



Federación Galega de Halterofilia

Plaza Agustín Díaz 3 - 15008 – A Coruña
federacion@halterofilia.org - 604067096



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO

[HALTEROFILIA **CC4**]
Rías Baixas

LIVE

I XORNADA LIGA GALEGA DE CLUBES HALTEROFILIA

21 DE FEBREIRO
PAVILLON A CAÑOTA
MARIN

Inicio as 9:00

XUNTA
DE GALICIA

DEPORTE
GALEGO

REF
Real Federación
Española de Halterofilia

MARÍN

Deputación
Pontevedra

1ª XORNADA DE LIGA GALEGA DE CLUBES 2026

Lugar: Pabellón Polideportivo A Cañota

Dirección: Camiño dos Sapos, 9, 36915 , Marín Pontevedra

Fecha: 21 – Febrero – 2026

Horario

Tanda	Pesaje		Competición	
	Inicio	Fin	Inicio	Fin
Reunion Tecnica (todos los entrenadores)			8:15	8:30
Tanda 1	08:00	09:00	09:00	10:45
Tanda 2	09:00	10:00	11:00	12:45
Liga Base			12:45	13:00
Tanda 3	11:00	12:00	13:00	14:45
Entrega trofeos LIGA GALEGA 2025				
Tanda 4	13:00	14:00	15:00	16:45
Tanda 5	15:00	16:00	17:00	18:45
Tanda 6	17:00	18:00	19:00	20:45
Entrega trofeos de la jornada			20:45	

Estructura de la tanda		
	Categoría	Deportistas
Tarima A	Masculina	12
Tarima B	Femenina	12

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

Horario	Tarima A				Tarima B		
	Deportista	T.O	Club		Deportista	T.O	Club
1ª tanda	DIEGO VIERA	220	C.H.CORUÑA	1	LETICIA CUNS	120	C.H.CORUÑA
	CARLOS FERNANDEZ	220	C.H.SULYOS	2	PAULA SEOANE	100	C.H.SULYOS
Pesaje 8.00	JORGE ANTELO		C.H.AMES	3	TERESA CUEVAS		C.H.AMES
	CARLOS M. LOPEZ	180	C.H.VIGO	4	CRISTINA TAVIO	90	C.H.VIGO
Competición 9.00	IVAN D. RAMIREZ	230	C.H. OURENSE	5	MARTA ROSENDE	130	C.H.SULYOS
	JAVIER RUIZ	200	C.H. RIAS BAIXAS	6	ANDREA MONTES	140	C.H. OURENSE
	ALVARO MARIÑO (FC)		PEGASUS	7	SHEILA CRESPO	100	C.H. RIAS BAIXAS
				8	BANESSA CASAS		C.H.LUGO
			9	LORENA LOPEZ	100	CH FIGA	

Horario	Tarima A				Tarima B		
	Deportista	T.O	Club		Deportista	T.O	Club
2ª tanda	VÍCTOR CASTRO	220	C.H.CORUÑA	1	PAULA CANEDO	180	C.H.CORUÑA
	IVAN NAYA	210	C.H.SULYOS	2	ANA FEIJOO	100	C.H.SULYOS
Pesaje 9.00	OSVALDO TUDESCA		C.H.AMES	3	OLIMAR CAÑIZALEZ		C.H.AMES
	ALEJANDRO LOSADA	170	C.H.VIGO	4	LAURA GONZALEZ	100	C.H.VIGO
Competición 11.00	ROSS KEARNEY	190	C.H.FIGA	5	SAMAI BECEIRO	105	C.H.FIGA
	MATIAS LOPEZ	230	C.H. OURENSE	6	LUCIA AGUAYO	130	C.H. OURENSE
	BREIXO BUJAN	200	C.H. RIAS BAIXAS	7	SARA ROZAS	100	C.H. RIAS BAIXAS
	DAVID FERNANDEZ		C.H.LUGO	8	EMMA SALAS		C.H.LUGO
				9	ELIA DEL OLMO	100	C.H.CAMBRE

