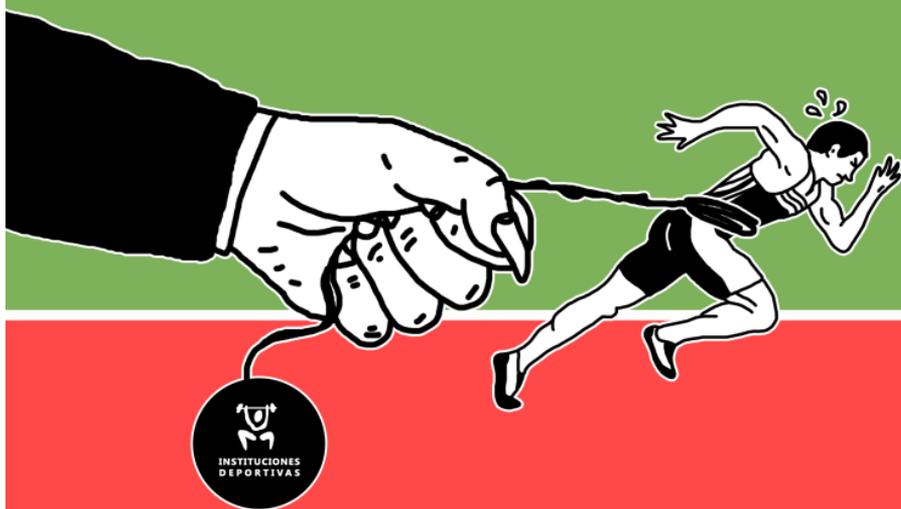


UNA  
~~LA~~ TRUCULENTA  
HISTORIA  
DEL ATLETISMO  
EN MÉXICO





**La Una Truculenta Historia del Atletismo en México**

**Ricardo Flores Gómez**

## Prólogo

La primera vez que Ricardo me platicó que se dedicaba a la realización de este libro, me pareció asombroso. Ricardo suele ser del tipo de personas intrépidas y aventureras, que están aquí o por allá y en todas partes.

Tiene un deseo vehemente por crecer, por mejorar, por buscar alternativas y soluciones para recuperar a su favor algunas centésimas de segundo, y ¿Por qué no? unos segundos de carrera a su cuenta.

Es el tipo de atleta, de los pocos, que logró destacar a edad avanzada, y es el tipo de atleta que muchos han admirado y admiran por su gran determinación, constancia y sueños imparables. Me atrevo a decir que hablar y creer este “cachito” de realidad de nuestro atletismo, me causa gran tristeza, pero a su vez, imagino con esperanza lo que podemos cambiar como mexicanos y sobretodo, como atletas, con proyectos donde alzamos las voces, somos escuchados, expresamos opiniones, nos documentamos e informamos de todo lo que amamos, gozamos y nos apasiona: Nuestro Atletismo.

Es un libro divertido, entretenido y sobretodo, informativo. Tiene algo de la personalidad de Ricardo en donde busca encuadrar y demostrar cada una de sus experiencias. Experiencias, algunas de ellas triunfales, otras no tanto, aquellas dolorosas y también esas no tan motivantes.

Transmite cada una de ellas tal cual como las experimentó en carne propia, su sentir y a su vez su proyección desenmascarada de lo que hubo detrás de decisiones que directamente le afectaron y desde luego, a grosso modo, afectaron el desarrollo de nuestro atletismo.

El atletismo mexicano politizado que hoy conocemos, ese atletismo gobernado por algunas manos, ese atletismo autoritario

que nos hace presos a expensas de las decisiones de las grandes esferas del poder. No lo cuestionamos, lo observamos a diario, nos damos cuenta, lo callamos o simplemente no nos interesa.

Conocemos las injusticias, irregularidades, a algunos ya nos habrá tocado, o quizá hemos sido privilegiados. Afortunadamente este libro resulta un tanto arriesgado, ya que vivimos en tiempos de crisis donde empezamos a cuestionarnos constantemente la credibilidad de nuestros semejantes, de sus acciones, sus propuestas y sus palabras, con trabajo cuestionamos a la Iglesia, la Religión, al Gobierno, incluso a la Sociedad. Tiempos difíciles, de una transición utópica, surreal, que en lo personal me genera incertidumbre. Ricardo a través de su libro busca revelar sus verdades, su verdad, con el fin de encontrar y dar a conocer miles de respuestas que como él, muchos deportistas nos hemos formulado. Es un acto de valentía, un acto de honor y sobretodo de solidaridad y consciencia para los atletas de nuestro atletismo en México.

A través de esta experiencia vinieron a mi cabeza muchas ideas, conversaciones pasadas, relatos de lo que ha sido el atletismo y lo que es hoy. Claro está que desde luego hemos avanzado. Hoy muchos atletas pueden gozar de muchos privilegios a través del atletismo, que anteriormente era inimaginable pensar. Hoy en día contamos con un atletismo que ha mejorado; desconozco si la velocidad ha sido adecuada o quizá deberíamos ya con tantos años haber avanzado más, yo pienso que sí.

Desde luego, el libro pretende poner en tela de juicio sus avances, arrastrando al lector a analizar por sí mismo su desarrollo, cuestionarnos a nosotros mismos el ¿Qué pasaría si...? ¿Que necesitamos para un atletismo mejor? ¿Realmente somos responsables? ¿Qué podemos hacer para mejorarlo? ¿Cómo podemos acercarnos a aquellas esferas de poder cada vez menos importantes—ups intocables? ¿Cómo cuidar nuestro tiempo, nuestra dedicación, nuestro empeño diario? ¿Cuándo podremos entrenar sin preocuparnos por cuestiones ajenas a nuestro entrenamiento? ¿Cómo lograrlo? ¿Hasta dónde llega la

responsabilidad de las asociaciones, de los institutos, de las organizaciones involucradas? ¿Hasta dónde llega la mía como atleta?

El lector puede ser capaz de trazar una línea más delgada a las respuestas que cada vez son menos lejanas. Yo solo espero de corazón que no sea en vano. Enhorabuena ¡Que lo disfruten!

Jaqueline Triana, Deportista (Salto Triple)  
de Guadalajara, Jalisco, México

## Introducción

Este libro va dedicado a todos aquellos atletas que bajo mi perspectiva, hemos sufrido las consecuencias por la falta de organización de las personas que manejan este noble deporte. Lo que han generado... desde aquél entrenador que te “manda a estudiar porque no ve futuro en ti” (#TrueHistory) hasta los que dirigen el deporte Nacional; pasando por las asociaciones de cada Estado que se denominan como asociación “civil” (que algunas no tienen nada de civil).

E

L

A

U

T

O

R

Es un simple testimonio de lo que he visto y vivido como atleta; de cómo año con año directa e indirectamente salimos perjudicados por las decisiones tomadas desde las altas esferas del deporte recalco: <Atletismo> (y en particular) LA VELOCIDAD. Ese círculo vicioso que sigue sin generar resultados (espero explicar más adelante el porqué) y también de ese sistema que me parece incorrecto, inadecuado e ineficiente. Tal parece que estamos destinados a seguir así, pero si no hacemos un cambio que nos beneficie y que quede como base para las futuras generaciones de atletas, vamos a seguir en el hoyo, retrasados, y solamente existirán “cometas” en el área de velocidad como Ana Guevara o Alejandro Cárdenas (quienes son los que más han marcado mi vida y son parte del tema central: la velocidad en México) sin olvidarnos de Juan Pedro Toledo<sup>1</sup> y actualmente un compañero de Selección José Carlos Herrera<sup>2</sup> en los 200 mts planos.

Está dedicado también a los compañeros que han puesto el nombre de México en el plano internacional, sin importar el cómo llegaron a la competencia y sacan un buen resultado. Y a los que seguimos o seguíamos en la batalla, sin el apoyo adecuado del Estado, sin un seguimiento adecuado, a todos los que son los #1 del país en cada disciplina y de alguna manera pasamos desapercibidos... cabe

---

<sup>1</sup> Ex recordista Sonorense en los 200 metros planos

<sup>2</sup> Recordista actual y es el mexicano con la mejor marca de la historia en México en la misma prueba

señalar que este libro lo empecé a escribir a mediados del 2011, antes de mi nacional selectivo a Juegos Panamericanos, en donde no me fue muy bien.



Entonces, para ir al grano, toco el tema de los malos manejos, las contradicciones que año con año acaban con la ilusión de muchos atletas (como la reducción de categorías dentro de la olimpiada nacional <sup>3</sup> ) que luchamos por representar a México en competencias internacionales y sin

embargo seguimos sin cruzar esa barrera que como dije antes, se da por la falta de apoyo y la falta de un sistema que nos permita ser más competitivos, la falta también de organización y voluntad.

Para los atletas que van iniciando, les dejo un mensaje: **¡No se desmotiven!** Entrenen duro, éste sistema no los debe detener; somos nosotros los que debemos parar este sistema que nos rige y que nos mantiene en el retroceso.

Hago énfasis en que no quiero generalizar o tocar a más deportes, sino que es en el Atletismo en donde he tenido esta experiencia y para ser más específico en la velocidad, mi prueba: 110 metros con vallas.

No pretendo crear divisiones entre las demás disciplinas, sino generar **UNIDAD** y que a todos se nos apoye como debe de ser.

Mi agradecimiento a todxs los involucradxs en este proyecto que apenas está comenzando, a la editora en Uruguay Dani Olivar, quien se encargó de las correcciones para mejorar la calidad en el contenido, además de imprimir de manera independiente el libro. A mi familia por estar siempre ahí, padres y hermana. A mis sobrinos, que aunque no los veo mucho, los extraño.

---

<sup>3</sup>Para ver más en [www.proceso.com.mx/?p=329871](http://www.proceso.com.mx/?p=329871)

A los amigos con quienes compartí algunas ideas, conceptos y me ayudaron a entender la movida atlética. A los compañeros en el CNAR<sup>4</sup> con quienes compartí pista en el año 2010, buenos entrenamientos; a mis entrenadores de principio a fin, gracias. En especial al Profe Gómez, quien me brindó su apoyo en Acapulco, grandes enseñanzas.

Ahora bien, querido lector, deportista o no, nunca te has preguntado ¿Por qué en competencias internacionales dígame: mundial de atletismo, o los Juegos Olímpicos, México no tiene representación en el área de velocidad?

La respuesta es fácil: En México si tenemos atletas de velocidad, solamente que aquí se quedan... trataré entonces de explicar cómo se da (o cómo es que se ha dado a través de los años) este fenómeno y crear soluciones que ojalá se pongan en práctica, sin ser dogmático, sino creativo y con fundamentos; con un poco de la influencia del maese RIUS<sup>5</sup> a quien dedico este libro. Saludos

Ricardo Flores (ex Corredor de 110 metros con vallas)

---

<sup>4</sup> Centro Nacional de Desarrollo de Talentos Deportivos y Alto Rendimiento

<sup>5</sup> Eduardo del Rio, es un escritor mexicano, es uno de los iniciadores de la lectura "comic". Él ha sido mi mayor influencia para escribir y estudiar Ciencias Políticas y Administración Pública.

# VAMOS A EMPEZAR POR EL PRINCIPIO

## CHAPTER 1 (CAPÍTULO 1)

LA FMA...A (Federación Mexicana de Atlet... perdón... de Asociaciones de Atletismo) Es la encargada de llevar el orden a nivel nacional (se supone) para hacer planes, proyectos, que ayuden a generar la competitividad de México en el plano internacional. Sin embargo y como lo dijo una vez Ana Guevara “*Es un mueble que solo está de adorno*” pues en lugar de ayudarnos, perjudica a muchos atletas cada año. Para entender el contexto de lo que estoy hablando primero quiero exponer a grosso modo las competencias importantes que existen en nuestro país:

### México

Edad / Etapa	Competencias
Niños y Juveniles	Juegos Escolares / Olimpiada Nacional
Universitario	Universiada Nacional
Libres	Campeonato nacional de primera fuerza o categoría <sup>7</sup>

### En el plano internacional:

Mundial de Atletismo (celebrado cada 2 años)
Juegos Olímpicos (celebrado cada 4 años)
Juegos Panamericanos (celebrado cada 4 años)
Juegos Centroamericanos (celebrado ídem 4 años)
Centroamericano de Atletismo (celebrado cada 2 años)
Copa Mundial de Atletismo (celebrado cada 4 años)
El Iberoamericano de Atletismo (celebrado cada 2 años)
Mundial de Relevos (celebrado cada 2 años)
Mundial de Atletismo Bajo techo (celebrado cada 2 años) <sup>8</sup>

<sup>6</sup> Ver entrevista con Aristegui en <https://www.youtube.com/watch?v=snO2W7gvAYE>  
<https://www.youtube.com/watch?v=UsNLzOmpjM8>

<sup>7</sup> Aquí es donde entran todas las demás categorías. Es pues el circuito más importante que se celebra en nuestro país.

<sup>8</sup> Y en donde México no participa como otros Países en donde no hay pistas bajo techo como Cuba por ejemplo.

En dicha FMA...A se integran las asociaciones de atletismo de cada estado. Con su propia gestión sea buena, mala, regular, etc... En mi caso yo estuve en 3 asociaciones...

- Chiapas
- IMSS<sup>9</sup> (Que también es tomado como asociación)
- Sonora

Como toda buena historia tiene un INICIO...



GOBIERNO DEL  
ESTADO DE CHIAPAS



Tiene un NUDO...

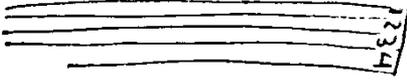
Y un DESCENLACE...



---

<sup>9</sup> Instituto Mexicano del Seguro Social

Nos acercamos más a este deporte, y en ese sentido vamos a dar una breve, pero concisa explicación de lo que es y cómo se divide...



**>VELOCIDAD**

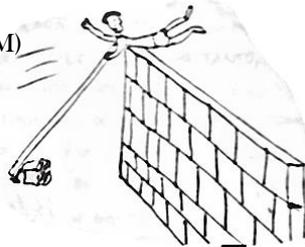
- (Bajo techo) 60 metros / Con vallas
- 100 metros planos
- 200 metros planos
- 400 metros planos<sup>10</sup>
- 100 metros con vallas (Mujeres)
- 110 metros con vallas (Hombres)<sup>11</sup>
- 400 metros con vallas

**>FONDO**

- Maratón (42 KM)
- 10000 metros
- 5000 metros

**SALTOS**

- Longitud
- Triple Salto
- Altura y Garrocha o Pértiga



**>MEDIO-FONDO**

- 800 metros
- 1500 metros
- 3000 metros
- Steeplechase

**LANZAMIENTOS**

- Impulso de Bala
- Disco
- Martillo
- Jabalina

**PRUEBAS COMBINADAS**

- (Indoor) Pentatlón (5 pruebas)
- Heptatlón (7 pruebas)
- (Outdoor) Decatlón (10 pruebas)



Destacando a la Marcha ( o caminata), en donde México ha obtenido resultados trascendentales

- 20 km
- 50 km



PERO...



