


BUSQUEDA DE LA MEDALLA OLIMPICA





Mi visión como extranjero, del
desarrollo del Deportista
Colombiano

A hiker with a backpack and trekking poles is seen from behind, walking on a rocky mountain trail. In the background, there are large, rugged mountains with significant snow cover under a clear blue sky. The foreground shows a stone wall on the left side of the path.

Mi objetivo al salir del Japón para
Colombia,
Desde el inicio hasta ahora es:

LA BUSQUEDA DE LA MEDALLA OLIMPICA

- Para Gimnastas Colombianos

Llevo más de 40 años en esta búsqueda,
no lo he logrado, pero sigo buscando esta
meta.

MI PRESENTACION JUNSUKE IWAI

Ex Gimnasta en Japón, Licenciado en Educación Física en Tokio y ahora entrenador contratado inicialmente por **COLDEPORTES NACIONAL** y actualmente por **INDEPORTES ANTIOQUIA (FEDELIAN)** Al servicio de **LA LIGA ANTIOQUEÑA DE GIMNASIA**



A male gymnast is shown in a dynamic pose on the rings. He is wearing a white tank top with red and blue accents and white shorts. He is holding onto the rings with both hands, and his body is suspended in the air. The background is a blurred outdoor setting, likely a stadium.

HOJA DEPORTIVA
Jorge Hugo Giraldo
Gimnasta Colombiano

1988

Inicio su práctica a los 8 años

1992

Panamericano infantil Sao Paulo Brasil

1 Medalla de oro paralelas

1993 Suramericano infantil

2 Medallas de oro, 1 Plata, 1 Bronce

1993

Suramericano infantil

2 Medallas de oro, 1 Plata, 1 Bronce

A male gymnast is shown in a dynamic pose on the parallel bars. He is wearing a white singlet with blue and red accents and white gloves. His arms are extended horizontally, gripping the rings. The background is a blurred outdoor setting, likely a stadium.

Desde 1995 empieza a entrenar conmigo

1996

Panamericano Juvenil Guatemala

1 Medalla de oro paralelas

1997

Panamericanos mayores

3 Medallas de oro.

Su primer CAMPEONATO MUNDIAL

Suiza

1998

Campeón suramericano Ecuador

A male gymnast is shown in a dynamic pose on a horizontal bar. He is wearing a white tank top with a red and blue design and white shorts. His arms are extended, holding onto the rings of the bar. The background is a blurred outdoor setting with blue and white elements.

1999

Juegos Panamericanos

1 Plata, 1 Bronce

CAMPEONATO MUNDIAL

Quedo de suplente para Juegos Olímpicos
Sydney 2000

Desde entonces inicio el proceso Olímpico

2003

Juegos Panamericanos Sto Domingo

1 Bronce



2004
JUEGOS OLIMPICOS
ATENAS

2006
Campeón suramericano Argentina

2007
Juegos Pan-americanos Rio de
Janeiro
1 Plata

A male gymnast is shown in a dynamic pose on the parallel bars. He is wearing a white tank top with blue and red accents and white gloves. The background is a blurred outdoor setting with blue and white structures.

2008
JUEGOS OLIMPICOS BEIJING

2009

Mundial Londres

9 Paralelas, 13 General individual

2010

Juegos Suramericanos

3 Medallas de Oro, 1 Plata

2010

Juegos Centroamericanos

4 Medallas de oro, 1 bronce

Aspira a participar por tercera vez en Juegos Olímpicos y persiste en conseguir medalla en ellos

COMO SE PUEDE LOGRAR:

**CON ESFUERZO, PERSEVERANCIA,
SACRIFICIO, Y RENUNCIAS.**





EL PROPOSITO AL VENIR A COLOMBIA:

Preparar Equipo de Gimnasia Colombiana
para

JUEGOS PANAMERICANOS Cali 1971

QUE ENCONTRE:

- No había instalaciones, entrenamos en una zona verde de la Universidad Nacional de Bogotá.
- No tenían aparatos.
- Gimnastas, la mayoría adultos que hacían ejercicios de bajo nivel técnico, no tenían buena fundamentación.
- Una condición para empezar de parte de deportistas y directivos: Que como entrenador me debía adaptar a las **COSTUMBRES COLOMBIANAS**.

APLICACIÓN DE MI CONOCIMIENTO

Empecé a aplicar mis conocimientos a partir de mi experiencia personal, mas no como una técnica teóricamente definida.

