

INDICE GENERAL

1. RESUMEN GENERAL	3
2. FORMACIÓN ACADÉMICA	4
3. EXPERIENCIA LABORAL	4
3.1. Experiencia en la docencia universitaria	4
3.2. Experiencia en la docencia de Educación Secundaria	5
3.3. Experiencia como ponente y conferenciante	5
3.4. Experiencia docente en otros ámbitos	6
4. PUBLICACIONES	7
5. EXPERIENCIA EN LA GESTIÓN	9
5.1. Experiencia en la gestión académica	9
5.2. Experiencia en la gestión deportiva	9
5.2.1. Experiencia en la organización de eventos atléticos	10
5.2.2. Experiencia en la gestión de patrocinios públicos y privados	11
5.2.3. Experiencia en la gestión de recursos humanos	12
6. EXPERIENCIA COMO ENTRENADOR	12
5.1. Entrenador de atletas	12
5.2. Preparación física	12
5.3. Experiencia en la formación de entrenadores	13
7. EXPERIENCIA COMO ATLETA	13
7.1. Información general	13
7.2. Medallas en Campeonatos de España	15
7.3. Récords de España establecidos	16
7.4. Récords de Galicia establecidos	16
7.5. Actuaciones con la Selección Española de Atletismo	17
7.6. Títulos de Campeón de Galicia	18
7.7. Progresión de los registros	19
8. PREMIOS Y DISTINCIONES	20

1. RESUMEN GENERAL

Isidoro Hornillos Baz nació el 27 de abril de 1957 en Castronuño (Valladolid). A los 7 años su familia se desplaza a Sada (La Coruña) por motivos laborales, lugar en el que fija su residencia. En Galicia, con 16 años, comienza a practicar atletismo, deporte al



que ha seguido vinculado de forma permanente hasta la actualidad. Vivió en Madrid en la etapa de 1975 a 1986 en la Residencia Joaquín Blume, actual Centro de Alto Rendimiento. Ha sido deportista olímpico en los Juegos de Moscú 1980 (400 y 4x400), campeón de España y plusmarquista nacional absoluto en diversas ocasiones. Con la Selección Española fue internacional en 25 ocasiones en carreras de velocidad.

A nivel profesional es profesor de la Facultad de Ciencias del Deporte y la Educación Física, antiguo INEF Galicia (Universidad de A Coruña) desde 1990, impartiendo diversas materias, la mayoría vinculadas al atletismo. Anteriormente fue profesor de Educación Física en varios institutos gallegos y

Director del Servicio Municipal de Deportes del ayuntamiento de Culleredo (A Coruña).

Desde 2007 es presidente de la Federación Gallega de Atletismo, responsabilidad que compagina en la actualidad con la presidencia de la Unión de Federaciones Deportivas Gallegas (UFEDEGA). También es vicepresidente de la recientemente constituida Confederación de Federaciones Autonómicas Deportivas de España (COFADE) y miembro de la Junta Directiva de la *Asociación Galega de Xestores Deportivos* (AGAXEDE).

Ha sido Director Técnico de la Federación Gallega de Atletismo (1988-2006); entrenador de velocistas y saltadores desde (1988 hasta 1994). Asimismo fue fundador (1993) del Club Atletismo Sada (CAS), siendo también su primer presidente.

Fundador y Director del programa de Televisión de Galicia (TVG2) *Citius, Altius, Fortius*, espacio exclusivo de información semanal sobre el atletismo gallego producido por la Federación Gallega de Atletismo y emitido desde el año 2011. Profesor en la actualidad de la Escuela Gallega Entrenadores. Colaborador de La Voz de Galicia. Autor de diversos libros y publicaciones sobre temáticas deportivas, tanto sobre rendimiento deportivo como de actividad física saludable. Ha dirigido un grupo de investigación sobre aspectos vinculados a la *influencia de la actividad física sobre la salud*, área en el que ha desarrollado diversos proyectos de investigación.

En la actual legislatura es miembro de la Junta de Gobierno de la Real Federación Española de Atletismo en calidad de representante de las Federaciones Deportivas Autonómicas. También es integrante de la Comisión de Evaluación de los Deportistas Gallegos de Alto Nivel (Xunta de Galicia); miembro de la Comisión Permanente del Departamento de Educación Física y Deportes de su facultad y componente de la

Comisión de Evaluación de Becas a Deportistas de la Diputación Provincial de A Coruña.

Entre otros premios recibidos, posee la Medalla al Mérito Deportivo de la Xunta de Galicia (2012); Medalla de Oro del Real Club Deportivo de A Coruña (1980); Mejor Gestor Deportivo de Galicia (2012); Premio Extraordinario por la Universidad de A Coruña, por su Tesis Doctoral Fuerza máxima y explosiva en la carrera rápida (2.000). Está casado desde 1987 y tiene una hija nacida en 1990.

[**VOLVER AL ÍNDICE GENERAL**](#)

2. FORMACIÓN ACADÉMICA

- Doctor en Educación Física. Programa de Fundamentos de la motricidad humana y del rendimiento deportivo. Universidad de A Coruña. Año 2000
- Licenciado en Educación Física. Universidad Politécnica de Madrid. Instituto Nacional de Educación Física de Madrid (INEF). Promoción de 1986.
- Máster en Alto Rendimiento Deportivo. Universidad Autónoma de Madrid y Comité Olímpico Español. Año 1996.
- Especialista en Fisiología del Esfuerzo. Departamento de Fisiología de la Universidad de Santiago de Compostela. Año 1989.
- Entrenador Nacional de Atletismo. Escuela Nacional de Entrenadores de la Real Federación Española de Atletismo. Año 1989.
- Curso de Iniciación a la Medicina y Ciencias del Deporte. Comité Olímpico Español y Federación Española de Medicina Deportiva. Año 1993.
- Curso de Jefes de Campamento, Albergue y Colonia. Consejo General de Profesores de Educación Física de España. Escuela de Aire Libre y Recreación. Madrid, 1986.
- Oficial Industrial y Maestro Industrial en Electrónica. Ministerio de Educación y Ciencia. Madrid 1979.
- Idiomas: español (nativo); gallego (básico); inglés (básico).
- Asistente a más de 100 Congresos; Jornadas, Seminarios y Cursos sobre Educación Física y entrenamiento deportivo.

