRIMARIA	URBAN DANCE 1				16:30 a 17:30 horas	
	DANCESKILLS 1		17:30 a 18:30 horas			
4° A 6° PRIMARIA	DANCESKILLS 2		16:30 a 17:30 horas			
	NEKUDÁ	DANZICO	17:30 a 18:30 horas			
SECUNDARIA	KAHDABEKS	DANZICO	18:30 a 20:30 horas			
PREPARATORIA	JOSHEJ	DANZICO	20:00 a 22:00 horas			
	MASPIK	DANZICO	20:00 a 22:00 horas			
UNIVERSITARIOS	GUILUI		20:00 a 21:00 horas			
ADOLESCENTES Y ADULTOS	DANCE LIFE		17:00 a 18:00 horas			
PAREJAS	FUN DANCE				SOLO JUEVES, COMENZAMOS EN OCTUBRE	

ACADEMIA DE ARTE



EDAD	CLASE		HORARIO			
			LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES	
6 A 12 AÑOS	GRANDES ARTISTAS		17:30 a 18:30 horas		17:30 a 18:30 horas Comenzamos en octubre	

CIRCUS ACADEMY



EDAD	CLASE		HORARIO			
			LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES	
6 A 8 AÑOS	DANZA AÉREA PRINCIPIANTES		16:40 a 18:10 horas			
9 A 11 AÑOS	DANZA AÉREA INTERMEDIOS		18:10 a 19:40 horas			

Informes e inscripciones al teléfono 55 2629 7400

CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA
Extensiones 501, 502, 504, 470 y 463.

PUNTO CDI MONTE SINAI
Extensiones 101, 103 y 104.

Inscripciones en línea:
www.cdi.org.mx y en la App CDI



ACADEMIA DE MÚSICA					
EDAD	CLASE	HORARIO			
		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
NIÑOS	CLASES PRIVADAS O COMPARTIDAS: GUITARRA ELÉCTRICA, GUITARRA ACÚSTICA, BAJO, PIANO, BATERÍA, UKELELE, CANTO INSTRUMENTO: UNA VEZ A LA SEMANA ENSAMBLE: UNA VEZ A LA SEMANA	15:30, 16:30, 17:30 o 18:30 horas	15:30, 16:30, 17:30 o 18:30 horas	15:30, 16:30, 17:30 o 18:30 horas	15:30, 16:30, 17:30 o 18:30 horas
ADOLESCENTES					
ADULTOS					

ACADEMIA DE TEATRO				
EDAD	CLASE	HORARIO		
		LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES
7 A 12 AÑOS	COMEDIA MUSICAL			17:30 a 19:00 horas



PREDEPORTES PUNTO CDI MONTE SINAI					
INCLUIDO EN TU MEMBRESÍA					
EDAD	CLASE	HORARIO			
		LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES	
3 A 5 AÑOS	PREDEPORTES	16:30 a 17:30 horas			
	PREDEPORTES	17:30 a 18:30 horas			
	PREDEPORTES			16:30 a 17:30 horas	
	PREDEPORTES			17:30 a 18:30 horas	
3 A 5 AÑOS	PREDEPORTES	16:30 a 17:30 horas			
	PREDEPORTES	17:30 a 18:30 horas			
	PREDEPORTES			16:30 a 17:30 horas	
	PREDEPORTES			17:30 a 18:30 horas	





GUÍA DE PUNTO CDI
MONTE SINAI

COMITÉ DE FOMENTO DEPORTIVO
AGOSTO - DICIEMBRE 2023

DEPORTES DE CONTACTO						
EDAD	CLASE	HORARIO				
		LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES		SÁBADO
6 A 8 AÑOS	OKAYAMA KARATE DO	16:30 a 17:30 horas				
9 +		17:30 a 18:30 horas				
6 A 8 AÑOS				16:30 a 17:30 horas		
9 +				17:30 a 18:30 horas		
7 A 10 AÑOS	BÁSQUETBOL FUNDAMENTOS	15:30 a 16:30 horas				
10 A 15 AÑOS	BÁSQUETBOL EQUIPO	16:30 a 18:00 horas				
10 A 15 AÑOS						9:00 a 11:00 horas
12 A 14 AÑOS	VOLEIBOL			15:30 a 16:30 horas		
9 A 11 AÑOS				16:30 a 17:30 horas		
6 A 12 AÑOS	TOCHITO BANDERA			16:30 a 17:30 horas		
8 A 12 AÑOS (LISTA PREVIA)				17:30 a 19:00 horas		

DEPORTES ACUÁTICOS					
EDAD	CLASE	HORARIO			
		LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES	
6 A 9 AÑOS	NATACIÓN	16:30 a 17:30 horas			
10 A 12 AÑOS	NATACIÓN	17:30 a 18:30 horas			
10 +	NATACIÓN	18:30 a 19:30 horas			
6 A 9 AÑOS	NATACIÓN			16:30 a 17:30 horas	
10 A 12 AÑOS	NATACIÓN			17:30 a 18:30 horas	
8 A 13 AÑOS	INICIACIÓN AL WATERPOLO			18:30 a 19:30 horas	
10 +	EQUIPO DE WATERPOLO JUVENIL	17:30 a 19:00 horas			

FITNESS					
EDAD	CLASE	HORARIO			
		LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES	
9 A 13 AÑOS	FITNESS KIDS	18:00 a 19:00 horas			
9 A 13 AÑOS	FITNESS KIDS			18:00 a 19:00 horas	

LOS CURSOS DEL CICLO AGOSTO - DICIEMBRE 2023 ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS.



FUTBOL					
EDAD	CLASE	HORARIO			
		LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES	
4 AÑOS	FUTBOL FUNDAMENTOS	16:30 a 17:30 horas			
4 AÑOS	FUTBOL FUNDAMENTOS			16:30 a 17:30 horas	
5 AÑOS	FUTBOL FUNDAMENTOS	16:30 a 17:30 horas			
5 AÑOS	FUTBOL FUNDAMENTOS			16:30 a 17:30 horas	
6 AÑOS	FUTBOL FUNDAMENTOS	16:30 a 17:30 horas			
6 AÑOS	FUTBOL FUNDAMENTOS			16:30 a 17:30 horas	
7 AÑOS	FUTBOL EQUIPO REPRESENTATIVO 2016	16:30 a 18:00 horas			
8 AÑOS	FUTBOL EQUIPO REPRESENTATIVO 2015 AMARILLO Y VERDE			16:30 a 18:00 horas	
8 AÑOS	FUTBOL EQUIPO REPRESENTATIVO 2015 MORADO Y NARANJA			17:30 a 19:00 horas	
9 AÑOS	FUTBOL EQUIPO REPRESENTATIVO 2014	18:00 a 19:30 horas			
10 AÑOS	FUTBOL EQUIPO REPRESENTATIVO 2013			18:00 a 19:30 horas	
9 a 11 AÑOS	FUTBOL EQUIPO FEMENIL CAT 2014 - 2013 - 2012			16:30 a 18:00 horas	
11 AÑOS	FUTBOL EQUIPO REPRESENTATIVO 2012	18:00 a 19:30 horas			
12 AÑOS	FUTBOL EQUIPO REPRESENTATIVO 2011			18:00 a 19:30 horas	
12 a 13 AÑOS	FUTBOL EQUIPO FEMENIL CAT 2010 - 2011			16:30 a 18:00 horas	

GIMNASIA RÍTMICA					
EDADES	CLASE	LUNES Y MIÉRCOLES		MARTES Y JUEVES	
5 A 7 AÑOS	GIMNASIA FUNDAMENTOS			16:30 a 17:30 horas	
7 A 11 AÑOS	GIMNASIA FUNDAMENTOS			17:30 a 18:30 horas	
5 A 7 AÑOS	GIMNASIA FUNDAMENTOS	16:30 a 17:30 horas			
7 EN ADELANTE	FESTIVAL	17:30 a 19:00 horas			
LISTA PREVIA	GIMNASIA EQUIPO QUINTETA	16:30 a 19:00 horas		16:30 a 19:00 horas	
LISTA PREVIA	GIMNASIA 3RA - 4TA Y 5TA CLASE	16:30 a 19:30 horas		16:30 a 19:30 horas	

Informes e inscripciones al teléfono 55 2629 7400

CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA

Extensiones 501, 502, 504, 470 y 463.

PUNTO CDI MONTE SINAI

Extensiones 101, 103 y 104.

Inscripciones en línea:
www.cdi.org.mx y en la App CDI

CAMPAMENTO DE VERANO CDI

2023

KIT DE BIENVENIDA

Del 17 de julio al 11 de agosto
Para niños de 3 a 13 años de edad

Inscripciones semanales

CONTINUÁN LAS INSCRIPCIONES ABIERTAS

- Mejor precio
- Seguridad
- Horas súper divertidas
- Calidad deportiva
- Los mejores maestros
- Las mejores instalaciones

Todos los campamentos tienen cupo limitado.

OFERTA COLEGIO OLAMÍ ORT
PUNTO CDI

NITZANIM Olamí

3 a 5 años de edad

Este campamento está coordinado por las y los maestros de kínder de Olamí quienes con su especialidad en educación para niños en edad preescolar brindan una experiencia inolvidable a los niños y niñas, de la mano de los maestros de Fomento Deportivo del CDI, quienes tienen a su cargo la parte de activación física.

Esta experiencia está enfocada en desarrollar de manera divertida múltiples habilidades a través de diversas actividades deportivas, artísticas y recreativas, facilitando el aprendizaje en todos los y las peques de forma lúdica.



Lunes a viernes de
9:30 a 13:30 horas
Núcleos de máximo
10 niños

Los campamentos NO CUENTAN
con servicio de transporte ni servicio de alimentos.

CAMP CDI Punto CDI

6 a 13 años de edad

Este campamento estará coordinado por Roshim de Macabi, quienes junto con los madrijim y maestros de Fomento Deportivo impartirán actividades recreativas con un enfoque de educación no formal.

Este camp incluye clases de Natación y talleres de arte dos veces a la semana.



Lunes a viernes de
9:30 a 13:30 horas
Núcleos de máximo
10 niños

Los campamentos NO CUENTAN
con servicio de transporte ni servicio de alimentos.

FUTBOL Olamí

6 a 13 años de edad

Los campamentos de Futbol, son ideales para niños que quieran aprender y dominar este deporte, centrando la actividad en práctica en posiciones específicas, sesiones de estrategia, juegos de práctica competitivos y enseñanza de las complejidades del juego de la mano de los grandes maestros de Futbol del CDI.



Lunes a viernes de
9:30 a 13:30 horas
Núcleos de máximo
12 niños

Los campamentos NO CUENTAN
con servicio de transporte ni servicio de alimentos.



OFERTA CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA

NITZANIM

3 a 5 años de edad

Este campamento está coordinado por las y los maestros de kinder de Olamí quienes con su especialidad en educación para niños en edad preescolar brindan una experiencia inolvidable a los niños y niñas, de la mano de los maestros de Fomento Deportivo del CDI, quienes tienen a su cargo la parte de activación física.

Esta experiencia está enfocada en desarrollar de manera divertida múltiples habilidades a través de diversas actividades deportivas, artísticas y recreativas, facilitando el aprendizaje en todos los y las peques de forma lúdica.

Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas
Núcleos de máximo 15 niños



Los campamentos NO CUENTAN con servicio de transporte ni servicio de alimentos.

CAMP CDI

6 a 13 años de edad

Este campamento estará coordinado por Roshim de Macabi, quienes junto con los madrijim y maestros de Fomento Deportivo impartirán actividades recreativas con un enfoque de educación no formal.

Este campamento incluye talleres recreativos dos veces por semana.

Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas
Núcleos de máximo 15 niños



Los campamentos NO CUENTAN con servicio de transporte ni servicio de alimentos.

Equipo y clínicas deportivas

6 a 13 años de edad

Este campamento es para los Socios que ya son parte de algún equipo Representativo* y es una continuación de sus entrenamientos.

*Preselección y JCC no entran en las clínicas deportivas; deben coordinarse con su entrenador.

Deportes

- Béisbol
- Futsal
- Fútbol
- Gimnasia Rítmica
- Gimnasia Artística
- Karate
- Natación
- Tochito (en Olamí ORI)
- Taekwondo
- Tenis
- Voleibol



Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas

*Para los deportes individuales se requiere un mínimo de 3 inscritos para abrir la clínica.
*Para los deportes en equipo se requiere un mínimo de 5 inscritos para abrir la clínica.

Los campamentos NO CUENTAN con servicio de transporte ni servicio de alimentos.



6 a 13 años de edad

Campamento que se desarrollará de una manera multidisciplinar, en donde todos nuestros niños y niñas, se divertirán practicando diferentes disciplinas circenses (trapezio, aros aéreos, malabares y acrobacia en telas), realizando actividades educativas y artísticas, con todas las medidas de seguridad necesarias, guiadas siempre con monitores especializados y con gran experiencia.

Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas
Núcleos de máximo 8 niños

Los campamentos NO CUENTAN con servicio de transporte ni servicio de alimentos.

CAPITANES CDMX
CLÍNICA ESPECIAL DE
BÁSQUETBOL

ACADEMIA BASQUETBOL
CAPITANES

6 a 13 años de edad

En esta clínica los chicos conocerán y practicarán los fundamentos del Básquetbol con la metodología de enseñanza de Capitanes, los trabajos son dirigidos por entrenadores de sus clínicas en la Ciudad México.

