



NORTH AMERICAN, CENTRAL AMERICAN AND CARIBBEAN ATHLETICS ASSOCIATION

# ATHLETICS

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

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

## THIS WEEK IN NACAC ATHLETICS

**Vol. 5**

**No. 1**

**21 December 2023**

### EDITORIAL

NACAC Athletics begins 2024 with an aggressive agenda that will be in direct response to the Strategic Plan that will emerge from an exercise that started on 2 November 2023.

Member Federations may recall that they received a questionnaire from our Secretariat that sought information pertinent to the Strategic Planning process in which we are involved.

Noel Lynch, a former Vice President of NACAC (now NACAC Athletics) and current Vice President of the Athletics Association of Barbados, has been contracted by the Council to prepare the new Strategic Plan.

The NACAC Athletics Council will convene a meeting on 25 January, in Miami, Florida, USA. This will be followed by a two-day Strategic Planning Workshop, 26 and 27 January 2024. The final Strategic Plan document is scheduled for delivery to NACAC Athletics on 28 February 2024. Member Federations would have received the Draft Annual NACAC Athletics Competition Calendar for 2024. However, Director of Competitions, Michael Serralta, has indicated that while the majority of the events have already been finalised there are still a few whose dates and other arrangements have not yet been completed. An updated Calendar will be forthcoming.

*Keith Joseph*  
CEO, NACAC

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

## 10 New NACAC Athletics Moderators Trained

The NACAC Gender Leadership Commission held its first Gender Leadership Moderator Training Programme during the period, 11 – 15 January 2024, in Miami, Florida, USA. The persons were selected based on their attendance at the four (4) Gender Leadership workshops held in 2021.

The training was moderated by the members of the Gender Leadership Commission who completed the World Athletics Moderator Training programme held in Poland in 2022. They were Donna Raynor, Chairperson, and Commission members, Cydonie Mothersill, Edith Skippings and Gloria Ramos member of the NACAC Gender Leadership Commission.



There were 10 participants: Shawnor Charles-Joseph (Antigua & Barbuda), Maybelline Miller (Bahamas), Jonathan Emanuel (St. Lucia), Dena Evans (USA), Tricia Flores (Belize), Stephanie

*Keith Joseph*  
CEO, NACAC

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

Matthew (Montserrat), Stephanie Russ-Penn (BVI), Michelle Stoute-Lopez (Trinidad & Tobago), Carmen Suero Castillo (Dominican Republic) and Philippa Willie (Bahamas).

NACAC Athletics President, Michael Sands and CEO, Keith Joseph, were in attendance for the first two (2) days. President Sands addressed the participants at the opening..

While the first session took place on Thursday 11 January at 5pm and ended at 10pm, the daily sessions began at 8.00am and ended 7.00pm. These were very intensive and long, productive days with the participants being actively involved. There was healthy discussion throughout.

Some of the topics that were covered included: How We Learn, Why Diversity and Gender Equity Are Important, Personal Brand and Communication, Emotional Intelligence, Change Management, Underrepresentation of Women in Athletics, Mentoring for Success and The Leadership Journey.

This workshop encourages women to put themselves forward in their federations and provides them with the tools to grow and develop. They will also be able to deliver a Gender Leadership Seminars in the future.

A graduation ceremony was held and all of the participants were presented with World Athletics' Certificates.

Some of the comments from participants:

*"I would recommend the course as it is needed for anyone in leadership positions and those aspiring to be a leader"*

*"All of the facilitators knew the course and delivered it in a manner that was easy to understand"*

*"Very much extended my limited knowledge"*

### **Pan American Cross Country Championships 2024**

Plans are well advanced with regard to the preparations for the conduct of the Pan American Cross Country Championships 2024. This event is scheduled for Saturday 24 February.

The leadership of the Athletics Federation, President Gloria Ramos, and Secretary General, Carlos Clemente, recently met with the Minister of National Defence, Vice Admiral René Merino Monroy, International Technical Delegate of the event, Carlos Clemente, as well as Federation Members Karla Miranda, General Manager, Héctor Cáceres, Technical Coordinator, and Colonel Wilmer Gómez, General Administrator.