[**VOLVER AL ÍNDICE GENERAL**](#)

3. EXPERIENCIA LABORAL

3.1. Experiencia en la docencia universitaria

- Profesor de la Facultad de Ciencias del Deporte y la Educación Física (Universidad de A Coruña), desde 1990 hasta la actualidad. Relación de asignaturas impartidas según los diferentes Planes de Estudios y la transformación de la Licenciatura en Título de Grado: *Deportes I* (Atletismo); *Aplicación Deportiva Específica I* (Atletismo); *Aplicación Deportiva Específica II* (Atletismo); *Habilidades Atlético Básicas y su Didáctica*; *Maestría en Atletismo I*; *Maestría en Atletismo II*; *Habilidades Atlético*; *Atletismo y su Didáctica*; *Maestría* (Velocidad y Saltos); *Prácticum*; *Trabajo*

Fin de Grado; Avances en entrenamiento de fuerza y resistencia. Tercer Ciclo. Programas de Doctoramiento. Cursos de Postgrado y de Máster.

- Profesor de la asignatura “*Teoría y práctica del acondicionamiento físico*” (1998-2000) en la Facultad de Ciencias de la Educación. Especialidad de Educación Física. Área de conocimiento: Didáctica de la expresión corporal. Departamento de Didácticas Especiales (Universidad de A Coruña).
- Profesor de la Universidad Senior desde el curso 2002/2003 hasta la actualidad, impartiendo la materia *Actividad Física Saludable* (Universidad de A Coruña).



[**VOLVER AL ÍNDICE GENERAL**](#)

3.2. Experiencia en la docencia de Educación Secundaria

- Profesor de *Educación Física* del Instituto de Formación Profesional Fernando Blanco de Cee. Consellería de Educación. Xunta de Galicia. Desde el 21 de enero de 1987 hasta el 31 de septiembre de 1987.
- Profesor de *Educación Física* del Centro de Enseñanzas Integradas de Hacia dama – O Burgo (Culleredo). Consellería de Educación. Xunta de Galicia. Desde el 1 de octubre de 1987 al 31 de septiembre de 1987.
- Profesor de *Educación Física* del Instituto de Formación Profesional de Monte Alto. A Coruña. Consellería de Educación. Xunta de Galicia. Desde el 1 de octubre de 1987 hasta el 20 de noviembre de 1990.

[**VOLVER AL ÍNDICE GENERAL**](#)

3.3. Experiencia como ponente y conferenciante

- Autor de más de 100 ponencias y comunicaciones en diferentes Congresos Nacionales e internacionales de Educación Física y Deportes sobre temas vinculados, prioritariamente, al entrenamiento de la condición física, en especial sobre la fuerza muscular y la velocidad; talentos deportivos; planificación deportiva y Deporte Escolar.

[**VOLVER AL ÍNDICE GENERAL**](#)

3.4. Experiencia docente en otros ámbitos

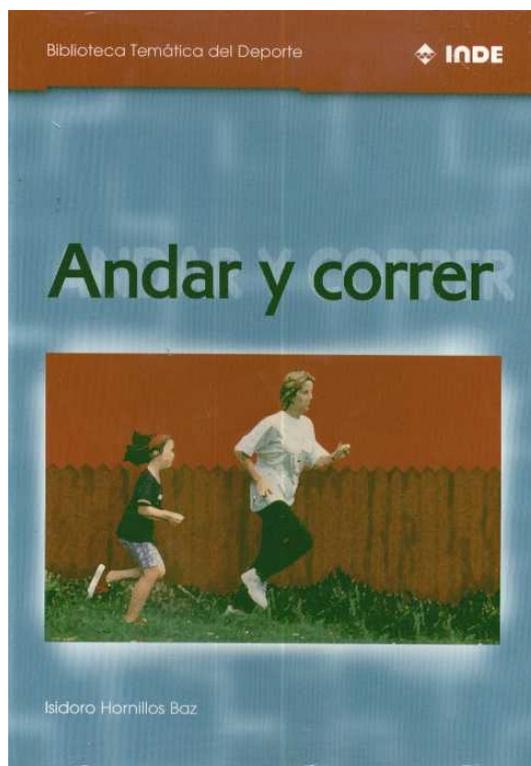
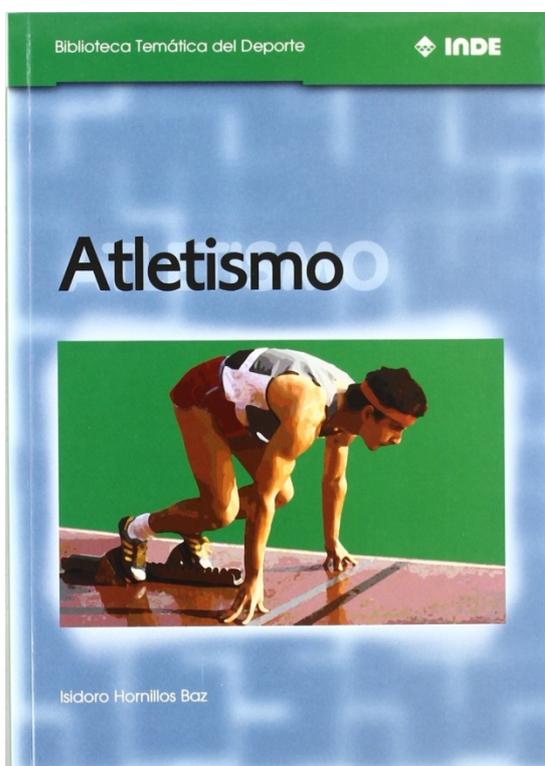
- Profesor: *Curso de Formación Profesional de técnico en actividades físicas y animación deportiva (TAFAD)*. Colegio Liceo La Paz. A Coruña, curso 1992/1993.
- Profesor: *Curso de Atletismo*. Curso de Formación continuada del profesorado. Consellería de Educación e Ordenación Universitaria. Xunta de Galicia. A Coruña, junio de 1990.
- Profesor: *Curso de Especialización de Profesores de Educación Física*. Consellería de Educación e Ordenación Universitaria. Xunta de Galicia. A Coruña, septiembre a diciembre de 1991.
- Profesor: *Curso de Especialización de Profesores de Educación Física*. Consellería de Educación e Ordenación Universitaria. Xunta de Galicia. A Coruña, noviembre a diciembre de 1994.
- Profesor: *Curso de Actividad Física e intención educativa: Educación Física formal y no formal*. Xunta de Galicia, concello de Rianxo e INEF de Galicia. Rianxo, 24 de marzo de 1996.
- Profesor: *Elementos de atletismo: didáctica de los saltos*. Curso de Formación continuada del profesorado. Consellería de Educación e Ordenación Universitaria. Xunta de Galicia. A Coruña, marzo y abril de 1996.
- Profesor: *Habilidades atléticas y su didáctica*. Curso de Formación continuada del profesorado. Consellería de Educación e Ordenación Universitaria. Xunta de Galicia. A Coruña, septiembre de 1996.
- Profesor: *Atletismo: carreras*. Curso de Formación continuada del profesorado. Consellería de Educación e Ordenación Universitaria. Xunta de Galicia. El Ferrol, abril y mayo de 1997.
- Profesor: *Elementos de atletismo: didáctica de los lanzamientos*. Curso de Formación continuada del profesorado. Consellería de Educación e Ordenación Universitaria. Xunta de Galicia. A Coruña, abril y mayo de 1997.
- Profesor: *Estrategias y recursos en la Educación Física*. Curso de Formación continuada del profesorado. Consellería de Educación e Ordenación Universitaria. Xunta de Galicia. A Coruña, noviembre y diciembre de 1997.
- Profesor. Seminario “*Motricidad y creatividad*”. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de A Coruña. A Coruña, 2000.