Por ser un deporte con influencia artística Estaba seguro de que el plan que tenia era el mejor para

MEJORAR EL NIVEL TECNICO DE GIMNASTAS EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE

Lo empecé a aplicar y no progresaba, siempre encontraba obstáculos.

Por lo cual tuve que cambiar el plan, mi plan inicial no servia.

QUE CAMBIE

Deje de comparar a Japón con
Colombia.

Tuve que pensar en español y no en
japonés.

QUE ACEPTE

A que lleguen tarde.

A jugar durante el entrenamiento.

A las distracciones

Con estas condiciones su aprendizaje sería
más lento.

QUE PEDI

Para poder trabajar con Base al programa que traía de Japón.

Intensidad de entrenamiento: 4 horas diarias

Al pasar el tiempo, querían más intensidad.

Ósea que hubo

CAMBIO DE ACTITUD

Desde este momento empezó a cambiar la historia

An aerial photograph of a mountain range with a valley. The mountains are rugged and rocky, with some snow or light-colored patches. The valley is a mix of green and brown, suggesting vegetation and possibly a river or road. The sky is a clear, pale blue.

En 1974 hubo cambio de
**POLITICA DEPORTIVA EN
COLOMBIA**

Los entrenadores eran contratados
por
COLDEPORTES NACIONAL
y serian pagados por
**COLDEPORTES
DEPARTAMENTAL**

NUEVO ENFOQUE DE TRABAJO

Mi nueva meta fue:

Lograr que los Gimnastas
alcanzaran Nivel técnico para
COMPETIR A NIVEL MUNDIAL

La respuesta:

IMPOSIBLE

Ni siquiera podemos competir en
JUEGOS BOLIVARIANOS

Mi consigna para los deportistas era:

NO PERDER MI HORIZONTE

LOGROS

Luego de 27 años por fin tenemos un Gimnasta
que participa en

JUEGOS OLIMPICOS

Y aun persistimos en la

BUSQUEDA DE UNA MEDALLA OLIMPICA

Luego de 40 años de trabajo veo cerca la
medalla

Si no es con un Gimnasta, será con otro

Hasta ahora veo logros en base a mi programa
inicial,

Aquel que quería lograr en menor tiempo.

INQUIETUDES

Cuando llegue de Japón, un periodista me pregunto

Profesor:

En cuanto tiempo nosotros podemos tener un Campeón Mundial?

Yo conteste:

Si llevamos al Gimnasta fuera de Colombia, más o menos en 10 a 15 años; pero si sigue entrenando aquí, será más o menos en 50 años.

Periodista: Por que Profesor?

Yo: Este deporte tiene que ver con la cultura del país, así que si no modifica, no llega.

Esto cambiaria en tres generaciones Abuelo, padre e hijo.

Seria un cambio en base a la EDUCACION.

EL CAMBIO

En Colombia ha sido coyuntural a partir del inicio del programa de apoyo a deportistas de **COLDEPORTES NACIONAL**

