



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

info@athleticsnacac.org

THIS WEEK IN NACAC

Vol. 4

No. 23

11 June 2023

EDITORIAL

NACAC Athletics is, this week, empathising with the entire athletics family of Belize, one of our member federations and also a member of the Central American sub-group of NACAC Athletics, CADICA, on the passing of **Gilbert Harrison Pilgrim**, former General Secretary of the national federation, who died as a result of an accident while on his way to the CADICA Championships in Guatemala, last weekend.

President of NACAC Athletics, was in Guatemala for the Championships and a meeting of CADICA and commended on the tremendous efforts extended to Mr Pilgrim following the accident. In a brief report of the NACAC Athletics Council, which convened last Thursday, President Sands explained the anguish that swept across the Championships as well as the level of attention paid by Guatemala's health authorities to assist Mr Pilgrim.

Today, President Sands is on his way to Belize, to attend the Memorial Service on Monday 12 June, followed by the funeral service on Tuesday 13 June. Sands takes with him the sentiments and condolences of the NACAC Athletics Council, as well as those of all of our member federations, all of whom are saddened by Mr Pilgrim's passing.

*Keith Joseph
CEO, NACAC*

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

In this week's edition of our Bulletin, we carry an article that recounts the contributions of Mr Pilgrim and the loss to our member federation and all of sport in Belize.

May he rest in Peace!

NACAC INFO SESSION 12 JUNE 2023

NACAC Athletics has extended an invitation to all of our member federations to participate in our upcoming Information Session on Monday 12th June 2023 at 8pm Eastern Caribbean Time.

The Info Session is planned to discuss the Training Camp for coaches and athletes who will be participating in the **NACAC Athletics Age Group Championships**. The training camp is scheduled to take place in **Santo Domingo, Dominican Republic, 12 and 13 July 2023**.

Following the Camp all participants will be taken to Santiago, home of the Age Group Championships.

The programme will be coordinated by NACAC Director of Coaches and Camps, Chester Morgan, while the lecturers are Santos Vázquez and Expedí González

The NACAC Training Camp aims to provide a comprehensive training experience for participating athletes and accompanying coaches, fostering skill development, knowledge sharing, and networking opportunities. This event has been designed to enhance the athletic capabilities and performances of participants ahead the NACAC Age Group Championships.

AGENDA FOR INFORMATION SESSION

Session 1: Welcome and Introduction

Session 2: Overview of NACAC Age Group Championship Training Camp

- Introduction to the NACAC Age Group Championship Training Camp
- Objectives and Benefits of the Training Camp

Session 3: Training Camp Details

- Overview of Training Camp Schedule and Duration
- Training Camp Location and Facilities
- Coaching Staff and Expertise

Session 4 : Logistics and Travel Arrangements

- Accommodation and Transportation Details
- Support for Member Federations during Travel and Stay

Session 5 : Q & A and Discussion

- Open Forum for Questions, Clarifications, and Discussion

Session 6 : Closing Remarks and Next Steps

- Summary of Key Points and Takeaways
- **Closing Remarks and Acknowledgments**

We believe that this training camp will greatly benefit the athletes and coaches of Member Federations, providing valuable insights, skill enhancement, and exposure to best practices in athletics training. It will also serve as a platform to foster unity, camaraderie, and collaboration among NACAC Athletics member federations.

Coaches' Corner – Chester Morgan, Director, NACAC Coaches and Camps

The role of *tendons in sports and sports performance*

In an article posted on social media a well-known sprint coach asked about tendons and their roles in sport. We address this interesting topic this week.

According to Bruno Bordoni, in his article on tendons dated the 23 May 2021, the tendon is a '*mechanical bridge*'. It allows the transmission of muscle strength to the bones and joints. It enables the contraction of the muscle to make the final tangible movement. Different types of tendons reflect the morphology of the muscle and their specific function.

Tendon tissue is not just about the terminal or initial area of each muscle but involves the entire muscular tissue. The connective layers (epimysium, perimysium, and endomysium) merge into a single organization to contact one or more fixed osseous points. The same tendon near the muscle has contractile fibres. The muscle affects the tendon, and the tendon affects the functional expression of the muscle.

Tendons are tough, fibrous connective tissues that connect muscles to bones. They are responsible for transmitting the forces produced by muscles to the skeletal system, enabling movement and providing stability.

