



CONFERENCIA DE ENTRENADORES

DEL CAMPEONATO NACAC DE ATLETISMO

MIÉRCOLES 8 DE AGOSTO AL DOMINGO 11 DE AGOSTO
ESTADIO VARSITY

CLASES EN AULA Y SESIONES
PRÁCTICAS EN LA PISTA
ORGANIZADAS DURANTE EL
CAMPEONATO NACAC

\$150 PARA OBTENER ACCESO ILIMITADO



PANELISTAS CONFIRMADOS



JULI BENSON
Ex entrenadora del atleta olímpico canadiense Kevin Sullivan



VICKIE CROLEY
Entrenadora principal de la Universidad de Western Ontario (entrenó a Damian Warner)



JEREMY FISCHER
Maximum Velocity Athletics



DONNA HARRIS
Ex directora ejecutiva de Atletismo Manitoba



LEROY BURRELL
Ex Holde record mundial, 100m, Entrenadora principal de la Universidad de Houston Atletismo)



CARMYN JAMES
Ex entrenadora principal de la Universidad de Hawaii



HARRY MARRA
OTC Elite, entrenador de Ashton Eaton y Brienne Theisen-Eaton



RICHARD PARKINSON
Entrenador de lanzamientos de Atletismo Canadá, entrenador de Brittany Crew



BROOKE RASNICK
Entrenadora asistente de la Universidad de Louisville

TEMAS DE LA CONFERENCIA

- La ciencia del movimiento
- El desarrollo de los saltos horizontales hacia el nivel elite
- Enfoques físicos y mentales a las carreras de distancia
- Panorámica del programa de entrenamiento de Atletismo Canadá
- Mujeres entrenadoras
- La secuencia del entrenamiento
- Entrenamiento de fuerza reactiva
- Dirigir un programa de entrenamiento a nivel universitario
- Eventos aleatorios de la Impulsión de la Bala
- La función y las limitaciones de un modelo técnico
- Las vallas en las pruebas combinadas
- Salto con pértiga
- La planificación de los lanzamientos
- Entrenar la bala rotativa a las mujeres
- El bienestar de los entrenadores

Para obtener más información, contactar a

John Lofranco

jlofranco@athletics.ca 613-260-5580 x 3314

athletics.ca/toronto2018

MIÉRCOLES 8 DE AGOSTO AL DOMINGO 11 DE AGOSTO ESTADIO VARSITY

HORARIO DE LA CONFERENCIA

Jueves 9 de agosto

9:00am-11:00am

- En el aula
- La ciencia del movimiento en detalle - Harry Marra (OTC Elite, entrenador de Ashton Eaton y Brienne Theisen-Eaton)
- El desarrollo de los saltos horizontales hacia el nivel elite - Jeremy Fischer (USOTC San Diego)
- Enfoques físicos y mentales a las carreras de distancia - Juli Benson (Ex entrenadora del atleta olímpico canadiense Kevin Sullivan)

12:00pm-2:00pm

- En la pista
- La ciencia en el entrenamiento de la longitud y la arrancada en bloques - Harry Marra
- Puntos comunes de la práctica de los ejercicios de salto - Jeremy Fischer
- Entrenamiento de carreras de distancia - Juli Benson

5:30pm-7:30pm

- Panel de debate

5:30pm-5:45pm

- Panorámica del programa de entrenamiento de Atletismo Canadá (John Lofranco)

5:45pm-6:45pm

- Mujeres entrenadoras (Juli Benson, Vickie Croley, Carmyn James, Brooke Rasnick)

6:50pm-7:30pm

- Sesión general de preguntas y respuestas (Juli Benson, Leroy Burrell, Vicky Croley, Jeremy Fischer, Carmyn James, Harry Marra, Richard Parkinson, Brooke Rasnick, Wolfgang Ritzdorf)

Viernes 10 de agosto

2:00pm-3:00pm

- La secuencia del entrenamiento - Harry Marra
- Salto de altura: modelos técnicos y cualidades físicas con Wolfgang Ritzdorf (Director del Centro Mundial de Salto de Altura de la IAAF)

- Esprints - Leroy Burrell (Ex Holde record mundial, 100m, Entrenadora principal de la Universidad de Houston Atletismo)
- Dirigir un programa de entrenamiento a nivel universitario - Carmyn James (Ex entrenadora de la Universidad de Hawaii)