KIT DE BIENVENIDA 2023
UNIFORME DE ENTRENAMIENTO
GUARDIA DEPORTIVA
MODUL

Lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas
Núcleos de máximo 10 niños

Los campamentos NO CUENTAN con servicio de transporte ni servicio de alimentos.

PRECIOS CLÍNICA CAPITANES

Pago SOCIOS
\$1,700*

Pago NO SOCIOS
\$2,040*

PRECIOS CAMPAMENTOS DE VERANO

Pago SOCIOS
\$1,580*

NO SOCIOS
\$1,900*

Inscripciones en: www.cdi.org.mx; en la App CDI; en el módulo ubicado en la entrada de Socios del CDI; en Punto CDI Monte Sinai.
Informes al teléfono 55 2629 7400.

CENTRO DEPORTIVO ISRAELITA. Extensiones 501, 502, 504, 470 y 463
PUNTO CDI MONTE SINAI. Extensiones 101, 103 y 104

Si no eres Socio del CDI, acude con tu credencial comunitaria a los módulos de inscripciones.

*Costo por semana



EL CDI BRILLA EN LOS CAMPAMENTOS Y CLÍNICAS DE VERANO

// ALBERTO CALIXTO

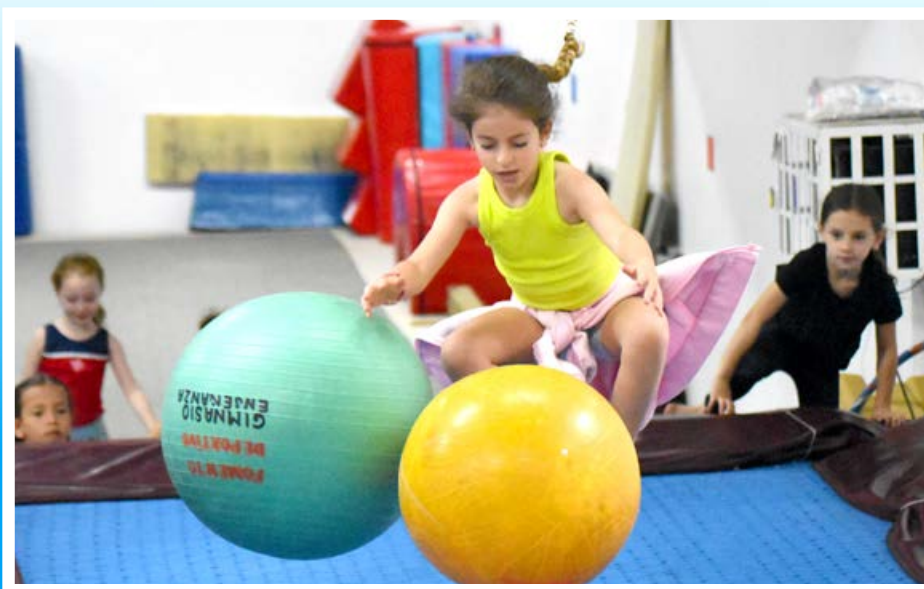
Esta semana, las actividades en campamentos y clínicas volvieron a ser un rotundo éxito. La alegría y los comentarios entusiastas de los chicos asistentes son prueba de que el aprendizaje y la diversión siguen siendo los protagonistas en cada una de las actividades que ofrece el CDI.

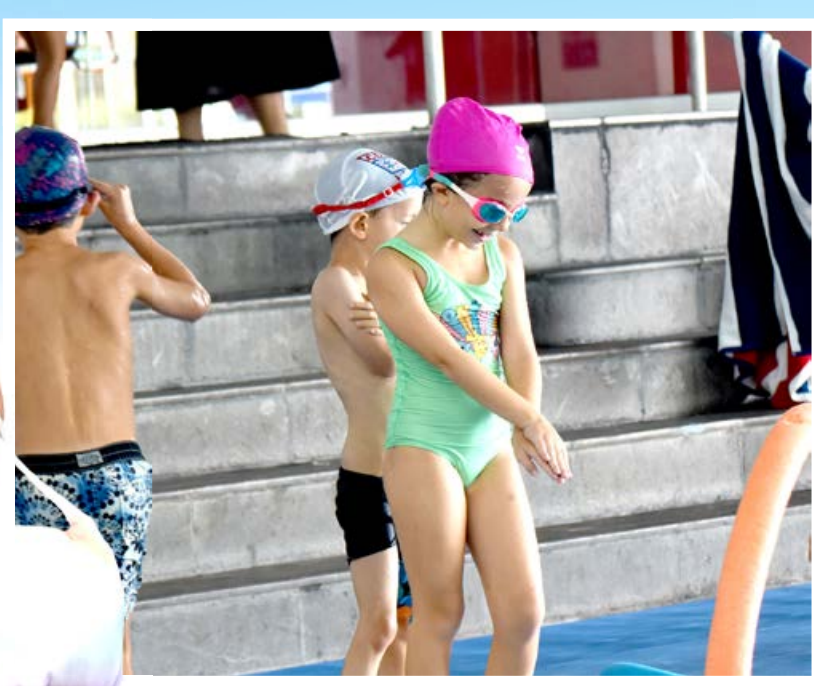
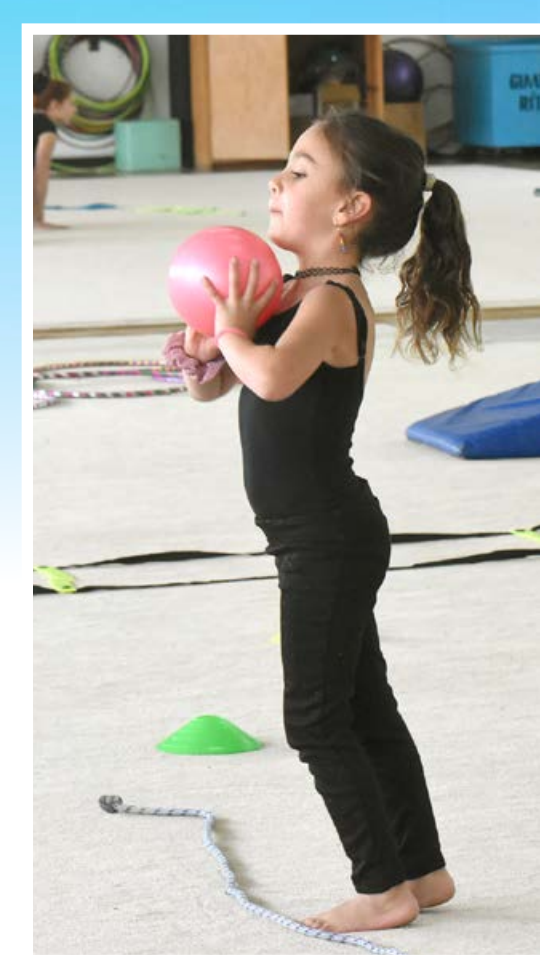
Durante el horario matutino, de 9:30 a 13:30 horas, los más pequeños son siempre bien supervisados por las responsables del campamento, apoyadas por los profesores de Fomento Deportivo, quienes se aseguran de que cada jornada comience con excelentes actividades.

Lo mismo ocurre con los chicos del Camp CDI, quienes disfrutan de un agradable momento matutino participando en las propuestas físicas ofrecidas por el profesorado a cargo.

Los chicos regresan a casa cada día con una gran sonrisa y con la intención de seguir practicando su deporte favorito. Dedican la mayor parte de su tiempo a perfeccionar las técnicas que los convertirán en mejores deportistas.

¡Los esperamos para la tercera semana de clínicas y campamentos, aquí, en la Casa de Todos! ■







TISHÁ BEAV TE INVITA A IMAGINAR CÓMO TODO PODRÍA SALIR MAL

// RABINO SHLOMO ZUCKIER*

Tishá BeAv te invita a imaginar cómo todo podría salir mal. El pasado jueves 27 de julio fue Tishá Beav, el día en que los judíos tradicionalmente conmemoramos la destrucción de los dos antiguos Templos con ayuno y otras formas de autonegación. El objetivo de estos rituales es inducir un estado mental de luto en un intento por apreciar lo que se perdió con la destrucción del Templo.

Seamos honestos: esto no es fácil. El sacrificio animal practicado en el Templo sería considerado hoy como, como mínimo, contracultural. Y la soberanía judía ha regresado a Jerusalem, deshaciendo el milenio de exilio iniciado por los ejércitos babilónico y romano que destruyeron Jerusalem.

Si queremos lograr empatía, sentir lo que los antiguos judíos pudieron haber sentido con la destrucción del Templo, tenemos que utilizar textos históricos para canalizar sus experiencias. Este es el objetivo de las liturgias tradicionales leídas en Tishá Beav, particularmente Eijá, el Libro de las Lamentaciones, que describe los horrores de la destrucción en detalle vívido. En el período talmúdico, surgió la práctica de recitar lamentos adicionales conocidos como Kinot, que representan poéticamente la destrucción del Templo y una variedad de otras catástrofes históricas judías. Pero estos son sólo los ejemplos más conocidos de este género. Dos pasajes menos conocidos, pero profundamente conmovedores ofrecen otras perspectivas de la mentalidad judía en las décadas posteriores a la destrucción del Segundo Templo en el año 70 d.C. A diferencia de Eijá y Kinot, estos relatos tienen un tono apocalíptico, enfatizando que la vida en sí ya no vale la pena después de la destrucción, lo que los hace particularmente impactantes.

Considera este pasaje de Segundo Baruc, probablemente compuesto alrededor del año 100 d.N.E en Judea, en el que un personaje conocido como Baruc sube al Monte del Templo y lamenta.

“Ustedes, agricultores, no siembren de nuevo. Y tú, tierra, ¿por qué das los frutos de tu producción? Guarda la dulzura de tu sustento dentro de ti. Y tú, vid, ¿por qué sigues dando tu vino? Ya no se hará una ofrenda de él en Sión, ni se ofrecerán nuevamente las primicias. Y tú, cielo, guarda tu rocío, y no abras los reservorios de lluvia. Y tú, sol, guarda la luz de tus rayos, y tú, luna, apaga la abundancia de tu luz, porque ¿por qué debería surgir la luz nuevamente cuando la luz de Sión está oscurecida? Y tú, novios, no entren, y no dejen que las vírgenes se adornen con coronas. Y tú, mujeres, no recen para concebir, porque los estériles se regocijarán más. Los que no tienen hijos se alegrarán, mientras que los que tienen hijos estarán afligidos.”

De manera similar, Tosefta Sotah, una obra de literatura rabínica clásica redactada alrededor del año 200 d.N.E. pero que refleja tradiciones anteriores, ofrece estas enseñanzas:



“Rabí Ishmael dijo: Desde el día en que el Templo fue destruido, hubiera sido apropiado no comer carne ni beber vino, excepto que el tribunal no puede decretar sobre asuntos públicos que no pueden soportar.

Él diría: Dado que están desarraigando la Torá de entre nosotros, deberíamos decretar sobre el mundo que quede desolado, que nadie se case con una mujer, ni tenga hijos o celebre

festividades de “la semana del hijo”, hasta que la descendencia de Abraham desaparezca por sí sola”.

Ambas fuentes reflejan un profundo sentido de desesperanza, una incapacidad para imaginar un mundo sin un Templo. Ambos textos hacen un llamado a la naturaleza para detener su curso y a las personas para que dejen de casarse, procrear y celebrar la vida. La vida es tan dolorosa, tan incomprensible sin el Templo, que el único enfoque razonable es que el mundo termine literalmente, dejar de producir alimentos o procrear “hasta que la descendencia de Abraham desaparezca por sí sola”. Si el mundo no desaparecerá, al menos lo hará el pueblo judío.

Algunos de nosotros podemos relacionarnos con una angustia tan extrema que nos roba la voluntad de vivir, donde incluso el funcionamiento normal de la naturaleza se siente como una afrenta. Pero para muchos de nosotros, adoptar este tipo de mentalidad es un desafío. Lo mejor que podemos hacer es intentar apreciar por qué la pérdida del Templo fue una pérdida catastrófica.

El Templo era tanto el centro religioso como político de la vida judía y, por lo tanto, el símbolo preeminente del judaísmo mismo. Su pérdida representó una reversión absoluta de la vida judía, que estaba organizada en torno al Templo de diversas maneras. No sólo los sacerdotes ofrecían sacrificios en nombre de Israel, sino que el sacerdocio también asumía roles políticos importantes, y el sumo sacerdote era el gobernante de facto de los judíos. Las peregrinaciones al Templo durante las principales festividades reunían a judíos de todo el Imperio Romano. Y la existencia misma del Templo brindaba la sensación de que los ritos bíblicos se estaban cumpliendo, que las cosas estaban como deberían estar.

Imagina si alguien destruyera tu sinagoga, pero también erradicara la soberanía del gobierno bajo el cual vives, sin una alternativa evidente para ninguno de los dos. Considera las implicaciones no sólo para tu teología y tu visión del mundo, sino para tu moral. Así es como los judíos de Judea deben haberse sentido después del Templo, como vemos con demasiada claridad en las descripciones anteriores.