*Keith Joseph*  
CEO, NACAC

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



The meeting discussed included the availability of the facilities of the Cavalry Regiment, transportation of material related to the event, and assistance with personnel and first aid medical equipment.

President Ramos expressed her gratitude to Minister Merino Monroy for the continuous support of his Ministry to the activities of the Federation.

### **Safeguarding in our Sport**

World Athletics continues to highlight the importance of Safeguarding in our sport, Athletics, the world's leading sport for individuals.

This year, World Athletics will be placing increased emphasis on safeguarding, ensuring that all Area Associations have in place an Area Safeguarding Policy that is implemented to the full. Area Associations will, in turn, engage all of their member federations to likewise establish their own Safeguarding Policies, consistent with the requirements of World Athletics and NACAC Athletics.

It is understandable that Safeguarding Policies in Athletics would allow for the unique circumstances that may exist in the domains of the respective member federations, while generally ensuring consistency with both World Athletics and NACAC Athletics.

*Keith Joseph  
CEO, NACAC*

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



## **Around NACAC Athletics**

### **St Vincent and the Grenadines**

Two of the nation's secondary schools – the Central Leeward Secondary School and the St Vincent Grammar School – were invited to compete at the Schools Relay Invitational held in Trinidad and Tobago on Thursday 18 January 2024.

The Central Leeward Secondary School were winners of the Girls Division of the Inter Secondary Schools Athletics Championships in 2023 while the St Vincent Grammar School captured the Boys Division.



*The Central Leeward Secondary School team*

In Trinidad, The Central Leeward girls won the 4 x 200m and 4 x 800m respectively and placed second in the 4 x 100m and 4 x 400m events in the U17 category.

For their part the Grammar School boys contested the 17+ category and finished third in the 4 x 400m, fourth in the 4 x 200m and sixth in the 4 x 100m.

### **Trinidad and Tobago**

*Keith Joseph*  
CEO, NACAC

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

## ***LOCAL ATHLETICS SEASON OFF WITH A BANG***

The 2024 athletics season in the twin-island Republic of Trinidad and Tobago began on a high note when NAAATT hosted the first in a Series of Development Meets on Sunday 7 January at the Hasely Crawford Stadium, Port of Spain. The day's programme included forty-nine (49) events, with competition in six categories: Boys and Girls Under 17; Boys and Girls Under 20; and Men and Women Open.

Some 488 athletes representing 39 of NAAATT's member clubs along with a few who competed unattached were registered for the event. It was designed to achieve two primary objectives:

- a) Provide local athletes, and by extension their coaches, with organized competition so that they can assess where they are in their training regimen and where necessary make adjustments; and
- b) Provide practical training for aspiring technical officials who recently completed the theoretical part of the Local Certification Course for Technical Officials.

There were notable performances by several junior athletes that suggest that they are well on track for team selection for upcoming international meets. Among the major events in 2024 are the annual CARIFTA Games, scheduled for St George's, Grenada, World Athletics Indoor Championships in Glasgow, Scotland, World Athletics Relays in Nassau, Bahamas, the Olympic Games in Paris, France and the World Athletics U20 Championships in Lima, Peru. The second of the development series will be held on 3 February at the same venue.

## **Top Performers Honoured at NAAATT's Awards Ceremony**

NAAATT hosted its 2023 Annual Awards Ceremony on Saturday 20 January 2024, at the Radisson Hotel in Port of Spain. The event celebrated the success of the athletes during the 2023 Track and Field Season and recognized the contributions made by some of the country's outstanding athletes, coaches, technical officials and administrators over the years.

Two athletes who established new NACAC Records in 2023 were among the top performers. Seventeen year old Janae DeGannes was adjudged Female Youth (U18) Athlete of the Year. She campaigned in the U20 category at the CARIFTA Games in the Bahamas and placed 2<sup>nd</sup> in the girls' long jump. She reverted to the U18 category for the NACAC U18 and U23 Championships and the Commonwealth Youth Games, where she won gold and silver respectively in the long

*Keith Joseph*  
CEO, NACAC

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

jump. At the NACAC U18 and U23 Championships, she established a new NACAC (U18) Record of 6.11m.



