

UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍSICA

EL FLAG FOOTBALL FEMENINO EN PANAMÁ.

Trabajo de Graduación para optar por el título  
de Licenciada en Humanidades con  
especialización en Educación Física.

Por:

Patiño, Lizbeth

Cédula N<sup>a</sup>8-827-2079

Rodríguez, Arleen.

Cédula N<sup>a</sup>8-827-2079

2020

## DEDICATORIAS

Dedico mi trabajo de graduación de manera especial a mi madre Yolanda, ya que ha sido el principal cimiento para la construcción de mi vida profesional, sentó en mí las bases de responsabilidad y deseo de superación. En ella tengo el espejo en el cual me quiero reflejar, pues sus virtudes infinitas y su gran corazón me llevan a admirarla cada día más.

Gracias Dios por darme a la mejor de las madres.

- Lizbeth Patiño.

Dedico esta tesis a mi familia que siempre me apoyaron incondicionalmente en la parte moral y económica para poder llegar a ser una profesional.

- Arleen Rodríguez Wood.

## AGRADECIMIENTOS

La vida se encuentra plagada de retos, y uno de ellos es la universidad tras verme detrás de ella, me he dado cuenta de que más allá de ser un reto, es una base no solo para mi entendimiento del campo en el que me he visto inmersa, sino para lo que concierne a la vida y mi futuro.

Les agradezco a mis padres por sus esfuerzos, para que finalmente pudiera graduarme y ser una profesional.

- Lizbeth Patiño.

Doy gracias a Dios todopoderoso, porque bajo sus bendiciones me ha otorgado una familia maravillosa, quienes han creído en mí siempre, dándome ejemplo de superación, humildad y sacrificio y en especial a mi bella madre Odilka Wood, quien en medio de toda situación ha logrado ser digno ejemplo a seguir para sus hijos y nietos.

- Arleen Rodríguez Wood.

## - ÍNDICE

Contenido	Pág.
Índice	1
Introducción	4
<b>CAPÍTULO I</b>	
1. Aspectos Generales	
1.1. Planteamiento del Problema	7
1.2. Antecedentes	8
1.3. Justificación	9
1.4. Objetivos	
1.4.1. Objetivo General	10
1.4.2. Objetivos Específicos	10
1.5. Alcance y Limitaciones	
1.5.1. Alcance	10
1.5.2. Limitaciones	11
<b>CAPITULO II</b>	
2. Marco Teórico	12
2.1. El Flag Football	13
2.2. Origen del Flag Football	13
2.2.1. Primeras ligas	14
2.2.2. Equipos universitarios	15
2.2.3. Ligas modernas	15
2.3. Naturaleza del Juego	16
Tabla N°1 Diferencia en las Modalidades de Flag Football en Panamá	18
2.4. Panamá Refs	20
2.4.1. Origen	20
2.4.2. Participación de Panamá Refs a través de su desarrollo histórico	22
2.4.3. Creador de la asociación de árbitros de Panamá	22
2.5. Historia del Flag Football en Panamá	25
2.5.1. Primeras Ligas de Flag Football de Panamá	25
Tabla N°2 Campeonatos de la Liga de Flag Football	28
2.6. Ligas de Flag Football Femenino de mayor impacto en Panamá.	29
2.6.1. LIFFF	29
2.6.2. NFFL	30

2.6.3. IFAPO	31
2.6.4. LFFJ	32
2.6.5. AYF	33
2.6.6. KFL	34
2.6.7. SFFL	35
<b>CAPITULO III</b>	
3. Marco Histórico	37
3.1. Desarrollo del Flag Football Femenino en Panamá.	38
3.2. Participación de la selección femenil de Panamá en los campeonatos mundiales.	40
3.3. Panamá, sede del mundial de Flag Football 2018	40
Tabla N°3 Campeonatos del mundo de Flag Football.	42
3.4. Asociación de Football americano de Panamá	43
3.4.1. Objetivo del AFAP	43
3.4.2. Estructura de la federación de football americano de Panamá	43
3.4.2.1. Junta Directiva	43
3.4.2.2. Asamblea General	44
Tabla N°4 Miembros de la AFAP	44
3.5. Jugadoras panameñas sobresalientes	45
3.5.1. Daniella Zúñiga	45
3.5.2. Margarita Abraham	49
3.5.3. Karina Arenas	52
3.5.4. Fanny Castillo	54
3.5.5. Natalia Young	57
<b>CAPITULO IV</b>	
4. Marco Metodológico	58
4.1. Población y Muestra	
4.1.1. Población	59
4.1.2. Muestra	59
4.2. Metodología	60
4.3. Instrumentos	60
Conclusión	62
Recomendaciones	65
Referencia	66
Anexos	68

## INTRODUCCIÓN



El presente trabajo tiene como título el “Flag Football Femenino en Panamá”, el propósito del mismo es conocer más a fondo sobre su historia, reglas básicas, desarrollo del juego, modalidades, la incorporación y aceptación en nuestro país.

El aporte textual introducido en cada capítulo de este trabajo de graduación no sólo es importante para el conocimiento del Flag Football a nivel nacional, si no también permite destacar la participación de atletas panameñas que han tenido oportunidad de representar a nuestro país. Siendo la selección de Flag Football femenino de Panamá campeonas del mundial 2016 en Miami (Estados Unidos) y Subcampeonas del pasado mundial 2018 en Panamá.

En la elaboración de este trabajo se incorporaron diferentes fuentes como libros, internet, artículos de periódico y declaraciones por parte de personas involucradas directamente con este deporte. A través de esto se logró realizar un análisis a fondo del tema para su mejor entendimiento.

El trabajo está estructurado por capítulos y desglosados en diferentes temas que abarca los hechos que se vayan presentando.

Durante el periodo de investigación del trabajo se encontró con dificultades para desarrollar algunos puntos, aunque buscando con interés se pudo confrontar la situación.

CAPÍTULO I  
ASPECTOS GENERALES

## 1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El Flag Football, tuvo su inicio en los Estados Unidos de Norteamérica a finales de la década de los 30 e inicio de los 40 del siglo pasado, esta disciplina obtuvo grandes éxitos con la participación de las mujeres. Lo fácil que resulta la práctica de este deporte ha provocado que se extienda a varios países. Actualmente se juega en lugares como Brasil, Dinamarca, Alemania, Indonesia, Canadá, Corea del Sur, Guatemala, Panamá y muchos más.

Este estudio pretende divulgar la aceptación y desarrollo del Flag Football en Panamá. Considerando que este deporte brinda la posibilidad que todos puedan practicarlo, sin importar la condición social, edad o sexo, mejorando la habilidad de observación y análisis de quienes lo practican. En Panamá existen diferentes modalidades de Flag Football, permitiendo que sea cada vez mayor el número de personas que lo practican.

## 1.2. ANTECEDENTES

Según información recogida se plantea que el Flag Football, es una modalidad del fútbol americano, que se juega sin placajes. En vez de tirar al suelo al jugador contrario para detener una jugada (down) el equipo defensor debe retirar uno de los dos banderines (flag) o pañuelos que cuelgan a los lados de la cintura, de las jugadoras. Estas pueden ir con un cinturón.

