



CIRCULAR 124-2023.

XORNADA DE FORMACIÓN TÉCNICA DE ESPECIALIZACIÓN E SEGUIMIENTO DE VELOCIDADE (PNTD)

- A todas as delegacións da F.G.A.
- 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 Federación Galega de Atletismo (FGA) e a Real Federación Española de Atletismo (RFEA), no eido do Programa Nacional de Tecnificación Deportiva (PNTD) para 2023 da RFEA, organizarán a seguinte Xornada de Formación Técnica de Especialización e Seguimento, coa colaboración do Concello de Lugo e da Xunta de Galicia.

Data:	Sábado 25 de novembro
Horario:	9:30 a 19:00 horas (comida incluída)
Lugar:	Estadio Gregorio Pérez Rivera (Lugo) https://maps.app.goo.gl/S6P1F5WJHec8WkeT8

Coordinador da xornada Delegado de protección e Salvagarda	J. Carlos Tuñas Dugno (639944030)
Técnico Especializado da RFEA	Ricardo Diéguez Montesinos

Obxectivos da xornada:

- Reforzar o coñecemento sobre a periodización do adestramento de velocidade e as súas fases.
- Mellorar a técnica de carreira.
- Mellorar a técnica de saída de tacos.
- Mellorar a fase de aceleración.

Distribución horaria da xornada:

9:15	Recepción	Recepción de atletas e adestradores
9:30 a 11:00	Sesión teórica	Fases do adestramento de velocidade e periodización
11:15 a 13:30	Sesión práctica 1	Adestramento
14:00	Xantar e descanso	Albergue Lug2 - Rúa Pintor Corredoira, 4
16:00 a 17:15	Charla para atletas e adestradores	Revisión da actividade da mañá
17:30 a 19:00	Sesión práctica 2	Adestramento
19:00	Clausura	Finalización da xornada

A confirmación de asistencia ou renuncia realizarase a través da seguinte ligazón antes das 20:00 horas do xoves 16 de novembro:

<https://forms.gle/oTzv3wyfyPnGx43b6>



- ❖ É obrigatoria a asistencia do binomio atleta-adestrador/a, **debendo estar en posesión da correspondente licenza en vigor.**
 - É precisa a confirmación a través do formulario de atleta e adestrador/a.

- ❖ As persoas menores de idade deberán anexar no formulario o seguinte documento cuberto e asinado:
 - <https://atletismo.gal/wp-content/uploads/2023/10/20231125-Autorizacion-para-atletas-menores-de-idade-PNTD-Velocidade.pdf>

ATLETAS E ADESTRADORES/AS CONVOCADOS/AS

SUB 16

Aaron Pérez Giraldo	ADAS Cupa	2009	Agustín González Ruiz*
Adrián Bernárdez Domínguez	Atlética Val Miñor	2008	Óscar Fernández Villar
Arancha Vázquez Quiroga	CD La Purísima	2008	Antonio Fernández Docampo
Gabriel Villar Saavedra	Marineda Atlético	2008	Jose Vicente Veiga Doldán
Irene Serantes Rodríguez	Marineda Atlético	2008	Jose Vicente Veiga Doldán
Irma Veiguela Tizón	Ría Ferrol-C. Arenal	2009	Marcelino Crespo Rabanal
Paula Conde Carrero	CA Ribadeo	2008	Adolfo Vila Feijóo
Sebastián Bascoy Rentería	Coruña Comarca	2008	Jose Carlos Tuñas Dug nol

SUB 18

Alicia Barreiro López	Ría Ferrol – C. Arenal	2006	Marcelino Crespo Rabanal
Antía Pernas Rodríguez	Club Atletismo Lucus	2006	Pablo Modia Rodríguez*
Antón Cillero Seoane	Riazor Coruña	2007	Julio Santiago Freijanes
Elías Klein Otero	Escola Atlética Lucense	2006	Javier Piñeiro Blanco
Inés Jaspe Rodríguez	Coruña Comarca	2007	Jose Carlos Tuñas Dug nol
Javier de la Fuente Manzano	R.C. Celta	2006	Francisco Rodríguez Rodríguez
Nerea Martínez Naveiro	Club Atletismo Pino	2007	Javier Abad Blanco

ATLETAS E ADESTRADORES/AS RESERVAS

Fabián Vidal Parada	Atlética Barbanza	2006	Abelardo Moure García*
Celia Castro Padín	AA Mazí	2007	Verónica Cores Muñiz
Darío Núñez López	AA Mazí	2006	Verónica Cores Muñiz
Mara Romeu Vicente	Sociedade Atlética do Trega	2007	Javier Sierpes Silva
Javier Trillo García	Ourense Atletismo	2006	Ángel Fidalgo Vázquez
Celia Fernández Bouza	Riazor Coruña	2008	Luis Manuel Menéndez García
Eloy Vázquez Vázquez	Atlética Barbanza	2008	Abelardo Moure García*
Lucía González Gandoy	Atletismo Narón	2009	Manuel Polo Gundín



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

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

- Fotocopia da cartilla sanitaria.
- Fotocopia do DNI ou documento alternativo.

A Coruña, 03 de novembro de 2023

Carlos Castro Vicente
Secretario Xeral da Federación Galega de Atletismo