

FEDERACIÓN MEXICANA DE TRIATLÓN
Boletín de Medios
DP-009-08

¿Quién es Javier Mon?

México, D.F., a 1º de marzo de 2008.

El español Javier Mon Fernández se ha incorporado como Asesor Técnico de la Federación Mexicana de Triatlón, encabezando un ambicioso proyecto de capacitación, captación y desarrollo de talentos e investigación y desarrollo.

Conoce todos los pormenores en la siguiente entrevista exclusiva:



FMTRI: ¿Quién es Javier Mon, cómo ingresa al triatlón y cómo llega a México?

JMF: Soy Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte desde el 2001, aunque previamente ya había estudiado la Diplomatura con Especialidad en Educación Física –entre 1994 y 1997–, años en los que ya completaba mi formación con cursos federativos de monitor de fútbol, de balonmano, de masaje, etcétera.

Una vez finalizada la licenciatura decidí continuar mi formación aunque ya compaginándola con el trabajo de entrenador, con la realización de estudios de investigación relacionados con el rendimiento deportivo en triatlón, natación, ciclismo y carrera a pie, además de participar en investigaciones de control motor con pacientes de Parkinson y con estudiantes de Ciencias del Deporte y la Actividad Física y el Deporte, y con la impartición de cursos de entrenadores de natación, y de triatlón.

Entre el 2002 y 2004 tomé los cursos de Doctorado en la Universidad de A Coruña y cursé el Master Universitario en Alto Rendimiento Deportivo en el Comité Olímpico Español y la Universidad Autónoma de Madrid.

Actualmente, después de casi 4 años de desarrollo de mi tesis doctoral en triatlón –que trata sobre los efectos del segmento ciclista en la carrera a pie–, estoy a unos meses de obtener el título de Doctor en Ciencias del Deporte y la Actividad Física por la Universidad de A Coruña.

También en los últimos 2 años estuve impartiendo cursos a nivel internacional en otros países, además de los que ya se conocen en México de la nueva estructura del SICCED.

Por todo lo anterior se nota que desde pequeño siempre quise dedicarme al deporte, y más que a la práctica personal en alto rendimiento, a transmitir y enseñar tanto a jóvenes como a adultos sea en el nivel que sea, para lo que he necesitado de muchos años de estudio y experiencia personal con mis deportistas.

Mi ingreso en el triatlón fue por una invitación para colaborar en una prueba como organizador, en la que participaba Ivan Raña que ya con 16 años les ganaba a todos los mayores, y ese día, sólo con ver esa prueba pues me enganchó y como estaba compaginando mis estudios con un trabajo de monitor en un centro deportivo ya decidí crear un club de triatlón –a la edad de 19 años–, y así arrancó todo.

Mi llegada a México se debe a dos factores:

En primer lugar a una solicitud por parte de Edgar Rodríguez a la Federación Española para que enviasen a un técnico con formación científica y con experiencia tanto en el apartado de rendimiento deportivo como en el de formación de profesorado y entrenadores para abandonar de una vez el empirismo que se da en el entrenamiento mexicano, impartiendo clases en los niveles de formación, especialización y alto

rendimiento. Así llegué por primera vez en el 2006, al primer Congreso de Triatlón que se organizó en este país.

Y en segundo lugar, ya como respuesta a la oferta que me hizo la Federación Mexicana de Triatlón tras los cursos del SICCED del año 2007, ya que tenía una oferta también de otro país de Latinoamérica, pero el proyecto que se elaboró aquí y las posibilidades de continuar desarrollando mi formación no eran comparables, por lo que la decisión estaba clara.

Un aspecto que también me ayudó a decidirlo fue el del buen recibimiento que me hicieron tanto los miembros de la Federación Mexicana, que tenían que ser mis compañeros de trabajo como el colectivo de entrenadores que asistieron a los cursos que realmente me hicieron sentir la gran posibilidad de que aquí se pueden conseguir cosas importantes.

FMTRI: ¿Cuál es el diagnóstico que hace Javier Mon del triatlón mexicano?

