



**CASA**

Figure Skating

Coaching Alliance of South America

# NEWSLETTER 4

JULIO - 2024

PÁGINA 1

## ESTO ES **nuevo**

Entre el 10 y 14 de junio se celebró el 59° Congreso Ordinario de la ISU en Las Vegas (EE.UU.).

Sigue el enlace para conocer las últimas novedades sobre el mismo:

[CONGRESO ISU 2024](#)

## SIEMPRE A MANO

[LATAM DIRECTORIO PISTAS](#)

☀️ Será actualizado con tu ayuda!

[CALENDARIO LATAM](#)



## TE INVITAMOS

Nos complace presentar un

### WEBINAR

Únete a las expertas de alto nivel de la ISU:

- Nancy García (ISU TS)
- Ariadna Negrete (Jueza ISU)

¡Una gran oportunidad para aprender y entender las nuevas reglas ISU del Congreso ISU 2024!

### SÁBADO 27 DE JULIO

3PM. (1500). MEX & PRI

4PM (1600). ECU & PER

5PM. (1700). CHL

6PM. (1800). ARG & BRA

**¡Marca ya tu calendario!**

Más información sobre el webinar en breve.

*Si estás interesado en sumarte a la junta directiva de CASA o tienes alguna pregunta al respecto de CASA, contacta a Christy Krall*

✉️ [christine.krall@gmail.com](mailto:christine.krall@gmail.com)



**CASA**

Figure Skating

Coaching Alliance of South America

# NEWSLETTER 4

JULIO - 2024

PÁGINA 2

EL RINCÓN DE

## ENTRENADORES

por **EDUARDO GARCIA  
& ARTHUR ALCORTE**

### **De las ruedas al hielo: cuatro aspectos a tener cuenta**

#### **1) Mentalidad**

- El primer paso es dejar claro y explicar bien que el patinador tendrá que volver a las bases, ya que es un paso esencial en todo el proceso de transición. Un proceso bien guiado dará buenos resultados a la larga.
- Es extremadamente importante que el patinador entienda que el comienzo de la transición será monótono, y que necesita trabajar duro en los skating skills para que pueda aprender a tener control de los filos y turns básicos (3-turn, bracket, rocker, counter, loop, twizzle).
- El control es la clave de la transición, tener el conocimiento de los filos correctos y saber controlarlos a lo largo de cualquier ejercicio llevará al patinador a la consistencia.

#### **2) Conocimiento del equipamiento:**

- Es extremadamente necesario y beneficioso para la transición que el patinador conozca su equipamiento

- Es extremadamente necesario y beneficioso para la transición que el patinador conozca su equipamiento (botas y cuchillas). El patinador debe saber dónde está cada parte de la cuchilla y para qué se utiliza, como el filo interno/externo, el *rocker* (balancín, pancita, curvatura, entre otros), el talón y el *toe pick*. También es esencial entender el uso de este último, cuándo y cómo utilizarlo.

- Hay que destacar que la forma de atar los patines debe seguir la pauta estándar para la seguridad y el buen funcionamiento del equipamiento.

#### **3) Conocimiento y adaptación de la biomecánica:**

- Es importante que el entrenador hable y explique detalladamente cada habilidad y la mecánica del movimiento con el posicionamiento del cuerpo. De esta forma asociará la mecánica del patinaje sobre ruedas con la mecánica precisa del hielo. Deben ser capaces de adaptar todo lo necesario para saber ejecutar el movimiento de forma correcta y eficaz, es decir, el control y la conciencia corporal.
- Después de comprender la mecánica (teórica y práctica), el

**Si estás interesado en sumarte a la junta directiva de CASA o tienes alguna pregunta al respecto de CASA, contacta a Christy Krall**

 [christine.krall@gmail.com](mailto:christine.krall@gmail.com)



**CASA**

Figure Skating

Coaching Alliance of South America

# NEWSLETTER 4

JULIO - 2024

PÁGINA 3

EL RINCÓN DE

## ENTRENADORES

por

**EDUARDO GARCIA  
& ARTHUR ALCORTE**

patinador debe empezar a entender que la cuchilla es una extensión de los pies y no una herramienta unida a la bota. La bota es solo el instrumento que une la cuchilla al cuerpo.

