



En la 'bici' por su hija.

Karina Sarmiento, de 39 años, decidió entrar al grupo de Todas en Bici por su pequeña hija Nina de 6 años. “Nunca

aprendí a montar bicicleta en la niñez y ahora quiero enseñarle a mi hija para disfrutar de esto juntas”. Karina, de la provincia de Manabí, entró a este curso sin haber subido a una bicicleta en toda su vida y a los 30 minutos de su primera clase ya estaba montando con soltura. “El tema de montar bicicleta se ha convertido en algo más común en la ciudad y que es importante practicar”. Karina espera ansiosa el día de la graduación para poder mostrar su progreso en el Ciclopaseo.



Un hobby compartido.

“Me llamó mucho la atención ver a las mujeres con las camisetas de Todas en Bici. Empecé a averiguar y por medio

de Internet me inscribí e ingresé a este curso.” **Dasya Arroyo** tenía algún conocimiento previo sobre montar bicicleta, pero por falta de tiempo durante muchos años no pudo volver a practicar y ahora, gracias a este grupo, ha recobrado su amor por este deporte. “Entre las chicas nos motivamos y nos ayudamos, he tenido un progreso único y recuperé la confianza”. Dasya, junto a su esposo, salen a montar bicicleta desde que inició el curso y siente más confianza al estar subida en la bicicleta.



Olvidando el trauma.

Una fuerte caída a los 12 años le impidió a **Ximena Cobos** volver a montar bicicleta. El miedo y el temor la acecharon durante casi 20 años. Ahora, a sus 31 años, tuvo una motivación especial para volver a montar bicicleta: salir con su esposo y enseñarle a montar a su pequeña hija de 4 años. “Mi progreso ha sido increíble, recuperé el equilibrio y, desde la primera clase, tuve la confianza de lanzarme sin temor a montar. Realmente el curso ha superado mis expectativas”. Ximena quiere practicar más para que el ciclismo se convierta en una actividad familiar y poder acompañar a su esposo a los paseos. Su próximo reto es ir al Chaquiñán.”



El Quito que queremos
es el Quito que hacemos

*Nuevo rostro.
¡Mismo corazón!*

**CONQUITO, los servicios que necesitas
para convertir tus ideas en realidad**

Capacitación para el Trabajo <<
Alfabetización Digital <<
Bolsa Metropolitana de Empleo <<
Agricultura Orgánica <<
Desarrollo Empresarial <<

www.conquito.org.ec

Av. Maldonado Oe1-172 y Carlos María de la Torre Telf: 398-9000

