



CIRCULAR 46-2025 SESIÓN TÉCNICA DO SECTOR DE MARCHA ATLÉTICA

O día 22 de febreiro levarase a cabo, en Santiago de Compostela, unha sesión técnica do sector de marcha atlética dentro do Programa Galego de Tecnificación Atlética (PGTA).

Lugar:	Pistas Atletismo USC (Santiago de Compostela) https://maps.app.goo.gl/xrQZh3y72oJVMgtVA
Data:	Sábado 22 de Febreiro
Horario:	11:00 a 18:30 horas

Distribución horaria da xornada:

11:00	Recepción	Recepción de atletas e adestradores
11:30 a 13:00	Sesión práctica 1	Sesión de adestramento: Rodaxe aeróbico marcha (quecemento) Sesión técnica/forza + rectas 100m
13:30	Xantar e descanso	
15:30 a 16:30	Charla técnica	Análise da técnica e da normativa, resolver dúbidas dos atletas
16:30 a 18:30	Sesión práctica 2	Series longas ou pirámide (según categoría)
18:30	Clausura	Finalización da xornada

Responsable da sesión:

- Mayka Jueguen Lago

Os/As atletas e adestradores/as persoais deberán confirmar a súa presenza a través da seguinte ligazón: <https://forms.gle/2mRGjvkBu3CK6pgB8> antes das 20:00 horas do venres 14 de febreiro.

- 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	
Aitana Díaz Rodríguez	AT. Femenino Celta
Alba Vázquez Galán	Atlética Lucense
Antón Díaz Gómez	Club Atletismo Naron
Daniela Rodríguez Pérez	AT. Femenino Celta
Darío González Calvo	AC.D. Piringalla
Diego Lema Santiago	Club Atletismo Negreira
Lara Alarcón García	AC.D. Piringalla
Mateo Valcarcel Fernández	ADAS CUPA
Pablo Pérez Sánchez	Club Atletismo Sada
Paula Cela Núñez	ADAS CUPA
Sofía Costas Casas	AC.D. Piringalla
Tomás Bautista Bugarín	Club Atletismo Porriño
SUB 18	
Alba Morales Pedreira	Marineda Atlético
Diego García González	R.C.Celta
Icía Ares Betanzos	Ourense Atletismo
Laura Vidal Delgado	AT. Femenino Celta
Marta García García-Boente	Atlética Lucense
Nadir Moreira Gómez	Ames Atletismo Savante
Natalia González Pérez	AT. Femenino Celta
Sabela Pena Fernández	Club Atletismo Sada
SUB 20	
Aldara Meilán García	Atlética Lucense
Andrea Caínzos García	La Mochila del Deporte
Andrés González Pérez	R.C.Celta
Celtia Bedia Martínez	Club Atletismo Naron
Natalia Rivas Iglesias	Ría Ferrol C. Arenal
Nicolás Collazo Santamaría	Ames Atletismo Savante
Noa Abelleira Hernández	Lucus Caixa Rural
Pablo Sánchez Rivas	Marineda Atlético



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

A Coruña, 10 de febreiro do 2025

Yolanda González Fernández
Secretaria Xeral da Federación Galega de Atletismo