

ASOCIACIÓN DE GOLF DE PANAMÁ

PROGRAMA DE ALTO RENDIMIENTO

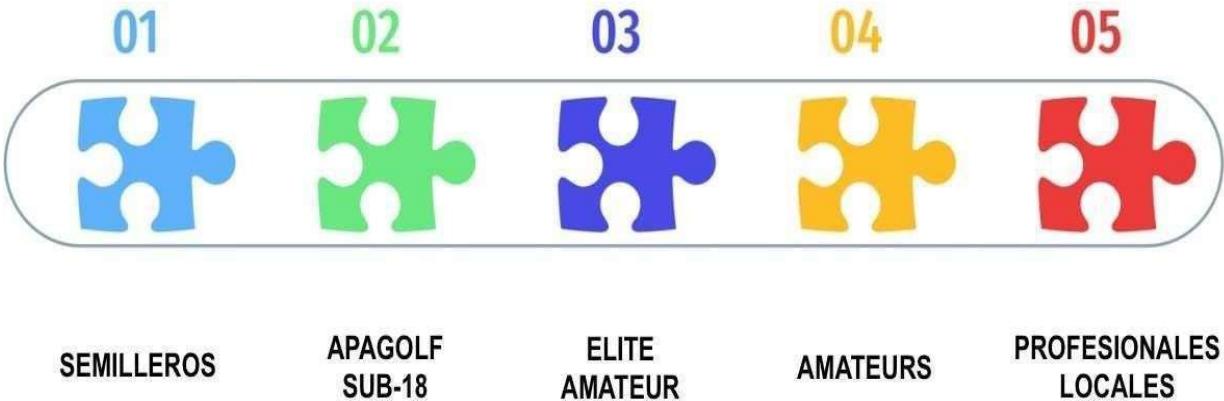
(PAR APAGOLF)

OBJETIVO

“Fomentar y Desarrollar al máximo nivel posible la práctica del golf en Panamá, con un programa integral para jugadores amateurs de nuestro país ejecutado sistemática y permanentemente con la participación de todos los actores”.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Promover el desarrollo de los jugadores amateurs de nuestro país, con el fin de brindarle las mejores oportunidades y recursos para lograr el completo desarrollo de su potencial, tanto dentro como fuera del campo de golf.
2. Fomentar el interés de los jóvenes en su incursión al golf.
3. Crear una estructura de *coaching* para los profesionales locales que se involucren en el PAR, facilitando las últimas herramientas de enseñanzas a los profesionales y maximizando sus capacidades de enseñanza.
4. Establecer programas de entrenamiento de alto rendimiento con contenidos teóricos y prácticos que funcione permanentemente y a largo plazo.
5. Elegir y preparar a las preselecciones y selecciones nacionales para que alcancen su máximo potencial.
6. Focalizar ciclos de entrenamiento de cara a competencias internacionales de los equipos nacionales.
7. Orientar sobre las distintas oportunidades de universidades para los miembros del PAR Sub 18.
8. Crear y consolidar un vínculo permanente entre los miembros del PAR y APAGOLF para establecer una cultura de cooperación mutua.
9. Orientar y capacitar a los distintos clubes afiliados para que creen y consoliden sus programas y/o escuelas de semilleros en todos los niveles.
10. Ejecutar talleres de capacitación para los golfistas de todos los niveles.



PAR SEMILLERO (Niños entre 5 y 12 años)

Incentivar la práctica de golf en infantes que se reclutarían principalmente de los hijos de nuestros afiliados y en colegios, a través de programas metodológicos para principiantes; apoyando los semilleros de los distintos clubes y organismos (Ejemplo: Semillero Kiwanis); y desarrollando y/o refrendando nuevas plataformas de competencia.

Actividades encaminadas al reclutamiento de nuevos jugadores y apoyo a torneos existentes

PAR JUNIOR (Jóvenes entre 13 y 18 años)

Potenciar al máximo nivel posible la calidad de los jugadores juniors provenientes de los semilleros para formar jugadores altamente competitivos a nivel local e internacional, creando las plataformas adecuadas para apoyar las distintas competencias existentes y/o refrendando o creando nuevas competencias (ejemplo: Isthmian Junior, nuevos ciclos de torneos).

PAR ELITE AMATEUR (Adultos +18 años)

Focalizar los ciclos de entrenamiento de cara a competencias internacionales de nuestros mejores jugadores amateurs, quienes participan y compiten activamente en el Ranking Nacional Amateur (APAGOLF TOUR), principal circuito amateur nacional.

