



[Suite #58W Thomas A Robinson National Stadium](#)

[info@athleticsnacac.org](mailto:info@athleticsnacac.org)

## THIS WEEK IN NACAC

**Vol. 4**

**No. 4**

**22 January 2023**

### EDITORIAL

#### **International Athletics Family loses an icon**

The international track and field athletics family was thrust into mourning when, on 18 January 2023, the news of the death of Robert "Commish" Hersh was announced.

Having lived a full life through to the age of 82, Bob, as he was familiarly called, passed peacefully at the NorthShore University Hospital, Long Island, after having succumbed to glioblastoma, a diagnosis he received two years ago.

Bob lived a life as devoted to the sport of athletics as he was to his family and law profession. At the Midwood, Brooklyn High School, he began his athletics career as the manager of the school team. As a student at Columbia University he continued to perform this important role with distinction. When he completed his law school studies at the prestigious Harvard, he changed his athletics career path to officiating, where, once more, he distinguished himself.

*Keith Joseph  
General Secretary, NACAC*

*P.O. Box 680, Kingstown, St Vincent and the Grenadines  
Tel: (784) 457 9062 (H); (784) 457 2970 (O)*



*The remarkable, Robert 'Bob' Hersh – 1940 - 2023*

Many track and field athletics aficionados would perhaps best remember Bos Hersh as a stadium announcer at many competitions, perhaps too numerous to recall, a feat that led to him being dubbed, ‘the voice of athletics’. Among the competitions at which he announced were the Millrose Games and Penn Relays. His accomplishments included being six (6) Olympic Games and nine (9) World Championships in Athletics.

Bob recalled Columbia’s 4x800m victory at the 2007 Penn Relays, *"It was one time when I was sorry I was on the microphone, because I had to keep my composure... What I really wanted to do was start jumping up and down and screaming. If people ask me what's the greatest track race I've ever seen, that's what immediately comes to mind."*

He was also an athletics statistician, writer and anti-doping advocate.

Bob was inducted into the National Track & Field Hall of Fame in 2018 and, in 2021 into the USATF Officials Hall of Fame.

Bob played a major role in the leadership of track and field athletics in the USA when the governing body at the time, The Athletics Congress (TAC), was established in 1979. 10 year later, he was present and assisted in the establishment of the North American, Central American and Caribbean Area Association (NACAC) of the then International Amateur Athletics Federation (IAAF). He was involved in the transformation of athletics in the United States to USA Track & Field (USATF) in 1992.

Of course, Bob was instrumental in the shift of track and field athletics to a professional sport. When he helped develop the USA/Mobil Indoor Grand Prix in the 1980s. In his own words, Bob stated, *"The Grand Prix contributed a lot, both to the meets and to the athletes...It provided money to help the meets survive and to provide competition for the athletes, and prize money for the athletes themselves...A few years after TAC (USATF) did it, the IAAF (now World Athletics) developed its own Grand Prix, very largely based on the model that we had done."*

He served as Records Committee chair (81-88), Rules Committee chair (89-01) and General Counsel (89-97) in the USA's governing body for the sport and was elected to the Board during the period 1981-2015.

In 1997 he was received the USATF's Giegengack Award and on two occasions received the USATF President's Awards.

At the international level, Bob climbed the ladder first, as a member of the IAAF's Technical Committee (1984-1999), then as IAAF Council member (1999-2015). He became Vice President in 2007 and Senior Vice President in 2011, the highest position at the sport's global governing body ever held by an American.

Bob served as the Technical Delegate of the international federation at the Olympics and World Championship events.

He was the recipient of the World Athletics Silver Order of Merit in 2015.

Robert Hersh served the sport of his choice in numerous capacities, always with proficiency and eloquence, always leaving his indelible mark of excellence.

Bob's legacy in the sport of athletics has been nothing short of remarkable.

President of World Athletics, Sebastian Coe, observed, *"Bob has been a passionate athletics fan for longer than I have been in the sport...His love of athletics was ignited at high school where, with what became his trademark pragmatic analytical honesty...His advice and guidance was*

*sought by so many people around the world, and his wisdom and no nonsense approach will be greatly missed. Our thoughts and condolences go to his life companion, Louise, his family and the hordes of people around the world that counted Bob as a friend.”*

To the NACAC Athletics Family, Bob gave time in his final years of life. He accepted Mike Sands' offer and took up the Chairmanship of the NACAC Constitution Review Working Group. Despite failing health, he gave the task all that he could. It was NACAC's President Sands who eventually asked him to rest and allow Abby Hoffman to play the lead role.

