CIRCULAR 181-2026

XORNADA DE FORMACIÓN TÉCNICA DE ESPECIALIZACIÓN E SEGUEMENTO DE TRAILRUNNING

A Federación Galega de Atletismo (FGA) e a Real Federación Española de Atletismo (RFEA), no eido do Programa Nacional de Tecnificación Deportiva (PNTD) para 2026 da RFEA, coa colaboración do Concello de Cuntos, organizan a seguinte Xornada Técnica de Especialización e Seguemento de Trailrunning.

Data:	14 de Novembro de 2026
Horario:	9:45 a 18:00 horas (xantar incluído)
Lugar:	Pistas das Canteiras, Cuntis (Pontevedra) https://maps.app.goo.gl/LEtA67FM71YoHPjN6

Coordinador da xornada Delegado de protección e salvagarda	Iván Sangiao Darriba
Responsable do sector FGA	Iván Sangiao Darriba
Adestrador Especializado RFEA	Raúl López Martín

Obxectivos da xornada:

- Xestión eficiente do material, equipamento obrigatorio e o seu uso en adestramentos
- Optimizar a técnica en subidas

Distribución horaria da xornada:

9:45 a 10:00	Recepción	Recepción de atletas e adestradores por parte do coordinador da xornada
10:00 a 11:30	Sesión teórica	Material e equipamento de adestramento e competición. Calendario e tipos de competicións de trailrunning
11:30 a 13:00	Sesión práctica 1	Exercicios técnicos en pista con transferencia á montaña
13:30-15:00	Xantar e descanso	
15:15 a 16:15	Charla para atletas e adestradores	"Nutrición para atletas de trailtunning" - Irene Mirás
16:15 a 17:45	Sesión práctica 2	Adestramento específico de subidas en montaña
18:00	Clausura	Finalización da xornada

A confirmación de asistencia ou renuncia realizárase a través da seguinte ligazón: https://forms.gle/GG5DDq7scp1sbVDC6 antes das 20:00 horas do martes 10 de novembro:

RELACIÓN PROVISIONAL DE ATLETAS E ADESTRADORES PARTICIPANTES NA SESIÓN			
ATLETA	CLUB	NACEMENTO	ADESTRADOR
ADRIAN BLANCO FUENTES	PINPO	29/04/2010	ANTONIO CARBALLAL GONZÁLEZ
ALMA PEREIRA FERNÁNDEZ	COMPO	01/02/2010	MONTSERRAT CARREIRA COSTAS
DIEGO FERREIRA VÁZQUEZ	SDCC	15/04/2009	JOSÉ MANUEL GARCÍA ESTÉVEZ
ELIA GONZÁLEZ BLANCO	LUELU	30/06/2012	JAVIER PIÑEIRO BLANCO
EREA ABELLEIRA PIÑEIRO	LUELU	07/11/2012	JAVIER PIÑEIRO BLANCO
JUDITH BARROS CAMPOS	MRÑPO	21/9/2012	-
LÍA NUÑEZ CARRASCAL	LUELU	21/09/2012	JAVIER PIÑEIRO BLANCO
LUCÍA TABOADA CODESIDO	SDCC	27/06/2010	AMADOR PENA TORREIRA
MARCOS BARCALA LÓPEZ	TMBC	01/07/2011	-
NICOLÁS LORENZO CASTRO	ESTPO	06/07/2010	MARCOS OTERO RODRIGUEZ
NOA LÓPEZ GÓMEZ	LUELU	14/11/2012	JAVIER PIÑEIRO BLANCO
PABLO BARREIRO IGLESIAS	PINPO	11/02/2011	ANTONIO CARBALLAL GONZÁLEZ
TOMÁS BAUTISTA BUGARÍN	PORPO	31/03/2010	-
XABIER VALENCIA RDGZ.	ASEOR	11/11/2010	-
XULIA VIDAL TUBÍO	SDCC	25/08/2009	JOSÉ MANUEL GARCÍA ESTÉVEZ
RESERVAS			
AINOA GALÁN AMO	MRÑPO	23/06/2011	-
IRENE BALADO ALONSO	COMPO	10/09/2010	MONTSERRAT CARREIRA

CONFIRMACIÓNS: Todos os atletas e adestradores convocados (incluídos os reservas) deben confirmar a súa participación na actividade completando a ligazón. Se non se recibe confirmación, seleccionaranse outros atletas dos reservas que confirmaron. Os adestradores sen licenza de adestrador/monitor en 2026 non poderán participar.

Ademais, os adestradores con licenza nacional ou autonómica da Federación Galega de Atletismo (FGA), aínda que non teñan atletas programados para esta sesión, poderán solicitar a súa participación na xornada presentando unha solicitude dentro do prazo de confirmación mencionado anteriormente a tecnificacion@atletismo.gal. O Comité Técnico da FGA deberá considerar a súa participación relevante para o deporte dentro das súas respectivas rexións para as categorías Sub-16 e Sub-18.

Todos os adestradores persoais e convidados que participen na Conferencia deberán ter completado o Curso Mundial de Protección do Atletismo (Curso de Conceptos Básicos de Protección).