3:00pm-5:00pm

- En la pista
- Eventos aleatorios de la Impulsión de la Bala - Harry Marra
- Salto de altura: ejercicios técnicos y de salto por Wolfgang Ritzdorf
- Esprints - Leroy Burrell

Sábado 11 de agosto

8:00am-10:00am

- En el aula
- Las vallas en las pruebas combinadas - Vickie Croley (Entrenadora principal de la Universidad de Western Ontario, entrenó a Damian Warner)
- La pértiga - Brooke Rasnick (Entrenadora de pértiga en la Universidad de Louisville)
- La planificación de los lanzamientos - Richard Parkinson (Entrenador de lanzamientos de Atletismo Canadá, entrenador de Brittany Crew)

10:00am-12:00pm

- En la pista
- Las vallas en las pruebas combinadas - Vickie Croley
- La pértiga - Brooke Rasnick
- Entrenar la bala rotativa a las mujeres - Richard Parkinson

8:00pm-10:00pm

- Clausura

8:00pm-9:00pm

- El bienestar de los entrenadores - Donna Harris (Ex directora ejecutiva de Atletismo Manitoba)

9:00pm-10:00pm

- Por confirmar

Horario, sujeto a cambios

Para obtener más información, contactar a

John Lofranco | jlofranco@athletics.ca | 613-260-5580 x 3314

athletics.ca/toronto2018

BIOGRAFÍA DE LOS PANELISTAS

Juli Benson (Ex entrenadora del atleta olímpico canadiense Kevin Sullivan)

Juli Benson es una de las entrenadoras de fondo más dotadas en el país. Benson exhibe una vasta experiencia como entrenadora, que incluye su trabajo en entidades como Penn State, la Air Force Academy, George Mason, Georgetown y James Madison.

Durante su estancia en la Universidad Georgetown, Benson llevó a Chris Lukezic el título nacional juvenil de Estados Unidos y al cuarto lugar en las eliminatorias olímpicas de 2014. En 2005 fue plata en el Campeonato de Estados Unidos en 1500m, distancia en la cual avanzó a semifinales en el Mundial de ese año en Helsinki, Finlandia.

De igual modo condujo a Treniere Clement al segundo lugar en el Campeonato NCAA al aire libre en 2004 y a más de 20 atletas a recibir la condición de "All-American" con honores de la USATFCCCA durante su labor con el equipo Hoyas de Georgetown.

A nivel internacional, Benson entrenó a la estadounidense Jenny Barringer Simpson a conseguir el oro en 1500m en el Mundial de 2011 en Daegu, Corea del Sur, y un puesto en los Juegos Olímpicos de 2012. Con anterioridad preparó al mediodfondista Kevin Sullivan a batir los récords canadienses de 3000m bajo techo y al aire libre. Bajo su égida, Lukezic llegó séptimo en el Mundial bajo techo de 2006 y convertirse el séptimo hombre más de todos los tiempos en 1500m Estados Unidos.

Benson fue designada entrenadora asistente del equipo femenino de Estados Unidos en el Mundial de 2007 en Osaka, Japón, y preparadora de la escuadra juvenil de Estados Unidos para el Mundial de carrera a campo traviesa en 2003 en Lausana, Suiza, donde el conjunto alcanzó el mejor puesto en su historia. Asimismo, fue electa al consejo asesor de la Asociación de Mujeres Entrenadoras de Atletismo de Estados Unidos y fungió como representante de alto rendimiento para las carreras de media distancia en la federación de atletismo de su país (USATF).

Como atleta, Benson representó a Estados Unidos en los 1500m de los Juegos Olímpicos de 1996. Patrocinada por Reebok International y la corporación Asics Tiger, Benson participo en mas de 200 competencias nacionales e internacionales.

En sus estudios posee la licenciatura en Ciencias Políticas y una maestría en administración deportiva en la Universidad James Madison. En 2002 fue exaltada al Salón de la Fama de esa casa de altos estudios.

Benson y su esposo, Bob Benson, entrenador adjunto de futbol americano en la Universidad Penn State, tienen una hija llamada Kaylyn.