[VOLVER AL ÍNDICE GENERAL](#)

4. PUBLICACIONES

1. HORNILLOS, Isidoro. *El entorno del entrenamiento y la planificación a largo plazo de la población atlética gallega*. Centro Olímpico de Estudios Superiores. Madrid. [ISBN 854-87094-30-9](#)
2. HORNILLOS, Isidoro; TUIMIL, J.L. *Habilidades atléticas. Estudio*. Santiago de Compostela. Edicións Lea, 1995. 96 p. [ISBN 84-88553-96-X](#)
3. HORNILLOS, Isidoro. *Actividades dirigidas a la tercera edad*. En Tratado de actividad física y ocio, Mayán, JM y Millán, J.C.. Instituto Gerontológico Gallego. Universidad de Santiago Compostela, 1996. p. 115-127. [ISBN 84-606-2735-7](#)

4. HORNILLOS, Isidoro. *Entrenamiento y competición. Riesgo de Salud*. En Tratado de actividad física y ocio, Mayán, JM y Millán, J.C.. Instituto Gerontológico Gallego. Universidad de Santiago Compostela, 1996. p. 71-82. ISBN 84-606-2735-7
5. CAMIÑA; Francisco.; HORNILLOS, Isidoro. *Adestramento en seco dos nadadores de competición*. Santiago de Compostela. Edicións Lea, 1997. 112 p. ISBN 84-88553-28-5
6. HORNILLOS, Isidoro. *Introducción al estudio de las habilidades atléticas básicas*. Cuadernos Técnico Pedagógicos do INEF Galica. Oleiros, La Coruña, 1998. ISBN 8497-412-X
7. HORNILLOS, Isidoro. *Atletismo*. Barcelona. Editorial Inde. Barcelona, 2000. 106 p. ISBN 84-95114-21-6
8. HORNILLOS, Isidoro. *Andar y correr*. Barcelona. Editorial Inde. Barcelona, 2000. 102 p. ISBN 84-95114-10-0



9. HORNILLOS, Isidoro. *Caminante, se hace camino al andar*. Revista El Boticario del siglo XXI. Colegio Oficial de Farmacéuticos de La Coruña, 2001. Volumen X. p. 1-14.
10. FRAGUELA; R.; HORNILLOS, I.; LERA, A.; VARELA, L. *La actividad física en la tercera edad*. Centro de Documentación. Cuadernos Técnicos Pedagógicos. INEF Galicia. Oleiros, 2002. 128 p. ISBN 84-688-0490-8
11. HORNILLOS, Isidoro. *El entrenamiento de la velocidad en las categorías inferiores*. En Arufe, V. Nutrición, medicina y rendimiento en el joven deportista. Asoc Cultural Atlét. Gallega. Santiago de Compostela, 2005. p. 213-255. ISBN 84-609-5537-0
12. HORNILLOS, Isidoro; LERA, Ángela. *Fundamentos del entrenamiento de las capacidades físicas*. En Tratado de atletismo en el siglo XXI. De Arufe; V;

- Patiño, M.J. Asoc. Cultural Atlética Gallega. Santiago Compostela, 2005 p. 125-242. [ISBN 84-609-8921-6](#)
13. LERA, A., HORNILLOS, I. *Bases teóricas de la iniciación deportiva: concepto, objetivos, edad de inicio y finalización; fases sensibles y programación*. En Tratado de atletismo en el siglo XXI. De Arufe, V; Patiño, M.J. Asoc. Cultural Atlética Gallega. Santiago Compostela, 2005 p. 125-242. [ISBN 84-609-8921-6](#)
 14. ARUFE, V.; LERA, A.; HORNILLOS, I. *Fases del ciclo vital del deportista*. En Arufe, V., La iniciación deportiva. Un enfoque multidisciplinar. Asociación Cultural Atlética Gallega. Santiago de Compostela, 2006. p. 55-71. [ISBN 84-611-0550-8](#).
 15. HORNILLOS, Isidoro; LERA, A.; ARUFE, V. *Bases del entrenamiento de la velocidad en las categorías inferiores*. En Arufe, V., La iniciación deportiva. Un enfoque multidisciplinar. Asociación Cultural Atlética Gallega. Santiago de Compostela, 2006. p. 111-152. [ISBN 84-611-0550-8](#)
 16. HORNILLOS, Isidoro; LERA, A.; ARUFE, V. *Bases del entrenamiento de la flexibilidad en la iniciación deportiva*. En Arufe, V., La iniciación deportiva. Un enfoque multidisciplinar. Asociación Cultural Atlética Gallega. Santiago de Compostela, 2006. p. 153-173. [ISBN 84-611-0550-8](#)
 17. HORNILLOS, Isidoro; LERA, A.; ARUFE, V. *La iniciación deportiva. Un enfoque multidisciplinar*. En Arufe, V., La iniciación deportiva. Un enfoque multidisciplinar. Asociación Cultural Atlética Gallega. Santiago de Compostela, 2006. p. 153-173. [ISBN 84-611-0550-8](#)
 18. HORNILLOS, Isidoro; LERA, A.; ARUFE, V. *Bases del entrenamiento de la flexibilidad en la iniciación deportiva*. En Arufe, V., La iniciación deportiva. Un enfoque multidisciplinar. Asociación Cultural Atlética Gallega. Santiago de Compostela, 2006. p. 153-173. [ISBN 84-611-0550-8](#)
 19. HORNILLOS, Isidoro; LERA, A.; ARUFE, V. *Modelos de planificación deportiva en jóvenes*. En Arufe, V., Entrenamiento en niños y jóvenes deportistas. Asociación Cultural Atlética Gallega. Santiago de Compostela, 2007. p. 51-82. [ISBN 978-84-611-6030-3](#)
 20. LERA, A; HORNILLOS, I. ARUFE, V. *El deporte en las Comunidades Autónomas*. En Arufe, V., Entrenamiento en niños y jóvenes deportistas. Asociación Cultural Atlética Gallega. Santiago de Compostela, 2007. p. 315-330. [ISBN 978-84-611-6030-3](#)
 21. HORNILLOS, Isidoro. *Deporte, mujer y rendimiento deportivo*. En I Xornadas Muller e Deporte. Libro de actas. De Pazos, J.M. Universidad de Vigo, 2007. p. 24-36. [ISBN 978-84-89444-95-9](#)
 22. HORNILLOS, Isidoro. *La capacidad acelerativa en el deporte*. En I Congreso Internacional de Atletismo de la UCAM. Revista de Ciencias de la AF y el Deporte. Universidad Católica de Murcia, 2010. p. 12-14. [ISBN 84-606-2735-7](#)
 23. HORNILLOS, Isidoro. *Hacia una Ley de Protección del Deporte Escolar*. En Educ Física y Deporte, promotores de una vida saludable, Ruíz, F. y cols. FEAFED, 2013, p.149-156. [ISBN 978-84-939424-5-8](#)
 24. Autor de más de 100 artículos de información técnica sobre el atletismo en el Diario La Voz de Galicia, publicados en los últimos años