Ya sea a través de los relatos de Baruch, las enseñanzas del Rabino Ishmael o la imaginación que podamos reunir a partir de la comprensión de lo que significaba el Templo para los judíos antiguos, en Tishá Beav, intentemos experimentar por nosotros mismos la magnitud de una pérdida tan abrumadora.■

*Fuente: Jewish Telegraphic Agency

MAYAAN HAJAIM

El apoyo de la familia es necesario para lograr finanzas sanas

De acuerdo con los tiempos actuales, las finanzas saludables deben ser un tema importante para retomar, ya que van de la mano con nuestra salud emocional. Si nos falta el dinero, nuestra tranquilidad se ve afectada. Es por eso que hoy en día, la tarea de administrar el dinero no debe depender únicamente del padre o la madre, sino que se debe incluir a toda la familia, generando así una responsabilidad compartida.

Hablar de estos temas con cada miembro de la familia requerirá abrir conversaciones siendo honestos y justos, usando el tono adecuado y centrándose en los hechos, buscando soluciones en temas como gastos, ingresos, presupuestos y ahorros. Para evitar que los problemas entren por la puerta, el trabajo en equipo, la comunicación y una buena planificación son clave para lograr el equilibrio financiero en la familia.

Los principales gastos están relacionados con el día a día, es decir, alimentos, transporte y vivienda. Por ello, es importante exponer las expectativas y opiniones sobre el manejo del dinero de manera clara y objetiva desde el principio.

A continuación, se mencionan algunos aspectos que deben ser considerados en la familia:

Identificar gastos: Hacer una lista de todos los gastos y seleccionar aquellos de mayor prioridad.

Identificar los ingresos: Es decir, de dónde proviene el dinero que se utilizará dentro de la familia.

Identificar gastos personales: Aparte de los gastos comunes dentro de la casa, se deben considerar los gastos individuales, como créditos para el celular o salidas.

Distribución de gastos: Este punto es importante porque involucra a cada miembro de la familia para que realice algu-



na aportación, ya sea en el pago o incluso en la reducción de algún gasto.

Crear objetivos: Tener claras las razones por las cuales se están tomando estas acciones, que pueden ir desde saldar deudas hasta contemplar algún fondo de ahorro.

La realidad es que no existe un método ideal para contribuir en los gastos, pero lo importante es darse cuenta de que hay opciones y pueden personalizarlas de acuerdo a su situación y necesidades en conjunto. Por ello, reiteramos la importancia de intentar tener una buena comunicación con la familia, ya que es posible hablar de finanzas sin conflictos, recriminaciones o reclamos.

Si al poner en práctica estas sugerencias encuentran dificultades para comunicarse, significa que hay un problema que necesita ser abordado en una terapia familiar. Por ello, pueden acercarse a Mayaan Hajaim (55 5292 5131), donde les brindaremos ayuda profesional. ■

60

MACABI

HATZAIR MÉXICO

Save the Date

9 de diciembre de 2023.

fiesta Macabi 60 años.




LA COMPAÑÍA DE TEATRO CDI

PRESENTA

DE: Jhon Cariani

DIRECCIÓN: Carlos Rangel

CASI UN PUEBLO

MIÉRCOLES

AGOSTO 30

8:30 PM

JUEVES

AGOSTO 31

8:30 PM

SÁBADO

SEPTIEMBRE 02

9:00 PM

LUNES

SEPTIEMBRE 04

8:30 PM

MARTES

SEPTIEMBRE 05

8:30 PM

ADQUIERE TUS BÓLETOS

CON SARY AL TEL. 552560 0030

O CON CECY AL TEL. 552737 2434




AUDITORIO CARLOS Y TERE METTA

DEL CENTRO CULTURAL MONTE SINAI (PUNTO CDI MONTE SINAI)

(AV. DE LA PALMA #200, VISTA HERMOSA)

CDIinforma

INTELIGENCIA ARTIFICIAL

DESARROLLAN SISTEMA PARA IDENTIFICAR VIOLACIONES DE NORMAS SOCIALES

Investigadores de la Universidad Ben-Gurión del Néguev (BGU, por sus siglas en inglés) desarrollaron un sistema de inteligencia artificial que identifica las violaciones de las normas sociales. La iniciativa fue financiada por la Agencia de Proyectos de Investigación Avanzada de Defensa de los Estados Unidos (DARPA).

Si bien existen muchas normas sociales en todo el mundo, su violación se reduce a solo unas pocas categorías generales. El profesor Yair Neuman y su ingeniero Yochai Cohen construyeron el sistema GPT-3, de clasificación de texto y descubrimiento automático de reglas.

Los hallazgos fueron publicados recientemente en la prestigiosa revista *Scientific Reports* bajo el título “IA para identificar la violación de las normas sociales”.

Neuman y su ingeniero entrenaron el sistema para identificar diez emociones sociales: competencia, cortesía, confianza, disciplina, cariño, amabilidad, éxito, conformidad, decencia y lealtad. El sistema se probó en dos conjuntos de datos masivos de textos breves y demostró empíricamente la validez de los modelos.

“Este es un trabajo preliminar, pero proporciona una fuerte evidencia de que nuestro enfoque es correcto y se puede ampliar para incluir más normas sociales”, destacó Neuman,



quien dirige el Laboratorio Functor de las ciencias cognitivas y del cerebro.

DARPA trabaja dentro de un ecosistema de innovación que incluye socios académicos, corporativos y gubernamentales, con un enfoque constante en los servicios militares. ■

Fuente: Agencia AJN

ESTUDIOS AMBIENTALES

Alertan por los efectos sin precedentes del cambio climático

El antiguo director de la Facultad de Estudios Ambientales de la TAU en Israel afirma que algo extraño y aterrador estuvo pasando los últimos meses. Colin Price fue director de la Facultad Porter de Estudios Ambientales de la Universidad de Tel Aviv. En los últimos días, fue consultado por las olas de calor en Grecia, Italia y España. Price afirmó que por ahora Israel tuvo suerte, pero que “estos eventos serán más frecuentes y más intensos en el futuro”.

El profesor explicó que Israel aún no sufrió temperaturas desgastantes en estos meses sólo porque la ola de calor estuvo un poco al norte. Sin embargo, alertó que la situación era alarmante: “algo extraño estuvo



sucediendo en los últimos meses”.

Uno de los puntos más preocupantes de las últimas semanas son las temperaturas oceánicas, que afectan a su vez a las temperaturas del aire, y ya se registraron en valores récord. El calentamiento del Océano Atlántico Norte es excepcional, y por ejemplo generó temor por la vida

marina sobre todo en las costas de Irlanda y el Reino Unido.

Por ahora, las temperaturas en Israel esta temporada todavía no fueron irregulares. El Servicio Meteorológico de Israel afirmó que las condiciones son húmedas y calurosas. Pero por ahora, la temperatura no alcanzó niveles preocupantes a causa del cambio climático. ■

Fuente: Aurora



TE LO EXPLICAMOS EN PASOS... NO EN PALABRAS

FUTURE MOMS

Madres embarazadas

“Una clase dirigida a mejorar la movilidad, fomentar la creatividad y conectar a la mujer con su propio cuerpo y su bebé”.

Martes y jueves
10:00 – 11:00 horas
PUNTO CDIMS

DANCE CONNECT

Mamás con hijos de 0 - 2 años

“Una clase dirigida a combinar el entrenamiento físico de la mamá y la estimulación del bebé a través de la música y el movimiento”.

Lunes y miércoles
16:40 – 17:40 horas
CDI

Martes y jueves
16:30 – 17:30 horas
PUNTO CDIMS

DANCE LAB I y II

Niños de 3 a 5 años

“Una clase dirigida a ejecutar movimientos generales, cambiar la posición del cuerpo y mantener el equilibrio, así como la capacidad para realizar movimientos mucho más concretos, como actividades que requieren la coordinación ojo-mano y la coordinación de los músculos cortos”.

Lunes y miércoles
Dance lab I
16:40 a 17:40 horas
Dance lab II
17:40 a 18:40 horas
CDI

Martes y jueves
Dance lab I
16:40 a 17:40 horas
Dance lab II
17:40 a 18:40 horas
CDI

Lunes y miércoles
Dance lab I
16:30 a 17:30 horas
Dance lab II
17:30 a 18:30 horas
PUNTO CDIMS

Martes y jueves
Dance lab I
16:30 a 17:30 horas
Dance lab II
17:30 a 18:30 horas
OLAMI PLUS

DANSKILLS 1

Niños de primero a tercero de Primaria

“Una clase dirigida a entender las funciones corporales dirigidas a la danza a través de las bases del Jazz y Ballet”.

Lunes y miércoles
17:30 – 18:30 horas
PUNTO CDIMS

URBAN DANCE 1

Niños de primero a tercero de Primaria

“Una clase dirigida a entender las funciones corporales dirigidas a la danza a través de las bases del Hip-hop y Break dance”.

Lunes y miércoles
16:40 – 17:40 horas
CDI

Martes y jueves
17:40 – 18:40 horas
CDI

Martes y jueves
16:30 – 17:30 horas
OLAMI PLUS

INFORMES EN EL COMITÉ DE ACTIVIDADES AL TELÉFONO 55 2629 7400 EXTENSIÓN 506



@coreoacademycdi



@cdideporvida

DANSKILLS 2

Niños de cuarto a sexto de Primaria

"Una clase dirigida a entender danzas más complejas a través del reconocimiento del cuerpo y como controlarlo mediante estilos tales como el Jazz y Ballet".

Lunes y miércoles 16:30 – 17:30 horas
PUNTO CDIMS

URBAN DANCE 2

Niños de cuarto a sexto de Primaria

"Una clase dirigida a entender danzas más complejas a través del reconocimiento del cuerpo y como controlarlo mediante estilos como Hip-hop y Break dance".

Lunes y miércoles 17:40 – 18:40 horas
CDI

Martes y jueves 16:40 – 17:40 horas
CDI

MARBOLET Y NEKUDA

Niños de cuarto a sexto de Primaria

"Una clase dirigida a entender danzas más complejas a través del reconocimiento del cuerpo y como controlarlo mediante Danza folclórica judía".

Lunes y miércoles 17:30 – 18:30 horas
PUNTO CDIMS

Martes y jueves 17:40 – 18:40 horas
CDI

BIDIUK KAHDABEK'S

Adolescentes de Secundaria

"Una clase dirigida a la formación de bailarines mediante funciones nacionales, internacionales, giras, a través de la danza judía folclórica y contemporánea combinada con clases de técnica".

Lunes y miércoles 18:30 – 20:30 horas
PUNTO CDIMS

Martes y jueves 18:40 – 20:40 horas
CDI

JOSHEI MASPIK NEFESH GUILUI

Adolescentes de Preparatoria y Universitarios

"Una clase dirigida a la consolidación de bailarines mediante funciones nacionales, internacionales, giras, a través de la danza judía folclórica y contemporánea combinada con clases de técnica".

Joshej, Maspiik
Lunes y miércoles 20:00 – 22:00 horas
PUNTO CDIMS

Guilui
Lunes y miércoles 20:00 – 21:00 horas
PUNTO CDIMS

Nefesh
Martes y jueves 18:40 – 20:40 horas
CDI

DANCE LIFE

Padres

"Una clase dirigida al trabajo físico, dancístico y recreacional para padres al momento de dejar a sus hijos en clases".

Lunes y miércoles 17:00 – 18:00 horas
PUNTO CDIMS

Martes y jueves 16:40 – 17:40 horas
CDI

PLUTZLUNG

Padres con hijos de 5 años o más

"Una clase dirigida a padres y madres con el objetivo de compartir el escenario con sus hijos".

Sábado 10:00 – 12:00 horas
CDI
Inicia en enero

FUN DANCE

Parejas

"Una clase dirigida a pasar un momento agradable entre parejas a través de la danza y de diferentes experiencias".

Jueves 20:00 – 22:00 horas
PUNTO CDIMS
Inicia en octubre

#ESPECIALYOSYHISTORIA

Este año Macabi Hatzair México cumple 60 años de trayectoria y para celebrar, presentaremos una página conmemorativa con fotografías del recuerdo desde la fundación hasta nuestros días. En el recorrido gráfico podremos apreciar imágenes de quienes impulsaron este proyecto en el CDI, los primeros pasos, sus Campamentos, las celebraciones de nuestras fiestas y conmemoraciones, y una revisión histórica con fotos de quienes amamos a Macabi a lo largo de seis décadas.

MACABI HATZAIR MÉXICO 1994-1995

El grupo de Reguesh de Macabi Hatzair México obtuvo el primer lugar en Danza Folklórica con la coreografía Gruzini de Alberto y Dafne Zirlinger, música Moshiko Halevi, con arreglos de Alberto Zirlinger y Carlos Oliver, y vestuario de Sara Salomón, en el XXI Festival Aviv Carlos Halpert Danza Judía 1994. En el mes de octubre del mismo año, el CDI recibió la visita del Sr. Ronald Bakalarz, Presidente de la Unión Mundial Macabi. Mismo año en que el joven Salomón Chertorivski, recibía el cargo de Rosh Macabi. En enero de 1995 se recibió la visita del Sr. Eric Rayman, Vicepresidente de Macabi Inglaterra; y en diciembre de 1995, la visita del Sr. Mauricio Furmansky (Tata), Director Educativo del Departamento Latinoamericano de Macabi Mundial, quien participó en el primer Congreso de Madrij Emshej, celebrado en CDI Tepetzotlán. ■

(Con información del CDI: periódico No. 1736 Y 1756 de 1994; 1747 y 1797 de 1995).