LOS 100 DE ORO

Ha sido el gran paso al desarrollo del deporte Colombiano hacia la

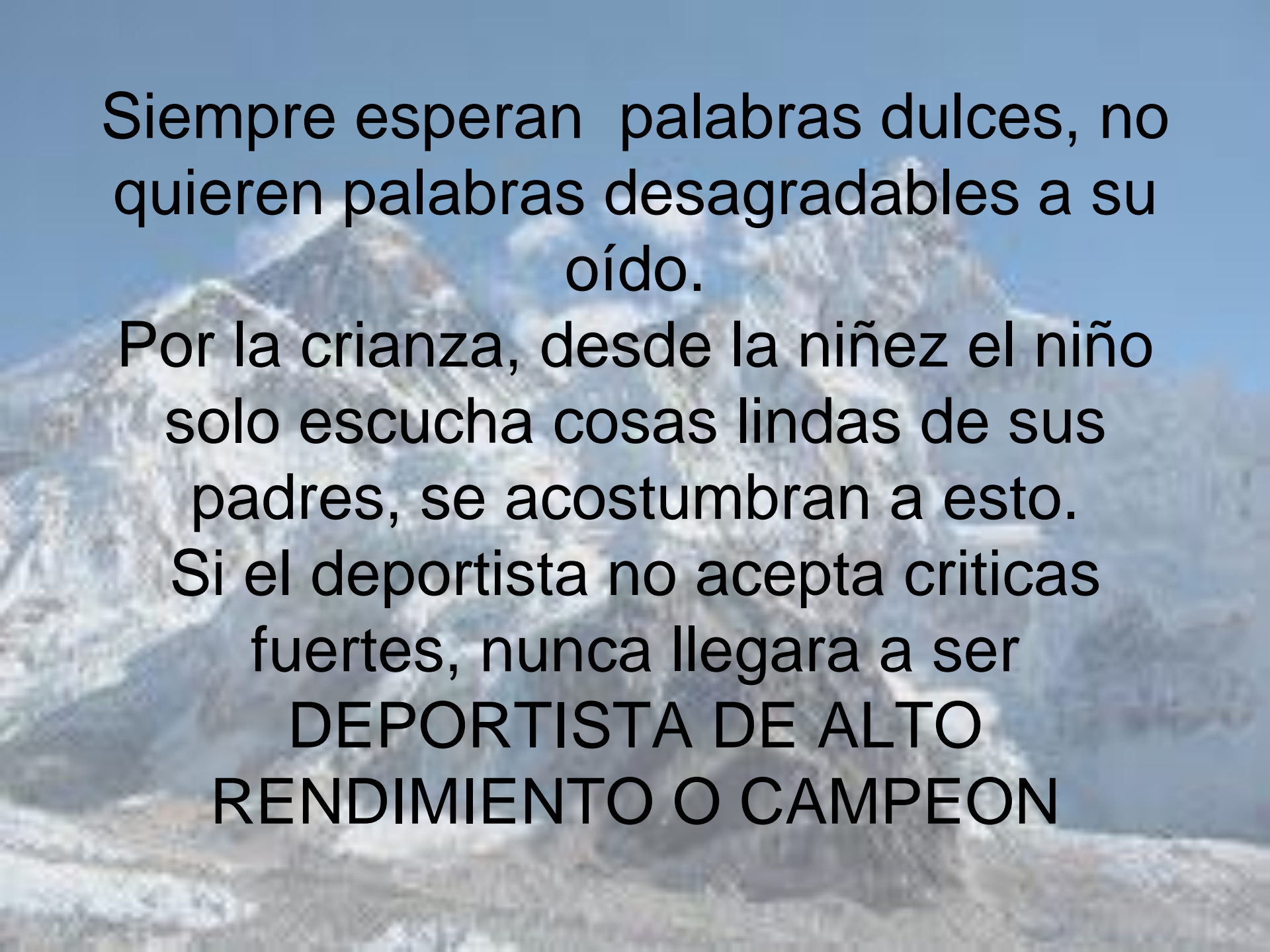
MEDALLA OLIMPICA

Con este sistema podemos soñar y por esta razón Deportistas y Entrenadores debemos ser

