PROPUESTA DE MARCAS REFERENCIALES PARA ATLETAS ECUATORIANOS DE FONDO Y MEDIO FONDO CATEGORIA PREJUVENIL

RESUMEN

El presente trabajo ofrece una recopilación, análisis y tabulación de los diferentes resultados de las pruebas que corresponden al área de fondo y medio fondo de la categoría prejuvenil (15 – 17 años) tanto de campeonatos, Juegos Nacionales y también selectivos nacionales, llevados a cabo durante el período comprendido entre el 2007 y el 2014, con un total de 15 eventos, los mismos que fueron desarrollados en diferentes sedes, con ciudades ubicadas 8 en la región interandina es decir por encima de los 2.000 metros sobre el nivel del mar, y 7 se desarrollaron en ciudades de la Costa como Machala y Guayaquil, de igual forma 2 en la región oriental concretamente en la ciudad de Macas y el Puyo.

Una vez que se tabularon todos los resultados, con estos se procedió a sacar promedios de los mejores ubicados en cada uno de los eventos puntualmente con los medallistas de oro, plata y bronce; tanto en damas como con los Varones. De igual manera se procedió a comparar los resultados que obtuvieron los deportistas de esta especialidad atlética cunado compitieron en la sierra, con los resultados obtenidos en el nivel de mar o llano, desde luego que los resultados registrados en el llano son más bajos, lo que confirma una vez más lo mencionado por expertos de la fisiología que el rendimiento en pruebas de fondo por encima de los 800 metros se ven afectados por la hipoxia. (Fulco y cols, 1998).

Finalmente me permito dejar sentada una sugerencia de marcas referenciales para que la Comisión Técnica de la Federación Ecuatoriana de Atletismo (FEA), la aplique si lo considera conveniente, para conformar las diferentes selecciones para eventos atléticos internacionales que requieren de una marca base sobre todo en las pruebas de fondo y se tenga que competir los selectivos en la sierra, dejando de esta manera satisfechos a todos los participantes.

Palabras clave: Altura, llano, medio fondo, marcas, rendimiento.

INTRODUCCIÓN

Para realizar este estudio procedí en primera instancia a buscar artículos relacionados tanto en la web como en revistas y texto impresos, pero lamentablemente no existen estudios precedentes en este sentido, en lo que si abunda material bibliográfico es en lo que se refiere a los beneficios de entrenar en la altura para luego competir en el llano, pero ese no fue el objetivo fundamental de este trabajo investigativo; sino el de indagar una estrategia que sirva de guía para correlacionar las marcas impuestas por atletas que participan en pruebas de fondo y medio fondo las mismas que van desde los 800 hasta los 3.000 metros planos correspondientes a la categoría prejuvenil.

Los estudios sobre los efectos en el rendimiento deportivo tanto al nivel del mar como en la altura se originan en 1963 fecha en la que se eligió la ciudad de Méjico para celebrar la XIX Olimpiada (1968) lo que despertó un gran interés en la comunidad científica acerca de la respuesta fisiológica al esfuerzo en condiciones de hipoxia. Los entrenadores demandaron información acerca de los posibles efectos de la hipoxia sobre el rendimiento deportivo, especialmente mostraron interés en técnicas o procedimientos para mejorar el rendimiento en Méjico.

Desde entonces han sido numerosos los estudios publicados acerca de los efectos del entrenamiento en altura sobre el rendimiento deportivo tanto en altura como a nivel del mar. Pronto se propuso que el incremento de la concentración de hemoglobina producido por la hipoxia crónica podría contribuir a aumentar el rendimiento a la vuelta a nivel del mar. Asimismo surgió la idea de utilizar el entrenamiento en condiciones de hipoxia para aumentar el rendimiento a nivel del mar, suponiendo que el entrenamiento en condiciones de hipoxia permitiría un mayor estímulo y consecuentemente una mayor adaptación del organismo al entrenamiento de resistencia aeróbica.

Los estudios mejor diseñados a mi criterio para analizar los efectos de diversas estrategias de entrenamiento en altura corresponden a Levine y Stray-Gundersen. Estos autores reclutaron a un grupo de 39 corredores universitarios que entrenaron juntos en Dallas (a nivel del mar) durante 4 semanas obteniendo una mejora de 2.1 % de la marca en 5000 metros. A continuación este grupo fue dividido en 3 grupos de 13 corredores, cada uno integrado por hombres y cuatro mujeres. Los grupos fueron denominados HiHi (high-high), HiLo (high-Low) y LoLo (Low-low). Los grupos HiHi y HiLo vivieron a 2500

metros de altura durante las 4 semanas, mientras que el grupo LoLo vivió y entrenó durante el mismo periodo a nivel del mar (Dallas). El grupo HiHi entrenó a 2500 metros de altura, mientras que el grupo HiLo entrenó a 1250 metros de altura. Los entrenamientos realizados por los tres grupos fueron similares en términos de volumen de entrenamiento (total de Km recorridos), intensidad relativa y características del terreno. Los dos grupos que vivieron en altura aumentaron la masa eritrocitaria (masa total de hemoglobina) un 5.3 y un 10.5 % (HiLo y HiHi, respectivamente). Es decir mejoraron su capacidad aerobia.

Pero reitero este no es el punto de estudio, lo que realmente interesa en mi estudio es correlacionar marcas establecidas en altura versus llano, y para el efecto se procedió a recopilar todos los resultados de campeonatos, selectivos, y juegos nacionales realizados durante el período comprendido entre el 2007 y el 2014, y que fueron organizados y ejecutados por la FEA, para posteriormente tabularlos, analizarlos y finalmente elaborar una propuesta sustentada que permita aproximarnos de la mejor manera posible y sobre todo justa, ya que siempre ha existido el malestar en los deportistas y técnicos de esta modalidad atlética, cuando se tiene que competir en ciudades de altura y le exigen una marca base que es lógicamente más difícil de cumplirla compitiendo con los efectos antes señalados de la hipoxia y sus efectos.

JUSTIFICACION

La realización de este presente artículo se justifica plenamente ya que obedece principalmente en que en nuestro país al inicio de todos los año se emiten por parte de la Comisión Técnica de la FEDERACIÓN ECUATORIANA DE ATLETISMO, los criterios de selección para que sus atletas accedan a un cupo y poder representar a la nación en los diferentes eventos atléticos por categoría y por género. Pero el problema se origina cuando en el calendario establecido constan campeonatos y selectivos en diferentes ciudades de nuestro país que tiene tres regiones claramente marcadas, y concretamente cuando la sede de uno de estos eventos se lo realizarán en ciudades del callejón interandino las mismas que están por encima de los 2.000 metros sobre el nivel del mar lo que según los expertos no favorecen a realizar buenas marcas especialmente en lo que se refiere al área del fondo y el medio fondo.

Fulco y cols en 1998 manifestaron que el rendimiento deportivo en las diferentes pruebas atléticas está en dependencia de las características del entrenamiento y de la altura en

la que se realice, el rendimiento en altura puede verse aumentado, disminuido o sin variaciones. Por ejemplo, se obtienen mejoras en carreras de atletismo de menos de dos minutos mientras que en las superiores a dos minutos se empeora el rendimiento. La razón por la que no empeoran las carreras de menos de dos minutos según los autores antes mencionados es porque en este tipo de carreras se utilizan mayoritariamente mecanismos anaeróbicos que son menos sensibles a la hipoxia que los aeróbicos. Por lo tanto, la hipoxia no afecta a los mecanismo anaeróbicos pero si a los aeróbicos. Esta mejora en las carreras de corta duración también se debe, en segundo lugar, a que en altura la resistencia que produce el aire es menor porque con la altitud disminuye su densidad. Este hecho produce mejoras del rendimiento en pruebas explosivas y de sprint como son las carreras de 100 o 400 metros, saltos, lanzamientos, etc.

En tal virtud se hace imperioso y necesario establecer criterios que correlacionen esta realidad, y al no existir estudios al respecto por parte de la IAAF, ni otro organismo deportivo a nivel mundial, regional o peor aún en nuestro país, me veo en la "obligación" de indagar y proponer una posible solución a este inconveniente que se nos viene presentando desde hace algún tiempo atrás.

Es importante señalar que este material sólo pretende brindar apoyo a la Comisión Técnica de la FEA para que tenga un mejor y acertado criterio a la hora de seleccionar a fondistas y mediofondistas que representen al país en los torneos y campeonatos oficiales estableciendo marcas referenciales, sobre todo cuando se compita en altura.

METODOLOGÍA

En el presente trabajo se estudió el comportamiento de los tiempos impuestos por los tres atletas medallistas (oro, plata, y bronce) de cada uno de los 15 eventos en los que compitieron los atletas de fondo y medio fondo de nuestro país. Se estableció el siguiente protocolo, para lo cual, nos auxiliamos de los resultados oficiales de cada uno de estos eventos que reposan en los archivos de la FEA, para determinar las siguientes variables:

- Promedio registrado por los tres medallistas en cada uno de los campeonatos;
- Promedio general del tiempo registrado por los medallistas de oro.
- Promedio general del tiempo registrado por los medallistas de plata.
- Promedio general del tiempo registrado por los medallistas de bronce.

- Promedio general del tiempo registrado por los medallistas de oro, plata y bronce en la altura
- Promedio general del tiempo registrado por los medallistas de oro, plata y bronce en el llano.

El análisis de estudio lo constituyen los 15 eventos llevados a cabo por la Federación Ecuatoriana de Atletismo, desde el año 2007 hasta el 2014, correspondientes a la categroía prejuvenil es decir deportistas comprendidos entre los 15 y 17 años de edad.

El Universo está conformado por los 15 eventos organizados y supervisados por la Federación Ecuatoriana de Atletismo, de entre los cuales existen 8 campeonatos nacionales, uno por año desde el 2007; 5 juegos Deportivos Nacionales desde el año 2009; y un selectivo preolímpico en abril del 2014.

La valoración se realizó reitero con los 15 eventos atléticos, los mismos que se efectuaron la mayoría de ellos en pistas de material sintético 13, solo las sedes de Puyo y Machala ciudades en las que se desarrollaron dos juegos nacionales 1 por ciudad, no cuentan con pista de este material, es decir son de arcilla. Recalcar que los eventos realizados en la sierra todos se efectuaron en pistas de material sintético.

