"El nivel de práctica deportiva y actividad física realizado en la sociedad determina el grado de calidad de vida existente. Confirma su status social y da buena cuenta de la salud física, psíquica y social de sus habitantes. Castilla – La Mancha puede presumir de un índice de salud superior al resto de la media nacional."

## El club Balonmano C. Real

Si hablamos de la actualidad, entre los equipos castellano manchegos, destaca el Club Balonmano Ciudad Real, que es uno de los mejores equipos del mundo en la actualidad. Estos son algunos de los premios que ha conseguido en los últimos años:

- 2 veces campeón del Mundo de Clubes de Balonmano
- 3 veces campeón de la Supercopa de Europa
- 2 veces campeón de la Recopa de Europa
- 3 veces campeón de la Copa de Europa
- 5 veces campeón de la Liga Española de balonmano
- 5 veces campeón de la Copa Española de balonmano
- 2 veces campeón de la Copa del Rey de balonmano
- 2 veces campeón de la Supercopa de España

## El ciclista Bahamontes

A lo largo de los tiempos han surgido, además, grandes deportistas de fama internacional nacidos en Castilla–La Mancha. Entre ellos debemos destacar a Federico Martín Bahamontes. Este famoso ciclista nació el 9 de julio de 1928 en Santo Domingo-Caudilla, Toledo. Fue apodado El Águila de Toledo. Fue un ciclista profesional entre 1954 y 1965, periodo durante el cual logró 74 victorias. Venció en el Tour de Francia 1959. Ganó el Gran Premio de Montaña dos veces en la Vuelta a España, una en el Giro de Italia y seis en el Tour de Francia. Desde hace más de 40 años es director de la Vuelta Ciclista a Toledo .

## Santiago Cañizares

Nació en Puertollano, Ciudad Real.Ha sido portero del Celta de Vigo, del Real Madrid y del Valencia C.F. Con ellos ha ganado 4 ligas, cuatro Supercopas de España y dos Copas del Rey; siendo el Trofeo Zamora (el portero menos goledado) en 4 temporadas. Además ha sido portero de la Selección Española, con la que ha jugado 46 partidos.

Bahamontes

## Álvaro Bautista

Nació en Talavera de la Reina, Toledo. Es piloto profesional de motociclismo. Su mayor logro ha sido convertirse en campeón del mundo de 125cc, en 2006. También fue campeón de España de 125cc en 2003. En 2009, quedo 4º en la categoria de 250cc. Ha conseguido 16 victorias en Grandes Premios, 47 podios, 17 poles y 16 vueltas rapidas en carrera.

## Feliciano López

Es jugador profesional de tenis. Nació en Portillo de Toledo. Fue el primer tenista español en llegar a cuartos de final de Wimbledom.

## Andrés Iniesta

Es jugador de fútbol del Barcelona y de la Selección Española de Fútbol, con la que ha sido campeón de Europa. Nació en Fuentealbilla, Albacete.

En la actualidad existen en nuestra región 39 federaciones deportivas. Entre ellas podemos destacar algunas federaciones de deportes tan conocidos como el tenis, el atletismo, el baloncesto, el ciclismo o el balonmano; y otras federaciones de deportes menos conocidos como el triatlón, el taekwondo o las actividades subacuáticas.

Nuestra región cuenta con un gran número de programas y actividades deportivas entre las que podemos destacar el deporte en edad escolar, el deporte universitario o los Trofeos de la Junta de Comunidades de CLM.