The NACAC Athletics Council recalls Bob's insistence that he would be well enough to see the work completed but that was not to be. He was gracious in accepting the caring emotions that called on him to rest.

NACAC's leadership maintained contact with Bob's wife, Louise, through to the end. They were ever mindful that somehow, in his pain and suffering, Bob thought only of his wife's health perhaps much more than his own, such was his loving devotion to her and the family they raised together, Lauren Starke (Kevin), Philip Sivin and Joshua Sivin (Lauren), and to his adored grandchildren, Dylan, Daryn, Devyn, Donald, Jake and Madilynn.

President Mike Sands immediately called Louise on learning of Bob's death and extended the condolences of Robert Hersh's NACAC Athletics Family. World Athletics and NACAC Council Members, Willie Banks and Abby Hoffman, kept the NACAC leadership abreast of developments. Robert 'Commish' Hersh, was laid to rest on Friday 20 January 2023.

## **The 50<sup>th</sup> Carifta Games come ALIV with newest partner**

Bahamian Telecommunications enterprise, ALIV, has joined the Carifta 2023 family as the official communication and broadcast partner in support of the upcoming Carifta Games, to be held 7 – 10 April 2023.

With 77 days, remaining, Aliv is set to provide the latest and most up to date broadcast for the upcoming Carifta Games. The Games will be broadcast through the region, providing visual and audio presentation of the games to the convenience of those who are unable to travel to our sunny shores to be a part of this momentous occasion.



The Bahamas. The company has provided 3G UMTS services over the B5 (850 MHz) band, and 4G LTE over B4 (1700 MHz) and B13 (700 MHz) bands since November 2016.

Its parent company, Cable Bahamas, was founded in March 1995 and has grown to provide a suite of services. Through launching its REV suite of products – REVTV, REVON and REVOICE, they now provide services from cable TV to incorporate broadband Internet (March 2000) and telephony (2011).

ALIV now also expands its portfolio, with its latest product, ALIV Fiber, which can provide internet and broadband services up to 1G speeds. Boasting of having the fastest and most reliable services to date for their extensive variety and list of clients.

ALIV, was formed in 2016 as a joint venture between Cable Bahamas Ltd. and the government of ALIV in joining the 50<sup>th</sup> Carifta Games, as its official communication and broadcast partner, looks to provide a visual and audio experience like non-other for the upcoming games.

Remarks and thanks were given by Lynden Maycock, CEO – Local Organizing Committee (LOC) 50<sup>th</sup> Carifta Games, and Drumeco Archer, BAAA President. Both extended their heartfelt appreciation and confidence in the ALIV and Cable Bahamas group of companies on being able to provide the best show for the upcoming games, that the region has experienced to date.

Pauline Davis-Thompson, the LOC Honorary Dame of the 50<sup>th</sup> Carifta Games, also extended her thanks, as a former Carifta Games athlete and Austin Sealy Award winner, on behalf of the young athletes, for ALIV's support and belief in them.

*Keith Joseph  
General Secretary, NACAC*

*P.O. Box 680, Kingstown, St Vincent and the Grenadines  
Tel: (784) 457 9062 (H); (784) 457 2970 (O)*



Delmaro Duncombe, Director of B2B Sales for Cable Bahamas Business Solutions, brought remarks on behalf of ALIV and the Cable Bahamas group of companies.

“As the communication and broadcast partner for the 50<sup>th</sup> Carifta Games, Our Tv will distribute this highly anticipated event nationwide, throughout the Caribbean and the Americas. We want to provide our young athletes a global stage to display their talent, because we believe in their potential.”

The Hon. Minister Mario Bowleg, Minister for Youth, Sport, and Culture said that the upcoming Carifta Games are important because they provide an opportunity through athletics for young athletes to define themselves and who they will become both personally and professionally.

“The upcoming 50<sup>th</sup> Carifta Games is an opportunity for young athletes to look into the mirror of the great history they have inherited and are now actively creating themselves.”

Minister Bowleg thanked ALIV for joining the Carifta family and supporting the development of our youth and young athletes.

