

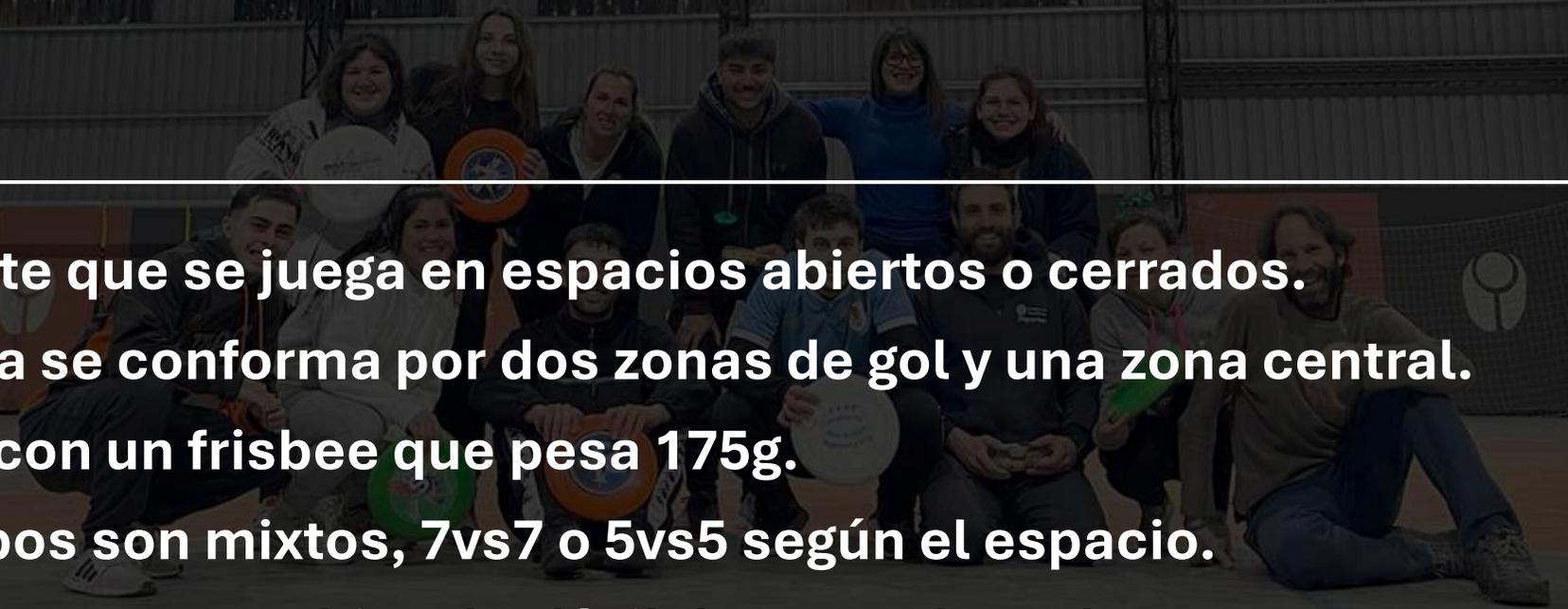
A photograph of two people playing Ultimate Frisbee on a field at dusk. The person on the left is wearing a dark blue long-sleeved shirt with a circular logo that says 'ELEVATE' and dark shorts, holding a white frisbee. The person on the right is wearing a white tank top and dark shorts with a red stripe. They are both in a ready stance. The background shows a fence and a building.