[VOLVER AL ÍNDICE GENERAL](#)

5. EXPERIENCIA EN LA GESTIÓN

5.1. Experiencia en la gestión académica

- Entre otras responsabilidades, ha sido subdirector de Ordenación Académica del Instituto Nacional de Educación Física de Galicia (INEFG); miembro del Comité Organizador de 25 congresos de Educación y Física y Deportes; miembro del Tribunal de Fin de Grado (TFG) y de la Comisión Permanente del Departamento de Educación Física y Deportiva de la Facultad de Ciencias del Deporte y la Educación Física (Universidad de A Coruña); presidente de la Comisión de Doctoramiento; miembro del Tribunal de Pruebas de Acceso al INEF Galicia; miembro del Comité Científico de 19 congresos de Educación y Física y Deportes.

[VOLVER AL ÍNDICE GENERAL](#)

5.2. Experiencia en la gestión deportiva

- Presidente de la Federación Gallega de Atletismo. Desde el 2007 hasta la actualidad (2015)
- Presidente de la Unión de Federaciones Deportivas Gallegas (UFEDEGA). Desde 2015 hasta la actualidad (2015).
- Director Técnico de la Federación Coruñesa de Atletismo. 1987 hasta 1988.
- Director Técnico de la Federación Gallega de Atletismo. 1988-2006.
- Al margen de la experiencia como Director Técnico, ha colaborado en programas vinculados al atletismo con otros organismos públicos gallegos (Concellos, Diputaciones Provinciales o Xunta de Galicia).
- Asimismo, fue el responsable de diseñar el actual Plan Gallego de Tecnificación Atlética derivado del Plan N.I.T.A. (Núcleos de Iniciación y Tecnificación Atlética Gallegos).
- Impulsó en Galicia con carácter experimental el Circuito Municipal de Atletismo en Pabellones Cubiertos, con la inestimable colaboración de estudiantes de su facultad (INEF Galicia), antes de que se organizase en España el *Torneo Nacional Jugando al Atletismo*.
- Esta positiva experiencia posibilitó, años más tarde, la inclusión del programa *Xogando ao Atletismo*, dentro de la oferta del *Deporte na Escola* que desarrolló la Dirección Xeral de Deportes de la Xunta de Galicia, complementado con la campaña de Campo a Través, Pista Cubierta y Pista al Aire Libre.
- Fundador y primer presidente del Club Atletismo Sada (CAS). Año 2004.
- Miembro de la Junta de Gobierno de la RFEA desde el 2007 hasta la actualidad como representante de las Federaciones Territoriales.
- Miembro de la Comisión de Evaluación de Deportistas Gallegos de Alto Nivel (DEGAN) de la Xunta de Galicia. Desde 2007 hasta la actualidad (2015).
- Miembro de la Comisión de Evaluación de Bolsas para Deportistas. Diputación Provincial de A Coruña. Desde 2007 hasta la actualidad (2015).

- Asimismo, ha diseñado e impulsado el Plan N.I.T.A. (Núcleos de Iniciación y Tecnificación Atlética Gallegos), tras dirigir una Campaña de Captación de Talentos Deportivos en la que se estudiaron a 7000 niñ@s galleg@s (1995).
- Fundador y Director del programa de la Televisión de Galicia *Citius, Altius, Fortius*, producido por la Federación Gallega de Atletismo. Desde mayo de 2012 hasta la actualidad (2015).
- Miembro en la actualidad de la Junta Directiva de la Asociación Galega de Xestortes Deportivos (AGAXEDE) (2015)
- Subdirector de la Revista Galicia Atlética. Federación Gallega de Atletismo. Desde septiembre de 1994 hasta octubre de 1995.
- También posee experiencia en la gestión deportiva municipal, ya que fue Director del Servicio de Deportes del Concello de Culleredo (1986-1987).
- Con la Selección Española acudió como Jefe de Equipo a:
 - El encuentro internacional juvenil: Italia-España-Polonia, Chiuro 2008 (Italia).
 - Los XVI Juegos del Mediterráneo, Pescara 2009 (Italia).
 - Los Juegos Iberoamericanos, San Fernando, 2010 (España).
 - El Campeonato del Mundo Juvenil, Lille 2011 (Francia).
 - El XV Campeonato Iberoamericano, Barquisimeto 2012 (Venezuela).