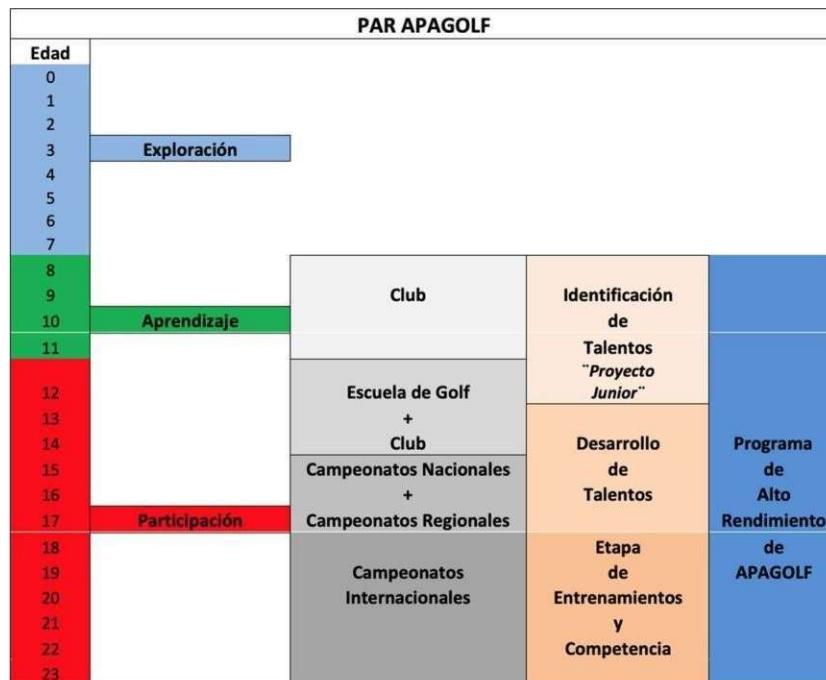
PAR AMATEUR (Mid-Am y Seniors)

Elevar la calidad del golf en los ámbitos MID-AM y Senior para mantener los niveles más altos posible de competencia en los distintos torneos locales, con lo cual se lograrían representaciones regionales de mayor calidad en tales segmentos de competencia.

PAR PROFESIONALES

Capacitar a los distintos profesionales de golf, facilitando la posibilidad de acceso a cursos o certificaciones a nivel internacional.

Consolidar la oferta de capacitadores del PAR, de los propios clubes e independientes. Capacitación permanente.





ETAPAS DEL PAR

El PAR tiene como filosofía crear contextos que continuamente ayuden al completo desarrollo del potencial de todos los afiliados de APAGOLF. Las primeras etapas de introducción e identificación de talentos son seguidas con competencias nacionales que forjan el carácter y la técnica de los jugadores (PAR SEMILLERO y SUB 18). En siguientes etapas, las competencias internacionales terminan de cerrar las curvas de aprendizaje y experiencia para afrontar con suficientes herramientas la decisión sobre su futuro competitivo (SUB 18 Y ELITE AMATEUR). Por último, el PAR aspira a involucrar golfistas en los ámbitos MID-AM y Senior para que participen activamente en los distintos torneos locales e internacionales en el máximo nivel competitivo posible.

BENEFICIOS DEL PAR SEMILLERO

- Talleres de capacitación para padres de familia: roles y responsabilidades.
- Clínicas de golf para los integrantes del PAR Semillero.
- Seminarios de Reglas.

CRITERIOS DE SELECCIÓN AL PAR SEMILLERO

- Todos aquellos golfistas juniors (entre 3 y 12 años) que participen de los torneos locales, sea Semillero Kiwanis, APAGOLF Sub 18 y US Kids.

BENEFICIOS DE PERTENECER AL PAR SUB 18 y ELITE AMATEUR

- Desarrollo de planes de entrenamiento integrales.
- Seguimiento a cargo del Coordinador Local e Internacional.
- Visitas y entrenamientos dentro del PAR.
- Asesoría en la preparación del calendario de competencias a nivel internacional.
- Precios especiales en las canchas integrantes del PAR, con la posibilidad de gratuidad bajo ciertas condiciones.
- Precios especiales en servicios de Psicología Deportiva, Nutrición y Entrenamientos físicos.