Tendons play a crucial role in sprinting, jumping, throwing and running distance events in athletics by facilitating the movement of muscles and providing stability and power transmission to the skeletal system.

Here are some ways in which tendons contribute to these activities:

*Keith Joseph
CEO, NACAC*

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

Energy storage and release

Tendons act as elastic springs, storing and releasing energy during running. When the foot strikes the ground, the muscles contract, and the tendons stretch, storing mechanical energy. This energy is then released as the tendons recoil, helping propel the body forward and contributing to the efficiency of running.

Power transmission

Tendons transmit the force generated by the contracting muscles to the bones, allowing the transfer of muscular power to the skeletal system. This transmission of force enhances the efficiency of movement and enables the generation of higher levels of speed and power during sprinting.

Stabilization and joint support

Tendons provide stability to joints during running. They help maintain proper alignment and prevent excessive joint movement, reducing the risk of injuries. In the lower extremities, tendons like the Achilles tendon and patellar tendon stabilize the ankle and knee joints, respectively, allowing for efficient and controlled movement during running.

Absorbing and distributing impact forces

Tendons absorb and distribute the impact forces generated during ground contact. When the foot strikes the ground, tendons in the lower extremities act as shock absorbers, dissipating the forces and reducing the strain on muscles and bones. This helps protect the body from excessive stress and potential injuries.

Maintaining muscle tension

Tendons maintain a certain level of tension on the muscles, known as muscle tone, even at rest. This tension allows for rapid and efficient muscle activation when needed, improving the responsiveness and speed of muscle contractions during sprinting, and running events.

It is important to note that tendons are highly adaptable and responsive to training. Proper conditioning, strength training, and flexibility exercises can help improve tendon function, enhance performance, and reduce the risk of tendon-related injuries in athletes.

Around NACAC Athletics

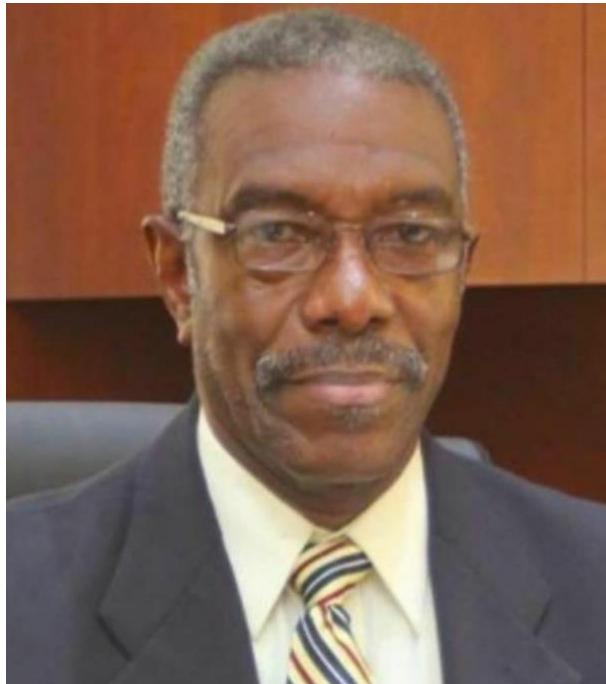
Belize

*Keith Joseph
CEO, NACAC*

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

Gilbert Harrison Pilgrim passes

It is with deep sorrow and a heavy heart that we mourn the passing of Harrison Pilgrim, a beloved



member of the Belize Athletics Association. Mr. Pilgrim's untimely departure has left a void in our hearts and in the athletics community. As a former athlete and dedicated Treasurer and General Secretary of the Belize Athletics Association, Mr. Pilgrim played a pivotal role in promoting athletics and supporting Belizean athletes both locally and on the global stage. He was the treasure for the Belize Amateur Athletics Association from 2010 - 2012 and until his untimely death he was the General Secretary of the Belize Athletics Association starting his four year tenure from 2022. His contributions to the world of

sports in Belize are immeasurable, and his legacy will forever be remembered.

He participated in athletics mainly during his time in Jamaica where he attended school. A sprinter and horizontal jumper. In his first participation in Belize, he clocked a hand time of 49.0 seconds for the 400m on a 300m track for the secondary schools national championship. He was also part of the athletes' contingent that represented Belize at the 1974 CAC games held in Santa Domingo, participating in the long jump and the 4x100m relay.

