

# Polideportivo

Distintos recorridos  
que en ediciones anteriores

- 1 etapa:: Lugo - A Pontenova
- 2 etapa: A Pontenova - A Fonsagrada
- 3 etapa: A Fonsagrada - Lugo



17-18-19 de Mayo de 2019

Organizan



DEPUTACIÓN  
DE LUGO

A DEPUTACIÓN  
DE LUGO  
CO DEPORTE

**CIDADELUGO**  
CLUBE CICLISTA

Colaboran



GRUPODITRAM  
AUTOMOCION



[www.desafiovoltalugo.com](http://www.desafiovoltalugo.com)



## FÚTBOL SALA

### Mañá, Valladares FINAL GALEGA ALEVIN

Despois de quedar campión de liga na zona norte, o Ribeira alevín xoga mañá en Valladares, en Vigo, a final polo título galego. Os lucenses enfrontaranse a Maristas na semifinal, que de disputará ás 12:00. De gañar, mediranse pola tarde, ás 18:00 horas, ao gañador da eliminatoria Vigosporting e Academia Red Blue 5 Coruña.

### COMPETICIÓN

CAT.	LOCAL	VISITANTE	LUGAR	DATA
1ª Div. F	El Pazo Murcia	Burela FS	JM Cagigal	Hoxe, 16:15h
DH Xuv.	Begonte	Ancoradouro	PM Baamonde	Hoxe, 12:30h
DH Xuv.	Prone Lugo	Guitiriz	PM Lugo	Mañá, 12:00h
DH Xuv.	Burela	Leis Pontevedra	Vista Alegre	Mañá, 12:00h
3ª Div.	P. Barreiros	Bueu	PM Barreiros	Hoxe, 18:30h
3ª Div.	Begonte	Carballiño	PM Begonte	Mañá, 12:00h
Prof. M	Quiroga	Lugo Sala	PM Quiroga	Hoxe, 19:00h
Prof. M	Ordes	Guitiriz	PM Castelao	Hoxe, 18:30h
Prof. M	Lugo FS	Castroverde	PM Lugo	Mañá, 17:00h
Prof. F	Meigas	FSF Castro	PM Bertamiráns	Mañá, 12:00h
Prof. F	Ortegal	Vilalba FS	A Malata	Mañá, 17:00h
Xuv. M	Os Meigallos	Vilalba FS	O Chanto	Hoxe, 19:00h
Al. M	Ribeira FS	Maristas	Valladares	Mañá, 13:00h



## HÍPICA



### Hoxe, Lugo EQUIGAL

O Salón do Cabalo de Galicia que se desenvolve desde o venres no Pazo de Ferias e Exposicións, acolle hoxe un proba puntuable para o Campionato Galego. Ademais, en Taboada, o Club La Cruz organiza desde onte o concurso de equitación que programa para hoxe unha proba combinada de Doma Salto e CC.



## XIMNASIA



### Hoxe, Monforte FASE PROVINCIAL ESCOLAR E PROMOCIÓN

O pavillón municipal de deportes de Monforte de Lemos acolle hoxe as segundas fases do Provincial Escolar e do Provincial de Promoción de Ximnasia Rítmica, coa participación de deportistas das categorías prebenxamin, benxamin, alevín, infantil, cadete e sénior. A cita, organizada polo club monfortino Quicela, reunirá equipos de dez clubs da provincia. Ademais das anfitriñas, estarán pelexando pola clasificación para os Galegos ximnastas de Xirandela, Becerreá, Filigrana, Asociación Deportiva Aixa, Escola de Ximnasia Areoura, Viveiro, Escola de Ximnasia Porta Norte, Violeta e Gravity.

Ás 10.10 horas comezarán os quecementos oficiais e, a partir das 10:55 horas será o momento para as probas nas diferentes categorías escolares de menor a maior. Pola tarde, a partir das 15:30 horas, celebraranse as probas das categorías de Promoción.



## ATLETISMO

### Hoxe, Lugo CIRCUÍTO LARSA CORRE CON NÓS

Esta tarde celébrase a quinte e penúltima proba do circuito de carreiras populares Larsa Corre con Nós, nun circuito situado ás beiras do río Miño, unha proba clásica do calendario atlético lucense. A carreira, sempre agardada polos corredores, combina asfalto e terra, pasa sobre a pasarela fluvial que atravesa o río, logo dirixíase cara á ponte do río Mera pola calzada asfaltada, e volve polo paseo fluvial que os leva de novo á liña de saída, invertido o percorrido de ida. As probas, con diferentes percorridos para as distintas categorías, terán o punto de saída no recinto do Pazo de Feiras.