Horario	Tarima A				Tarima B		
	Deportista	T.O	Club		Deportista	T.O	Club
3ª tanda	TIAGO LARRAMENDI	220	C.H.CORUÑA	1	ARIADNA AYALA	120	C.H.CORUÑA
	PABLO RAMALLO	160	C.H.SULYOS	2	LAURA LOIS	130	C.H.SULYOS
Pesaje 11.00	MARIO J. VAZQUEZ		C.H.AMES	3	M.ª DEL MAR REDONDO		C.H.AMES
	JAVIER CANCELAS	250	C.H.VIGO	4	NOEMI CALZADO	90	C.H.VIGO
Competición 13.00	DAVID LOURIDO	175	C.H.FIGA	5	LAURA MENDEZ	100	C.H.FIGA
	SANTIAGO A. MENESES	240	C.H. OURENSE	6	VALENTINA MARCUELLO	160	C.H. OURENSE
	PABLO VICENTE	220	C.H. RIAS BAIXAS	7	ALEXANDRA CARRERA	100	C.H. RIAS BAIXAS
	SAUL VAZQUEZ		C.H.LUGO	8	ALEJANDRA CAAMAÑO		C.H.LUGO
	DANIEL HERRAEZ (FC)	200	C.H. OURENSE	9	LUCIA LUPIAÑEZ	100	C.H.CAMBRE

Horario	Tarima A				Tarima B		
	Deportista	T.O	Club		Deportista	T.O	Club
4ª tanda	JUAN CUASAPUD	200	C.H.CORUÑA	1	AMARACHI UHOWOMSERE	110	C.H.CORUÑA
	CHRISTIAN PEREZ	180	C.H.SULYOS	2	ARIADNA HERRERO		C.H.SULYOS
Pesaje 13.00	KEVIN RIVAS		C.H.AMES	3	MARIA FERRAN		C.H.AMES
	EDGAR BARREIRO	230	C.H.VIGO	4	PAULA MARTINEZ	90	C.H.VIGO
Competición 15.00	ANDRES DE SOLAUN	185	C.H.FIGA	5	SELENE LOURIDO	135	C.H.FIGA
	MARTIN REY	200	C.H. OURENSE	6	IRENE PEREZ	135	C.H. OURENSE
	BORIS CASAS	200	C.H. RIAS BAIXAS	7	LAURA MAGARIÑOS	90	C.H. RIAS BAIXAS
	HUGO GARCIA		C.H.LUGO	8	IRIS BENITO		C.H.LUGO
	ALVARO MARIÑO (FC)		PEGASUS	9			

Horario	Tarima A				Tarima B		
	Deportista	T.O	Club		Deportista	T.O	Club
5ª tanda	ALVARO MUIÑO	220	C.H.CORUÑA	1	IRENE MARTINEZ	150	C.H.CORUÑA
	JESUS VILLALBA	220	C.H.SULYOS	2	VERUSKA VELAZQUEZ		C.H.AMES
	ALBERTO NOVEGIL		C.H.AMES	3	OLALLA CHAPELA	100	C.H.VIGO
Pesaje 15.00	MARIO BLANCO	180	C.H.VIGO	4	PATRICIA GONZALEZ		C.H.LUGO
	ALEJANDRO RODRIGUEZ	225	C.H.FIGA	5	SARA PICO	80	C.H.FIGA
Competición 17.00	DAVID RODRIGUEZ	240	C.H.OURENSE	6	JIRANNE MARTINEZ	110	C.H.OURENSE
	LUIS J. ALVAREZ	200	C.H.RIAS BAIXAS	7	CARMEN FUENTES	100	C.H.RIAS BAIXAS
	JOSE RAMON VAZQUEZ		C.H.LUGO	8	TEGRA BASADRE		C.H.LUGO

Horario	Tarima A				Tarima B		
	Deportista	T.O	Club		Deportista	T.O	Club
6ª tanda	JACOBO MONTERO	220	C.H.CORUÑA	1	RUTH FUENTEFRIA	130	C.H.CORUÑA
	MARTIN PUÑAL	180	C.H.SULYOS	2	TERESA SANCHEZ	120	C.H.SULYOS
Pesaje 17.00	PABLO VIQUEIRA		C.H.AMES	3	M.ª ALEJANDRA RIVERO		C.H.AMES
	BRAYAN S. MESA	180	C.H.VIGO	4	ALDARA PAZOS	110	C.H.VIGO
	IAGO PRIETO	150	C.H.FIGA	5	JUDITH GIL	110	C.H.FIGA
Competición 19.00	MIGUEL GOMEZ	230	C.H.OURENSE	6	NURIA DOMINGUEZ	110	C.H.OURENSE
	DARIO PEREZ	210	C.H.RIAS BAIXAS	7	ERIKA ALVES	100	C.H.RIAS BAIXAS
				8			



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.
- **NON ESTÁ PERMITIDO O ACCESO DE MASCOTOAS ÁS INSTALACIÓNS DEPORTIVAS**