Meyer Margolis, Revelación Masculina, integrante del grupo Reguesh de Macabi Hatzair; entrega premio al Sr. Daniel Bergenfeld, Secretario del Consejo Directivo; en el XXI Festival Aviv Carlos Halpert Danza Judía 1994.



Carlos Lisker (portero), León Braun, Shlomo Frymerman y Daniel Wulfovich, entre el equipo Macabeo; en el encuentro de Fútbol, Ejecutivos vs. Macabi, preámbulo del Mundial '94.

Karla Rotchild y Tania Bergenfeld, Roshiot Macabiut; conociendo a los Macabeos, año 1994.



Clara Berner y Jacobo Nurko, de Macabi Hatzair México. Año, 1994.

Ivan Warman y Carlos Huber, de Macabi Hatzair México. Año, 1994.





Pedro Feldman, de Macabi Hatzair México. Año, 1994.



Grupo Regresh de Macabi Hatzair, en el XXII Pre-Festival Aviv Carlos Halpert Danza Judía 1995.



Zury Duek, León Braun y Carlos Lisker, entre integrantes del equipo Macabi, en el encuentro interno de Futbol Soccer, Macabi vs. Comité Ejecutivo. Año, 1995.



Jóvenes de Macabi en partido de Futbol, Comité Ejecutivo vs Macabi. Año, 1995.



Jóvenes de Macabi, entre ellos Daniel Speckman. Año, 1995.



Macabeos reunidos en el CDI, entre ellos Daniel Speckman, por Campamento Planeta Tepotzotlán. Año, 1995.

Macabi al regreso de vacaciones. Año, 1995.



Elvira y Mariana, integrantes de Macabi. Año, 1994.



Salomón Chertorivski, Rosh Macabi con integrantes de Macabi Hatzair México, entre ellos Carlos Lisker, Elvira Duek, Mariana Gruener y Daniel Speckman. Año, 1995.

#YOSOYHISTORIA

HISTORIA DE T-POZ

Primera parte

El 22 de mayo de 1973, el Ing. Pedro Gerson, Presidente del Consejo Directivo CDI y el Sr. Jacobo Krumholz, Presidente del Comité Constructor, informaban sobre el interés del CDI por adquirir el terreno dividido en dos ranchos, propiedad del Sr. Moisés Goñi, cercanos a Tepotzotlán México, a nombre de la Asociación Civil; en cuyo terreno se planeaba un desarrollo deportivo y campestre, para llevar a cabo diversas actividades campestres para la expansión del CDI. Posteriormente, se adquirió el terreno distante a 32 kilómetros de las instalaciones del CDI, contando con una reserva territorial de 450,000 m², en San José Santiago Cuautlalpan, Municipio de Tepotzotlán, Distrito de Cuautitlán, Estado de México, delimitado al Norte por el Río Tepotzotlán, pequeñas vías de terracería al Poniente, de las cuales una de ellas partía en dos al predio y zonas de siembra al Sur y Oriente. El 5 de marzo de 1974 se inició una nueva Comisión en el Consejo Directivo, la de Terrenos, en la cual estuvo al frente el Sr. Julio Yasinovsky y el Ing. Moisés Weinstock, junto con el Comité Constructor y el Comité Ejecutivo. En diciembre de 1974 se delimitó con alambrado la propiedad, se realizaban trabajos en el Casco de la Hacienda, se encontra-

ban en proceso de construcción los baños con regaderas, cocina, oficinas y comedor, así como canchas de Básquetbol y Fútbol. El 18 de mayo de 1975, fueron inauguradas las primeras instalaciones en Tepotzotlán con la Presidencia en el Consejo Directivo del Sr. Miguel Sigal; en el Comité Ejecutivo del Ing. Moisés Weinstock; y en el Comité Constructor del Sr. Jacobo Krumholz. El 3 de julio de 1977, fue inaugurada la Alberca de Tepotzotlán, con la Presidencia en el Consejo Directivo del Sr. Rosendo Gervitz; en el Comité Ejecutivo del Sr. Jacobo Broid; y en el Comité Constructor del Ing. Moisés Weinstock. El 11 de octubre de 1981, se llevó a cabo la inauguración de la primera etapa de instalaciones en Tepotzotlán, con la Presidencia en el Consejo Directivo del Ing. Yoshua Kipnis; en el Comité Ejecutivo del Sr. Jorge Plaschinski; y en el Comité Constructor del Sr. Moisés Gitlin. El 25 de febrero de 1990, quedaron inauguradas las siguientes instalaciones: Ampliación del kiosco y servicios, así como la primera fase de la construcción de las canchas de Tenis, esto con la Presidencia en el Consejo Directivo del Ing. Ishie Gitlin, en el Comité Constructor, del C.P. David Dickter; y en el Comité Ejecutivo, el Sr. Daniel Bergenfeld. ■



Los Sres.: Miguel Litchi, Simón Blachman, Daniel Bergenfeld, Moisés Gitlin, Presidente del Comité Constructor; Miguel Sigal, Rafael Sefchovich, Ing. Yoshua Kipnis, Tadeo Stark, Jaime Barer; Carlos Fishbein, Max Udinsky, Edmundo Stern, Consejeros Fundadores CDI; Elías London, Dr. Fernando Katz, Ing. Jorge Baram, Jacobo Dultzin y Lic. Luis Kaufer, de pie; Jorge Plaschinski, Ing. Ishie Gitlin, Arq. Mauricio Arditti, Ing. José Garber, sentados, entre asistentes a la reunión por las nuevas Instalaciones en el CDI Tepotzotlán, antes de comenzar el recorrido por áreas en proceso de Construcción. Año, 1974.



Sra. Bronia Sigal, devela la placa inaugural, atestiguan su esposo, Sr. Miguel Sigal; Presidente del Consejo Directivo; Sra. Esther Weinstock e Ing. Moisés Weinstock, Presidente del Comité Ejecutivo; en la inauguración de las primeras instalaciones del CDI Tepotzotlán. Año, 1975.



Sra. Lucina Nudelman de Krumholz, cortó el listón inaugural de los primeros Baños Caballeros; le acompaña su esposo Sr. Jacobo Krumholz, Presidente del Comité Constructor; y la Sra. Bronia Sigal, en inauguración de las primeras instalaciones del CDI Tepotzotlán. Año, 1975.



Sr. Edmundo Stern, Consejero Fundador del CDI, colocó la Mezuzá; le acompaña el Ing. Moisés Weinstock, Presidente del Comité Constructor; en inauguración de la Alberca de Tepotzotlán. Año, 1977.



Sr. Raúl Karchmer, C.P. Manuel Nestel, Directivos del CDI; joven de Macabi Hatzair México; en el corte de listón por la inauguración de las Instalaciones del CDI Tepotzotlán. Año, 1981.



Ing. Ishie Gitlin, entre los asistentes a la inauguración de la primera etapa de Instalaciones de Tepotzotlán. Año, 1981.



Gral. de División del Estado Mayor, Juan Arévalo Gardoqui, Secretario de Defensa Nacional; develó la placa inaugural del Stand del Polígono de Tiro; en la compañía del Ing. Ishie Gitlin, Presidente del Consejo Directivo. Año, 1985.



Sres.: Lázaro Kleinberg, Presidente; Sra. Olga Kleinberg, Ecología; Sr. Aarón Levín, Vicepresidente; Sra. Luba Levín, Secretaria de Actas; Carlos Esquenazi, Vocal; Sr. Eduardo Kluk, Tesorero; Sra. Clara Kluk, Actividades Recreativas; Arq. José Miguel Schwarcz, Adaptaciones y Mejoras y Miembro Comité Constructor CDI; Sra. Rina Schwarcz, Ecología; Sra. Carlotte Abruch, Actividades Deportivas; Simón Geluda, Campismo; Sra. Miriam Geluda, Ecología; Sra. Raquel Strauss, Actividades Recreativas; y Menajem Strauss, Secretario; Comité Tepotzotlán. Año, 1990.



Sras. Pola Barrón de Garber, Sully Shapiro de London y Olga Nahmad de Kleinberg; en el corte de listón inaugural del Área de Campismo; entre los asistentes el Sr. Daniel Bergenfeld, Presidente del Comité Ejecutivo 1988-1990; durante la Inauguración de las nuevas Instalaciones del CDI Tepotzotlán. Año, 1990.



Sres.: Moisés Gitlin, Consejero Fundador del CDI; Daniel Bergenfeld, Presidente del Comité Ejecutivo del CDI; Ing. Isaac Lerner, Vicepresidente del Consejo Directivo; Arq. José Miguel Schwarcz, Adaptaciones y mejoras del Comité de Tepotzotlán, y Miembro del Comité Constructor CDI; Ing. Ishie Gitlin, Presidente del Consejo Directivo; Miguel Sigal, Consejero; C.P. David Dickter, Presidente del Comité Constructor; e Ing. Yoshua Kipnis, Secretario del Consejo Directivo, en la Inauguración de las nuevas Instalaciones del CDI Tepotzotlán. Año, 1990.



Sras.: Bronia Sigal, Sima Kipnis y Perla Muzinek; al cortar listón inaugural de Canchas de Tenis; en Inauguración de las nuevas Instalaciones del CDI Tepotzotlán. Año, 1990.



Sras.: Leye Sigal de Dickter y Liliana Sigal; al cortar listón inaugural de Obras; en la Inauguración de las nuevas Instalaciones del CDI Tepotzotlán. Año, 1990.

CERTAMEN LITERARIO 50 ANIVERSARIO

Semana a semana, en este espacio del CDInforma recordamos a algunos de los ganadores del Certamen Literario a través de sus propios textos. En esta ocasión compartimos el cuento LA CONFESIÓN, ganador del Primer Lugar en la Categoría CUENTO de Abraham Snaiderman. Asimismo, el poema AL AMADO, ganador del Primer Lugar en

Categoría POESÍA de Norma R. de Balas. Ambos, corresponden al año 1985. También publicamos EL CUENTO DE ALEJANDRO Y DOROTEA, ganador del Primer Lugar en la Categoría CUENTO de Sergio Lan Mishne. Asimismo, A GARCÍA LORCA, ganador del Primer Lugar en Categoría POESÍA de Julio Schoijet Weltman. El cuento y los poemas corresponden al año 1986. ■

LA CONFESIÓN* (EL COMEDOR DE PECADOS)

En la ciudad de sombras, la suya no llamaba la atención de nadie. Enrolado en el interminable batallón de ciudadanos, reflejo fiel de prehistóricos nómadas que vienen y van y no llegan durante horas a ninguna parte, recorría más aparentemente por costumbre que por objetivo, las calles del centro con su pequeño portafolio.

De edad madura, cronológica desconocida, era parte de las imágenes familiares que nos dan a todos en nuestros respectivos orígenes, la sensación de pertenecer, de “formar parte”; sucesión de calles a la misma hora, al paso, sin reflejar prisa o retardo burócrata, sin tarjeta por marcar.

El saludo rápido a la portera, fluir de “bsdías” indescifrables, que profería sin dejar de caminar pero con la atención de la mirada amable. Nadie sabía adónde iba, ni los de allá, de donde venía.

Sólo unos cuantos sabían su domicilio: el lechero, el cartero y una miríada de gatos callejeros sin estirpe, que siempre encontraban la manera de derribar una botella de leche olvidada a propósito por el dueño.

Nadie lo conocía; todos lo recordaban.

Sólo un detalle era de todos conocido: día tras días a la misma hora y desde hacía tres años, acudía a la parroquia de Sta. Teresita a confesarse.

-Padre soy yo.

- Ave María purísima... -Sin pecado concebida.

-Dime tus pecados hijo. -Padre me acuso de mil pecados, todos mortales, ninguno resuelto, todos inconfesables.

Así día tras día, desde hacía tres años. El mismo ritual, el prólogo expiatorio, el confesionario con olor a viejo; anatomía barnizada de madera impregnada de culpas, expiaciones y pecados. Una fina red de velo negro se interponía entre el confesor y la charla, silueta a trasluz, que revela, siente, y ansiosa espera, el perdón divino oficializado por la penitencia.

-Desde ayer no puedes haber pecado mucho. - Más de lo que los hombres toleran.

Sin embargo aquella ocasión todo fué distinto. Ya el sacerdote, hombre joven de seminario nuevo y el confesado, se conocían (sólo de voz) de tres años atrás; había confianza y amistad. Al padre le apasionaban la cultura y los conceptos que de teología el confesado tenía. No creía que ninguno de los cientos de pecados que en tanto tiempo le había proclamado como suyos, fueran ciertos.

Y sin embargo con paciencia lo escuchaba y absolvía, intuyendo que era la soledad de este hombre la que venía a confesión.

Esta vez fué diferente.

-Te escucho hijo.

-Padre, si no fuese molesto para usted... quisiera que me dijese que edad tiene?

-No me molesta: treinta años -contestó el sacerdote con una risa franca.

