

### **CIRCULAR 12-2016**

- A todas as Delegacións (\*)
- A todos os membros da Xunta Directiva e Comisión Delegada
- (\*) Para a súa distribución entre todos os estamentos da súa demarcación

A proposta dos responsables de saltos horizontais e verticais, Mario González Rodríguez e Santiago Ferrer Alonso, convócanse os seguintes adestradores e atletas, a participar na concentración que a continuación se detalla.

### **CONCENTRACIÓN-COMPETICIÓN DE SALTOS**

**Lugar:** Lugo

**Aloxamento:** Albergue Xuvenil Lug2 (Rúa Pintor Corredoira,4 27002 Lugo)

**Datas:** 13 e 14 de Febreiro de 2016

**Responsable:** Mario González Rodríguez

**Incorporación:** Sábado 13 as 10:00 h. No albergue.

**Remate:** Domingo 14 de Febreiro ás 12:30 h. No Módulo Cuberto Pistas Gregorio Pérez Rivera.

#### **Adestradores:**

Santiago Ferrer Alonso  
Santiago Ferrer Moreira  
José Alfonso Palomanes Martínez

#### **Adestradores Convidados:**

Todos aqueles adestradores persoais dos atletas convidados a continuación.



## Federación Galega de Atletismo

Avda. de Glasgow, 13. Complexo Deportivo de Elviña. Teléfono: 981291683 -

Correo: [secretariogeneralfga@gmail.com](mailto:secretariogeneralfga@gmail.com)

Páxina Web: <http://www.atletismogalego.org> e <http://www.carreirasgalegas.com>

- 15008 - A CORUÑA



Proba	Atleta	Ano	Clube
Lonxitude	Olaia Gisela Becerril Álvarez	2001	AVA
	Andrea González García	1999	CAS
	Adiaratou Cámara	1999	LUCUS
	Manuel Arias Grandío	2001	MARISTAS
	Paula Freiria Bravo	1999	OUR
	<b>Ariadna Gil Fernández</b>	<b>2002</b>	<b>VILA</b>
Triple	Pablo Saa López	2000	CDU
	Alexander Barreiro Pérez	1999	MARISTAS
	Marco Martínez Rodríguez	2001	SGP
	Saray Amoedo Portabales	2000	VILA
	Elena Freiría Bravo	1999	OUR
	<b>Natalia Vilariño Rubio</b>	<b>2002</b>	<b>SMM</b>
Altura	Xavier Esteban Domínguez	2000	LUCUS
	Pablo Rodríguez Rodríguez	2001	USC
	Raúl Cortizo Bernardes	2002	MORRAZO
	Andrea Reija Torrán	2002	RIAZOR.
	Aloia Vilas Docampo	2001	NOIA
	<b>Alesandra Campo Sanmartin</b>	<b>2001</b>	<b>SGP</b>
Pértega	Emma Lorenzo Ramos	1999	SGP
	Raquel Peña Romero	1999	LUCUS
	Víctor Mosteiro Oubel	2001	MILLARAIIO
	David Lorenzo Germade	2000	VILA
	Pablo Tojal Castro	2001	SGP
	<b>Laura Méndez Bouza</b>	<b>2001</b>	<b>RIAF-C.A.</b>

*En **vermello** os atletas en calidade de reserva. Éstes, entrarían na convocatoria cando algún dos seleccionados na mesma proba renuncie á súa praza. Rogamos que os convocados, sexan **adestradores ou atletas**, **CONFIRMEN** a súa **asistencia ou ausencia**, no email [secretariogeneralfga@gmail.com](mailto:secretariogeneralfga@gmail.com) das 18:00 horas do martes 9 de febreiro de 2016. No caso de non confirmar, non se contará con ditas persoas.*

**Os atletas e adestradores residentes en Lugo non se aloxarán no albergue, pero si realizarán as comidas co resto do grupo.**

Aboaranse os gastos de desprazamento a aqueles que viaxen en coches con, a lo menos, tres convocados (adestradores e/ou atletas) sempre que estén afiliados á EGA os adestradores. A hospedaxe e manutención correrá a cargo do sector para os convocados



## Federación Galega de Atletismo

Avda. de Glasgow, 13. Complexo Deportivo de Elviña. Teléfono: 981291683 -  
Correo: secretariogeneralfga@gmail.com  
Páxina Web: <http://www.atletismogalego.org> e <http://www.carreirasgalegas.com>  
- 15008 - A CORUÑA



á concentración. Ademáis, permitirase a asistencia ós adestramentos e charlas a aqueles atletas e, sobre todo **adestradores, interesados.**

### Plan de traballo

#### **Sábado 13/02/16**

- 10:00 h. Incorporación, chegada de atletas e adestradores
- 10:30 h. Coloquio Adestradores-Atletas: “O crecemento deportivo e persoal dos atletas, os casos de Jose Alfonso Palomanes e Saleta Fernández”. Por: Mario González e Felipe Barata.
- 12:00 h. Mesa Redonda Adestradores do Sector: Puntos de incidencia na aprendizaxe técnica e acondicionamento físico dos atletas novos.
- 13:30 Comida
- 16:00 Control de marcas\*. Adestramento técnico ó rematar a competición.
- 20:00 Desprazamento ó lugar de pernocte
- 21:00 Cea
- 22:30 Visualización de grabacións da competición

#### **Domingo 14/02/16**

- 10:00 Adestramento.
- 12:30 Conclusións e despedida

\* Respecto do control de marcas, os concursos serán mixtos. Poderán participar os atletas que finalmente asistan á concentración, e a maiores, permitirase a participación das catro mellores marcas inscritas da categoría masculina e as catro mellores da categoría feminina, tendo en conta que as marcas fosen realizadas na presente tempada 2015/2016. Nos saltos horizontais, a mellora realizarase por sexos.



## Federación Galega de Atletismo

Avda. de Glasgow, 13. Complexo Deportivo de Elviña. Teléfono: 981291683 -

Correo: [secretariogeneralfga@gmail.com](mailto:secretariogeneralfga@gmail.com)

Páxina Web: <http://www.atletismogalego.org> e <http://www.carreirasgalegas.com>

- 15008 - A CORUÑA



### Horario provisional da competición:

- 16:00 Lonxitude Altura Pértega
- 17:30 Triple Salto

**Victor Arufe Giraldez**  
**Secretario Xeral da FGA (Asdo. no Orixinal)**  
A Coruña, a 2 de febreiro de 2016