*Keynote speaker, Dr. Joseph Ishmael Khan presenting Janae DeGannes with her award.*

Imanni Matthew, who won gold in the Boys U17 long jump at CARIFTA and repeated in the Boys U18 long jump at the NACAC U18 and U23 Championships, with a new NACAC Record of 7.71m, was adjudged Male Youth (U18) Athlete of the Year.

Also in winners row was Tafari Waldron, CARIFTA gold medallist in the 5,000m, who emerged Male Junior (U20) Athlete of the Year and Sanaa Frederick, Female Junior (U20) Athlete of the Year. Frederick had an outstanding year competing as both a junior and a senior. She won bronze in the 100m and gold in the 200m at CARIFTA. She also picked up bronze in the 4X100m mixed

*Keith Joseph  
CEO, NACAC*

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



relay at the Commonwealth Youth Games and silver as part of TTO's 4X100m women's team at the CAC Games.

The President's Award went to Keneisha Shelbourne, who won bronze in the girls U20 high jump at CARIFTA and silver in the girls U18 high jump at the NACAC U18 and U23 Championships. Rounding out the top performers were Michelle-Lee Ahye, Female (Senior) Athlete of the Year, and Jereem Richards, Male (Senior) Athlete of the Year.

Sixteen persons who served the sport in various capacities – coach, administrator, technical official and event promoter – were recognised for long and meritorious service.

## **Virgin Islands**

### ***Garcia Sets VI Record in the Half Marathon and Klein Overall Winner of the St. Croix Scenic 50K!***

Eduardo Garcia set a new VI National record of 1:3:59 while placing 26<sup>th</sup> in a field of 13,873 runners, in the Houston Half Marathon on 14 January 2024. Garcia bettered his own VI National record by 33 seconds and placed 1<sup>st</sup> in his age group.

Garcia is working on qualifying for the full Marathon in the Olympic Games which will be in Paris, France later this year. Garcia's next race will be the Marathon in Enschede, The Netherlands on 21 April 2024.

Bridget Klein won the St. Croix Scenic 50 Km race held on 14 January 2024 in St. Croix, Virgin Islands. Klein completed the distance in 4:47:29.

Caleb Halvorson-Fried from Maine was the first male finisher in 5:2:50 seconds. Billy Bohlke from the Virgin Islands finished 2nd in the male category in 5:05:47 and Christopher Halliday from Pennsylvania finished 3rd in 5:18:15.

2nd Place in the female category went to Virgin Islands' Megan Mault in a time of 5:33:01, with Kathleen Brownsdon from the Virgin Islands third in 6:05:07.

Full results can be found at this website: [https://ultrasignup.com/m\\_results\\_event.aspx?did=102623](https://ultrasignup.com/m_results_event.aspx?did=102623)

### **VITFF Bulletin: Michelle Smith and Sofia Swindell Setting VI U20 Records!!**

Virgin Islands Sports Ambassador Michelle Smith, a High School Senior at Montverde Academy, competed in the RADD Sunshine Showcase Indoor Track and Field competition on Jan. 20, 2024.

*Keith Joseph*  
CEO, NACAC

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



Michelle finished 1st in the 60m Hurdles setting a VI National U20 record and School record in a time of 8.72. Michelle also set a VI National U20 record and School record while finishing 2nd in the Long Jump with a jump of 5.66 meters /18 feet and 7 inches. In the 200m Michelle ran a personal record with a time of 24.51 finishing 1st in her heat and 4th overall.



*Michelle Smith*



*Sofia Swindell*

Michelle Smith will compete next in the East Coast Invitational in Virginia Beach, VA on February 3, 2024.