<sup>10</sup> Alejandro Cárdenas y Ana Guevara como referentes

<sup>11</sup> Ésta es mi prueba

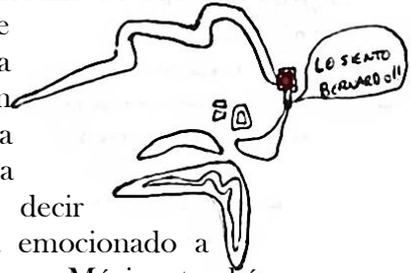
Demos paso al

# CAPÍTULO 2

nummer

INICIANDO EN ATLETISMO.

Me encontraba viendo los juegos olímpicos de Sídney 2000, cuando vi la marcha olímpica; no recuerdo en qué televisora (ni me interesa recordarlo) sin embargo recuerdo, que el comentarista estaba muy emocionado por la medalla de oro que México había obtenido en ese momento; recuerdo toda la transmisión hasta el momento en donde le quitaron la medalla a Bernardo Segura, en la muy famosa descalificación... Se puede decir “famosa”, quizá porque ya había emocionado a todo un País, pues pensábamos que México tendría una



medalla más en esos Juegos Olímpicos<sup>12</sup> ... en el momento donde se encontraba hablando con el Presidente (ya saben los políticos haciendo del deporte una moneda de cambio) o con su familia, no lo recuerdo bien. Ésta imagen me dejó “traumado”, pero en una buena, así decidí: ¡¡ser Marchista!!



Sorry mate.!



<sup>12</sup> Quiero decir con esto que desafortunadamente, como nos hemos acostumbrado a una mala gestión en el deporte, el ganar una medalla, quiere decir mucho para muchos mexicanos. Lo podría tomar como un acto revolucionario.

Vivía en Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, así que comencé a entrenar. Pero el gusto por la macha me duró solo unos años (bueno un año para ser exacto) porque era malísimo en las competencias; después de marcha, hice y deshice 2 años de otras pruebas:

- 100 metros
- Salto de longitud
- Salto triple
- 400 metros con vallas

Esto hasta llegar a mi prueba: los 110 metros con vallas, en 2003; donde me inició, me enseñó, me entrenó, me mentalizó un gran maestro: **Ángel Bueno** (Q.E.P.D) a quien recuerdo con todo mi cariño y quien con un entrenamiento de corte socialista<sup>13</sup> elevó mis capacidades en solo un año (En pocas palabras y como dirían los cubanos: me fajé)



Comencé a entrenar en el Estadio Víctor Manuel Reyna. En Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, en donde actualmente es la casa de los Jaguares<sup>14</sup> de futbol y en donde las actividades para desarrollar el



<sup>13</sup> Se puede decir de corte socialista, ya que la escuela cubana aprendió de los rusos, justamente cuando existía el bloque de la URSS, los entrenamientos tienen mucha metodología, con base científica pero aplicada para cubanos.

<sup>14</sup> Equipo que en 2017 bajó a primera división A

Atletismo no se dan ni por asomo en dicha pista; desde que entró el futbol y desde que tengo memoria, no existe algún tipo de vínculo con nuestro deporte. Es una pista que servirá para adornar los juegos de video del FIFA; al fin, recursos económicos en el estado los tenemos ¿no es así?... Pero bueno, el destino jugaría su papel...

Ese año (2003) desconocía cómo se manejaba el atletismo, en la etapa regional.

**PERO:**



Desde que comencé mis entrenamientos ya existía la Olimpiada Nacional (ON), la cual “se celebra cada año, y forma parte de un programa desarrollado por CONADE, en donde se realizan deportes olímpicos y No olímpicos. Los participantes deben ser de nacionalidad mexicana (Incl. Mexicanos radicados en el extranjero, quienes también pueden participar)” (Manual de la Olimpiada Nacional)

Así es como se divide México (Por Regiones)



Y deben representar a una Entidad Federativa (a un Estado o asociación pues)... Los “filtros” en el Atletismo por competencias van en este orden:

- 1.-Municipal: participantes del municipio de Tuxtla Gutiérrez
- 2.-Estatal: participantes en el estado de Chiapas
- 3.-Pre Nacional: Participantes de las regiones I a la VIII.
- 4.-Nacional: Los mejores atletas destacados de todas las regiones, normalmente sería el 1º y 2º, pero el nivel es tan desigual que a veces cambian a los 15 mejores del país...y así: Llegaríamos a la etapa utópica (que es en donde muchos politiqueros del deporte no han sabido manejar, porque no tienen idea en dónde están parados):
5. El Campeón y subcampeón nacional deberían representar a México en eventos internacionales, en teoría pasa eso, pero la línea

para cumplirse es delgada y eso es a donde nos ha llevado a escribir este libro.

No olvidemos que llegados a esta etapa, ya un atleta ha pasado por muchos filtros, pero falta el filtro más importante: Las decisiones de los altos “funcionarios” o también del presidente de la Federación de Atlet...de asociaciones de Atletismo...

El problema es que  
muchos campeones  
nacionales nos quedamos  
hasta el nacional...



Los deportes en la Olimpiada Nacional son:

Ajedrez  
Atletismo  
Bádminton  
Basquetbol  
Béisbol  
Boliche  
Boxeo  
Canotaje  
Ciclismo  
Clavados  
Frontón  
Futbol  
Gimnasia artística  
Gimnasia rítmica  
Hándbol o Balonmano  
Hockey  
Judo  
Karate  
Levantamiento de pesas  
Luchas asociadas  
Nado sincronizado  
Natación  
Patinaje sobre Ruedas  
Pentatlón Moderno  
Polo Acuático

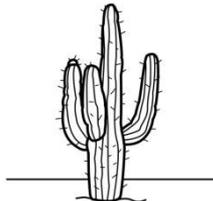


Racquetbol  
Remo  
Softbol  
Squash  
Taekwondo  
Tenis  
Tenis de Mesa  
Tiro Con Arco  
Triatlón  
Vela  
Voleibol

Y las que me faltaron...

Como pueden ver, se supone que en cada Estado deberían estar presentes todas las disciplinas arriba mencionadas (esto sería una utopía porque obviamente no todos los estados pueden por lo que ya todos sabemos: Falta de Dinero, Infraestructura, Planeación y muuuchos etcéteras más).

Y hablando de un México Utópico: Es aquél país en donde debería estar lleno de deportistas juveniles, en donde se supone que desde el evento municipal deberían competir muchos, pero muchos atletas, aunque en la realidad ni siquiera hay más de uno por prueba **#HistoriaReal**<sup>15</sup>



Es decir, con toda la lana que le mete el Gobierno, toda la inversión, existe en pleno 2017, pruebas en donde no compete nadie o casi nadie.

Volviendo al tema de la Olimpiada Nacional, así fue entonces que desde 1996 fue creada (yo tenía unos 11 años de edad). Y se dice que deportistas como Soraya Jiménez<sup>16</sup>, Noé Hernández<sup>17</sup>, y Ana Guevara<sup>18</sup>... Todos ellos Medallistas Olímpicos; han surgido de estas competencias...dentro de estas “canteras.”<sup>19</sup>

Recapitulemos entonces... ya explicamos brevemente cómo es que se hace y “funciona” la ya muchas veces nombrada: Olimpiada Nacional en nuestro país, así que seguiré contando mi historia.

---

<sup>15</sup> Me pasó en diversas ocasiones en Chiapas, correr solo sin oponentes para pasar a la etapa Regional.

<sup>16</sup> Halterista Mexicana que ganó medalla de Oro en Sídney 2000 (Q.E.P.D)

<sup>17</sup> Marchista Mexicano, Medallista de Bronce en Sídney 2000 (Q.E.P.D)

<sup>18</sup> Ana Gabriela Guevara, es la mayor representante en Atletismo que ha tenido nuestro país. Subcampeona olímpica (2004) y medallista en 3 mundiales consecutivos.

<sup>19</sup> Es un término utilizado en el Fútbol, recordemos que en dichas canteras es donde se concentran las fuerzas básicas de un equipo donde unos pocos llegan al equipo de primera división.

Para no perderme de lo que estaba hablando en un principio, decía que en 2003, el Autor (o sea yo) desconocía todo este proceso; y este mismo desconocimiento es lo que me impulsaría

MIS RESULTADOS en las sedes Nacionales y pruebas de Atletismo a las que fui en ON son:

- 2001 **Toluca** Llegué hasta el Regional y en Caminata.
- 2002 **Querétaro** Llegué hasta el Regional (Lesión) Triple Salto  
A partir de aquí empecé con las vallas
- 2003 **Zacatecas** Si llegue y en 110 con vallas
- 2004 **Nayarit** 110 con Vallas (sin entrenador)
- 2005 **Yucatán** 110 con Vallas (Entrenando en DF) 4º lugar
- 2006 **DF (IPN)** 110 con vallas 4º lugar
- 2007 **Puebla** 110 con vallas 2º Lugar... Mi única medalla fue plata en Olimpiadas nacionales me ganó mi coterráneo Luis Rivera

tiempo después a cuestionarme todo lo que me parecía irregular, nebuloso, turbio, TRUCULUENTO...o algo que sencillamente no me cuadraba (y que no me cuadra hasta la fecha). Por ejemplo, en 2004 corrí muy bien en la etapa regional, poniendo mi marca como la 2ª mejor a nivel nacional de ese año: 14.82sec. (la recuerdo) y quedé muy cerca de dar marca para un mundial Juvenil en Grosseto, Italia. En ese entonces no vi ninguna irregularidad, pues nunca tuve un seguimiento (y si lo tuve, nunca me enteré)... desafortunadamente así pasaba, y espero, que actualmente con toda la información que tenemos a la mano NO suceda.



Porque muchos atletas que están en esa línea cercana (a veces muy cercana) de dar una “Marca mínima” para asistir a un evento internacional, se quedan ahí, sin más competencias para poder darla...

De aquí parte mi hipótesis que es necesaria la competencia interna, pero también hay que salir fuera del país no solo a eventos oficiales, sino competir fuera para así poder subir el nivel. Saber cómo estás frente a otros, una vez que en tu país eres #1 o #2.

**2005.** Por motivos de estudio (y por la influencia del Atletismo), me cambié otra vez a vivir al D.F (CDMX actualmente), a estudiar en la Escuela Superior de Educación Física (ESEF) y comencé a entrenar en la pista del “palillo” (metro ciudad deportiva) con la profesora Lucia Quiroz.

Era muy difícil entrenar e ir bien en la Facultad y viceversa, pues en ese tiempo estuve viviendo al sur de la ciudad (me tomaba entre 1 hora, hora y media llegar a mi casa, ir parado en Metro, con poco descanso, etc...); aunque tiempo después me cambié más cerca del entrenamiento y la escuela, no me mantuve, no mejoré, sino que empeoré mis marcas ese año.

No fue por falta de entrenamiento, sino todo el contexto: Facultad con poco/casi nulo apoyo para el deporte, y con un alto grado de exigencia en el entrenamiento, el tiempo perdido de viaje y claro la fiesta de todo joven viviendo solo a los 19 años.



Muy cerca estuve de tirar la toalla, pero la motivación que me había dado en Tuxtla Gutiérrez uno de mis ex entrenadores de “mejor dedicarme a otra cosa” es lo que me ayudó a seguir en el juego. #GraciasPaco<sup>20</sup>...

---

<sup>20</sup> Es uno de los que me invitó a entrenar en Chiapas, el cual también funge como Presidente de la Asociación de aquel estado, y es uno de los que casi me hace tirar la toalla al principio de mi carrera.

Fue entonces que en una Universiada<sup>21</sup> conocí a la profesora Ana Laura Gray, encargada del Atletismo en el estado de Sonora y que fue el contacto con el cual pude obtener una beca que en un principio fue solo ayuda con el alojamiento y la comida, además del entrenamiento, pero... ¿Qué más se necesita cuando realmente lo tienes todo?

Ya se parece a muua



**DIÓGENES**

---

<sup>21</sup> Campeonato Nacional de Universidades

## Paréntesis...Universiada Nacional

**2006** Comencé mis entrenamientos de velocidad con un cubano quien había sido Medalla de Bronce en los juegos Olímpicos de Barcelona 1992, en el Relevé de 4x100 metros, su nombre: Isasi González (de Matanzas). Estaba trabajando en Brasil con el atletismo de aquel país (¿Para qué vino si allá tenía todo?).

Digamos que fue un año de transición, en donde estuve estudiando en la Universidad Estatal de Sonora (antes CESUES<sup>22</sup>), y así también me cambié de asociación de atletismo, del IMSS pase a ser parte de la selección SONORA<sup>23</sup>, representándola en la olimpiada nacional 2006 y 2007 hasta los campeonatos nacionales de atletismo que se celebran cada año.



Haciendo un recuento de los daños, hasta aquí “voy bien”, pero eso se explica porque no había tenido buenos resultados (como lo mencioné en la tabla de arriba); en 2006 quedé 4º a nivel Nacional en la ON, y 5º en el campeonato nacional de ese mismo año (hay mucho nacional, usted perdone).

---

<sup>22</sup> Centro de Estudios Superiores del Estado de Sonora

<sup>23</sup> Un tema actual de debate es ese, el cambio de estado o el “robo de atletas”, pero si tenemos un des...orden en el atletismo mexicano ¿Cómo es posible frenar este tipo de cosas?, si no te ofrecen oportunidades de crecimiento como atleta en tu estado, ¿dime cómo?

