



**FEDERACIÓN GALEGA DE HALTEROFILIA**

Complexo deportivo de Elviña

Praza de Agustín Díaz, 3

15008 A Coruña

Tlfs.: 981133254 / 604067096

federacion@halterofilia.org



**XUNTA  
DE GALICIA**



**DEPORTE  
GALEGO**

# **COPA GALLEGA DE HALTEROFILIA 2021**

## **1ª XORNADA DE LIGA GALEGA DE CLUBES**

**Lugar:** Polideportivo Colegio Escalopios/Calasanz Estrada dos Fortes, 10 A Coruña 15011

**Fecha:** 13 – Marzo – 2021

### **Horario**

#### **1º Tanda**

8:00 – 8:30 pesaxe

9:00 – 11:00 Competición

#### **2º Tanda**

9:15 – 10:15 pesaxe

11:15 – 13:15 Competición

#### **3º Tanda**

11:30 – 12:30 pesaxe

13:30 – 15:30 Competición

### **ENTREGA DE TROFEOS**

15:00

#### **4º Tanda**

14:00 – 15:00 pesaxe

16:00 – 18:15 Competición

#### **5º Tanda**

16:30 – 17:30 pesaxe

18:30 – 20:15 Competición

### **ENTREGA DE TROFEOS**

20:30



## FEDERACIÓN GALEGA DE HALTEROFILIA

Complexo deportivo de Elviña  
Praza de Agustín Díaz, 3  
15008 A Coruña  
Tlfs.: 981133254 / 604067096  
federacion@halterofilia.org



### Deportistas y tandas

#### 1ª tanda

##### tarima A

Gerardo F. González V. 1996  
Pablo Vázquez F. 1984  
Manuel Núñez G. 1997  
Juan F. Villardell T. 1996  
Carlos Vázquez P. 1982  
Ramón Borrajo M. 1989  
Santiago Vilaboa C. 1992  
Damián París L. 1988  
Raúl París L. 1999

CH Vigo  
CH Vigo  
Lugo  
Lugo  
Bunker  
RR.BB.  
RR.BB.  
Drako  
Drako

##### tarima B

Diego Viera R. 1995  
José A. Martínez R. 1997  
Javier Cancelas F. 2003  
Eduardo Iglesias H. 1993  
Daniel Merayo F. 1997  
Carlos Fernandez P. 1989  
Pedro Crespo D. 2000  
José Muiños C. 1995  
Carlos Rivas A. 1980

CH Coruña  
CH Coruña  
CH Pabellón  
CH Pabellón  
Sulyos  
Sulyos  
Sulyos  
CH Pontev.  
CH Pontev.

#### 2ª tanda

##### tarima A

Abraham González L. 1990  
Sergio Rueda G. 1997  
Brandan González C. 1998  
Nicolás López G. 1994  
Pablo Pita D. 1985  
Yeray Méndez 1996  
Jaime García I. 1982  
Christopher Paredes G. 1991  
Manuel Cal M. 1995  
Adrián López T. 1991

CH Vigo  
CH Vigo  
Lugo  
Lugo  
Bunker  
Bunker  
RR.BB.  
RR.BB.  
Drako  
Drako

##### tarima B

David Mata L. 1991  
Jacobó Montero F. 1997  
Miguel Gómez C. 1996  
Viriato Rodríguez C. 1990  
Julián Sartal E. 1990  
Nicolás Regueiro P. 1994  
Ismael Perez P. 1992  
Alberto Roderíguez R. 2000  
Miguel Gago C. 1989

CH Coruña  
CH Coruña  
CH Pabellón  
CH Pabellón  
CH Pontev.  
CH Pontev.  
Sulyos  
Sulyos  
Sulyos

#### 3ª tanda

##### tarima A

Saúl Vázquez V. 1990  
Omar Baamonde S. 1996  
José R. Vázquez V. 1982  
Alberto Díaz M. 1992  
Josue Flores M. 1999  
Martín López C. 1999  
Pablo Vicente G. 2000  
Javier Ruiz S. 1998  
Marcos Buján V. 1981  
Carlos García M. 1980  
Diego Paéz M. 1991

Lugo  
Lugo  
Lugo  
Bunker  
Bunker  
Bunker  
RR.BB.  
RR.BB.  
Drako  
Drako  
Drako

##### tarima B

Iván Ramírez A. 1986  
Anxo Taboada C. 2004  
Santiago A. Meneses H. 2005  
Jorge Rodríguez F. 1974  
José C. Sobral M. 1995  
Alberto Pensado M. 1992  
Juan A. Martínez C. 1989  
Carlos Castro M. 1997  
Micael Camino S. 1989  
Alberto Garza R. 1994  
David López C. 1982