Beyond his involvement in athletics, Mr. Pilgrim was also a respected businessman in the field of insurance, with a notable presence both locally and across the Caribbean. His passion for excellence and commitment to his work were truly inspiring.

Harry Pilgrim attended St. Michael's College in Belize City, Belize and Calabar High School in Kingston, Jamaica before completing a Bachelor's degree in History at the University of the West Indies Mona Campus. In 2004 he completed the Master in Business Administration (MBA) at the Sagicor Cave Hill School of Business & Management, UWI, Barbados. Early in his 40 year insurance career he obtained the Life Underwriters Association Training Certificate (LUATC),

Associate in Customer Service (ACS) and Associate in Insurance Agency Administration (AIAA) designations. He became a Chartered Life Underwriter in 1998.

Harrison “Harry” Pilgrim, founding member and two-time President of the Belize Association of Insurance and Financial Advisors (BELAIFA), is a man greatly appreciated in insurance circles for his contribution to the growth and development of the industry. In 2015, he was inducted into the Caribbean Association of Insurance and Financial Advisors, CARAIFA’s Hall of Fame, and was the Regional Manager for Sagicor Capital Life’s operations in Belize prior to his retirement in 2012. Thereafter, he was the Managing Director at G. A. Harrison Pilgrim Insurance Agencies Ltd., his own insurance company.

Aside from his contribution to athletics, Pilgrim had also served in education as chairman of the Board of Trustees of the University of Belize. U.B. Professor Pio Saqui offered condolences to Pilgrim’s family and loved ones.

Our athletics family extend our deepest condolences to Mr. Pilgrim's family, friends, and colleagues during this difficult time. His presence and contributions will be sorely missed, and we will forever cherish the impact he made in the world of sports in Belize. May his soul rest in eternal peace.

NACAC Athletics has extended its most sincere condolences to the Pilgrim’s family as well as to the athletics and broader sporting family of Belize.

Jamaica

Jamaican athletes competing at the NCAA Div. 1 level, achieved some measure of success at the Men’s Outdoor Championships which took place at the Mike A Myers stadium in Austin, Texas at the end of last week.

Carey McLeod of Arkansas won the men’s Long Jump. Ackelia Smith of the University of Texas won the women’s version.

Jaydon Hibbert, a student at the University of Arkansas, leapt to a distance of 17.56, to win the Triple Jump and followed up with victory in the High Jump, attaining the height of Romaine Beckford won the High Jump with a personal best of 2.27m

Phillip Lemonious won the 110mH in 13.24 seconds

Leading Jamaican female 800m champion, Adelle Tracey, showed good form while winning her pet event at the Irena Szewinska Memorial 2023 on Saturday 10 June. The Meet, a World Athletics Continental Tour Gold event, saw Tracey win in a time of 2:01.63.

Nicaragua

Xiomara Larios Toruño, president of the Nicaraguan Athletics Federation, continues her commitment to raising the level of our sport across her country.

The Nicaraguan 22 member delegation to the XXX U18 and XXXV U20 Central American Athletics Championship, held in Guatemala held on 3 and 4 June respectively, emerged with some impressive results.

The Nicaraguan team concludes the Central American U18 and U20 with eight (8) gold, four (4) silver and eight (8) bronze medals, one new Central American record and two national records.

In Nicaragua, teachers from the National School of Physical Education continued their coursework with a Kids Athletics celebration involving 60 boys and girls from schools in the municipality of Masaya.

St Vincent and the Grenadines

Vincentian Handal Roban, continues his fine first season at Penn State, when he finished third in the Finals of the NCAA Div.1 Championships in Austin, Texas on Friday.

Competing in the semi-final, Roban achieved a 1:47.66 time, finishing second.

In the final, his time was 1:45.95, a new personal and national record for St Vincent and the Grenadines.

Roban's performance on the track came shortly following his achievement on the Dean's List at Penn State, for his academic success during the semester.

St Vincent and the Grenadines other NCAA Div. 1 Finalist, Mikeisha Welcome, of the University of Georgia, placed 8th in the Triple Jump, with a leap of 13.62m.

At home, Team Athletics St Vincent and the Grenadines (TASVG) has named its representative teams to the Central American and Caribbean Games scheduled for San Salvador, El Salvador, the NACAC Athletics Age Group Championships scheduled for Santiago, Dominican Republic, the

NACAC U18/U23 Championships in San Jose, Costa Rica and the Commonwealth Youth Games which will take place in Trinidad and Tobago in August.