INSISTENTES EN UN OBJETIVO

CAMBIO CULTURAL Y EDUCACIONAL

**Los latinos tienen la tendencia
Si no logran rápido un objetivo
ABANDONAN**

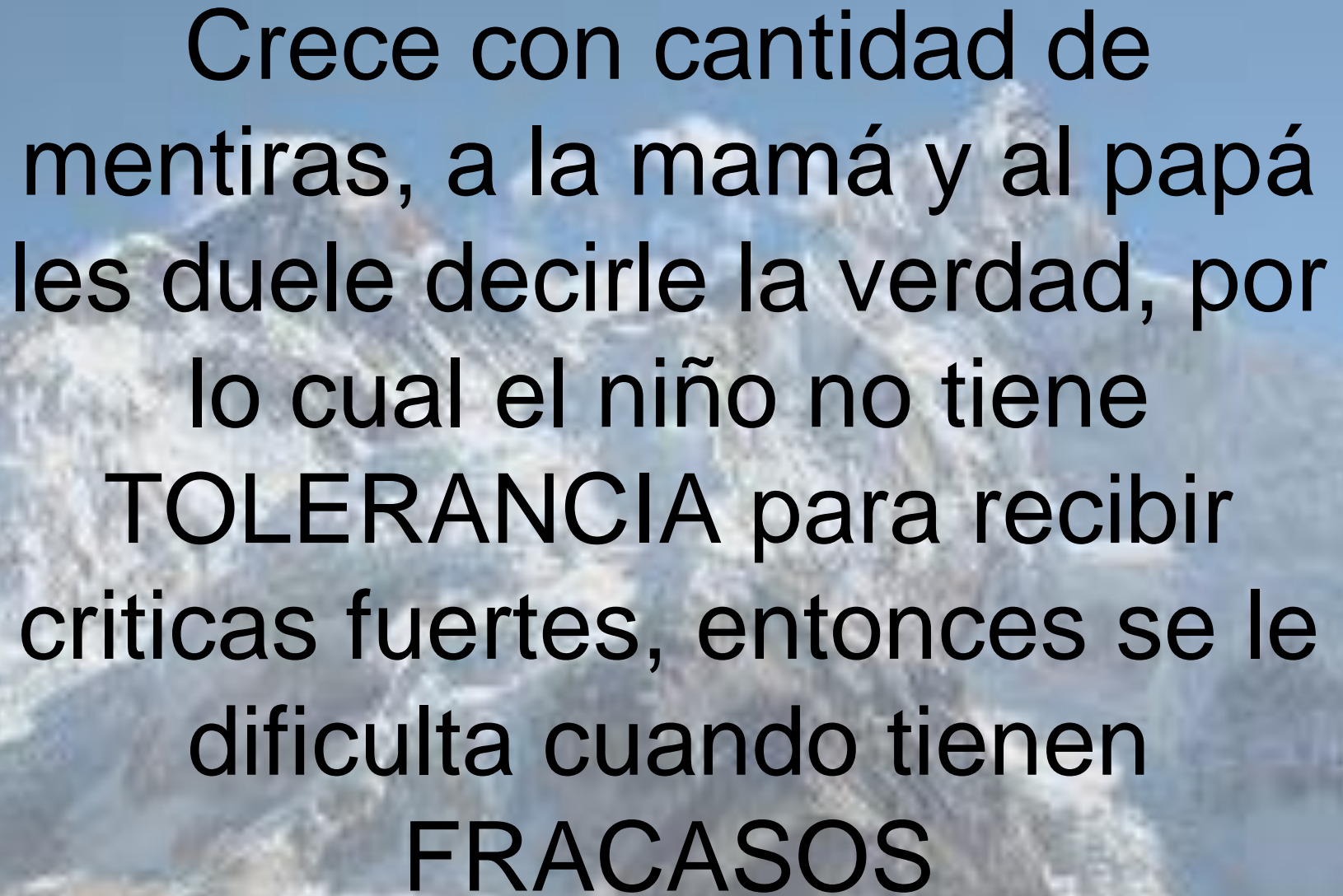


Siempre esperan palabras dulces, no quieren palabras desagradables a su oído.

Por la crianza, desde la niñez el niño solo escucha cosas lindas de sus padres, se acostumbran a esto.

Si el deportista no acepta críticas fuertes, nunca llegara a ser

DEPORTISTA DE ALTO RENDIMIENTO O CAMPEON



Crece con cantidad de mentiras, a la mamá y al papá les duele decirle la verdad, por lo cual el niño no tiene **TOLERANCIA** para recibir críticas fuertes, entonces se le dificulta cuando tienen **FRACASOS**

An aerial photograph of a mountain range with a river valley. The mountains are rugged and covered in green vegetation, with a river winding through the valley below. The sky is a clear, pale blue.

PARA ALCANZAR LOGROS

Hay que llegar hasta el fondo

para

TOCAR LOS LÍMITES DE

UNO

**Los golpes duros y los fracasos
son el alimento de la llegada al**

ALTO RENDIMIENTO

MI APRECIACIÓN DE LOS ENTRENADORES COLOMBIANOS



El entrenador Colombiano explica demasiado bien a su deportista, se pierde en esto.

