

INDICE

CAMPIONATOS DE GALICIA

RUTA

CAMPIONATOS		Página
• <i>Marcha en Ruta Abs. – Sub23 – Sub20 – Sub18-Sub16-Sub14-Sub12-Sub10- Máster</i>		2-3
• <i>5 Km. absoluto (Tempada 2022)</i>		4-5
• <i>5 Km. absoluto (Tempada 2023)</i>		6-7



Competición: CAMPIONATO XUNTA GALICIA DE MARCHA EN RUTA
Lugar Milladoiro (Ames)
Fecha: 04 Febreiro 2023

CATEGORIA: MASCULINA					CATEGORIA: FEMENINA		
CTG.	Proba	Marca	Atleta	Club	Marca	Atleta	Club
Absoluto	10 Km.	44.33	Juan M. Mortales del Castillo	MARC	48.07	Aldara Meilán García	LUELU
		46.41	Pablo Sánchez Rivas	LUELU	53.19	Natalia Rivas Iglesias	RIAC
		50.02	José Fernández Nieves	RCVPO	53.42	Marc Chillón Caamaño	AFCPO
Sub23					56.26	Alba Pérez Nieto	NEGC
Sub20					1.00.49	Salomé Segade Buide	STCOC
					1.05.56	Sila López Rodríguez	AFCPO
Sub18		46.41	Pablo Sánchez Rivas	LUELU	48.07	Aldara Meilán García	LUELU
		52.07	Nicolás Collazo Santamaria	AMEC	53.19	Natalia Rivas Iglesias	RIAC
		53.11	Andrés González Pérez	RCVPO	55.52	Oleksandra Kostenko	LUELU
Máster 35		1.06.11	Juan c. Rojo Marquez	CUNPO			
Máster 40		44.33	Juan M. Mortales del Castillo	MARC			
		50.02	José Fernández Nieves	RCVPO			
		1.24.03	Daniel García Jiménez	BAIPO			
Máster 45					58.28	Emilia Rodríguez Baz	CASC
					1.03.34	Herminia Grande Outomuro	OUROR
					1.17.07	Dolores Martínez Vicente	SDTPO
Máster 50		52.44	Manuel Polo Gundín	NAOC	1.03.43	Soledad Pousa Castro	OUROR

Sub16	5 Km.	32.02	Diego García González	VCGPO	27.07	Alba Morales Pedreira	MARC
		34.25	Mateo Pérez Carrodegua	MARC	28.28	Natalia González Pérez	AFCPO
		35.08	Nadir Moreira Gómez	MRAC	28.39	Icía Ares Betanzos	SILC
Sub14	3 Km.	15.22	Tamás Bautista Bugarín	PORPO	18.01	Alicia Espina Fernández	NAOC
		16.07	Antón Díaz Gómez	NAOC	18.09	Montserrat Martínez Pereira	CUNPO
		16.39	Mateo Valcarcel Fernández	ADAS	18.59	Paula Cela Núñez	ADAS
Sub12	2 Km.	11.14	Antón Fernández Castro	LUELU	12.12	María Fernández Castro	LUELU
		11.14	Thiago Ceide Portela	LUELU	12.22	Sara Cabado Rodríguez	LUELU
		11.44	Diego Fernández Vázquez	LUELU	12.22	Carlota Chaos López	LUELU
Sub10	1 Km.	6.11	Simón Lorenzo Gonzalez	MARC	5.42	Paula Morales Pedreira	MARC
		6.51	Iago Suárez Meitín	NAOC	6.02	Jannat Duque El Loubani	CUNPO
		7.03	Bernal Vilela Salgado	ADAS	6.32	Carme Paredes García	NAOC

Bo Campionato de Marcha en Ruta

A localidade de Ames deu acollida a un novo campionato de Galicia de marcha en ruta que tivo na marchadora internacional Aldara Meilán da Atlética Lucense e no campión mundial máster Juan Manuel Morales do Marineda aos novos campións de Galicia na categoría Absoluta.