Sofia Swindell, a Junior at Lawrenceville School, competed in the Mercer County Track and Field Championships, held on January 17 in Princeton, NJ and on 21 January in Tom's River, NJ. Sofia placed first in the triple jump with 35 feet and 1 inch /10.69 meters and fifth in long jump with a jump of 15 feet 11 inches / 4.75 meters. Sofia competed in the 55m hurdles, earning first place and a VI National U20 Record of 8.25. She also placed first in the 55m dash, running a personal best of 7.18.

The Lawrenceville girls team placed second overall at the meet. Sofia's next meet is the Metropolitan Invitational on January 24 at Ursinus College in PA, where she will compete in the 55m and 4x200 relay.

*Keith Joseph  
CEO, NACAC*

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

Athletes competed in the 4th VITFF Developmental Meet in St. Croix on the 18 January 2024.  
Athletes were competing in the U13, U17 and Open categories.

*Keith Joseph*  
*CEO, NACAC*

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

21 de Diciembre de 2023

## **EDITORIAL**

NACAC Athletics comienza 2024 con una agenda agresiva que será una respuesta directa al Plan Estratégico que surgirá de un ejercicio que comenzó el 2 de noviembre de 2023.

Las Federaciones miembros recordarán que recibieron un cuestionario de nuestra Secretaría que buscaba información pertinente al proceso de Planificación Estratégica en el que estamos involucrados.

Noel Lynch, ex vicepresidente de NACAC (ahora NACAC Athletics) y actual vicepresidente de la Asociación de Atletismo de Barbados, ha sido contratado por el Consejo para preparar el nuevo Plan Estratégico.

El Consejo de Atletismo de la NACAC convocará a una reunión el 25 de enero en Miami, Florida, EE.UU. A esto le seguirá un taller de planificación estratégica de dos días, los días 26 y 27 de enero de 2024. Está previsto que el documento final del Plan Estratégico se entregue a NACAC Athletics el 28 de febrero de 2024.

Las Federaciones miembros habrían recibido el Borrador del Calendario Anual de Competiciones de Atletismo de la NACAC para 2024. Sin embargo, el Director de Competiciones, Michael Serralta, ha indicado que si bien la mayoría de las pruebas ya han sido finalizadas, todavía hay algunas cuyas fechas y otros arreglos aún no están definidos. Próximamente se publicará un calendario actualizado.

### **10 Nuevos Moderadores de Atletismo de la NACAC Capacitados**

La Comisión de Liderazgo de Género de la NACAC celebró su primer Programa de Capacitación para Moderadores en Liderazgo de Género durante el período, del 11 al 15 de enero de 2024, en Miami, Florida, EE. UU. Las personas fueron seleccionadas en función de su asistencia a los cuatro (4) talleres de Liderazgo de Género realizados en 2021.

*Keith Joseph*  
CEO, NACAC

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

La capacitación fue moderada por los miembros de la Comisión de Liderazgo de Género que completaron el programa de Entrenamiento de Moderadores de World Athletics celebrado en Polonia en 2022. Fueron Donna Raynor, Presidenta y miembros de la Comisión, Cydonie Mothersill, Edith Skippings y Gloria Ramos, miembro de la Comisión de Género de NACAC. Comisión de Liderazgo.

Hubo 10 participantes: Shawnor Charles-Joseph (Antigua y Barbuda), Maybelline Miller (Bahamas), Jonathan Emanuel (Santa Lucía), Dena Evans (EE.UU.), Tricia Flores (Belice), Stephanie Matthew (Montserrat), Stephanie Russ- Penn (BVI), Michelle Stoute-Lopez (Trinidad y Tobago), Carmen Suero Castillo (República Dominicana) y Philippa Willie (Bahamas).

El presidente de NACAC Athletics, Michael Sands y el director ejecutivo, Keith Joseph, estuvieron presentes durante los primeros dos (2) días. El presidente Sands se dirigió a los participantes en la inauguración.

Si bien la primera sesión tuvo lugar el jueves 11 de enero a las 17.00 horas y finalizó a las 22.00 horas, las sesiones diarias comenzaron a las 8.00 horas y finalizaron a las 19.00 horas. Fueron días muy intensos, largos y productivos en los que los participantes participaron activamente. Hubo una sana discusión en todo momento.