CRITERIOS DE SELECCIÓN AL PAR ELITE AMATEUR Y JUNIOR Y

PAR ELITE

Comité Seleccionador de Jugadores para el programa de alto rendimiento de APAGOLF (PAR), el mismo estará encargado de identificar talentos y seleccionar a quienes representarán al país. Bajo la guía y recomendaciones del Comité Olímpico de Panamá, este proceso busca elevar el nivel de entrenamiento y el desempeño internacional de nuestros jugadores. El objetivo es consolidar un equipo élite que destaque en el escenario de golf mundial, impulsando el desarrollo en el alto rendimiento de nuestros deportistas alcanzando nuevos niveles de excelencia para nuestro país.

Comité seleccionador:

Miguel Durán

Eduardo Arango

Jean Pierre De Roux

Guillermo Neira

Requisitos para pertenecer al programa de alto rendimiento PAR ÉLITE

- El jugador deberá llenar un formulario de aplicación con objetivos deportivos y plan de entrenamiento los primeros 15 días de enero
- El aplicante deberá estar en Ranking WAGR dentro de las siguientes posiciones:
 - # 2500 varones
 - # 3000 mujeres
- Deberá estar dentro del ranking nacional y promediar un score de 76.9 en el 2023 en al menos 5 torneos del APAGOLF Tour
- Para los jugadores que se encuentran fuera del país deberán promediar un score de 76.9 en torneos WAGR en al menos 5 torneos

Sistema de escogencia de jugadores para los torneos internacionales:

- El jugador deberá estar dentro de los primeros 1000 en el Ranking WAGR
- El jugador deberá estar dentro del Ranking nacional, con un score máximo de 76.9 en los últimos 6 meses, con una participación de al menos 6 torneos
- Los jugadores que se encuentran fuera del país deberán tener un score máximo promedio de 76.9 en torneos WAGR en los últimos 6 meses y haber jugado al menos 7 torneos

Compromiso del Jugador Seleccionado:

- Deberá estar comprometido con el rendimiento de su juego, con práctica constante y supervisada
- Deberá de la mano del coach seguir las indicaciones de su entrenamiento, desde llevar sus estadísticas hasta brindar grabaciones de su entrenamiento
- Deberá asistir a la preparación psicológica deportiva que se le indique a igual que la fisioterapia que se le proporcione a través de APAGOLF o el Comité Olímpico.

Igualmente, APAGOLF reserva el derecho al Comité Olímpico de recomendar y postular a cualquier otro jugador con potencial observado y que ellos consideren, de acuerdo con su desempeño y bajo un sistema cualitativo de evaluación, para que pueda pertenecer a este selecto grupo.

PAR JUNIOR:

Comité Seleccionador:

- David Arias
- Osvaldo Espino
- Jose Brenes
- Guillermo Neira
- Victor Varona

1) Promedio de scoring average en los eventos oficiales de APAGOLF en el último año; sea Sub-18 o Ranking Nacional Amateur; y eventos internacionales con calificación WAGR o de las siguientes organizaciones: US Kids (Regionals o Internationals), AJGA, y eventos previamente refrendados por el PAR.

- **Hasta los mejores 20 jugadores** Nacionales y/o Residentes con membresía anual paga del Junior Tour y **con un scoring average máximo de 81.0 para Niños (Inicialmente 86.9) y 84.0 para Niñas (Inicialmente 90.9)** ambos **entre 13 a 18 años** con actualización de selección de integrantes cada 6 meses.
- **Mínimo de 10 rondas** válidas.
- **Reportar en la aplicación GHIN** un mínimo del **70% de rondas con estadísticas jugadas en competencias** especificadas previamente.
- Cumplir con el **Código de Conducta** del programa.

El Comité de APAGOLF Junior se reserva el derecho de seleccionar jugadores por votación para que participen del programa que muestren potencial, pero aún no cumplen con el criterio de scoring average mínimo requerido. El criterio será por muestras de esfuerzo notadas por el Comité en cuanto a práctica y mejora significativa en su scoring average de las últimas 10 rondas que lo acerquen o lleguen al criterio definido en el primer punto.

2) WAGR para Sub-18, Caballeros y Damas:

Estar dentro de las siguientes posiciones del WAGR:

- 2,500 para caballeros
- Que forme parte del Ranking de Damas

Cualquier consulta, favor me dejan saber. Como también dejen me saber una vez hayan podido hacer la actualización en la página ya que luego comenzamos con los comunicados que tocan hacerse.