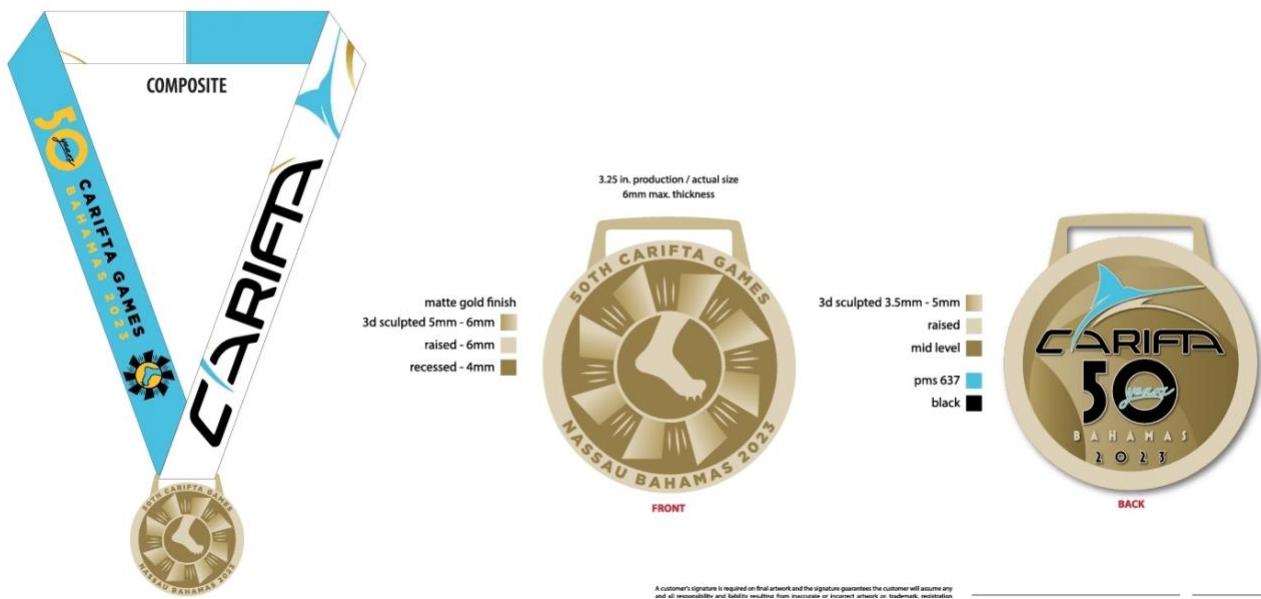
*Keith Joseph  
General Secretary, NACAC*

*P.O. Box 680, Kingstown, St Vincent and the Grenadines  
Tel: (784) 457 9062 (H); (784) 457 2970 (O)*

The check presentation was made by Ms. Nikolette Elden, Head of Marketing & Brand, ALIV, who presented a check to the LOC for the 50<sup>th</sup> Carifta Games in the amount of \$289,000 (Two Hundred and Eighty Nine Thousand) Dollars.

Tickets will be available soon to be purchased on the Carifta Games 2023 website, [www.carifta50.com](http://www.carifta50.com) or at the Thomas A. Robinson National Stadium box office. For more information, persons can subscribe to the carifta50.com website, email [info@carifta50.com](mailto:info@carifta50.com) or call 808-Gold (4683) or follow the LOC Carifta Games on its social media platforms @carifta2023.

## CARIFTA MEDALS 2023



## Around NACAC

### CUBA

And one of the pleasant moments of our visit to the Pan-American stadium, the usual training venue for the main Cuban athletes, was meeting triple jumper Lázaro Martínez, world indoor champion, in Belgrade [2022](#).

YC: Lázaro, Congratulations, health and prosperity this year, how is the preparation going at the beginning of [2023](#)?

LM: The preparation is going well, we began this stage of enlistment in the month of October, since the [2022](#) season ended in September and we are doing well at the moment. Now, we leave in

*Keith Joseph  
General Secretary, NACAC*

*P.O. Box 680, Kingstown, St Vincent and the Grenadines  
Tel: (784) 457 9062 (H); (784) 457 2970 (O)*

the next few days for Europe, to compete in different stops of the winter league. I have planned to debut on February the 4th, at the Meeting de L'Eure, in France, I feel in optimal conditions and my intention is to try to make this year similar to or better than the previous one, to continue achieving new results.

YC: At this stage, are you only concentrating on physical preparation or you already started to jump?