En el Flag Football, como en todos los deportes, se necesita desarrollar las cualidades motoras básicas (coordinación, flexibilidad, velocidad, resistencia, fuerza, potencia, agilidad), así como los fundamentos técnicos específicos de la disciplina.

De no adquirirse una buena fundamentación, seguramente aparecerá un estancamiento en el aprendizaje del deporte.

En Panamá, el deporte es relativamente nuevo, pues lleva alrededor de 16 años practicándose. La falta de conocimientos acerca de este deporte, impide destacar la importancia que supone adquirir desde temprana edad el hábito y la costumbre de practicar esta actividad física.

Hace falta una estructura organizativa que regule la enseñanza de las habilidades básicas requeridas para el aprendizaje, por lo que no se tiene una capacitación ordenada, la cual deja en libertad a cada entrenador. Este nivel organizativo es tan incipiente que no se ha logrado la inclusión en las escuelas y formación de academias.

En nuestro país se desarrollan ligas juveniles (Sub-11, Sub-13, Sub-15 y Sub-17) y categorías mayores (Sub-21, Sub-23 y Mayor). Algunos equipos no desarrollan todas las categorías, obligando a muchas niñas a emigrar a otros equipos, para poder mantener un ritmo de juego. Esta situación afecta el valor de pertenencia al equipo que les permitió introducirse, y desarrollarse en esta disciplina.

### 1.3. JUSTIFICACIÓN

La elaboración de este trabajo enriquece el caudal de conocimientos sobre el Flag Football en Panamá. Igualmente, promueve una metodología de enseñanza adecuada para que más personas se interesen por conocer y practicar este deporte que se encuentra en crecimiento, más allá de que exista una rivalidad, se fomenta la sana competición entre equipos.

## 1.4. OBJETIVOS

### 1.4.1. Objetivo General

- Promover la divulgación del desarrollo del Flag Football Femenino en Panamá.

### 1.4.2. Objetivos Específicos

- Recopilar información sobre el desarrollo del Flag Football Femenino en Panamá.
- Realizar entrevistas a personas directamente involucradas con el Flag Football Femenino en Panamá.
- Elaborar un cuestionario dirigido a los directivos del Flag Football femenino en Panamá para conocer sobre su historia.
- Facilitar esta documentación a las escuelas para que tengan una información básica sobre el deporte.

## 1.5. ALCANCE Y LIMITACIONES

### 1.5.1. ALCANCE

- Este trabajo se dedica al desarrollo del Flag Football como disciplina deportiva en Panamá, desde el 2002 en su primera liga Universitaria.

- Esta es una investigación de tipo cualitativa, del paradigma positivista; descriptivo porque relatará los sucesos que se vayan presentando.

### 1.5.2. LIMITACIONES

- Falta de documentación acerca del Flag Football en Panamá.
- No contar con la facilidad de viajar a otros lugares del país para investigar.



CAPÍTULO II.  
MARCO TEÓRICO

## 2.1. EL FLAG FOOTBALL

Según Vanessa Cidoncha, & Erika Díaz, (2001), el Flag Football, también llamado Fútbol Pañuelo,

*“Es una variante del Fútbol Americano. Es un juego al que todo el mundo puede jugar. Se trata de correr, pasar y recibir; y se basa en la inteligencia y la estrategia, así como en la habilidad física. Este deporte se caracteriza por no proteger a los jugadores con los característicos cascos y corazas, ya que en este deporte no existen los bloqueos o placajes, solo la diversión, siendo necesario exclusivamente dos pañuelos a ambos lados de la cintura de cada jugador, un campo, un balón y tres árbitros”.*

## 2.2. ORIGEN DEL FLAG FOOTBALL

Según Beverly Bird

*...”el origen de este deporte data oficialmente de fútbol de bandera en 1933. No mucho tiempo después, por la década de 1940, era el último grito en las bases militares de Estados Unidos cuando los militares optaron por bandos y jugaron uno contra el otro. Dado que Estados Unidos no podría enviar soldados*

*maltratados por el Football al combate, luchar contra el portador de la pelota para que dejara la bandera fue reemplazado con la práctica segura de agarrar una bandera atada a su ropa. Cuando se tomaba la bandera, el jugador era detenido.” (Bird 2017)*

### 2.2.1. Primeras ligas

Cuando los hombres dejaron el ejército (1945), y se fueron a casa con sus familias, se llevaron con ellos el fútbol de bandera. El juego se extendió a las ciudades y los suburbios de Estados Unidos. Algunas ligas recreativas tomaron su lugar por la década de 1950. Una década más tarde, en 1960, la primera organización de fútbol americano, la Liga de Fútbol Nacional de Toque de Bandera, se formó en St. Louis. El NTFL (Northern Territory Football League) ajustó las reglas un poco para que un portador de la pelota fuera detenido por tocar a otro, eliminando las banderas unidas a la ropa de los jugadores. (Ibid)

### 2.2.2. Equipos universitarios

Por la década de 1970, el fútbol de bandera se había infiltrado en los campus universitarios y los equipos formados, con estudiantes en cada escuela jugaban unos contra los otros. La Universidad de Nueva Orleans fue sede del primer campeonato nacional colegial de fútbol de bandera en 1979. Dos años más tarde, en 1981, el deporte se abrió al permitir que las escuelas jugaran entre sí cuando tuvo lugar el Campeonato de Fútbol Inaugural de la Universidad Nacional en Shreveport, Louisiana.

### 2.2.3. Ligas modernas.

National Touching Flag League (NTFL) seguía siendo fuerte en 1988, cuando su director regional dejó la organización para formar la Liga de Fútbol de Bandera de Toque de Estados Unidos. En al 1989, la Liga Semi-profesional de Fútbol de Bandera de Toque Estados Unidos se formó en Carolina del Norte. Los equipos que querían ser "semi-profesionales" fueron autorizados para representar a sus ciudades, y los que fueran ganadores podrían cobrar premios en efectivo, aunque no fueran “realmente” pagados por jugar.

La Liga Americana de Fútbol de Bandera de Toque se formó en 1991. En 1997, todas las organizaciones se unieron y formaron la Liga Profesional de Fútbol de Bandera, Inc., y de fútbol americano. El primer Súper Tazón PFFL de Profesionales de Bandera tuvo lugar en 1997, y la primera temporada se inició con un programa de viaje en 1999, con seis equipos que representaron a Buffalo, Indianápolis, Cleveland, Toledo, Dayton y Columbus, Ohio.

### 2.3. NATURALEZA DEL JUEGO

El partido comienza tras el lanzamiento de una moneda por parte del árbitro principal. El equipo vencedor toma posesión del balón en la Línea de Scrimmage. Los equipos se sitúan frente a frente a cada lado de esta línea. El Center pasa el balón (Snap) bajo sus piernas al Quarterback (QB) para comenzar la jugada. El equipo que empieza dispone de cuatro jugadas para avanzar hasta la mitad del terreno de juego. Si lo consigue, dispone de otras cuatro oportunidades.

La mayoría de las jugadas son de pase, el Quarterback lanza el balón a un receptor, quien trata de atraparlo y correr con él hasta la zona de anotación.

Existen también jugadas de corridas donde el Quarterback le entrega el balón en mano a un compañero, quien corre con éste por el campo, hasta que sea detenido o haya logrado anotar. Si el equipo atacante no consigue anotar un Touchdown en el plazo fijado, el balón cambia de posesión.