A saída será escalonada a partir das 17:00 horas.

Minibenxamin, 350 metros (17:00 h.)  
Benxamin e alevín, 800 metros (17:10 h.)  
Infantil e cadete, 1850 metros (12:20 h.)  
Adultos, 5.850 metros (12:45 h.)

Antes, ás 12:00 horas, celebrarase unha proba de relevos por equipos, cun percorrido de 4.000 metros (4x1000 metros).

Os participantes na proba terán a súa disposición as duchas e vestiarios do polideportivo do Palomar. O circuito de carreiras populares concluirá o vindeiro 9 de xuño coa última proba que se celebrará no parque de Frigas.



## CICLISMO



### Hoxe e mañá, Fonsagrada e Lugo DESAFÍO VOLTA A LUGO

Este venres arrincou a quinta edición do Desafío Volta a Lugo, coa participación de máis de 170 ciclistas, que teñen por diante dúas etapas máis ao longo da fin de semana.

A proba percorrerá un total de 265 quilómetros polos concellos de Lugo, Castro de Rei, Pol, Ribeira de Piquín, Pontenova, Lourenzá, Riotorto, A Fonsagrada, Baleira, Baralla, Lámbara e O Corgo.

Despois de percorrer onte os 86 quilómetros que separan a Praza Maior de Lugo da Praza dos Fornos da Pontenova, hoxe afrontan a segunda carreira, entre A Pontenova e A Fonsagrada, un traxecto de case 93 quilómetros con 3.300 metros de desnivel positivo.

Destaca a dificultade do Alto da Augaxosa e do Alto da Cruz da Canela, portos de segunda categoría que atoparán o paso polo concello de Riotorto, e do Alto do Coto de Frades e do Alto da Fonsagrada, de primeira categoría, xa no municipio fonsagrado.

A saída será ás 10:00 horas desde a Praza dos Fornos e a meta estará na Praza do Concello da Fonsagrada.

Mañá disputarase a terceira e última etapa, entre A Fonsagrada e Lugo, de case 86 quilómetros de percorrido e 1.400 metros de desnivel positivo. A saída será de novo ás 10:00 desde a Praza do Concello da Fonsagrada, e o punto de chegada estará no Centro Deportivo Forus Lugo.

Mentres o pelotón se dirixe a Lugo, de 12:00 horas a 13:30 horas, a carón das instalacións deportivas, celebrarase o Desafío Júnior, unha ginkana de habilidade e destreza para nenos e nenas de dous a trece anos.

Habilitarase un espazo de obstáculos no que poderán probarse todos os nenos e nenas que veñan con bici e casco. A participación estará aberta a todos os que se acheguen e queiran sumarse.

A partir das 13.45, está previsto un acto de entrega de recordos conmemorativos na Praza Maior de Lugo. Non se repartirán premios atendendo ao carácter non competitivo da proba, que se consolida como a única volta cicloturista por etapas que se celebra en Galicia e das poucas no calendario do ciclismo afeccionado na Península.

O evento, organizado polo Club Ciclista Cidade de Lugo, xurdiu co obxectivo de proporcionar aos afeccionados a este deporte a posibilidade de vivir a experiencia dunha proba por etapas, emulando as grandes competicións oficiais.

A organización reproduce a unha pequena escala a loxística que opera nas grandes probas do ciclismo de elite, en canto a difusión, promoción seguridade ou ambientación. Os participantes son trasladados en autobús ao punto de saída de cada etapa, o mesmo que as súas bicicletas, das que non se teñen que preocupar durante a proba.



**1º TRAIL**  
carreira de montaña  
**DO CAOLÍN**  
ADUFIÑO DO PORCO

ANDAINA 15 KM  
TRAIL 15KM / 25KM aprox.  
Domingo / 19 / Maio

Inscripcións: [www.rockthesport.com](http://www.rockthesport.com)

No fin de semana das Letras Galegas, disfruta un día de deporte galego coma un galego!!  
estación e colaboración:

Concello de O Vicedo, Maribel, keweé, Librería LIBRELA, Café-Bar SANTA BARBARA, CENTRO OFFICE, Bazar Polo, Algron, LOS ARCOS, DICI X, BOUTIQUE, OREMO.