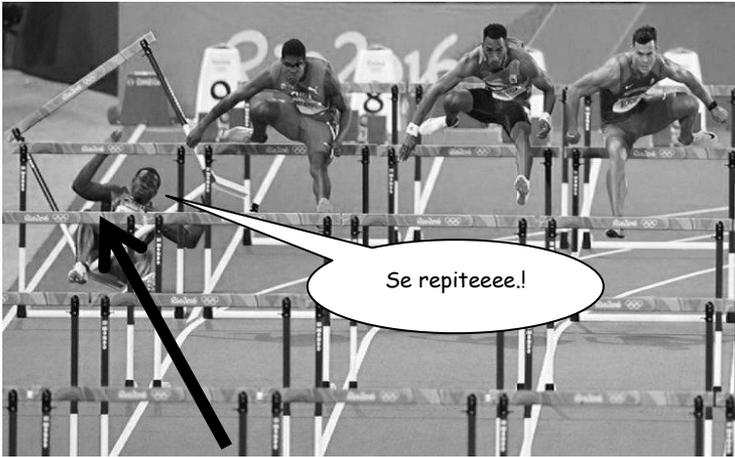


**2007** Como he dicho, para ese año se vieron reflejados los resultados de un entrenamiento fuerte, enfocado.

En la Universiada Nacional celebrada en Monterrey, Nuevo León; mi contemporáneo y gran amigo fuera de la pista y rival en la línea del 110, Norhiher Marín (Guerrero y del Estado de Guerrero) llevaba un buen rato ganando a nivel nacional, y también salía a nivel internacional a correr. Tiempo después (2011) yo entrenaría con su coach: “El profe Gómez” en Acapulco.

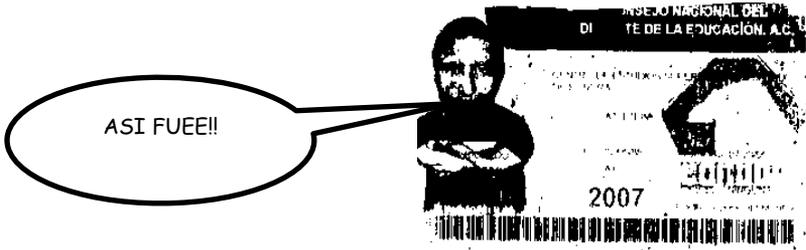


En fin, en la competencia final (muy cerrada por cierto) gané el 1er lugar... Meses después fue el campeonato nacional de 1ª categoría en donde desafortunadamente tuve una caída en la 4ª valla. Obviamente sin poder terminar la carrera (puras fallas).



Algo así pero en la cuarta valla

Con todo este contexto y haciendo una de las mejores marcas de ese año 14.62, no me llevaron a ningún evento fuera del país, año también de Juegos Panamericanos en Rio de Janeiro... pero NADA.



¿Quién no guarda sus números de competencias y más cuando es tu 1er nacional? Ganando medalla...

# Universiada Nacional 2007

¿QUIEN NO GUARDA SUS NUMEROS DE  
COMPETENCIAS Y MAS CUANDO  
ES TU 1er NACIONAL?  
Y MAS AUN SI GANAS UNA  
MEDALLA...

183



¡Nada! Fue cuando me cayó el 20<sup>24</sup> (o diría el 110) y comprendí que no sólo bastaba con ser campeón nacional: se necesitaba tener una marca mínima (si); pero en ese entonces no existió un proceso de calificación más transparente y mucho menos...



Que es lo que se necesita estrictamente para mejorar...<sup>25</sup>



Entonces, recapitulando... Con la caída de la valla, los de la FMA...A pudieron justificarse en no llevarme a ningún evento internacional (caso no aislado, pues compañeros ídem en velocidad han quedado fuera

de los procesos de selección) y si se basaron en la caída, entonces a mí me sonó más como:

“Ni modo, te caíste de la valla, para la próxima campeón”...

Ese año (2007) el ser uno de los mejores tiempos a nivel nacional, no sirvió, no bastó; pero los procesos de clasificación tampoco. Hablo de más competencias, de mayor fomento al deporte... sigo la historia... Inclusive ese año hubo un evento en El Salvador (el Centroamericano de atletismo)<sup>26</sup> donde no llevaron a nadie de vallas...en fin



<sup>24</sup> Expresión que denota reacción, “tuve que reaccionar” – “Me cayó el 20”

<sup>25</sup> Fogueo quiere decir competencia / correr un mayor número de veces

EL FOGUEO EN MÉXICO (EN VELOCIDAD Y A MI PUNTO DE VISTA)



**2008**

Sigo en la Universidad, la temporada va bien, y en diciembre del 2007 hago un viaje a Alemania OJO: el viaje lo pagué con el premio de la medalla que gané en 2007 (15 mil pesos). En el CESUES en ese entonces se premiaba a los 3 primeros lugares de la Universiada, luego con menos dinero, luego sólo al primero... (Misma historia ya saben...) más la ayuda de mi familia... Bueno la fecha fue

enero de 2008. Allá entrenando a las 12 servía de adorno; pues temperatura

conocí a otros locos aire libre y entre que estaba por competencia Indoor

en las próximas 3 semanas y bueno, éste loco servidor, decidió participar en dicho evento, claro, antes preguntando todo el proceso (imaginaba engorroso) que iba a realizar, y el único trámite engorroso fue: “preséntate el 6 de enero en el Signal Iduna Park en Dortmund, nosotros te inscribimos.”



Diciembre de 2007 a por las Europas estaba del día con un sol que estábamos a 1°C de ambiente, sin embargo, como yo, entrenando al pláticas me comentaron realizarse una (bajo techo) en las



Hola, ¿aquí se corren vallas?

<sup>26</sup> [https://es.wikipedia.org/wiki/Campeonato\\_Nacac\\_de\\_2007](https://es.wikipedia.org/wiki/Campeonato_Nacac_de_2007)

He aquí las imágenes:

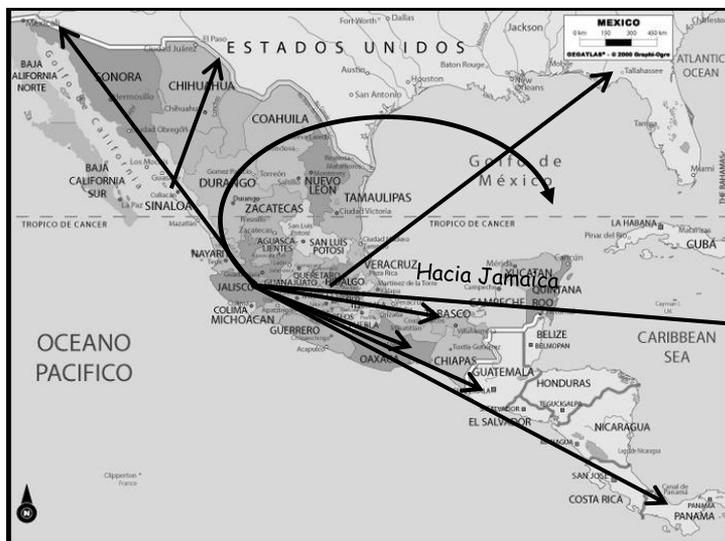


Fotos del Signal Iduna Park, tomadas por un servidor. La verdad no podía creer inmensas instalaciones... ¿Que es cosa del 1er mundo? No lo creo, se llama voluntad y orden.



Selfie antes de todos los tiempos

La competencia fue buena, tenía los nervios de punta, temblaba al inicio, calentaba, no entendía alemán, así que debía hablar en inglés, la presión a todo lo que daba, pero hice una pausa, y me dije: “Tranquilo, no te conocen, corre con todo, y demuestra...demuestra lo que tienes”... más o menos pude calmar mis nervios, pero ya en competencia, los 8 segundos y cacho (8.76) que hice me sirvieron para realizarme como atleta, para decir, “*He competido fuera de mi país, puedo dar todo dentro y fuera ¿Por qué no?*”. De aquí parte mi hipótesis del porqué es necesario el fogueo fuera del país, ya sea Iztapalapa, Belice, Guatemala, Cuba, Jamaica, y por supuesto los United States.



Ésta experiencia para mí fue una lección, puesto que me abrió los ojos al mundo, y el cómo se maneja el deporte en otros lugares, voy desmenuzando poco a poco para juntar la pasión, con el hacer las cosas, y que puedan funcionar en perfecta armonía...

Me explico...cuando estaba calentando en dicha competencia, me surgió una pregunta que hasta la fecha no ha sido contestada:

?

**Por qué nuestro país no participa como selección mexicana en Eventos Bajo Techo.**

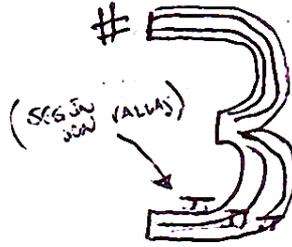
¿



Damos paso al siguiente capítulo

## ACERCA DEL INDOOR y la revoltura que hay en México

Veamos primero ¿Qué es el mentado bajo techo? ¿Para qué sirve?



Celebrado cada 2 años (excepto en 2003-2004 para alternar los años del mundial al aire libre<sup>27</sup>):

### ¡ENTONCES!



Se realiza frecuentemente en Hemisferio Norte, en los meses en donde hace frío, es decir entre Enero - Marzo (antes de primavera).

Veamos la tabla en donde se plasman las sedes en donde se ha hecho el mundial desde el año 1985.

**...seguimos**



---

<sup>27</sup> No sé si en verdad fue por esta razón, pero al autor le parece lo más lógico.

## SEDES DE MUNDIALES BAJO TECHO

AÑO	CIUDAD	PAÍS	LUGAR
1985	PARIS	FRANCIA	Palais Omnisports
1987	INDIANAPOLIS	U.S.A	Hoosier Dome
1989	BUDAPEST	HUNGRÍA	Budapest Sportcsarnok
1991	SEVILLA	ESPAÑA	Palacio Municipal
1993	TORONTO	CANADÁ	Sky Dome
1995	BARCELONA	ESPAÑA	Palau St Jordi
1997	PARÍS	FRANCIA	Palais Omnisports
1999	MAEBASHI	JAPÓN	Green Dome Maebashi
2001	LISBOA	PORTUGAL	Parillhao Atlantico
2003	BRIMINGHAM	INGLATERRA	National Indoor Arena
2004	BUDAPEST	HUNGRÍA	Budapest Sport Arena
2006	MOSCÚ	RUSIA	Olimpisky Stadium
2008	VALENCIA	ESPAÑA	Luis Puig Palace
2010	DOHA	QATAR	Aspire Dome
2012	ISTANBUL	TURQUÍA	Atakoy Athletics Arena
2014	SOPOT	POLONIA	Ergo Arena
2016	PORTLAND	U.S.A	

¿Y México para cuándo??



CUBA  
PROVINCIAS



**Cuba**, que es un país caribeño, con mucho sol, buena música, ron, fiesta, calor, mucho calor y que no cuenta con instalaciones bajo techo; tiene campeones mundiales en las pruebas bajo techo!!!

He aquí algunos datos:

Atleta	Prueba	Record Indoor	Lugar	Fecha
Dayron Robles	60 metros con vallas	7.34 sec	Doha, Qatar	14/03/2010
Javier Sotomayor	Salto de Altura	2.43 mts	Budapest, Hungría	4/03/1989
Iván Pedroso	Salto de Longitud	8.62 mts	Maebashi, Japón	7/03/1999

Otros países medallistas o no son:

- República Dominicana (Sólo ha tenido Representación Nacional).
- Barbados.
- San Cristóbal y Nieves.
- Trinidad y Tobago.

Sin olvidarnos de otro país centroamericano con representación y con resultados: Costa Rica

**Costa Rica** se suma también a la lista de representación internacional con resultados muy buenos.



Nery Brenes	400 Mts	45.11 s	10/03/2012
-------------	---------	---------	------------

Otro dato para darnos vergüenza, es que Cuba y Jamaica están entre los 10 mejores del mundo en el medallero desde 1985 al 2011. (México en el lugar 70° con 2 bronces.)



Esta es una falacia...! Si nos apegamos a que un corredor es veloz por la genética, los que se encargan de desarrollar el deporte (en México) salen perdiendo pues, en el país contamos con una

comunidad afro mexicana<sup>28</sup>, en Guerrero y Oaxaca (mayormente) pero: ¡oh sorpresa! Son los estados más pobres del país<sup>29</sup> y ahí han estado: sin poder desarrollarse en nada (sólo en pobreza).

Eso por citar a algunos países de este lado del mundo, pero ¿Y México? ¿Cuándo hemos tenido una representación nacional?



Primero, me gustaría desmenuzar ¿qué es el Bajo Techo, y con que se come?



---

<sup>28</sup>Ver noticias en <http://www.eluniversal.com.mx/articulo/nacion/sociedad/2015/08/19/piden-hacer-visible-comunidad-afromexicana>

<sup>29</sup> Pueden ver el video [https://www.youtube.com/watch?v=7c3tyuB\\_flc](https://www.youtube.com/watch?v=7c3tyuB_flc) primera de 4 partes, de un reportaje en donde se muestran las carencias con las que vive esta comunidad y no solo ellos como minorías, creo que la carencia ya es general señores politiquero, ¡pónganse a trabajar por favor!

Volviendo al tema Bajo Techo (BT) déjenme decirles que de hecho, si hemos tenido participación en los mundiales de invierno. (De la mano de Alejandro Cárdenas en 400 mts o Carlos Villaseñor en 60 metros planos). Pasemos a la lista de mexicanos que han corrido en justas Indoor en Velocidad. (Mundiales)<sup>30</sup>

Año	Atleta	Prueba	Tiempo	Total
1999	Liliana Allen Juan Pedro Toledo Alejandro Cárdenas	60 mts 200 mts 400mts	7.12 21.03 Ganó Bronce	3 atletas
2001	Liliana Allen	60 mts	-	1 atleta
2003	Liliana Allen	60 mts	-	1 atleta
2004	Nadie	-	-	
2006	Nadie		-	
2008	Nadie		-	
2010	Nadie		-	
2012	Nadie		-	
2014	Nadie		-	
2016	S/D		-	

¿Qué pasó con Nuestro país en los últimos 10 años?