JMF: El diagnóstico es claro: el potencial es muy, muy grande, pero hay que buscar a más talentos –adicionales a los que ya hay–, y además hay que desarrollarlos junto con los pocos que ya se sabe que pueden llegar arriba, me refiero a Campeonatos del Mundo y Juegos Olímpicos, pero para ello son fundamentales varios aspectos que he contemplado en el proyecto completo.

Además, el triatlón mexicano brilla por su alto número de participación en eventos internacionales, pero los resultados no son acordes con esta alta participación. Ése será un aspecto clave a trabajar, es posible que ese dinero que se ahorre se canalice hacia el desarrollo de otras áreas que en un futuro influirán en el incremento del nivel de resultados.

FMTRI: En la opinión de Javier Mon, ¿a qué se debe que el triatlón mexicano tenga desde hace varios años un sitio de honor a nivel internacional en materia de sedes, directivos, organizadores, comunicadores y oficiales técnicos, pero no de triatletas elite?

JMF: La percepción de que, en general, el deporte Mexicano en los últimos ciclos Olímpicos, excepto en casos particulares, no ha brillado conforme al potencial que México tiene con sus jóvenes e ilusionados deportistas, es algo que no escapa a los ojos de cualquier especialista en el rendimiento deportivo, no sucediendo lo mismo en los demás apartados que mencionas; las causas las desconozco pero con el poco tiempo que llevo aquí, estoy convencido que realizando un buen trabajo en equipo y con objetivos concretos y claros en cada una de las áreas de la Federación Mexicana, con los recursos humanos que actualmente tiene la FMTRI, seguro se va a encauzar esta situación de bajo rendimiento general hacia un nivel igual o superior al resto de potencias mundiales dado el potencial existente.

Es posible que una de las causas sea la siguiente: que los entrenadores extranjeros que se han contratado en México no han dejado legado de formación para los entrenadores mexicanos; por lo que los que toman la responsabilidad ahora son esos atletas entrenados por extranjeros pero que lo único que pueden hacer es repetir sus planes personalizados de entrenamiento con sus jóvenes alumnos como si fuesen ellos mismos entrenando hace años. Esto repercute en que, en general, se observa un rendimiento prematuro y sobresaliente en la población de deportistas mexicanos en edades tempranas pero el cual se ve frenado en el paso de la etapa de formación a la de transición y de alto rendimiento deportivo por esa falta de formación científica de los nuevos entrenadores, que repito, se dedican a copiar sus planes o los de otros adultos que sobresalen.

FMTRI: ¿Cómo piensa Javier Mon que se pueda revertir esta situación? ¿De qué plazo estamos hablando?

JMF: A diferencia de lo que acabo de comentar, la FMTRI como responsable del propio triatlón, ha innovado en este aspecto contratando a un docente con experiencia, no sólo en el campo del entrenamiento, sino en el campo de la formación de nuevos entrenadores y de investigación. Así existirá un legado que de la otra forma no se da, por lo que creo que la solución está clara: hay que trabajar desde la raíz para que se de el fruto, y sólo es cuestión de esperar a que crezcan los jóvenes talentos, y sus entrenadores bien formados los puedan llevar a lo más alto independientemente del sitio del país en el que se encuentren, podemos hablar de un plazo de tres a seis años aproximadamente.

FMTRI: En la experiencia ibérica de Javier Mon, ¿qué necesita un triatleta mexicano para convertirse en un Javier Gómez o una Vanessa Fernández?

JMF: Claramente, no necesita mejorar su herencia genética porque la raza es muy similar, simplemente se necesita disciplina, base científica y planificación a largo plazo para obtener el máximo rendimiento en edad adulta, todo esto acompañado de un entrenamiento óptimo y algo diferente a lo que se puede ver en el día a día aquí: me refiero a horas de sueño, calidad del sueño con oscuridad, alimentación con bajo contenido en grasas, etcétera.

FMTRI: En concreto, ¿cuál es el proyecto de Javier Mon en México, los objetivos y las estrategias? Particularmente, ¿cómo y cuándo se van a medir sus resultados?