LM: No, we haven't started jumping yet. At least I need more time doing physical to start jumping later. I am in a general stage, where we raise the loads, and once the competitions approach, we begin to lower them.

YC: How do you evaluate your previous season, in which you won the indoor world title?

LM: The year 2022 was splendid for me because we started very well with two competitions prior to the World Cup, which served me as a preparation and as a prelude to reaching that world event in which I felt very good, the truth was that I did not expect that leap (17.64 meters) since I had been out of the elite for a year, but that year we trained hard and I made the most of it thinking about the future.

Then, I participated in the Ibero-American at the beginning of the summer. I won in Spain with 17.30m and after that tournament I achieved other results that were favorable.

Then comes the outdoor World Championships in the United States, where I did not arrive in my best condition because before that we spent a full month here in Havana, without going abroad to a training base or any competition and that limited me in Oregon.

Later it was seen that on my return to the Diamond League, the results were different, even winning the meeting in Brussels with a jump of 17.49m on September 2 and in another I was stable over 17.50, so it was shown that I am still among the best triple jumpers in the world.

YC: How have you planned the preparation to try to be in the best possible shape in the three fundamental commitments this year, the Central American and Caribbean Games, the Pan American Games and the World Championship?

LM: It has been a design made together with my coach Yoelbis Quesada, we have good communication and we have indicated different moments, in which I must be at the peak of my sporting form, in order to achieve the best possible result. It will be difficult, but we will try, with the goal of getting to the top of the podium, not only in these competitions but also in the Diamond

League.

YC: What are your expectations for the [2024](#) Paris Olympics?

LM: It would be my second Olympic Games because I was already in Rio [2016](#), where I was an Olympic finalist, but currently the results are higher, the demand and the level of training have increased, so I am willing to be one of the medalists in the French capital, although inside one always wants to win. For this reason, from now on, all I do is thinking about Paris [2024](#), because I want Cuba to return to the Olympic medal table in the triple jump and sincerely what I most desire in my sports career is to become an Olympic champion.

---

## **ESTA SEMANA EN NACAC**

**Vol. 4**

**Nº 4**

**22 January 2023**

### **EDITORIAL**

#### **Familia Internacional de Atletismo pierde un ícono**

La familia internacional del atletismo de pista y campo se puso en marcha cuando, el 18 de enero de 2023, se anunció la noticia de la muerte de Robert "Commish" Hersh.

Habiendo vivido una vida plena hasta los 82 años, Bob, como le llamaban familiarmente, pasó plácidamente en el Hospital Universitario de NorthShore, Long Island, después de haber sucumbido a un glioblastoma, diagnóstico que recibió hace dos años.

Bob vivió una vida tan dedicada al deporte del atletismo como a su familia y su profesión de abogado. En Midwood, Brooklyn High School, comenzó su carrera atlética como gerente del equipo escolar. Como estudiante en la Universidad de Columbia, continuó desempeñando este importante papel con distinción. Cuando completó sus estudios en la facultad de derecho en la prestigiosa Harvard, cambió su carrera atlética al arbitraje, donde, una vez más, se distinguió. Muchos aficionados al atletismo de pista y campo tal vez recordarían mejor a Bos Hersh como locutor de estadio en muchas competencias, quizás demasiado numerosas para recordarlas, una hazaña que lo llevó a ser apodado "la voz del atletismo". Entre las competencias en las que anunció estaban los Millrose Games y Penn Relays. Sus logros incluyeron seis (6) Juegos Olímpicos y nueve (9) Campeonatos Mundiales de Atletismo.

Bob recordó la victoria de Columbia en los 4x800 m en los relevos de Penn de 2007: "Fue una vez que lamenté estar en el micrófono, porque tenía que mantener la compostura... Lo que realmente quería hacer era empezar a saltar y gritar. Si la gente me pregunta cuál es la mejor carrera en pista que he visto, eso es lo que inmediatamente me viene a la mente".

También fue estadístico de atletismo, escritor y defensor antidopaje.

Bob fue incluido en el Salón de la Fama Nacional de Atletismo en 2018 y, en 2021, en la Mitad de la Fama de Oficiales de USATF.

Bob desempeñó un papel importante en el liderazgo del atletismo de atletismo en los EE. UU. cuando se estableció el organismo rector en ese momento, The Athletics Congress (TAC), en 1979. 10 años después, estuvo presente y ayudó en el establecimiento del Asociación del Área de Norteamérica, Centroamérica y el Caribe (NACAC) de la entonces Federación Internacional de Atletismo Amateur (IAAF). Estuvo involucrado en la transformación del atletismo en los Estados Unidos a USA Track & Field (USATF) en 1992.