Algunos de los temas que se trataron incluyeron: Cómo aprendemos, Por qué la diversidad y la equidad de género son importantes, Marca personal y comunicación, Inteligencia emocional, Gestión del cambio, Subrepresentación de las mujeres en el atletismo, Mentoría para el éxito y El viaje del liderazgo.

Este taller anima a las mujeres a presentarse en sus federaciones y les proporciona las herramientas para crecer y desarrollarse. También podrán impartir seminarios de liderazgo de género en el futuro.

Se llevó a cabo una ceremonia de graduación y todos los participantes recibieron los Certificados de World Athletics.

Algunos de los comentarios de los participantes:

*“Recomendaría el curso porque es necesario para cualquier persona que ocupe puestos de liderazgo y para aquellos que aspiren a ser líderes”*

*Keith Joseph*  
CEO, NACAC

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



*"Todos los facilitadores conocían el curso y lo impartieron de una manera fácil de entender"*

*"Amplíé mucho mis conocimientos limitados"*

### **Campeonato Panamericano de Cross Country 2024**

Los planes están muy avanzados en cuanto a los preparativos para la realización del Campeonato Panamericano de Criss Country 2024. Este evento está previsto para el sábado 24 de febrero. La dirigencia de la Federación de Atletismo, Presidenta Gloria Ramos, y el Secretario General, Carlos Clemente, se reunieron recientemente con el Ministro de la Defensa Nacional, Vicealmirante René Merino Monroy, el Delegado Técnico Internacional del evento, Carlos Clemente, así como con la Federativa Karla Miranda, Gerente General, Héctor Cáceres, Coordinador Técnico, y el Coronel Wilmer Gómez, Administrador General. La reunión discutida incluyó la disponibilidad de las instalaciones del Regimiento de Caballería, transporte de material relacionado con el evento, y asistencia con personal y material médico de primeros auxilios. La Presidenta Ramos expresó su agradecimiento al Ministro Merino Monroy por el continuo apoyo de su Ministerio a las actividades de la Federación.

### **Salvaguardia en nuestro deporte**

World Athletics continúa resaltando la importancia de la Salvaguarda en nuestro deporte, el Atletismo, el deporte individual líder en el mundo. Este año, World Athletics pondrá mayor énfasis en la protección, asegurando que todas las Asociaciones de Área tengan implementada una Política de Protección de Área que se implemente en su totalidad. Las asociaciones de área, a su vez, involucrarán a todas sus federaciones miembros para que también establezcan sus propias políticas de protección, de acuerdo con los requisitos de World Athletics y NACAC Athletics. Es comprensible que las Políticas de Protección en el Atletismo tengan en cuenta las circunstancias únicas que puedan existir en los dominios de las respectivas federaciones miembros, al tiempo que garantizan en general la coherencia tanto con World Athletics como con NACAC Athletics.

### **Alrededor del NACAC Athletics**

#### **San Vicente y las Granadinas**

*Keith Joseph*  
*CEO, NACAC*

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

Dos de las escuelas secundarias del país, la Central Leeward Secondary School y la St Vincent Grammar School, fueron invitadas a competir en el Schools Relay Invitational celebrado en Trinidad y Tobago el jueves 18 de enero de 2024. La Escuela Secundaria Central Leeward ganó la División de Niñas del Campeonato de Atletismo entre Escuelas Secundarias en 2023, mientras que la Escuela Secundaria St Vincent capturó la División de Niños. El equipo de la escuela secundaria Central Leeward En Trinidad, las chicas de Central Leeward ganaron los 4 x 200 m y 4 x 800 m respectivamente y quedaron en segundo lugar en las pruebas de 4 x 100 m y 4 x 400 m en la categoría U17. Por su parte los chicos de Grammar School disputaron la categoría 17+ y terminaron terceros en 4 x 400 m, cuartos en 4 x 200 m y sextos en 4 x 100 m.