VOLVER AL ÍNDICE GENERAL

5.2.1. Experiencia en la organización de eventos

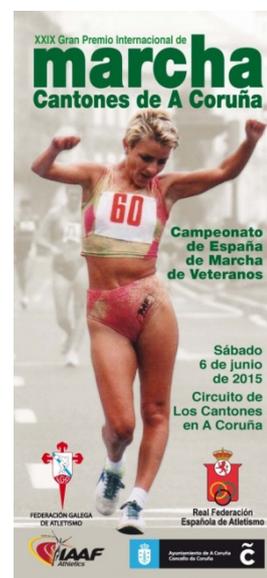
Durante los años en que ha ejercido de Director Técnico de la Federación Gallega de Atletismo así como, en la actualidad, asumiendo la responsabilidad de la presidencia de este organismo, ha colaborado activamente en la organización de eventos atléticos. Entre ellos:

CAMPEONATO	CATEGORÍA	CIUDAD	AÑO
España Aire Libre	Promesa	Ourense	1989
España Aire Libre	Veteranos	Vigo	1991
España Campo a Través Clubs	Absoluta	Vigo	1993
España Marcha Ruta	Absoluta	Ourense	1994
España Aire Libre de Federaciones	Absoluta, (2ª)	A Coruña	1996
España 10.000 metros	Absoluta	Pontevedra	1997
España Marcha Ruta	Absoluta	Ourense	1998
España Campo a Través	Absoluta	Ourense	2000
España Campo a Través	Universitario	Santiago	2000
España Campo a Través	Absoluta	O Burgo	2001
España Campo a Través	Universitario	Santiago	2002
España Marcha Ruta	Absoluta	A Coruña	2002
España Campo a Través	Absoluta	Santiago	2004
España Campo a Través	Absoluta	A Coruña	2010
España Campo a Través	Juvenil	Ourense	2000
España Campo a Través	Juvenil	Ourense Burgo	2001
España Aire Libre	Veteranos	Ourense	2002
España 10.000 metros	Absoluta	Pontevedra	2003
España Aire Libre	Junior	A Coruña	2003
España Aire Libre	Juvenil	Ferrol	2004

España Campo a Través	Juvenil	Santiago	2004
España Campo a Través	Juvenil	Santiago	2005
España Aire Libre	Juvenil	Ourense	2006
España Aire Libre	Juvenil	Ferrol	2006
España 10.000 metros	Absoluta	Vigo	2008
España Aire Libre	Cadete	Lugo	2008
España Aire Libre de Federaciones	Absoluta, (1ª)	Vigo	2010
España Aire Libre	10.000 m.	Pontevedra	2011
España Campo a Través	Universitario	A Coruña	2012
España Marcha Ruta	Absoluta	Pontevedra	2012
España Maraton	Absoluta y veteranos	A Coruña	2013
España de Marcha en Ruta	Veteranos	A Coruña	2013
España Media Maraton	Absoluta y veteranos	A Coruña	2014
España Marcha en ruta	Veteranos	A Coruña	2014
España de 10 km en Ruta	Absoluta y veteranos	Padrón	2015
España de Montaña	Absoluta y veteranos	Esgos	2015
España de Marcha Ruta	Veteranos	A Coruña	2015

Al margen de los Campeonatos de España, también posee gran experiencia organizativa en una competición que se celebra cada año: el Gran Premio Internacional Cantones de A Coruña, que en el año 2016 cumple ya su XXX edición y que forma parte de la Challenge mundial (IAAF). En este escenario ya se realizó la primera Copa de Europa de Marcha Atlética y la Copa del Mundo en el año 2006.

En el ámbito de las carreras de ruta impulsó en A Coruña las tres pruebas que en la actualidad forman parte del calendario de la RFEA (A Coruña 10; A Coruña 21 y A Coruña 42) y que también fueron también sede de diferentes campeonatos de España tanto absolutos como veteranos.



[VOLVER AL ÍNDICE GENERAL](#)

5.2.2. Experiencia en la gestión de patrocinios y acuerdos con entidades públicas y privadas

Como presidente de la Federación Gallega de Atletismo ha dedicado una parte substancial de su gestión a impulsar acuerdos y convenios de colaboración con entidades públicas y privadas. Entre ellas destacan:

- La Secretaría Xeral para o Deporte de la Xunta de Galicia
- Diputación Provincial de A Coruña
- Diputación Provincial de Lugo
- Diputación Provincial de Ourense
- Diputación Provincia de Pontevedra
- Ayuntamiento de A Coruña

- Ayuntamiento de Lugo
- Ayuntamiento de Ourense
- Ayuntamiento de Pontevedra
- Ayuntamiento de Santiago de Compostela
- Ayuntamiento de Vigo
- Ayuntamiento de Ferrol
- Ayuntamiento de O Barco de Valdeorras
- Universidad de A Coruña
- Universidad de Santiago de Compostela
- Universidad de Vigo
- Sociedad Galega do Medio Ambiente (SOGAMA)
- Mar de Couso
- Caixa Galicia
- La Caixa
- Cruz Roja
- .../...

[**VOLVER AL ÍNDICE GENERAL**](#)

5.2.3. Experiencia en la gestión de recursos humanos

Desde que se vinculó a la Federación Gallega de Atletismo en calidad de Director Técnico y más tarde como presidente, ha desarrollado una gran experiencia en la gestión de los recursos humano (RRHH), tanto empleados como colaboradores. Este proceso que incluye la selección, contratación y formación del personal se ve prolongado en la actualidad con la presidencia de la Unión de Federaciones Deportivas Gallegas (UFEDEGA).

[**VOLVER AL ÍNDICE GENERAL**](#)

6. EXPERIENCIA COMO ENTRENADOR

6.1. Entrenador de atletas

Después de su retirada como atleta creó un grupo de entrenamiento en las pistas del INEF Galicia (Bastiagueiro- Oleiros, A Coruña), en especial velocistas. Fue una etapa corta de 5 años (1990-1995), ya que sus responsabilidades posteriores le impidieron disponer del tiempo necesario para asumir plenamente esta gran responsabilidad. Entre otros atletas, preparó a Roberto Faya, estudiante de la Facultad, y que llegó a ser subcampeón de España Promesa de Pista Cubierta (49,07); Pablo Pérez, plusmarquista gallego absoluto de 50 metros en pista cubierta (5"97 y 5"96); Julio Fernández, 5"98 en 50 metros (récord gallego absoluto en sala); Cristina Veiga, plusmarquista gallega de 100 y 200 m.); Rubén Piñeiro; Jesús Díaz, Suso Platas, Diego Paz, Angel Fidalgo... etc.

6.2. Preparación física

- También fue preparador físico del equipo profesional del Club Liceo Hockey Patines de A Coruña, consiguiendo los títulos de la Liga Española, Copa del Rey, Campeón de Europa y Campeón de la Copa Intercontinental. Asimismo también fue preparador físico de la Selección Española de Hockey sobre Patines. Estuvo vinculado a este deporte durante sólo tres temporadas (1991-1994).