En Panamá a diferencia de otros países se juega dos modalidades de Flag Football, las cuales son 5 contra 5 y 8 contra 8.

Tabla No. 1:

Diferencias entre las modalidades de Flag Football (Panamá Refs, Asociación de árbitros de Flag football y Football americano).

FLAG FOOTBALL 5 VS 5	FLAG FOOTBALL 8 VS 8
Los equipos deben estar formados por un máximo de 10 jugadores: cinco ofensivos y cinco defensivos.	En la cancha juegan máximo 16 jugadores. 8 ofensivos 8 defensivos.
El partido tiene una duración de 40 minutos (dos tiempos de 20 minutos cada una).	El partido tiene una duración de 50 minutos (dos tiempos de 25 minutos).
El quarterback no puede correr con el balón, sólo están permitidas entregas directas del balón (handoffs) detrás de la línea de scrimmage.	El Quarterback, puede correr con la bola cuando lo desee. (QB keeper). Además del handoff, se pueden hacer pases.
El quarterback tiene siete segundos para lanzar el balón. Si no realiza un pase en este tiempo, la jugada termina y su equipo pierde una oportunidad (Down).	El Quarterback, puede lanzar el balón en el tiempo que se le permita o hasta cuando ocurra una captura o pierda el balón.
El Rusher es el único jugador defensivo que puede atacar al quarterback, este debe estar debidamente identificado levantando la mano y debe estar a un mínimo de siete	Solo los 3 jugadores de la línea defensiva pueden atacar al quarterback, pasando la línea de scrimmage.

yardas de la línea de Scrimmage en el momento en que comienza la jugada.	
No es permitido, golpear, agarrar o bloquear al adversario.	Los bloqueos son permitidos siempre y cuando sean con las palmas de las manos abiertas y los brazos extendidos, sin impulso. Por la parte frontal del contrario entre la cintura y los hombros.
El campo de juego tiene una longitud de 60 yardas y un ancho de 30 yardas.	La longitud del campo de juego es de 100yds. el ancho del campo de juego 40 yd.
Solo se requiere de un jugador sobre la línea de scrimmage. Para una formación legal.	Se requiere de un mínimo de 5 jugadores en la línea de scrimmage al momento del snap.
Todos los jugadores utilizan banderas.	Los jugadores de la línea defensiva y ofensiva no usan banderas.



## 2.4. PANAMA REFS.

Asociación de árbitros de Flag Football y Football americano (tackle), que brinda sus servicios a las distintas ligas a nivel nacional.

### 2.4.1. Origen.

Panamá Refs, fue creado formalmente en el año 2002, previo a este año existía dentro de las bases militares norteamericanas una asociación de árbitros llamada PAFAOA (Panama Armed Forces Athletic Officials Association) la cual estaba conformada en su mayoría por militares norteamericanos y algunos ciudadanos panameños que se dedicaban a dirigir todos los partidos de las ligas internas de las bases militares en todos los deportes. Cuatro árbitros que actualmente forman parte de Panama Refs, pertenecían a esta asociación norteamericana entre ellos el Sr. Daniel Joseph quien ejerció varios cargos dentro de esa organización entre ellos: Comisionado de árbitros de voleibol (1996), Comisionado de árbitros de Flag Football (1997) y presidente de la asociación (1998-2000).

Con la salida de las bases militares debido a la implementación de los tratados Torrijos-Carter, surge la necesidad de contar con árbitros de football americano para las ligas que se mantenían jugando en el estadio de Balboa ya que muchos de los llamados zonians (ciudadanos norteamericanos nacidos en la antigua zona del canal) mantenía este programa activo ya con la incorporación de muchos jugadores panameños que habían sido integrados a los distintos equipos. (Joseph: Entrevista personal. 2018)

El Sr. Carl Anderson, ciudadano norteamericano y árbitro de PAFAOA, quien se mantuvo en Panamá posterior al año 2000 ya que laboraba para la antigua Comisión del Canal de Panamá, continuó de manera informal organizando y formando árbitros para esta liga.

Para el año 2002 el football americano había crecido y se formaban distintas ligas organizadas de Flag Football, es entonces cuando el Sr. Anderson decide no continuar a cargo de los árbitros y le pide al Sr. Daniel Joseph que se encargue de liderar el grupo. Rápidamente como todo buen administrador de negocios, el Sr. Joseph reestructura y le da formalidad a la asociación y crea Panamá Refs.

#### 2.4.2. Participación de Panamá Refs a través de su desenvolvimiento histórico.

A partir del año 2002 Panamá Refs se ha dedicado a formar árbitros, para brindar sus servicios, a todas las ligas dando charlas a entrenadores, jugadores y padres de familia, manteniéndose a la vanguardia de las reglas de este deporte.

En el año 2002 Panama Refs contaba con 9 miembros, hoy cuenta con 28 árbitros en sus filas. Panama Refs les brinda servicios a las principales ligas organizadas a nivel nacional, entre ellos:

##### **Ligas de Football americano (Tackle).**

- Kiwanis Football League (KFL)
- Panama Major Football League (PMFL)

##### **Ligas de Flag Football.**

- Kiwanis Football League (KFL)
- Liga de Flag Football Femenino (LIFFF)
- National Flag Football League (NFFL)
- Panamá Football League (PFL)

- Liga de Flag Football del Club Unión
- Liga de Flag Football Dell
- Liga de Flag Football Juvenil (LFFJ)
- Liga Infantil de verano
- Liga Macabeadas de la comunidad hebrea de Panamá
- Liga Master 35

Además de varios torneos en Panamá Oeste, Colón, Chitré, Santiago y Chiriquí.

#### 2.4.3. Creador de la Asociación de árbitros de Panamá.

Daniel Joseph, Ciudadano panameño que cuenta con 38 años, es el actual comisionado jefe de los árbitros de Panamá Refs.

Como Árbitro de Flag Football y Football americano se ha destacado a nivel nacional e internacional, en varios torneos en países como: Costa Rica, México y varias ciudades de los Estados Unidos (Daytona, Tampa, Orlando y Las Vegas).

*“La mayor satisfacción que he podido obtener a través de los años vinculados a este deporte ha sido sin duda poder ser testigo de su crecimiento tanto en calidad como cantidad de participantes al punto de llegar a ver hoy día a una selección nacional de Flag Football femenino coronarse campeonas en el mundial de Miami (2016) y sub campeonas en el pasado mundial en Panamá.” (Joseph 2018).*

## 2.5. HISTORIA DEL FLAG FOOTBALL EN PANAMÁ

Según Gustavo Guerrero:

*“El Flag Football, fue introducido en Panamá para los tiempos que los gringos aún administraban el canal, ellos jugaban el Flag Football como pasatiempo, al parecer esto no fue suficiente y deciden organizar una liga en el hoy conocido como Balboa Stadium. De ahí, los Zonians adoptaron el deporte como práctica regular y se fue propagando por la ciudad de Panamá.”* (Guerrero 2017).