Así la edad de Jesús. -Si, casi. ¿a qué viene la pregunta?

-Cuando usted nació yo tenía un poco más de años de los que tiene ahora; era un joven rebelde, pragmático, casi lindaba en lo cruel por lo radical de mis conceptos. Lo que no era práctico, no servía. Lo no demostrable no existía. Los milagros eran cosa de literatura y por supuesto a Dios nadie me lo había presentado. Vivía rápido e intenso mis días; ¡más rápido de lo que hubiera querido! ¡Claro comparado con los jóvenes de ahora... era yo un armatoste oxidado!

-Supongo que todos en algún momento de nuestras vidas pasamos por ese tipo de experiencia. Para construir es necesario escarbar, romper, serruchar, clavar y eso cuesta trabajo; duele. Se remueve mucha tierra desde que se inicia la obra hasta que se puede habitar. Los principios se pueden perder de vista fácilmente entre el polvo.

Pero la Fé ilumina y ennoblece, nos guía. Como a tí. Bueno, no siempre fué así.

-Claro. ¿De que te acusas hoy? Según refieres, son tantos los pecados que cada día confiesas, que no me alcanzan las penitencias. Ya han sido tantas que no me explico de donde sacas el tiempo para pecar y cumplirlas.

-Padre hoy me acuso de haber robado el bolso a una señora, haber golpeado a un niño, de ser infiel a mi mujer, de blasfemia y envidia.

- ¡Dios Santo hoy traes un arsenal; pero ¿cómo es posible que en tan sólo veinticuatro horas alguien pueda hacer tantas cosas, ya no se digan pecados? Sabes no creo que sea cierto todo eso. Te conozco.

-Entonces, ¿no va a darme la penitencia? ¿no va a perdonarme? No hay nada que perdonar.

-Padre, usted no entiende TIENE que perdonarme, esa es su función; ¡si peco mucho o poco ese es mi problema! su obligación para nosotros sus feligreses es de confesarnos y...

-¿Pero qué estás diciendo? hoy estás de un talento extraño, por llamarle de alguna manera. Francamente no creo que hayas cometido la mitad de los pecados que dices sin haber estado nunca en la cárcel, saliéndote con la tuya siempre, y sólo conformándote con el alivio de haberte confesado.

¡Ninguna conciencia tolera tanto! Cada día tienes una lista de pecados por expiar que son la envidia de satanás mismo. Lunes robaste, martes deseaste a la mujer ajena y engañaste a tus clientes, miércoles cobraste de más tu mercancía, hiciste enojar a doña Chona y robaste de nuevo fruta en el mercado, ¡y seguimos con jueves, viernes, sábado y domingo! ¿Acaso esperas que alguien te crea? Mira, nunca he querido investigar tus motivos o la razón para... - ¡Pero es que usted tiene que perdonarme! ¡Siempre ha dicho que es de humanos pecar y de Dios perdonar! usted es el representante de El en este lugar y debe aceptar lo que le digo sin cuestionarlo... ¡tiene que hacerlo! El tono de voz había subido y al dar s e cuenta de ello, como tratando de retractarse, guardó un prolongado silencio, que fué seguido por el mismo sacerdote, más por confusión que por respeto.

PASE A LA PÁGINA 45 ➤

VIENE DE LA PÁGINA 44

El padre podía ver a trasluz, la silueta de aquel hombre recargada contra la pared del confesionario. Oía su respiración agitada.

-Hijo, no he querido herirte o molestarte pero la farsa ha terminado. Debes decirme la realidad, la verdad. Estoy aquí para guiarte y ayudarte, confía en mí, soy tu amigo en Jesucristo.

Lentamente la silueta se incorporó de su recumbente estado, sentándose muy derecho. Penosamente, entre ruidos que el sacerdote pudo distinguir como sollozos se oyó la voz entrecortada.

-Shma Israel Hashem Eloheinu, Hashem Ejad... Para cuando el sacerdote quiso averiguar el significado de la frase, el hombre había desaparecido.

Pasaron dos semanas sin que la silueta apareciera en el velo del confesionario y el sacerdote comenzaba a preocuparse.

Temía haber sido demasiado rudo con aquel personaje que tantas horas le había hecho pensar, sobre los conceptos que vertía.

Admitía que era una figura singular. Y él lo había ahuyentado. Se sentía culpable de haber lastimado a alguien que proyectaba tanta calma y paz; pero era esa misma contradicción la que lo había hecho dudar de la veracidad de las confesiones diarias que le hacía. Sencillamente era imposible que alguien con esa moral, cometiera la mitad de los pecados que se adjudicaba.

Había algo raro, pero a la vez fascinante, que hacía que el mismo sacerdote, acostumbrado a la liturgia, se sintiera agnóstico, dudando de las enseñanzas que le habían impartido en tantos años de seminario. Poco a poco se daba cuenta de la dependencia que como confesor había hecho hacia el confesado. Era como si esa silueta le hiciese sentir justificación en su obra redentora, reforzando sus principios; como el maestro que al dar clase aprende más que los propios alumnos.

Aquel hombre lo había hecho sentirse sacerdote. Poco importaba si lo que confesaba este singular personaje era cierto, o no. Era la justificación de los años de fé, de liturgia... de nuevo esa palabra que tanto le había rondado la cabeza en los últimos días.

Pero lo más extraño era la sensación de paz interna que la silueta al hablar le hacía sentir. ¡Se suponía que debería ser a la inversa! Muy adentro sabía que ese ser regresaría.

No se equivocaba. Una tarde como tantas otras, el sacerdote sentado dentro del confesionario escuchaba las cuitas de una señora entrada en carnes y chismes.

Oía pero no la escuchaba, aburrido de lo que percibía. Finalmente terminó y él le dictó la penitencia que ella juró, como siempre, cumplir al pié de la letra, saliendo precipitadamente del confesionario diciendo entre suspiros lo tarde que se le había hecho. Como siempre.

Se disponía a salir del confesionario cuando una figura ocupó el lugar de la señora.

El de inmediato reconoció la sombra y reprimió una exclamación de alegría; no quería demostrar que lo había extrañado, era sacerdote.

-Padre soy yo... -la voz era la misma pero había un dejo de tristeza, de cansancio en ella.

-Ave María Purísima...

-Sin pecado concebida.

-Hijo dime tus pecados.

-Padre me acuso del peor de ellos.

-Te escucho.

-Padre me acuso de asesinato.

-¿Cómo dices? -el padre no pudo reprimir el tono de sorpresa.

-He matado.

-¿A quién? ¿cuándo... cómo y por qué? Había espanto en la voz del sacerdote.

-A muchos padre. Más de los que cualquier conciencia puede soportar. Jamás lo sabré. Y eso padre, es lo peor, la incertidumbre.

-Por favor hijo sé más explícito para que pueda ayudarte. ¿Cuán-

do sucedió? -Hace cincuenta años. Hace tanto tiempo ya que me es difícil recordar los detalles. ¿Podré alguna vez perdonarme? Fué en la época de los gritos eufóricos de superioridad, de razas y persecución. Yo era, un niño de diez años, idealista, rebelde. Creía que el mundo podía ser mejor de lo que es; creía en el hombre como ser creativo. Éramos todos iguales. Hasta que llegó la época de las cruces gamadas y la furia se desató catalogándonos, segregando y matando. Era la época en que mi padre tenía una librería en el centro de la ciudad, la capital de un país más lejos del mar y de todo recuerdo. Ellos sabían quién era él y que vendía; conocían sus ideas liberales y su origen.

Era ya de tarde un lunes y los clientes abarrotaban el lugar. Sin previo aviso se escuchó un estruendo terrible de vidrios destrozándose, y todos pudimos ver como el aparador se desintegraba en mil fragmentos.

Al mismo tiempo los soldados entraron, ladrando en su idioma órdenes que nadie de nosotros comprendió. Detrás de ellos venía un oficial (imagen que después se volvió cliché para miles) el cual conocía nuestro idioma. Preguntó directamente por el nombre de mi padre, leyéndolo de una lista. Con miedo mi padre contestó que él era. El oficial comenzó a leer una lista de cargos que se imputaban a mi padre, todos falsos.

El fué negando cada uno de ellos. -Se le acusa de vender subversión y panfletos comunistas.

-Lo niego, nunca he traicionado a mi patria.

¡Al estado nazi, idiota! -Ese estado no es el mío.

-Se le acusa de alta traición y de especular con bienes populares.

-Lo niego. Mis únicos bienes son mi familia y la librería.

¡Perro, más te vale arrepentirte y colaborar, de lo contrario tú y tu familia desearán mejor morir!

Ya para entonces la ira que yo sentía se había vuelto insoportable. Me hallaba parado con los puños apretados cerca de donde el oficial se encontraba y sin pensarlo dos veces me abalancé sobre él intentando golpearlo. Pero antes de que pudiera hacerlo, un soldado me golpeó violentamente en el abdomen derribándome sin aire. Las culatas comenzaron a demostrar su consistencia.

El oficial gritó y los golpes cesaron. Se acercó a mí desenfundando la pistola; y me apuntó a la cara a la vez que volteaba a ver a mi padre.

-Desgraciado, perro judío, querías matarme, ¿verdad? Pero no lo lograrás. Asesinaste a Jesucristo, asesinaste al hijo de Dios pero jamás podrás detenernos a nosotros... jamás, lo oyes, jamás... mataste al hijo de Dios... prostituyes a la gente... y quieres dominar al mundo... pero por lo menos tú, hasta aquí llegas. Sus palabras retumban en mi cabeza hasta ahora.

Lo que sucedió fué muy rápido. El oficial apuntaba a mi cara; mi padre observaba. Era su único hijo al que vería morir. Mi padre me adoraba.

-¡No lo mate! oficial le propongo un trato: mi vida por la del niño. -¿Y por qué he de hacer tratos con un asesino?. Los dos merecen morir. En este papel viene escrita tu sentencia de ejecución así es que no gano nada perdonando al muchacho.

-Él no sabía lo que hacía y sólo quería defenderme. Él puede ser de utilidad, si ve el ejemplo de la justicia en usted... será testigo de ella y así lo proclamará... -¿Y esperas que te crea? No. Los dos mueren.

De pronto mi padre calladamente se recargó sobre el mostrador que tenía delante de él, tomó un cortapapeles y cuando el oficial se acercó momentos después, para esposarlo, fué atravesado violentamente por la hoja filosa del instrumento que sostenía la mano firme de mi padre.

-El oficial cayó estrepitosamente.

Los soldados horrorizados abrieron fuego contra mi padre con sus metralletas dirigiéndolas después hacia los clientes, libros, aparadores... contra todo. Fué un aquelarre de sangre y munición. Entre

PASE A LA PÁGINA 46

◀ VIENE DE LA PÁGINA 45

la confusión logré arrastrarme hacia la puerta y sintiendo las balas silbando golosas cerca de mi carne, corrí.

Lo que siguió se repite miles de veces en la historia de cada uno de los que logramos salir vivos de Europa.

Jamás volví a saber de mi familia. Ni de la muerte de las personas que estaban en la librería.

Una idea no me abandonaba; las palabras del oficial gritando que había yo matado a Jesucristo, la imagen de mi padre sangrando y la vista de muchos más desvanecerse.

Durante años juré venganza; pero peor era mi remordimiento. Por mi culpa habían matado a mi padre.

El destino me trajo a América, a este país.

Tal y como lo dijera el oficial asesino, maté a Dios: El no existía más, las religiones sólo servían para segregar, dividir y jerarquizar, enriquecían a unos pocos y reprimían a muchos.

Pero el tiempo pudo más que yo; fui olvidando detalles y rencores. Mi imprudencia había hecho mucho daño.

-Y decidiste regresar a Dios.

-Si padre.

-Pero tú eres judío.

-Si.

-Entonces ¿por qué vienes a confesión en un templo ajeno a tu creencia ¿por qué te atribuyes pecados que no cometes? ¿qué buscas de mí?

-Cuando llegué a este país, tenía el alma ennegrecida por el rencor, el odio.

Mis días transcurrían lentos, amargos y vacíos.

Al poco tiempo conocí a una mujer que con su paciencia y amor transformó mis conceptos y estigmas. Tiempo después de casarnos ella embarazó. Supe lo que era ser padre. Hoy mis hijos son personas de bien y honestas. Comencé a interesarme por la gente. Sentí, comprendí que cargaba una cadena de culpas que solo podría romper y librarme de ella acercándome a la gente. Perdonando. Pero nunca pude olvidar.

-Y ahora te dedicas a expiar pecados de otros, a culparte tú, de lo que otro hacen para perdonarte, para olvidar. ¿De dónde ideas los pecados?

-No los idea; los observo.

Paseo por las calles escuchando, viendo y apuntando. Los pecadores jamás lo saben. A veces llego a rumbos lejanos a este lugar, y bajo pretexto de ser sacerdote me entero de sus sufrimientos y los consuelo, los ayudo. Es gente que ha perdido la fé, como a mí me sucedió. Aquí me entero de las penitencias gracias a usted y al día siguiente las aplico a aquellos que no creen aquellos que han tolerado más de lo posible. Las aplico, sin derecho de sacerdocio sin otra razón más que la de ayudar y aliviar mi herida.

- ¿Pero no sería más fácil decírmelo y yo dar la confesión? ¿Por qué tanta complejidad?