### Mañá, O Vicedo TRAIL O VICEDO

Mañá disputarase a primeira edición do Trail do Vicedo, unha nova cita no calendario deportivo da provincia chamado a consolídase pola beleza dos paraxes por onde discurrirán as probas. Os corredores e corredoras atravesarán lugares emblemáticos a nivel turístico e paisaxísticos como o Fución do Porco ou as praias de Area Grande, Xilloi, Caolín e Vidreiro.

A carreira contará con dúas probas competitivas, un trail curto de 15 quilómetros e un trail longo de 25 quilómetros, e tamén dunha andaina popular de 15 quilómetros. A proba conta con preto de 400 atletas inscritos tanto de clubs da provincia de Lugo como doutros puntos da Galicia. A saída será ás 9:30 horas desde a praia de Caolín.

### Mañá, A Pobra do Caramiñal CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

O atletismo lucense tamén estará pendente esta fin de semana de dous campionatos galegos nos que os representantes lucenses teñen opcións de podio.

A Pobra do Caramiñal acollerá mañá o Campionato de Galicia de Trail no que participarán deportistas de Egovarros Viveiro, CA Lourenzá e Atletismo Ribadeo. A proba reunirá aos primeiros da especialidade desde a categoría sub 23, entre eles o ribadense Yago Freije que o ano pasado quedou campión na súa categoría.

Ademais, desde hoxe e durante a xornada de mañá disputábase en Vigo o Campionato de Galicia de Clubs de Probas Combinadas, coa participación de Atlético Lucense e Franciscanos.



**CORRE CON NÓS**



— 2019 —

5ª proba - MURAMIÑAE - hoxe



**HOXE HAI  
CORRE CON NÓS**

## PROGRAMA DESENVOLVEMENTO URBANO SOSTIBLE

## CIRCUITO CORRE CON NÓS

# Muramiñae toma a saída

O CORRE CON NÓS, SÍMBOLO DA INTEGRACIÓN DO ENTORNO FLUVIAL NA CIDADE. A penúltima proba do circuito toma o nome do programa de desenvolvemento urbano sostible

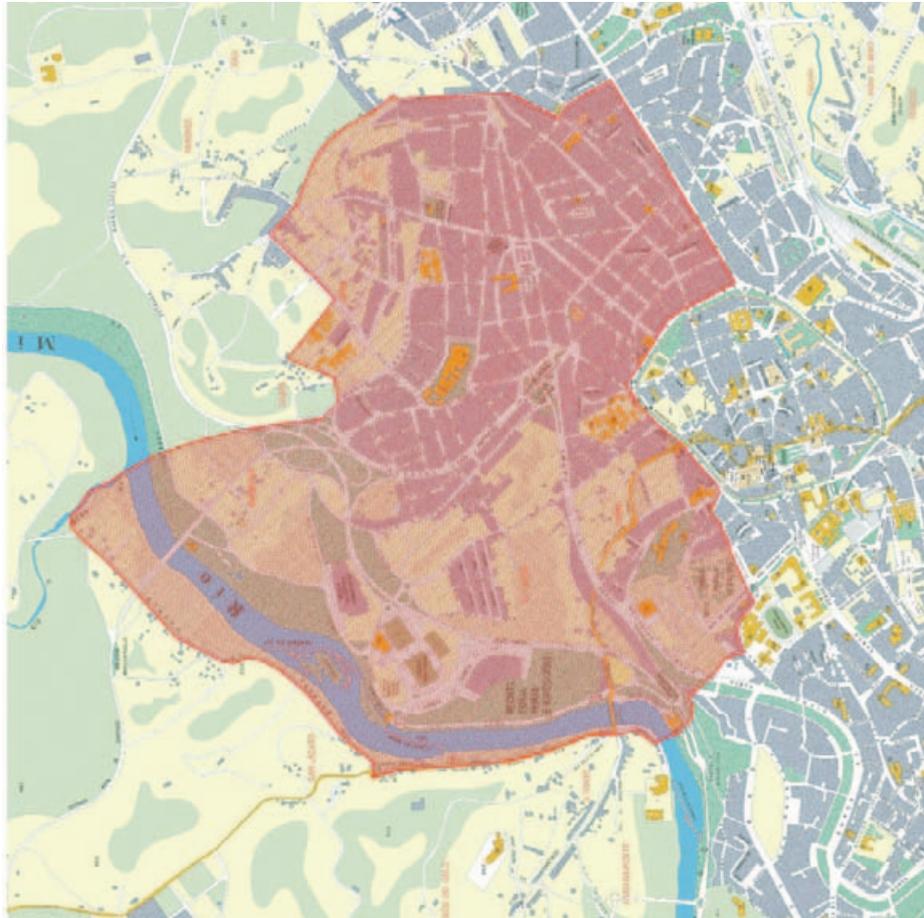
O Circuito Larsa Corre con Nós reivindica a integración entre o centro histórico de Lugo e o seu entorno fluvial. A penúltima proba do circuito toma o nome do programa de desenvolvemento urbano sostible Muramiñae: Da muralla ao Miño, centrado en poñer en valor o patrimonio cultural, arqueolóxico, histórico e natural da cidade.