### 2.5.1. Primera liga de Flag Football femenino en Panamá (extracto de la entrevista a Eric Espino)

La idea nació de jugadores pertenecientes a la liga mayor de Football Americano de Panamá, entre ellos, Carlos Cohen, Edgar Kinkead (q.e.p.d.), Gerardo Valderrama y Joseph Harrington. Con el apoyo de otros jugadores, la mayoría integrantes del equipo de football americano Los Frailes, se organizó la primera liga interna de Flag Football femenino en la USMA, en la cual

participaron los equipos: Outlawz, Ravens, Devils y Wildcats, este último era el único equipo invitado, el cual representaba a la Universidad de Panamá.

Las ganadoras de este primer torneo fueron las Wildcats, quienes vencieron a Las Outlawz en la final en el estadio de Balboa, donde igualmente se desarrollaba un juego de la liga mayor de football americano.

Simultáneamente, universidades como la Tecnológica de Panamá (UTP) también empezaron su práctica impulsada por Juan Miguel Caballero, quien fue jugador de football americano. Caballero estudió y enseñó esta disciplina a las deportistas universitarias.

Las ligas internas universitarias, despertaron el interés de más jóvenes atletas, estudiantes y espectadoras que encontraron en el Flag Football una alternativa deportiva.

Como resultado del interés, se logró organizar la primera liga interuniversitaria de Flag Football Femenino en Panamá, en 2002, en el que participaron los siguientes equipos: Cyclons de la Universidad Tecnológica, Rebels de la ULACIT, Blue Angels de la USMA y Wildcats de la Universidad

Nacional de Panamá, estas últimas se coronaron campeonas invictas en los tres primeros torneos.

Desde entonces, la liga no ha parado. Eric Espino, actual presidente de la Liga de Flag Football Femenino (LIFFF), explicó que en un principio el flag femenino compartía escenarios con la liga mayor de Football americano AFAP (Asociación de Fútbol Americano de Panamá)”.



Tabla N°2

Campeonatos de la liga de Flag Football Femenina de Panamá.

AÑO	CAMPEÓN
<b>2002</b>	WILDCATS
<b>2003</b>	WILDCATS
<b>2004</b>	WILDCATS
<b>2005</b>	CYCLONS
<b>2006</b>	SQUADPTY
<b>2007</b>	SQUADPTY
<b>2008</b>	CYCLONS (verano e invierno)
<b>2009</b>	CYCLONS
<b>2010</b>	REBELS
<b>2011</b>	CYCLONS
<b>2012</b>	CYCLONS
<b>2013</b>	CARDINALS
<b>2014</b>	CARDINALS
<b>2015</b>	CLOVERS
<b>2016</b>	REBELS
<b>2017</b>	CYCLONS
<b>2018</b>	REBELS
<b>2019</b>	LIGA POSPUESTA POR COVID-19

## 2.6. LIGAS DE FLAG FOOTBALL FEMENINO DE MAYOR IMPACTO EN PANAMÁ.

### 2.6.1. LIFFF.

Liga de Flag Football Femenino de Panamá, nace en el 2002; es una organización deportiva sin fines de lucro. Su objetivo principal es promover y desarrollar este deporte como liga recreativa a nivel nacional e internacional, fomentando la sana competencia y el alto rendimiento, entre sus jugadoras.

**Presidente:** Eric Espino.

**Modalidades:**

- 8 vs 8 (Sub 21, Sub 23 y Mayor)
- 5 vs 5 (Mayor)



### 2.6.2. NFFL.

National Flag Football League, nace en año 2012, debido a la necesidad que tenían las jugadoras de mantenerse activas y practicar el deporte durante el año completo. Su objetivo principal es el hacer crecer esta disciplina deportiva y lograr que sea reconocido como un deporte profesional a nivel nacional.

**Presidente:** Gustavo Guerrero.

**Modalidad:** 8 vs 8 (Mayor).



### 2.6.3. LIFAPO.

Liga de Football americano de Panamá Oeste, fue fundada en septiembre del año 2014, gracias a la iniciativa de jugadores de la región en reunir jóvenes de diferentes géneros que desearan practicar y jugar este deporte.

**Presidente:** Ricardo Moran.

**Modalidad:** 8 vs 8 (Mayor).



#### 2.6.4. LFFJ.

Liga de Flag Football Juvenil. Esta liga nace en el año 2004, para ese entonces se le conocía como “la liga de “Canty” (Aníbal Samudio), quien es el organizador de las mismas.

En la actualidad la liga cuenta con más de 3,000 jugadoras activas en las categorías sub 9, 11, 13, 15 y 17.

**Presidente:** Aníbal Samudio

**Modalidad:** 8 vs 8.



### 2.6.5. AYF.

American Youth Football Panamá, nació en el año 2011, bajo la iniciativa de algunos coaches. AYF Panamá se fundó con el objetivo de brindar a nuestra juventud un ambiente de sano esparcimiento.

**Presidente:** Mickael Mirrop.

**Modalidades:**

- 5 vs 5
- 8 vs 8



### 2.6.6. KFL.

Kiwanis Football League, la fundación de la Liga Kiwanis se remonta al año 1974, en ese entonces se le denominaba Canal Football League, en la que participaban los equipos de las bases militares de Estados Unidos: Balboa, Albrook, Clayton, Cristóbal, Howard, Paraíso y los Kiwanis Kolts, la representación panameña en el torneo. En el 2015 KFL, decidió crear la Liga Femenina Varsity de Flag Football.

**Presidente:** Raúl Méndez

**Modalidad:** 8vs8



### 2.6.7. SFFL.

Silver Flag Football League, la idea de una liga para madres nace alrededor de 5 años, debido al interés de algunas mamás de practicar este deporte.

En el año 2016, Jennifer Reyes, decide tomar acciones y colocarle el nombre de Silver Flag Football League y trabajar junto a un amigo en el diseño del logo representativo de la liga. Pero es hasta el 2018 en donde se lleva a cabo la primera versión de Silver Flag Football League.

Su principal objetivo es brindarles a las madres mayores de 30 años la oportunidad de vivir la experiencia que mucho de sus hijas e hijos tienen al practicar este deporte. Dándole la oportunidad a todas de tener una posición dentro de un equipo y salir de la rutina diaria, propiciando un espacio que les brinde emociones que solo la práctica de este deporte les puede dar.

**Presidente:** Jennifer Reyes



**Modalidad:** 8 vs 8 (con patada)



CAPÍTULO III.  
MARCO HISTÓRICO

### 3.1. DESARROLLO DEL FLAG FOOTBALL EN PANAMÁ.

De acuerdo con el señor Eric Espino, en entrevista concedida a Francisco Rodríguez Morán.

*“Desde su inicio en el año 2002, la Liga de Flag Football Femenino, ha evolucionado de cuatro equipos a 20 franquicias (para el 2016 se incorporarán 2 equipos), una liga de ascenso y cinco categorías.*

*Los equipos fundadores de la LIFFF son Cyclones, Rebels, Wildcats y Blue Angels, en ese entonces se jugaba en las instalaciones de la Universidad Santa María la Antigua (Usma).”*

En el 2008 se incorporó un nuevo equipo. Para el 2010 la liga creció a 13 conjuntos.

En el 2011 entraron 7 más. Debido al gran auge que ha tenido la LIFFF se vio la necesidad de crear las categorías sub-13, sub-15, sub-17, sub 21 y sub-23.

También está el apoyo del Instituto Panameño de Deportes, con el uso de instalaciones deportivas e igualmente, de la empresa privada, con diferentes patrocinios.