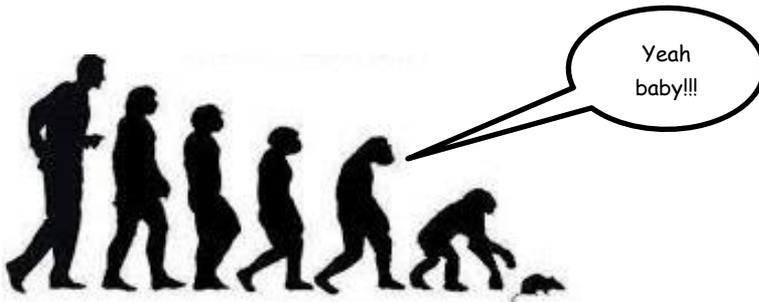
<sup>30</sup> Toda esta información se encuentra disponible en la página de la IAAF

Curiosamente si comparamos la tabla con Brasil en la misma área (velocidad) nos encontramos esto:



Año	Atleta	Prueba	Total
1999	Nadie	-	-
2001	Nadie ( o ninguem)	60 mts	-
2003	Nadie	60 mts	-
2004	Claudio Souza Jarbas Mascarenhos Redelen Dos Santos Marcio Simao de Souza	60 mts 60 mts 60 vallas 60 vallas	4 en total
2006	Aparecida de Moura (F) Vicente Lima Raphael de Oliveira Anderson Dos Santos Maila Machado Mateus Inocencio Redelen Dos santos	60 mts 60 mts 60 mts 400 mts 60 vallas “ “	7 atletas en total
2008	Anselmo da silva Eder Souza José Moreira Lucima de Moura	60 Vallas 60 vallas 60 mts 60 mts	4 en total
2010	Vicente Lima	60 mts	1 atleta
2012	Nilson Andre Ana Silva (F) Gresia Coutinho	60 mts 60 mts 400 mts	3 atletas
2014	Anderson Henriques	400 mts	1 atleta
2016	S/D		

Como pueden ver, esta es una gráfica de la Involución en la velocidad, y participación de México en mundiales Bajo Techo



Repito la pregunta **¿Qué rayos pasó con México en los últimos 10 años?**



Eso es algo que no sabría explicar si no me hubiese ido de viaje a Alemania por cuenta propia y observar todo el déficit tanto de infraestructura como de sentido común por parte de las autoridades deportivas en México. FMA...A y colaboradores.

En la siguiente tabla (muy austera) hago una pequeña comparación, en donde describo la percepción de lo que se vive en el atletismo mexicano con el atletismo alemán.

<b>CONDICIONES</b>	<b>En MÉXICO</b>	<b>En ALEMANIA</b>
Ganas del deportista	SI	SI
Entrenador	SI	SI
Infraestructura ( <i>infrastrutchurr</i> diría EPN)	A veces y si la hay, de mala calidad.	SI
Apoyo Gubernamental	Se supone	SI
Resultados	Te diré...	SI

La percepción que tuve es muy sencilla: en Alemania el niño/joven tiene de entrada buena infraestructura, que si se encuentra lejos de su casa, también tiene infraestructura para llegar a los lugares de entrenamiento. En los pueblos más pequeños tienen una pista al aire libre, y también existen complejos bajo techo. Básicamente queda en el atleta si quiere dedicarse al deporte al 100% o dedicarse a la ingeniería al 100%,

En México tenemos muchas carencias para practicar el Atletismo (y otros deportes) y se le suma a esto la Lógica de la FMA...A, la cual he interpretado de la siguiente manera... es una cadena sencilla que la he nombrado como “Circulo contradictorio” con la cual me topé en mi carrera deportiva:

1.- La FMA...A dice: “No podemos llevar a nadie a eventos internacionales que no tenga marca mínima”

Muy bien, sencillo PERO...

2.- Para hacer una buena marca se necesita tener competencias de calidad y FOGUEO<sup>31</sup> nacional e internacional.

3.- FMA...A dice: No se puede llevar a nadie que no dé marca mínima para eventos internacionales.

¿Vieron la contradicción?



---

<sup>31</sup> Recuerden que “fogueo” es tener competencia

Otro ejemplo de orden dentro de la logística en un evento pude participar como invitado en la Universiada Nacional de Alemania en Frankfurt e hice una anotación con el sentimiento que fluyó en aquél instante...

<El orden que se tiene para hacer las cosas es increíble. Los atletas ya saben lo que tienen que hacer en competencia, no se necesita estar haciendo “primera llamada... segunda llamada” como se hace normalmente en México. Ellos solamente se inscriben cuando llegan, y ya saben la hora de su competencia, se evitan demasiados procesos que al final tiene un costo (\$) alto para la realización de un evento, entonces, la logística que tienen (por lo que vi) fue de lo más sencillo en competencias de carácter local.>

La infraestructura como dije es impecable, y necesaria para desarrollarse como deportistas. No olvidando la parte de desarrollo educativo. Muchos tienen tiempo, priorizan el estudio, pero gracias a que prácticamente “tienen todo”, se desarrollan adecuadamente. No se andan enfrentando a injusticias tan absurdas como falta de material. Pago de mensualidad en pistas que son del Estado (se supone) Pago de becas a destiempo (o peor aún que nunca se le pague #TrueStory y sumemos la lista de desigualdad social que existe en el país.



Con esto hemos llegado al

## CAPÍTULO 3.5

**La Búsqueda *Rush* de un mundial bajo techo y los juegos olímpicos 2012**

**(Mi experiencia en el Indoor: Europa)**

En la temporada Finales del 2011 - 2012 comencé a entrenar con Anier García (campeón Olímpico cubano de 110 con vallas). En Noviembre fue cuando empezamos los entrenamientos ya en Ciudad de México (CDMX, recuerden que antes era DF). Había vendido mis “chivas” de Acapulco incluyendo un VW 1970 (el famoso Bocho<sup>32</sup> en México). Y para enero de 2012 (Año olímpico) fue que decidimos correr allá en Europa la temporada Indoor (Enero - Marzo).

Con ayuda del mencionado “Bochito” fue que me compré el boleto redondo de México - Alemania. Para estar un mes y medio de competencia en territorio europeo, todo con miras a dar la marca mínima (o acercarme) para el mundial *Indoor* celebrado en Estambul, Turquía (del 9 de Marzo al 11).



---

<sup>32</sup> Coloquialmente se le conoce así en México pero es el Escarabajo, Fusca, Beattie.

**La estrategia:** Correr el mayor número posible de competencias buscando la marca, y entrenar en tierras Europeas.



Cabe mencionar que mi federación me apoyó con las cartas que me avalaban como atleta (no sé cuánto saldría la impresión, se le suma el respectivo trámite lento-burocrático) y un jersey con la leyenda “México” y un short de competencias, que la verdad daba pena competir con ellas, se agradece al funcionario de cuyo nombre no recuerdo, que me hizo todo el trámite (en serio); entonces sumando todo, nos da un aproximado de \$20 USD<sup>33</sup>. La carta me la pidió el entrenador en Paderborn Thomas Prange para un evento importante que se iba a realizar en Leverkusen.

Economy		216	
Boarding		Pass	
Name of passenger API			
FLORES/RICARDO MR			
ETKT 220 507 809			
MEX			
FRA			
LUFTHANSA			
Carrier	Flight No./class	Date	
LH	499 K	30 JAN	
Gate	Boarding	Seat	
G34	2090	31B	
NON SMOKER			

Salí un 30 de enero del 2012 (era lunes) y llegué el 31 a Frankfurt. Allá tenía unos amigos que conocí en 2009, cuando fui la 2<sup>a</sup> vez a Alemania (a vivir 3 meses). Ellos son Robert Thome y su padre Georg (entrenador del equipo de velocidad varonil en el club de Mannheim). El 1<sup>o</sup> de Febrero era la 1<sup>a</sup> competencia que yo tendría en la temporada. Llegué, entrené, y me dispuse a dormir pero tuve Jetlag<sup>34</sup> inmediatamente así que medio dormí, eso

no me detuvo...

<sup>33</sup> Este es un costo aproximado del apoyo que me dio la FMA...A

<sup>34</sup> Cuando viajas a Europa y según a la hora que quieres dormir, como ejemplo 10 p.m., en México realmente son las 2p.m y por ende no puedes dormir.



★ Estos son los lugares a los que fui a competir<sup>35</sup>

Frankfurt...



<sup>35</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=DQzJ4st9woo> he aquí el video de la competencia



Oscar Soto pentatleta de alto rendimiento fue el patrocinador de la playera oficial de México en 2008 ¡Gracias Bro!

## Campeonato Nacional Indoor de Universidades más lo que viví e en la experiencia “Indooresca”

Como ya lo he repetido, corrí los 60 metros con vallas. Tercer hit. Hice un tiempo de 8.22 segundos. Abrí con buena marca ya que en un viaje anterior (2008, mencionado líneas atrás) había marcado 8.76sec. Así que para mí era un Personal Best (PB). Para el sábado 4 de Febrero, hice mi viaje por “Mitfahrgelegenheit”<sup>36</sup> y me quedé con una compañera del Couchsurfing (otra página en internet; la cual te sirve para que te den sofá, o asilo mientras viajas con presupuesto corto como el mío, y compartes experiencias de vida y de viaje) Ya explicaré más adelante cómo funcionan dichas paginas.

El día siguiente (5 de febrero que es mi cumpleaños) viajé a Leverkusen que está a solo 20k m de Colonia o “*Koeln*” Un día complicado, ya que no contaba con equipo de logística que supiera dónde estaba el lugar, sino que era solamente yo, caminando solo,

---

<sup>36</sup> Ver más en el Capítulo 8 Explico que es una plataforma en internet para viajar barato.

y por ende no previne (mal yo) dónde estaba el estadio, en pocas palabras: me perdí. Tardé 30 minutos aproximadamente en encontrar el dichoso estadio, casi me daba por vencido, pero no lo hice, de verdad tenía ganas de correr.

La semifinal la corrí en 8.26 segundos...nada mal después de haber caminado 30 minutos como loco y llegar ligeramente tarde a la competencia. Pero para la final descansé bien y me sentí mucho mejor, sobre todo: **Motivado.**

El Resultado: 8.13 Record mexicano<sup>37</sup> (roto dos años después por mi coterráneo Luis Rivera, actual recordista en Salto largo) y que nunca estuvo plasmado en el Ranking Mexicano, porque el encargado de poner las marcas en el ranking me comentó que había que “chechar si había viento en contra (SIC)” para poder poner la marca como record. EN SERIO ¿Bajo techo? ...no entraré en detalles, pero solo para recalcar: Bajo techo no tiene viento a favor, ni en contra...

Foto de Leverkusen<sup>38</sup>:



---

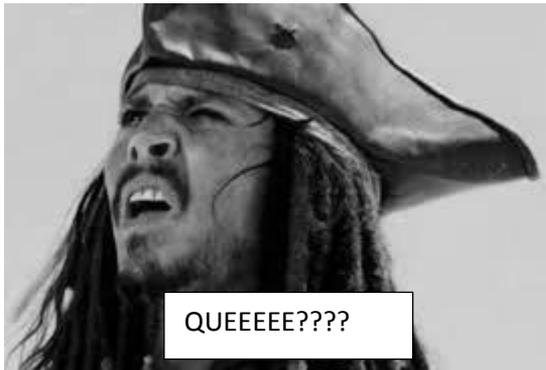
<sup>37</sup> Para ver la carrera puedes buscar este enlace:  
<https://www.youtube.com/watch?v=emJ4MPhJYSMj>

<sup>38</sup> Es una ciudad que se encuentra a 20km de Colonia.

Me fui terminando la competencia hacia Paderborn, con el entrenador de un equipo. El “LC Paderborn” (Thomas Prange) en donde tienen su pista bajo techo... pero que pista!! Se llama AHORN SPORTPARK<sup>39</sup>

Quiero compartirles un poco sobre cómo se hizo la pista, ojalá en México tuviéramos a gente como Heinz Nixdorf, que destaquen el aspecto de apoyar el deporte, o alguna causa, con impacto en la sociedad. Impacto real no dádivas:

*“Es gibt einige Dinge des täglichen Lebens, die selbstverständlich sind wie Luftholen oder Zähneputzen. Für mich ist der Sport eine solche Selbstverständlichkeit im Leben des Menschen.” Heinz Nixdorf 1984*



---

<sup>39</sup> Tomado desde la biografía en Alemán (traducción Dieter Wolf) <http://www.ahorn-sportpark.de/>

El traductor dice algo así:

“Hay algunas cosas en la vida diaria que son tan naturales como la respiración o el cepillarse los dientes. Para mí el deporte es un asunto igual en la vida del hombre”.



“Desde siempre se mostró como un empresario con responsabilidad social. Más que nada le importaba la salud de toda la población de Paderborn.

Implementó entonces en Wincor Nixdorf AG deporte al programa de aprendizaje y al programa de la empresa, es decir, primero se hacía deporte dentro de las instalaciones de producción. Posteriormente se pasó todo el programa de deporte a las instalaciones del parque de deporte AHORN.

Los atletas de Paderborn quienes no podían entrenar bien en invierno y el equipo de squash encontraron un nuevo hogar en el parque deportivo AHORN. Con la construcción de este parque deportivo, creó un sistema abierto, esto quiere decir que además del desempeño organizado del deporte y de varios clubes de Paderborn, también hay atletas independientes que pueden hacer

uso de las instalaciones cuando sea. Esto es ejemplo en Alemania...”

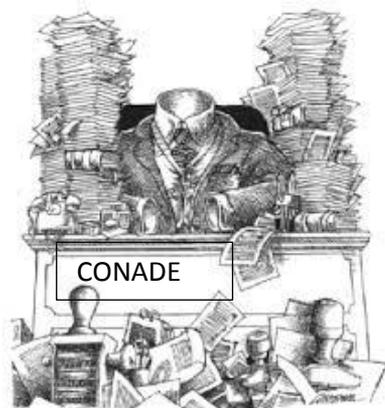
¿En México debería ser igual no?



Ricardo ¿¿Ordenaste tu papeleo??



En México siempre nos topamos con la burocracia (el deporte tampoco se salva) algunas veces existen demasiados procesos, mientras estas en el entrenamiento, mientras necesitas algo para entrenar, pero, así es México, muchas veces complicamos todo.



# Sigo con la historia

En esa pista en Paderborn fue donde me estuve preparando para el siguiente evento, el cuál era una competencia internacional en Ludwigshafen al sur de Alemania.





Numero de competencia

### Premiación 2º lugar



Me fue bien, quedé en 2º lugar. Plus: premiaban a los 3 primeros lugares con \$250, \$200 y \$150 Euros respectivamente. Y un estímulo de \$200 Euros si rompías el record del evento.



Son incentivos que te ayudan a crecer como atleta, aprendes que la competencia es parte de tu vida deportiva, y te tienes que preparar cada día más. Mientras haya politiquería deportiva en el país, no aspiraremos a mucho en la velocidad. Ni en nada.

En México me tocó algo similar, pero recuerdo que en la interna, el presidente de la FMA..A nos dijo “Bueno, de esto no se puede vivir”... tiempo después, se aventaría una frase en la que justificaba su falta de compromiso con nosotros los atletas: “Ni que fuera narco, para darle uniforme doble a todos”



Seguí mi camino hasta Viena, en Austria (en donde correría la última vez porque en Eslovenia sufriría una lesión en el tobillo) donde gané el Primer Lugar, era como la sección abierta del atletismo y éramos 4 competidores, 2 locales y 2 extranjeros, entre ellos el mexicano... Mi resultado 8.18s. Así que quedé con ganas de otra competencia.