O programa, promovido polo Concello e cofinanciado por fondos europeos, inclúe actuacións en diferentes ámbitos. Unha das liñas de traballo pasa por impulsar os espazos verdes das ribeiras do río con actividades e dotacións que incentiven o seu uso por parte da cidadanía.

Desde a súa creación, o Corre con Nós potenciou o aproveitamento das zonas verdes da cidade, por onde discorren a maioría dos percorridos do circuito, e especialmente do entorno do río Miño, escenario da proba deste tarde.

A carreira, de case seis quilómetros para as categorías de adultos, atravesará a pasarela fluvial que cruza o río, dirixíndose cara á ponte do Mera pola calzada asfaltada e volve á liña de saída polo paseo, invertindo o percorrido de ida.

A práctica deportiva é unha das posibilidades que ofrece este entorno



aos peóns e habilitalo tamén como carril bici.

O impulso desta fórmula de mobilidade sostible é tamén o obxectivo doutro dos proxectos enmarcados no programa. Así, prevéase a creación dunha rede de sendas ciclistas de preto de 16 quilómetros con 27 treitos diferenciados entre a cidade e río.

As actuacións incidirán en fomentar o uso de vehículos alternativos aos automóviles, contribuíndo a reducir a contaminación acústica e ambiental, outra das metas xerais do programa que conta cun orzamento de 12,5 millóns de euros, o 80% procedentes do Fondo Europeo de Desenvolvemento Rexional (FEDER) é que avanza "nun modelo de cidade máis accesible, humana, sostible e integradora".

A estratexia Muramiñae proxecta a "cidade do futuro" pero segue as pegadas da unión histórica entre a cidade e o río, que ten como referente o trazado da antiga vía romana XIX ou do Camiño Primitivo.

De feito, outra das liñas estratéxicas do plan é a posta en valor do patrimonio histórico e cultural do Carme, que se potenciará con intervencións arqueolóxicas, musealizacións e accións dirixidas a poñer en valor esa pegada da historia no barrio.

natural, idóneo tamén para outras actividades lúdicas e accións que permitan revalorizar o río de forma sostible. Sen embargo, o desenvolvemento da cidade foi xerando barreiras físicas que dificultan o acceso á zona desde o centro, e nomeadamente desde a Porta Miñá.

Os baleiros urbanos dos barrios do Carme

e da Cheda e a estrada Nacional-VI complícan a conexión a pé, afastando á cidadanía deste recurso. A estratexia Muramiñae aspira a revertir a situación e conseguir que Lugo se beneficie plenamente do potencial dinamizador do río.

Así, unha das liñas de traballo do plan é a creación de novas conexións a pé, en bicicleta e

rodadas que melloren a comodidade e a seguridade do acceso ao río.

Neste senso, un dos proxectos clave é a construción dunha pasarela peonil ao campo de fútbol do Anxo Carro. Un paso superior que reforzará a permeabilidade entre o casco histórico e o complexo deportivo ou o Pazo de Feiras. A construción da vía,

adjudicada en febreiro, comezará unha vez que o proxecto reciba o informe favorable da Dirección Xeral de Patrimonio e contará cun prazo de execución de seis meses.

Outra das actuacións deseñadas no marco da estratexia Muramiñae é a prolongación do paso subterráneo baixo a N-VI co fin de mellorar as condicións para



- Teléfono: 982 80 19 09 / 604 00 99 12  
- Dirección: Plaza Aguas Férreas 8 - Lugo  
- Email: info@fisioterapiacian.com

## A TUA CLÍNICA DE FISIOTERAPIA EN LUGO

Estamos situados na **Plaza de Aguas Férreas**.

Profesionais con ampla experiencia no campo das lesións deportivas. Dispoñemos de modernos aparatos de **Electroestimulación**.