- Durante esta primera etapa, es necesario que el entrenador sepa demostrar cada elemento con precisión, para que el patinador entienda cómo ejecutar el movimiento y pueda tener la posición correcta. En este punto, el patinador suele tener dificultades para distinguir la posición correcta de la incorrecta y no suele tener el control adecuado para ejecutar el elemento con facilidad.

### **4) PACIENCIA, PACIENCIA Y PACIENCIA:**

- Esta será sin duda tu habilidad más importante; el entrenador tendrá que repetir y corregir constantemente los ejercicios para consolidar la base del patinaje.

- Para que la transición sea eficaz, hay que trabajar a diario. La construcción de una base sólida requiere mucho tiempo y dedicación tanto por parte del patinador como del entrenador.

### **ENTRENADORES**

Recuerda que todo en este proceso es una reconstrucción, tu estarás trabajando con patinadores que ya pueden tener cierta conciencia de sí mismos y una mentalidad de atleta, lo cual es bueno, ya que esto permitirá que el proceso progrese a un ritmo más rápido que un principiante. Tanto los patinadores como los entrenadores deben entender que cada patinador tendrá un camino diferente que deberá recorrer para que el proceso funcione, y esto siempre será un proceso de prueba y error. El entrenador debe tener en cuenta que el patinador "ya sabe cómo realizar el elemento", pero de una manera diferente, ya que el movimiento general puede ser el mismo en ambos deportes, pero la forma en que se ejecuta será diferente en cada uno de ellos.

Aquí en *Snowland Academy*, hemos completado varias transiciones de patinadores de ruedas a hielo, variando desde patinadores de nivel intermedio hasta patinadores de nivel avanzado, incluyendo saltos triples. Nos gustaría destacar que todo este proceso requiere MUCHA DEDICACIÓN, pero el resultado puede ser muy gratificante.

**Si estás interesado en sumarte a la junta directiva de CASA o tienes alguna pregunta al respecto de CASA, contacta a Christy Krall**



**christine.krall@gmail.com**



**CASA**

Figure Skating

Coaching Alliance of South America

# NEWSLETTER 4

JULIO - 2024

PÁGINA 4

## EL RINCÓN DE ENTRENADORES

por **DIANA MARCOS**

### **Patinadores adultos: un placer verlos en el hielo**

Enseñarle a un niño de 5 años a patinar es muy sencillo: están emocionados, la mayoría no tiene miedo y están dispuestos a hacer todo lo que les indique porque no piensan más allá de estar deslizándose y divirtiéndose.

Un adulto es diferente. Es consciente de que puede caerse una y otra vez y quizás hasta lastimarse. Piensa a fondo muchas veces lo que tiene que hacer y aunque trata de hacerlo, tiene esa pequeña personita a un lado de su cabeza diciéndole todo lo malo que podría suceder.

Aquí es donde nosotros como entrenadores tenemos que darles la seguridad de que nosotros nos vamos a encargar de enseñarles hasta a caerse y que, si siguen nuestras instrucciones, todo estará bien.

Para mí, es una delicia tener alumnos adultos. ¿Por qué? Por varias razones: nunca llegan tarde. No hay presión de los papás. Nadie les exige resultados. No hay regaños de una tercera persona. Patinan

porque quieren. Además, ponen atención durante toda la clase. No se distraen. Tienen sed de aprender y entender lo que se les explica en el hielo. Quieren ser su mejor versión. Ellos son los encargados de pagar sus clases y valoran cada minuto. Lo atesoran.

Trabajar con patinadores adultos es como enseñarle a un amigo este deporte que para mí es el mejor. Y es que ver a un adulto patinar, es admirarlo, respetarlo y saber que están haciendo un gran esfuerzo para aprender algo que de niños nunca hicieron. Y para eso se necesita mucho valor y autoestima.