Así que momentos antes y después de la competencia, pediría aventón a un corredor Esloveno, quien en una semana tendría sus nacionales allá. Le pregunté si podría competir, a lo que me respondió:- “Claro que si”



En la pista de Austria me daría cuenta de lo que se puede crear como centro deportivo, era un centro bajo techo donde se hacía también ciclismo y tenía una pista de atletismo bajo techo con ovalo y todo...Perooooo en México tenemos una.



Si, en Guadalajara, Jalisco existe una pista bajo techo señores.!!!

Pista Bajo techo en Guadalajara (a)<sup>40</sup> Elefante Blanco



---

<sup>40</sup> Alias

Sirve para todo menos para hacer campeonatos nacionales de atletismo bajo techo. O para algún evento de preparación internacional. No se... simplemente al saber que había una pista bajo techo en Guadalajara (hecho para los panamericanos) me dieron aún más ganas de escribir este libro. Pero de verdad, me hubiera salido más barato ir a Guadalajara que ir hasta Europa a un evento bajo techo.

## Capítulo 4

¿Qué pasó con los años 2009, 2010, 2011?

La atleta del Cesues se impone en el salto triple y gana plata en 110 con vallas

CUERNAVACA.- Yessenia Villarreal se colgó su segunda presea de oro y además añadió una plata para los Berrendos del Cesues, en la jornada de ayer del atletismo dentro de la Universiada Nacional 2009.

Además del par de preseas de Yessenia Villarreal, los Berrendos sumaron otros dos oros de Ricardo Flores en 110 con vallas y del relevo 4x100 integrado por Mario Murgula, Mauricio Ayala, José Luis Ceballos y Daniel Ceballos.

El relevo del Cesues se impuso en un final de fotografía con un tiempo de 47.01, superando al Tec de Monterrey que hizo 47.02 y al Itson con 47.60.

Mario Murgula cooperó, además, con un-bronce en los 400 metros lisos.

Villarreal ganó la medalla del máximo color en el salto triple con una marca de 13.16 metros, mientras que en la prueba de 110 metros con vallas la sonorense se ubicó en el segundo sitio para una medalla de plata deteniendo el crono en 14.33 segundos.

A su vez Ricardo Flores se alzó con el cetro de la



Ricardo Flores se impuso en los 110 metros con vallas.

### MEDALLAS DE AYER

MEDALLA	DEPORTISTA	PRUEBA
Oro	Yessenia Villarreal	Salto triple
Oro	Ricardo Flores	110 con vallas
Oro	Mario Murgula, Mauricio Ayala, José Luis Ceballos y Daniel Ceballos	Relevo 4x100
Plata	Yessenia Villarreal	110 con vallas
Bronce	Mario Murgula	400 metros planos

### MEDALLERO

	O	P	B	TOTAL
Itson	23	14	13	50
UANL	18	12	18	48
Cesues	12	6	4	22
Itson Mty	8	3	5	16

Universiada Nacional en los 110 metros con vallas registrando un crono de

14:71 y su compañero Mario Murgula le dio a los Berrendos un bronce en los 400 metros planos debido a su tiempo de 48.25 segundos.

En el primer día del atletismo Yessenia Villarreal consiguió el oro en la prueba de salto de longitud.

Triple medallista **2C**

Si retrocedes un poco las páginas, te darás cuenta que hablo de los años de inicio en el Atletismo hasta el 2008 y me colgué a hablar del Indoor (cuestión que me gusta y me apasiona mucho por su funcionalidad), dejando olvidados los años 2009, 2010 y 2011, así que para no perderlos y tratar de abarcar toda la historia, hablaré de mis años “dorados”<sup>41</sup> en el Atletismo.

**2009.** Fue un año para olvidar, pues recordemos que hubo una crisis de salud por la influenza AH1N1<sup>42</sup> (o como dijera Elba Esther Gordillo: “Influencia AHLNL”<sup>43</sup>). La temporada se hizo más larga y casi se cancela la Universiada Nacional, que fue en Cuernavaca, Morelos. En donde me coronaría campeón nacional universitario<sup>44</sup> Y TAMBIÉN campeón nacional de 1ª Categoría<sup>45</sup> pero nuevamente... hasta ahí llegaría mi aspiración por competir por México.



no importa!! el próximo año correré por México...!! Al fin y al cabo somos eternos..!

---

<sup>41</sup> Acompáñese con el soundtrack de la serie “los Años maravillosos”

<sup>42</sup> <http://www.jornada.unam.mx/2009/12/31/politica/003n1pol>

<sup>43</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=oMtsCl\\_fBvM](https://www.youtube.com/watch?v=oMtsCl_fBvM)

<sup>44</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=h8xZv2nrAIQ>

<sup>45</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=KO1T3261UVU>

## Desenlace del 2009 y principios del 2010

Seguimos en 2009; ese año justamente hubo competencias internacionales. Una de ellas sería el campeonato centroamericano<sup>46</sup>, el cual “es un evento regional del atletismo que incluye el área de Centroamérica y la cuenca del Caribe, se celebra cada dos años, es regido por la Confederación Centroamericana y del Caribe de Atletismo (CACAC) cuyo objetivo fundamental es proveer de una competencia de este deporte para los países y atletas de la región dentro de cada ciclo olímpico.” Es decir, lo mejor del mundo de la velocidad se da en esta región. Y es ahí donde México tiene poca presencia (en velocidad). ¡Incluso fue por iniciativa de un mexicano (1966)!!<sup>47</sup>



En ese campeonato, se supone que tendría que haber ido yo como representante nacional, pero no fui, sencillamente porque #AntonioPineda, #Equis, #ProcesosNoClaros, #MeVale, porque #México, y porque #FMA...A.

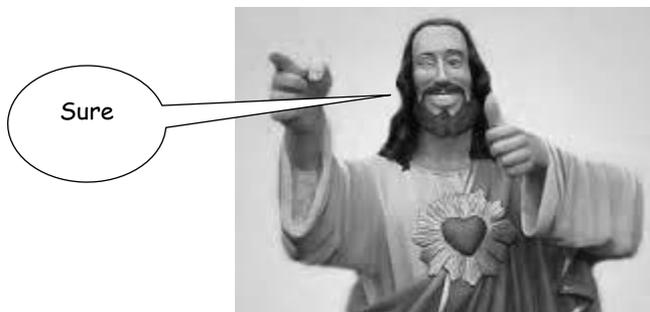
---

<sup>46</sup>[http://www.ecured.cu/Campeonato\\_Centroamericano\\_y\\_del\\_Caribe\\_de\\_Atlletismo](http://www.ecured.cu/Campeonato_Centroamericano_y_del_Caribe_de_Atlletismo)  
mencioné líneas arriba que no fui en 2007

<sup>47</sup> IDEM

## ¿Qué hacer entonces?

¿De verdad cree usted querido lector, que un Atleta debe resolver eso? ¿No se supone que debemos estar entrenando a full para competir por la camiseta nacional? o ¿para mejorar nuestras marcas? Y sobre todo: ¿No se “supone” que hay gente preparada para encaminar dudas y preguntas así como gestionar temporadas más ordenadas?



Pues al parecer en mi caso no fue así. (Dudo que en pleno 2017 exista un tipo de “justicia” para los que más se fajan en el entrenamiento y en la competencia a nivel nacional). Así que no me quedó más que resignarme y continuar el entrenamiento del próximo año...



Terminando la temporada 2009 en la Universidad de Cuernavaca, decidí mudarme con mi novia, quien vivía en la ciudad de Heidelberg, al sur de Alemania.



ALLÁ VA UN MEXICANO  
MÁS... CON  
ASPIRACIONES Y  
PROPÓSITOS A CUMPLIR

Gestionando por mí cuenta **TODO**: los estudios, la vida en sí y los números.

En ese entonces tenía una beca por la Universidad (CESUES, ahora UES), y tenía beca por CONADE<sup>48</sup> (sí, leíste bien: CONADE), además de CODESON (Sonora)<sup>49</sup>. Que en total sumaban al tipo de cambio de ese entonces \$420 euros mensuales aproximadamente.

Todo con miras al próximo año: 2010. La idea básicamente era entrenarme en un equipo de Alemania (y lo hice, fue en Mannheim), poder competir en diferentes eventos, la temporada

---

<sup>48</sup> Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte.

<sup>49</sup> En teoría cada Estado gestiona el sistema de Becas, había estados en pleno 2009 donde no hubo becas para ningún atleta de alto rendimiento. Espero que esa práctica se haya terminado... de verdad lo espero.

de invierno, y posteriormente competir outdoor (primavera y verano) con un mayor nivel, que mi país no generaba, y que en Europa se maneja una mayor competitividad, entonces me sería más fácil ir a Francia, Suiza, Holanda, Bélgica, Polonia o incluso de un Estado a otro en el mismo país y en donde hubieran competencias que básicamente son de carácter internacional.



### **ESTO ES LO QUE QUERÍA HACER**

Desafortunadamente una mala gestión de tiempo y el visado vencieron, y éste servidor se tuvo que regresar a México.



# CAPITULO 5

## Aprovechando oportunidades.

Recibí para enero de 2010 una invitación por parte de la FMA...A para compartir un campamento de entrenamiento en el Centro Nacional de Alto Rendimiento (así es como debería llamarse por sus siglas: CNAR, pero como lo complicamos todo se llama Centro Nacional de Desarrollo de Talentos Deportivos y Alto Rendimiento) con la selección de República Dominicana. Puesto que habría un *dual meet* México vs ese país del caribe. Mi plan era entrenar en ese campamento y regresar a Alemania ya con visa y todo (cosa que no sucedió) así que decidí trasladar mi entrenamiento a la CDMX (recuerden, antes D.F) con el coach Cubano: Leandro Civil.<sup>50</sup>

Entrenamientos duros, una nueva adaptación a otro entrenador, pero sin querer estaba dentro de un proyecto a largo plazo, para correr por México, a mí no me importaba la politiquería y todo lo que esto conlleva (que existía y repercutiría en mi temporada tiempo después) yo lo que quería era entrenar al 100% y lo estaba logrado con creces...

Acere, esta es la buena...!!



---

<sup>50</sup> Pasó mucho tiempo para volver a entrenar a un nivel semejante al mostrado en 2003, con el cubano que me inició en las vallas. Leandro Civil fue entrenador de la Velocista Ruth Grajeda y Mario Trillo en México (quien escribió la carrera de mi vida), así también de la cubana Ana Fidelia Quirot, corredora de 800 metros. Medallista a nivel internacional.

## El Resultado de esos entrenamientos:

Convocatoria para Contratación de Profesores Investigadores de Tiempo Completo Visitantes 2010-2  
Programación de Actividades de Posgrados para el Periodo Escolar 2010  
Medidas de Prevención en Caso de Sismos y Terremotos  
Correo Electrónico Institucional

Oferta Educativa  
Modelo Educativo  
Diplomados, Cursos y Talleres  
Convocatorias y Programas Especiales  
Servicios Profesionales  
Vivero Primavera  
Centro de Desarrollo Ambiental  
Investigación y Desarrollo

Calendario Escolar  
2010  
De Gestión de Calidad

**Campeones Universitarios 2010**



**NOTICIAS**

Excelente la participación de docentes del CESUES durante Congreso Global

## Tetracampeón Nacional Universitario 2010, Chihuahua Y Bicampeón nacional de 1ª Categoría mejorando mi PB: 14.56



Poema de foto: Gracias a Roberto Castrejón, vieja escuela de las Vallas y director de Pycmex

Lo que escribí en paréntesis líneas atrás (sobre la politiquería y su posible repercusión, ver página 62), entraría en ese momento... Existió un proceso de preselección de atletas. Se manejó media temporada que “irían los 2 primeros lugares de cada prueba”

puesto que había competencia internacional en puerta: Los Juegos Centroamericanos y del Caribe Mayagüez 2010

Ya me había ganado el lugar, ya me había subido en el avión, no, ¡pero esperen!...eso fue en mi mente. Mi coach tenía algunos roces con el presidente de la FMAA...A Antonio Lozano (actualmente en cárcel) y “casualmente” quedamos fuera un compañero de entrenamiento de 400 con vallas (José Luis Ceballos Luna) y un servidor.



¿En Serio? ¿De verdad? ¿De nuevo? ¿Es Neta?

En serio, de verdad, de nuevo, es neta, sin llorar.



Y ni hablar del Iberoamericano de atletismo en donde también quedamos orgullosamente fuera.

No es determinante si fue por eso, realmente no me importa, ya pasó... ¡No; esperen! pero es por eso que estoy escribiendo este libro.

Tengan tantita  
mother



## Demos paso al 2011 y LOS JUEGOS PANAMERICANOS (JP) y la vivencia de un nuevo entrenador

El contexto del 2011 fue de total alboroto, unos juegos panamericanos en camino, y con una temporada demasiado larga (porque #México y #Politiquería), es decir, cuando los JP se deben celebrar en los meses de verano: julio - agosto (algunas excepciones como en Mar de plata (1995)<sup>51</sup> que se celebraron en Marzo) pues en México eso no importó, y los pasaron para octubre.

Y es que como México no hay 2, siendo sede de los JP no hubo competidores en todas las pruebas, una de ellas ¿Cuál creen?: los 110 con vallas.



El trago amargo de 2010 se dispararía con el 2011 (pues ya qué), y comenzaría con los entrenamientos a full con la cabeza para dar marca (SI ¡¡Dar marca!!) para los juegos celebrados en casa...



<sup>51</sup> [https://es.wikipedia.org/wiki/Juegos\\_Panamericanos\\_de\\_1995](https://es.wikipedia.org/wiki/Juegos_Panamericanos_de_1995)

Ésta temporada iría bien, de haber llegado a los juegos panamericanos. Para el 2011 tuve que mudarme de CDMX a Acapulco con todas mis chivas, puesto que el entrenador Leandro Civil decidió regresar a Cuba, por cuestiones politiqueras y ajenas a lo que debería vivir un entrenador y atleta. Tuve que buscar a mi antiguo contrincante en pista pero gran compañero y amigo: Norhiher Marín para que hiciera una cita con uno de los mejores entrenadores en México de vallas: El maese Rafael Gómez.



Nuevamente, otro cambio de ciudad, otro cambio de vida, cambio de ritmo, pero con la mira hacia el 2011 (¿recuerdan Alemania? ¿Qué giro no? ) y con ello el 2012?, así que tuve nuevamente que gestionar todo, con las becas ídem que tenía en Alemania, y obvio en Acapulco me daba para vivir al menos con condiciones aceptables para un atleta de alto rendimiento.

La temporada 2011 venía saliendo de maravilla, había ganado por 5ª vez el campeonato nacional de Universiada, pero esta vez en Toluca.