Virgin Islands

Mustangs continues to show the benefit of being consistent in the preparation of its athletes for the competitive season.

On 27 and 28 May 2023, Mustangs attended the Speed Capital Series Track & Field Championships in Miramar, Florida and earned the top place in the Team Standings for Division C, scoring a total of 239 points leading the second placed team by 12 points.

Mustangs won a total of 23 Medals (6 gold, 12 silver and 5 bronze).

Michelle Smith was awarded the female 17-18 age group MVP after winning four (4) events. She won the 800m, 100mH, 400mH, and the High Jump.

Mustangs took 15 athletes who competed in their age group in the "20 athletes and less" Team Category, Division C, among 35 teams.

On Day 1, athletes won 4 gold, 7 silver and 3 bronze medals. Michelle Smith won gold in the 100m, 800m and High Jump. Jeniqua Weekes won gold in the High Jump. Jah'Quan Creque and Akyra Joseph won silver in the High Jump. Davina Browne won silver in the Shot Put and Discus. Wilfredo Concepcion won Silver in the Shot Put. Katelyn Jones won silver in the 1500m. Javante Hurst won silver in the 100m Hurdles. Faith Eatmon earned a bronze in the High Jump while A'Sharia Bernadine won bronze in the Shot Put and Sarah Raglin bronze in the 800m.



On Day 2 Mustangs won an additional 9 medals - 2 gold, 5 silver and 2 bronze. Michelle Smith won gold in the 400m while Katelyn Jones did likewise in the 3000m. The Silver medals went to Jeniqua Weekes, Wilfredo Conception, and Davina Browne in the Javelin Throw, Katelyn Jones 3000m in the Race Walk, and Akyra Joseph in the Long Jump. Bronze Medal winners were Kahlan Beaupierre (Javelin Throw), and Juvante Hurst (200m).

In other track and field news from the Virgin Islands, Malique Smith, continued his outdoor Track and Field season at the Music City Track Carnival World Athletics Continental Tour, in Nashville Tennessee, on 3 June. Competing in the 400m Hurdles Pro B Section he ran a personal best of 50.64, lowering his time by 0.7 seconds.

Michelle Smith competed in the Music City Track Carnival World Athletics Continental Tour, in Nashville Tennessee, on 3 June in the Women's 400mH Pro Final and finished 3rd with a time of 56.83.

Sofia Swindell competed in the Eastern States Invitational on 4 June in New Rochelle, NY. She won the 200m (25.40), placed second in the 100mH (14.73) and the Triple Jump (6 feet and 6.75 inches), respectively.

Nicola Peters won the 100m in a time of 12.20 while competing in the Parker Track Club (PTC) 3rd Annual Track Meet on 27 May.

*Keith Joseph
CEO, NACAC*

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

11 Junio 2023

EDITORIAL

Esta semana, NACAC Athletics se solidariza con toda la familia atlética de Belice, una de nuestras federaciones miembro y también miembro del subgrupo centroamericano de NACAC Athletics, CADICA, por el fallecimiento de Gilbert Harrison Pilgrim, exsecretario general de la federación nacional, quien falleció producto de un accidente cuando se dirigía al Campeonato CADICA en Guatemala, el pasado fin de semana.

Presidente de NACAC Athletics, estuvo en Guatemala para los Campeonatos y una reunión de CADICA y elogió los tremendos esfuerzos realizados al Sr. Pilgrim luego del accidente. En un breve informe del Consejo de Atletismo de NACAC, que se reunió el jueves pasado, el presidente Sands explicó la angustia que se apoderó de los campeonatos, así como el nivel de atención que prestaron las autoridades de salud de Guatemala para ayudar al Sr. Pilgrim.

Hoy, el presidente Sands está de camino a Belice para asistir al servicio conmemorativo el lunes 12 de junio, seguido del funeral el martes 13 de junio. Sands lleva consigo los sentimientos y las condolencias del Consejo de Atletismo de NACAC, así como los de todas nuestras federaciones miembro, quienes lamentan el fallecimiento del Sr. Pilgrim.

En la edición de esta semana de nuestro Boletín, publicamos un artículo que relata las contribuciones del Sr. Pilgrim y la pérdida para nuestra federación miembro y todo el deporte en Belice.