Sobre un bo trazado, foron desenvolvéndose o resto das categorías que deixaban os seguintes campións e campioas galegas

Absoluta. Aldara Meilán (At. Lucense) e Juan Manuel Morales (Marineda At.)

Sub23. Alba Pérez (C.A.Negreira)

Sub20. Salomé Segade (C.A.Santiago)

Sub18. Aldara Meilán (At. Lucense) Pablo Sánchez (At. Lucense)

Sub16. Alba Morales (Marineda At.) e Diego García (Vila de Cangas)

Sub14. Alicia Espina (C.A.Narón) e Tomás Bautista (At. Porriño)

Sub12. María Fernández e Antón Fernández da Atlética Lucense

Sub10. Paula Morales e Simón Lorenzo do Marineda Atlético

Máster40. Juan Manuel Morales (Marineda At.)

Máster50. M^a Soledad Pousa (Ourense At.)

Máster45. Emilia Rodríguez (C.A.Sada) e Manuel Polo (At. Narón)



SAN SILVESTRE 2022

CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM EN RUTA

Competición: CAMPIONATO XUNTA GALICIA 5 KM. (Tempada 2022)

Lugar Santiago

Fecha: 11 Marzo 2023

CATEGORIA: MASCULINA					CATEGORIA: FEMENINA		
CTG.	Proba	Marca	Atleta	Club	Marca	Atleta	Club
Absoluto	5 Km.	15.26	Jorge Puig Malvar	STOC	18.06	Tina Fernández Barreiros	SARC
		16.02	Jorge I. García Sainz	STOC	19.07	Silvia García Lorenzo	SARC
		16.22	Daniel Paz Pardo	BRIC	19.13	Carolina Santos Villalón	RIAC
Sub23		20.57	Daneil Castro Gómez	TMBC	23.14	Andrea Botella Rodríguez	STOC
Sub20		16.02	Jorge I. García Sainz	STOC			
		18.16	Hugo Taibo García	SDCC			
		19.14	Pablo Rey Ansemil	STOC			
Sub18		17.12	Brais Picón Montero	NAOC	19.13	Carolina Santos Villalón	RIAC
		17.57	Arturo Ponte Álvarez	STOC			
		18.00	Iago Iglesias Turnes	NOYC			
Máster 35		16.46	Victor X. González Hortas	CSCV	18.06	Tina Fernández Barreiros	SARC
		19.49	Juan C. Mosquera Dopazo	SARC	19.07	Silvia García Lorenzo	SARC
		20.48	Daniel García Cabeza	SDCC	22.18	Clara M ^a Millares Sieira	NOYC
Máster 40		16.22	Daniel Paz Pardo	BRIC	20.07	Elisa V. Blanco Rey	SARC
		17.39	Miguel Regueira Veiga	OLEC	20.46	Manuela Mayo Caamaño	SARC
		18.05	Jorge Ferradans Valdes	BRIC	27.57	Ana Oca González	CAIPO
Máster 45		17.24	Emilio García Vázquez	SDCC	21.25	Raquel Ramos Suárez	ADOC
		18.24	Óscar Valle López	NTBC	22.19	Silvia M ^a Díez Bermudez	EGOLU
		18.28	José A. Lopez Villar	EGOLU	23.49	Eva de la Fuente Iglesias	BRIC
Máster 50		17.19	Francisco J. Campos Suárez	USCC	21.33	Elena Miguens Otero	SAR
		18.00	Miguel Cabo Villaverde	PINOC	25.48	Carmen Asorey Nieves	ENTRC
		18.48	Alvaro Cesar Vila	TMBC	26.09	America Lopez Peña	FONC
Máster 55		17.34	José Suárez Leis	BRIC	30.23	Lucía Ansedes Domínguez	NTBC
		18.09	Pablo A. Lema Pérez	OLEC	32.51	Josefina Pardo Montaña	MRAC
		19.45	Angel Rodríguez López	MILC			
Máster 60		19.00	Manuel Suárez Martínez	VSAPO	20.34	Esther Pedrosa Carrete	CASTEL
		19.59	Juan C. Brandón Rodríguez	fonc			
		20.57	José A. Bermudez Turnes	NTBC			
Máster 65		19.38	Nemesio Gutiérrez González	AFRLU			