Ricardo Flores, de los Berrendos del Cesues, al momento de cruzar la meta para coronarse campeón de la Universiada Nacional en los 110 metros con valles.

TAMBIÉN LUCEN BÚHOS Y POTROS

# Rápidos y furiosos

**Berrendos Cesues logra ayer cuatro doradas en pista y campo en el atletismo en Universiada Nacional Toluca 2011**

**TOLUCA.** Estado de México.- Un saído de cuatro medallas de oro, cinco preseas plateadas y un metal de bronce consiguieron los representantes del Cesues, Unison e Itson en el segundo día de competencias de la Universiada Nacional 2011.

Los Berrendos fueron quienes sportaron mayor número de preseas al medallero, al capturar cuatro metales áureos y par de argentos para totalizar en las primeras dos jornadas cinco oros, tres platas y un bronce que ubican al Cesues en el tercer lugar general.

En resultados generados ayer, los Berrendos hicieron el 1-2 en los 400 metros con Gabriela Medina y Nayeli Vela, quienes dieron la vuelta al óvalo con tiempos respectivos de 52.59 y 53.17 segundos para obtener el oro y la plata.

El Cesues dominó los relevos 4 por 100 en ambas ramas, mientras la cuarteta femenil, compuesta por Jacqueline Triana, Gabriela Medina, Nayeli Vela y Natalia Munguía, se adjudicó el oro con tiempo de 46.79 segundos; el equipo varonil ganó con Daniel Ceballos, Ricardo Morales, Mauricio Ayala y Miguel Ángel González.

La cuarta medalla de oro conquistada por los Berrendos la obtuvo Ricardo Flores al imponerse en los 110 metros con valles al detener el cronómetro en 15 segundos flat; mientras Irais Estrada se

quedó con el metal plateado en lanzamiento de disco con registro de 46.34 metros.

En la competencia de atletismo, desarrollada en el estadio "Alberto 'Chivo' Córdoba" de Toluca, la Unison apareció en el podio con la presa argentina que obtuvo Ana Patricia Encinas en lanzamiento de jabalina con marca de 75.20 metros.

Los Buhos también se adjudicaron de dos metales de plata en taekwondo por medio de Christian Alvarado, en la categoría 80 kilos, y a través de Carmen López, en la división de más de 73 kilos, en la que Yedith López, de Potros del Itson, se quedó con el bronce.

En fútbol rápido el Itson sufrió una derrota frente a la UACH 4-10; mientras en tenis Victor Medina, de la Unison, quedó eliminado al caer en la primera rouda.

Lo que me dio un boleto para ir a Cuba al LXI Memorial Barrientos (26 a 28 - Mayo - 2011). Con esto cumpliría 5 años de sequía, y al final ser "tomado en cuenta" por parte de nuestras asociaciones, federación, etc etc... Hasta aquí en lo que va de

temporada vamos bien. Sin embargo, para mí no era suficiente. El haber ido a Cuba ya representaba para mí un trámite como atleta, pues 5 años sin poder salir del país representando a México, no los justifica nada, repito, estamos en el área de **velocidad**.

Posteriormente compañeros que fueron a otros eventos internacionales, lo merecían, puesto que venían mejorando las marcas en el 110 con vallas. En lo personal el proceso de este año fue más transparente, o por llamarlo más “democrático” al menos para la velocidad y en especial en las vallas (proceso del cual se había mantenido al margen años anteriores<sup>52</sup>). El 2011 mostró un parteaguas para el 110. En una competencia en ciudad universitaria plasmaría mejor lo que estoy hablando. En mi caso, hice mi mejor marca personal (14.44, con la que me despediría de las pistas.) obteniendo el 4º lugar.

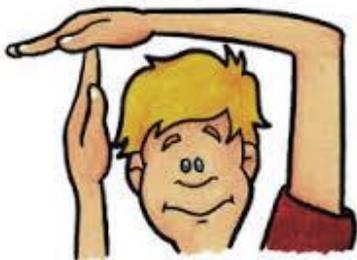
1º Alejandro Hernández 14.38

2º Rodrigo Casar 14.41

3º Genaro Rodríguez 14.44

4º Ricardo Flores 14.44

5º Pedro Bustamante 14.46



...hacemos una pausa...

---

<sup>52</sup> Revisar lo que sucedió en el 2009 donde no hubo procesos de selección para el centroamericano de Atletismo.

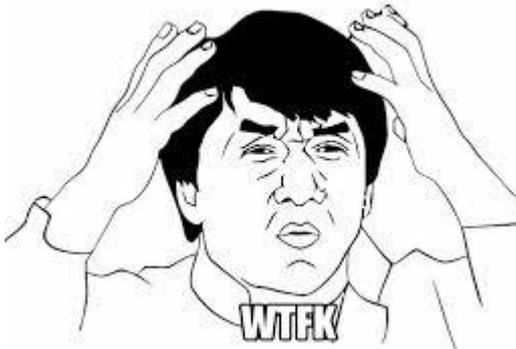
## Hagamos un paréntesis... ( - )

¿Qué es eso de la Marca Mínima para los Juegos Panamericanos?



Si llegas..!!

La marca mínima, se supone que le da un mayor nivel a la competencia, y por ende cada competidor goza de un alto nivel, pero en esta ocasión la pregunta es ¿Era necesario dar una marca mínima para JP? Sí, es necesaria pero ¿Era necesario pedir una marca mínima si México sería sede?



Vayamos con la lógica, estamos de acuerdo que se debe dar una marca mínima para asistir a un evento internacional. En México lo que en realidad pasa (y no debemos estar de acuerdo) contamos con la infraestructura necesaria (aún) para tener deportistas en algunas pruebas con marca mínima (tal es el caso de la velocidad).

Ahondamos en la cuestión de burocracia: Para los JP tuvimos irregularidades sobre las marcas mínimas que pidió la FMA...A

Recordemos que eso fue lo que me llevó a escribir este libro y a investigar un poco más a fondo del porqué estamos como estamos en el atletismo, particularmente en velocidad. Pero en fin, esperen las conclusiones. Ya vamos para allá...

Vamos a ser un poco cuidadosos con este tema (el de las marcas mínimas), lo que quiero es evidenciar, el manejo loco y desproporcionado de poder por parte de los que rigen el atletismo mexicano, con esto me refiero a la FMA...A puntualmente

Contrario a generar discrepancias, prefiero formar un frente común, al menos un poco más informado para los siguientes años y que entre todos generemos desde ya, un cambio profundo en nuestra velocidad (y el atletismo en general)

Me apegaré a lo que en ese momento (2011) se manejaba con respecto a dichas marcas (y de lo que pude rescatar en información). Bien...



Los criterios de selección de la FMA...A fueron los siguientes:<sup>53</sup>

Calificarán a los Juegos Panamericanos, un máximo de 2 atletas por prueba, de acuerdo a:

a) Serán seleccionados aquellos atletas, que ocupen el 1o. y 2o. lugar del Campeonato Nacional de Atletismo, a celebrarse del 5 a 7 de agosto del 2011, en la ciudad de Zacatecas, Zacatecas<sup>54</sup>, siempre y cuando cuenten con la marca mínima mencionada...".

b) Las marcas deberán ser realizadas entre el 1o. de enero del 2011 y el 7 de agosto del 2011.

c) Los tiempos manuales, en las pruebas de 100m, 200m, 400m, 100/110m c/v y 400m c/v no será tomados en cuenta.

d) Las marcas con viento a favor, mayor de 2.0 m/s en las pruebas de velocidad y saltos horizontales, no será (sic) tomadas en cuenta

e) En las pruebas de relevos se participará, si se cuenta con 2 atletas calificados de manera individual, como sigue: en el relevo 4 x 100m, se tomarán en cuenta las pruebas de 100m, 200m, 400m, 110m c/v y 100m c/v y en el relevo 4 x 400m, se tomarán en cuenta las pruebas de 200m, 400m, 800m y 400m c/v. Para conformar los equipos de relevos, podrá asistir hasta 2 atletas por prueba, sin marca en prueba individual.

f) Las pruebas de marcha y maratón, tendrán un proceso de selección aparte. Para los 50 Km, el selectivo será el Challenge de Marcha del 5 de marzo celebrado en Chihuahua, Chihuahua. El selectivo de los 20 Km, será en Daegu, Corea en el Mundial de Atletismo y el selectivo de maratón, será en el Maratón de Londres el próximo 17 de abril del 2011.

---

<sup>53</sup> [http://www.fmaa.mx/ver\\_noticia.php?id\\_noticia=157](http://www.fmaa.mx/ver_noticia.php?id_noticia=157)

<sup>54</sup> Que no se hicieron ahí, sino en CDMX, caos total

g) Para las pruebas de 10,000m en ambas ramas, el selectivo será el Campeonato Nacional de 10,000m, a celebrarse el 30 de julio de 2011 en León, Guanajuato. Calificarán los 2 primeros que cuenten con la marca mínima.

A veecer...



Vamos a comparar la tabla de marcas mínimas con los resultados (del nacional de 1ª categoría, y / o el mejor resultado del Atleta)

**Vamo' pa ahí...**



Lo que pedía la FMA...A era que tenías que entrar entre 1º y 2º lugar y contar con la marca mínima... Mostraré una comparación de la Expectativa vs la Realidad y ¿Qué pasó después?

### 100 metros RAMA VARONIL

1º y 2º lugar del campeonato nacional de 1ª categoría:

1º ALONSO PECH		
PRUEBA	Mejor MARCA en el 2011	Marca en la Competencia
100 MTS	10.56	10.56
2º JOSE REYES		
PRUEBA	Mejor MARCA en el 2011	Marca en la Competencia
100 MTS	10.54	10.68

1º y 2º lugar del Ranking Nacional:

1º JOSÉ HERRERA	10.42
2º ALONSO PECH	10.56

La marca mínima que pedía la FMA...A fue de 10.30

### 100 metros RAMA FEMENIL

1º y 2º lugar del campeonato nacional de 1ª categoría:

1º JESSICA SÁNCHEZ BRANKER		
PRUEBA	Mejor MARCA en el 2011	Marca en la Competencia
100 MTS	11.80	11.83
2º MATILDE ÁLVAREZ SIERRA		
PRUEBA	Mejor MARCA en el 2011	Marca en la Competencia
100 MTS	11.84	11.90

1º y 2º lugar del Ranking Nacional:

1º JESSICA SÁNCHEZ BRANKER	11.80
2º MATILDE ÁLVAREZ SIERRA	11.90

**200 metros RAMA FEMENIL (Marcas en segundos)**

<b>1° NALLELY VELA RASCÓN</b>		
<b>PRUEBA</b>	<b>Mejor MARCA en el 2011</b>	<b>Marca en la Competencia</b>
200 MTS	24.08	24.08
<b>2° NATALY BRITO OSORIO</b>		
<b>PRUEBA</b>	<b>Mejor MARCA en el 2011</b>	<b>Marca en la Competencia</b>
200 MTS	24.10	24.10

1° y 2° lugar del Ranking Nacional:

<b>1° NALLELY VELA RASCÓN</b>	24.08
<b>2° NATALI BRITO OSORIO</b>	24.10

**200 metros RAMA VARONIL (Marcas en segundos)**

<b>1° JOSÉ CARLOS HERRERA VARGAS</b>		
<b>PRUEBA</b>	<b>Mejor MARCA en el 2011</b>	<b>Marca en la Competencia</b>
200 MTS	20.84	20.98
<b>2° JORGE ARTURO ALONSO PECH</b>		
<b>PRUEBA</b>	<b>Mejor MARCA en el 2011</b>	<b>Marca en la Competencia</b>
200 MTS	21.13	21.13

1° y 2° lugar del Ranking Nacional:

<b>1° JOSÉ CARLOS HERRERA VARGAS</b>	20.84
<b>2° JORGE ARTURO ALONSO PECH</b>	21.13

**100 metros con vallas FEMENIL (Marcas en segundos)**

<b>1° GABRIELA BELÉN SANTOS CRUZ</b>		
<b>PRUEBA</b>	<b>Mejor MARCA en el 2011</b>	<b>Marca en la Competencia</b>
100 mts vallas	13.69	13.69
<b>2° CARLA GABRIELA RODRÍGUEZ RUIZ</b>		
<b>PRUEBA</b>	<b>Mejor MARCA en el 2011</b>	<b>Marca en la Competencia</b>
100 mts vallas	13.93	13.93

1° y 2° lugar del Ranking Nacional:

<b>1° GABRIELA BELEN SANTOS CRUZ</b>	<b>13.69</b>
<b>2° AYDEE YESENIA VILLAREAL</b>	<b>13.85</b>

**110 metros con vallas VARONIL (Marcas en segundos) y mi mero mole.**

<b>1° GENARO RODRÍGUEZ PINEDA</b>		
<b>PRUEBA</b>	<b>Mejor MARCA en el 2011</b>	<b>Marca en la Competencia</b>
110 mts vallas	14.44	14.45
<b>2° RODRIGO CASAR ESPARZA</b>		
<b>PRUEBA</b>	<b>Mejor MARCA en el 2011</b>	<b>Marca en la Competencia</b>
110 mts vallas	14.41	14.48

1° y 2° lugar del Ranking Nacional:

<b>1° JOSÉ FLORES GARCÍA</b>	<b>14.32</b>
<b>2° ALEJANDRO FEBRONIO HERNÁNDEZ</b>	<b>14.34</b>

Marca que estableció la FMA...A: 14.30

**400 metros con vallas FEMENIL (Marcas en segundos)**

<b>1° ANISIA ANALINNE CASTRO PIOTROWSKY</b>		
<b>PRUEBA</b>	<b>Mejor MARCA en el 2011</b>	<b>Marca en la Competencia</b>
400 mts vallas	57.92	57.92
<b>2° KARLA ADRIANA SAVIÑON FIEDRECH</b>		

PRUEBA	Mejor MARCA en el 2011	Marca en la Competencia
400 mts vallas	58.47	58.47

1º y 2º lugar del Ranking Nacional:

1º ANISIA A. CASTRO PIOTROWSKY	57.92
2º KARLA A. SAVIÑON FIEDRECH	58.47

#### 400 metros con vallas VARONIL (Marcas en segundos)

1º JOSÉ LUIS CEBALLOS LUNA		
PRUEBA	Mejor MARCA en el 2011	Marca en la Competencia
400 mts vallas	51.33	51.66
2º JUAN STENNER ESCALANTE		
PRUEBA	Mejor MARCA en el 2011	Marca en la Competencia
400 mts vallas	50.87	52.07

1º y 2º lugar del Ranking Nacional:

1º JUAN STENNER ESCALANTE	50.87
2º JOSÉ LUIS CEBALLOS LUNA	51.33

#### 400 metros RAMA FEMENIL (Marcas en segundos)

1º GABRIELA ELIZABETH MEDINA SOLORZANO		
PRUEBA	Mejor MARCA en el 2011	Marca en la Competencia
400 MTS	52.50	52.58
2º NALLELY VELA RASCÓN		
PRUEBA	Mejor MARCA en el 2011	Marca en la Competencia
400 MTS	53.17	53.51

1º y 2º lugar del Ranking Nacional:

1º GABRIELA MEDINA	52.50
2º NALLELY VELA RASCÓN	53.17

**400 m RAMA VARONIL (Marca en Segundos)**

1º ORLANDO GARCÍA CANO		
PRUEBA	Mejor MARCA en el 2011	Marca en la Competencia
400 MTS	47.32	47.32
2º HÉCTOR RODRÍGUEZ HERNÁNDEZ		
PRUEBA	Mejor MARCA en el 2011	Marca Competencia
400 MTS	47.74	47.77

1º y 2º lugar del Ranking Nacional:

1º JOSÉ CARLOS HERRERA VARGAS	47.00
2º ORLANDO GARCÍA CANO	47.32

De haber sido “legales” y / o Apegados al reglamento hubiesen llevado mucho menos atletas a la justa Panamericana, situación que estoy en contra por supuesto, se debió llevar a todo el contingente posible) pero en algunas pruebas fueron legales y en otras no se dio la marca mínima y aun así llevaron a los atletas de esas pruebas. (400 metros con vallas varonil por ejemplo) ¿De qué se trata entonces?