**Magnetoterapia e Diatermia** ou **Tecarterapia** para a rápida recuperación.

**AÍNDA QUE SABEMOS QUE AS NOSAS MELLORES ARMAS SON AS NOSAS MANS.**



## PERCORRIDO "MURAMIÑAE"

## MINIBENXAMÍN • 350 metros

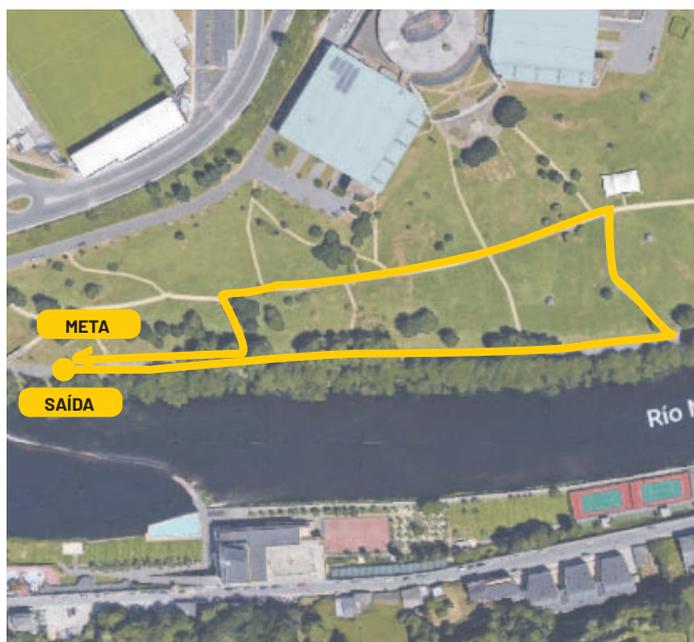


MINIBENXAMÍN (2012 ata 2014)

18/05/2019 || 17:00 h.

DISTANCIA 350 metros

## BENXAMÍN E ALEVÍN • 800 metros

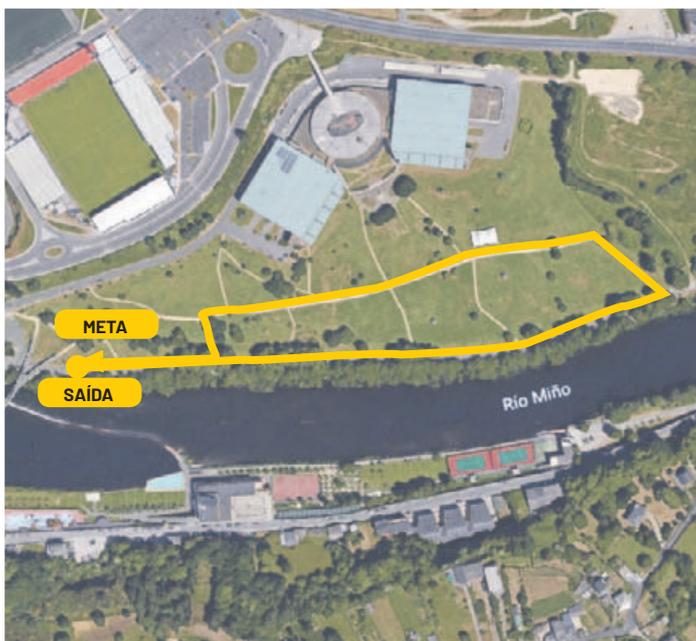


BENXAMÍN (2010/2011) E ALEVÍN (2008/2009)

18/05/2019 || 17:10 h.

DISTANCIA 800 metros

## INFANTIL E CADETE • 1850 metros

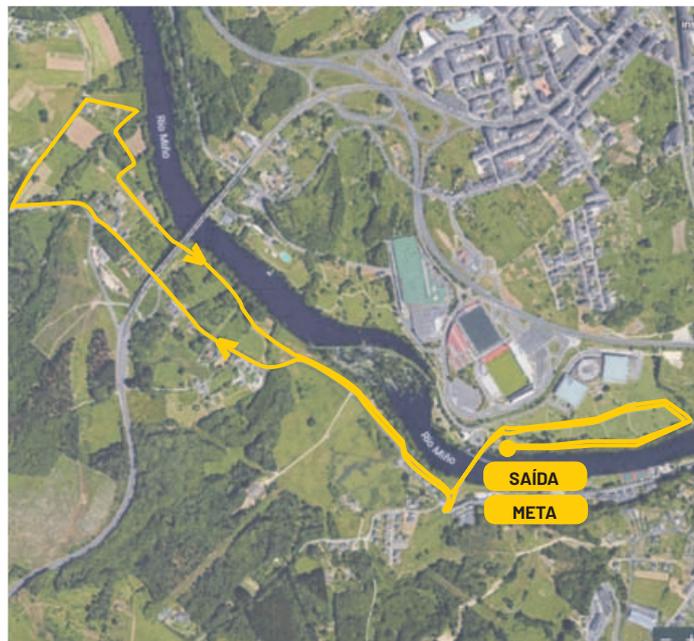


INFANTIL (2006/2007) E CADETE (2004/2005)

18/05/2019 || 17:20 h.