SEDES DE LOS EVENTOS DE LA CATEGORÍA PREJUVENIL 2007-2004					
LLANO			**ALTURA**		
CIUDAD	FRECUENCIA	ALTURA SNM	CIUDAD	FRECUENCIA	ALTURA SNM
Macas	1	1020	Cuenca	2	2543
Guayaquil	4	6	Ambato	2	2.600
Machala	1	5	Quito	1	2.850
Puyo	1	1924	Ibarra	1	2192
			Riobamba	1	2750
			Guaranda	1	2668
TOTAL	**7**	**2955**	**TOTAL**	**8**	**15603**
MEDIA	**1,75**	**738,75**	**MEDIA**	**1,33**	**2600,5**
DESV	**1,5**	**923,62**	**DESV**	**0,52**	**227,74**

Tabal N° 1

Los 15 eventos, tal como consta en la tabla número 1, se lo realizaron en diferentes sedes, las mismas que fueron llevadas a cabo en ciudades perteneciente tanto a la región **Sierra** (8), lo que representa el 53,33%; resultando la ciudad de Quito con 2850 msnm la más alta, mientras que Ibarra con 2.192 msnm la más baja; pero juntas registraron un promedio de 2.600,5 msnm con una desviación estándar de 227,74 metros.

De igual manera en la región **Costa y Oriente** (7), y representa el 46,66% que para el efecto del estudio les he unificado ya que tienen alturas similares sobre el nivel del mar 738,75 msnm en promedio, con una desviación estándar de 923,62 metros, Siendo la ciudad de Machala la más baja a tan solo 5; y la ciudad del Puyo la más alta a 1924 metros sobre el nivel del mar, pero como ya lo señalé anteriormente tiene similitudes tanto en clima, temperatura, humedad, etc.

Tras la recopilación de los datos, se procedió al procesamiento y análisis de los mismos, elaborando para el efecto unas tablas que contenía los siguientes elementos:

- Nombres y apellidos de los deportistas.
- Provincia a la que pertenecen los atletas.
- Fecha de competencias.
- Nombre del evento (Campeonato Nacional, Juegos Nacionales, o selectivos)
- Sede donde se llevaron a cabo las diferentes competencias.
- Nombre de la prueba.
- Medalla alcanzada.
- Nombre del entrenador de cada uno de los ganadores.

ANÁLISIS ESTADÍSTICO

El procesado estadístico de los datos recopilados lo llevamos a efecto mediante el método informático, utilizando el paquete estadístico del programa Excel 2013 en una computadora personal Hp Pavilion g4.

Realizamos un estudio comparativo de las marcas registradas por los y las atletas de fondo y medio fondo tanto en la altura como a nivel del mar y los resultados fueron los siguientes:

Prueba: 800 metros planos Damas.

PROMEDIOS REGISTRADOS		
ALTURA	LLANO	DIFERENCIA
02:22,80	02:20,97	**00:01,83**

Tabla N° 2

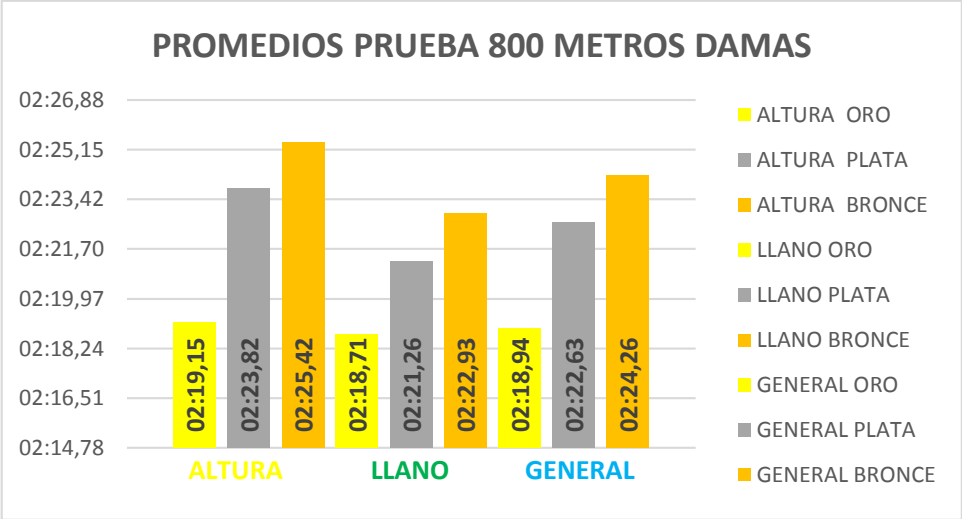


Gráfico N° 1

Tal como se aprecia en la tabla N° 2 y gráfico N° 1, el promedio de tiempo que registraron las deportistas mujeres en la prueba de los 800 metros planos en la altura fue de 2 minutos con 22 segundos y 80 centésimas; y en el llano 2 minutos con 20 segundos y 97 centésimas; es decir 1 segundo y 83 centésimas más rápido que en la sierra.

Prueba: 800 metros planos Varones.

PROMEDIOS REGISTRADOS		
ALTURA	LLANO	DIFERENCIA
01:59,83	01:58,87	**00:00,96**

Tabla N° 3

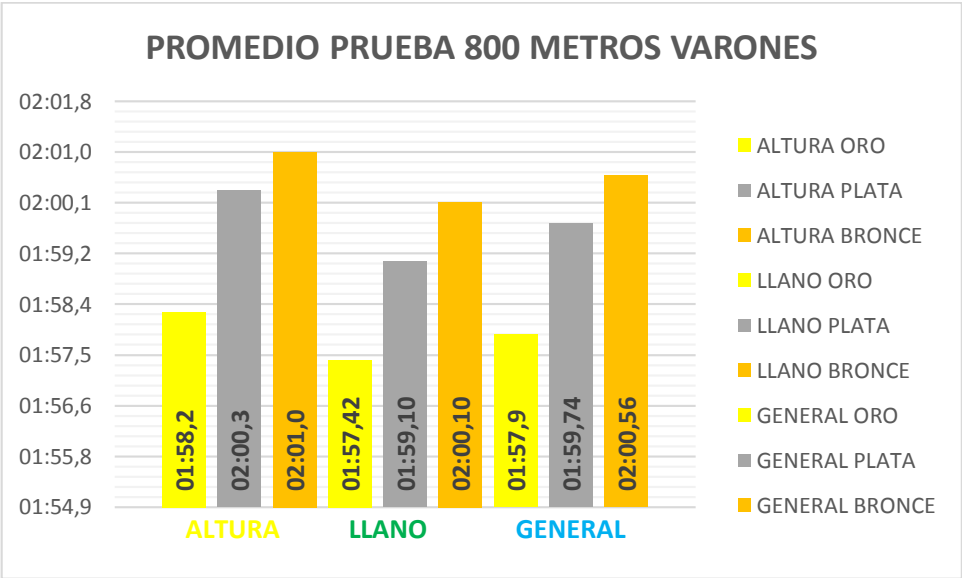


Gráfico N° 2

Tal como se aprecia en la tabla N° 3 y gráfico N° 2, el promedio de tiempo que registraron los deportistas varones en la prueba de los 800 metros planos en la altura fue de 1 minuto con 59 segundos y 83 centésimas; y en el llano 1 minuto con 58 segundos y 77 centésimas; 96 centésimas más rápido que en la sierra.

Prueba: 1.500 metros planos Damas.

PROMEDIOS REGISTRADOS		
ALTURA	LLANO	DIFERENCIA
04:56,99	04:49,62	**00:07,37**

Tabla N° 4

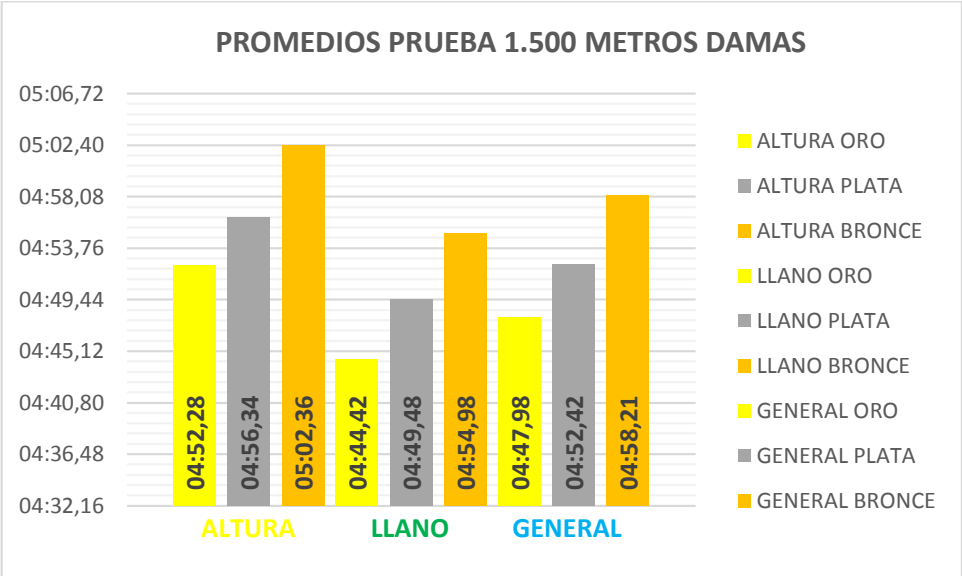


Gráfico N° 3

Tal como se aprecia en la tabla N° 4 y gráfico N° 3, el promedio de tiempo que registraron las deportistas mujeres en la prueba de los 1.500 metros planos en la altura fue de 4 minutos con 56 segundos y 99 centésimas; y en el llano 4 minutos con 49 segundos y 62 centésimas; es decir 7 segundos y 37 centésimas más rápido que en la sierra.

Prueba: 1.500 metros planos Varones.

PROMEDIOS REGISTRADOS		
ALTURA	LLANO	DIFERENCIA
04:14,05	04:08,50	**00:05,55**

Tabla N° 5

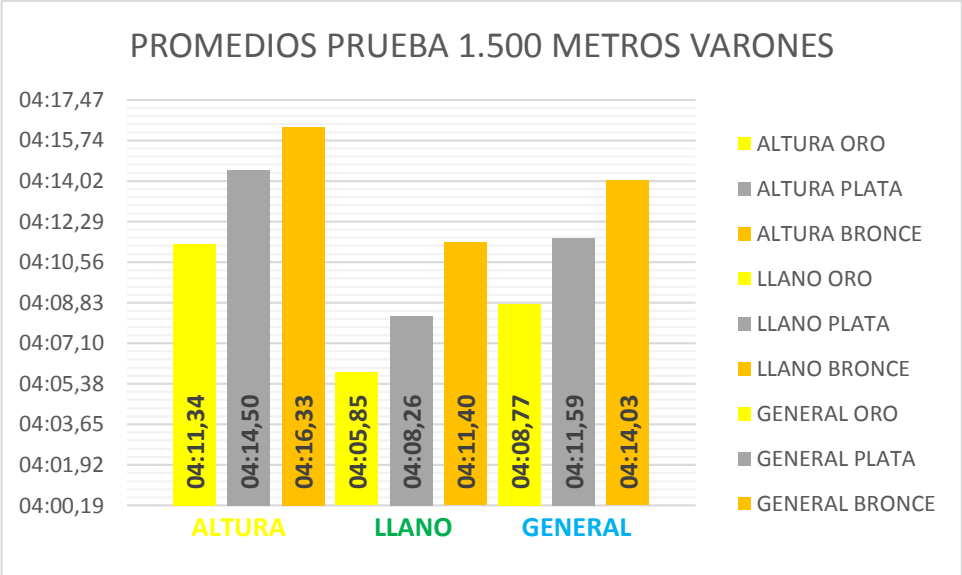


Gráfico N° 4

Tal como se aprecia en la tabla N° 5 y gráfico N° 4, el promedio de tiempo que registraron los deportistas varones en la prueba de los 1.500 metros planos en la altura fue de 4 minutos con 14 segundos y 05 centésimas; y en el llano 4 minutos con 08 segundos y 50 centésimas; 5 segundos y 55 centésimas más rápido que en la sierra.