Por supuesto, Bob jugó un papel decisivo en el cambio del atletismo de atletismo a un deporte profesional. Cuando ayudó a desarrollar el Gran Premio de USA/Mobil Indoor en la década de 1980. En sus propias palabras, Bob declaró: "El Grand Prix contribuyó mucho, tanto a las competencias como a los atletas... Proporcionó dinero para ayudar a que las competencias sobrevivieran y proporcionar competencia a los atletas, y premios en metálico para los propios atletas... A Pocos años después de que TAC (USATF) lo hiciera, la IAAF (ahora World Athletics) desarrolló su propio Gran Premio, basado en gran medida en el modelo que habíamos hecho".

Se desempeñó como presidente del Comité de Récords (81-88), presidente del Comité de Reglas (89-01) y Consejero General (89-97) en el organismo rector del deporte de EE. UU. y fue elegido miembro de la Junta durante el período 1981-2015.

En 1997 recibió el Premio Giegengack de la USATF y en dos ocasiones recibió los Premios del Presidente de la USATF.

A nivel internacional, Bob subió la escalera primero, como miembro del Comité Técnico de la IAAF (1984-1999), luego como miembro del Consejo de la IAAF (1999-2015). Se convirtió en vicepresidente en 2007 y vicepresidente senior en 2011, el puesto más alto en el organismo rector mundial del deporte jamás ocupado por un estadounidense.

Bob se desempeñó como Delegado Técnico de la federación internacional en los eventos de los Juegos Olímpicos y el Campeonato Mundial.

Recibió la Orden de Plata al Mérito del Atletismo Mundial en 2015.

Robert Hersh sirvió al deporte de su elección en numerosas capacidades, siempre con competencia y elocuencia, siempre dejando su marca indeleble de excelencia.

El legado de Bob en el deporte del atletismo ha sido extraordinario.

El presidente de World Athletics, Sebastian Coe, observó: “Bob ha sido un apasionado aficionado al atletismo durante más tiempo que yo en el deporte... Su amor por el atletismo se encendió en la escuela secundaria donde, con lo que se convirtió en su característica honestidad analítica pragmática... Su consejo y muchas personas en todo el mundo buscaron orientación, y su sabiduría y su enfoque sensato se extrañarán mucho. Nuestros pensamientos y condolencias van para su compañera de vida, Louise, su familia y las hordas de personas en todo el mundo que cuentan con Bob como amigo”.

A la familia de atletismo de NACAC, Bob le dio tiempo en sus últimos años de vida. Aceptó la oferta de Mike Sands y asumió la presidencia del Grupo de Trabajo de Revisión de la Constitución de NACAC. A pesar de su delicada salud, dio a la tarea todo lo que pudo. Fue el presidente Sands de NACAC quien finalmente le pidió que descansara y permitiera que Abby Hoffman desempeñara el papel principal.

El Consejo de Atletismo de NACAC recuerda la insistencia de Bob en que estaría lo suficientemente bien como para ver el trabajo terminado, pero eso no fue así. Fue amable al aceptar las emociones cariñosas que lo llamaban a descansar.

El liderazgo de NACAC mantuvo contacto con la esposa de Bob, Louise, hasta el final. Siempre fueron conscientes de que, de alguna manera, en medio de su dolor y sufrimiento, Bob pensaba solo en la salud de su esposa quizás mucho más que en la suya propia, tal era su amorosa devoción por ella y la familia que criaron juntos, Lauren Starke (Kevin), Philip Sivin y Joshua Sivin (Lauren), y a sus adorados nietos, Dylan, Daryn, Devyn, Donald, Jake y Madilynn.

Robert 'Commish' Hersh, fue enterrado el viernes 20 de enero de 2023.

El presidente Mike Sands llamó inmediatamente a Louise al enterarse de la muerte de Bob y expresó las condolencias de la familia de atletismo NACAC de Robert Hersh. Los miembros del consejo de World Athletics y NACAC, Willie Banks y Abby Hoffman, mantuvieron al liderazgo de NACAC al tanto de los desarrollos.

Robert 'Commish' Hersh, fue enterrado el viernes 20 de enero de 2023.