CH Pabellón  
CH Pabellón  
CH Pabellón  
CH Pontev.  
CH Pontev.  
Sulyos  
CH Pontev.  
CH Coruña  
CH Vigo  
CH Vigo  
CH Vigo



## FEDERACIÓN GALEGA DE HALTEROFILIA

Complejo deportivo de Elviña  
Praza de Agustín Díaz, 3  
15008 A Coruña  
Tlfs.: 981133254 / 604067096  
federacion@halterofilia.org



### 4ª tanda

tarima A		tarima B	
Laura Castro L. 1997	CC.VV.	Sonia Boado C. 1997	CC.VV.
Lucía Latas C. 2006	Lugo	Andrea Cruz M. 1997	CC.VV.
Iria Folgueira P. 1995	Lugo	Ania González G. 1981	CH Vigo
Jimena Álvarez G. 1990	Sulyos	Xulia Larrán C. 1997	CH Vigo
Beatriz Santos T. 1991	Sulyos	Rebeca Moreira S. 1981	CH Vigo
Patricia Túñez L. 1990	Sulyos	Uxía Romero S. 2005	CH Pabellón
Ángela Ferreira P. 1990	Drako	Carla Cid A. 2004	CH Pabellón
Paula Caridad F. 1997	Drako	Raquel Teijeira F. 1993	CH Pabellón
Claudia Regueiro A. 1994	Drako	Raquel Ferro D. 1988	CH Pontev.
Antia Lorenzo M. 1992	Norte	Andrea F. Porteiro O. 1995	CH Pontev.
Nagore Alonso A. 1997	Norte	Eva Fernández R. 1990	CH Pontev.

### 5ª tanda

tarima A		tarima B	
Katia M. González C. 1988	CC.VV.	Noelia García S. 1997	CH Coruña
Ana Arufe N. 2002	CC.VV.	Irene Blanco T. 2002	CH Coruña
Giovanna Ulloa G. 1997	Lugo	Amy Abelleira R. 2005	CH Vigo
Sandra Arias V. 1994	Lugo	Paula Rodríguez A. 1995	CH Vigo
Alessara Aleixo M. 1983	Lugo	Andrea Montes G. 1992	CH Pabellón
Tania Pose G. 1992	Sulyos	Alejandra Argenti A. 1985	CH Pabellón
Alba I. Santos O. 1992	Sulyos	Iria Martínez V. 1995	Noia
Carmen Picatoste H. 1993	Drako	Graciela Martínez A. 1991	Noia
Arantxa Prado S. 1976	Drako	Alba Manzanedo M. 1990	Noia
Ana Luz L. 1998	Norte	Susana Sánchez T. 1977	CH Pontev.
Andrea Moreira C. 1992	Norte	Eva Carrera G. 1989	CH Pontev.



## FEDERACIÓN GALEGA DE HALTEROFILIA

Complexo deportivo de Elviña  
Praza de Agustín Díaz, 3  
15008 A Coruña  
Tlfs.: 981133254 / 604067096  
federacion@halterofilia.org



XUNTA  
DE GALICIA



DEPORTE  
GALEGO

## Información xeral

Dende a FGH 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 FGH, 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 recolleemos as pautas a seguir durante esta competición:

- Uso obrigatorio da máscara seguindo as directivas sanitarias. Soamente estarán excluídos de usar a máscara os deportistas que están na zona de quecemento ou realizando algún movemento na tarima de competición.
- **Non poderá asistir público a competición. Soamente terá acceso ás instalacións deportivas, adestradores e organización do evento.**
- Todos os participantes mentres non compitan terán que ubicarse nas gradas habilitadas para eles e sempre empregando o espazo habilitado para o seu club debidamente marcado pola organización.
- **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.
- Deberáse de respetar a distancia de seguridade interpersoal de 1.5 metros. Non estará permitido contacto físico por lo que se deben evitar saúdos, abrazos....
- O uso de vestiarios está permitido, sempre respetando o aforo do mesmo e mantendo sempre que sexa a posible a distancia de seguridade.
- A inxesta de bebidas está permitida empregando envases individuais, non podendo rechearse na instalación.
- **Non poderá haber máis de 3 adestradores por club** na zona de quecemento. Para isto cada club terá que **remitir a esta federación o listado de adestradores** que acompañen á súa expedición antes do xoves
- Os técnicos/adestradores deben manterse en contacto cos responsables da organización para estar informados en todo momento de calquera 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.