Prueba: 3.000 metros planos Damas.

PROMEDIOS REGISTRADOS		
ALTURA	LLANO	DIFERENCIA
10:58,40	10:30,29	**00:28,11**

Tabla N° 6

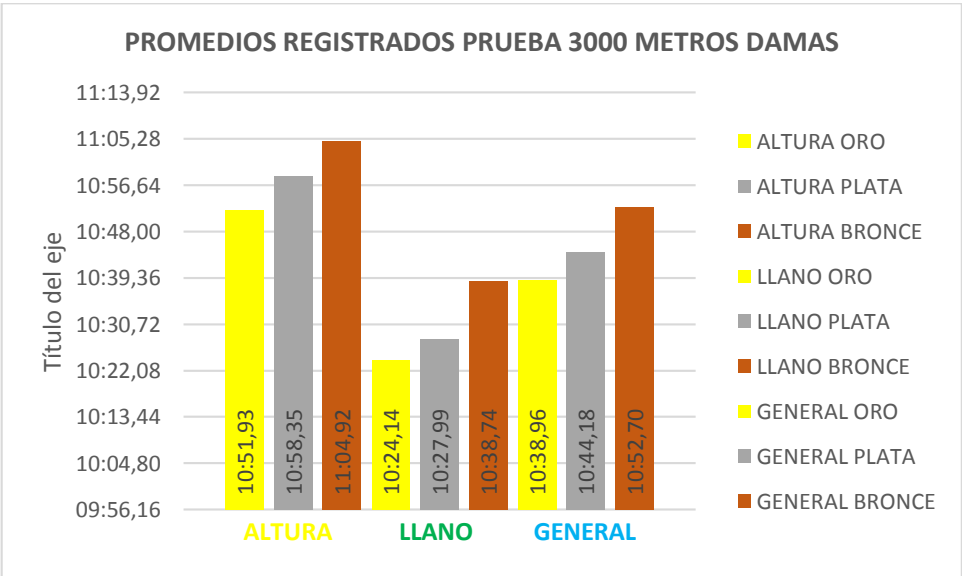


Gráfico N° 5

Tal como se aprecia en la tabla N° 6 y gráfico N° 5, el promedio de tiempo que registraron las deportistas mujeres en la prueba de los 3.000 metros planos en la altura fue de 10 minutos con 58 segundos y 40 centésimas; y en el llano 10 minutos con 30 segundos y 29 centésimas; es decir 28 segundos y 11 centésimas más rápido que en la sierra.

Prueba: 3.000 metros planos Varones.

PROMEDIOS REGISTRADOS		
ALTURA	LLANO	DIFERENCIA
09:22,87	09:01,07	**00:21,80**

Tabla N° 7

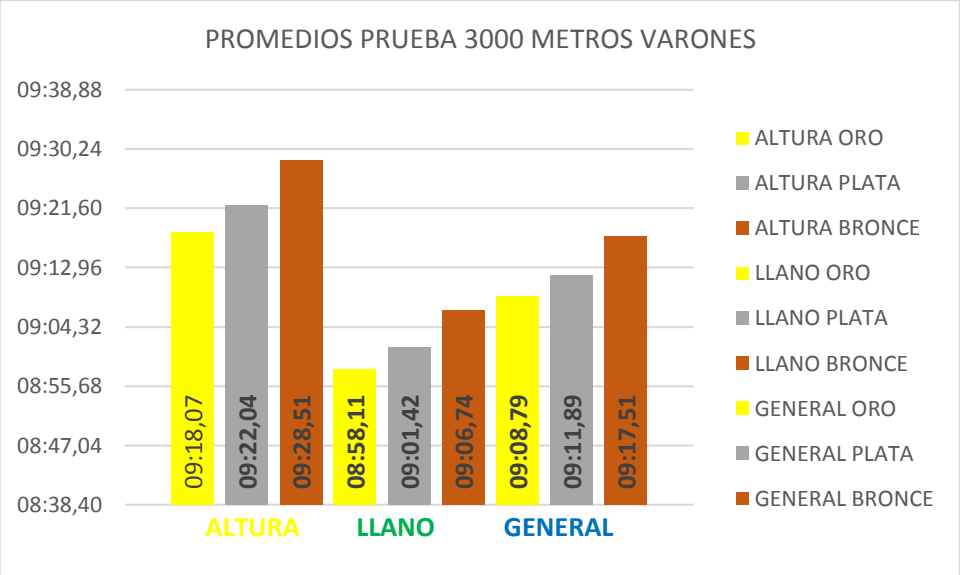


Gráfico N° 6

Tal como se aprecia en la tabla N° 7 y gráfico N° 6, el promedio de tiempo que registraron los deportistas varones en la prueba de los 3.000 metros planos en la altura fue de 9 minutos con 22 segundos y 87 centésimas; y en el llano 9 minutos con 01 segundo y 07 centésimas; es decir 21 segundos y 80 centésimas más rápido que en la sierra.

Prueba: 2.000 Obstáculos metros planos Damas.

PROMEDIOS REGISTRADOS		
ALTURA	LLANO	DIFERENCIA
07:52,75	07:16,80	**00:35,95**

Tabla N° 8

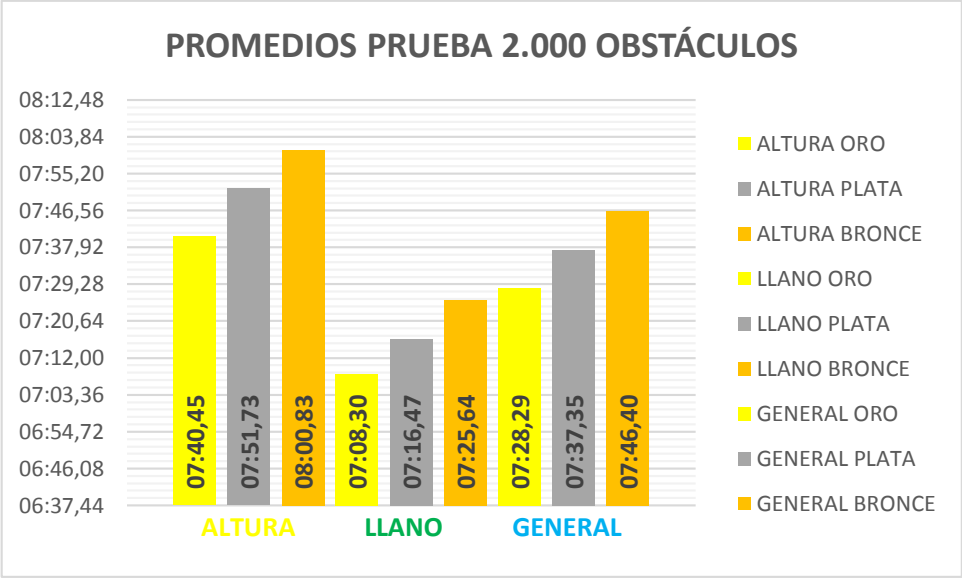


Gráfico N° 7

Tal como se aprecia en la tabla N° 8 y gráfico N° 7, el promedio de tiempo que registraron las deportistas mujeres en la prueba de los 2.000 metros obstáculos en la altura fue de 7 minutos con 52 segundos y 75 centésimas; y en el llano 7 minutos con 16 segundos y 80 centésimas; es decir 35 segundos y 95 centésimas más rápido que en la sierra.

Prueba: 2.000 Obstáculos metros planos Varones.

PROMEDIOS REGISTRADOS		
ALTURA	LLANO	DIFERENCIA
06:13,73	06:27,83	**00:14,10**

Tabla N° 9

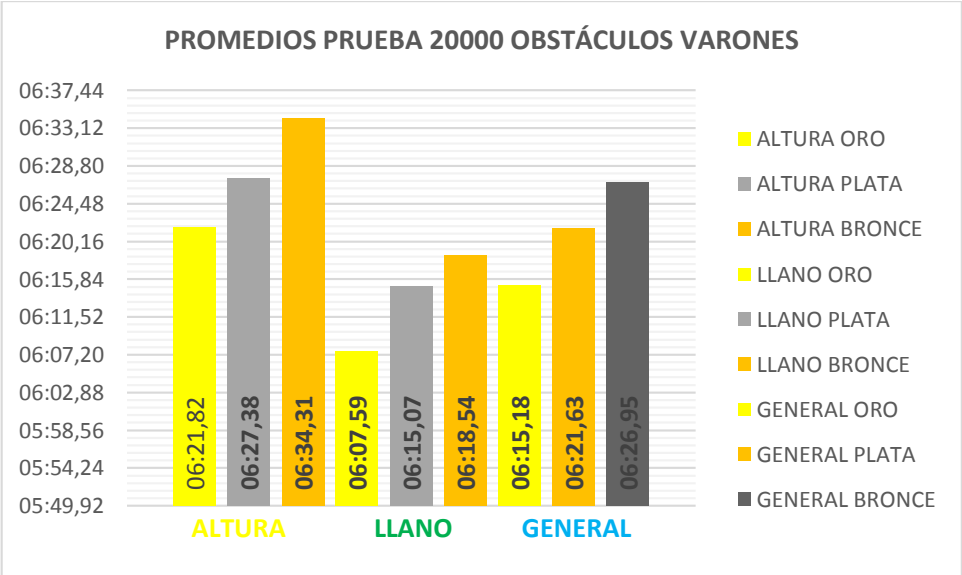


Gráfico N° 8

Tal como se aprecia en la tabla N° 9 y gráfico N° 8, el promedio de tiempo que registraron las deportistas varones en la prueba de los 2.000 metros obstáculos en la altura fue de 6 minutos con 13 segundos y 73 centésimas; y en el llano 6 minutos con 27 segundos y 83 centésimas; es decir 14 segundos y 10 centésimas más rápido que en la sierra.