-Porque al llevar la palabra de Dios a esa gente, expío mi culpa de pecados, si acaso eso existiese, que carga con el trabajo que los demás no pueden aceptar. Sin embargo no acabo de entender porque no acudiste con alguien más... digamos..

-¿Afin?.

-Si. La silueta guardó silencio por un rato meditando, tratando de atrapar en las complejas redes de la justificación no bien entendida, la respuesta. El padre ansioso, admirado, esperaba la pesca.

-Padre, desde tiempos inmemoriales, el hombre ha sentido la necesidad de ser parte de un grupo, de un núcleo; en cierto modo eso se logró, aunque no siempre para bien, a partir de las estructuras tribales, la familia y desde luego la religión. Usted mejor que yo sabe eso. Mi religión parte de una idea central: el monoteísmo, mismo que fué adoptado por otras formas de creencia, como el cristianismo. Algo así como madre e hija, en forma simplista quizá. Pero algo durante el

camino obtuso del tiempo salió mal. La hija se tornó en cazador y la madre en presa. Yo soy testigo viviente de esa rivalidad. Juan XXIII lo entendió. Otros sin embargo no lo han querido aceptar, por así convenir a sus intereses. Y es precisamente la diversidad en los senderos lo que aviva el fuego del rencor y la segregación. Cristianos, Judíos, Musulmanes y tantos más.

El hombre es uno; una sola anatomía que comparte las mismas enfermedades y necesidades. Ingenuo, simplista; soñador e idealista?. Quizá.

-Tomó aire profundamente y continuó:

Es necesario un orden nuevo. No propongo la unión ni una fusión de polos opuestos; sería ridículo, si bien deseable. Imploro respeto, aceptación. Convivencia y sobre todo humanismo para con todas las formas vivientes de este mundo.

He sido criticado duramente por aquellos débiles de corazón. No importa. Este es mi legado y nada me detendrá.

-Hijo mío, hijo del hombre, hijo de Dios, ojalá tu fuerza se esparza por la mente de los hombres; mi pobre ayuda está a tu disposición.

Te impongo la penitencia más severa: Vivirás entre la incompreensión, la crucifixión de la duda y la soledad de tus principios. Serás objeto de escarnio y crítica, hasta el día en que te reúnas con Dios. El Dios único, aquel que no sabe de religión, de dogma ni liturgia. Una forma pura de energía y amor. Sin símbolos ni nombres.

Serás por siempre el comedor de pecados.

La tarde cayó pesada, plumbago y escarlata, sobre el entrópico urbanismo. Como siempre, la sombra entre las sombras, caminaba despacio emitiendo sus "bstardes" casi ininteligibles, a las personas con quienes se topaba. Extraño acento. Con su portafolio en la mano, escuchando, observando siempre atento. Al pasar por delante de un viejo portal, de maderas porfirianas, observó que dos niños sentados uno junto al otro, le sonreían de una manera extraña.

Se detuvo frente a ellos y con una amplia sonrisa les deseó las buenas tardes, reanudando su marcha. Si hubiese sido más observador o sus ojos más jóvenes se habría percatado de algo que lo habría dejado helado. Observado de cerca uno de los niños desprendía tenuemente, casi de manera imperceptible al ojo normal y escéptico, dos haces de luz; el otro llevaba en cada palma grandes cicatrices rojizas.

Ambos de la mano, sonreían. ¿Ingenuidad y fantasía?

Quizá.

Algo impulsó a este hombre a dar una última mirada a tan agradable escena. Volvió lentamente la cabeza sonriendo.

Los niños habían desaparecido.

La noche ya era nueva.

***Abraham Snaiderman Hass. Primer Lugar en la Categoría CUENTO. 1985.**



AL AMADO*

Bajo tu desnudez surjo, marchó, voy
hacia confines de infinita soledad
tu cuerpo frío, incandescente, suave
busca el anhelado refugio del arcano.

Formas amorfas se entrelazan
buscan los sonidos del incesante vacío
caminan, vuelan, sueñan y
encuentran el sutil reposo del marásmico yo.

Heladas gotas bajan de lo inmerso
se tornan azules, brillantes, no existen
la profundidad surge remota y lejana
quién si no el mar para cubrir la luz.

***Norma R. de Balas. Primer Lugar en la Categoría POESÍA.
1985.**



EL CUENTO DE ALEJANDRO Y DOROTEA*

CAPÍTULO I

¡No estoy muerto! ¡Por favor no me hagan esto! ¡No lloren. No estoy muerto! Alejandro hacía esfuerzos sobrehumanos para mover una mano, un dedo ... lo que fuera para que se dieran cuenta que estaba vivo.

Yacía ahí en su elegante lecho, a su alrededor su esposa, hijos, parientes, amigos y, claro, no podían faltar los conocidos que bajo la máscara del dolor, albergaban el gozo perverso de ver morir a quien, según ellos, representaba el último obstáculo para ser felices.

En un rincón de ese opulento aposento se encontraba sentada en una silla Dorotea, una vieja de más de cien años cuyo decrepito cuerpo lastimaba la vista. Canosos eran los ya muy escasos cabellos que le quedaban y era difícil comprender como le cabían tantas arrugas en la cara.

Nadie de los que se encontraban en esa casa habían nacido aún, cuando Dorotea dejó de caminar para pegarse a su silla de ruedas la cuál parecía formar parte de ella misma. Dorotea usaba siempre vestidos largos que le taparan casi todo el cuerpo, quizá para no inspirar lástima.

Sin embargo, en todo ese horrible cuerpo, había algo que no había perdido juventud. Era su mirada; penetrante, clara y brillante que hacía sentir que ella conocía el SECRETO.

A pesar de su edad, todos admiraban a Dorotea. Siempre había vivido en paz con los demás y con ella misma. Todos en el pueblo decían que Dorotea conocía el secreto de la vida, pero ella solo decía que, para encontrar el secreto de la vida, había que encontrar el secreto de la muerte.

Alejandro, de unos 55 años era un hombre alto y rudo, quién a pesar de haber llevado una vida sana llena de actividad física, yacía ahí víctima de un ataque cardíaco. Alejandro, ferviente creyente de la ley del más fuerte, llevó una vida amoral habiendo destruido los sueños de más de uno. Su lema favorito era: "Sólo se vive una vez, así que a sacar provecho de quién se deje, y que gane el más fuerte". Sin embargo, ahora en su lecho ya nadie le oía respirar. Todos a su alrededor lloraban porque era lo propio, excepto Dorotea. El volverá decía Dorotea - fijando su vista en el cadáver. El volverá... y cuando él vuelva... yo me iré.

CAPÍTULO II

¿Como describirte el hogar? Faltan palabras para decir lo grandioso que es sentir esa primera impresión de la muerte. Para comenzar, todo estaba en su lugar exacto. Cada objeto y cada persona encajaban exactamente. Es como si hubieran creado los espacios a la medida de los objetos.

Lo primero que ví fué una enorme playa llena de gente. Recuerdo la primera sensación de desconfianza al ver que todo ese mundo de gente se veía perfectamente feliz.

De pronto la playa ya no lo era; se había convertido en una gran ciudad cubierta por una cúpula transparente. No había allí problemas de tráfico a pesar del gran número de personas que circulaban. Esa gente se mostraba feliz. Así las escenas cambiaban constantemente. Si yo quería un castillo, ellos me ponían un castillo. Si quería un desierto, ahí mismo se aparecía y en todos lados había gente perfectamente feliz.

Pronto me percaté, sin embargo, que si bien los escenarios cambiaban a mi voluntad, no así la gente, la cual era siempre la misma. Observé como los escenarios cambiaban con el simple hecho de decidirlo.

Que felicidad saber que poseía esa enorme habilidad. En la tierra hice hasta lo imposible por lograrla y jamás la obtuve y aquí, sin esfuerzo alguno, la tenía.

En un principio pensé que si la gente no cambiaba a mi voluntad, eso era un buen signo ya que significaba que esa gente era verdadera y no simplemente producto de mi imaginación.

Así me pasé muy divertido durante 5 días... o meses. . . años... no sé... quizá siglos. Un día decidí que quería esquiar en la montaña pero ésta no se apareció como yo hubiera querido. La tristeza y la nostalgia invadieron mi Ser y por vez primera desde mi muerte, recordé y extrañé mi casa, la Tierra. Este incidente vino a trastornarlo todo. Repentinamente la gente empezó a cambiar de formas y tamaños; aparecían desaparecían personas ante mis ojos. Supe entonces que la gente tampoco era verdaderamente real y me sentí sólo ... increíblemente solo. Quería regresar a mi hogar terreno pero ya era demasiado tarde. Mi cuerpo de la Tierra seguramente ya había comenzado a pudrirse. Quizá lo hayan incinerado y ni modo de regresar a las cenizas. Además no estaba seguro del tiempo transcurrido. Quizá habían pasado siglos y yo ya no conocería a nadie.

PASE A LA PÁGINA 48 ➤

◀ VIENE DE LA PÁGINA 47

Pasó el tiempo y recuperé nuevamente la habilidad de poner escenarios a mi antojo, pero ya no era lo mismo; no había gente conmigo; no había con quien compartir mi habilidad o mi tristeza. Claro que de haber habido alguien conmigo, tampoco le habría comunicado mi tristeza ya que no habría estado triste. ¿Cómo estarlo si se tiene alguien que lo escuche? Así fué que me di cuenta que la tristeza es simplemente el producto de no ser escuchado. Eure- ka! Había encontrado la solución al tema de la tristeza. Una solución tan simple que no se le había ocurrido a nadie. Cómo regresar a la Tierra a comunicar esa gran verdad?. Me sentí como en mis épocas de vivo, cuando dormía, soñaba con grandes verdades pero cuando despertaba éstas se esfumaban para no recordarlas jamás. Ahora, sin embargo, no se trata de recordar sino de poder comunicar. Aquí recordar no era importante porque todo se sabía. Sin embargo yo había logrado lo que los terrestres sólo habían soñado y todo en un abrir y cerrar de ojos... pero... sin alguien con quien hablar... pues todo esto no servía de nada. Bueno, me quedaba el consuelo que aquí muerto no sentía dolor alguno y esa era una forma de felicidad.

Un día llegó un señor muy amable y me dijo HOLA!. ¿HOLA, me dijo el señor! ¡No es posible! ¡Me dijo HOLA! Alguien ¡por fin se dirigió a mí!.... El amor que sentí por esa persona fue infinito. Imposible describir con palabras esa afinidad excepto que veía una energía que fluía de mí hacía él.

Estuvimos platicando durante años de las cosas simples de la vida o más bien de la muerte.

Un día, mi amigo me dijo que existía un castillo donde sólo podrían es los escogidos; ahí todos lograban lo que querían, inclusive regresar a la Tierra. Me hizo saber que yo me había convertido en uno de los escogidos pero yo no me atrevía! Sentía cierto temor y no me sentía merecedor de tal honor. Además esa energía que yo le fluía a él, no sentía que fuera mutua. Su energía no la veía y eso me preocupaba. Luego pensé que lo que realmente sucedía es que yo quería encontrarle problema a todo para que así la muerte tuviera su encanto.

Un precioso día de otoño, de esos que uno desea que duren para siempre, me animé y armándome de valor le dije a mi amigo todo lo que yo sentía Cual sería mi sorpresa al ver por primera vez cómo su energía emanaba de su ser y me envolvía transportándome a planos espirituales indescriptibles. Nuestra comunicación netamente telepática, transformaba las ideas en simple Vida; las palabras se esfumaban para convertirse en espíritu y fundirse con la muerte que no era sino una etapa más de la vida. En unos instantes comprendí lo que no habría podido comprender en mil vidas y así sin más ni más, acepté ir al Castillo.

Llegué nervioso, emocionado y lleno de curiosidad por ver qué había ahí dentro.

Al entrar, la inmensa luz me absorbió, dejando mi mente totalmente vacía por un instante y lista para recibir una nueva conciencia que fue creciendo y creciendo hasta abarcarlo todo y entonces yo, Alejandro, fui libre por un divino instante y recordé mi vida... y otras más.

CAPÍTULO III

Cuando Alejandro llegó al Castillo ya lo esperaban. Solo espíritus sonrientes veía, pero todos sin emoción. De pronto fué succionado a un salón gigante donde fabricaban muchos cuerpos.

Entre estos se encontraba uno con una etiqueta que decía "ALEJANDRO". El cuerpo era una copia exacta del suyo, como tuviera un gemelo.

Estaba Alejandro tratando de descifrar lo que había sucedido en las últimas horas cuando se le apareció una señora con aspecto de la madre que todo el mundo quisiera tener, llena de bondad y comprensión. Veo que sigues tratando de entender - dijo la señora. - Pero... ¿Cómo adivinó, señora? -preguntó Alejandro asombrado.

- Aquí lo sabemos todo contestó la señora. Nosotros entendemos la vida y el pensamiento es una forma de vida. Lo que allá se considera como milagro, aquí es perfectamente común. Pero... dime; ¿estás disfrutando tu estancia con nosotros? Pues aún mucho lo sé... me siento bien...y, he estado pensando -¿Sabe usted señora? dijo Alejandro nostálgico. Mi vida fué siempre congruente con mi manera de pensar y siempre creí que hacía lo que debía. La Naturaleza y la vida me enseñaron sus propias leyes. La experiencia me enseñó lo que consideré la Ley de la Vida que es la ley del más fuerte. Así crecí fuerte, eduqué a mis hijos y los hice fuertes y sin embargo ahora, no sé por qué; pero pienso que no hice las cosas del todo bien.

