



Federación Galega de Halterofilia

Plaza Agustín Díaz 3 - 15008 - A Coruña

federacion@halterofilia.org - 604067096



XUNTA  
DE GALICIA



DEPORTE  
GALEGO

SEGUE A COMPETICIÓN



ENTRADA GRATUÍTA

SÁBADO

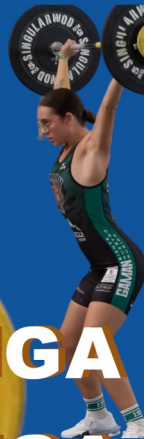
04 MAIO

PAVILLÓN AS LAGOAS  
NARÓN - A CORUÑA

### HORARIOS

- 1º QUENDA 09:00
- 2º QUENDA 11:00
- 3º QUENDA 13:00
- 4º QUENDA 15:00
- 5º QUENDA 17:00
- 6º QUENDA 19:00

II XORNADA LIGA  
GALEGA



XUNTA  
DE GALICIA



DEPORTE  
GALEGO



## 2ª XORNADA DE LIGA GALEGA DE CLUBES 2024

**Lugar:** Pavillón As Lagoas

**Dirección:** Rúa Camino Real – 15572 – Narón – A Coruña

**Fecha:** 04 – Maio - 2024

### Horario

Tanda	Pesaje		Competición	
	Inicio	Fin	Inicio	Fin
Reunion Tecnica ( todos los entrenadores )			8:30	8:45
Tanda 1	08:00	08:30	09:00	10:45
Tanda 2	09:00	10:00	11:00	12:45
Tanda 3	11:00	12:00	13:00	14:45
Tanda 4	13:00	14:00	15:00	16:45
Exhibición infantil			16:45	17:15
Tanda 5	15:15	16:15	17:15	18:45
Tanda 6	17:15	18:15	19:15	20:30
Entrega trofeos			20:30	

Estructura de la tanda		
	Categoría	Deportistas
Tarima A	Masculina	11
Tarima B	Femenina	10

**NOTA:** La competición de cada tarima es independiente a la otra tarima.

Horario	Tarima A			Tarima B	
	Deportista	Club		Deportista	Club
1ª tanda Pesaje 8.00 Competición 9.00	Christian Pérez	C.H. Sulyos	1	Ana Feijoo	C.H. Sulyos
	Mario Ureña	C.H. Cambre	2	Johana Osayande	C.H. Coruña
	Jaime Garcia	C.H. Rias Baixas	3	Andrea Montes	C.H. Ourense
	David Rodriguez	C.H. Ourense	4	Rocio Prieto	C.H. Figa
	Ross Kearney	C.H. Figa	5	Aldara Pazos	C.H. Vigo
	Marcos Martínez	C.H. Vigo	6	Naomi Piñeiro	C.H. Gaman
	Adrián López	C.H. Gaman	7	Andrea Ledesma	C.H. Centaurus
	Marcos Pérez	C.H. Centaurus	8		
	Mario Blanco	Club Haltergedo	9		

Horario	Tarima A			Tarima B	
	Deportista	Club		Deportista	Club
2ª tanda Pesaje 9.00 Competición 11.00	Carlos Fernández	C.H. Sulyos	1	Florencia Guenzani	C.H. Sulyos
	Victor Castro	C.H. Coruña	2	Sofia Martinez	C.H. Coruña
	David Torreiro	C.H. Cambre	3	Raquel Vazquez	C.H. Cambre
	Arturo Moares	C.H. Noia	4	Laura Sanchez	C.H. Noia
	Pablo Vicente Garcia	C.H. Rias Baixas	5	Alba Martinez	C.H. Rias Baixas
	Miguel Gomez	C.H. Ourense	6	Marta A. Cotos	C.H. Ourense
	Alberto Grandal	C.H. Figa	7	Sara Gallego	C.H. Figa
	Diego Martín	C.H. Vigo	8	Katherine Iglesias	C.H. Vigo
	Ismael Portela	C.H. Gaman	9	Fátima Sánchez	C.H. Gaman
	Pablo González	C.H. Centaurus	10	Lara Da silva	C.H. Centaurus

Horario	Tarima A			Tarima B	
	Deportista	Club		Deportista	Club
3ª tanda Pesaje 11.00 Competición 13.00	Alberto Pensado	C.H. Sulyos	1	Tania Pose	C.H. Sulyos
	Jose Martinez	C.H. Coruña	2	Paula Canedo	C.H. Coruña
	Iago Basoa	C.H. Cambre	3	Noelia Bacariza	C.H. Cambre
	Guillermo Beiro	C.H. Noia	4	Iria Vilas	C.H. Noia
	Javier Ruiz	C.H. Rias Baixas	5	Natalia Fernandez	C.H. Rias Baixas
	Matias Lopez	C.H. Ourense	6	Laura Cotos	C.H. Ourense
	Diego Espada	C.H. Figa	7	Laura Méndez	C.H. Figa
	Pablo Vazquez	C.H. Vigo	8	Amy Abelleira	C.H. Vigo
	José Luis Teijeiro	C.H. Gaman	9	Clara Santamaría	C.H. Gaman
	Pelayo González	C.H. Centaurus	10	Yuliana M. Arango	C.H. Centaurus

