



CIRCULAR 53-2021.

II SESIÓN TÉCNICA DE LANZAMENTOS, AGÁS O MARTELO

- A todas as delegacións da FGA.
- A todos/as os/as asembleístas
- A todos os clubs galegos con licenza vixente
- A todos/as os/as adestradores/as con licenza vixente
- A todos/as os/as xuíces/zas galegos/as con licenza vixente

A reactivación do Plan Galego de Tecnificación Atlética (PGTA) no sector de lanzamentos iniciouse o pasado mes de abril coa primeira xornada técnica e de control dirixida a unha parte dos atletas obxecto de seguimento, indicados na seguinte lista. Ao marxe da imposibilidade por acudir dalgúns atletas, ben por coincidencias con algunha competición, estudos, ou porque non teñan interese en participar no PGTA, o responsable galego do sector (peso, disco de xavelina) Raimundo Fernández, ten previsto un mínimo de 10 xornadas durante o 2021, nas que, alo menos, poidan repetir catro veces cada atleta.

No caso de ter que limitar o número de participantes nalgúns convocatorias, polos contidos propios da xornada, terán prioridade aqueles atletas que non puideran acudir en anteriores xornadas por mor dunha lesión xustificada ou coincidencia cunha competición do seu club.

Nas xornadas do PGTA de lanzamentos, agás as propias do martelo, poderán acudir os atletas especialistas das probas combinadas que, en aplicación dos criterios do PGTA 2021, son tamén obxecto de seguimento,

En calquera caso, recórdase que o responsable de cada sector ten capacidade para engadir atletas que, non cumprindo os criterios indicados, considere oportuno incorporalos.

Lugar: Estadio Inef Galicia, Bastiagueiro – A Coruña

Data: Sábado 15 de maio

Inicio: 11.00h

Finaliza: 14.00h

APELIDOS, Nome	CAT	DIS	CLUB
ALLER GARCÍA, Mateo	S18	Com	Millaraio
ARIAS FERNANDEZ, Nicolás	S20	Com	EA Lucense
ARIAS VIEITEZ, Jaime	S23	Pes	A. Riazor
BOUZA VILLAR, Marcos	S23	Dis	Cami Mislata
CASAÑAS PEDRARES, Hugo	S14	Dis	Rías Baixas
CASTRO ALBAN, Nuno	S14	Xav	Millaraio
CORREA PRADO, Jonathan	SEN	Xav	RC Celta
DACOSTA MAGDALENO, Gema	S16	Com	Vila Cangas
DIAZ SALAS, Brais	S16	Pes	A.Lucense
EIRIZ VAZQUEZ, Victoria	S20	Dis	A.Lucense
EZQUERRO FERNANDEZ, María	S23	Dis	CA Sada
FERNANDEZ GAYOSO, Aitor	S20	Com	CA Narón
FERNÁNDEZ GUEDE, Evelyn	S23	Pes	CA Narón



CIRCULAR

Complexo Deportivo de Elviña, Avenida de Glasgow, 13
15008 A Coruña. - T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal
atletismo.gal - carreirasgalegas.com