CONSOLIDADO								
	800 METROS		1.500 METROS		3.000 METROS		2.000 OBSTÁCULOS	
	DAMAS	VARONES	DAMAS	VARONES	DAMAS	VARONES	DAMAS	VARONES
ALTURA	02:22,80	01:59,83	04:56,99	04:14,05	10:58,40	09:22,87	07:52,75	06:27,83
LLANO	02:20,97	01:58,87	04:49,62	04:08,50	10:30,29	09:01,07	07:16,80	06:13,73
DIFERENCIA	**00:01,83**	**00:00,96**	**00:07,37**	**00:05,55**	**00:28,11**	**00:21,80**	**00:35,95**	**00:14,10**

Tabla N° 10

Por último en la tabla N° 10 se ha procedido a consolidar los resultados de cada una de las pruebas del área de fondo de la categoría prejuvenil Damas y Varones, en los que se aprecia los resultados registrados tanto en la altura como en el llano en donde se rescata principalmente lo siguiente:

- La diferencia que registran las mujeres en todos los casos son más amplios que los hombres.
- En la prueba de los 800 metros las mujeres registran una diferencia de 1 segundo con 83 centésimas, a diferencia de los varones que únicamente registran una diferencia de 96 centésimas entre las marcas impuestas en la altura y al nivel del mar.
- En la prueba de los 1.500 metros las mujeres registran una diferencia de 7 segundos con 37 centésimas, mientras los varones registran una diferencia de 5 segundos y 55 centésimas entre las marcas impuestas en la altura y al nivel del mar. Es decir existe una diferencia de 1 segundo con 82 centésimas entre los hombres y mujeres.
- En la prueba de los 3.000 metros las mujeres registran una diferencia de 28 segundos con 11 centésimas, mientras los varones registran una diferencia de 21 segundos y 80 centésimas entre las marcas impuestas en la altura y al nivel del mar. Es decir existe una diferencia de 6 segundos con 31 centésimas entre los hombres y mujeres.
- En la prueba de los 2.000 metros con obstáculos, las mujeres registran una diferencia de 35 segundos con 95 centésimas, mientras los varones registran

una diferencia de 14 segundos y 10 centésimas entre las marcas impuestas en la altura y al nivel del mar. Es decir existe una diferencia de 21 segundos con 85 centésimas entre los hombres y mujeres. En realidad es en esta prueba en que la diferencia es más significativa; a lo mejor obedezca a que la altura además de la hipoxia afecta también a la resistencia a la fuerza, esto tiene que investigarse, mientras tanto a continuación me permito dejar sentada mi sugerencia para que sea tomada en cuenta y ejecutada para los próximos eventos en las que las marcas bases sean impuestas por la FEA.

PROPUESTA PARA CORRELACIONAR LAS MARCAS BASES IMPUESTAS POR LA FEDERACIÓN ECUATORIANA DE ATLETISMO

La propuesta básicamente radica en que a cada una de las marcas de fondo y medio fondo de esta categoría se le incremente la diferencia registrada en este estudio, el mismo que se basó en tabular y analizar los resultados de 15 eventos durante 8 años consecutivos, siempre que los selectivos sean programados y ejecutados en ciudades que sobrepasen los 2000 metros sobre el nivel del mar.

En tal virtud a continuación me permito colocar un ejemplo de cómo se aplicaría dicha propuesta.

Con las marcas mínimas vigentes para el campeonato mundial de Cali 2015 impuestas por la IAAF, desde luego aclarando que es solo un ejemplo, si la FEA tuviera injerencia en aplicar dicha propuesta el ejemplo quedaría de la siguiente manera. Si el selectivo se lo realizaría en cuenca, o cualquier otra ciudad de altura.

PRUEBA	**DAMAS**			**VARONES**		
	LLANO	INC.	ALTURA	LLANO	INC.	ALTURA
800 metros	2:14,00	1,83	**2:15,83**	1:54,50	0,96	**1:55,46**
1.500 metros	4:34,00	7,37	**4:41,37**	3:59,00	5,55	**4:04,55**
3.000 metros	9:50,00	28,11	**10:18,11**	8:44,00	21,80	**9:05,80**
2.000 obstáculos	7:14,00	35,95	**7:49,95**	6:05,00	14,10	**6:19,10**

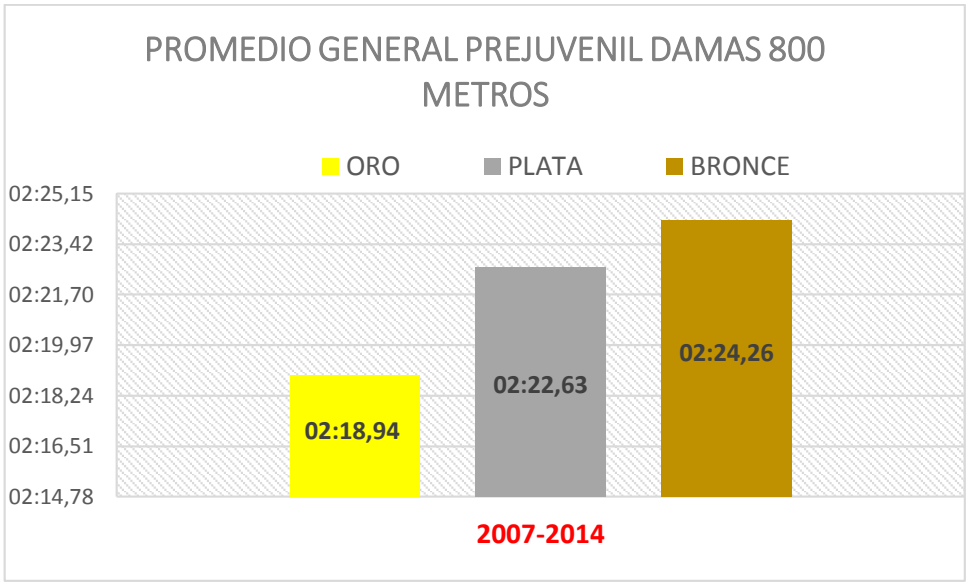
*INC incremento que se tiene que realizar tomando en consideración que el selectivo es en Cuenca.

ANEXOS

RESULTADOS DE LA PRUEBA 800 METROS PLANOS DAMAS 2007-2014							
CATEGORÍA PREJUVENIL DAMAS					PRUEBA Y LOGRO		
Nombres y Apellido	Provincia	Fecha	Evento	Sede	800m	Medalla	Entrenador
Mery Rodas	Morona	24/06/2007	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	02:20,69	ORO	
Camila Yépez	Cotopaxi				02:22,76	PLATA	
Jessenia Corozo	Pichincha				02:24,12	BRONCE	
Briggit Pantoja	Carchi	27/09/2008	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Ambato	02:19,54	ORO	
Evelin Padilla	Pichincha				02:19,92	PLATA	
Jesica García	Azuay				02:22,03	BRONCE	
Jesica García	Azuay	28/09/2008	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	02:16,70	ORO	
Evelin Padilla	Pichincha				02:17,80	PLATA	
Andrea Calderón	Loja				02:19,30	BRONCE	
Andrea Calderón	Loja		I JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Ibarra	02:18,66	ORO	
Tatiana Guilindo	Los Ríos				02:21,11	PLATA	
Yadira Méndez	Pichincha				02:22,42	BRONCE	
Jennifer Méndez	Pichincha	22/08/2010	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Cuenca	02:16,62	ORO	
Grace Jácome	Pichincha				02:24,55	PLATA	
Tatiana Guilindo	Los Ríos				02:25,32	BRONCE	
Jennifer Méndez	Pichincha	21/11/2010	II JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Machala	02:17,82	ORO	
Andrea Calderón	Loja				02:21,88	PLATA	
Tatiana Guilindo	Los Ríos				02:22,78	BRONCE	
Yadira Méndez	Pichincha	05/06/2011	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Riobamba	02:17,28	ORO	
Alexandra Cevallos	Pastaza				02:23,07	PLATA	
Gracce Jácome	Pichincha				02:23,54	BRONCE	
Yadira Méndez	Pichincha	08/10/2011	III JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Tena	02:16,53	ORO	
Evelyn Gonzaga	Pichincha				02:17,74	PLATA	
Victoria Villalba	Napo				02:21,52	BRONCE	
Katherine Tizalema	Pichincha	15/09/2012	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Quito	02:21,89	ORO	
Mayra Herrera	Cotopaxi				02:32,20	PLATA	
Diana Chimbo	Azuay				02:34,35	BRONCE	
Catherine Tizalema	Pichincha	15/07/2012	IV JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Ambato	02:19,29	ORO	
Maribel Quezada	Azuay				02:23,48	PLATA	
Diana Naranjo	Tungurahua				02:25,19	BRONCE	
Katerine Tisalema	Pichincha	01/06/2013	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	02:17,38	ORO	
Alexandra Cedeño	Chimborazo				02:21,82	PLATA	
Pierina Ortiz	sucumbíos				02:25,38	BRONCE	
Katherine Tisalema	Pichincha	22/09/2013	V JUEGOS NACIONALES	Macas	02:17,43	ORO	
Valeria Cornejo	Azuay				02:21,93	PLATA	
Miriam Calvopiña	Cotopaxi				02:22,42	BRONCE	
Valeria Cornejo	Azuay	04/26/2016	SELECTIVO PREOLIMPICO	Guayaquil	02:24,44	ORO	
Alexandra Álvarez	Pichincha				02:24,92	PLATA	
Johana Sangurima	Azuay				02:24,99	BRONCE	

Valeria Cornejo	Azuay	22/09/2013	VI JUEGOS NACIONALES	Cuenca	02:19,45	ORO	
Sahara Guanuña	Pichincha				02:22,08	PLATA	
Katherine Bosmediano	Azuay				02:24,39	BRONCE	
Valeria Cornejo	Azuay	09/27/2014	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guaranda	02:20,45	ORO	
Lisbeth Guanuña	PIchincha				02:24,16	PLATA	
Katherine Bosmediano	Azuay				02:26,11	BRONCE	