[VOLVER AL ÍNDICE GENERAL](#)

6.3. Experiencia en la formación de entrenadores

- Director y profesor de 12 *Cursos de Formación de Técnicos en Atletismo*, realizados en diversas localidades gallegas. Secretaría Xeral para o Deporte de la Xunta de Galicia y Diputación Provincial de A Coruña (1989).
- Director y profesor de 10 *Cursos de Monitor Nacional de Atletismo*. Escuela Nacional de Entrenadores y Federación Gallega de Atletismo. (1989-2005).
- Profesor de 12 *Cursos de Monitor Nacional de Atletismo y de Entrenador de Club*. Escuela Nacional de Entrenadores y Federación Gallega de Atletismo. (2005-2016).
- Profesor: *Curso de Acceso a la Escuela Nacional de Entrenadores*. Escuela Nacional de Entrenadores (ENE) de la RFEA y Federación Gallega de Atletismo. A Coruña, 8 y 9 de mayo de 1993.
- Profesor: *La preparación física*. Escuela de Entrenadores de Hockey sobre Patines. Federación Española de Patinaje. Madrid, septiembre de 1993.
- En la actualidad, profesor de la asignatura de velocidad de la Escuela Gallega de Entrenadores.

[VOLVER AL ÍNDICE GENERAL](#)

7. EXPERIENCIA COMO ATLETA

7.1. Información general

- Sus inicios como atleta se produce en la temporada 1.973/74, en el Centro de Enseñanzas Integradas (CEI), antigua Universidad Laboral de La Coruña, dentro de la Campaña del Deporte Escolar, cuyo equipo de atletismo interviene activamente en todas sus fases, bajo la eficaz dirección del profesor de Educación Física Teodosio del Castillo
- En 1974 se proclama campeón gallego juvenil de 100, 200 y 4x100 metros. Un año más tarde (1975) consigue el título de campeón de España Escolar de 100 y 4x100 metros y subcampeón en 200 m. La Universidad Laboral obtiene el subcampeonato nacional escolar por quipos.
- A finales de 1.975 acepta una beca del Consejo Superior de Deportes para ingresar en el Centro de Alto Rendimiento (C.A.R.) de Madrid (Residencia Joaquín Blume). Durante más de 10 años (1975 - 1.986) permanece interno en esta institución, alternando su preparación deportiva con la formación académica. En este período consigue diversos títulos de campeón de España,

tanto de la categoría júnior como absoluta; intervenir en unos Juegos Olímpicos (Moscú-80) y superar varios récords nacionales absolutos. En la actualidad (2015) conserva las plusmarcas gallegas absolutas de 200 (21"12) y 400 metros (46"24).

- A nivel internacional, Isidoro Hornillos es atleta olímpico en 400 y 4x400 metros (Moscú-80); medalla de bronce de los Juegos Iberoamericanos (Barcelona-82) en 400 metros; bronce también en los Juegos del Mediterráneo (Casablanca-83); finalista (4º) con el equipo español de relevos 4x400 metros en la Universiada (México D.F.-79), en la que estableció un nuevo récord de España con 3,04,22, realizando la última posta en 45"20. También, fue subcampeón de Italia absoluto de Pista Cubierta de 400 metros (1982) y vencedor en el triangular absoluto entre Inglaterra-España e Italia en 400 metros (Pista Cubierta). Ha sido internacional con la selección española en 25 ocasiones, con 33 actuaciones.
- En 1984 sufre una grave lesión, dos meses antes de los Juegos Olímpicos de Los Ángeles, al sufrir el impacto en su pie izquierdo de un martillo que cayó en la pista de Santiago de Compostela, mientras realizaba su calentamiento para participar con el R.C.Deportivo en un encuentro de la Liga Nacional, lo que le mantuvo alejado varios meses de la práctica atlética e hipotecó notablemente su futuro atlético.
- Sus entrenadores fueron Julio Bravo (1975-1983) y Francisco López (1983-1986). Con el primero compartió entrenamientos con los atletas: Colomán Trabado, Benjamín González, integrantes también del relevo olímpico de Moscú-80, Andrés Vera (finalista olímpico en 1500); Carlos Azulay, plusmarquista español de los 400 m.v..., mientras que con el segundo lo hizo con Angel Heras, Javier Arques, Valentín Rocandio, Covadonga Mateos, Arturo Ortiz..., entre otros
- En 1975 fichó por el Real Club Deportivo de La Coruña, cuyos colores defendió hasta 1987, año en el que su Junta Directiva, que había sido nombrada recientemente, adopta la decisión de eliminar su sección de atletismo. En este período el Deportivo alcanzó la máxima categoría del atletismo español en la Liga Nacional de Clubes. Durante su última temporada (1987/88) como deportista federado se integró en el Club Atletismo Coruña
- Su retirada se produce en el año 1988, tras participar en el Campeonato Gallego Absoluto de 200 metros de Pista Cubierta, en el que consigue su último título autonómico (22"2) en La Coruña, aquejado de una lesión tendinosa (Aquiles), que le obligó en los últimos años a abandonar los 400 metros y afrontar la velocidad corta, lo que le permitió batir los récords gallegos de 100 metros en 1986 (10"55), y 200 (21"12) en 1983.

[VOLVER AL ÍNDICE GENERAL](#)



7.2. Medallas en Campeonatos de España

CAMPEONATO	RECINTO	PRUEBA	AÑO
Campeón de España Escolar	Aire Libre	100 m.	1.975
Campeón de España Escolar	Aire Libre	4x100 m.	1.975
Campeón de España Juvenil	Aire Libre	200 m.	1.975
Subcampeón de España Escolar	Aire Libre	200 m.	1.975
Subcampeón de España Juvenil	Aire Libre	200 m.	1.975
Campeón de España Junior	Aire Libre	400 m.	1.976
Campeón de España de los Juegos Sindicales	Aire Libre	100 m.	1.976
Campeón de España de los Juegos Sindicales	Aire Libre	200 m.	1.976
Campeón de España de los Juegos Sindicales	Aire Libre	4x100 m.	1.976
Campeón de España Militar	Aire Libre	4x400 m.	1.977
Subcampeón de España Militar	Aire Libre	200 m.	1.977
Subcampeón de España Absoluto	Pista Cubierta	400 m.	1.978
Campeón de España Absoluto	Pista Cubierta	400 m.	1.979
Campeón de España Absoluto	Aire Libre	400 m.	1.979
Subcampeón de España Universitario	Aire Libre	200 m.	1.979
Subcampeón de España Absoluto	Pista Cubierta	400 m.	1.980
Subcampeón de España Absoluto	Aire Libre	400 m.	1.980
Subcampeón de España Absoluto	Aire Libre	200 m.	1.981
Subcampeón de España Absoluto	Aire Libre	400 m.	1.981
Subcampeón de España Absoluto	Aire Libre	4x400 m.	1.981
Subcampeón de Italia Absoluto	Pista Cubierta	400 m.	1.981
Campeón de España Absoluto	Pista Cubierta	200 m.	1.982
Campeón de España Universitario	Aire Libre	200 m.	1.982
Campeón de España Universitario	Aire Libre	400 m.	1.982
Campeón de España Universitario	Aire Libre	4x400 m.	1.982
Bronce Campeonato de España Absoluto	Aire Libre	400 m.	1.982
Subcampeón de España Absoluto	Pista Cubierta	200 m.	1.983
Subcampeón de España Universitario	Aire Libre	100 m.	1.983
Bronce Campeonato de España Absoluto	Aire Libre	200 m.	1.983