FERNANDEZ PEREZ, Sergio	S14	Pes	ADAS Proinor
FREIRE GONZÁLEZ, Cristina	S23	Dis	AVA
FREIRIA ESTEVEZ, Samuel	S18	Dis	RC Celta
GALLEGO BERNARDEZ, Victor	SEN	Pes	SG Pontevedra
GARCIA AREA, Nicolás	S23	Dis	Independiente
GONZALEZ BOO, Sergio	S18	Dis	Barbanza
GONZALEZ GARCÍA, Andrea	S23	Xav	SG Pontevedra
GRANADO GIL, Miguel Ángel	S20	Dis	RC Celta
LAGO ANDRADE, Xiana	S18	Pes	Ria Ferrol
LEMA CAPEANS, Samuel	S20	Pes	CA Negreira
LOPEZ MOURE, Enzo	S16	Xav	A.Barbanza
LOSADA MARTINEZ, David	S14	Pes	Fontes do Sar
LOUREIRO MOSQUERA, Daniel	S18	Xav	A Silva
MATO GOMEZ, Daniel	S20	Xav	CA Santiago
MOLDES BARREIRO, Matías	S16	Com	SG Pontevedra
MOSQUERA DEL RÍO, Páula	S20	Dis	A Silva
NUÑEZ CHAPELA, Bran	S18	Com	Morrazo
ORTEGA MOINELO, Nicolás	S18	Dis	CC Comarca
OTERO VILAR, Antía	S14	Pes	CA Narón
PARADA SANTOS, Lidia	SEN	Xav	Barbanza
PENA FERREIRA, María	S20	Xav	AF Celta
PEREIRA HORRO, Jonatas	S23	Xav	RC Celta
PIÑÓN SUREDA, Paula	S20	Dis	AF Celta
PUIG MALVAR, Claudia	S23	Dis	SG Pontevedra
QUEIMAÑO VILABOY, Eva	S23	Com	AF Celta
QUINTEIRO PENA, Noa	S14	Pes	Vila Cangas
REIJA TORRON, Andrea	S20	Com	AF Celta
RIAL SALGUEIRO, Adriana	S16	Com	Samertolameu
RICO BOUZA, Laura	S18	Xav	Ria Ferrol
ROMAN SANCHEZ, Ivanna	S23	Xav	Ria Ferrol
SAINZ -MAZA VILLAR, Adolfo	SEN	Com	RC Celta
SALGADO GARCIA, Carlota	S18	Com	A.F.Celta
SANCHEZ DEL VALLE VERGE, Lucía	S18	Com	A.Lucense
SANCHEZ PARRONDO, Carmen	SEN	Xav	Unicaja
SANTOS VILLADÓN, Pedro Fikadu	S20	Xav	AVA
SESTELO LOPEZ, Antía	S20	Xav	Ria Ferrol
SIMON CARREÑO, Mar	S14	Pes	AF Celta
SUREDA PARDO, Uxía	S23	Xav	Lucus
TOIMIL FERNÁNDEZ, M. Belén	SEN	Pes	Castellón
URIZ CORRAL, Manuel	SEN	Xav	Cami Mislata
VALDES PAZOS, Johanes	S20	Xav	CA Sada
VALLINES FERNANDEZ, Fernando	S18	Pes	EA Lourenza
VARGAS ARTEAGA, Nedian	SEN	Com	Castellón
VAZQUEZ ABALDE, Sabela	S14	Pes	Bead



CIRCULAR

Complexo Deportivo de Elviña, Avenida de Glasgow, 13
15008 A Coruña. - T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal
atletismo.gal - carreirasgalegas.com

PROGRAMA		
11:00h	Toma de datos	
11:15h	Exercicios preliminares de acondicionamiento físico	
11:30h	Pentatest de Control Condicional	Flexibilidade + velocidade 20m + triplo parado + Lto. Dorsal + Lto. especifico parado
12:30h	Sesión Técnica	

Director da Xornada: Raimundo Fernández Vázquez

Coordinador: José Domínguez Caballero

Adestradores de especialidade: Frank Casañas (Disco e Peso), Raimundo Fernández (Xavelina)

Invitados: Adestradores persoais

Prégase que na medida do posible os atletas porten artefactos persoais

*Obrigatorio que os/as atletas se presenten na sesión técnica con:

- Permiso paterno/materno ou do titor/a correspondente. (Importante indicar posibles alerxias ou observacións).
- Fotocopia cartilla sanitaria.
- Fotocopia DNI ou documento alternativo.

MOI IMPORTANTE:

Todos/as atletas e adestradores deberán confirmar obrigatoriamente a súa presenza no ligazón: <https://forms.gle/BFPPa5LGHqPjybH88> antes do 14 de maio ás 14.00h. A non confirmación da asistencia será considerada como renuncia a tomar parte na sesión técnica.

É necesario en todos os casos a presentación da declaración responsable para formar parte da actividade, a través do seguinte ligazón: <https://atletismo.gal/wp-content/uploads/2021/05/Declaracion-Responsable-ProtocoloFGA15052021.pdf>

A Coruña, a 7 de maio de 2021

Carlos Castro Vicente
Secretario Xeral da Federación Galega de Atletismo



AUTORIZACIÓN ATLETAS MENORES DE IDADE

Don/Dona _____ con DNI: _____

Nai/pai/titor do/a atleta _____

Outorga a súa autorización para que participe na actividade, II SESIÓN TÉCNICA DO SECTOR DE LANZAMENTOS organizada pola Federación Galega de Atletismo, tendo lugar no INEF Bastiagueiro – A Coruña o sábado 15 de Maio de 2021.

E manifesta o seu consentimento a que o/a seu/súa fillo/a estea baixo as condicións de organización da mesma (as normas que estableza o responsable) así como afirma ter coñecemento e dar permiso de que, no caso de que se producira algún incidente que aconsellara a interrupción da actividade, poida non voltar a actividades de este tipo ou regresar o seu domicilio antes da data prevista. Nese último caso tería que vir recoller ao seu/súa fillo/a. Polo que é necesario os números de casa ou móbil dalgún dos pais.

NÚMERO/S DE TELÉFONO DE CONTACTO:

En _____ .a de _____ de 2021