¡Puede él descansar en paz!

SESIÓN INFORMATIVA DE NACAC 12 DE JUNIO DE 2023

NACAC Athletics ha extendido una invitación a todas nuestras federaciones miembros para participar en nuestra próxima sesión informativa el lunes 12 de junio de 2023 a las 8 p. m., hora del Caribe Oriental.

La Sesión Informativa está planeada para discutir el Campo de Entrenamiento para entrenadores y atletas que participarán en los Campeonatos de Grupos de Edad de Atletismo de NACAC. El

campamento de entrenamiento está programado para realizarse en Santo Domingo, República Dominicana, el 12 y 13 de julio de 2023.

Después del Campamento, todos los participantes serán trasladados a Santiago, sede de los Campeonatos de Grupos por Edades.

El programa estará coordinado por el Director de Entrenadores y Campamentos de NACAC, Chester Morgan, mientras que los disertantes son Santos Vázquez y Expedí González.

El campamento de entrenamiento de NACAC tiene como objetivo proporcionar una experiencia de entrenamiento integral para los atletas participantes y los entrenadores acompañantes, fomentando el desarrollo de habilidades, el intercambio de conocimientos y las oportunidades de establecer contactos. Este evento ha sido diseñado para mejorar las capacidades atléticas y el rendimiento de los participantes antes de los Campeonatos de grupos de edad de NACAC.

AGENDA DE LA SESIÓN INFORMATIVA

Sesión 1: Bienvenida e Introducción

Sesión 2: Descripción general del campo de entrenamiento del campeonato de grupos de edad de la NACAC

- Introducción al Campamento de Entrenamiento del Campeonato de Grupos de Edad NACAC
- Objetivos y Beneficios del Training Camp

Sesión 3: Detalles del campo de entrenamiento

- Descripción general del horario y la duración del campamento de entrenamiento
- Ubicación e instalaciones del campo de entrenamiento
- Cuerpo Técnico y Experiencia

Sesión 4: Logística y arreglos de viaje

- Detalles de alojamiento y transporte
- Apoyo a las Federaciones Miembro durante el Viaje y la Estancia

Sesión 5: Preguntas y respuestas y discusión

- Foro Abierto para Preguntas, Aclaraciones y Discusión

Sesión 6: Palabras de cierre y próximos pasos

- Resumen de puntos clave y conclusiones
- Palabras de Clausura y Agradecimientos

Creemos que este campamento de entrenamiento beneficiará en gran medida a los atletas y entrenadores de las Federaciones Miembro, brindando información valiosa, mejora de habilidades y exposición a las mejores prácticas en el entrenamiento atlético. También servirá como plataforma para fomentar la unidad, la camaradería y la colaboración entre las federaciones miembro de NACAC Athletics.

El Rincón de los Entrenadores: Chester Morgan, Director, Entrenadores y Campamentos de NACAC

El papel de los tendones en el deporte y el rendimiento deportivo

En un artículo publicado en las redes sociales, un conocido entrenador de velocidad preguntó sobre los tendones y su papel en el deporte. Esta semana tratamos este interesante tema.

Según Bruno Bordoni, en su artículo sobre los tendones del 23 de mayo de 2021, el tendón es un “puente mecánico”. Permite la transmisión de la fuerza muscular a los huesos y articulaciones. Permite la contracción del músculo para hacer el movimiento tangible final. Los diferentes tipos de tendones reflejan la morfología del músculo y su función específica.

El tejido tendinoso no se trata solo del área terminal o inicial de cada músculo, sino que involucra todo el tejido muscular. Las capas conectivas (epimisio, perimisio y endomisio) se fusionan en una sola organización para contactar uno o más puntos óseos fijos. El mismo tendón cerca del músculo tiene fibras contráctiles. El músculo afecta al tendón, y el tendón afecta a la expresión funcional del músculo.

Los tendones son tejidos conectivos duros y fibrosos que conectan los músculos con los huesos.

Son los encargados de transmitir las fuerzas que producen los músculos al sistema esquelético, posibilitando el movimiento y aportando estabilidad.

Los tendones juegan un papel crucial en carreras de velocidad, saltos, lanzamientos y carreras de distancia en el atletismo al facilitar el movimiento de los músculos y proporcionar estabilidad y transmisión de potencia al sistema esquelético.

