

115-2026. SESIÓN DE PORTAS ABERTAS DO SECTOR DE LANZAMENTOS

Co obxectivo de seguir impulsando o crecemento técnico e a participación na nosa comunidade, a Federación Galega de Atletismo, a través do Plan Galego de Tecnificación Atlética (PGTA), organiza unha xornada de portas abertas do sector de lanzamentos.

Esta iniciativa nace coa firme intención de acercar as disciplinas de lanzamentos a todos os deportistas e adestradores/as da nosa federación, creando un espazo de encontro común onde compartir coñecementos e fomentar o interese por este sector.

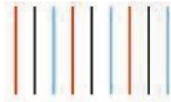
A sesión terá un marcado carácter de aprendizaxe e colaboración, enfocándose principalmente en resolver todo tipo de dúbidas a atletas e adestradores. Tanto a nivel practico como teórico. Cada participante pode vir con unha proposta personal, á que os adestradores responsables poidan axudar. Nesta ocasión, a sesión irá orientada ao lanzamento de disco e martelo. Noutra ocasión realizarase a mesma sesión orientada a lanzamento de peso e xavelina.

A xornada está aberta a todas as categorías dende a categoría sub14 ata a categoría máster. Para poder participar, será imprescindible contar coa licenza en vigor, sexa de adestrador ou de atleta.

Os interesados deberán confirmar a súa asistencia a través do formulario adxunto

- Ligazón ao formulario: <https://forms.gle/jgRupUBojttdxtB77>
- Prazo límite: martes 26 de maio ás 20:00

Nota importante: É imprescindible inscribirse dentro do prazo indicado para poder participar e facilitar a xestión dos espazos e o material necesario.



DETALLES DA SESIÓN

Lugar:	Pontevedra - Centro Galego de Tecnificación (CGTD) https://maps.app.goo.gl/LMDnwMXTV8YSbrJ89
Data:	Sábado 30 de maio de 2026
Horario:	16:30 a 19:30

Distribución horaria da xornada:

16:30 a 17:00	Recepción e presentación de asistentes
17:00 a 18:30	Charla con dúbidas e intereses na sesión
18:30 a 19:30	Sesión técnica de campo

Responsable da sesión:

- Frank Casañas Hernández (disco)

Colaborador:

- José Manuel Hermida García (martelo)

Os/As atletas e adestradores/as persoais deberán confirmar a súa presenza a través da seguinte ligazón: antes das 20:00 horas do mércores 27 de maio.

- 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.

A Coruña, a 21 de maio do 2026

Yolanda González Fernández
Secretaría Xeral da Federación Galega de Atletismo