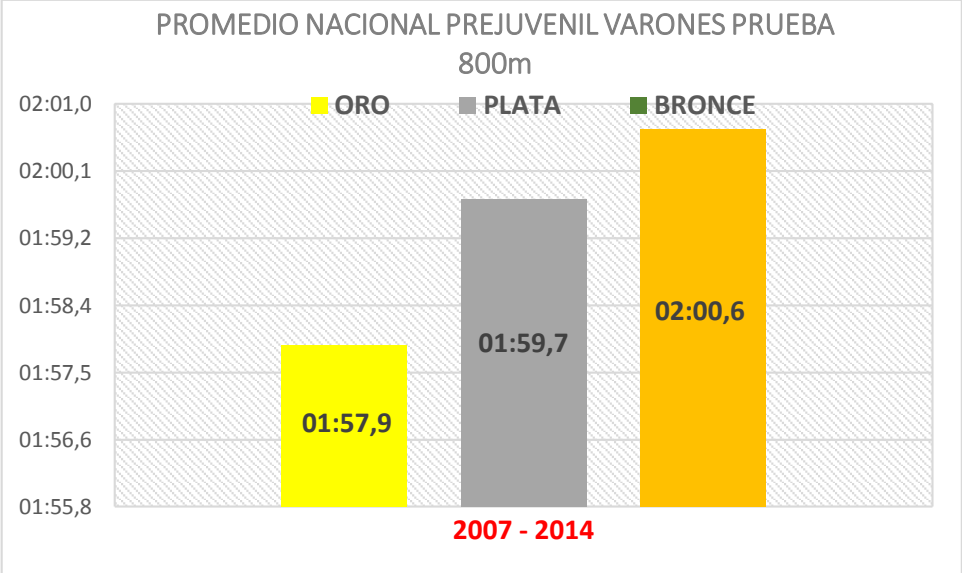
PROMEDIO GENERAL		
ORO	PLATA	BRONCE
02:18,94	02:22,63	02:24,26



RESULTADOS DE LA PRUEBA 800 METROS PLANOS VARONES 2007-2014							
CATEGORÍA PREJUVENIL VARONES					PRUEBA	LOGRO	ENTRENADOR
Nombres y Apellido	PROVINCIA	FECHA	EVENTO	SEDE	800m	MEDALLA	
David Washco	Azuay	24/06/2007	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	01:57,31	ORO	Luis muñoz
Jorge Morán	Los Ríos				01:59,09	PLATA	
Roberto Suárez	Los Ríos				02:00,93	BRONCE	
David Wuashco	Azuay	27/09/2008	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Ambato	01:57,27	ORO	Luis muñoz
Marcos González	Cañar				01:58,35	PLATA	Julio Chuqui
Raúl Cuellar	Guayas				02:00,56	BRONCE	
David Washco	Azuay	28/06/2009	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	01:58,00	ORO	
Marvin Vélez	Orellana				01:59,20	PLATA	
Robert Suarez	Los Ríos				02:00,30	BRONCE	
Thomas León	Los Ríos		I JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Ibarra	02:00,66	ORO	
Jonathan Capón	Azuay				02:00,96	PLATA	Julio Chuqui
Juan Clavijo	Azuay				02:01,25	BRONCE	Julio Chuqui
Kevin Angulo	Pichincha	22/08/2010	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Cuenca	01:57,18	ORO	
Bryan Villavicencio	Azuay				02:00,18	PLATA	Miriam Ramón
Juan Clavijo	Azuay				02:00,20	BRONCE	Julio Chuqui
Kevin Angulo	Pichincha	21/11/2010	II JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Machala	01:56,86	ORO	
Pedro Mogrovejo	Azuay				01:59,41	PLATA	Julio Chuqui
Thomas León	Los Ríos				02:00,45	BRONCE	
Dennis Quinzo	Chimborazo	05/06/2011	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Riobamba	02:02,48	ORO	
Mateo Arévalo	Azuay				02:04,98	PLATA	Julio Chuqui
Santiago Garofalo	Pichincha				02:05,52	BRONCE	
Kevin Angulo	Pichincha	08/10/2011	III JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Tena	01:56,39	ORO	
Pedro Mogrovejo	Azuay				02:00,58	PLATA	Julio Chuqui
Dennis Quinzo	Chimborazo				02:01,42	BRONCE	
Pedro Mogrovejo	Azuay	15/09/2012	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Quito	01:59,91	ORO	Julio Chuqui
José Moreano	Cotopaxi				02:02,75	PLATA	
Santiago Garofalo	Pichincha				02:03,11	BRONCE	
Kevin Angulo	Pichincha	15/07/2012	IV JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Ambato	01:55,83	ORO	
pablo Quishpe	Azuay				01:58,10	PLATA	Julio Chuqui
Pedro Mogrovejo	Azuay				01:59,23	BRONCE	Julio Chuqui
Juan Pacheco	Azuay	01/06/2013	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	01:59,31	ORO	Julio Chuqui
Pablo Quizhpi	Azuay				01:59,40	PLATA	R. Figueroa
Jean Jácome	Pichincha				01:59,52	BRONCE	N. Gutiérrez
Pablo Quishpe	Azuay	22/09/2013	V JUEGOS NACIONALES	Macas	01:58,30	ORO	R. Figueroa
Juan Pacheco	Azuay				01:59,00	PLATA	Julio Chuqui
Jean Jácome	Pichincha				01:59,30	BRONCE	N. Gutiérrez
Jean Jácome	Pichincha	04/26/2014	SELECTIVO PREOLIMPICO	Guayaquil	01:55,75	ORO	N. Gutiérrez
Juan Pacheco	Azuay				01:57,03	PLATA	Julio Chuqui
Andy Cedeño	Azuay				01:58,81	BRONCE	Luis Chocho

Jean Jácome	Pichincha	22/09/2013	VI JUEGOS NACIONALES	Cuenca	01:56,91	ORO	N. Gutiérrez
Andy Cedeño	Azuay				01:58,35	PLATA	Luis Chocho
Israel Arellano	Carchi				01:58,36	BRONCE	Homero Revelo
Jean Jácome	Pichincha	09/27/2014	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guaranda	01:55,65	ORO	N. Gutiérrez
Andy Cedeño	Azuay				01:58,78	PLATA	Luis Chocho
Juan Pacheco	Azuay				01:59,46	BRONCE	Julio Chuqui

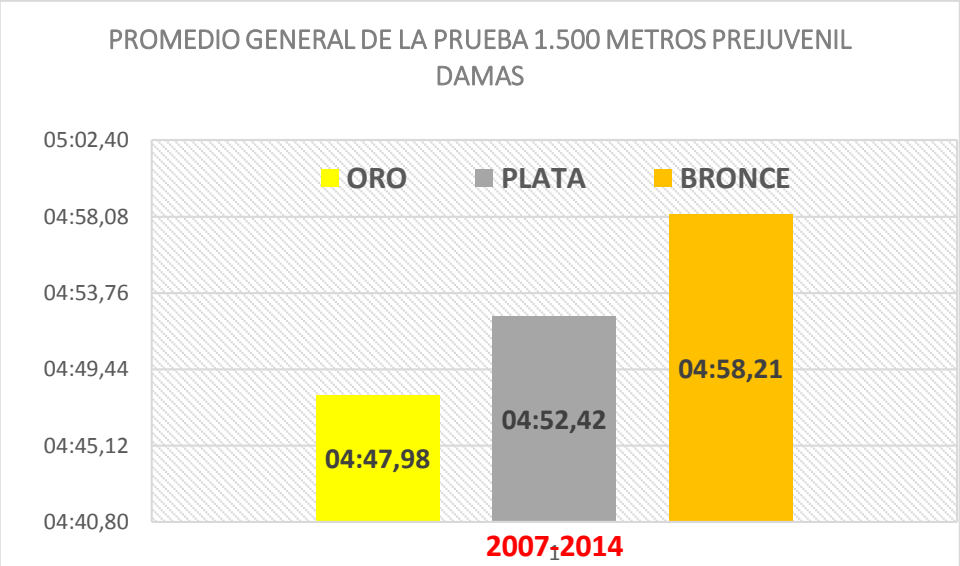
PROMEDIO GENERAL		
ORO	PLATA	BRONCE
01:57,9	01:59,7	02:00,6



RESULTADOS DE LA PRUEBA 1.500 METROS PLANOS DAMAS 2007-2014							
CATEGORÍA PREJUVENIL DAMAS					PRUEBA	LOGRO	ENTRENADOR
Nombres y Apellido	PROVINCIA	FECHA	EVENTO	SEDE	1500m	MEDALLA	
Viviana Acosta	Tungurahua	23/06/2007	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	04:44,16	ORO	
Carmen Muela	Pichincha				04:46,36	PLATA	
Jessica García	Azuay				04:51,93	BRONCE	Luis Chocho
Cristina Cuaspud	Carchi	26/09/2008	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Ambato	04:51,00	ORO	
Jessica García	Azuay				04:57,25	PLATA	Luis Chocho
Briggitte Pantoja	Carchi				05:04,05	BRONCE	
Evelyn Padilla	Pichincha	12/06/2009	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	04:45,30	ORO	Edm. Hidalgo
Jessica Espejo	Azuay				04:45,80	PLATA	Patricio Quille
Cristina Cuaspud	Carchi				04:45,90	BRONCE	
Norma Freire	Tungurahua	13/06/2009	I JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Ibarra	04:47,80	ORO	
Jessica Almachi	Azuay				04:58,50	PLATA	
Yadira Méndez	Pichincha				05:02,10	BRONCE	Edm. Hidalgo
Andrea torres	Azuay	21/08/2010	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Cuenca	04:49,31	ORO	
Jennifer Méndez	Pichincha				04:49,74	PLATA	
Mary Granja	Cotopaxi				05:00,23	BRONCE	
Mary Granja	Cotopaxi	20/11/2010	II JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Machala	04:49,72	ORO	
Teresa Borja	Bolívar				04:49,95	PLATA	
Jessica Espejo	Azuay				04:54,34	BRONCE	Julio Chuqui
Valeria Cornejo	Azuay	04/06/2011	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Riobamba	04:53,79	ORO	Julio Chuqui
Yadira Méndez	Pichincha				04:53,98	PLATA	
Mary Granja	Cotopaxi				05:03,82	BRONCE	
Teresa Borja	Bolívar	08/10/2011	III JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Tena	04:36,92	ORO	
Mayra Granja	Cotopaxi				04:40,97	PLATA	
Yadira Méndez	Pichincha				04:47,45	BRONCE	Edm. Hidalgo
Mayra Granja	Cotopaxi	14/09/2012	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Quito	04:53,61	ORO	
Valeria Cornejo	Azuay				04:56,34	PLATA	Julio Chuqui
Katherine Tisalema	Pichincha				04:57,92	BRONCE	W. Lata
Mary Granja	Cotopaxi	13/07/2012	IV JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Ambato	04:50,87	ORO	
Katherine Tisalema	Pichincha				04:51,15	PLATA	W. Lata
Valeria cornejo	Azuay				04:57,53	BRONCE	Julio Chuqui
Katherine Tisalema	Pichincha	2013	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	04:47,12	ORO	W. Lata
Priscila Iza	Cotopaxi				04:59,65	PLATA	
Gabriela Montiel	Tungurahua				05:00,91	BRONCE	
Katherine Tisalema	Pichincha	22/09/2013	V JUEGOS NACIONALES	Macas	04:37,91	ORO	W. Lata
Valeria Cornejo	Azuay				04:47,20	PLATA	Julio Chuqui
Erika Pilicita	Pichincha				04:51,33	BRONCE	W. Lata
Valeria Cornejo	Azuay	04/26/2016	SELECTIVO PREOLIMPICO	Guayaquil	04:49,78	ORO	Julio Chuqui
Johana Sangurima	Azuay				04:56,41	PLATA	Manuel Ortiz
Edith Albacura	Imbabura				05:12,99	BRONCE	

