

CIRCULAR 76-2026.

SESIÓN TÉCNICA DO SECTOR DE LANZAMENTOS

O día 28 de marzo levarase a cabo, en Pontevedra, unha sesión técnica do sector de lanzamentos.

Lugar:	Centro de Tecnificación Deportiva (CGTD) https://maps.app.goo.gl/LMDnwMXTV8YSbrJ89
Data:	Sábado 28 de marzo
Horario:	10:30 a 18:30

Distribución horaria da xornada:

10:30 - 11:00	Recepción	Recepción e explicación do programa a desenvolver
11:00 - 11:30	Traballo en conxunto	Quecemento dirixido para todos os atletas
11:30 - 13:30	Sesión técnica 1	
14:00 - 16:00	Xantar	Comida grupal e descanso
16:00 - 18:00	Sesión técnica 2	Visionado e traballo técnico en campo
18:00 - 18:30	Despedida da xornada	

Responsable da sesión:

- Frank Casañas Hernández

Colaboradores:

- Gustavo Dacal Martínez (xavelina)
- José Manuel Hermida García (martelo)
- Manuel López Castaño (peso)

Os/As atletas e adestradores/as persoais deberán confirmar a súa presenza a través da seguinte ligazón: <https://forms.gle/Xen4z4p7m169FUbu6> antes das 20:00 horas do luns 23 de marzo.

- É importante indicar posibles alerxias ou intolerancias.

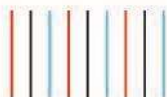
❖ É obrigatorio que os/as atletas se presenten na sesión técnica coa seguinte documentación:

- [Autorización para atletas menores de idade](#) cuberta e asinada.
- Fotocopia da cartilla sanitaria.
- Fotocopia do DNI ou documento alternativo.

ATLETAS CONVIDADOS/AS		
SUB 16		
ALEJANDRO FERNANDEZ CALVAR	VCGPO	PESO
SEJIO PINTOS, MATEO	RCVPO	PESO
SUAREZ MEITIN, ANTIA	NAOC	PESO
ALBA SANTOME CARREIRA	SAMPO	PESO
IGLESIAS DOMÍNGUEZ, ANXO	PUROR	DISCO
LENDOIRO REY, ANGELA	NAOC	DISCO
CADAVID RUSENOV, ALAN	AMEC	MARTELO
MARTIN CHICO BUCETA	RCVPO	MARTELO
CARLA VAZQUEZ GARCIA	AVAPO	MARTELO
AITANA FERNANDEZ GONZALEZ	MAZPO	MARTELO
SARA VAZQUEZ CASAS	OUROR	XAVELINA
GRABIELA BOUZADA	CAFPO	XAVELINA
LENA CURRÁS GARCIA	SGPPO	XAVELINA
SUB 18		
GEMA DACOSTA MAGDALENO	CAICS	PESO
AITANA CAPEANS REY	OUROR	PESO
CARLA ALLEGRE	XUNLU	PESO
BREIXO OTERO REDONDO	STOC	DISCO
HUGO CASAÑAS PEDRARES	CAICS	DISCO
MIGUEL ANGEL LOPEZ GONZALES	SGPPO	DISCO
MARTINA GUZMAN CABRERA	CASC	DISCO
SABELA VAZQUEZ ABALDE	OUROR	DISCO
BELTRÁN RIVAS MOSQUERA	DEZPO	DISCO
JAVIER CID GONZÁLEZ	OUROR	MARTELO
HUGO NOVOA ÁLVAREZ	OUROR	MARTELO
LYDIA VALDÉS PAZOS	CASC	MARTELO
YASMIN EL AZARIALAMI	COMPO	MARTELO
IRENE CONDE GAGO	OUROR	MARTELO
CELIA COUTO MOURIN	BAIPO	XAVELINA
ADRIANA FERREIRO GARCIA	OUROR	XAVELINA
LARA PEREIRA TESOURO	BCSOR	XAVELINA
ADRIAN CABALEIRO COUSO	SGPPO	XAVELINA
MANUEL EIRIN GONZÁLEZ	OUROR	XAVELINA
JOEL SANTANA MARTINEZ	RCVPO	XAVELINA
SERGIO LAMAS LAREO	SGPPO	XAVELINA



**Federación
Galega de
Atletismo**



CIRCULAR

Praza Agustín Díaz, s/n - 15008 - A Coruña.
T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal
atletismo.gal - carreirasgalegas.com

C.I.F. G15103500



**DEPORTE
GALEGO**

PELAYO FREIRE FERNÁNDEZ	XUNLU	XAVELINA
SUB 20		
ELOY ACUÑA POUSADA	SGPPO	PESO
MARA DAVILA TORRE	CAFPO	DISCO
ALEX CESAR RUIZ	MAZPO	XAVELINA
PACO LAMAS LAREO	SGPPO	XAVELINA

Queda aberta a participación aos adestradores persoais dos atletas convocados,
sendo a comida financiada só aos adestradores con licencia de adestrador en vigor

A Coruña, a 20 de marzo do 2026

Yolanda González Fernández
Secretaria Xeral da Federación Galega de Atletismo