Por ahí se dijo: “Vamos a llevar a Atletas Sub- 23 también”

Bueno, en el caso del compañero Genaro Rodríguez Pineda (110 con vallas) era sub- 23, junto con Rodrigo Casar (2º lugar de la prueba) ambos, habían cumplido con el campeonato nacional, pero ¡oh sorpresa! , estaban a 15 y 18 centésimas de segundo respectivamente para dar la marca.

Otra compañera que no fue a panamericanos fue Natalie Brito Osorio (200 mts planos) quien quedó en 2º lugar en el campeonato nacional y fue sub-23 en esa ocasión.

Éste es el tema de siempre, dicen una cosa y hacen otra, o no dicen nada que es aun peor... todo queda en “yo no hice nada, a mí que me revisen”, es decir se “lavan las manos” sin explicaciones, sin rendir cuentas a nadie, o al menos a nosotros como atletas.

Al final, hacen lo que ellos quieren sin tomar en cuenta nada de lo que habían acordado. A eso se le llama: *Mexicanear*



Pero ¿adivine qué?

Mi querido lector, la cosa se pone un poco más “TRUCULENTA”...pues al parecer, a La FMA...A, se le olvidó leer el manual técnico de los juegos Panamericanos. (Bueno tenemos en México a un presidente que se dice “no lee mucho”, ¿qué se puede esperar?



He aquí algo puntual del manual de los juegos panamericanos con copia para Antonio Lozano y su banda en la sección Atletismo:

*“México, como país sede, está automáticamente clasificado para todas las pruebas de Atletismo en los XVI Juegos Panamericanos Guadalajara 2011 con dos (2) participantes por cada prueba.”<sup>55</sup>*

Lo repito:

*“México, como país sede, está automáticamente clasificado para todas las pruebas de Atletismo en los XVI Juegos panamericanos Guadalajara 2011 con dos (2) participantes por cada prueba.”<sup>56</sup>*

Una vez más:

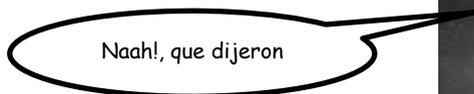
---

<sup>55</sup> Tomado del manual técnico de los juegos panamericanos (Atletismo) pp 28

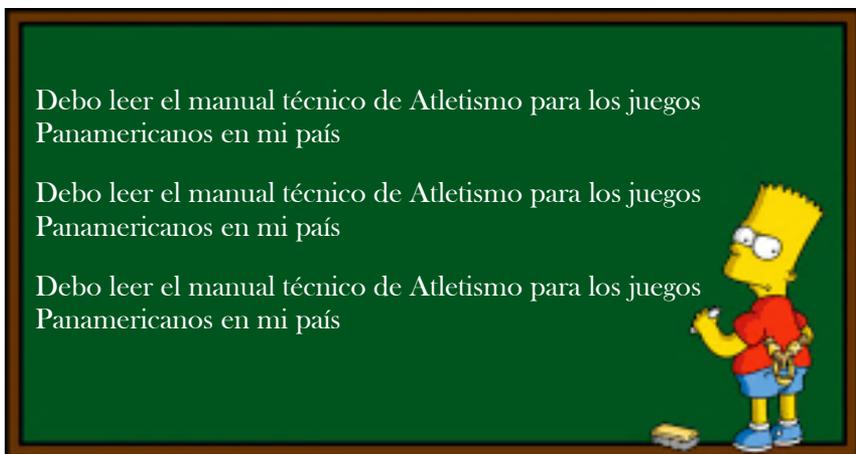
<sup>56</sup> IDEM

*“México, como país sede, está automáticamente clasificado para todas las pruebas de Atletismo en los XVI Juegos Panamericanos Guadalajara 2011 con dos (2) participantes por cada prueba.”<sup>57</sup>*

Una Más: México...



Le vamos a poner a los de la FMA...A a escribir en el pizarrón como lo hacía Bart Simpson. Planas que digan “Debo leer el manual técnico de Atletismo para los juegos Panamericanos en mi país” o algo así por el estilo...



---

<sup>57</sup> IDEM

No podía creer lo que había descubierto años después y todo lo que viví en ese 2011, realmente es algo que no le deseo a ningún atleta en el mundo.



Y sí, me lo pregunté, y muchas veces... Si la sede era México, la fiesta era en México... ¿Por qué diablos no nos apoyaron y llevaron a todos?



Agregamos una “especia” más a este caldo de porquería administrativa panamericana. En 2011, los atletas que estaban seleccionados fueron a competir a Estados Unidos como parte de un fogueo para prepararse mejor... Pero la cosa fue que **los llevaron a un evento de menor categoría, donde participarían solo viejos y muy jóvenes** que no tenían el nivel de una selección nacional. Y eso no lo digo yo, me lo contaron los compañeros que fueron a la justa panamericana y que tuvieron dicha “preparación”



En fin, podemos enfrascarnos en muuuuuuchos más temas polémicos de año con año, como la cancelación de algunos eventos a través de la temporada. (Si de por si hay pocas competencias, cancelan las pocas que hay). Que no exista una beca para alguno(s) de los atletas de alto rendimiento en cualquier estado de la República. La poca infraestructura deportiva que existe hasta nuestros días (Tenemos una pista bajo techo que no se

utiliza para entrenar Atletismo) El no contar con un servicio médico digno, el tener instalaciones no terminadas...y otras pistas e instalaciones abandonadas

Un ejemplo es en Tuxtla Gutiérrez, (capital de Chiapas, se tienen vallas del siglo pasado (de madera y metal duro)



Retrato Hablado

Es que somos machos



## CAPITULO 6

### O lo que los mayas predijeron

El 2012 traería para mi aprendizaje de todo tipo. Líneas arriba mencioné mi aventura por las Europas, pero ¿qué pasó cuando regresé a México?

En Eslovenia tuve un accidente en mi última competencia 20 días antes de regresar a México, en la que me doblé el tobillo, calentando para el ultimo 60 con vallas de la temporada, por lo que el resto del año fue un desastre...al cierre de mi temporada al aire libre (quedé 5º nacional) y alguna aspiración para competir fuera se vería mermada, plus que no tenía un peso para irme a correr a Europa nuevamente.



Cerrar en CU<sup>58</sup> fue una experiencia muy buena y mágica

Posteriormente sufriría una lesión en mi rodilla izquierda de la que no me recuperaría y que me dejaría fuera de las pistas en 2013. ¿Los doctores? Bien gracias, tuve que ir a Cuba a tratarme la rodilla en donde me rehabilitaron como lo pensaba y me recuperé al 90%, lo que no es suficiente para regresar a las pistas.

---

<sup>58</sup> Mi alma mater Ciudad Universitaria (UNAM)

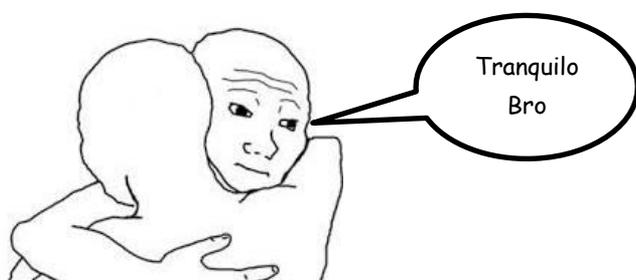
De haber sabido años antes que mi rodilla se iba a destrozar en el 2012, hubiera movido cielo mar y tierra para poder asistir a más eventos fuera de mi país. Aunque me doy por bien servido con la representación que tuve en 2011 en Cuba y 2012 en las Europas, además de la experiencia de tratarme en Cuba, increíble.



## El cierre o cualquier capítulo

El deporte te forja a tener una actitud ante la vida, te cambia el chip del “no se puede” que desafortunadamente traemos insertado desde pequeños en la sociedad (Mexicana) y que a través de la competencia (sana) y de conocer, viajar, entrenar, disciplinarse, te va dando un punto de vista más crítico sobre las cosas que te rodean, ya sean aspectos políticos, económicos, sociales etcétera. Eso me pasó a mí desde que empecé a entrenar con el cubano en 2002 hasta su fallecimiento y se haría más fuerte un sentimiento revolucionario a partir del 2007, al ganar mi primera medalla dorada a nivel nacional. Existe una especie de emancipación que normalmente está mal dirigida y que al quedarnos en el país (hablando de competencias) no existe un mayor crecimiento o desarrollo personal y deportivo... por así decirlo un crecimiento eficaz. Te bloquean, te bloqueas, ¿tu cómo llamarías a lo que se ha vivido en el deporte con toda la gama de casos de corrupción?

Expuesto mi punto de vista y mi vivencia esperando que usted, querido lector haya generado empatía o al menos simpatía con lo que vive el atleta de “a pie”.



## Le traigo aquí: las soluciones Guajiras<sup>59</sup>

1. Si eres millonario, solamente debes dedicarte a entrenar y que tus padres te paguen, te banquen todo. Competencias, servicio médico de calidad, viajes, e incluso que te compren material (como vallas por ejemplo). Adelante. Si eres de ese pequeño porcentaje en México. Entrena y mucho, eso sí, remunérale algo a tu entrenador



---

<sup>59</sup> Un guajiro en cuba es un campesino. Por todos es bien sabido que los campesinos son menospreciados, y no tomados en cuenta en cualquier parte de Latinoamérica, entonces la frase soluciones guajiras tiene sentido como una solución que no es factible (si se le quiere menospreciar claro)

2. Que todos los políticos del país (politiqueros incluidos, que son la mayoría) me refiero a Diputados, Senadores, incluso el presidente, todos y cada uno de ellos tengan la amabilidad de repartir el 1% de su salario en un fondo solidario con el atleta. Ganan mucho realmente, el 1% no representa nada para ellos, y se haría algo por los atletas.



No, de hecho si lo pensamos a fondo, técnicamente son nuestros impuestos con los que viven, entonces el 1% es básicamente un reacondo del salario de un politiquero hacia el beneficio del deporte. Yo creo que sí podrían donar ese porcentaje al fondo solidario para el atleta, solo por decir un nombre...

3. Slim<sup>60</sup>: Ya construye pistas Telmex de Atletismo bajo techo, tienes mucha plata viejo, sigue el ejemplo del empresario alemán, no seas malo. O como dicen los uruguayos: “Sacámela un poco”



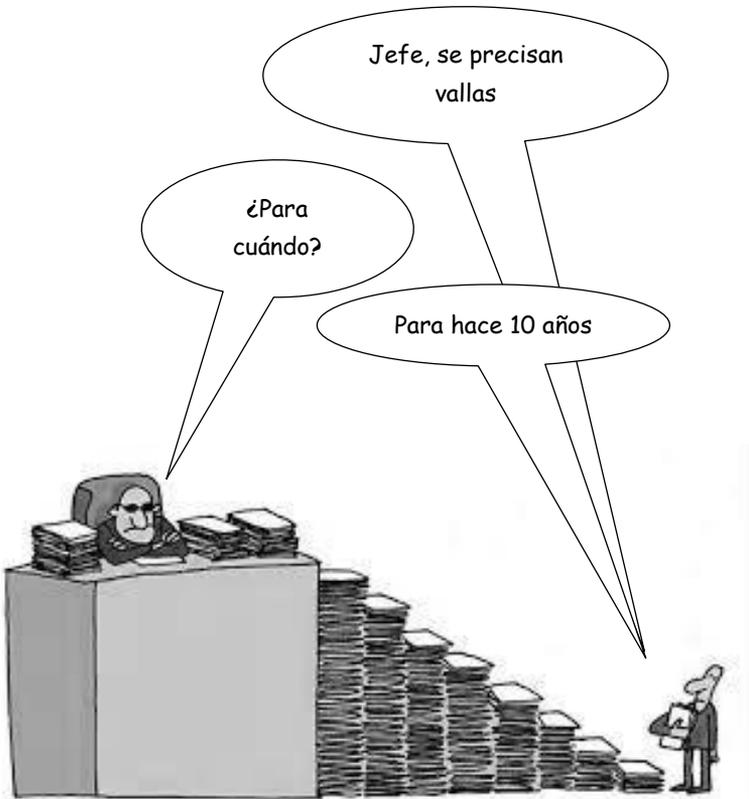
4. Slim: O algunos centros de alto rendimiento en la costa de Guerrero y / o Oaxaca, venga, haz algo por el deporte en México.



---

<sup>60</sup> Carlos Slim es uno de los empresarios más ricos del Mundo, es mexicano, dueño de Telmex (telefonía) y muchas otras empresas más.

5. Es menester trabajar en el atraso burocrático que se vive en el deporte en general. Si falta material para entrenar se compra, obvio el material se debe cuidar, pero cuando haga falta se debe comprar, y no esperar un nuevo ciclo de gobierno para hacer lo que años atrás tienes pendiente, este punto va más dirigido a los institutos del deporte tortugas.



6. Si le copiamos todo lo malo a los Yankies ¿Por qué no copiarle lo bueno? Competitividad en atletismo, más eventos. Copiarle lo bueno y no solo la obesidad y el neoliberalismo mal copiado (a la mexicana.)