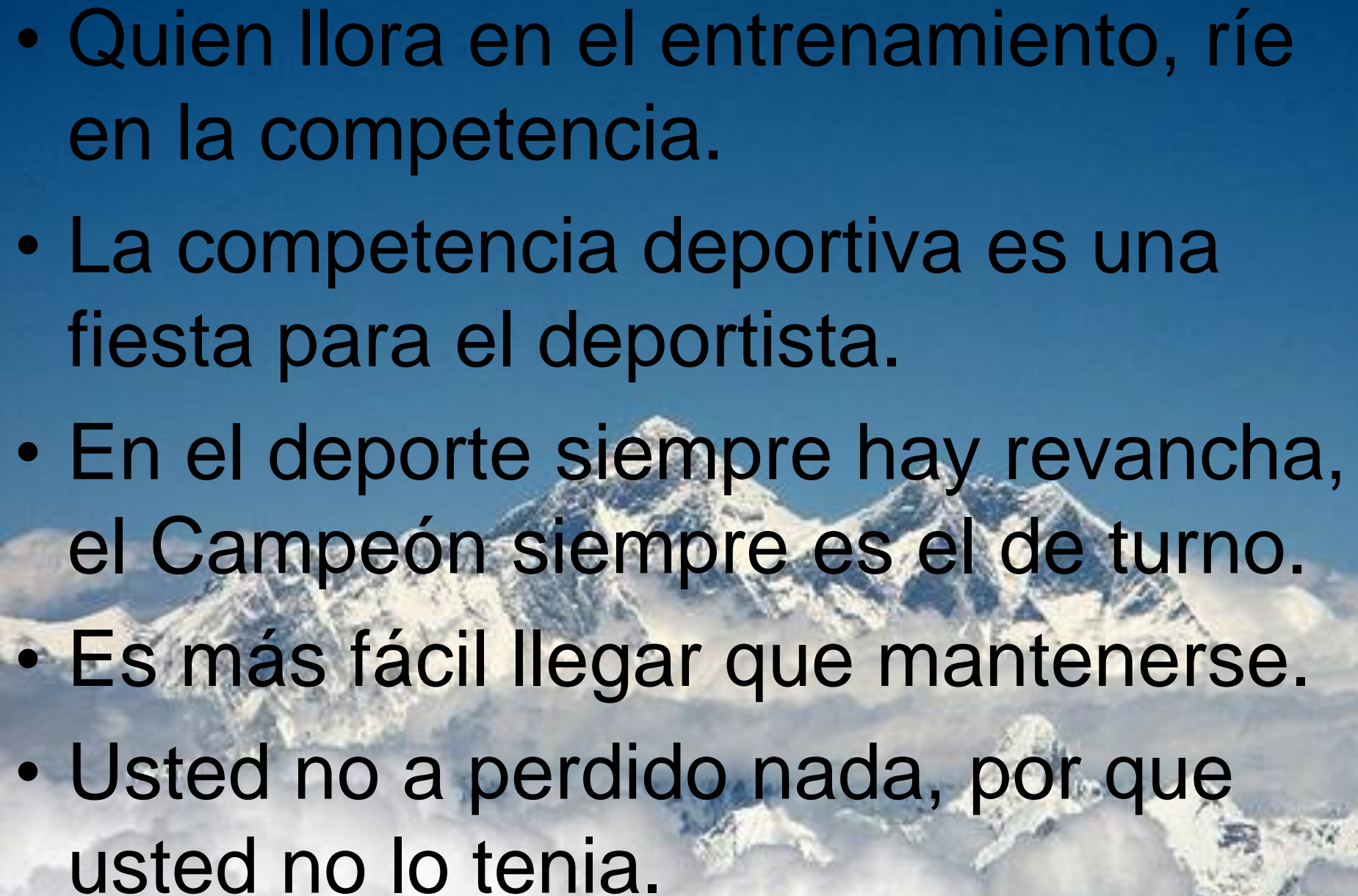
El Colombiano se pierde en el detalle, en vez de llegar al punto principal. Es una ventaja como entrenador extranjero, corto en palabras en español, solo me limito a decir lo importante, lo mas necesario y esto podría darle mas claridad al deportista



**LO NEGATIVO SE
CONVIERTE EN
POSITIVO**

FRASES QUE USO CON MIS GIMNASTAS

- Cuando quieres ascender, ningún santo ayuda, pero cuando vienes en descenso, todos los santos ayudan.
- Preocúpese por lo que puede hacer cada uno de ustedes.
- Piense en lo que puedes ver mas allá de lo que puedes ver.
- Camina rápido y tu mente funcionara mas rápido.
- Cada día trabaja hasta el límite, mañana ya no lo será.

- 
- Quien llora en el entrenamiento, ríe en la competencia.
 - La competencia deportiva es una fiesta para el deportista.
 - En el deporte siempre hay revancha, el Campeón siempre es el de turno.
 - Es más fácil llegar que mantenerse.
 - Usted no a perdido nada, por que usted no lo tenia.

GRACIAS











Beijing 2008