Bronce Campeonato de España Universitario	Aire Libre	200 m.	1.983
Campeón de España Universitario	Aire Libre	100 m.	1.986
Subcampeón de España Universitario	Aire Libre	200 m.	1.986

[**VOLVER AL ÍNDICE GENERAL**](#)

7.3. Récords de España establecidos

PRUEBA	PRUEBA	RECINTO	MARCA	AÑO
Récord de España Absoluto	400 m.	Aire Libre	46"50	1.979
Récord de España Absoluto	400 m.	Aire Libre	46"24	1.979
Récord de España Absoluto	4x400 m.	Aire Libre	3'04"22	1.979
Récord de España Absoluto	4x200 m. (1)	Aire Libre	1'25"3	1.981
Récord de España Absoluto	300 m.	Pista Cubierta	34"2	1.982
Récord de España Absoluto	200 m.	Pista Cubierta	21"5	1.982
Récord de España Absoluto	4x200 m.	Aire Libre	1'23"69	1.986

[VOLVER AL ÍNDICE GENERAL](#)

7.4. Récords de Galicia establecidos

PRUEBA	PRUEBA	RECINTO	MARCA	AÑO
Récord de Galicia Absoluto	400 m.	Aire Libre	46"50	1.979
Récord de Galicia Promesa	400 m. (1)	Aire Libre	46"24	1.979
Récord de Galicia Absoluto	400 m. (1)	Aire Libre	46"24	1.979
Récord de Galicia Absoluto	100 m.	Aire Libre	10"3	1.980
Récord de Galicia Absoluto	200 m.	Aire Libre	21"0	1.982
Récord de Galicia Absoluto	400 m.	Pista Cubierta	47"84	1.982
Récord de Galicia Promesa	400 m. (1)	Pista Cubierta	47"84	1.982
Récord de Galicia Absoluto	300 m. (1)	Pista Cubierta	34"2	1.982
Récord de Galicia Absoluto	200 m.	Pista Cubierta	21"5	1.982
Récord de Galicia Absoluto	200 m.	Pista Cubierta	21"76	1.982
Récord de Galicia Absoluto	200 m. (1)	Aire Libre	21"12	1.983
Récord de Galicia Absoluto	100 m.	Aire Libre	10"55	1.986

(1) Actual Récord de Galicia (A Diciembre de 2015)

[VOLVER AL ÍNDICE GENERAL](#)



7.5. Actuaciones con la Selección Española de Atletismo

ENCUENTRO	CIUDAD	PRUEBA	CATEGORIA	AÑO
ESPAÑA – PORTUGAL (FC)	SALAMANCA	200 m.	Juvenil	1.975
ESPAÑA – ESTADOS UNIDOS	BARCELONA	4x400 m.	Junior	1.976
BULGARIA-GRECIA-YUGOSLAVIA-ESP.	ATHENAS	4x400 m.	Junior	1.976
ITALIA-FRANCIA-ESPAÑA	BRESCIA	400 m.	Junior	1.976
ITALIA-FRANCIA-ESPAÑA	BRESCIA	4x400	Junior	1.976
WESTATHLETIC.	SITTARD	4x400 m.	Absoluta	1.978
ESPAÑA-BELGICA-GRECIA	ATHENAS	4x400 m.	Absoluta	1.978
ITALIA-POLONIA-ESPAÑA	VENECIA	400 m.	Absoluta	1.978
ESPAÑA-NORUEGA	BARCELONA	400 m.	Absoluta	1.978
ESPAÑA – ITALIA – INGLATERRA	SAN SEBAST.	400 m.	Absoluta	1.979
CAMPEONATO EUROPA INDOOR	VIENA	400 m.	Absoluta	1.979
ESPAÑA-FINLAND-BELG-GRECIA	BRUSELAS	400 m.	Absoluta	1.979
ESPAÑA-FINLANDIA-BELG-GRECIA	BRUSELAS	4x400 m.	Absoluta	1.979
COPA DE EUROPA (Semifinal)	GINEBRA	4x400 m.	Absoluta	1.979
ESPAÑA – ITALIA	BARCELONA	400 m.	Absoluta	1.979
ESPAÑA – ITALIA	BARCELONA	4x400 m.	Absoluta	1.979
ESPAÑA – SUIZA – NORUEGA	OVER ARDAL	400 m.	Absoluta	1.979
ESPAÑA – SUIZA – NORUEGA	OVER ARDAL	4x400 m.	Absoluta	1.979
UNIVERSIADA	MÉXICO D.F.	400 m.	Absoluta	1.979
UNIVERSIADA	MÉXICO D.F.	4x400 m.	Absoluta	1.979
WESTATHLETIC	WUINTENT.	4x400 m.	Absoluta	1.980
JUEGOS OLIMPICOS	MOSCÚ	400 m.	Absoluta	1.980
JUEGOS OLIMPICOS	MOSCÚ	4x400 m.	Absoluta	1.980
ESPAÑA – GRECIA – BELGICA	BARCELONA	400 m.	Absoluta	1.980
ESPAÑA – GRECIA - BELGICA	BARCELONA	4x400 m.	Absoluta	1.980
FRANCIA – ITALIA – ESPAÑA (Indoor)	TURÍN	200	Absoluta	1.981
CAMPEONATO DE ITALIA (Indoor)	GÉNOVA	400	Absoluta	1.981
RUSIA – GRECIA – ITALIA - ESPAÑA	ROMA	400	Absoluta	1.981
COPA DE EUROPA	VARSOVIA	4x100 m.	Absoluta	1.981
COPA DE EUROPA	VARSOVIA	4x400 m.	Absoluta	1.981
CAMPEONATO EUROPA INDOOR	MILAN	200 m.	Absoluta	1.982
WESTATHLETIC	DUBLIN	4x400 m.	Absoluta	1.982
JAPON-KENIA-G. BRETAÑA-ESPAÑA	LONDRES	400 m.	Absoluta	1.982
JAPON-KENIA-G. BRETAÑA-ESPAÑA	LONDRES	4x400 m.	Absoluta	1.982
UNIVERSIADA	EDMONTON	400 m.	Absoluta	1.983
COPA DE EUROPA	PRAGA	4X400 m.	Absoluta	1.983
ESPAÑA-FRANCIA-PORTUGAL	VIGO	400 m.	Absoluta	1.983
ESPAÑA-FRANCIA-PORTUGAL	VIGO	4x400 m.	Absoluta	1.983
JUEGOS DEL MEDITERANEO	CASABLANCA	200 m.	Absoluta	1.983
JUEGOS DEL MEDITERANEO	CASABLANCA	4X400 m.	Absoluta	1.983
JUEGOS IBEROAMERICANOS	BARCELONA	400 m.	Absoluta	1.983
ESPAÑA-FINLANDIA-PORTUGAL	SANTIAGO	4X100 m.	Absoluta	1.984
FRANCIA-POLONIA-ITALIA-ESPAÑ.	MONACO	100 m.	Absoluta	1.986
FRANCIA-POLONIA-ITALIA-ESPAÑ.	MONACO	4x100 m.	Absoluta	1.986