Hoy en día, se estima que el flag football en Panamá lo juegan más de 10 mil personas en 10 ligas masculinas y femeninas, de edades entre los 9 años hasta los 45 años.

Este deporte permite que cualquiera pueda jugar, independientemente de qué tan pesado seas, o tu tamaño; hay oportunidades para todo tipo de personas.

El flag football brinda beneficios sociales de integración, disciplina, salud y un alto nivel de competitividad, sin ser un deporte violento o peligroso. Actualmente, es uno de los pocos deportes a nivel amateur que son televisados en vivo en Panamá y que más patrocinadores apoyan el deporte.

### 3.2. PARTICIPACIÓN DE LA SELECCIÓN FEMENIL DE PANAMÁ EN LOS CAMPEONATOS MUNDIALES.

El Campeonato del mundo de Flag Football, es una competición organizada por la Federación Internacional de Fútbol Americano (IFAF) que se disputa cada dos años desde 2002.

La selección femenina de Panamá ha participado en cuatro campeonatos mundiales, y desde su aparición en el 2012, ha demostrado un verdadero progreso. En Suecia 2012, donde termino de penúltimo. En Italia 2014 quedó de séptimo. En el mundial 2016, que fue realizado en Miami, Florida (Estados Unidos) se coronaron campeonas, y en el Pasado mundial realizado en Panamá obtuvieron el título de Subcampeonas.

### 3.3. PANAMÁ, SEDE DEL MUNDIAL DE FLAG FOOTBALL.

El Comité Ejecutivo de la Federación Internacional de Football americano (IFAF) resolvió adjudicar a la República de Panamá la sede del Campeonato Mundial de Flag Football 2018.

Panamá logró obtener la sede luego de un largo proceso que inició en septiembre del 2016, Jaime Carrizo, presidente de la Federación Panameña de Fútbol Americano. Presentó la propuesta junto con su directiva y el apoyo del Estado panameño.

En agosto de 2018 se llevó a cabo en Panamá el mundial en donde participaron alrededor de 500 jugadores de flag football de los siguientes países:

Japón, Corea del Sur, Austria, Noruega, Dinamarca, Suecia, Italia, Reino Unido, Finlandia, Canadá, México, Estados Unidos, Brasil, Chile, Nueva Zelanda, Guatemala y Panamá. Es importante señalar que estos mundiales se llevan a cabo cada dos años y es la primera vez que Panamá es sede, incluso es la primera vez que se disputó en América Latina.

Tabla No3.

## CAMPEONATOS DEL MUNDO DE FLAG FOOTBALL.

CAMPEONATO DEL MUNDO DE FLAG FOOTBALL			
Año	Sede	Campeón Masculino	Campeón Femenino
2002	Viena (Austria)	Austria	Suecia
2004	Thonon-les-Bains (Francia)	Austria	México
2006	Daegu (Corea del Sur)	Francia	Francia
2008	St-Jean-sur-Richelieu, Quebec (Canadá)	Canadá	México
2010	Ottawa (Canadá)	Estados Unidos	Canadá
2012	Suecia	Austria	México
2014	Italia	Estados Unidos	Canadá
2016	Miami (USA)	Estados Unidos	Panamá
2018	Panamá	Estados Unidos	Estados Unidos

### 3.4. ASOCIACIÓN DE FOOTBALL AMERICANO DE PANAMÁ.

#### 3.4.1. Objetivo de la AFAP.

- Desarrollar e impulsar el Football americano y Flag Football a nivel nacional.

#### 3.4.2. Estructura de la federación de Football americano de Panamá.

##### 3.4.2.1. Junta Directiva

- Presidente, Jaime Carrizo
- Vicepresidente, Gino Gómez
- Secretaria, Diana Bayard de Espino
- Tesorera, Jennisin Rosania de Grimaldo
- Fiscal, Reynaldo J. Jiménez
- Vocal, Jennifer A. Reyes
- Vocal, Allan Lydna
- Vocal, Daniel A. Joseph
- Vocal, Guillermo E. Martínez
- Vocal, Eric W. Holland



### 3.4.2.2. Asamblea General

La Asamblea General está constituida por los presidentes de las diferentes ligas que promueven el Flag Football a nivel nacional y que son reconocidas por la Asociación de Fútbol Americano de Panamá (AFAP).

TABLA No. 4  
MIEMBROS DE AFAP

LIGAS	REPRESENTANTE
Panamá Flag League. (PFL) Panamá	Luis Navas
Panamá Major Football League (PMFL)	Iván Paz
Liga Femenina de Flag Football (LIFFF)	Eric Espino
National Flag Football League (NFFL)	Gustavo Guerrero
Liga Herrerana de Football americana (LHFA)	Julio Aldrete
Liga de Football Americano de Chiriquí (LFAC)	Ana Lisa Díaz

### 3.5. JUGADORAS PANAMEÑAS SOBRESALIENTES

3.5.1. DANIELLA ZUÑIGA IBARRA (13 de septiembre de 1989), conocida deportivamente como Dani, actualmente es la quarterback de la selección Nacional de Flag Football de Panamá.

Debutó como jugadora de en SLAVES como Tight End y Defensive Line.

Se dio a conocer principalmente en Rebels, equipo en donde actualmente es Quarterback y en donde destaca por su gran técnica, habilidad y precisión a la hora de completar un pase. Zúñiga ha practicado otros deportes como, voleibol, Básquet, Softball y Futbol. En Flag Football ha destacado con diferentes reconocimientos a nivel nacional e internacional.

LIFFF (Modalidad 8 vs 8)

- Medalla de Oro Best QB (2010, 2011, 2013, 2014, 2016).
- Medalla de Plata Best QB (2012, 2017).
- Jugadora más valiosa de la Liga (2014, 2016, 2017).
- Jugadora más valiosa del Campeonato (2016)
- 7 veces ALL STAR

LIFFF (Modalidad 5 vs 5)

- Jugadora más valiosa de la liga (2013)

#### NFFL 2013 (Modalidad 8 vs 8)

- Jugadora más valiosa de la liga
- Anotadora de más Touchdowns en la temporada
- Medalla de Oro Best Qb.
- 1 vez ALL STAR

#### MUNDIAL IFAF MIAMI 2016

- Mejor QB Nivel Mundial
- Campeona del Mundo

#### PREMIOS Y NOMINACIONES DE PRENSA

- Ganadora de premio COS AWARDS 2014 – Mejor jugadora de Flag del año.
- Nominada mejor jugadora de Flag del año TROIS AWARDS 2014.
- Nominada mejor jugadora de Flag del año COS AWARDS 2016.
- Nominada mejor jugadora de Flag del año COS AWARDS 2017.

## TRAYECTORIA COMO JUGADORA

Daniella, debuto en el 2005 con Slaves en la llamada “liga de Canty”. En 2007, es convocada por primera vez por el equipo Blue Angels para jugar la liga mayor, hoy conocida como LIFFF. Para el 2009, se le da la oportunidad de jugar como Quarterback de su equipo actual Rebels, con el que ha tenido la dicha de alcanzar muchos triunfos.

Alrededor del 2011, iniciaron los procesos de selección en Panamá, pero no fue hasta el 2013 que consideraron a Daniella como el quarterback de la selección panameña. Ese año compitió por primera vez como quarterback titular de la selección en la modalidad de 7 vs 7 (México).