JMF: La tabla siguiente (muestra un documento que a continuación se inserta) enumera los diferentes objetivos a corto, medio y largo plazo en cada una de las áreas. En la web de la FMTRI se puede observar como ya hemos iniciado con este proceso (se sugiere consultar el vínculo: <http://www.triatlonmexico.com/pncdt/Default.aspx>).

Para medir los resultados, en un principio, para el 2008 hemos establecido varios objetivos cuantificables en cada una de las áreas de la FMTRI que al acabar el año se van a comprobar, y así haremos todos los años para cumplir este gran proyecto.

	METAS		
	CORTO PLAZO (2008):	MEDIANO PLAZO (J.P. GUADALAJARA 2011 Y LONDON 2012):	LARGO PLAZO (J.O. 2016):
SELECCIONES NACIONALES	<ul style="list-style-type: none"> Convocatorias internacionales Concentraciones nacionales Concentraciones internacionales 	<ul style="list-style-type: none"> Convocatorias internacionales Concentraciones nacionales Concentraciones internacionales Estrategia y clasificación Olímpica. 	<ul style="list-style-type: none"> Convocatorias internacionales Concentraciones nacionales Concentraciones internacionales Estrategia y clasificación Olímpica.
OLIMPIADA NACIONAL Y TALENTOS DEPORTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> Toma de datos Acuatlón Detección de talentos Desarrollo de talentos 	<ul style="list-style-type: none"> Toma de datos Acuatlón Detección de talentos Desarrollo de talentos 	<ul style="list-style-type: none"> Toma de datos Acuatlón (sin afiliación) Detección de talentos Desarrollo de talentos
CAPACITACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> Escuela de triatlón Formación de entrenadores Formación y actualización de Jueces. Conferencias Mesas redondas Jornadas técnicas 	<ul style="list-style-type: none"> Formación y actualización de entrenadores Formación y actualización de Jueces. Conferencias Mesas redondas Jornadas técnicas 	<ul style="list-style-type: none"> Formación y actualización de entrenadores Formación y actualización de Jueces. Conferencias Mesas redondas Jornadas técnicas
ESTADISTICA Y CONTROL	<ul style="list-style-type: none"> Estadística de todas las áreas 	<ul style="list-style-type: none"> Estadística de todas las áreas 	<ul style="list-style-type: none"> Estadística de todas las áreas
CIENCIA Y DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> Elaboración del proyecto Elaboración del proyecto de revista de investigación 	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo y aplicación de la ciencia desde la base al Alto Rendimiento. Desarrollo del proyecto de la revista de investigación. Colaboración en el desarrollo de hardware y software para la evaluación y el control del rendimiento de triatletas y aplicación al entrenamiento. 	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo y aplicación del proyecto

FMTRI: Finalmente, ¿tiene Javier Mon en mente algún otro aspecto del que nos quisiera compartir?

JMF: Creo que el triatlón debería entrar en la Universiada de nuevo, ya que el entorno de la universidad en México es un marco muy bueno tanto para la práctica de este deporte como para la docencia del mismo en el área del rendimiento.

Supongo que conforme vayan pasando los meses y los años surgirán nuevos proyectos relacionados con el triatlón y su desarrollo en todas las áreas de la sociedad, tales como salud, educación, ocio y tiempo libre, etcétera, que sin duda aprovecharemos para difundir y hacer crecer este atractivo y sacrificado deporte, y con ello que sea accesible a toda la sociedad y no sólo a unos elegidos. De esta forma y de manera indirecta seguro aparecerán nuevos y mejores talentos que nos podrán brindar muchas alegrías en las grandes competiciones internacionales.

FMTRI: Muchas gracias por tu tiempo Javier, nuestro deporte te desea el mejor de los éxitos.

JMF: Al contrario, gracias por darme a conocer tanto a mi, como a nuestro gran proyecto.

José Manuel Vega Báez
Director de Prensa
Federación Mexicana de Triatlón
prensa@triatlon.com.mx

En caso de que este mensaje te esté llegando por error y no quieras recibir más información de nuestra parte, te pedimos que nos lo hagas saber contestando con el asunto **ELIMINAR**, a fin de que demos de baja tu dirección electrónica ([%0](#)) de nuestra base de datos.