Leroy Burrell (Ex recordista mundial de 100m y entrenador principal de la Universidad de Houston)

Leroy Burrell mejoró el récord mundial de 100 metros en dos ocasiones. Primero fijó un crono de 9.90 segundos en junio de 1991. Esa marca fue superada por Carl Lewis, quien corrió 9.86 en el Mundial de ese año en septiembre en Tokio, donde Burrell terminó segundo con tope personal de 9.88 segundos. En julio de 1994, Burrell superó el récord mundial por segunda vez con tiempo de 9.85, una marca que se mantuvo vigente hasta el triunfo de Donovan Bailey con 9.84 segundos en los Juegos Olímpicos de 1996.

Burrell conquistó el oro de los Juegos de la Buena Voluntad en Seattle 1990, delante de Lewis. Al año siguiente ganó plata en el Mundial de 1991. En los Juegos Olímpicos de Barcelona 1992, Burrell concluyó quinto en 100m e integró la cuarteta ganadora en el relevo 4x100 metros.

Desde su retiro como atleta en 1998, Burrell tomó el relevo de su ex mentor Tom Tellez como entrenador del equipo de atletismo de la Universidad de Houston. Burrell ha conducido a esa institución a 14 triunfos por equipos masculino de conferencia en el atletismo universitario de Estados Unidos (nueve en pista cubierta y cinco al aire libre) y otros nueve títulos femeninos (cuatro bajo techo y cinco al aire libre).

En 2014 fue exaltado al Salón de la Fama de los Entrenadores de Atletismo de Texas.

Para obtener más información, contactar a

John Lofranco | jlofranco@athletics.ca | 613-260-5580 x 3314

athletics.ca/toronto2018

BIOGRAFÍA DE LOS PANELISTAS

Vickie Croley (Entrenadora principal de la Universidad de Western Ontario, entrenó a Damian Warner)

La hoja de servicios de Croley también incluye designaciones al equipo nacional para el Mundial de 1995, los Juegos Commonwealth de 2014, el Campeonato NACAC de Pruebas Combinadas en 2009, entrenadora de saltos y pruebas combinadas en los Juegos Mundiales Universitarios en 1991 y 2005, el Campeonato NACAC Sub-25 en 2002 y en varios duelos Canadá-Holanda en 1999, Canadá-Irlanda del Norte (1992), además de los Juegos de Verano de Canadá en 1989.

Croley ha recibido varios premios como entrenadora, entre ellos dos veces Entrenador del Año por la Alianza Deportiva de Ontario, el Premio de Entrenadores Petro Canadá, tres veces entrenador de atletismo universitario del año, cuatro veces entrenador del año en el atletismo universitario de Ontario y dos veces entrenadora del año en todos los deportes en el sistema universitario de Ontario. Croley fue exaltada al Salón de la Fama del Deporte de la Universidad McMaster y el Salón de la Fama de la Universidad Western. En 2017 fue reconocida como Mujer de Excelencia de YMCA en el oeste de Ontario. Croley se desempeñó como entrenadora principal de Damian Warner, medallista de bronce en los Juegos Olímpicos de 2016.

Jeremy Fischer (USOTC San Diego)

Jeremy Fischer es el director del programa de Residencia de la Federación de Atletismo de Estados Unidos (USATF) en el Centro Elite de Entrenamiento en Chula Vista, California. En los Juegos de Verano de 2016, el programa ganó cinco medallas olímpicas y 10 paralímpicas. Jeremy es el instructor jefe del programa de educación de entrenadores de USATF e instructor de la IAAF. Bajo su égida, sus atletas han ganado 13 medallas olímpicas y mundiales y más de 10 títulos nacionales.

Donna Harris (Ex directora ejecutiva de Atletismo Manitoba)

Donna es mamá, esposa, entrenadora y esposa de un entrenador. Acumula casi 20 años de experiencia en la gestión deportiva y el desarrollo de entrenadores, entre ellos 10 al frente del programa nacional de certificación de entrenadores de Atletismo Canadá, además de dedicarse al reclutamiento y la retención de los preparadores. De sus funciones a nivel nacional pasó al nivel provincial para desempeñarse como directora ejecutiva de Atletismo Manitoba. Recientemente, Donna completó su maestría en kinesiología en la Universidad de Manitoba. Su tesis se centró en el papel de la pasión en la actuación y la vida de entrenadores expertos y sus familiares. Donna está certificada con el nivel 4 de entrenadora profesional. En la actualidad trabaja como directora ejecutiva de Ráquetbol Canadá.

