

# INSTITUTO DEL DEPORTE DE COLIMA

---



Gobierno del  
Estado Libre  
y Soberano de  
**Colima**

## Información Relevante del Estado

Fundada en 1523 el nombre de Colima, viene del náhuatl Acolman, que significa "lugar donde tuerce el agua" o "lugar donde hace recodo el río". El territorio de Colima, del que casi tres cuartas partes de superficie están cubiertas por montañas y colinas, queda comprendido dentro de una derivación de la Sierra Madre del Sur, que se compone de cuatro sistemas montañosos. A pesar de ser una pequeña entidad, Colima posee monumentos históricos como la catedral, de estilo neoclásico; el Palacio de Gobierno, con los magníficos murales del pintor colimense Jorge Chávez Carrillo, que ilustran temas históricos relativos a la Conquista, la Colonización y la Guerra de Independencia. Otros lugares culturales y arquitectónicos que destacan son: El Teatro Hidalgo, que data del siglo XIX; el Templo de San Francisco del Pilin, fundado en 1554; la Casa de la Cultura, con una increíble biblioteca, sala de exposiciones, auditorio y talleres de diversas actividades artísticas. El estado costero de Colima continúa sus límites océano adentro, hasta las islas Revillagigedo; reservas ecológicas, pobladas únicamente por aves marinas y por los miembros de la armada que resguardan esta frontera del país. Colima ha engullido puntos que estuvieron en las afueras hasta muy avanzado del siglo XX, como San Francisco de Almoloyan o las zonas arqueológicas de La Campana y El Chanal.

**Colima** es uno de los estados, que junto con la Ciudad de México, conforman las treinta y dos entidades federativas de los Estados Unidos Mexicanos.

Limita al norte con el estado de Jalisco, al sur con el estado de Michoacán y al oeste con el océano Pacífico. Es el tercer estado más pequeño del país, y su Índice de Desarrollo Humano es alto.

Políticamente se divide en 10 municipios. Su capital recibe el mismo nombre: Colima. Otras localidades importantes son Manzanillo, Tecomán, Armería, Comala, Villa de Álvarez, Cuauhtémoc, Ixtlahuacán, Coquimatlan y Minatitlán.

# TURISMO



# GASTRONOMIA

Entre los platillos colimenses más gustados y representativos del estado están los **sopitos** -pequeñas tostadas cubiertas con picadillo y bañadas en “jugo”-; los **sopes gordos**, de **pata**, lomo o pollo; y las tostadas de las mismas carnes y preparadas sobre tortillas raspadas y doradas.

El **pozole de cerdo** es la **merienda tradicional**, con la característica de ser seco. Otros guisos típicos son el tatemado -carne de cerdo macerada en vinagre de coco y guisada en chile colorado-, la pepena -vísceras guisadas-; y la cuachala -maíz martajado y cocido con pollo deshebrado.

Las variedades locales del tamal son pata de mula -de frijol, envueltos en “hoja” de maíz, no en **totomoxtle**-; los de carne y los de elote tierno. Comala se distingue por la producción de productos lácteos, como quesillo ranchero, panela y crema; también, junto con **Villa de Álvarez**, por su pan dulce, del que destacan los bonetes o picón de huevo.

Durante la temporada de lluvias es posible disfrutar los chacales, o langostinos de río, preparados en caldo. Igualmente en ese tiempo, en la costa, los moyos -variedad del cangrejo moro-, guisado a la diablo. Existen criaderos de langostinos que aseguran el abasto permanente de esta delicia culinaria, disfrutable en caldos, a la mantequilla, al ajo o simplemente cocidos. Diferente a la forma que tiene de prepararse en los estados vecinos, el cebiche de **Colima** se hace desmenuzando finamente el pescado y mezclándole zanahoria, además de los ingredientes comunes a este platillo. El pescado a la talla es una especialidad muy apreciada; éste se prepara con un pescado entero, abierto y cubierto con verdura picada, luego envuelto en hoja de plátano y asado a las brazas.

## **GASTRONOMIA**

---

Tres son las bebidas refrescantes típicas de **Colima: tejuino, tuba y bate**. El tejuino se prepara con un atole de maíz martajado y panocha y se sirve con abundante hielo, sal y limón. La tuba, de origen filipino, es la sabia del cocotero, que se extrae cortando el cogollo de lo que formaría el racimo de cocos. Esta puede tornarse natural, almendrada o compuesta con fruta picada y cacahuates. El bate se hace con chan -una semilla de la familia de la chía-, y se sirve con miel de panocha. La única bebida alcohólica fabricada actualmente en **Colima es el ponche de Comala**, que lo hay de granada -el más tradicional-, ciruela pasa, cacahuete, guayabilla y tamarindo. En su preparación se utiliza mezcal producido en la región del volcán, localmente llamado tuxca.

Con el coco se produce una gran variedad de dulces típicos, como el alfajor y distintos tipos de cocadas. También se fabrican dulces de tamarindo, alfajores de piña, rollos de guayaba, borrachitos de leche con canela y plátanos deshidratados.



# GASTRONOMIA



# AJEDREZ

## **Instalación:**

**Casa de la Cultura de Villa de Álvarez.**

## **Dirección:**

**Av. Enrique Corona Morfín esquina con  
J. Merced Cabrera, col, centro, en Villa  
de Álvarez, Col..**

## **FECHA DEL EVENTO:**

**Del 14 al 17 de abril de 2016.**



# Voleibol de Sala

## Instalación deportiva:

Unidad Deportiva Morelos.

## Dirección:

Av. Camino Real s/n, col. El Diezmo, Colima, Col.

## Fecha del evento:

Del 21 al 24 de abril de 2016.





## Voleibol de Sala

### Instalación deportiva:

Polideportivo Central de la Universidad de Colima

### Dirección:

Av. Universidad s/n, a un costado del banco Santander

### Fecha del evento:

Del 21 al 24 de abril de 2016.



# Voleibol de Sala

## Instalación deportiva:

**Auditorio Paralímpico "Hilda Ceballos de Moreno"  
de la Unidad Deportiva Morelos**

## Dirección:

**Calle José Luis Doblado s/n, a un costado de la  
Unidad Morelos.**

## Fecha del evento:

**Del 21 al 24 de abril de 2016.**