Es importante transmitirles seguridad y explicarles una y otra vez que no necesitan hacer nada complicado ni de gran dificultad, el simple hecho de verlos deslizarse por el hielo, sumergirse en su rutina e interpretarla es algo que roba el aliento.

Así que la próxima vez que estés por una pista de hielo y veas a un adulto patinar, tenga 28, 37, 45, 58, 65, 70 o más, te pido que te detengas, que disfrutes cada paso que haga y que le des un fuerte aplauso, porque créeme que se lo merece.

¡Bravo a los patinadores adultos!

***Si estás interesado en sumarte a la junta directiva de CASA o tienes alguna pregunta al respecto de CASA, contacta a Christy Krall***

 [christine.krall@gmail.com](mailto:christine.krall@gmail.com)



**CASA**

Figure Skating

Coaching Alliance of South America

# NEWSLETTER 4

JULIO - 2024

PÁGINA 5

EL RINCÓN DE

## ENTRENADORES

por **MARIANO FUENTES**

### ¿Qué es el SafeSport?

Tras varios casos emblemáticos de abuso y hostigamiento en el deporte durante la década del 2010 que llamaron la atención alrededor del mundo, se vio reflejada la necesidad de una mejor protección a los atletas. Las instituciones del deporte tales como, clubes deportivos, federaciones, comités olímpicos e incluso las autoridades gubernamentales resultaron ser ineficientes en promover conductas adecuadas en el entorno deportivo y reportar los agravios habían sufrido los atletas en relación al abuso sexual, físico y emocional.

SafeSport es una respuesta ante la escasez en la promoción y aplicación de la cultura de practicar el deporte en un ambiente seguro, buscando educar a las personas involucradas en la actividad deportiva mediante principios y prácticas que erradiquen las conductas inadecuadas que configuren como violencia interpersonal, principalmente hacia los atletas.

U.S. Center for SafeSport es una entidad independiente en los EE.UU,

cuya creación fue autorizada por el Congreso de este país, para promover la educación y prevención de conductas inadecuadas a fin de crear un ambiente seguro y de respeto en el ambiente deportivo.

A través de expertos se han desarrollado prácticas, políticas, programas y guías para los miembros que lideran el deporte, dentro y fuera del campo de juego, tales como entrenadores, doctores, mentores, oficiales, padres e incluso los propios atletas.

Estas prácticas son fomentadas mediante módulos de cursos disponibles en la página web del U.S. Center for SafeSport que deben ser actualizados cada año por parte de las personas que se encuentran en el ambiente deportivo.

En cada módulo podemos observar información sobre el abuso sexual, físico y emocional mediante el uso de una plataforma interactiva de contenido, así como ejemplos prácticos de conductas en el deporte en donde uno podría encontrarse involucrado, sea de manera directa o través de otra persona, así como una forma adecuada de manejar estas conductas.

***Si estás interesado en sumarte a la junta directiva de CASA o tienes alguna pregunta al respecto de CASA, contacta a Christy Krall***

 [christine.krall@gmail.com](mailto:christine.krall@gmail.com)



**CASA**

Figure Skating

Coaching Alliance of South America

# NEWSLETTER 4

JULIO - 2024

PÁGINA 6

EL RINCÓN DE

## ENTRENADORES

por **MARIANO FUENTES**

### Educación

Los miembros del deporte reciben una educación aplicativa sobre la importancia de promover estas prácticas adecuadas, mediante la descripción de cada uno de los tipos de abuso y hostigamiento que pudieran sufrir sus atletas, su materialización en el ambiente deportivo, así como identificar la existencia de estas conductas y como lidiar con su erradicación para solucionar el problema.