### **Los 50.<sup>o</sup> Juegos Carifta vienen con Aliv con el socio más reciente**

*Keith Joseph  
General Secretary, NACAC*

*P.O. Box 680, Kingstown, St Vincent and the Grenadines  
Tel: (784) 457 9062 (H); (784) 457 2970 (O)*

La empresa de telecomunicaciones de las Bahamas, ALIV, se unió a la familia Carifta 2023 como socio oficial de comunicación y transmisión en apoyo de los próximos Juegos Carifta, que se llevarán a cabo del 7 al 10 de abril de 2023.

Con 77 días restantes, Aliv está listo para proporcionar la transmisión más reciente y actualizada para los próximos Juegos Carifta. Los Juegos se transmitirán a través de la región, brindando una presentación visual y de audio de los juegos para la comodidad de aquellos que no pueden viajar a nuestras soleadas costas para ser parte de esta ocasión trascendental.

ALIV se formó en 2016 como una empresa conjunta entre Cable Bahamas Ltd. y el gobierno de Las Bahamas. La compañía ha proporcionado servicios 3G UMTS en la banda B5 (850 MHz) y 4G LTE en las bandas B4 (1700 MHz) y B13 (700 MHz) desde noviembre de 2016.

Su empresa matriz, Cable Bahamas, se fundó en marzo de 1995 y ha crecido para brindar un conjunto de servicios. Mediante el lanzamiento de su conjunto de productos REV: REVTV, REVON y REVOICE, ahora brindan servicios de televisión por cable para incorporar Internet de banda ancha (marzo de 2000) y telefonía (2011).

ALIV ahora también amplía su cartera, con su último producto, ALIV Fiber, que puede proporcionar servicios de Internet y banda ancha a velocidades de hasta 1G. Presumiendo de contar con los servicios más rápidos y confiables a la fecha por su extensa variedad y lista de clientes.

ALIV, al unirse a los 50º Juegos Carifta, como su socio oficial de comunicación y transmisión, busca brindar una experiencia visual y de audio sin igual para los próximos juegos.

Lynden Maycock, CEO - Comité Organizador Local (LOC) 50th Carifta Games, y Drumeco Archer, presidente de BAAA, dieron comentarios y agradecimientos. Ambos expresaron su más sincero agradecimiento y confianza en el grupo de empresas ALIV y Cable Bahamas en poder brindar el mejor espectáculo para los próximos juegos que la región ha experimentado hasta la fecha.

Pauline Davis-Thompson, la Dama Honoraria del LOC de los 50.º Juegos Carifta, también agradeció, como ex atleta de los Juegos Carifta y ganadora del Premio Austin Sealy, en nombre de los jóvenes atletas, por el apoyo de ALIV y su fe en ellos.

Delmaro Duncombe, director de ventas B2B de Cable Bahamas Business Solutions, hizo comentarios en nombre de ALIV y el grupo de empresas de Cable Bahamas.

“Como socio de comunicación y transmisión de los 50º Juegos Carifta, Our Tv distribuirá este evento tan esperado a nivel nacional, en todo el Caribe y las Américas. Queremos brindarles a nuestros jóvenes atletas un escenario global para mostrar su talento, porque creemos en su potencial”.

El Honorable El Ministro Mario Bowleg, Ministro de Juventud, Deporte y Cultura, dijo que los próximos Juegos Carifta son importantes porque brindan una oportunidad a través del atletismo para que los jóvenes atletas se definan a sí mismos y en quiénes se convertirán tanto personal como profesionalmente.

“Los próximos 50º Juegos Carifta son una oportunidad para que los atletas jóvenes se miren en el espejo de la gran historia que han heredado y que ahora están creando activamente”.

El Ministro Bowleg agradeció a ALIV por unirse a la familia Carifta y apoyar el desarrollo de nuestros jóvenes y jóvenes atletas.

La presentación del cheque estuvo a cargo de la Sra. Nikolette Elden, Jefa de Marketing y Marca, ALIV, quien entregó un cheque al LOC para los 50º Juegos Carifta por un monto de \$289,000 (Doscientos Ochenta y Nueve Mil) Dólares.

Los boletos estarán disponibles pronto para su compra en el sitio web de Carifta Games 2023, [www.carifta50.com](http://www.carifta50.com) o en la taquilla del Estadio Nacional Thomas A. Robinson. Para obtener más información, las personas pueden suscribirse al sitio web [carifta50.com](http://carifta50.com), enviar un correo electrónico a [info@carifta50.com](mailto:info@carifta50.com) o llamar al 808-Gold (4683) o seguir los Juegos LOC Carifta en sus plataformas de redes sociales @carifta2023.

