



Federacion Galega de Halterofilia

Plaza Agustin Díaz 3 - 15008 – A Coruña

federacion@halterofilia.org - 604067096



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO

8 DE MARZO

FEDERACION GALEGA DE HALTEROFILIA 1962

XUNTA DE GALICIA

DEPORTE GALEGO

ENTRADA GRATUÍTA

**LIGA GALEGA
DE CLUBES DE
HALTEROFILIA
1º XORNADA**

**Polideportivo Municipal
PEREIRO DE AGUIAR
OURENSE**

Tandas: 9:00 - 11:00 - 13:00 - 15:00 - 17:00 - 19:00

#FORTECODEPORTE

www.halterofilia.org

1ª XORNADA DE LIGA GALEGA DE CLUBES 2024

Lugar: Pabellón Polideportivo Municipal Pereiro de Aguiar

Dirección: Pereiro de Aguiar – Pabellón Muncial (Colegio Ben-Cho-Shey) - 32710 - Ourense

Fecha: 08 – Marzo - 2024

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
Tanda 3	11:00	12:00	13:00	14:45
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			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	Club		Deportista	Club
1ª tanda	Diego Viera	C.H. Coruña	1	Ruth Fuentefria	C.H. Coruña
	John C. Pena Thomas	C.H. Gaman	2	Olimar Cañizalez	C.H. Gaman
	Brayan S. Mesa	C.H. Vigo	3	Ana F. Rodrigues	C.H. Vigo
Pesaje 8.00	Arturo Moares	C.H. Noia	4	Laura Sánchez	C.H. Noia
	Matías Santos	C.H. Centaurus	5	Virginia Alvarez	C.H. Centaurus
Competición 9.00	Pablo López	C.H. Sulyos	6	Patricia Tuñez	C.H. Sulyos
	Miguel Gomez	C.H. Ourense	7	Andrea Montes	C.H. Ourense
	Javier Ruiz	C.H. Rias Baixas	8	Sheila Crespo	C.H. Rias Baixas
			9		
			10		

Horario	Tarima A			Tarima B	
	Deportista	Club		Deportista	Club
2ª tanda	Peter Nagy	C.H. Coruña	1	Irene Blanco	C.H. Coruña
	Adrián López	C.H. Gaman	2	Teresa Cuevas	C.H. Gaman
	Mario Blanco	C.H. Vigo	3	Tatiana S. González	C.H. Vigo
Pesaje 9.00	Asier Blanco	C.H. Cambre	4	Eva Fernandez	C.H. Cambre
	Guillermo Beiro	C.H. Noia	5	Iria Vilas	C.H. Noia
Competición 11.00	Sebastian Liebanas	C.H. Centaurus	6	Karine D. Vivas	C.H. Centaurus
	Iván Naya	C.H. Sulyos	7	Tania Pose	C.H. Sulyos
	Matias Barreiro	C.H. Ourense	8	Irene Pérez	C.H. Ourense
	Pablo Vicente	C.H. Rias Baixas	9	Alexandra Carrera	C.H. Rias Baixas
	Alvaro Mariño	C. Pegasus	10	Antía Sánchez	C.H. Figa

Horario	Tarima A			Tarima B	
	Deportista	Club		Deportista	Club
3ª tanda	Jacobo Montero	C.H. Coruña	1	Paula Canedo	C.H. Coruña
	Iván Freire	C.H. Gaman	2	Naomi Piñeiro	C.H. Gaman
	Juan Juan Morey	C.H. Vigo	3	Amy Abelleira	C.H. Vigo
Pesaje 11.00	Francisco Lourenço	C.H. Cambre	4	Lucia Lupiañez	C.H. Cambre
	Marcos Mayo	C.H. Noia	5	Alba Manzanedo	C.H. Noia
Competición 13.00	Joaquín Estevez	C.H. Centaurus	6	Yuliana Arango	C.H. Centaurus
	Carlos Fernández	C.H. Sulyos	7	Rebeca Mengual	C.H. Sulyos
	David Rodriguez	C.H. Ourense	8	Rita I. Mendes	C.H. Ourense
	Adrián Alonso	C.H. Rias Baixas	9	Laura Magariños	C.H. Rias Baixas
	David Lourido	C.H. Figa	10	María Ruiz	C.H. Figa

Horario	Tarima A			Tarima B	
	Deportista	Club		Deportista	Club
4ª tanda	Tiago Larramendi	C.H. Coruña	1	Giovanna Ulloa	C.H. Coruña
	Jose Luis Teijeiro	C.H. Gaman	2	M.ª del Mar Redondo	C.H. Gaman
	Carlos M. López	C.H. Vigo	3	Andrea Ledesma	C.H. Vigo
Pesaje 13.00	Didier Traba	C.H. Cambre	4	Raquel Vazquez	C.H. Cambre
	Pablo Sixto	C.H. Noia	5	Lara Dasilva	C.H. Centaurus
	Pelayo González	C.H. Centaurus	6	Teresa Sánchez	C.H. Sulyos
Competición 15.00	Jesus Villalba	C.H. Sulyos	7	Uxía Romero	C.H. Ourense
	Iván D. Ramirez	C.H. Ourense	8	Carmen P. Fuentes	C.H. Rias Baixas
	Boris Casas	C.H. Rias Baixas	9	Sara Portas	C.H. Figa
	Víctor Novo	C.H. Figa	10		

Horario	Tarima A			Tarima B	
	Deportista	Club		Deportista	Club
5ª tanda	Alejandro Méndez	C.H. Coruña	1	Jennifer Tocuyo	C.H. Coruña
	David Nicolas Martínez	C.H. Gaman	2	Ana Sempere	C.H. Gaman
	Guillermo Aponte	C.H. Vigo	3	Ana Sagredo	C.H. Vigo
Pesaje 15.00	David Torreiro	C.H. Cambre	4	Paula Cameselle	C.H. Centaurus
	Javier Acosta	C.H. Centaurus	5	Laura Lois	C.H. Sulyos
	Alejandro Prego	C.H. Sulyos	6	Jiranne Martínez	C.H. Ourense
Competición 17.00	Jahir Z. González	C.H. Ourense	7	Alba Martínez	C.H. Rias Baixas
	Luis J. Alvarez	C.H. Rias Baixas	8	Estela Castrillón	C.H. Figa
	David Martínez	C.H. Figa	9	Johana Osayande (FC)	C.H. Coruña
			10		

Horario	Tarima A			Tarima B	
	Deportista	Club		Deportista	Club
6ª tanda	Jose Paris	C.H. Coruña	1	Carol Abeleira	C.H. Coruña
	Ismael Castro	C.H. Gaman	2	Norma Rodrigo	C.H. Gaman
	Jhan C. Riascos	C.H. Vigo	3	Aldara Pazos	C.H. Vigo
Pesaje 17.00	Lucas Blanco	C.H. Centaurus	4	Soledad Alvarez	C.H. Centaurus
	Alberto Pensado	C.H. Sulyos	5	Amanda Rodriguez	C.H. Sulyos
	Santiago A. Meneses	C.H. Ourense	6	Nuria Dominguez	C.H. Ourense
Competición 19.00	Darío Pérez	C.H. Rias Baixas	7	Sara Rozas	C.H. Rias Baixas
			8	Miriam Rodriguez	C.H. Figa
			9		
			10		



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:

- Ensalada de pasta
- Polo guisado
- Froita
- Pan e auga



Precio: 15 € / persoa

Reservas: 604 02 18 91 (Joni)