En el 2014, fue seleccionada como la Qb titular de la selección nacional de Panamá para el Mundial de Flag Football, celebrado en Italia.

En el 2016, la selección de Flag Football femenino de Panamá de la mano de Zúñiga, logran obtener el título de Campeonas Mundiales. La Federación Mundial de Flag Football (IFAF) nombró a Daniella Zúñiga Ibarra como la mejor Quarterback del mundo.

## EXPERIENCIA COMO ENTRENADORA

Zúñiga, ha sido coach de Slaves, Jokers y Gorillaz

Nos cuenta que...

*“El flag football es Muchísimo más que solo un deporte. Es la razón por la cual soy quien soy hoy. Me ha enseñado muchísimas cosas que me han funcionado para ser exitosa en mi vida personal y cotidiana.*

*Flag Football me ha permitido cumplir mis sueños y, siendo honesta, jamás pensé estar tan dedicada a este deporte como lo estoy hoy. Agradezco mucho la aparición de este deporte en mi vida.*



Daniella Zúñiga Ibarra (Quarterback de Panamá)

3.5.2. MARGARITA ABRAHAM (30 de marzo de 1981). Conocida en el Flag Football como Maggie. La número 30, Es la Center del Equipo Rebels.

En el 2011, debutó como Nose Tackle para el equipo de Rebels.

Maggie ha destacado en diferentes disciplinas a nivel nacional.

#### Atletismo

- Lanzamiento de disco e impulsión de bala (campeona nacional y medallista de bronce centroamericana).

#### Baloncesto

- Campeona provincial.

#### Flag Football

##### LIFFF (modalidad 8 vs 8)

- Segunda lugar línea ofensiva (2012, 2016, 2017)
- Tercer lugar línea ofensiva (2013, 2015)
- 4 veces All Star Game (2012, 2015, 2016 y 2017).

## TRAYECTORIA

En el 2010, Maggie realiza los tryouts para formar parte del equipo Rebels, en noviembre del mismo año, se integra al equipo como jugadora de línea defensiva, específicamente en la posición de Nose Tackle y como back up de la posición de Center. A mediados de la temporada 2011 la Center titular se lesiona y pasa a cubrir esa posición y desde entonces es la center del equipo Rebels.

## EXPERIENCIA COMO ENTRENADORA

En el 2015, Jorge Gutiérrez, head coach de Spartans, invita a Margarita a formar parte de su staff para entrenar chicas en categorías menores (sub-15 y sub17).

Para el año 2016, Rebels Panamá decide probar con un equipo en la categoría sub23, siendo parte del coaching staff.

Este año 2017, Spartans decide participar en la categoría sub23, filial en la que buscaron pulir el talento de las jugadoras.

*“El trabajo de coach es sumamente satisfactorio, se vive en la piel las alegrías, tristezas, frustraciones y satisfacciones de tus jugadoras, se desarrolla un vínculo muy fuerte con ellas y sabes que puede sacar lo mejor de una persona a través de tus palabras y del ejemplo”.*

¿Qué es Flag Football para Margarita Abraham?

*“El Flag Football para mí es como la misma vida, aprendes el valor del trabajo en equipo, la disciplina, te propones metas y te retas a ti mismo cada día, conoces personas y compites para ser mejor cada día, convives con personas completamente diferentes a ti, permitiéndote aprender de ellas y dejar una huella al compartir no solo tus conocimientos, sino también todas las emociones que involucran este deporte”.* (Margarita Abraham (Center de Rebels).



Margarita Abraham (Center de Rebels).



3.5.3. KARINA ARENAS (25 de febrero de 1987), En el 2006 debuta como jugadora de Flag Football con el equipo Blue Angel (USMA), en la posición de Runningback.

En el 2010 ingreso al equipo de Cardinals, donde ocupó las posiciones de Wide Receiver, Runningback, Safety y Cornerback.

En el 2016, Karina Arenas se retira del Flag Football, siendo una de las pocas jugadoras que lo ha hecho.

## TRAYECTORIA

Arenas, inicio en el 2006 a jugar y a la vez, a conocer del deporte como parte de un servicio de 40 horas que tenía que brindarle a la universidad por ser una estudiante becada. A pesar de que entró al equipo para cumplir ciertas horas de servicio, termino convirtiéndose para ella en un estilo de vida y más que eso en una familia. Tan grande fue la amistad que en el 2010 se crea las Cardinals. Desde ese momento el Flag Football se convierte en la pasión de Karina Arenas. Una de las experiencias más gratificante que ha tenido Arenas en este deporte es haber logrado coronarse junto a las Cardinals campeonas invictas 2 años consecutivos. Adicional a esto, Karina tuvo la oportunidad de representar a

Panamá en 2 mundiales, Gottenborg Suecia en el 2012 (quedamos 11avo lugar de 12 equipos) y Grossetto Italia 2014 (quedamos de 7mas de 18 equipos) donde el nombre de Panamá empezó a dejar huellas en estos campeonatos. Como jugadora de Flag Football obtuvo varios logros, fue en el 2010 MVP offensive player, obtuvo el primer lugar como Wide Receiver 2012 y MVP de Campeonato 2013.

*“Aparte de mi familia y amigos, practicar flag football es el sentimiento más lindo que he podido sentir en mi vida, nunca nada antes me había apasionado más que este deporte que se convirtió en mi estilo de vida y por ello aplico muchas de esas enseñanzas de trabajo en equipo para el ámbito laboral”.*



Karina Arenas (Runningback- Cardinals).

3.5.4. FANNY CASTILLO (22 de abril de 1983), conocida en el deporte como Fanny Lu, es una de las líneas ofensivas de mayor trayectoria en el equipo Cyclons.

Debutó como jugadora de flag football en el 2003 con el número 24 en el equipo Blue Angels de la Usma en la posición de Linebacker, posteriormente, como línea defensiva en el mismo equipo.

En el 2005 participa como linebacker/línea defensiva, en la liga interna de Flag de la UTP, en la Facultad de Sistemas (para ese entonces también cursaba una licenciatura en la UTP, por lo que se le permitió jugar).

De la liga interna, se realizó una preselección para formar parte de las Cyclons UTP, logrando formar parte de esta selección. Desde entonces formo parte de las Cyclons UTP, que al pasar de los años dejo de ser parte de la UTP y fueron llamadas Cyclons. Desde el 2015 hasta la fecha, es jugadora activa de Gladiators de Santiago y desde el 2016 de Fireflies de Panamá Oeste. Castillo, ha sobresalido en diferentes torneos a nivel nacional.

## LIFFF

- Subcampeón de la Liga modalidad 7vs 7 (2007)
- Campeona – summer Season (2008)
- Campeona– winter Season (2008)
- Campeona (2009)
- Subcampeón (2010)
- Primer Lugar OL (2010)
- Campeona (2011)
- Tercer Lugar OL (2011)
- Campeonato (2012)
- Subcampeón (2013)
- Tercer Lugar OL (2013)
- Primer lugar OL (2014)
- Segundo lugar OL (2015)
- Campeona (2017)
- Subcampeonato (2018)

## LIFAV

- Campeona Lifav- Gladiators de Santiago (2015)
- Campeona Lifav- Gladiators Santiago (2016)

## NFFL

- Campeona –Gladiators (2016)
- Primer Lugar OL (2016)
- Campeona – Gladiators (2017)

## LIFAPO

- Campeona Lifapo- Fireflies (2016)
- Campeona Lifapo- Fireflies (2017)

¿Qué significa el Flag Football para Fanny LU?

