

CIRCULAR 196-2025.

SESIÓN TÉCNICA DO SECTOR DE MARCHA ATLÉTICA

O día 20 de decembro 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 20 de decembro
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 marcha
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 pirámide (según categoría)
18:30	Clausura	Finalización da xornada

Responsable da sesión:

- Mayka Jueguen Lago

Colaborador da sesión:

- Jose Ángel Rodríguez Casal

Os/As atletas e adestradores/as persoais deberán confirmar a súa presenza a través da seguinte ligazón: <https://forms.gle/guMczCQzHyh9fFKA> antes das 22:00 horas do Martes 16 de decembro.

- É importante indicar posibles alerxias ou intolerancias.



ATLETAS CONVIDADOS/AS	
SUB 14	
Juán Pernas Facal	Ames Atletismo Savante
Diego Rodríguez Zuluaga	Lucus Caixa Rural
Sara Cabado Rodríguez	Atlética Lucense
Irene Alvarado Sordo	Comesaña Sporting Club
SUB 16	
Aitana Díaz Rodríguez	AT. Femenino Celta
Alba Vázquez Galán	Atlética Lucense
Ana Barreiro López	C. A. Millarraio
Antón Díaz Gómez	Club Atletismo Naron
Daniela Rodríguez Pérez	AT. Femenino Celta
Darío González Calvo	AC.D. Piringalla
Diego Lema Santiago	Club Atletismo Negreira
Mateo Valcarcel Fernández	ADAS CUPA
Pablo Pérez Sánchez	Club Atletismo Sada
Paula Cela Núñez	ADAS CUPA
Mateo Miñan Otero	S. G. Pontevedra
SUB 18	
Nadir Moreira Gómez	Ames Atletismo Savante
Diego García González	R.C.Celta
Icía Ares Betanzos	Ourense Atletismo
Laura Vidal Delgado	AT. Femenino Celta
Ximena Vidal Delgado	AT. Femenino Celta
Raquel Taboada Zapata	Comesaña Sporting Club
Natalia González Pérez	AT. Femenino Celta
Sabela Pena Fernández	Club Atletismo Sada
SUB 20	
Nicolás Collazo Santamaría	Ames Atletismo Savante
Andrea Caínzos García	La Mochila del Deporte
Noa Abelleira Hernández	Lucus Caixa Rural
Celtia Bedia Martínez	Club Atletismo Naron
Natalia Rivas Iglesias	Ría Ferrol C. Arenal



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, 11 de decembro de 2025

Yolanda González Fernández
Secretaria Xeral da Federación Galega de Atletismo