### Prevención

Todos están llamados a participar en la prevención de conductas inadecuadas que califiquen como violencia interpersonal, abuso u hostigamiento. Sin embargo es en las personas que lideran el deporte, dentro y fuera del campo, donde comienza la prevención. Los entrenadores, doctores, mentores, auxiliares e incluso los padres son quienes deben dar el ejemplo, fomentando las buenas prácticas en el deporte. SafeSport señala las conductas que deben tener estos "líderes del deporte" a fin de que sus atletas puedan encontrarse en un ambiente seguro.

### Responsabilidad

Afrontar las conductas inadecuadas son responsabilidad de los miembros del deporte, en especial de aquellos que lideran los equipos o dirigen las actividades deportivas. La obligación de reportar una conducta inadecuada es responsabilidad de todos y que la misma sea elevada a las autoridades correspondientes, sea hacia los mismos líderes de equipo o los dirigentes del deporte, así como a la institución deportiva que rige el deporte o la autoridad legal correspondiente.

A través de SafeSport se crean procedimientos para que los atletas puedan reportar las conductas inadecuadas y las personas que lideran el deporte son igualmente responsables de aplicar el procedimiento correspondiente sin que existan tratos bajo la mesa.

A través de SafeSport las reglas están claras y no existen motivos para manejar las conductas inadecuadas de manera "interna" o excusas para ocultar dichas conductas.

### ¿Tomamos EE.UU como modelo?

En **US Figure Skating** el uso de **SafeSport** es obligatorio para todos

**Si estás interesado en sumarte a la junta directiva de CASA o tienes alguna pregunta al respecto de CASA, contacta a Christy Krall**

 [christine.krall@gmail.com](mailto:christine.krall@gmail.com)



**CASA**

Figure Skating

Coaching Alliance of South America

# NEWSLETTER 4

JULIO - 2024

PÁGINA 7

## EL RINCÓN DE ENTRENADORES

por **MARIANO FUENTES**

los miembros del patinaje sobre hielo que deseen formar parte en la formación de este deporte.

A través de **SkateSafe®**, **US Figure Skating** establece que todos sus miembros (entrenadores, oficiales de competencia, mentores, directores de patinaje, doctores, así como cualquier persona que se encuentre a cargo de la formación en el deporte bajo un programa específico de patinaje) se encuentran obligados a llevar a cabo este curso y renovarlo anualmente.

Si bien existen diversas formas de actuar ante el abuso sexual, físico y emocional mediante las instituciones que salvaguardan el mundo del deporte, **SafeSport** ha establecido que las reglas están claras y que su cumplimiento no es opcional.

La aplicación de las reglas de SafeSport ha generado que los atletas que hayan sufrido algún tipo de abuso y hostigamiento tengan los mecanismos para poder sentirse seguros y ser escuchados. Los miembros del deporte que se encuentran a cargo de la formación y promoción del deporte han podido uniformizar el criterio que

deben seguir para evitar que estas conductas inadecuadas existan en su ambiente deportivo.

En Latinoamérica el abuso sexual, físico y emocional son prácticas que resultan ilegales bajo la legislación de cada país. Sin embargo, el problema no es la tipificación de la conducta inadecuada, sino su manejo por parte de los miembros del deporte, así como la atribución de responsabilidad.

El procedimiento ordinario mediante la utilización de las fuerzas del orden y los tribunales no resulta eficiente para erradicar las conductas inadecuadas y determinar la responsabilidad del perpetrador de la conducta o del miembro del deporte a cargo del equipo o lugar donde se realiza esta conducta. El mismo procedimiento es engorroso y extenso, sin poder brindar un resultado inmediato ni tomar una medida inmediata.

SafeSport es una solución al procedimiento ordinario de cada país, al poder brindar las herramientas de educación, prevención y responsabilidad necesarias y poder ser aplicadas por la institución a cargo del atleta que ha sido víctima de una conducta inadecuada.

**Si estás interesado en sumarte a la junta directiva de CASA o tienes alguna pregunta al respecto de CASA, contacta a Christy Krall**

 [christine.krall@gmail.com](mailto:christine.krall@gmail.com)