Aquí hay algunas formas en que los tendones contribuyen a estas actividades:

Almacenamiento y liberación de energía.

Los tendones actúan como resortes elásticos, almacenando y liberando energía durante la carrera.

Cuando el pie golpea el suelo, los músculos se contraen y los tendones se estiran, almacenando

energía mecánica. Luego, esta energía se libera a medida que los tendones retroceden, lo que ayuda a impulsar el cuerpo hacia adelante y contribuye a la eficiencia de la carrera.

Transmisión de potencia

Los tendones transmiten la fuerza generada por la contracción de los músculos a los huesos, lo que permite la transferencia de la fuerza muscular al sistema esquelético. Esta transmisión de fuerza mejora la eficiencia del movimiento y permite la generación de mayores niveles de velocidad y potencia durante el sprint.

Estabilización y apoyo conjunto

Los tendones proporcionan estabilidad a las articulaciones durante la carrera. Ayudan a mantener una alineación adecuada y evitan el movimiento excesivo de las articulaciones, lo que reduce el riesgo de lesiones. En las extremidades inferiores, tendones como el tendón de Aquiles y el tendón rotuliano stabilizan las articulaciones del tobillo y la rodilla, respectivamente, lo que permite un movimiento eficiente y controlado durante la carrera.

Absorber y distribuir las fuerzas de impacto

Los tendones absorben y distribuyen las fuerzas de impacto generadas durante el contacto con el suelo. Cuando el pie toca el suelo, los tendones de las extremidades inferiores actúan como amortiguadores, disipando las fuerzas y reduciendo la tensión sobre los músculos y los huesos. Esto ayuda a proteger el cuerpo del estrés excesivo y posibles lesiones.

Mantenimiento de la tensión muscular

Los tendones mantienen un cierto nivel de tensión en los músculos, conocido como tono muscular, incluso en reposo. Esta tensión permite una activación muscular rápida y eficiente cuando es necesario, mejorando la capacidad de respuesta y la velocidad de las contracciones musculares durante los eventos de carreras y carreras.

Es importante tener en cuenta que los tendones son altamente adaptables y sensibles al entrenamiento. Los ejercicios adecuados de acondicionamiento, entrenamiento de fuerza y flexibilidad pueden ayudar a mejorar la función de los tendones, mejorar el rendimiento y reducir el riesgo de lesiones relacionadas con los tendones en los atletas.

Alrededor de NACAC Athletics

Belize

*Keith Joseph
CEO, NACAC*

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

Gilbert Harrison Peregrino pasa

Con profunda pena y pesar en el corazón lamentamos el fallecimiento de Harrison Pilgrim, un querido miembro de la Asociación de Atletismo de Belice. La partida prematura del Sr. Pilgrim ha dejado un vacío en nuestros corazones y en la comunidad atlética.

Como ex atleta y Tesorero dedicado y Secretario General de la Asociación de Atletismo de Belice, el Sr. Pilgrim desempeñó un papel fundamental en la promoción del atletismo y el apoyo a los atletas beliceños tanto a nivel local como mundial. Fue el tesoro de la Asociación de Atletismo Amateur de Belice de 2010 a 2012 y hasta su muerte prematura fue el Secretario General de la Asociación de Atletismo de Belice a partir de su mandato de cuatro años a partir de 2022. Sus contribuciones al mundo del deporte en Belice son incommensurables, y su legado será recordado por siempre.

Participó en el atletismo principalmente durante su tiempo en Jamaica, donde asistió a la escuela. Un velocista y saltador horizontal. En su primera participación en Belice, registró un tiempo manual de 49,0 segundos para los 400 m en una pista de 300 m para el campeonato nacional de escuelas secundarias. También formó parte del contingente de atletas que representó a Belice en los juegos CAC de 1974 realizados en Santo Domingo, participando en el salto de longitud y el relevo 4x100m.

Más allá de su participación en el atletismo, el Sr. Pilgrim también fue un respetado hombre de negocios en el campo de los seguros, con una presencia notable tanto a nivel local como en todo el Caribe. Su pasión por la excelencia y el compromiso con su trabajo fueron verdaderamente inspiradores.