## **Alrededor de NACAC**

### **CUBA**

#### ***Entrevista con Lázaro Martínez por Yimmy Castillo***

Y uno de los momentos agradables de nuestra visita al estadio panamericano, sede habitual de los entrenamientos de las principales figuras del atletismo cubano, fue encontrarnos con el Triplista Lázaro Martínez, campeón mundial bajo techo, en Belgrado [2022](#).

YC: Lázaro, Muchas Felicidades, salud y prosperidad en este año, cómo marcha la preparación en

*Keith Joseph  
General Secretary, NACAC*

*P.O. Box 680, Kingstown, St Vincent and the Grenadines  
Tel: (784) 457 9062 (H); (784) 457 2970 (O)*

este inicio del [2023](#)?

LM: La preparación va marchando bien, nosotros comenzamos esta etapa de alistamiento en el mes de octubre, pues la temporada del [2022](#) concluyó en septiembre y vamos bien en este momento. Ahora partimos en los próximos días rumbo a Europa, para competir en diferentes paradas de la liga de invierno. Tengo planificado debutar el día 4 de febrero, en el Meeting de L'Eure, en Francia, me siento en óptimas condiciones y mi intención es tratar de que este año sea parecido o mejor al anterior, para seguir alcanzando nuevos resultados.

YC: En esta etapa estás solo concentrado en la preparación física o ya estás realizando saltos?

LM: No, todavía, no hemos empezado a saltar. Por lo menos yo necesito más tiempo haciendo físico para después comenzar a dar saltos. Estoy en una etapa general, dónde subimos las cargas, para entonces una vez se vaya acercando la etapa competitiva, comenzar a bajarlas.

YC: Cómo evalúas tu temporada anterior, en la que lograste el título mundial bajo techo?

LM: El año [2022](#) fue espléndido para mí porque comenzamos muy bien con dos competencias previas al Mundial, las cuales me sirvieron de preparación y antelada para llegar a esa cita del orbe en la que me sentí muy bien, la verdad no esperaba ese salto (17,64 metros) ya que había estado un año fuera de la élite, pero ese año nosotros entrenamos y lo aproveché al máximo pensando en el futuro.

Después regresamos a Cuba, más tarde participé en el Iberoamericano de inicio del verano, allí gané, en España con 17,30m y tras ese torneo alcancé otros resultados que fueron favorables. Luego, llega el Mundial al aire libre en Estados Unidos, cita a la cual no llegué en mis mejores condiciones porque antes estuvimos un mes completo aquí en La Habana, sin salir al exterior a una base de entrenamiento o alguna competencia y eso me limitó en Oregón.

Después se vió, que en mi regreso a la liga del Diamante, los resultados fueron otros, ganando incluso la parada de Bruselas con brinco de 17,49m el 2 de septiembre y en otra estuve estable sobre 17,50, así que se demostró que sigo entre los mejores del mundo en el salto triple.

YC: Cómo han planificado la preparación para tratar de estar en la mejor forma posible en los tres compromisos fundamentales de este año, juegos centroamericanos y del caribe, juegos panamericanos y el campeonato del mundo?

LM: Ha sido un diseño realizado junto a mi entrenador Yoelbis Quesada, tenemos buena comunicación y hemos señalado distintos momentos, en los cuales debo estar en el pico de mi

forma deportiva, en aras de alcanzar el mejor resultado posible. Va a ser difícil, pero lo intentaremos, con la meta de subir a lo más alto del podio, no solo en estas competencias sino también en la Liga del Diamante.

YC: Cuáles son tus expectativas para los juegos olímpicos de París [2024](#)?

LM: Serían mis segundos juegos olímpicos pues ya estuve en Río [2016](#), dónde fui finalista olímpico, pero actualmente los resultados son mayores, ha subido la exigencia y el nivel de entrenamiento, así que mi aspiración es ser uno de los medallistas en la capital francesa, aunque por dentro uno siempre quiere ganar. Por eso, desde ahora, todo lo que hago es pensando en París [2024](#), porque quiero que Cuba regrese al medallero olímpico en el triple salto y sinceramente lo que más anhelo en mi carrera deportiva es convertirme en campeón olímpico.