Horario	Tarima A			Tarima B	
	Deportista	Club		Deportista	Club
<b>4ª tanda</b>	Franklyn Romero	C.H. Sulyos	1	Rebeca Mengual	C.H. Sulyos
	Dario Barros	C.H. Coruña	2	Jennifer Tocuyo	C.H. Coruña
Pesaje 13.00	Miguel A. Martin Cruz	C.H. Cambre	3	Paula Vilchez	C.H. Cambre
	Alejandro Sixto	C.H. Noia	4	Alba Manzanedo	C.H. Noia
	Boris Casas	C.H. Rias Baixas	5	Raquel Romero	C.H. Ourense
	Iván D. Ramírez	C.H. Ourense	6	Marta Baños	C.H. Figa
	Daniel Lorenzo	C.H. Figa	7	Lucía Aguayo	C.H. Vigo
	Juan Juan Morey	C.H. Vigo	8	Lucía Abeal	C.H. Gaman
	Sergio Aneiros	C.H. Gaman	9	Karine David Vivas	C.H. Centaurus
	Manuel Novoa	C.H. Centaurus	10		
	Alejandro Méndez (F.C)	C.H. Coruña	11		
Competición 15.00					

Horario	Tarima A			Tarima B	
	Deportista	Club		Deportista	Club
<b>5ª tanda</b>	Winder J. Pinzón	C.H. Sulyos	1	Sara Rodriguez	C.H. Sulyos
	Brian Mata	C.H. Coruña	2	Vega García	C.H. Coruña
Pesaje 15.00	Jose Didier Traba	C.H. Cambre	3	Arancha Puime	C.H. Cambre
	Pablo Sixto	C.H. Noia	4	Carmen Fuentes	C.H. Rias Baixas
	Luis Juan	C.H. Rias Baixas	5	Uxia Romero	C.H. Ourense
	Viritato Rodríguez	C.H. Ourense	6	Estele Castrillón	C.H. Figa
	David Martínez	C.H. Figa	7	Teresa Elvira Muñiz	C.H. Vigo
Competición 17.00	Brais De Sousa	C.H. Vigo	8	Marta Fernández	C.H. Gaman
	Iván Freire	C.H. Gaman	9	Sara Barreiro	C.H. Centaurus
	Hector Sierra	C.H. Centaurus	10		

Horario	Tarima A			Tarima B	
	Deportista	Club		Deportista	Club
<b>6ª tanda</b>	Alvaro Muiño	C.H. Sulyos	1	Patricia Tuñez	C.H. Sulyos
	Jose Paris	C.H. Coruña	2	Leticia Cuns	C.H. Coruña
Pesaje 17.00	Alfonso Miguens	C.H. Noia	3	Xiana A. de Paula	C.H. Ourense
	Dario Perez Brutcher	C.H. Rias Baixas	4	Laura Fernández	C.H. Figa
	Santiago Meneses	C.H. Ourense	5	Miriam Chapela	C.H. Vigo
	Víctor Novo	C.H. Figa	6	Alma Couce	C.H. Gaman
	Jhan C. Riascos	C.H. Vigo	7	Maria Sedes	C.H. Centaurus
Competición 19.00	Sebastian Liebanas	C.H. Centaurus	8	Irene Blanco (F.C)	C.H. Coruña



## Información xeral

Dende a Federación Galega de Halterofilia estableceranse tódalas medidas e accións preventivas de saúde e seguridade basadas nas indicacións e normativas oficiais implementadas coas normas específicas adaptadas ó noso deporte. Ditas normas serán de obrigado cumprimento en todas as competicións organizadas por la Federación Galega de Halterofilia, sempre e cando as autoridades sanitarias autoricen a práctica deportiva en competicións. Estas medidas son complementarias ós protocolos das institucións e instalacións deportivas así como das autoridades locais.

A modo xenérico recolleamos as pautas a seguir durante esta competición:

- Todos os participantes mentres non compitan terán que ubicarse nas gradas habilitadas.
- **Os deportistas accederán a zona de quecemento 20 minutos antes da súa participación.** Na zona de quecemento cada deportista acudirá á zona que o seu club terá habilitada, que soamente poderá abandonar para acceder á tarima de competición ou abandonar a zona de quecemento ó finalizar a súa participación.
- **Non poderá haber máis de 2 adestradores por club** na zona de quecemento.
- Os técnicos/adestradores deben manterse en contacto cos responsables da organización para estar informados en todo momento de calquer alteración de normas o programa de competición.
- Os técnicos/adestradores son responsables do cumprimento das normas por parte dos seus deportistas debendo velar polo civismo e bo comportamento.



**Federacion Galega de Halterofilia**

Plaza Agustin Díaz 3 - 15008 – A Coruña

federacion@halterofilia.org - 604067096



**XUNTA  
DE GALICIA**



**DEPORTE  
GALEGO**

## **Restauración**

Cada equipo encargárase de realizar as súas reservas para a comida.

Menu:

- Primero: ensalada de pasta
- Segundo: arroz tres delicias con pechuga de pollo
- Postre: manzana
- Agua

**Precio: 14 € / persoa**

Reservas: 696 13 62 02 (Diego - escribir por WhatsApp)

\*\* Se creará un menú diferente para aquelas personas que lo necesiten en caso de alergias o intolerancias.