Todo esto puede sonar demagógico y sin sustento, pero por eso le puse al principio: “soluciones guajiras”. No nos olvidemos. Aunque si le metemos voluntad y planeación... capaz en una de esas somos un país productor de velocistas como el Caribe y Los Gringos.



## Apuntes de viaje

Un enfoque que me dio el maese Raúl Barreda, entrenador de la ex velocista Ana Gabriela Guevara. (400 metros) en un vuelo en 2011 cuando fuimos a Cuba a competir, me comentaba que “había muchas deficiencias en el deporte Mexicano, han sido los mismos problemas, faltan estrategias, falta un buen manejo”. Y agregaba que “los dirigentes sólo llegan a decirte qué hacer, y no a preguntarte ni a pedir una opinión técnica...” además que “se necesita trabajo con base científica” cosa que estamos a años luz de que eso suceda. Cerró la plática con un gran mensaje “La medalla más grande, es el pueblo mexicano”



Raúl Barreda y Ana Gabriela Guevara. Entrenador y velocista respectivamente

Datos curiosos que me pasaron en estos 5 años en lo que hice el libro, y que la federación y autoridades deportivas daban de qué hablar:

-La FMA...A no pudo ayudar a unos compañeros de Atletismo de Alemania, quienes venían a México a entrenar por la Altura; esperando hasta el último momento (3 días antes) para decidir acerca de la estancia de los compañeros. Al final un entrenador en DF (Fabrizio Chamor, Gracias) me orientó, y al final pudieron recibirlos. Gracias

-Luis Rivera Campeón Mundial universitario en salto de Longitud me contaba cómo fue subestimado por nuestro flamante presidente de la FMA...A antes y después del 8.37 (Marca para Londres) y 2 años después demostraría en la pista ganando el mundial universitario y bronce en el mundial. Bien ahí Luis

-Quisieron desaparecer la competencia sub 23, posteriormente la dejarían. Pero se armó problema con entrenadores y atletas, ya que se pensó en que al desaparecerla (y es obvio) se tendría menor competencia a nivel nacional y lo que todos buscan (recordemos) es: FOGUEO.

-Sacaron un Reportaje en Proceso sobre el CNAR<sup>61</sup> en el cual hablaban de todo el dinero que se le ha invertido sin producir.

“De 2007 a la fecha se han invertido entre 90 y 120 millones de pesos anuales; más de 800 millones de pesos del erario que no han producido los atletas de alto rendimiento que justifiquen la existencia de este centro.”

-Luis Rivera (Atleta destacado en salto largo) en su discurso del Premio nacional del Deporte (PND) mencionó “la creación de una secretaría del deporte”, el Presidente Enrique Peña Nieto (EPN) le respondió básicamente que no quería “Crear más

---

<sup>61</sup> Ver noticia en <http://www.proceso.com.mx/381561>

espacios burocráticos” él sigue creando más espacios burocráticos<sup>62</sup>. #Contradicciones #EPN

-Algunos atletas siguen sin apoyos o becas, por parte de sus federaciones, un caso es el del mejor lanzador de Jabalina en Guerrero (por ejemplo, aunque ya es otra área, sin embargo somos un equipo muy grande y los problemas son los mismos para todos)

-En Chiapas, dejaron de apoyar a los juegos escolares, o al menos me parece que desapareció el apoyo para los niños de primaria, de ahí es donde sacan las semillas para el futuro, y lo cortaron (2013).

-Nombraron a Alfredo Castillo como Director de La CONADE con esto se provocó un revuelo en las federaciones y casi dejan fuera de los JO a México<sup>63</sup>

-Otro reportaje en Proceso para el deporte “Medalla de oro a la impunidad”<sup>64</sup> habla en resumen de cómo algunos ex atletas entran a la política y se vuelven politiqueros, pues generan situaciones propias de cualquier politiquero corrupto. (#Fail)

“...Aprovechándose de su fama y buena reputación, los medallistas han mentido, falsificado documentos, traficado con influencias políticas, evadido al fisco, extorsionado, lucrado y hecho trampas sin enfrentar consecuencias legales...”



---

<sup>62</sup> Ver el nombramiento de Virgilio Andrade por los casos dela Casa Blanca.

<sup>63</sup> <http://www.proceso.com.mx/430781/por-caer-el-ultimo-bastion-de-castillo>

<sup>64</sup> <http://www.proceso.com.mx/367897/medalla-de-oro-a-la-corrupcion>

Y ni hablar de los compañeros Paraolímpicos. Allá rezagaditos hasta el fondo. Y con mejores resultados en General.

## Consejos Prácticos. Mejor conocido como: Capítulo 8

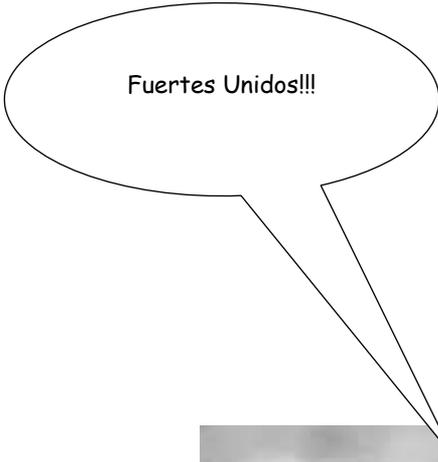
Usar **Couchsurfing** como plataforma que te ayude a viajar sin pagar en tu estadía. El Couchsurfing sirve para poder conocer locales quienes te pueden ayudar en el viaje, compartiendo experiencias de la vida, de lo que haces, e incluso te muestran ambientes locales. Si vas a hacer un viaje en cualquier parte del mundo, puedes utilizar la plataforma para escribir por ejemplo a “Pepe”, que vive en Madrid España. Le comentas: “Pepe que tal, soy un atleta de alto rendimiento quien busca competencias y estaré en tu ciudad unos días... Me gustaría compartir contigo acerca de lo que hago por Mi país como atleta y de antemano agradecerte si puedes ayudarme. De antemano gracias. (Este sería un ejemplo de cómo escribir una solicitud) Si “pepe” te acepta entonces tienes que apegarte a sus reglas de casa y pues siempre el Couch te ofrece esa buena vibra por parte de las personas que gustan de ayudar a los demás. Recuerda que eres un viajero pero que además eres atleta, y tienes compromisos. Que ellos entenderán.

***Mitfahrgelegenheit* (Alemania) o blablá car**, con esta herramienta puedes ahorrarte hasta el 50% de los pasajes en tus viajes dentro de un país. Te conectas con Facebook y llenas un perfil para poder buscar a personas que comparten gasolina y te dan un aventón a otra ciudad. Por ejemplo yo viajé del sur a norte en 5hrs en un Jetta del año y pagué como si hubiese pagado lo mismo en México por las mismas horas recorridas... En fin, son herramientas que te pueden ayudar al viaje.

Cualquier duda no dudes en seguirme en Twitter Instagram (@ricardo110cv) y Facebook.

Puedes escribirme al correo: [truculentahistoria2017@gmail.com](mailto:truculentahistoria2017@gmail.com) para ayudarte con las dudas que tengas sobre un viaje. Y también al leer este libro estas ayudando a algún atleta top 3 de velocidad

de México puesto que una parte va para cubrir gastos en lo que ellos necesiten. No olvides que la competencia ayuda a mejorar y ayudarnos entre todos es tarea que todos debemos hacer.



## Capítulo 9... o las famosas conclusiones.

- Como mencioné líneas arriba: la competencia además bajo techo, me emancipó y me hizo abrir los ojos aún más, cuando pude correr en parte del territorio europeo ya siendo potencia en mi país... pero sin tener el apoyo para ir a dichas competencias porque “*No hay recurso*”

Fue algo tarde si... porque no pude correr mi mejor marca outdoor; más que en uno de los entrenamientos al final de la temporada 2012 manual: 13.7 para los que saben de tiempos manuales ya saben más o menos cuánto da en electrónico. Pero rescataré lo que dijo una vez mi buen amigo Norhiher. “*Si no es electrónico no vale*”... Le doy la razón.

-Cuando en 2004 corrí una buena marca, mi pregunta es ¿por qué no hubo más competencias para desarrollarme y seguir buscando una marca?

-Falta de voluntad por parte de los presidentes de asociaciones de algunos estados. No voy a mencionar nombres, no hace falta. Lo que me gusta del deporte es que es medible así que ustedes mismos comprueben ¿qué estados están hasta atrás en el atletismo? Y no es difícil observar qué estados le meten voluntad y lana y qué estados no o no tienen, o simplemente no pueden.

-¿Deberían desaparecer la CONADE y que el deporte se privatice? Puede ser... pero el deporte elite quizá. Porque los resultados del Estado, en función del deporte elite no han arrojado buenos resultados...llevamos ya 15 - 20 años con el mismo sistema, y nada más no.

Ya queeey!



-Democratizar a las mismas asociaciones. Con todos los involucrados. Sería un des...orden: Sí; pero es mejor probar a quedarnos rezagaditos como estamos. Lo intentó Castillo (dirigente actual de la CONADE) pero fue un total desastre.

-Politiqueros, por favor. No utilicen al deporte como moneda de cambio. Si eres director del deporte termina tu gestión y no andes chapulineando.<sup>65</sup> Es horrible no terminar las cosas...

-Es por esto y muchas cosas más que no podemos seguir simulando no ser un país potencia en velocidad. Lo somos. Pero necesitamos desde ya dar ese paso, saltar, necesitamos competir dentro y fuera del país, lo he dicho, espero se cumpla un día.

-En mi último viaje a Cuba, para curarme la rodilla, conocí a unos chinos, hablando del cómo se habían desarrollado, uno de ellos me contó una analogía que bien podría aplicarse en el desarrollo deportivo. Mencionaba que se desarrollaron con la filosofía de “caminar en un río, en el cual no puedes ver el fondo, así que tienes que ir caminando palpando las piedras, lentamente y que si una piedra está floja, entonces el camino no es por ahí sino que debes regresar e intentar por otra dirección (a la izquierda por ejemplo) el chiste es avanzar.” (Esta es mi interpretación)

---

<sup>65</sup> Término que en México se utiliza coloquialmente cuando un politiquero no termina su gestión y se va a otro puesto ya sea candidatura a Diputación o a Senador. Pasa en muchas partes de Latinoamérica no solo en México.

- (Parafraseando un poco a Luis Donaldo Colosio) Veo y quiero a un México de deportistas de alto nivel, y así como en la velocidad se habla del atletismo de Jamaica, de Estados Unidos, de Cuba, que también se hable de México. Ya estamos con condiciones que no han sido bien aprovechadas.

Montevideo, Uruguay 2016



## **BIBLIOGRAFÍA**

La vida misma

[http://www.ecured.cu/Campeonato\\_Centroamericano\\_y\\_del\\_Cari  
be\\_de\\_Atletismo](http://www.ecured.cu/Campeonato_Centroamericano_y_del_Caribe_de_Atletismo)

[https://es.wikipedia.org/wiki/Juegos\\_Panamericanos](https://es.wikipedia.org/wiki/Juegos_Panamericanos)

[https://es.wikipedia.org/wiki/Juegos\\_Panamericanos\\_de\\_1995](https://es.wikipedia.org/wiki/Juegos_Panamericanos_de_1995)

[https://es.wikipedia.org/wiki/Campeonato\\_Nacac\\_de\\_2007](https://es.wikipedia.org/wiki/Campeonato_Nacac_de_2007)

[http://www.colimdo.org/historias-del-deporte/sede-juegos-  
panamericanos-santo-domingo-2003/](http://www.colimdo.org/historias-del-deporte/sede-juegos-panamericanos-santo-domingo-2003/)

<https://es.wikipedia.org/wiki/Atletismo>

[http://panelcontenido.fmaa.mx/data/documentos/ID607874035\\_  
MANUAL%20TECNICO%20JUEGOS%20PANAMERICANO  
S%20ATLETISMO.pdf](http://panelcontenido.fmaa.mx/data/documentos/ID607874035_MANUAL%20TECNICO%20JUEGOS%20PANAMERICANO S%20ATLETISMO.pdf)

<http://www.youtube.com> (poner “Ana Gabriela Guevara con  
Aristegui” Idem con 2)

Reglamento General de participación de Olimpiada Nacional y  
Paraolimpiada Nacional

[www.conade.gob.mx/documentos/conade/Normateca\\_interna/hist  
oricos/olimpiada.pdf](http://www.conade.gob.mx/documentos/conade/Normateca_interna/historicos/olimpiada.pdf)

[http://www.hoytamaulipas.net/notas/9252/Encabezara-el-  
Presidente-Olimpiada-Nacional-Bicentenario-2010.html](http://www.hoytamaulipas.net/notas/9252/Encabezara-el-Presidente-Olimpiada-Nacional-Bicentenario-2010.html)

[https://www.elsiglodetorreon.com.mx/noticia/320079.ana-guevara-  
habla-fuerte.html](https://www.elsiglodetorreon.com.mx/noticia/320079.ana-guevara-habla-fuerte.html)

<https://www.elsiglodetorreon.com.mx/noticia/320767.ve-ana-guevara-tardia-reaccion-de-sinade-contra-la-fma.html>

<http://osaka2007.iaaf.org/results>

<http://www.com.org.mx/mexicanos-en-juegos-olimpicos.html>

Almanaque mundial 2011 ed 57

[https://en.wikipedia.org/wiki/IAAF\\_World\\_Indoor\\_Championships\\_in\\_Athletics](https://en.wikipedia.org/wiki/IAAF_World_Indoor_Championships_in_Athletics)

<http://www.lcpaderborn.de/>

[http://www.fmaa.mx/ver\\_noticia.php?id\\_noticia=157](http://www.fmaa.mx/ver_noticia.php?id_noticia=157)

[http://panelcontenido.fmaa.mx/data/documentos/ID1992228543\\_campeonato%20nacional%20fmaa-unam,%20completos..pdf](http://panelcontenido.fmaa.mx/data/documentos/ID1992228543_campeonato%20nacional%20fmaa-unam,%20completos..pdf)

<http://www.proceso.com.mx/430781/por-caer-el-ultimo-bastion-de-castillo>

<http://www.zocalo.com.mx/seccion/articulo/olimpiada-nacional-es-cancelada-por-austeridad-1459864641>

[http://www.ecured.cu/Instituto\\_Nacional\\_de\\_Deportes,\\_Educación\\_Física\\_y\\_Recreación#Funcionamiento](http://www.ecured.cu/Instituto_Nacional_de_Deportes,_Educación_Física_y_Recreación#Funcionamiento)