7.6. Títulos de Campeón de Galicia

PRUEBA	PRUEBA	RECINTO	AÑO
Campeón de Galicia Juvenil	4x100 m.	Aire Libre	1.974
Campeón de Galicia Juvenil	100 m.	Aire Libre	1.974
Campeón de Galicia Juvenil	200 m.	Aire Libre	1.974
Campeón de Galicia Juvenil	4x100 m.	Aire Libre	1.975
Campeón de Galicia Juvenil	200 m. (21"7)	Aire Libre	1.975
Campeón de Galicia Absoluto	400 m. (49"5)	Aire Libre	1.979
Campeón de Galicia Absoluto	200 m. (21"1)	Aire Libre	1.979
Campeón de Galicia Absoluto	400 m. (47"6)	Aire Libre	1.981
Campeón de Galicia Absoluto	4X400 m.	Aire Libre	1.981
Campeón de Galicia Absoluto	200 m. (21"2)	Aire Libre	1.981
Campeón de Galicia Absoluto	400 m. (49"8)	Aire Libre	1.982
Campeón de Galicia Absoluto	100 m. (11"1)	Aire Libre	1.982
Campeón de Galicia Absoluto	200 m. (21"2)	Aire Libre	1.983
Campeón de Galicia Absoluto	4x400 m.	Aire Libre	1.983
Campeón de Galicia Absoluto	100 m. (11"0)	Aire Libre	1.983
Campeón de Galicia Absoluto	200 m. (22"3)	Aire Libre	1.984
Campeón de Galicia Absoluto	200 m. (21"5)	Aire Libre	1.984
Campeón de Galicia Absoluto	400 m. (48"6)	Aire Libre	1.985
Campeón de Galicia Absoluto	4x400 m.	Aire Libre	1.985
Campeón de Galicia Absoluto	200 m. (21"6)	Aire Libre	1.985
Campeón de Galicia Absoluto	4x100 m. (43"3)	Aire Libre	1.986
Campeón de Galicia Absoluto	200 m. (22"1)	Pista Cubierta	1.986
Campeón de Galicia Absoluto	100 m. (10"8)	Aire Libre	1.986
Campeón de Galicia Absoluto	200 m. (22"0)	Aire Libre	1.987
Campeón de Galicia Absoluto	200 m. (22"3)	Pista Cubierta	1.987
Campeón de Galicia Absoluto	200 m. (22"2)	Aire Libre	1.987
Campeón de Galicia Absoluto	200 m.	Pista Cubierta	1.988

[**VOLVER AL ÍNDICE GENERAL**](#)

7.7. Evolución de registros

AÑO	EDAD	PISTA CUBIERTA				AIRE LIBRE		
		50/60 m.	200 m.	300 m.	400 m.	100 m.	200 m.	400 m.
1.974	16/17 años	6"3	----	----	----	11"1	23"2	----
1.975	17/18 años	6"0	----	36"48	----	10"9	22"3	----
1.976	18/19 años	6"0	----	----	50"08	11"0	22"1	49"0
1.977	19/20 años	----	----	----	----	10"9	21"7	48"5
1.978	20/21 años	----	----	----	49"2	10"6	21"2	47"4
1.979	21/22 años	----	----	----	47"84	10"5	21"2	46"24
1.980	22/23 años	----	----	35"0	48"1	10"3	21"0	46"76
1.981	23/24 años	----	----	----	47"7	10"5	21"1	46"8
1.982	24/25 años	----	21"6	34"2	48"1	10"7	21"0	47"1
1.983	25/26 años	----	21"5	----	----	10"74	21"12	46"7
1.984	26/27 años	----	----	----	----	10"6	21"7	----
1.985	27/28 años	----	----	----	48"56	----	21"43	47"64
1.986	28/29 años	----	22"1	----	----	10"55	21"40	----
1.987	29/30 años	----	21"98	----	----	10"5	21"5	----
1.988	30/31 años	----	22"2	35"8	----	----	----	----

[VOLVER AL ÍNDICE GENERAL](#)



8. PREMIOS Y DISTINCIONES

- Premio Extraordinario de Doctoramiento, concedido por la Junta de Gobierno de la Universidad de A Coruña correspondiente al curso 1999/2000, por la Tesis Doctoral *Fuerza máxima isométrica y explosiva en la carrera rápida. Estudio con atletas gallegos infantiles y cadetes.*
- Mejor deportista absoluto de la provincia de La Coruña en el año 1980 por el Consejo Superior de Deportes; Medalla de oro del Real Club Deportivo de A Coruña (1981).
- Premio Extraordinario por la Universidad de A Coruña, por su Tesis Doctoral *Fuerza máxima y explosiva en la carrera rápida (2.000);*
- Medalla de oro del club Lucus de Lugo (2005);
- Medalla al Mérito Deportivo de la Xunta de Galicia (2012);
- En el año 2012 fue elegido mejor gestor deportivo de Galicia por la Asociación galega de Xestores Deportivos (AGAXEDE).



[VOLVER AL ÍNDICE GENERAL](#)