		20.46	Ramiro Pérez Pereira	SARC			
		23.42	Jesús M. Lodeiro Méndez	MILC			
Máster 70		22.47	José F. Sainz Garcia	SARC	34.45	Elvira Tresguerras González	SARC
		24.17	Antonio Riera Cachero	DEZPO			
		25.39	Francisco Pena González	SDCC			
Máster 75		26.21	Manuel Millara Blanco	CSCV			

A capital galega levouse a cabo o sábado a disputa da edición 2022 correspondente ao [Campionato de Galicia dos 5K](#) que fora aprazado a finais do ano pasado polas inclemencias meteorolóxicas.

Neste edición resultaron gañadores Tina Fernández do Atletismo Sar cun tempo oficial de 18:06 e Yago Ignacio García do Atletismo Santiago con 16:02. Xunto aos mesmos ocuparon postos de podio Silvia García do Atletismo Sar e Carolina Santos do Ría Ferrol na categoría feminina así como Víctor Xosé González do Comesaña S.C. e Juan Carlos Mosquera do Atletismo Sar na masculina.



Competición: CAMPIONATO XUNTA GALICIA 5 KM. (Tempada 2023)
Lugar As Pontes
Fecha: 19 Marzo 2023

CATEGORIA: MASCULINA					CATEGORIA: FEMENINA		
CTG.	Proba	Marca	Atleta	Club	Marca	Atleta	Club
Absoluto	5 Km.	14.57	Jorge Puig Malvar	STOC	17.38	Eva Piñel Lorenzo	CAFPO
		15.00	Iván Regos Veigas	LUCLU	18.00	Sandra Mosquera Losada	CSCV
		15.09	Pablo Bocelo Bellas	SGPPO	18.23	Branca Fernández Lago	SMIPO
Sub23		18.06	Pablo Fernández Díaz	RIBLU	18.23	Branca Fernández Lago	SMIPO
					18.36	Lucía Varela Molejón	LUCLU
					20.41	Ainara Rodríguez Ares	SGPPO
Sub20		15.00	Iván Regos Veigas	LUCLU	18.56	Carolina Santos Villalón	RIAC
		15.33	Victor Ramos Sambade	TRIKI	19.54	Alejandra Formoso Recarey	TRIKI
		16.10	Mohamed Kassimi Idrissi	FRRC	20.52	Aldara Fonseca Alonso	BEAPO
Sub18		16.12	Daniel Portomeñe Formoso	FRRC	19.17	Andrea Díaz Iglesias	NAOC
		16.15	Ricardo Negrete Barrioluengo	FRRC	20.13	Celia Vila Figueroa	CSCV
		16.39	Lucas Pena Carracedo	MRAC	21.08	Paula Vázquez Hermida	MCHC
Máster 35		16.08	Antonino Méndez Sánchez	NAUTC	18.33	Zelinda Spencer Conceiçcao	OVIE
		16.18	Cristian Exposito Campos	NAUTC	21.47	Elena Suárez Gesto	CASC
		16.24	Brais Canosa Fernández	NAUTC	22.21	Cristina Pérez Alonso	MRQPO
Máster 40		15.53	Esteban Díaz Pérez	NAOC	19.16	Sofía Freaza Otero	CSCV
		16.21	Fernando Lorenzo Pérez	PASOC	20.09	Ana I. Soutullo Paradela	OUROR
		17.03	Manuel Sobral González	PINPO	22.18	Mª José Trastoy Díaz	VILLU
Máster 45		17.01	José A. Santiago Bosch	PINPO	20.17	Rebeca Soto Viñas	NAOC