*“Es una forma de vida. Una vez que lo juegas por primera vez, quedas enganchado de por vida, ya sea como jugador, como coach o como fan.*

*Lo que te llevas después de las canchas, las amistades y la familia que haces, es todo un privilegio. Ver a tus niñas aprender y más que todo disfrutar del deporte, es algo que no tiene palabras”.*



Fanny Castillo (Center-Cyclons).

3.5.5. NATALIA YOUNG (22 de junio del 2001), debutó en el 2013 en la liga AYF con el equipo Lyons en la posición de runningback con el número 20.

Actualmente Juega en tres ligas, American Youth Football Panamá (Lyons), Liga Flag Football Juvenil (PTY Buccaneers) y Kiwanis Football League (Kolts). Es una jugadora ofensiva que se distingue por su explosividad, agilidad y rapidez para eludir rivales.

#### Reconocimientos

- Campeona con Lyons en la AYF 2014, 2015 y 2016.
- Mejor Runningback de Kiwanis 2017.
- Mejor Runningback de LFFJ 2018
- COS Awards como Mejor Jugadora Juvenil de Flag Football 2017.



Natalia Young (Runningback-Buccaneers)

CAPÍTULO IV.  
MARCO METODOLÓGICO

Esta investigación es de tipo cualitativa, del paradigma positivista; descriptivo porque relatará los sucesos que se vayan presentando. Al ser un estudio descriptivo no es necesario presentar una hipótesis

#### 4.1. POBLACIÓN Y MUESTRA

Estamos trabajando la descripción de todo el desarrollo histórico del Flag Football en Panamá, haciendo énfasis en el Femenil.

##### 4.1.1. Población

Para la presente investigación, la población está conformada por: jugadoras de flag football más representativas, árbitros y presidentes de las ligas femeninas de mayor impacto en panamá.

##### 4.1.2. Muestra

Esta investigación para ser válida, se obtuvo la muestra conforme el total de población descrita.



## 4.2. METODOLOGÍA

Revisaremos la bibliografía tanto en internet como en periódicos, haremos entrevistas a los pioneros, encuestas entre las jugadoras y directiva.

Recopilaremos la información, analizaremos la misma y plantearemos una discusión al respecto, las conclusiones y recomendaciones.

## 4.3. INSTRUMENTOS

Grabadoras, libreta de apuntes, computadora personal, bolígrafos, videograbadoras.

Se obtuvo la información de este estudio de investigación por medio de encuestas con diversas preguntas a jugadoras, directores y a miembros de la asociación de árbitros de Panamá, con la finalidad de obtener información sobre el objetivo de la presente investigación.

## CONCLUSIÓN

Como en todos los deportes, el Flag Football es un instrumento que nos sirve como puerta o medio para unir personas, razas, religiones, sociedades, etc. Dándonos la oportunidad de convivir y conectarnos con otras personas.

1. En la actualidad es popular y cada vez son más las personas que practican este deporte a nivel mundial y sus éxitos son motivadores. El deporte es considerado una potencia en crecimiento, Panamá en el 2016 se coronó campeón y en el pasado mundial obtuvo el título de subcampeón.
2. Creemos firmemente que este deporte constituye un contenido relevante en la educación física permitiendo la integración, el trabajo en equipo, el desarrollo de las habilidades físicas y el espíritu de superación. Igualmente, su práctica repercute beneficiosamente sobre la salud de los practicantes llegando a ser un contenido esencial en el currículo deportivo.
3. Podemos decir que existe una buena acogida de esta modalidad deportiva entre sus practicantes debido a sus reglas sencillas y a la posibilidad de practicarlo hombres y mujeres juntos; mediante la modificación de ciertas reglas del football americano.

4. Finalmente esperamos que nuestra aportación sobre esta tesis de flag football ayude a contribuir de manera eficiente al desarrollo del deporte en nuestro país, permitiendo que más personas puedan practicarlo y así logren mejorar su salud.

## RECOMENDACIONES

Al finalizar el presente trabajo creemos que hemos recogido suficientes elementos para recomendar:

1. Al Ministerio de Educación (MEDUCA) incorporar al currículo educativo esta disciplina deportiva.
2. Añadir el Flag Football como materia en el plan de estudio de la carrera de Educación Física de la Universidad de Panamá.
3. A la población panameña a que conozcan sobre este deporte que está en crecimiento y que sea mayor el número de personas que practiquen flag football.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1) <http://flagfootballfem.blogspot.com/p/historia.html>
- 2) <http://www.efdeportes.com/efd161/una-variante-del-futbol-americano-el-flag-football.htm>
- 3) <http://www.efdeportes.com/efd161/una-variante-del-futbol-americano-el-flag-football.htm>
- 4) <http://footballplay60.blogspot.com/2011/05/historia-flag-football.html>
- 5) <https://www.google.com/search?q=Play+60%3A+Historia+Flag+Footballfootballplay60.blogspot.com+%E2%80%BA+2011%2F05+%C2%ABBreve+historia+del+tochito+bandera+%7C+Yarda35%C2%BB.+Yarda35.+Consultado+el+30+de&oq=Play+60%3A+Historia+Flag+Footballfootballplay60.blogspot.com+%E2%80%BA+2011%2F05+%C2%ABBreve+historia+del+tochito+bandera+%7C+Yarda35%C2%BB.+Yarda35.+Consultado+el+30+de&aqs=chrome..69i57.1450j0j9&sourceid=chrome&ie=UTF-8#>
- 6) [https://es.wikipedia.org/wiki/Flag\\_football](https://es.wikipedia.org/wiki/Flag_football)
- 7) <http://yarda35.com/tocho-bandera-modalidades-variantes/>
- 8) <http://www.liffpanama.com/wp-content/uploads/2016/01/PANAMA-REFF-REGLAS-2015.pdf>
- 9) <http://www.liffpanama.com/historia/>
- 10) <http://www.lffjuvenil.com/>
- 11) <http://www.liffpanama.com/>
- 12) <http://laestrella.com.pa/deportes/mas-deportes/flag-football-abre-puertas-madres/24080659>

- 13) <https://www.enexclusiva.com/09/2017/actualidad/panama-potencia-del-flag-football/>
- 14) <https://jmdeportes.com/destacado/panama-es-campeon-del-mundo-en-flag-football-femenino/>
- 15) [https://www.prensa.com/deportes/abre-telon-Mundial-football-Panama\\_0\\_5094990476.html](https://www.prensa.com/deportes/abre-telon-Mundial-football-Panama_0_5094990476.html)
- 16) <https://www.google.com/search?q=campeonatos+del+mundo+de+flag+football&oq=campeonatos+del+mundo+de+flag+football+&aqs=chrome..69i57.13488j0j9&sourceid=chrome&ie=UTF-8#>
- 17) [https://www.google.com/search?ei=HT\\_SW42AI-2D5wLk4KW4DA&q=panama+sede+del+mundial+de+flag+football+&oq=panama+sede+del+mundial+de+flag+football+&gs\\_l=psy-ab.3..33i22i29i30k1.4195.8618.0.9026.21.21.0.0.0.278.3195.0j10j6.16.0....0...1.1.64.psy-ab..5.16.3186...33i160k1.0.tHJXer76BKg#](https://www.google.com/search?ei=HT_SW42AI-2D5wLk4KW4DA&q=panama+sede+del+mundial+de+flag+football+&oq=panama+sede+del+mundial+de+flag+football+&gs_l=psy-ab.3..33i22i29i30k1.4195.8618.0.9026.21.21.0.0.0.278.3195.0j10j6.16.0....0...1.1.64.psy-ab..5.16.3186...33i160k1.0.tHJXer76BKg#)
- 18) <http://www.sportsandhealth.com.pa/deportes/flag-football-femenino-a-la-conquista-de-mas-seguidoras/>