COSTO DEL PROGRAMA

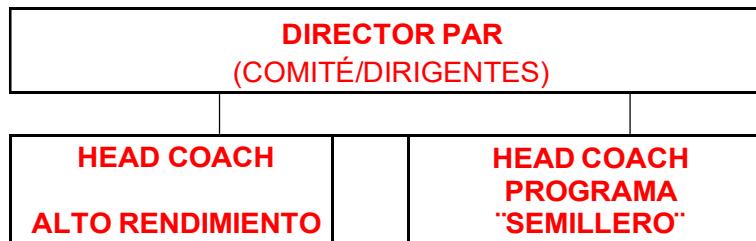
El costo del programa dependerá del contenido y alcance que tenga, del cual un porcentaje será subsidiado por APAGOLF.

REGIMEN OPERATIVO

ACTIVIDADES & RESPONSABILIDADES

I. ESTRUCTURA DE TRABAJO | COMISIÓN DE ALTO RENDIMIENTO.

- A. **NOMBRE Y SEDE:** PAR APAGOLF. Sede: Club de Golf de Panamá (CGP).
B. **ORGANIGRAMA.**



*Ambos Head Coaches deben cumplir con los criterios de capacitación del PAR

C. **COMITÉ DE SELECCIÓN (DIRIGENTES) - PLANTELES o SELECCIONES NACIONALES**

II. RESPONSABILIDADES DEL HEAD COACH | ACTIVIDADES

A. **ENCARGADO DEL CENTRO DE ENTRENAMIENTO:**

1. El Head Coach del programa PAR estará a cargo del Centro de Entrenamiento del PAR.
2. Los entrenamientos se desarrollarán con encuentros mensuales durante un día del tercer fin de semana de cada mes. Durante el 2021 y cada 3-4 meses el Programa recibirá la visita del consultor técnico del PAR. Estas jornadas de trabajo serán de fin de semana completo (3 días) tanto para los coaches como para los jugadores.

3. EL Head Coach PAR deberá cumplir con los criterios de capacitación del PAR, los cuales serán utilizados como metodología de trabajo para los entrenamientos de los planteles nacionales. El PAR contará con sistema integral de enseñanza que capacita a instructores y coaches para maximizar las capacidades técnicas, tácticas, físicas y mentales de sus alumnos, dentro de una estructura de trabajo que facilite las herramientas necesarias desde la institución que la promueve. El material constará de múltiples secciones que abarcan el coaching desde un *approach* holístico a conceptos teóricos, técnicos y *drills* prácticos para mejorar el nivel de golf de todos los alumnos.
4. El *Head Coach PAR* trabajará en conjunto con el profesor y/o equipo de trabajo de cada jugador de los Planteles Nacionales, siendo un aporte adicional y complementando el trabajo diario de cada miembro del programa.
5. El programa PAR trabajará inicialmente bajo el formato de CAMPUS de ENTRENAMIENTO. El detalle de las actividades se presenta más adelante en este documento.
6. EL Head Coach PAR hará reportes mensuales a la dirección del programa con el resultado y el análisis de las actividades realizadas en cada Campus

III. METODOLOGIA DE TRABAJO | ENTRENAMIENTOS | ESQUEMA

Los programas de entrenamiento del PAR serán personalizados acorde a las necesidades de cada miembro del programa y seguirán los lineamientos del esquema de trabajo propuesto:

A. CAMPUS DE ENTRENAMIENTO

Objetivos:

1. Evaluación inicial de las habilidades técnicas, tácticas, físicas y mentales de los jugadores.
2. Diagnóstico de las fortalezas y debilidades en las diferentes áreas de trabajo.
3. Chequeo periódico del rendimiento del jugador y la efectividad de sus planes de entrenamiento.

Actividades:

1. Evaluaciones Físicas:

- Trabajos aeróbicos
- Trabajos de coordinación
- Trabajos de equilibrio y balance
- Trabajos de fuerza y velocidad

2. Evaluaciones Psicológicas:

- Trabajos de concentración: Visualización y Rutinas de juego
- Trabajos de relajación
- Trabajos de atención

3. Evaluaciones Técnicas:

- Trackman (Tecnología HRGA)
- Boditrak (Tecnología HRGA)
- Capto Golf – Putting (Tecnología HRGA)
- Equipamiento – Fitting
- Sesiones de práctica: Full swing, Juego Corto y Putting.

4. Evaluaciones Tácticas:

- Trabajos de cancha
- Trabajos de estrategia – Course Management
- Preparación de libros de cancha – Yardage Book
- Sesiones de reglas

5. Charlas Complementarias

- Charla con los padres
- Cómo practicar de manera efectiva y eficiente
- Como competir - Rutinas de juego – rutinas de tiro
- Nutrición
- Control de las emociones

B. DESARROLLO DE PLANES DE ENTRENAMIENTO PERSONALIZADOS

Objetivos:

1. Utilizar los resultados obtenidos en los campus para optimizar los tiempos de entrenamiento
2. Desarrollar planes acordes a las necesidades del jugador y los recursos disponibles
 - Planes de Entrenamiento personalizados basados en la necesidades del jugador y consensuados con su profesor y/o equipo de trabajo.