Jerry Howarth (Locutor retirado y entrenado de baloncesto a nivel de bachiller)

Jerry encontró su segunda casa en la cabina de radio del Exhibition Stadium y el Rogers Centre desde 1981 a 2017. En total transmitió más de 7500 partidos de béisbol, entre ellos las victorias de los Azulejos de Toronto en las Series Mundiales de 1992 y 1993. En 2012 fue exaltado al Salón de la Fama del béisbol canadiense por su contribución a ese deporte en el país. Como entrenador de baloncesto dirigió el Etobicoke Collegiate Institute durante 20 años y cinco con el club Islington Panthers.

Harry Marra (OTC Elite, entrenador de Ashton Eaton y Brianne Theisen-Eaton)

Harry Marra es sin duda el mejor entrenador de atletismo en el mundo. Ha formado no solo a los mejores atletas en el orbe sino también a los mejores entrenadores de varios países. Guió a Ashton Eaton a dos oros olímpicos y cinco récords mundiales y llevó a Brianne Theisen-Eaton a varias medallas mundiales, el bronce olímpico en 2016 y a convertirla en la mejor atleta canadiense en la historia.

Marra integró el equipo de entrenadores del Oregon Track Club Elite en el verano de 2010 como preparador del equipo de pruebas combinadas, en específico para trabajar el decatleta Ashton Eaton. Contratado por la Universidad de Oregón, Harry Marra llegó a Eugene en el verano de 2009. En 2010 trabajó como entrenador asistente en las temporadas al aire libre y bajo techo.

Ex decatleta, Marra fungió como entrenador principal del equipo nacional de decatlón de Estados Unidos entre 1990 y 2000. Durante ese periodo, el equipo batió todos los récords mundiales en el decatlón, con destaque para Dan O'Brien, oro olímpico en los Juegos Olímpicos de Atlanta 1996.

Para obtener más información, contactar a

John Lofranco | jlofranco@athletics.ca | **613-260-5580 x 3314**

athletics.ca/toronto2018

BIOGRAFÍA DE LOS PANELISTAS

Carmyn James (Ex entrenadora principal de la Universidad de Hawaii)

Carmyn James comenzó su carrera como entrenadora en la Universidad de Columbia Británica (UBC), en oeste de Canada. Al concluir su maestría en la Ciencia del Entrenamiento, Carmyn fue designada entrenadora principal de los Thunderbirds en ambos sexos de la UBC en 1988. En ese puesto fue seleccionada Entrenadora del Año por la Unión Atlética Interuniversitaria Canadiense y también fungió como instructora de la IAAF y la coordinadora nacional de saltos para Atletismo Canadá. De igual modo integro tres equipos nacionales entre ellos el del Mundial de 1995 para convertirse en la primera mujer canadiense en dirigir la selección nacional elite de su país. En 2000 fue contratada para revitalizar el programa femenino de la Universidad de Hawaii, insertada en la primera división del atletismo universitario de Estados Unidos o la NCAA.

Tras iniciar y dirigir la construcción de una premiada instalación de atletismo, James continuó entrenando a varios atletas universitarios de primer nivel, entre ellos Annett Wichmann y Amber Kaufman. Annett recibió el Premio Stan Bates a la Mejor Atleta Universitaria entre todos los deportes en la Conferencia Atlética del Oeste en 2009.

Annett ganó siete títulos de conferencia y sus ubicaciones mas altas en el Campeonato NCAA fue el cuarto lugar en el pentatlón bajo techo y el sexto lugar en el heptatlón.

Amber recibió el Premio Joe Kearney a la Atleta Más Destacada en todos los deportes en la Conferencia Atlética del Oeste en 2010. Ese año ganó el campeonato NCAA al aire libre y fue segunda en el certamen en pista cubierta. Después de 17 años de vivir en el trópico, Carmyn regresó a Canadá para estar más cerca de su familia. En la actualidad trabaja como entrenadora asistente en la Universidad de Toronto junto a uno de sus mentores, Carl Georgevski.

Brooke Rasnick (Entrenadora de pértiga en la Universidad de Louisville)

Brooke Rasnick funge como entrenadora de pértiga y pruebas combinadas en la Universidad de Louisville. Con anterioridad trabajo como entrenadora asistente de la Universidad Estatal de Kentucky y entrenadora asistente voluntaria en la Universidad de Oregón. En Louisville ha entrenado a varios atletas premiados como la condición de "All-Americans", entre ellos 10 atletas que han batido récords de la escuela. En sus años como atletas saltó para la Universidad Estatal de Wichita de 2004 a 2009, con una marca personal de 4.20m.