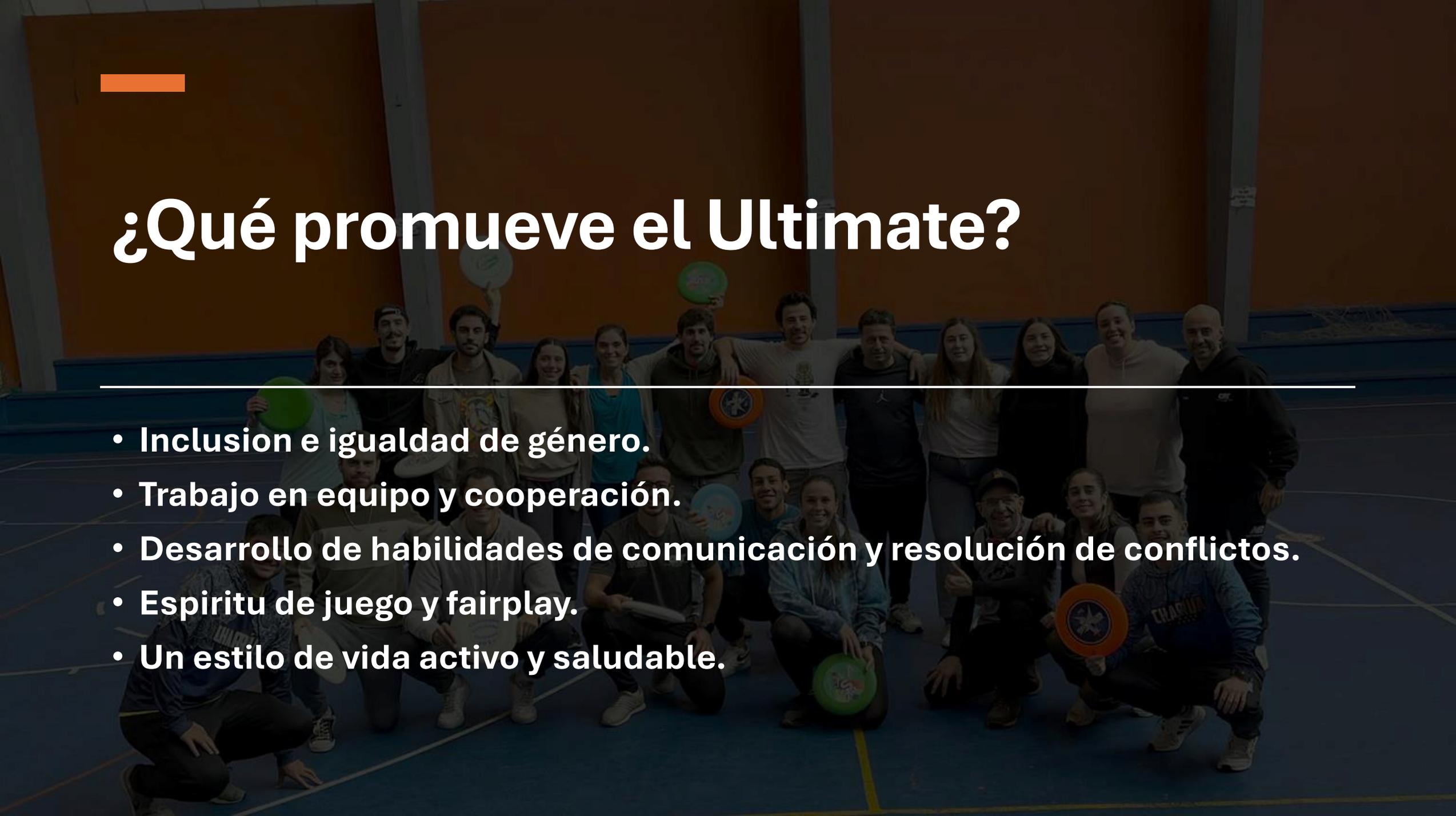
Ultimate es salud

Sobre un deporte solidario



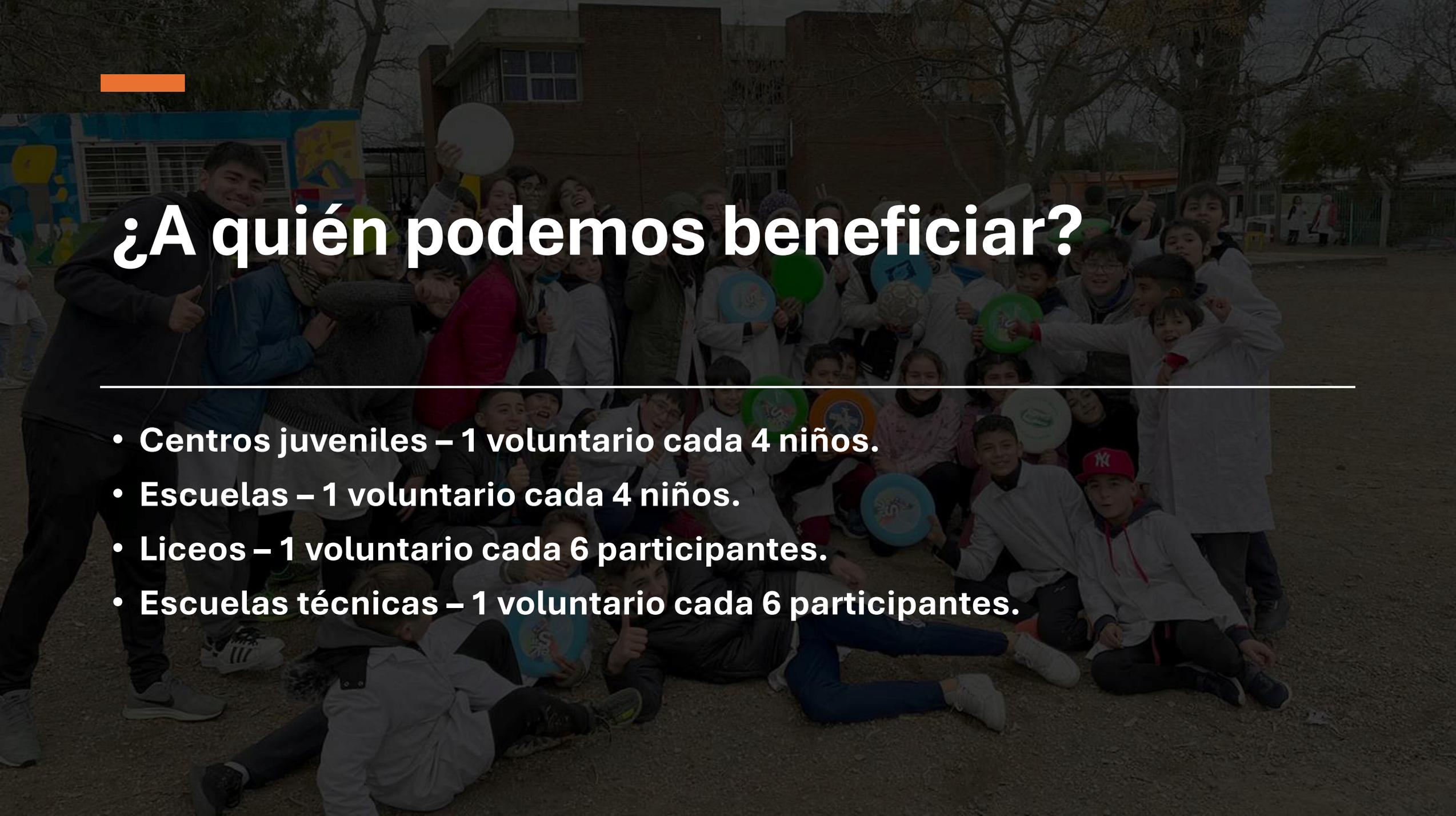
¿Qué es el Ultimate?

- Un deporte que se juega en espacios abiertos o cerrados.
 - La cancha se conforma por dos zonas de gol y una zona central.
 - Se juega con un frisbee que pesa 175g.
 - Los equipos son mixtos, 7vs7 o 5vs5 según el espacio.
 - Es un deporte autoarbitrado, fácil de aprender y de no contacto.
- 

A group of approximately 20 people, including men and women of various ages, are posing for a group photo on a blue sports court. They are arranged in two rows, with some kneeling in the front and others standing behind. Many of them are holding colorful frisbees (green, blue, orange). The background shows the blue and orange walls of the court. The overall image has a dark, semi-transparent overlay.