C. SEGUIMIENTO

Objetivos:

1. Fortalecer los trabajos realizados durante los campus
2. Fomentar el trabajo diario de los jugadores para mejorar sus rendimientos

A cada atleta del programa de Alto Rendimiento le es asignado un **TUTOR** del Staff del Programa AR.

TUTOR: Persona responsable del cumplimiento de los planes de entrenamiento establecidos durante los Campus. El tutor **NO** es el coach particular del jugador sino la persona responsable de informar si el plan de entrenamiento integral es respetado en su totalidad. Todos los coaches y staff del Programa de AR son el equipo de trabajo de todos los jugadores miembros.

Programa de Seguimiento:

- Comunicación semanal.
- Informes sobre el cumplimiento de los planes de entrenamiento.

D. SISTEMA DE ESTADÍSTICAS

Todos los miembros del programa serán evaluados a partir de un sistema de estadísticas basado en todas las vueltas competitivas que se jugarán durante el año.

Las estadísticas son de vital importancia para el desarrollo de los planes de entrenamiento, y funcionan como parámetro durante el proceso de desarrollo de cada uno de los miembros del programa. Las estadísticas son herramientas indispensables en el entrenamiento de un jugador de alto rendimiento.

Entre sus ventajas se destacan:

- Diagnosticar los puntos fuertes y débiles de cada jugador, para el desarrollo de un plan de entrenamiento que maximice el tiempo invertido en cada área.
- Monitorear en progreso en las áreas en las que trabaja diariamente.
- Establecer parámetros de comparación con jugadores de elite.
- Establecer metas en relación a números objetivos.



E. COORDINACION DE PRÁCTICAS CON LOS COACHES PARTICULARES DE CADA JUGADOR MIEMBRO

- Los equipos de trabajo de cada jugador tienen acceso total a las instalaciones del Centro de entrenamiento PAR
- Cada jugador se encarga de los costos de sus entrenadores (excepciones de ayudas económicas se pueden contemplar a través de presentaciones a la comisión APA Golf)



F. CODIGO DE CONDUCTA:

El programa PAR Junior es una plataforma que brinda APAGOLF y no tiene costo para sus participantes. Por el cual, la participación de sus integrantes es voluntaria, sin embargo, **el cumplimiento de los requisitos establecidos** junto con un **comportamiento apropiado** en todo momento según establecido en nuestro **código de conducta tanto dentro y fuera del programa, como también en nuestros torneos**, es imprescindible para poder formar parte de ellos.

INTEGRANTES DEL PROGRAMA:

- Actuar con integridad siguiendo las reglas del juego durante competencias.
- Respetar a los compañeros, coaches, miembros del comité, invitados especiales y expositores del programa.
- Seguir las instrucciones de los coaches e integrantes del comité del programa en

todo momento.

- Poner atención y hacer silencio mientras los expositores, coaches o invitados especiales exponen los temas en las sesiones teóricas.
- Participar de manera apropiada en las sesiones teóricas cuando le sea otorgada la palabra.
- Esforzarse al máximo en las sesiones técnicas y prácticas.
- Cuidar y respetar las instalaciones donde se lleve a cabo las sesiones del programa.
- Evitar el uso de palabras obscenas en todo momento.
- No faltar el respeto ni menospreciar a otras personas en todo momento.
- Respetar los horarios acordados.
- No llevar ni consumir alcohol o sustancias ilegales.
- No agredir verbal o físicamente.

PADRES, COACHES Y COMITÉ DEL PROGRAMA:

- Apoyar y animar a los integrantes del programa de manera positiva
- Abstenerse de realizar comentarios ofensivos
- Fomentar en los integrantes valores como el respeto, integridad, tolerancia y la empatía
- Participar de manera activa y positiva promoviendo en los integrantes del programa, el cumplimiento en todo momento con los criterios de selección y requisitos establecidos por el programa.

En caso de incumplimiento con este código de conducta establecido, **APAGOLF** por medio del **comité del programa** tendrá la última palabra para decidir sanciones de llamado de atención, suspensión por tiempo definido o indefinido dependiendo de la severidad de la falta.