Curso de Protección da W.A.: https://elearning.worldathletics.org/access/login

Ademais, deberán presentar o certificado de finalización do curso antes da Conferencia a través da seguinte ligazón. Se non o fan antes do martes anterior á Conferencia, serán excluídos para a participación, a menos que o certificado xa fose presentado.

Adxuntar certificado de finalización do curso: https://rfea.typeform.com/to/MkaulHyr

TRANSPORTE

Os atletas seleccionados desprazaranse á actividade pola súa conta.

Os adestradores seleccionados deben informar ao coordinador da actividade, no mail tecnificacion@atletismo,gal , os seus plans de transporte co fin de non incurrir en gastos de desprazamento innecesarios.

Todos os atletas e adestradores irán directamente ás instalacións designadas na data e hora indicadas.

GASTOS DE DESPRAZAMENTO

A federación poderá financiar os gastos de desprazamento dos participantes, Para elo, deberase cumplimentar o xustificante que se atopa na seguinte ligazón: https://atletismo.gal/desplazamiento-pntd/

Dito xustificante débese enviar a tecnificacion@atletismo.gal , xunto cun ticket de repostaxe de combustible con data o día da xornada. Os gastos de peaxe non serán abonados. Dita documentación deberase enviar con data límite tres días despois da realización da xornada. Pasado dito prazo, non se aboarán desprazamentos.

Además, os desprazamentos deberanse axustar ás necesidades por zonas. Desta forma, evitarase presentar varios gastos de desprazamento dunha mesma localidade, se esto se pode evitar viaxando acompañados.

É obrigatorio que todos os participantes menores de 18 anos presenten o formulario de autorización, que se atopa ao final desta circular, ao coordinador da actividade para poder participar:

Federación Galega de Atletismo
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
RFEA ATLETISMO

HOJA DE AUTORIZACIÓN (solo para atletas menores de edad)

Don/Doña _____,

con D.N.I. nº _____como padre/madre/tutor responsable

del atleta _____,menor de edad:

AUTORIZO a mi hijo a acudir y participar en la actividad antes descrita bajo el acompañamiento y tutela de los técnicos designados y publicados por la FEDERACIÓN GALEGA DE ATLETISMO.

Asimismo, declaro que tanto el menor autorizado como el abajo firmante conocemos y aceptamos las normas de convivencia y disciplina de dicha actividad y doy MI CONSENTIMIENTO para:

- que en caso de urgencia los Servicios Médicos oportunos realicen reconocimiento médico y el tratamiento de cualquier proceso crónico o agudo que pueda padecer el menor durante la actividad.
- que en caso de indisciplina grave se estudien las medidas de corrección y el eventual regreso a casa antes de la finalización prevista de la actividad.
- que salga del recinto del alojamiento/comida en los periodos previstos de descanso durante la actividad, por la localidad donde se celebra la misma, previa autorización del responsable de esta.

Firmado: _____

En _____, a _____de _____de _____

Teléfonos de contacto de los padres durante la concentración:

Teléfonos de contacto: _____/_____

Consiento expresamente a la Real Federación Española de Atletismo (en adelante RFEA), con domicilio en Calle Virgilio 2, Ciudad de la Imagen, Pozuelo de Alarcón, Madrid 28223 y a la Federación Galega de Atletismo a utilizar gratuitamente, de forma no exclusiva, a nivel mundial y por el tiempo legalmente establecido conforme a la legislación española, la imagen de mi hijo/a captada en fotografías y grabación de video; siendo las imágenes tomadas exclusivamente durante el desarrollo de las concentraciones, entrenamientos, entrevistas y cualesquiera otros eventos relacionados con la actividad deportiva y respetando en todo momento la dignidad y honor personal del menor, para su reproducción, edición, distribución, transformación y comunicación pública en cualquier medio de comunicación, escrito y/o audiovisual, electrónico, digital, en Internet presente y futuro, en particular, pero sin estar limitado a ello, en:

-Los sitios web www.rfea.es y www.atletismo.gal

-Los sitios web y/o perfiles en redes sociales de RFEA y FGA, la Intranet de RFEA y de la FGA y cualquier sitio web perteneciente a sociedades debidamente autorizadas por RFEA y FGA, en particular los medios de comunicación y patrocinadores de RFEA y FGA que vayan a informar del Evento.

Confirmo estar informado de las políticas, protocolos y códigos de conducta de Salvaguardia y Protección de la RFEA, y de la existencia de una delegada de protección de la RFEA, aandres@rfea.es.

A Coruña, 30 de outubro de 2026

GONZALEZ FERNANDEZ YOLANDA - 32663747K

Firmado digitalmente por GONZALEZ FERNANDEZ YOLANDA - 32663747K
Nombre de reconocimiento (DN): c=ES, serialNumber=IDCES-32663747K, givenName=YOLANDA, sn=GONZALEZ FERNANDEZ, cn=GONZALEZ FERNANDEZ YOLANDA - 32663747K
Fecha: 2026.10.30 13:30:46 +01'00'

Yolanda González Fernández

Secretaria Xeral da Federación Galega de Atletismo