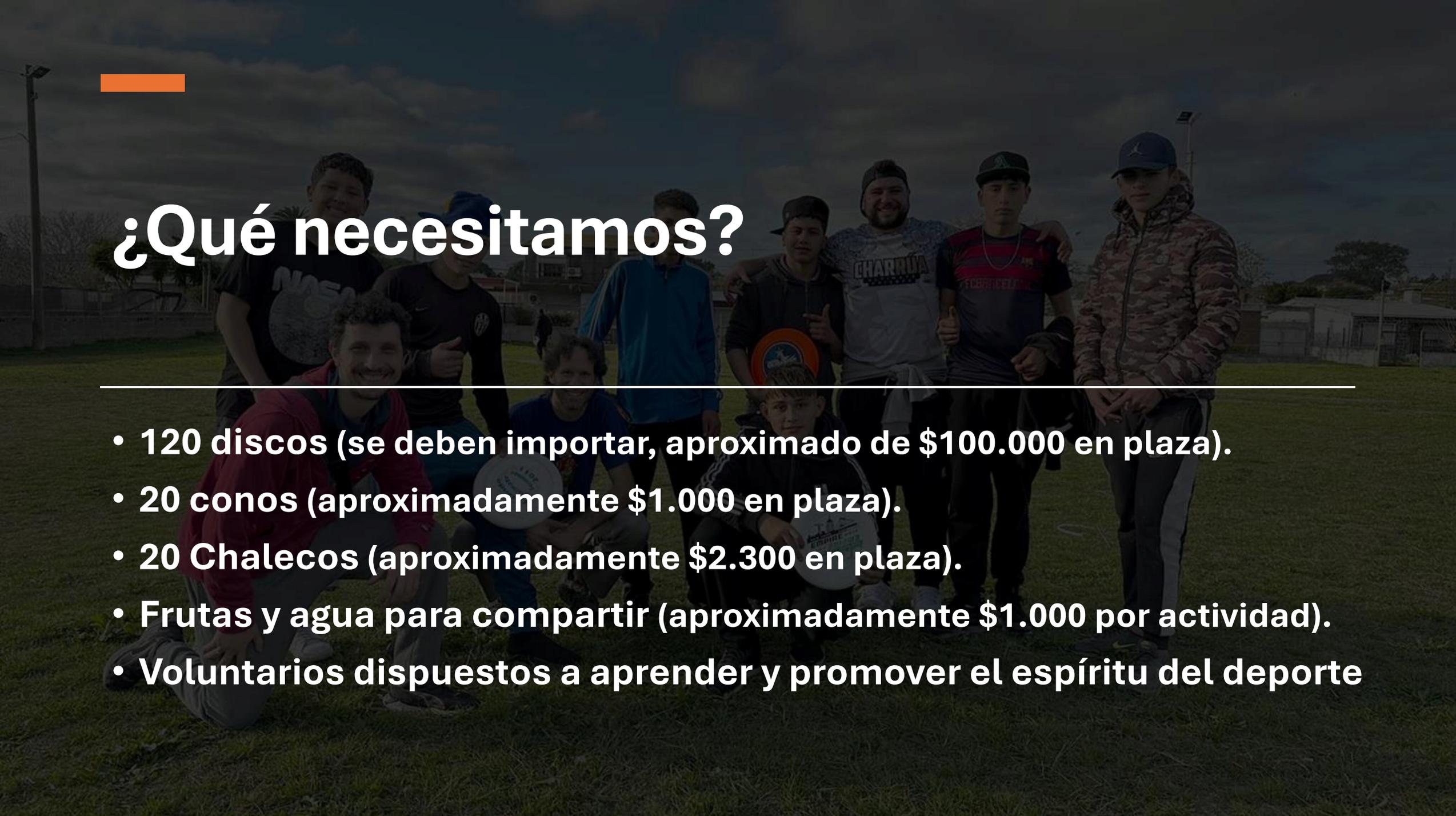
¿Qué promueve el Ultimate?

- **Inclusión e igualdad de género.**
- **Trabajo en equipo y cooperación.**
- **Desarrollo de habilidades de comunicación y resolución de conflictos.**
- **Espíritu de juego y fairplay.**
- **Un estilo de vida activo y saludable.**

A large group of children and young adults are gathered outdoors in front of a school building. Many of them are holding colorful balloons (blue, green, white, pink). They are smiling and looking towards the camera. The scene is set in a schoolyard with trees and a brick building in the background. An orange horizontal bar is located in the top left corner of the image.

¿A quién podemos beneficiar?

- **Centros juveniles – 1 voluntario cada 4 niños.**
- **Escuelas – 1 voluntario cada 4 niños.**
- **Liceos – 1 voluntario cada 6 participantes.**
- **Escuelas técnicas – 1 voluntario cada 6 participantes.**



¿Qué necesitamos?

- 120 discos (se deben importar, aproximado de \$100.000 en plaza).
- 20 conos (aproximadamente \$1.000 en plaza).
- 20 Chalecos (aproximadamente \$2.300 en plaza).
- Frutas y agua para compartir (aproximadamente \$1.000 por actividad).
- Voluntarios dispuestos a aprender y promover el espíritu del deporte