Valeria Cornejo	Azuay	22/09/2013	VI JUEGOS NACIONALES	Cuenca	04:54,48	ORO	Julio Chuqui
Karen Bravo	Pichincha				05:00,55	PLATA	
Erika Pilicita	Pichincha				05:04,41	BRONCE	W. Lata
Valeria Cornejo	Azuay	09/27/2014	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guaranda	04:57,37	ORO	Julio Chuqui
Karen Bravo	Pichincha				05:03,18	PLATA	W. Lata
Karla illescas	Azuay				05:08,79	BRONCE	Julio Chuqui

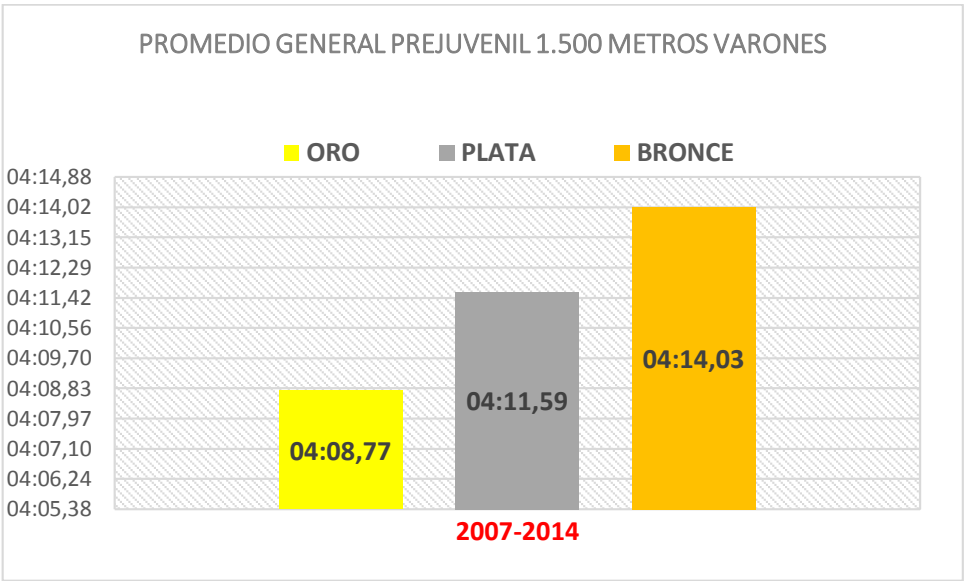
PROMEDIO GENERAL		
ORO	PLATA	BRONCE
04:47,98	04:52,42	04:58,21



RESULTADOS DE LA PRUEBA 1.500 METROS PLANOS VARONES 2007-2014							
CATEGORÍA PREJUVENIL VARONES					PRUEBA	LOGRO	ENTRENADOR
NOMBRES	PROVINCIA	FECHA	EVENTO	SEDE	1.500	MEDALLA	
Jorge Arias	Pichincha	23/06/2007	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	04:01,59	ORO	Homero Salazar
David Washco	Azuay				04:03,00	PLATA	Luis muñoz
Marcos González	Cañar				04:07,67	BRONCE	Julio Chuqui
Marcos González	Cañar	26/09/2008	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Ambato	04:08,30	ORO	Julio Chuqui
David washco	Azuay				04:09,73	PLATA	Luis muñoz
Luis Sánchez	Tungurahua				04:12,76	BRONCE	
David washco	Azuay	12/06/2009	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	04:10,60	ORO	Luis muñoz
Luis Cárdenas	Carchi				04:12,30	PLATA	
Steven Orellana	Morona S.				04:12,50	BRONCE	
juan Clavijo	Azuay	13/06/2009	I JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Ibarra	04:12,00	ORO	Julio Chuqui
Jonathan Capón	Azuay				04:12,10	PLATA	Julio Chuqui
Henry Carbo	Cotopaxi				04:12,20	BRONCE	Franklin Tenorio
Kevin Angulo	Pichincha	21/08/2010	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Cuenca	04:09,54	ORO	
Juan Clavijo	Azuay				04:15,48	PLATA	Julio Chuqui
Bryan Villavicencio	Azuay				04:16,20	BRONCE	Miriam Ramón
Kevin Angulo	Pichincha	20/11/2010	II JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Machala	04:03,31	ORO	
Juan Clavijo	Azuay				04:11,07	PLATA	Julio Chuqui
Bryan Villavicencio	Azuay				04:13,85	BRONCE	Miriam Ramón
Jonathan Capón	Azuay	04/06/2011	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Riobamba	04:16,91	ORO	Julio Chuqui
Luis García	Azuay				04:25,78	PLATA	Julio Chuqui
Fernando Moreno	Pichincha				04:30,21	BRONCE	W. Lata
Kevin Angulo	pichincha	08/10/2011	III JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Tena	04:04,82	ORO	
Juan Clavijo	Azuay				04:07,92	PLATA	Julio Chuqui
Walter Lomas	Imbabura				04:14,30	BRONCE	
Jefferson Revelo	Carchi	14/09/2012	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Quito	04:15,30	ORO	Homero Revelo
Pedro Mogrovejo	Azuay				04:16,52	PLATA	Julio Chuqui
Santiago Garofalo	Pichincha				04:19,08	BRONCE	
Kevin Angulo	Pichincha	13/07/2012	IV JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Ambato	04:12,50	ORO	
Michael Tipantaxi	Chimborazo				04:16,48	PLATA	
Jefferson Revelo	Carchi				04:16,91	BRONCE	Homero Revelo
Jefferson Revelo	Carchi	2013	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	04:09,71	ORO	Homero Revelo
Jaén Jácome	Pichincha				04:09,89	PLATA	N. Gutíerrez
Pablo Quishpe	Azuay				04:11,01	BRONCE	R. Figueroa
Jefferson Revelo	Carchi	22/09/2013	V JUEGOS NACIONALES	Macas	04:04,37	ORO	Homero Revelo
Pablo Quizhpi	Azuay				04:05,53	PLATA	R. Figueroa
Alexander Tipan	Pichincha				04:07,29	BRONCE	W. Lata
Kevin Jimbo	Azuay	04/26/2016	SELECTIVO PREOLIMPICO	Guayaquil	04:06,52	ORO	Luis Chocho
Maicol Villareal	Carchi				04:08,12	PLATA	Homero Revelo
Chesman Tacuri	Loja				04:13,18	BRONCE	Patricio

Jean Jácome	Pichincha	22/09/2013	VI JUEGOS NACIONALES	Cuenca	04:08,08	ORO	N. Gutíerrez
Maicol Villareal	Carchi				04:10,36	PLATA	Homero Revelo
Israel Arellano	Carchi				04:12,19	BRONCE	Homero Revelo
Jean Jácome	Pichincha	09/27/2014	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guaranda	04:08,05	ORO	N. Gutíerrez
Anthony Recalde	Pichincha				04:09,54	PLATA	
Maicol Villareal	Carchi				04:11,06	BRONCE	Homero Revelo

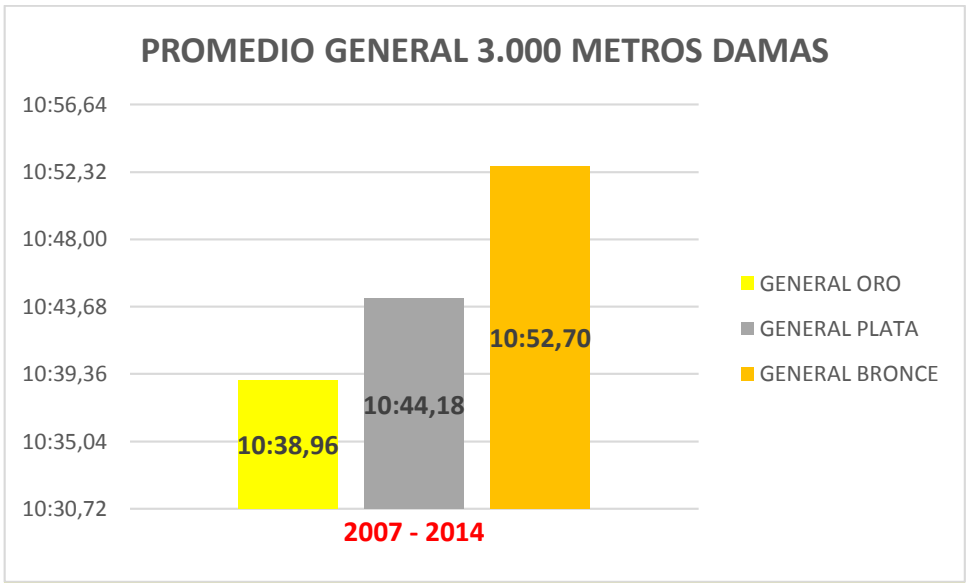
PROMEDIO GENERAL		
ORO	PLATA	BRONCE
04:08,77	04:11,59	04:14,03



RESULTADOS DE LA PRUEBA 3.000 METROS PLANOS DAMAS 2007-2014							
CATEGORÍA PREJUVENIL DAMAS					PRUEBA	LOGRO	
Nombres y Apellido	PROVINCIA	FECHA	EVENTO	SEDE	3000 m	MEDALLA	ENTRENADOR
Viviana Acosta	Tungurahua	23/06/2007	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	10:26,24	ORO	
Blanca Yánez	Cotopaxi				10:29,03	PLATA	
Wendy Panchi	Pichincha				10:36,98	BRONCE	
Verónica Orellana	Azuay	27/09/2008	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Ambato	10:47,09	ORO	P. Quille
Jessica Espejo	Azuay				10:52,09	PLATA	P. Quille
Cristina Cuaspud	Carchi				10:57,34	BRONCE	
Verónica Orellana	Azuay	26/06/2009	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	10:29,20	ORO	P. Quille
Blenda Yánez	Cotopaxi				10:29,90	PLATA	
Jessica Paguay	Pichincha				10:30,20	BRONCE	
Jessica Almachi	Cotopaxi	29/09/2008	I JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Ibarra	10:53,41	ORO	
Norma Freire	Tungurahua				11:01,23	PLATA	
verónica Orellana	Azuay				11:09,97	BRONCE	P. Quille
Andrea Torres	Azuay	22/08/2010	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Cuenca	10:32,40	ORO	P. Quille
Jesica Paguay	Pichincha				10:49,14	PLATA	Guerra
Mary Granja	Cotopaxi				11:05,99	BRONCE	
Mayra Granja	Cotopaxi	21/11/2009	II JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Machala	10:23,96	ORO	
Jessica Almachi	Cotopaxi				10:28,44	PLATA	
Michel Jiménez	Pichincha				10:34,38	BRONCE	
Melania Ordoñez	Azuay	05/06/2011	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Riobamba	10:49,81	ORO	Julio Chuqui
Lilian Borja	Bolívar				10:54,72	PLATA	
Carolina Guacho	Carchi				10:56,75	BRONCE	Homero Revelo
Teresa Borja	Bolívar	09/10/2011	III JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Tena	10:10,84	ORO	
Mary Granja	Cotopaxi				10:18,09	PLATA	
Erika Panchi	Pichincha				10:32,39	BRONCE	W. Lata
Erika Panchi	Pichincha	14/09/2012	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Quito	11:27,50	ORO	W. Lata
Mayra Granja	Cotopaxi				11:33,13	PLATA	
Katherine Tisalema	Pichincha				11:33,79	BRONCE	W. Lata
Mary Granja	Cotopaxi	14/07/2012	IV JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Ambato	10:38,87	ORO	
Erika Panchi	Pichincha				10:48,05	PLATA	W. Lata
Carolina Guacho	Carchi				10:55,84	BRONCE	Homero Revelo
Carolina Guacho	Carchi	2013	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	10:15,31	ORO	Homero Revelo
Erika Panchi	Pichincha				10:20,01	PLATA	W. Lata
Priscila Iza	Cotopaxi				10:33,46	BRONCE	
Erika Panchi	Pichincha	22/09/2013	V JUEGOS NACIONALES	Macas	10:19,64	ORO	W. Lata
Katherine Tisalema	Pichincha				10:24,79	PLATA	W. Lata
Leslie Iza	Cotopaxi				10:29,33	BRONCE	
Carolina Guacho	Carchi	04/26/2014	SELECTIVO PREOLIMPICO	Guayaquil	10:43,80	ORO	Homero Revelo
Erika Pilicta	Pichincha				10:45,66	PLATA	W. Lata
Edith Albacura	Imbabura				11:14,45	BRONCE	

