



84-2026.

SESIÓN TÉCNICA DO SECTOR DE FONDO E MEDIOFONDO

O día 18 de abril levarase a cabo, en Lugo, unha sesión técnica do sector de fondo e mediofondo.

Lugar:	Estadio Gregorio Perez Rivera https://maps.app.goo.gl/kw6WVJ93yg6P9S119
Data:	18 de abril de 2026
Horario:	11:00 a 18:45

Distribución horaria da xornada:

11:00 - 11:30	Recepción	
11:30 - 13:00	Sesión 1	Quecemento-activación
13:30 - 15:00	Comida	
15:30 - 17:00	Charla técnica	
17:00 - 18:30	Sesión 2	Desenvolvemento da capacidade aeróbica
18:30 - 18:45	Despedida da xornada	

Responsable da sesión:

- Manuel Hurtado Sanjurjo

Colaborador:

- José García Alvariño

Os/As atletas e adestradores/as persoais deberán confirmar a súa presenza a través da seguinte ligazón: <https://forms.gle/eBZh3v7L1qHVTzndA> antes das 20:00 horas do luns 13 de abril.

- 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		
Sara Perez Pallín	GANLU	MEDIOFONDO
Amelia Carrillo Melón	ESCLU	MEDIOFONDO
Guillermo Ortigueira Riveira	NAOC	MEDIOFONDO
Pedro Moirón Soto	ESCLU	MEDIOFONDO
Martín Otero Rosales	PINPO	MEDIOFONDO
Xoana Rodil Illobre	SDCC	FONDO
Lia Núñez Carrascal	LUELU	FONDO
Mencía Álvarez Velasco	GANLU	FONDO
Irene García Nebril	FRRC	FONDO
Sergio Silva Souto	SDTPO	FONDO
Samuel Tallón Blanco	FRRC	FONDO
Brais Rey Neira	ESTPO	FONDO

SUB 18		
Irma Veiguela Tizón	OUROR	MEDIOFONDO
Sara Muñoz Fernandez	LUCLU	MEDIOFONDO
Lidia Balseiro Rodriguez	ESCLU	MEDIOFONDO
Lucía Cando Gomez	LUCLU	MEDIOFONDO
Lucía Dopico Dopico	COCC	MEDIOFONDO
Hugo Zuluaga Lamazares	CASC	MEDIOFONDO
Xoel Franco García	RCVPO	MEDIOFONDO
Paula Fernandez Perez	SGPPO	FONDO
Sabela Castelo Lopez	OUROR	FONDO
Enrique García García - Boente	LUCLU	FONDO
Alejandro Santos Adrover	SGPPO	FONDO
Mario Lorenzo Ferreiro	OUROR	FONDO



SUB 20		
Celia Castro Padin	ALCM	MEDIOFONDO
Iker Fernández Codesido	LUCLU	MEDIOFONDO
Alex Sierpes Pereira	VICI	MEDIOFONDO
Javier Picos Galcerán	MARC	MEDIOFONDO
Debitu Paniagua Rodriguez	PINOC	FONDO
Demeku Paniagua Rodriguez	PINOC	FONDO
Sandra González Fernández	LUELU	FONDO
Teo De Frutos Rodriguez	LUCLU	FONDO
Asheber Diaz Fernandez	RCVPO	FONDO
Anxo Bello Rodriguez	NAOC	FONDO

*Concocatoria elaborada polo responsable do sector

RESERVAS



SUB 16	
Alba Filgueira Rascado	FRRC
Alba Vasconcellos Rodriguez	SDTPO
Martina Yubero Sanmartin	SGPPO
Lucas Costas de Francisco	SDVPO
Pablo Barreiro Iglesias	PINPO
Enrique Garcia Lopez	NAOC
Hugo Oubel Lorenzo	MARC
SUB 18	
Jimena Outes Graiño	COCC
Claudia Perez de Juan Gomez	OUROR
Usua Bernardez Jares	OUROR
Damian Costa Ares	RCVPO
Xaime Bereket Abeledo Chousa	LUCLU
Pablo Vazquez Maiztegui	NAOC
Damian Costa Ares	RCVPO
Lucas Santiso Vazquez	LUCLU
SUB 20	
Sabela Martinez Peon	SGPPO
María Estévez Vazquez	SGPPO

*Os atletas en reserva tamén deben cumplimentar o formulario. Este listado non están por ningún orde en específico, de maneira que se chamará en función do atleta convocado que non asista. O martes día 14 comunicaráse individualmente aos atletas repescados a súa participación.

Queda aberta a participación a todos os adestradores interesados, sendo a comida financiada só aos adestradores con licenza de adestrador en vigor con algún atleta participante

A Coruña, a 8 de abril do 2026

Yolanda González Fernández
Secretaria Xeral da Federación Galega de Atletismo