Harry Pilgrim asistió a St. Michael's College en la ciudad de Belice, Belice y Calabar High School en Kingston, Jamaica antes de completar una licenciatura en Historia en el Campus Mona de la Universidad de las Indias Occidentales. En 2004 completó la Maestría en Administración de Empresas (MBA) en la Escuela de Negocios y Administración Sagicor Cave Hill, UWI, Barbados. Al comienzo de su carrera de seguros de 40 años, obtuvo el Certificado de Capacitación de la Asociación de Suscriptores de Vida (LUATC), las designaciones de Asociado en Servicio al Cliente (ACS) y Asociado en Administración de Agencias de Seguros (AIAA). Se convirtió en Chartered Life Underwriter en 1998.

Harrison “Harry” Pilgrim, miembro fundador y dos veces presidente de la Asociación de Asesores Financieros y de Seguros de Belice (BELAIFA), es un hombre muy apreciado en los círculos de seguros por su contribución al crecimiento y desarrollo de la industria. En 2015, fue incluido en la Asociación Caribeña de Asesores Financieros y de Seguros, el Salón de la Fama de CARAIFA, y fue Gerente Regional de las operaciones de Sagicor Capital Life en Belice antes de su jubilación en 2012. Posteriormente, fue Director General de G. A. Harrison Pilgrim Insurance Agencies Ltd., su propia compañía de seguros.

Además de su contribución al atletismo, Pilgrim también se desempeñó en educación como presidente de la Junta de Síndicos de la Universidad de Belice. UB El profesor Pio Saqui ofreció sus condolencias a la familia y seres queridos de Pilgrim.

Nuestra familia atlética expresa nuestro más sentido pésame a la familia, amigos y colegas del Sr. Pilgrim durante este momento difícil. Echaremos mucho de menos su presencia y sus contribuciones, y siempre apreciaremos el impacto que tuvo en el mundo del deporte en Belice. Que su alma descansé en paz eterna.

NACAC Athletics ha extendido sus más sinceras condolencias a la familia de Pilgrim, así como a la familia atlética y deportiva en general de Belice.

Jamaica

Atletas jamaicanos compitiendo en la NCAA Div. 1, logró cierto éxito en los Campeonatos masculinos al aire libre que se llevaron a cabo en el estadio Mike A Myers en Austin, Texas, a fines de la semana pasada.

Carey McLeod de Arkansas ganó el salto de longitud masculino. Ackelia Smith de la Universidad de Texas ganó la versión femenina.

Jaydon Hibbert, estudiante de la Universidad de Arkansas, saltó una distancia de 17,56 para ganar el Triple Salto y siguió con la victoria en el Salto de Altura, alcanzando la altura de Romaine Beckford ganó el salto de altura con una marca personal de 2,27 m

Phillip Lemonious ganó los 110mH en 13,24 segundos

La líder campeona jamaicana de 800 m, Adelle Tracey, mostró buena forma al ganar su evento favorito en el Irena Szewinska Memorial 2023 el sábado 10 de junio. The Meet, un evento Gold del World Athletics Continental Tour, vio a Tracey ganar en un tiempo de 2: 01.63.

Nicaragua

Xiomara Larios Toruño, presidenta de la Federación Nicaragüense de Atletismo, continúa con su compromiso de elevar el nivel de nuestro deporte en su país.

La delegación de 22 integrantes de Nicaragua al XXX Campeonato Centroamericano Sub-18 y XXXV Sub-20 de Atletismo, que se llevó a cabo en Guatemala los días 3 y 4 de junio respectivamente, salió con resultados impresionantes.

La selección de Nicaragua concluye la Sub 18 y Sub 20 de Centroamérica con ocho (8) medallas de oro, cuatro (4) de plata y ocho (8) de bronce, un nuevo récord centroamericano y dos récords nacionales.



Niños nicaragüenses en Atletismo Infantil posan con sus certificados

En Nicaragua, docentes de la Escuela Nacional de Educación Física continuaron sus cursos con una celebración de Atletismo Infantil en la que participaron 60 niños y niñas de colegios del municipio de Masaya.

San Vicente y las Granadinas

Vincentian Handal Roban, continúa su excelente primera temporada en Penn State, cuando terminó tercero en las Finales de los Campeonatos de la División 1 de la NCAA en Austin, Texas, el viernes.

Compitiendo en la semifinal, Roban logró un tiempo de 1:47,66 y terminó segundo.