	17.04	Emilio García Vázquez	SDCC	20.37	Noelia Papín Estevez	CASC
	17.24	Andrés Rodríguez Domínguez	PINPO	20.39	Natalia Rivas Suárez	BATHC
Máster 50	17.43	José L. Roibas Fernández	CASC	19.23	Inés Papín Estevez	CASC
	17.48	Marcelo Vázquez Cortés	EGOLU	20.53	Aurora González Fernández	PINPO
	18.14	Candido Acuña Fernández	COMPO	21.59	Elena Miguens Otero	SARC
Máster 55	18.24	Fernando Hoyos Silva	PINAPO	20.48	Soledad Castro Soliño	CSCV
	19.19	José González Bañobre	NAOC	27.11	Mar Barcón Sánchez	MCHC
	19.56	Ramón Villar Ruibal	VERXL	29.06	M ^a José Montenegro Orol	LUCLU
Máster 60	20.14	Rafael Pérez Rego	TUIPO	23.16	Angeles Ripoll Pernas	CASC
	27.26	Manuel Souto Cortizo	BUROR	26.00	Celina Rodríguez Sobrino	MRÑPO
Máster 65	21.34	Manuel Calvo Gerardi	SARC			
	22.07	José M. Insua Rodríguez	RIAC			
	22.29	José M. Dopico Soto	EGOLU			
Máster 70	21.48	José F. Sanz García	SARC	32.47	Elvira Tresguerras González	SARC
	23.13	José M. Seoane Loureiro	CASC			
	26.27	Eliseo López Río	EGOLU			
Máster 75	24.43	Manuel Millara Blanco	CSCV			
	26.34	Antonio Hernández Barreiro	MCHC			

Eva Piñel e Jorge Puig domiñan o autonómico dos 5K

Eva Piñel do A.F.Celta e Jorge Puig do Atletismo Santiago, proclamáronse gañadores galegos absolutos do [Campionato Xunta de Galicia de 5K](#) desenvolto no día de onte no Concello de As Pontes.



A gañadora galega invertiu un tempo de 17:37 nunha carreira gañada pola tamen céltica Zoe Michelle Odile malia que sen dereito a medalla pola súa nacionalidade francesa. Xunto á gañadora autonómica, compartiron zona de podio absoluta Sandra Mosquera do Comesaña a vinte e dous segundos da gañadora e Branca Fernández do San Miguel de Marín a corenta e cinco.

Na categoría masculina foi o atleta do Atletismo Santiago Jorge Puig quen lograba o título autonómico nunha carreira na que invertiría 14:57. O resto do

podio foi completado polos atletas Iván Rego do Lucus Caixa Rural con 15:00 e por Pablo Bocelo da Gimnástica con 15:10.

No resto de categorías resultaron gañadoras na Sub23 á atleta do San Miguel de Marín Branca Fernandez cun crono de 18:23 e Pablo Fernández do Atletismo Ribadeo con 18:06. Na Sub20 pola súa contra os triunfos foron parar a Carolina Santos do Ría Ferrol con 18:56 e para o subcampión absoluto Iván Rego que subía ao podio novamente. Por último Andrea Díaz con 19:17 e Daniel Portomeñe do Ferrol Atletismo con 16:12 proclamábanse campións galegos da categoría Sub18

No que atinxe á categoría máster as novas campioas galegas e galegos foron:

Máster 35. Zelinda Spencer do (Oviedo Atletismo) e Antonio Menéndez (Naútico de Narón)

Master40. Sofia Freaza (Comesaña S.C.) e Esteban Díaz (C.A.Narón)

Master45. Rebeca Soto (C.A.Narón) e José Antonio Santiago (C.D. Pinarium)

Máster50. Inés Papín (C.A.Sada) José Luis Roibas (C.A. Sada)

Máster55. Soledad Castro (Comesaña S.C.) e Fernando Hoyos (C.D. Pinarium)

Máster60. Angeles Ripoll (C.A.Sada) Rafael Pérez (C.A. Tui)

Máster65. Manuel Calvo (C.A.Sar) e Manuel Calvo (C.A.Sar)

Máster70. Elvira Tresguerras (C.A.Sar) e José Fernando Sáinz (C.A.Sar)

Máster75. Manuel Millara (Comesaña S.C.)