Wolfgang Ritzdorf (Director del Centro Mundial de Salto de Altura)

Dr. Wolfgang Ritzdorf es conferencista principal en la Universidad alemana del Deporte en Colonia, vicedirector del Instituto de Movimiento y Neurociencias y jefe del departamento de atletismo. Su investigación se centra en la fuerza y la técnica reactivas y el entrenamiento de los saltos.

A su vez funge como editor en jefe de todo material de saltos en el Sistema de Educación y Certificación de Entrenadores de la IAAF y como presentador principal en conferencias internaciones sobre entrenamiento y la Academia de la IAAF. Ex entrenador de las saltadoras de altura alemanas, Ritzdorf se desempeña como director del Centro Mundial de Salto de Altura de la IAAF, donde ha entrenado a nueve saltadores con experiencia en campeonatos mundiales o Juegos Olímpicos desde 2007.

Para obtener más información, contactar a

John Lofranco | jlofranco@athletics.ca | **613-260-5580 x 3314**

athletics.ca/toronto2018

BIOGRAFÍA DE LOS PANELISTAS

Richard Parkinson (Entrenador de lanzamientos en Atletismo Canadá, entrenador de Brittany Crew)

- Entrenador de lanzamientos de nivel 5 de la IAAF
- Certificación Nacional de Entrenadores de Canadá (NCCP) Nivel 5
- Premio Dr. Doug Clement al Mejor Entrenador de 2017 por Atletismo Canadá
- Mejor Entrenador de 2017 por Atletismo Ontario

Después de 25 años de una exitosa carrera como ejecutivo de mercadotecnia y publicidad corporativa, Richard ha tenido la suerte de convertir su pasión de toda la vida de entrenar los lanzamientos en una segunda carrera profesional como preparador de la próxima generación del atletismo canadiense. Un adiestrador apasionado y entregado a sus discípulos con más de 20 años de trabajo desarrollando atletas dentro y fuera del campo, Richard comprende sus necesidades individuales para motivarlos a conseguir los resultados deseados.

Richard exhibe una exitosa trayectoria como entrenador a nivel provincial, universitario y nacional. En fecha reciente, sus atletas comienzan a hacerse notar en el ámbito internacional: medalla de bronce en la Universiada Mundial de 2015, quinto lugar en el Mundial de 2017 y el oro en la Universiada 2017, mejor puesto de una mujer canadiense en los lanzamientos. A estos éxitos se unen dos medallas de oro con récords nacionales en Juegos de la Commonwealth de la Juventud de 2017.

Sus dos atletas más aventajados, los balistas Tim Nedow y Brittany Crew, se alzaron con medallas de bronce en los Juegos de la Commonwealth de 2018. En su hoja de servicios resaltan 10 asignaciones a equipos nacionales como entrenador, entre ellas tres campeonatos mundiales, los Juegos Panamericanos de 2015, los Juegos Olímpicos de 2016 y los Juegos de la Commonwealth en 2018.

Un planificador de alto vuelo técnico y analítico, Richard es incansable a la hora de monitorear el progreso de entrenamiento de cada atleta para asegurarse que puedan rendir al máximo en el lugar y tiempo adecuados.

Richard siempre se encuentra a la búsqueda constante del éxito en el alto rendimiento y a la vez ofrece los mejores avances técnicos y de preparación a sus atletas. De esa forma ha desarrollado relaciones de larga data con varios de los mejores entrenadores de lanzamientos en el país y el mundo.

Richard colabora con frecuencia y comparte información con otros entrenadores, y a la vez participa en campamentos de entrenamiento, clínicas, entrenamiento de carreras de campo travesía, a nivel universitario y conferencias de entrenamientos alrededor del mundo. En el otoño de 2018, Richard comenzará el programa de Diploma de Entrenamiento Avanzado (ACD) en la sede de Ontario del Instituto Canadiense de Deportes (CSIO).

Para obtener más información, contactar a

John Lofranco | jlofranco@athletics.ca | 613-260-5580 x 3314
athletics.ca/toronto2018