## ANEXOS

## Glosario

1. Coin toss: Ceremonia que se realiza antes de empezar el juego en la que el árbitro principal lanza la moneda al aire para sortear el derecho a elegir primero entre la posesión del balón o del terreno de juego que se desea defender.
2. Center: Es uno de los tres jugadores de la línea ofensiva, se alinea justo frente al balón marcando el centro de la línea ofensiva. Es el jugador encargado de iniciar la jugada ofensiva.
3. Snap: Es la acción que da inicio a una jugada ofensiva. El centro pasa el ovoide por entre sus piernas, entregándoselo al mariscal de campo.
4. Guard: Es uno de los tres jugadores de la línea ofensiva, por lo que resulta ser uno de los más corpulentos del equipo y también inelegible para recibir pase directo. Los guardias son dos, y se alinean uno a cada lado del centro.

5. Quarterback: conocido también como mariscal de campo, es el jugador más importante de la ofensiva. Usualmente toma el balón detrás del centro y ejecuta la jugada seleccionada, ya sea entregándole el balón a un corredor para una corrida o lanzando un pase.
  
6. Runningback: título genérico con el que se nombra a los corredores.
  
7. Down: oportunidades de una jugada que comienza en la línea de golpeo. La realiza el equipo ofensivo, que tiene cuatro “Down” para avanzar 20 yardas en el terreno, cosa que si ocurre le otorga otro primer down.
  
8. Drop: Cuando un jugador deja caer el balón, sin conseguir la recepción tras un pase de un compañero de equipo.
  
9. Defensive line: Conjunto de jugadores de la defensiva que se alinean justo delante de la línea ofensiva rival, del otro lado de la línea de golpeo. su misión es la de presionar al mariscal de campo en las jugadas de pase.

10. Defensive end: Jugador de la línea defensiva, que se alinea en el extremo de ésta. Hay un ala defensiva de cada lado y son los que más presión hacen sobre el mariscal de campo.
  
11. Linebacker: Miembro del equipo defensivo que se alinea aproximadamente entre cinco y siete yardas detrás de la línea de golpeo, justo atrás de la línea defensiva. Su principal misión es la de controlar todo lo que suceda en el interior del terreno de juego.
  
12. Cornerback: Jugador defensivo que por lo general está alineado en una formación abierta, marcando a un receptor del rival, también conocido como esquinero.
  
13. Delay of game: Penalización de 5 yardas que ocurre cuando el reloj de posesión se agota sin que el equipo ofensivo saque la jugada.
  
14. End zone: Áreas donde se logra la anotación si un jugador de un equipo ingresa en la perteneciente al rival con el balón en su poder.

- 15.Extra point: Punto adicional al que tiene derecho intentar el equipo que acaba de lograr una anotación de seis puntos (touchdown)
- 16.False start: Penalización marcada cuando un jugador ofensivo realiza un movimiento de su cuerpo entre el momento de punto inmóvil (set) y el del inicio.
- 17.First down: Se denomina así a la primera jugada de una serie ofensiva. Las oportunidades que tiene un equipo para avanzar son cuatro. Si lo logra, consigue automáticamente otro primer down.
- 18.Halftime: Medio tiempo, descanso, intermedio.
- 19.Handoff: Acción de intercambio de posesión del ovoide mano a mano entre compañeros de equipo, generalmente entre el mariscal de campo y un corredor, para realizar una jugada terrestre.
- 20.Head coach: Es el encargado máximo del equipo, el que toma todas las decisiones más importantes en las acciones del equipo fuera y dentro del campo.

- 21.Huddle: Breve reunión de los jugadores para comunicar la jugada.
- 22.Interception: Cambio de posesión del balón sucedido cuando un miembro de la defensiva se hace del balón luego de haber sido enviado por un jugador ofensivo con un pase.
- 23.Jersey: Camiseta, uniforme que usan los jugadores con los colores de su equipo. Para identificarlos, cuentan con su número grande en el frente y la espalda.
- 24.Mouth piece: Elemento de plástico que protege los dientes del jugador.
- 25.Pick six: Cuando la defensiva que intercepta un pase (pick) lo devuelve hasta la zona de anotación, anotando un touchdown que vale seis puntos (six).
- 26.Pocket: Se llama así al área que forman los linieros ofensivos, a veces ayudando al mariscal de campo.
- 27.Sideline: Líneas paralelas más largas del trazado rectangular que define la longitud del terreno de juego. Estas son consideradas fuera del terreno de

juego, por lo que, si un jugador la sale de la misma, la jugada será inmediatamente declarada terminada.

28. Time Out: Detener el reloj de juego. Lo puede solicitar cualquier jugador en el terreno de juego o el entrenador en jefe, generalmente para planear mejor una jugada o simplemente impedir que el tiempo siga transcurriendo. Cada equipo dispone de dos tiempos fuera por cada mitad.

29. Touchdown: Cuando un jugador lleva el balón hasta dentro de la zona de anotación del equipo contrario, ya sea corriendo o recibiendo un pase. Tiene un valor de seis puntos.

30. Wide receiver: Jugador de la ofensiva encargado principalmente de recibir los pases del mariscal de campo. Los receptores se alinean sobre la línea de golpeo, pero alejados de ella, hacia las líneas de banda y realizan trayectorias predeterminadas y únicas para la jugada.

31. NTFL: Northern Territory Football League.



Foto N°1  
Equipo Cyclons (2011)



Foto N°2  
Equipo Rebels (2011)





Foto N°3  
KFL, Colegio Brader vs la academia Interamericana de Panamá (2015).



Foto N°4  
Clovers, campeón de la LIFFF 2015



Foto N°5  
Selección femenina de Flag Football de Panamá (2016)



Foto N°6  
Angela Evans, MVP del mundial 2016



Foto N°7  
LFFJ, selección sub 18 Golden Frogs 2017



Foto N°8  
AYF, Selección de Panamá Marlins 2017



Foto N°9  
Miembros de IFAF Flag Football



Foto N°10  
Coin toss-México vs Austria (2018)



Foto N°11

Angela Evans, jugadora más valiosa del mundial 2016, estuvo imparable, antes Brasil, anotando tres touchdowns. (Panamá-2018).



Foto N°12

Leslie Del Cid, intenta anotar por el equipo de Panamá ante Japón. (Panamá-2018).



Foto N°13  
Silver Flag Football League – Temporada 2018



Foto N°13  
Silver Flag Football League – Temporada 2019