-Vamos. Alejandro Sonrió la señora. No te preocupes por eso ahora; más tarde sabrás si actuaste bien en tu vida. Por ahora te voy a dar la oportunidad de observar a tu familia. Quizá eso te dé más elementos para calificar tu vida.

Ambos se dirigieron a un gran salón de cristal. Desde ahí Alejandro podía ver su casa, su recámara, su familia... su cuerpo muerto.

CAPÍTULO IV

Casi todos en ese cuarto lloraban por fuera y reían a carcajadas por dentro. Sólo el llanto de María, esposa de Alejandro, emanaba sinceramente desde lo más profundo de su Ser. Dorotea, por su parte, sonreía y decía: ¡Volverá! Pasará la prueba y ¡volverá!

Durante el velorio, Marco Antonio, el mayor de sus hijos, convocó a los dos hermanos a una junta secreta -Necesitamos ver inmediatamente el asunto de la herencia - dijo Marco Antonio sondeando la situación.

- Lo principal es velar por el bienestar de nuestra querida madre -dijo Juan José, poniendo su acostumbrada cara de perrito desamparado.

- A mí denme cinco millones en efectivo y con eso me conformo - dijo Pablo.

- Miren - dijo Juan José. Mamá se quedó sola y si se queda en la casa se va a morir de tristeza. Debemos encontrarle un lugar adecuado, con gente... cómo decirlo... con gente de su edad, con sus mismos gustos e inquietudes. -

¿Propones mandarla a un asilo? - respondió Marco Antonio, fingiendo sorpresa y enojo.

-Bueno, no exactamente... yo hablo de casas de descanso, son como hoteles de lujo donde mamá puede pasar sus últimos años cómodamente.

- Pero papá le dejó todo a mamá. Él mismo me enseñó el testamento antes

de morir. murmuró Marco Antonio.

- Con qué abogado está el testamento. - gritaron agitadamente.

Juan José y Pablo. Es necesario entrevistarse con él y sobornarlo a toda costa, para que ese testamento desaparezca. Papá debe aparecer como que murió intestado.

Alejandro había tenido al final de su vida graves problemas en los negocios y los acreedores amenazaban con embargarlo. Él se había casado con María por bienes comunes. Para salvar sus propiedades había decidido divorciarse de María y volverse a casar con ella un año después, según marca la ley, pero ya por bienes separados. Así pasaría entonces todas sus propiedades a nombre de María lo cual las haría inaccesibles a sus acreedores y así éstos no podrían embargarle las propiedades que serían de María. Alejandro se había sentido feliz de su increíble maniobra pero no contó con que moriría a los cinco meses de divorciado. Este pequeño detalle lo conocían sus hijos y de ahí el interés de hacer desaparecer el testamento.

Marco Antonio hizo la observación que en caso de no haber testamento María no heredaría absolutamente nada ya que técnicamente estaba divorciada de Alejandro. Los tres hermanos se prometieron

PASE A LA PÁGINA 49 ▶

VIENE DE LA PÁGINA 48

solemnemente cuidar siempre de su madre pero sobre todo, cuidar de no informarle absolutamente nada al respecto.

- Pero ¡qué hijos de P...! grito Alejandro echando lumbre por la nariz y las orejas. - ¿Cómo se atreven a hacerle eso a mi María?!

- Cría cuervos y te sacarán los ojos - contestó la dulce señora.

- Pero señora. Esto es el colmo. ¿Qué acaso no se dan cuenta de su maldad? Y tú, ¿qué habrías hecho en su lugar? - preguntó la dulce señora Bueno... yo... la verdad es que... bueno... yo habría hecho lo mismo. dijo Alejandro sintiendo por primera vez lo que era la vergüenza, Así Alejandro siguió observando a su familia sin poder dar crédito a sus ojos. María terminó abandonada en un asilo para ancianos. Marco Antonio murió a manos de Juan José, convirtiéndose así en el Abel de la familia. Pablo le robó todo a Juan José y terminó perdiendo la fortuna entera en el juego.

Alejandro veía con desesperación cómo su fortuna y su familia se iban consumiendo. Se había llevado a cabo un gran cambio en él. Sus ideas eran opuestas ahora a las de antes. Vió por primera vez que había estado equivocado pero también sintió que así como él se había dado cuenta de su error, sus hijos también podrían darse cuenta...si tan sólo se les enseñara cómo. Fue así como un día la dulce señora se acercó a Alejandro y el preguntó ¿A qué crees que se deba tu cambio? Alejandro sin pensarlo mucho, respondió: Se debe a que sé que soy inmortal. Cuando vivía en la Tierra pensaba que solo se vive una vez y por lo tanto hay que sacar todo el jugo posible a la vida aún a costa de otros. Yo vivía siempre desesperado pensando que cualquier día me moriría y así la vida era una constante emergencia. Todo se tenía que hacer ¡YA! No podía hacer planes a largo plazo; no me podía dar el lujo demostrar mi amor por las personas pensando que ¿para qué? si se van a morir pronto. Los viejos me desesperaban y no les daba importancia.

Recuerdo cuando hice un viaje a Egipto. Al ver las Pirámides allí que llevaban más de 4,000 años, las admiré y las respeté. ¡Cuatro mil años de vida y yo, en cambio, no llegaría a los 70; y amé a las piedras y a los metales al oro, la plata y el dinero y los respeté y me sentí inferior a ellos y quise ser como ellos... y... en fin... ¡Mira ahora los resultados de mi "gran" filosofía!

La dulce señora sonrió y le dijo: Has cambiado mucho y por ello te felicito Además tengo una noticia que darte: Todo lo que has visto, aún no sucede; es el posible futuro. Si quieres regresar puedo hacerte revivir en ese cuerpo y entonces lo que viste no sucederá y el futuro de tu familia dependerá de ti. Por otro lado podemos dejar que esas vidas corran tal como lo viste y tú entonces puedes escoger revivir en el cuerpo de algún bebé y así escoger tu nueva familia según creas más conveniente.

Si escoges lo primero, sin embargo, deberás seguir en ese cuerpo hasta vencer a mil personas de su inmortalidad. Con eso se solucionarían los problemas de mi familia y de todas las familias y habrá Paz en la Tierra. Mil personas son pocas. Será fácil convencer a millones.

- Quiero regresar de inmediato dijo enfáticamente Alejandro.

TENGO UNA MISION QUE CUMPLIR.

CAPÍTULO V

Cuando el cuerpo de Alejandro tenía diez minutos de haber sido declarado muerto, se comenzó a mover causando el esperado susto a los presentes. Todos se pusieron a rezar, más por miedo que por agradecimiento...excepto Dorotea. Ella sólo sonreía.

El mismo día en que Alejandro recuperó la salud, se dió a la tarea de convencer a la gente sobre la inmortalidad del espíritu.

Ese mismo día murió Dorotea. Por fin había sido relevada de su misión. Alejandro era el número mil en la cuenta de Dorotea.

Trescientos años después, Alejandro seguía en el mismo cuerpo. Le apodaron Alejandro el Nómada porque iba de un lugar a otro sin echar raíces. Nadie sabía de dónde venía ni a donde iba y no se burlaban abiertamente de sus creencias raras por respeto a su edad, aunque más bien era porque su presencia hacía a la gente sentirse inexplicablemente grande y poderosa.

No se sabe si Alejandro ha logrado convencer a alguien aún. Lo que sí se sabe es que por donde quiera que pasa Alejandro el Nómada, las cosas mejoran.

***Sergio Lan Mishne. Primer Lugar en la Categoría CUENTO. 1986.**

A GARCÍA LORCA*

“Siguen siendo las cinco de la tarde”
¡Que sola queda España!
De luto viste la poesía,
lentejuelas de dolor en su regazo.
¡Quién describir pudiera la pena!

Franco tormento...
la espina enterrada en tu carne,
espacio....
espacio penetró su principio punzante.

Se entreteje la quemante queja
con el ¡ay! flamenco de la guitarra,
el aliento vivo con el aliento muerto.

¡Se estremece la atmósfera
con el ¡ay! de la cuerda grave,
con el ¡ay! de llanto!...

Son, luna y cielo;
entonan a coro con lamento vivo;
el aliento muerto.
¡Qué sola ha quedado España!

***Julio Schoijet Weltman. Primer Lugar en la Categoría POESÍA. 1986.**

PAID MEDIA

¿QUÉ ES, TIPOS Y CÓMO CONVERTIRTE EN UN ESPECIALISTA?

// ILAN ARDITTI

En la era digital actual, el Paid Media se ha convertido en una poderosa herramienta para las marcas y empresas que desean aumentar su presencia en línea y llegar a un público más amplio.

En esta ocasión, exploraremos qué es exactamente y los diferentes tipos de estrategias que existen y cómo puedes convertirte en un especialista en esta área en constante evolución.

■ ¿Qué es el Paid Media?

Empecemos por tener una definición. El Paid Media, se refiere a la práctica de promocionar productos o servicios a través de canales de pago en línea. Estos canales pueden incluir anuncios en motores de búsqueda, redes sociales, sitios web de terceros y más. En esencia, es una forma de publicidad digital en la que las marcas pagan para que su contenido sea visto por una audiencia específica.

■ La importancia del Paid Media en el mundo digital

En el vasto océano que es la información en línea, destacar puede ser un desafío. El Paid Media se ha convertido en una vía efectiva para que las marcas lleguen a su audiencia objetivo de manera rápida y precisa. A través de campañas cuidadosamente diseñadas, las empresas pueden aumentar su visibilidad, generar tráfico hacia sus sitios web y aumentar las conversiones.

■ ¿Qué tipos de Paid Media existen?

Existen diferentes tipos de Paid Media, cada uno con sus propias características y beneficios. A continuación, vamos a ver algunos de los más comunes:

Publicidad en motores de búsqueda (SEM)

El SEM implica colocar anuncios pagados en los resultados de búsqueda de motores como Google o Bing. Estos anuncios suelen aparecer en la parte superior de la página de resultados, etiquetados como anuncios. El SEM es una forma efectiva de llegar a personas que buscan activamente productos o servicios relacionados con palabras clave específicas.

Anuncios en redes sociales

Las redes sociales han cambiado la forma en que interactuamos con el mundo, y también han abierto oportunidades para la publicidad dirigida. Plataformas como Facebook, Instagram, Twitter y LinkedIn ofrecen opciones para que las marcas lleguen a su audiencia objetivo según intereses, demografía y comportamiento en línea.

Display ads y banners

Los anuncios de display y banners se muestran en sitios web de terceros en forma de imágenes o animaciones. Estos anuncios pueden ser altamente visuales y atractivos, lo que los convierte en una opción popular para aumentar la visibilidad de la marca.



Publicidad nativa

La publicidad nativa se integra con el contenido existente en un sitio web, lo que permite una experiencia de usuario más fluida. Este tipo de anuncios se mezcla con el contenido y puede no parecer una publicidad tradicional, lo que aumenta la probabilidad de que los usuarios interactúen con ellos.

■ ¿Quieres ser un rockstar en Paid Media?

Si te apasiona el mundo del marketing digital y deseas convertirte en un especialista, aquí hay algunos pasos que puedes seguir:

Adquirir conocimientos en marketing digital

Es fundamental tener una base sólida en marketing digital antes de adentrarse en el Paid Media. Comprender los conceptos básicos del marketing en línea, como SEO, contenido, y redes sociales, te proporcionará una base sólida para crear estrategias de Paid Media efectivas.

Entender los distintos canales de Paid Media

Cada canal de Paid Media tiene sus propias peculiaridades y audiencias únicas. Es esencial que comprendas cómo funcionan los anuncios en motores de búsqueda, en redes sociales y en otros sitios web para poder seleccionar el canal adecuado para tus objetivos de marketing.

Conocer las herramientas de análisis y medición

El análisis de datos es crucial en el Paid Media. Debes aprender a utilizar las diversas herramientas de análisis disponibles para medir el rendimiento de tus campañas y realizar ajustes cuando sea necesario.

Implementar campañas efectivas

Crear campañas efectivas requiere una combinación de creatividad y análisis. Debes poder diseñar anuncios atractivos que conecten con tu audiencia y, al mismo tiempo, asegurarte de que tus estrategias están respaldadas por datos sólidos.

Optimizar el rendimiento de las campañas

El Paid Media es un proceso en constante evolución. Debes estar dispuesto a probar y ajustar tus campañas para mejorar su rendimiento continuamente.

PASE A LA PÁGINA 51 ►

◀ VIENE DE LA PÁGINA 50

Habilidades clave para ser un especialista en Paid Media

Para sobresalir como especialista, es importante que desarrolles ciertas habilidades clave:

Creatividad y habilidades de redacción

Ser creativo te ayudará a diseñar anuncios que destaquen entre la multitud. Además, las habilidades de redacción te permitirán crear mensajes persuasivos y convincentes para tu audiencia.