## **Trinidad y Tobago**

### **TEMPORADA DE ATLETISMO LOCAL CON UNA EXPLOSIÓN**

La temporada de atletismo de 2024 en la República de Trinidad y Tobago, dos islas gemelas, comenzó con una nota alta cuando la NAAATT organizó la primera de una serie de Encuentros de Desarrollo el domingo 7 de enero en el Estadio Hasely Crawford, Puerto España. El programa de la jornada incluyó cuarenta y nueve (49) eventos, con competencia en seis categorías: Niños y Niñas Sub 17; Niños y niñas menores de 20 años; y Abierto Masculino y Femenino.

Se registraron para el evento unos 488 atletas que representan a 39 de los clubes miembros de la NAAATT, junto con algunos que compitieron sin atletas. Fue diseñado para lograr dos objetivos principales:

- a) Proporcionar a los atletas locales, y por extensión a sus entrenadores, una competencia organizada para que puedan evaluar dónde se encuentran en su régimen de entrenamiento y, cuando sea necesario, hacer ajustes; y
- b) Brindar capacitación práctica a los aspirantes a funcionarios técnicos que hayan completado recientemente la parte teórica del Curso de Certificación Local para Oficiales Técnicos.

Hubo actuaciones notables de varios atletas juveniles que sugieren que están bien encaminados para la selección de equipos para las próximas competiciones internacionales. Entre los principales eventos de 2024 se encuentran los Juegos anuales CARIFTA, programados para St George's, Granada, el Campeonato Mundial de Atletismo en pista cubierta en Glasgow, Escocia, los Relevos

*Keith Joseph*  
CEO, NACAC

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

Mundiales de Atletismo en Nassau, Bahamas, los Juegos Olímpicos de París, Francia y el Campeonato Mundial de Atletismo Sub-20 en Lima, Perú.

La segunda de la serie de desarrollo se llevará a cabo el 3 de febrero en el mismo lugar.

### **Los mejores atletas honrados en la ceremonia de premios de la NAAATT**

NAAATT organizó su ceremonia anual de premios 2023 el sábado 20 de enero de 2024 en el Hotel Radisson de Puerto España. El evento celebró el éxito de los atletas durante la Temporada de Atletismo 2023 y reconoció las contribuciones realizadas por algunos de los atletas, entrenadores, funcionarios técnicos y administradores destacados del país a lo largo de los años.

Dos atletas que establecieron nuevos récords NACAC en 2023 estuvieron entre los de mejor desempeño. Janae DeGannes, de diecisiete años, fue elegida Atleta Juvenil Femenina (U18) del Año. Hizo campaña en la categoría U20 en los Juegos CARIFTA en las Bahamas y quedó en segundo lugar en salto de longitud femenino. Regresó a la categoría U18 para los Campeonatos NACAC U18 y U23 y los Juegos Juveniles de la Commonwealth, donde ganó oro y plata respectivamente en salto de longitud. En los campeonatos NACAC U18 y U23, estableció un nuevo récord NACAC (U18) de 6,11 m.

El orador principal, el Dr. Joseph Ishmael Khan, entregando su premio a Janae DeGannes.

Imanni Matthew, quien ganó el oro en salto de longitud masculino U17 en CARIFTA y repitió en salto de longitud masculino U18 en los Campeonatos NACAC U18 y U23, con un nuevo récord NACAC de 7,71 m, fue declarado Atleta Masculino Juvenil (U18) del Año. .

También en la fila de ganadores estuvo Tafari Waldron, medallista de oro de CARIFTA en los 5.000 m, quien emergió como Atleta Masculino Junior (U20) del Año y Sanaa Frederick, Atleta Femenina Junior (U20) del Año. Frederick tuvo un año excepcional compitiendo tanto en junior como en senior. Ganó bronce en los 100 metros y oro en los 200 metros en CARIFTA. También consiguió el bronce en el relevo mixto 4X100 m en los Juegos Juveniles de la Commonwealth y la plata como parte del equipo femenino de 4X100 m de TTO en los Juegos CAC.