En la final, su tiempo fue de 1:45.95, un nuevo récord personal y nacional para San Vicente y las Granadinas.

El desempeño de Roban en la pista se produjo poco después de su logro en la Lista del Decano en Penn State, por su éxito académico durante el semestre.

San Vicente y las Granadinas otra NCAA Div. 1 Finalista, Mikeisha Welcome, de la Universidad de Georgia, se ubicó 8° en Triple Salto, con un salto de 13.62m.

En casa, Team Athletics St Vincent and the Grenadines (TASVG) ha nombrado a sus equipos representativos para los Juegos Centroamericanos y del Caribe programados en San Salvador, El Salvador, el Campeonato de Grupos por Edades de Atletismo NACAC programado en Santiago, República Dominicana, el NACAC U18/ Campeonatos Sub-23 en San José, Costa Rica y los Juegos de la Juventud de la Commonwealth que se llevarán a cabo en Trinidad y Tobago en agosto.

Islas Virgenes

Mustangs continúa mostrando el beneficio de ser constante en la preparación de sus atletas para la temporada competitiva.

Los días 27 y 28 de mayo de 2023, los Mustangs asistieron a los campeonatos de atletismo de la serie Speed Capital en Miramar, Florida, y obtuvieron el primer lugar en la clasificación por equipos de la División C, anotando un total de 239 puntos, liderando al equipo en segundo lugar por 12 puntos.

Mustangs ganó un total de 23 Medallas (6 de oro, 12 de plata y 5 de bronce).

Michelle Smith fue galardonada con el premio al Jugador Más Valioso del grupo de edad femenino de 17 a 18 años después de ganar cuatro (4) eventos. Ganó los 800m, 100mH, 400mH y el salto de altura.

Los Mustangs se llevaron a 15 atletas que compitieron en su grupo de edad en la categoría de equipo "20 atletas y menos", División C, entre 35 equipos.

El día 1, los atletas ganaron 4 medallas de oro, 7 de plata y 3 de bronce. Michelle Smith ganó el oro en los 100 m, 800 m y salto de altura. Jeniqua Weekes ganó el oro en salto de altura. Jah'Quan Creque y Akyra Joseph ganaron plata en salto de altura. Davina Browne ganó plata en lanzamiento de peso y disco. Wilfredo Concepción ganó Plata en Lanzamiento de Peso. Katelyn Jones ganó la plata en los 1500 m. Javante Hurst ganó la plata en los 100 m vallas. Faith Eatmon obtuvo una medalla de bronce en salto de altura, mientras que A'Sharia Bernadine ganó bronce en lanzamiento de peso y Sarah Raglin bronce en 800m.



On

Los Mustangs del día 2 ganaron 9 medallas adicionales: 2 de oro, 5 de plata y 2 de bronce.

Michelle Smith ganó el oro en los 400 m mientras que Katelyn Jones lo hizo en los 3000 m. Las medallas de plata fueron para Jeniqua Weekes, Wilfredo Conception y Davina Browne en lanzamiento de jabalina, Katelyn Jones 3000 m en caminata y Akyra Joseph en salto de longitud.

*Keith Joseph
CEO, NACAC*

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

Los ganadores de la medalla de bronce fueron Kahlan Beaupierre (lanzamiento de jabalina) y Juvante Hurst (200 m).

En otras noticias de atletismo de las Islas Vírgenes, Malique Smith continuó su temporada de atletismo al aire libre en el Music City Track Carnival World Athletics Continental Tour, en Nashville, Tennessee, el 3 de junio. Compitiendo en la Sección Pro B de 400 m con vallas, logró una mejor marca personal de 50,64, lo que redujo su tiempo en 0,7 segundos.

Michelle Smith compitió en el Music City Track Carnival World Athletics Continental Tour, en Nashville, Tennessee, el 3 de junio en la final profesional de 400 mH para mujeres y terminó en tercer lugar con un tiempo de 56,83.

Sofia Swindell compitió en el Eastern States Invitational el 4 de junio en New Rochelle, NY. Ganó los 200 m (25,40), quedó en segundo lugar en los 100 mH (14,73) y el triple salto (6 pies y 6,75 pulgadas), respectivamente.

Nicola Peters ganó los 100 m en un tiempo de 12:20 mientras competía en la 3.^a reunión anual de atletismo del Parker Track Club (PTC) el 27 de mayo.