Análisis de datos y toma de decisiones basadas en datos

El análisis de datos te permitirá evaluar el rendimiento de tus campañas y tomar decisiones informadas para optimizarlas.

Pensamiento estratégico y capacidad para adaptarse a cambios

El Paid Media está en constante evolución, y necesitas poder adaptarte rápidamente a los cambios en el entorno digital para mantener una ventaja competitiva.

Conocimientos técnicos y habilidades en plataformas publicitarias

Es esencial que domines las herramientas y plataformas utilizadas como Google Ads, Facebook Business Manager, entre otras.

■ ¿Cuál es el futuro del Paid Media?

El Paid Media continuará evolucionando a medida que la tecnología avance y las preferencias del consumidor cambien.

Tendencias y avances tecnológicos en Paid Media

El uso de inteligencia artificial y aprendizaje automático en el Paid Media es una realidad y permitirá una segmentación más precisa y resultados más efectivos.

Integración con otras estrategias de marketing digital

El Paid Media se volverá aún más efectivo cuando se integre con otras estrategias de marketing digital, como el contenido orgánico y el SEO.

El Paid Media es una poderosa herramienta para que las marcas conecten con su audiencia objetivo en el mundo digital. A través de diferentes tipos de Paid Media, las empresas pueden aumentar su visibilidad y lograr resultados impactantes. Convertirse en un especialista en Paid Media requiere habilidades estratégicas, creativas y analíticas, así como una comprensión profunda del marketing digital. ■

ilan@sodadigital.com.mx

www.sodadigital.com.mx

PINTURA Y POESÍA

**A darle
que es mole de olla**

// GRACE NEHMAD AMKIE*

Muchos ánimos
para hacer mis tareas.
Guían estrellas.



*Filósofa, poeta y pintora. Autora de Mis mundos paralelos (en dichos y refranes, en seres mágicos y sus historias) en pintura y poesía.

RELATOS JUDÍOS**Goretti Lipkies**

// NEJEMYE TENENBAUM

Goretti es productora y actriz, ambos oficios inspirados en el trabajo de su madre, María Elena Velasco, quien le dio la vida a uno de los personajes más emblemáticos del cine y de la televisión mexicana, “La India María”. El aspecto judío de la familia de su padre, del actor Julián de Meriche, su madre, María Elena Velasco, su hermano Iván y ella, ha sido muy poco conocido, hasta ahora. Escucha el podcast. ■

**“Indecente” una experiencia teatral que no
te puedes perder**

// RINA RAJLEVSKY

Directora de Guimel

¿Alguna vez has deseado ver en el teatro una historia que te represente, en donde tengas más de un elemento en el que te puedas ver reflejada? ¿Una historia que se sienta cercana y conocida y que cuestione cosas que, aunque se narran a principios del siglo XX en Europa, siguen siendo relevantes hoy en día? Yo, sí. Y en “Indecente” encontré esta historia, una en la

que fueron tocadas las fibras más sensibles de mi cuerpo y de mi ser. “Indecente” es una obra de teatro que se presenta en el Teatro Helénico, en una muy corta temporada, de jueves a domingo y que no te puedes perder.

“Indecente”, escrita por la reconocida dramaturga Paula Vogel, es una puesta en escena deslumbrante que desafía las convenciones teatrales y emociona a la audiencia con su profunda y conmovedora narrativa. Esta representación, llevada a escena por un talentoso equipo creativo

PASE A LA PÁGINA 52 ▶

VIENE DE LA PÁGINA 51

encabezado por la extraordinaria dirección de Cristian Magaloni, logra transmitir de manera profundamente poderosa la carga emocional y el significado que hay dentro del mundo del teatro y lo que sucede cuando una obra aborda aquello de lo que no se habla y duele.

“Indecente” se presenta como una obra dentro de una obra, revelando el trayecto de un controvertido drama judío escrito a principios del siglo XX, “El D-os de la Venganza”, primera obra de teatro escrita por el afamado cuentista Sholem Asch, y su impacto a lo largo de los años, tanto dentro, como fuera de la comunidad judía de aquella época.

La historia sigue a una compañía de teatro en yidish, compuesta por un grupo de apasionados actores y actrices que luchan contra la censura y los prejuicios sociales mientras tratan de llevar su interpretación de “Indecente” a las tablas. Muestra, con una perspectiva muy humana, los defectos de carácter de una comunidad judía sumamente conservadora, cuya doble moral es criticada y puesta en tela de juicio por Sholem Asch, y más adelante en un juego metateatral, por Paula Vogel y por la misma historia, ya que esta obra de teatro está basada en hechos que sucedieron de verdad. Es por esto que, mientras escuchaba los textos de la obra ser dichos de manera bellísima y cuidadosa desde mi butaca del Teatro Helénico, me era inevitable pensar la vigencia de los mismos hoy, en pleno 2023, en donde la censura y la doble moral siguen siendo parte del cotidiano de nuestra sociedad y nuestro contexto. A su vez, ésta puesta en escena habla sobre temas tan universales como el amor, la pasión, pasando por el sentido de comunidad y pertenencia, mientras atestiguamos eventos históricos como lo son el Holocausto y la migración a Estados Unidos.

Lo que destaca más en esta producción es la forma en que la trama y los personajes están entrelazados, lo que crea una narrativa de múltiples capas que toca temas universales como la libertad de expresión, el amor entre dos mujeres, la discriminación y las consecuencias de cuestionar lo que se considera incuestionable. Todo esto de la mano de un talentoso y sensible elenco, el cual nos lleva de la mano a través de un torbellino de emociones en cada escena, puesto que su compromiso, entrega y convicción para con la historia que están contando, se hace evidente.

La dirección de esta puesta en escena es una verdadera maravilla. El uso inteligente del espacio escénico, la iluminación, el vestuario y la música, refuerzan la tensión dramática y sumergen al público en el ambiente íntimo y emotivo que caracteriza la obra. El elenco, compuesto por actores y actrices talentosas y comprometidas, logra capturar la complejidad de sus personajes, ofreciendo interpretaciones auténticas y profundamente conmovedoras, haciendo un homenaje al quehacer teatral.

La obra no sólo apela a los sentimientos del espectador, sino que también despierta reflexiones sobre la importancia de la libertad de expresión y cómo el arte puede trascender fronteras y desafiar las normas sociales impuestas. La trama trasciende lo superficial y se convierte en una experiencia



teatral transformadora, capaz de resonar con la audiencia mucho después de que el telón se haya cerrado.

Si bien “Indecente” es una obra que puede resultar emotiva y desgarradora en algunos momentos, también brilla por su profundo mensaje de resistencia y la celebración del arte en todas sus formas y lo destructiva que puede ser la falta de inclusión dentro de los contextos comunitarios y sociales. Vogel, de la mano de Magaloni, han creado una pieza teatral que se mantiene relevante en cualquier contexto y su puesta en escena en la Ciudad de México es una muestra impecable de su poder y significado.

En conclusión, no te puedes perder la puesta en escena de “Indecente”, es una puesta en escena con temática judía de primer nivel. Es un triunfo teatral que combina una narrativa excepcional con una dirección magistral y actuaciones conmovedoras. Esta obra demuestra cómo el teatro puede conmover, cuestionar y hacer que la audiencia reflexione sobre cuestiones fundamentales de la existencia humana. Si tienes la oportunidad de presenciar esta obra, no dudes en hacerlo; sin duda, será una experiencia inolvidable y profundamente enriquecedora.■

Porque no queremos que te pierdas esta obra, Guimel te invita al teatro. A las primeras 5 personas que manden un mail a rina@guimel.mx con su nombre completo y la función a la que quieren asistir, les regalaremos un pase doble.



CIERRE TEMPORAL DE ÁREAS EN BAÑOS CABALLEROS

Apreciable Socio, le informamos las fechas de cierre de distintas áreas de Baños Caballeros por mantenimiento mayor:

- Del lunes 24 al sábado 29 de julio, 2023: cierre del **Vapor Seco.**
- Del lunes 31 de julio, 2023 al lunes 7 de agosto, 2023: cierre de **Regaderas Adultos.**

Cabe aclarar que el cierre es por sección y las áreas de Casilleros no se verán afectadas, permanecerán abiertas.

Agradecemos su comprensión.



GUIDEMOS EL AGUA



ASEGÚRATE DE CERRAR BIEN LA LLAVE DESPUÉS DE USARLA



TOMA DUCHAS DE MENOS DE 5 MINUTOS



MIENTRAS TE CEPILLAS LOS DIENTES CIERRA LA LLAVE



Publicación semanal del Centro Deportivo Israelita, A.C.
 Av. Manuel Ávila Camacho 620 Lomas de Sotelo
 11200, Ciudad de México
 55-2629-7400
 cdi@cdi.org.mx www.cdi.org.mx

COMITÉ DE MARKETING

LIC. ILAN EICHNER
 Presidente

JOSÉ ENRIQUE LITENSTEIN
 MS. JACOBO PALOMBO
 LIC. ALEJANDRO PESEL
 MTRO. RICARDO PODOLSKY
 Vicepresidentes

ÁREA DE COMERCIALIZACIÓN

MTRA. NATALIA KACZYNSKA
 Dirección Comercial

LIC. ERI NARES
 Coordinador y Logística de Patrocinios

ELBA BAHENA
 Asistente

GUADALUPE COLÍN
 Telemarketing

TERESA MARTÍNEZ
 Ejecutiva de Ventas

ÁREA DE COMUNICACIÓN



LIC. REBECA WALDMAN
 Subdirectora de Difusión y Diseño

MAURICIO CORONEL GUZMÁN
 Jefe de Edición

LIC. CARMEN HERNÁNDEZ
 LIC. ALEJANDRO CARRASCO
 LIC. YESICA PEÑA
 LIC. LUIS VELÁZQUEZ
 Diseño Gráfico

LIC. CAROLINA ROMERO
 Coordinadora de Redes Sociales
 LIC. EFRAÍN GUERRERO
 Generador de Contenido

LIC. MICHAELL SALDÍVAR
 LIC. ALBERTO LUQUEÑO
 LIC. MA. FERNANDA TÉLLEZ
 Editores Multimedia

LIC. BRAULIO SOLÍS
 Diseñador Multimedia

LIC. LESSLIE ARREDONDO
 Fotografía

FRANCISCO PADILLA
 Mensajero

AGRADECEMOS EL APOYO DE ARCHIVO HISTÓRICO MIGUEL LITCHI DEL CDI

COLABORADORES

ILAN ARDITTI
 ESTRELLA ABADI
 ALBERTO CALIXTO
 EITHAN FRID
 RAFAEL JABER
 LUCERO MORA
 GRACE NEHMAD
 RINA RAJLEVSKY
 ANGIE RÍOS
 MARCOS SCHWARTZMAN
 NEJEMYE TENENBAUM
 SHLOMO ZUCKIER

Nota:
Incluimos las novedades de la última edición de la ortografía de la lengua española

CARTAS A LA REDACCIÓN:
 CDINFORMA@CDI.ORG.MX

LOS ARTÍCULOS Y LOS ANUNCIOS PUBLICADOS SON EXCLUSIVA RESPONSABILIDAD DE SUS AUTORES Y DE LOS ANUNCIANTES.



VENTA DE ESPACIOS PUBLICITARIOS

Anúnciate con nosotros y potencializa tu negocio

Informes con Teresa Martínez

Tel. 55 2629 7400 Ext. 552
 Celular: 55 4551 9054
 Correo: martinezt@cdi.org.mx

AVISO IMPORTANTE




Se les informa que a partir de esta fecha, será necesaria la tramitación de la **CREDENCIAL DEL CDI PARA AUXILIARES DOMÉSTICAS**, ya que solo se permitirá el ingreso con esta identificación al CDI y a Punto CDI Monte Sinai.

El costo es de \$250 pesos, y el trámite se realiza en el Comité de Socios.

GAFETE DE ACCESO ACOMPAÑANTE



JOSEFINA ALCARÁZ HERNÁNDEZ
 MEMBRESÍA DE VÍNCULO
 23784-00



NOMBRE DEL TITULAR DE LA MEMBRESÍA
 RAQUEL MICHAN TAUCHI

Para mayores informes llamar al 552629 7400 extensiones 422, 409, 410 y 402.

USO OBLIGATORIO DE TOALLA

Recuerda traer tu toalla, no se permitirá el uso del Fitness ni el acceso a las clases grupales sin ella.

El CDI cuenta con servicio de renta de toallas por \$12.00 pesos.





POR TU SEGURIDAD

Evita riesgos innecesarios al estacionar y permanecer en tu vehículo fuera del CDI.

EL CDI ES TU LUGAR MÁS SEGURO






AVISO DE PRIVACIDAD

<https://www.cdi.org.mx/aviso-de-privacidad>

CLASES DE BEYAJAD



GIMNASIA TERAPÉUTICA

GIMNASIA ESPECIAL



BAILE Y FORTALECIMIENTO

HISTORIA JUDÍA



ARTE Y PINTURA

FORTALECIMIENTO INTEGRAL



GIMNASIA CEREBRAL

ENTRE MUCHAS ACTIVIDADES MÁS

Informes en el Comité de Actividades
al teléfono 55 2629 7400,
extensiones 507 y 510.

COSTO MENSUAL \$700.00
Martes y jueves con servicio de alimentos y transporte