Carolina Guacho	Carchi	22/09/2014	VI JUEGOS NACIONALES	Cuenca	10:51,71	ORO	Homero Revelo
Leslie Iza	Cotopaxi				10:51,93	PLATA	
Lizbeth Vicuña	Azuay				10:53,28	BRONCE	Julio Chuqui
Carolina Guacho	Carchi	09/27/2014	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guaranda	10:54,63	ORO	Homero Revelo
Lizbeth Vicuña	Azuay				10:56,47	PLATA	Julio Chuqui
Erik Pilicta	Pichincha				11:06,37	BRONCE	W. Lata

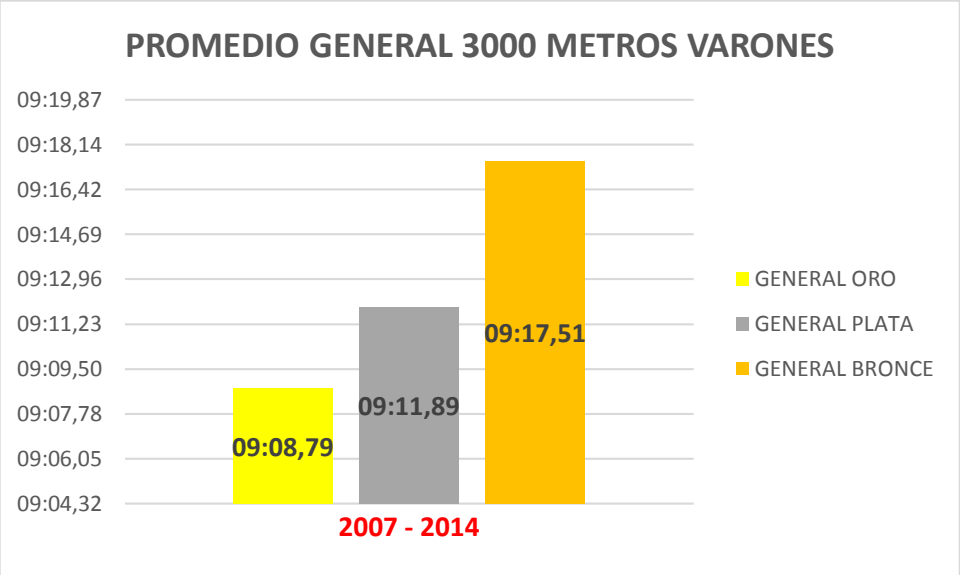
PROMEDIO GENERAL		
ORO	PLATA	BRONCE
10:38,96	10:44,18	10:52,70



RESULTADOS DE LA PRUEBA 3.000 METROS PLANOS VARONES 2007-2014							
CATEGORÍA PREJUVENIL VARONES					PRUEBA	LOGRO	ENTRENADOR
Nombres y Apellido	PROVINCIA	FECHA	EVENTO	SEDE	3000m	MEDALLA	
Ramiro Tapia	Cotopaxi	23/06/2007	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	09:03,76	ORO	
Fabricio Paz	Carchi				09:07,17	PLATA	
Pablo Quishpe	Pichincha				09:08,84	BRONCE	
Jorge arias	Pichincha	27/09/2008	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Ambato	09:04,96	ORO	Homero Salazar
Adrián Pillajo	Azuay				09:12,97	PLATA	Julio Chuqui
Luis Sánchez	Tungurahua				09:22,94	BRONCE	
Henry Carbo	Cotopaxi	26/06/2009	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	09:04,70	ORO	Franklin Tenorio
Marcos Guamán	Azuay				09:05,40	PLATA	Luis Chocho
Mauricio Matute	Azuay				09:05,70	BRONCE	Julio Chuqui
Henry Carbo	Cotopaxi		I JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Ibarra	09:08,43	ORO	Franklin Tenorio
Marco Guamán	Azuay				09:11,65	PLATA	Luis Chocho
Brayan Rosero	Carchi				09:11,71	BRONCE	
Wilson Matute	Azuay	22/08/2010	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Cuenca	09:19,74	ORO	Julio Chuqui
Marcos Guamán	Azuay				09:20,06	PLATA	Luis Chocho
Henry Carbo	Cotopaxi				09:30,94	BRONCE	Franklin Tenorio
Marcos Guamán	Azuay	21/11/2009	II JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Machala	09:03,99	ORO	Luis Chocho
Luis Garate	Cañar				09:07,75	PLATA	Diego Heredia
Henry Carbo	Cotopaxi				09:08,33	BRONCE	Franklin Tenorio
Jonathan Capón	Azuay	05/06/2011	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Riobamba	09:24,41	ORO	Julio Chuqui
David Vilaña	pichincha				09:30,09	PLATA	Hugo Armas
Bryan Revelo	Carchi				09:34,25	BRONCE	H. Revelo
Kevin Angulo	Pichincha	09/10/2011	III JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Tena	08:56,32	ORO	
Luis García	Azuay				09:00,74	PLATA	Julio Chuqui
Marcos Guamán	Azuay				09:08,39	BRONCE	Luis Chocho
Jefferson Revelo	Carchi	14/09/2012	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Quito	09:24,84	ORO	Homero Revelo
Jonatán Mogrovejo	Azuay				09:27,30	PLATA	Julio Chuqui
Robinson Quespaz	Carchi				09:28,41	BRONCE	Homero Revelo
Jonathan Mogrovejo	Azuay	14/07/2012	IV JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Ambato	09:30,06	ORO	Julio Chuqui
Luis García	Azuay				09:34,92	PLATA	Julio Chuqui
Santiago Garofalo	Pichincha				09:56,51	BRONCE	
Jefferson Revelo	Carchi	2013	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	08:53,59	ORO	Homero Revelo
Jonathan Mogrovejo	Azuay				08:54,43	PLATA	Julio Chuqui
Diego Arévalo	Azuay				08:58,70	BRONCE	Julio Chuqui
Jefferson Revelo	Carchi	22/09/2013	V JUEGOS NACIONALES	Macas	08:49,60	ORO	Homero Revelo
Alexander Tipan	Pichincha				08:51,51	PLATA	W. Lata
Danny Guamán	Chimborazo				09:01,86	BRONCE	
Diego Arévalo	Azuay	04/26/2014	SELECTIVO PREOLIMPICO	Guayaquil	08:53,94	ORO	Julio Chuqui
Kevin Jimbo	Azuay				08:54,82	PLATA	Luis Chocho
Gerson Montesdeoca	Tungurahua				09:02,92	BRONCE	N. Quinapanta

Jean Jácome	Pichincha	22/09/2014	VI JUEGOS NACIONALES	Cuenca	09:15,38	ORO	N. Gutierrez
Kevin Jimbo	Azuay				09:16,78	PLATA	Luis Chocho
Diego Arévalo	Azuay				09:16,97	BRONCE	Julio Chuqui
Diego Arévalo	Azuay	09/27/2014	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guaranda	09:16,73	ORO	Julio Chuqui
Gerson Montesdeoca	Tungurahua				09:22,53	PLATA	N. Quinapanta
Luis Catota	Cotopaxi				09:26,38	BRONCE	