El Premio del Presidente fue para Keneisha Shelbourne, quien ganó el bronce en salto de altura femenino U20 en CARIFTA y la plata en salto de altura femenino U18 en los Campeonatos NACAC U18 y U23. Completando los mejores resultados estuvieron Michelle-Lee Ahye, Atleta Femenina (Senior) del Año, y Jereem Richards, Atleta Masculino (Senior) del Año.

*Keith Joseph*  
CEO, NACAC

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

Dieciséis personas que sirvieron al deporte en diversas capacidades (entrenador, administrador, oficial técnico y promotor de eventos) fueron reconocidas por su largo y meritorio servicio.

## **Islas Virgenes**

### **¡García establece VI récord en el medio maratón y Klein es el ganador general de los 50 km escénicos de St. Croix!**

Eduardo García estableció un nuevo récord VI Nacional de 1:3:59 y se ubicó en el puesto 26 entre un campo de 13,873 corredores, en el Medio Maratón de Houston el 14 de enero de 2024. García mejoró su propio récord VI Nacional en 33 segundos y quedó primero en su edad. grupo.

García está trabajando en la clasificación para el maratón completo en los Juegos Olímpicos que se realizarán en París, Francia, a finales de este año. La próxima carrera de García será el maratón de Enschede, Países Bajos, el 21 de abril de 2024.

Bridget Klein ganó la carrera St. Croix Scenic 50 Km celebrada el 14 de enero de 2024 en St. Croix, Islas Vírgenes. Klein completó la distancia en 4:47:29.

Caleb Halvorson-Fried de Maine fue el primer hombre en finalizar con 5:2:50 segundos. Billy Bohlke de las Islas Vírgenes terminó segundo en la categoría masculina en 5:05:47 y Christopher Halliday de Pensilvania terminó tercero en 5:18:15.

El segundo lugar en la categoría femenina fue para Megan Mault de las Islas Vírgenes con un tiempo de 5:33:01, con Kathleen Brownsdon de las Islas Vírgenes tercera con 6:05:07.

Los resultados completos se pueden encontrar en este sitio web:

[https://ultrasignup.com/m\\_results\\_event.aspx?did=102623](https://ultrasignup.com/m_results_event.aspx?did=102623)

### **¡Michelle Smith y Sofia Swindell establecen récords VI U20!**

La embajadora de deportes de las Islas Vírgenes, Michelle Smith, estudiante de último año de secundaria en la Academia Montverde, compitió en la competencia de atletismo cubierto RADD Sunshine Showcase el 20 de enero de 2024.

Michelle finalizó 1° en los 60 m vallas estableciendo un VI récord Nacional U20 y récord Escolar en un tiempo de 8.72. Michelle también estableció un récord VI Nacional U20 y un récord escolar al terminar segunda en salto de longitud con un salto de 5,66 metros/18 pies y 7 pulgadas. En los



200 metros, Michelle estableció un récord personal con un tiempo de 24,51 y terminó primera en su serie y cuarta en general.

Michelle Smith competirá a continuación en el East Coast Invitational en Virginia Beach, VA, el 3 de febrero de 2024.

Sofia Swindell, estudiante de tercer año de la escuela Lawrenceville, compitió en el campeonato de atletismo del condado de Mercer, celebrado el 17 de enero en Princeton, Nueva Jersey, y el 21 de enero en Tom's River, Nueva Jersey.

Sofía quedó primera en salto triple con 35 pies y 1 pulgada / 10,69 metros y quinta en salto de longitud con un salto de 15 pies 11 pulgadas / 4,75 metros. Sofia compitió en los 55 metros con vallas, obteniendo el primer lugar y un VI Récord Nacional Sub 20 de 8,25. También ocupó el primer lugar en los 55 metros lisos, con una marca personal de 7,18.

El equipo femenino de Lawrenceville quedó segundo en la general en el encuentro. El próximo encuentro de Sofía es el Metropolitan Invitational el 24 de enero en el Ursinus College de Pensilvania, donde competirá en los relevos de 55 m y 4x200.

Los atletas compitieron en el 4.º Encuentro de Desarrollo VITFF en St. Croix el 18 de enero de 2024. Los atletas competían en las categorías U13, U17 y Open.