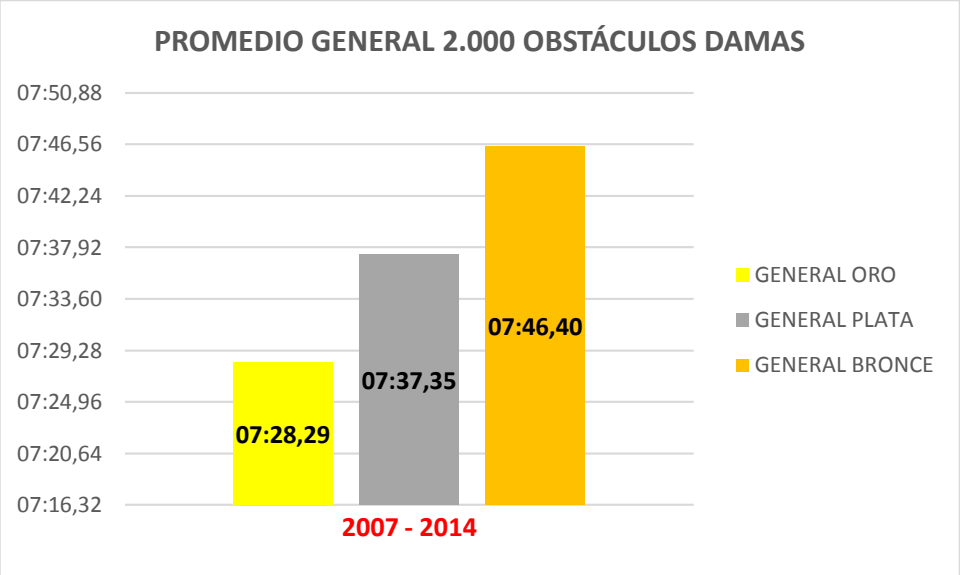
PROMEDIO GENERAL		
ORO	PLATA	BRONCE
09:08,79	09:11,89	09:17,51



RESULTADOS DE LA PRUEBA 2.000 METROS OBSTÁCULOS DAMAS 2007-2014							
CATEGORÍA PREJUVENIL DAMAS					PRUEBA	LOGRO	ENTRENADOR
Nombres y Apellido	PROVINCIA	FECHA	EVENTO	SEDE	obstáculos	MEDALLA	
Pamela Chiriboga	Pichincha	24/06/2007	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	07:13,06	ORO	
Carmen Muela	Pichincha				07:14,32	PLATA	
Ana Puago	Tungurahua				07:28,77	BRONCE	
Blenda Yánez	Cotopaxi	26/09/2008	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Ambato	07:47,43	ORO	
Wendy Panchi	Pichincha				07:58,68	PLATA	
Norma Freire	Tungurahua				08:11,31	BRONCE	
Madeleine hidalgo	Pichincha	12/06/2008	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	07:13,00	ORO	
Blenda Yánez	Cotopaxi				07:21,00	PLATA	
Evelyn Padilla	Pichincha				07:25,00	BRONCE	
Norma Freire	Tungurahua	/2009	I JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Ibarra	07:47,70	ORO	
Silvia Ayol	Pichincha				07:57,91	PLATA	
Jesica Almachi	Cotopaxi				08:07,03	BRONCE	
Jessica Espejo	Azuay	21/08/2010	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Cuenca	07:58,37	ORO	J.Chuqui
Michel Jiménez	Pichincha				08:00,56	PLATA	
Jessica Almache	Cotopaxi				08:00,94	BRONCE	
Teresa Borja	Bolívar	21/11/2010	II JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Machala	07:10,26	ORO	
Jessica Espejo	Azuay				07:29,22	PLATA	J. Chuqui
Michelle Jiménez	Pichincha				07:32,09	BRONCE	
Livia Borja	Bolívar	04/06/2011	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Riobamba	07:49,92	ORO	
Jessica Espejo	Azuay				07:50,29	PLATA	J. Chuqui
Katherine Tisalema	Pichincha				07:59,52	BRONCE	W. Lata
Teresa Borja	Bolívar	08/10/2011	III JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Tena	07:00,13	ORO	
Alexandra Cevallos	Pastaza				07:12,63	PLATA	
Consuelo Borja	Bolívar				07:21,64	BRONCE	
Erika Panchi	Pichincha	15/09/2012	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Quito	07:27,90	ORO	W. Lata
Valeria Cornejo	Azuay				07:38,07	PLATA	J. Chuqui
Michel Jiménez	Pichincha				07:40,39	BRONCE	
Erika Panchi	Pichincha	15/07/2012	IV JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Ambato	07:42,53	ORO	W. Lata
Valeria Cornejo	Azuay				07:46,52	PLATA	J. Chuqui
Jessica Espejo	Azuay				07:55,29	BRONCE	J. Chuqui
Panchi Erika	Pichincha	2013	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	07:08,91	ORO	
Alexandra Cevallos	Chimborazo				07:13,68	PLATA	
Pilicita Erika	Pichincha				07:25,83	BRONCE	
Alexandra Cevallos	Chimborazo	22/09/2013	V JUEGOS NACIONALES	Macas	07:04,41	ORO	
Erika Panchi	Pichincha				07:07,99	PLATA	
Erika Pilicita	Pichincha				07:20,48	BRONCE	
Rosa Montero	Cañar	04/26/2016	SELECTIVO PREOLIMPICO	Guayaquil	S/M		
Dayana Robertis	Los Ríos				S/M		
Erika Pilicita	Pichincha				S/M		

Erika Pilicita	Pichincha	22/09/2013	VI JUEGOS NACIONALES	Cuenca	07:35,76	ORO	W. Lata
Karen Bravo	Pichincha				07:42,35	PLATA	
Carolina Guacho	Carchi				07:56,91	BRONCE	Homero Revelo
Lizbeth vicuña	Azuay	09/27/2014	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guaranda	07:36,65	ORO	Julio Chuqui
Erika Pilicita	Pichincha				08:09,66	PLATA	W. Lata
Carolina Guacho	Carchi				08:24,41	BRONCE	Homero Revelo

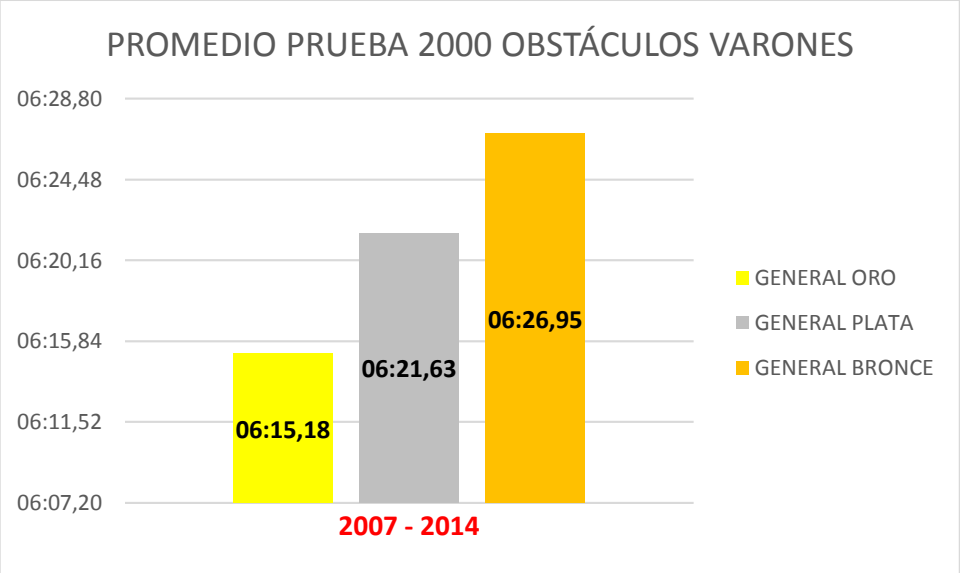
PROMEDIO GENERAL		
ORO	PLATA	BRONCE
07:28,29	07:37,35	07:46,40



RESULTADOS DE LA PRUEBA 2.000 METROS OBSTÁCULOS VARONES 2007-2014							
CATEGORÍA PREJUVENIL VARONES					PRUEBA	LOGRO	ENTRENADOR
Nombres y Apellido	PROVINCIA	FECHA	EVENTO	SEDE	obstáculos	Medalla	
Jorge Arias	Pichincha	24/06/2007	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	06:03,16	ORO	Homero salazar
Ramiro Tapia	Cotopaxi				06:16,42	PLATA	
Fabián Cajamarca	Azuay				06:19,26	BRONCE	Luis Chocho
Jorge Luis Arias	Pichincha	26/09/2008	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Ambato	06:12,80	ORO	Homero Salazar
Roberto Guaita	Pichincha				06:33,80	PLATA	
Carlos Ptunex	Cotopaxi				06:36,10	BRONCE	
Mauricio Matute	Azuay	12/06/2009	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	06:22,90	ORO	Julio Chuqui
Jorge Noriega	Pichincha				06:24,10	PLATA	Hugo Armas
Roberto Jácome	Cotopaxi				06:26,20	BRONCE	
Henry Carbo	Cotopaxi	/2009	I JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Ibarra	06:23,59	ORO	Franklin Tenorio
Mauricio Matute	Azuay				06:26,03	PLATA	Julio Chuqui
Juan Clavijo	Azuay				06:34,22	BRONCE	Julio Chuqui
Wilson Matute	Azuay	21/08/2010	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Cuenca	06:24,89	ORO	Julio Chuqui
Henry Carbo	Cotopaxi				06:28,36	PLATA	Franklin Tenorio
Jorge Noriega	Pichincha				06:33,14	BRONCE	Hugo Armas
Jorge Noriega	Pichincha	21/11/2010	II JUEGOS NACIONALES PREJUVENILES	Machala	06:18,04	ORO	Hugo Armas
Henry Carbo	Cotopaxi				06:22,78	PLATA	Franklin Tenorio
Pablo Rodríguez	Imbabura				06:23,00	BRONCE	
David Vilaña	Pichincha	04/06/2011	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Riobamba	06:20,31	ORO	Hugo Armas
Juan Clavijo	Azuay				06:22,94	PLATA	Julio Chuqui
Mateo Arévalo	Azuay				06:46,75	BRONCE	Julio Chuqui
Juan Clavijo	Azuay	08/10/2011	III JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Tena	06:01,25	ORO	Julio Chuqui
David Vilaña	Pichincha				06:17,75	PLATA	Hugo Armas
Segundo Armas	Cotopaxi				06:30,62	BRONCE	
Jonatán Mogrovejo	Azuay	15/09/2012	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Quito	06:20,93	ORO	Julio Chuqui
Robinson Quespaz	Carchi				06:25,74	PLATA	Homero Revelo
Maicol Timpantaxi	Chimborazo				06:32,39	BRONCE	
Jonatán Mogrovejo	Azuay	15/07/2012	IV JUEGOS NACIONALES PRJUVENILES	Ambato	06:31,84	ORO	Julio Chuqui
Robinson Quespaz	Carchi				06:31,85	PLATA	Homero Revelo
Miguel Tipantaxi	Chimborazo				06:37,56	BRONCE	
Jonatán Mogrovejo	Azuay	2013	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guayaquil	05:59,91	ORO	Julio Chuqui
Danny Guamán	Chimborazo				06:12,95	PLATA	
Alexander Tipan	Pichincha				06:14,05	BRONCE	W. Lata
Jefferson Revelo	Carchi	22/09/2013	V JUEGOS NACIONALES	Macas	06:11,16	ORO	Homero Revelo
Danny Guamán	Chimborazo				06:12,46	PLATA	
Alexander Tipan	Pichincha				06:12,69	BRONCE	W. Lata
Diego Arévalo	Azuay	04/26/2016	SELECTIVO PREOLIMPICO	Guayaquil	05:56,73	ORO	Julio Chuqui
Gerson Montestedoca	Tungurahua				05:59,01	PLATA	N. Quinapanta
Israel Arellano	Carchi				06:03,98	BRONCE	Homero Revelo

Diego Arévalo	Azuay	22/09/2013	VI JUEGOS NACIONALES	Cuenca	06:18,45	ORO	Julio Chuqui
Gerson Montestedoca	Tungurahua				06:21,82	PLATA	N. Quinapanta
Chesman Tacuri	Loja				06:23,67	BRONCE	Patricio
Diego Arévalo	Azuay	09/27/2014	CAMPEONATO NACIONAL PREJUVENIL	Guaranda	06:21,73	ORO	Julio Chuqui
Israel Arellano	Carchi				06:28,49	PLATA	W. Lata
Luis Catota	Cotopaxi				06:30,61	BRONCE	Homero Revelo

PROMEDIO GENERAL		
ORO	PLATA	BRONCE
06:15,18	06:21,63	06:26,95



BIBLIOGRAFÍA

- Archivo digital, Federación Ecuatoriana de Atletismo.
- MAZA, Juan Carlos, Fisiología del Ejercicio y del Entrenamiento en la Altura.
- LÓPEZ, José Antonio, Efectos del Entrenamiento en Altitud.
- PEREZ BARROSO, Agustín; Entrenamiento en Altitud.
- Wikipedia.