DISTANCIA 1850 metros

## ADULTOS • 5850 metros



ADULTOS (2003 e anos anteriores)

18/05/2019 || 17:45 h.

DISTANCIA 5850 metros

## RECOLLIDA DE DORSAIS E CHIPS

Hoxe pola mañá, na tenda de deportes NDORFINA SPORTS ( Campo Castelo Nº57. Lugo ), no seu horario comercial.  
 IMPORTANTE: NON SE ENTREGARÁN DORSAIS O MESMO DÍA DAS CARREIRAS POR CUESTIÓNS ORGANIZATIVAS.

## DUCHAS

Haberá duchas a disposición dos participantes no Polideportivo Palomar.

## CLASIFICACIÓN DO CIRCUITO

## BENXAMÍN FEMININO

P.	Nome	Apelidos
3	MAR	ÁLVAREZ APARICIO
20	CARLOTA	MELLA GONZÁLEZ
31	SARA	MUÑOZ FERNÁNDEZ
33	LUCIA	CANDO GOMEZ
45	CANDELA	COSTA CABANA
53	SILVIA	CONDE CARRELO
63	MARTA	YÁÑEZ SANTIAGO
67	MARÍA	GRANDAS LÓPEZ
80	MARA	SANTOS FERNANDEZ
83	NOA	MEJUTO GOLAN
88	OLIVIA	MILLARES CORIA
100	CARLOTA	CABADO LÓPEZ
101	BLANCA	RECAMÁN MEILÁN
104	MANUELA	BOUSO TORRON
109	MARINA	GONZALEZ CENDAN
111	ALEJANDRA	COTARELO LOPEZ
113	OLALLA	SAAVEDRA LOPEZ
119	UXÍA	DÍAZ SAAVEDRA
124	IRIA	FREIJO VAZQUEZ
129	EVA	PUMARES CANCELA
139	MARTINA	BLANCO ÁLVAREZ
145	CARLOTA	VEIGA GUTIÁN
164	NOA	FERNÁNDEZ GARCÍA
167	LJAN	RODRIGUEZ BLANCO
168	SARA	VARELA LENCE
170	MARA	VÁZQUEZ MORÁN
173	MARIA	ROZAS PEREZ

## ALEVÍN FEMININO

P.	Nome	Apelidos
6	MIREIA	VÁZQUEZ LIZ
13	ALDARA	CEIDE COUCE
24	CARMEN	MTNEZ DOMINGUEZ
29	SAFYA	MOUMNI RICO
30	ILSE	PRADO CAMBA
49	CARLA	ALLEGUE BLANCO
65	JANA S.	VEIGA NOVO
69	NADIA	ANDION ALVARIN
70	PAULA	CONDE CARRELO
72	NOA	FERNÁNDEZ LÓPEZ
82	CAROLINA	GARCÍA GONZÁLEZ
95	IRENE	VILA GONZÁLEZ
96	LOLA	GONZÁLEZ BURGO
102	CARLA	CORTON PRADO
112	MARTA	G. GARCIA-BOENTE
125	NOA	ESPINO MIÑO
132	LIDIA	CASTRO ARIAS
136	ALBA	SECO MEIS
140	ZELTIA A.	MAGIDE SAINZ-MAZA
146	LEONOR	ANDRADE VARELA
148	SILVIA	LÓPEZ NOVO
154	CANDELA	LÓPEZ FERNÁNDEZ
156	GOYA	NÚÑEZ SEOANE
161	MENCÍA	DE LAS HERAS GÓMEZ
169	SOFIA	PIÑEIRO DIAZ
172	CARLA	FERNÁNDEZ FOUZ
177	ASUNCIÓN	LOSADA LUACES

## INFANTIL FEMININO

P.	Nome	Apelidos
2	SARA	G. DO NASCIMENTO
11	XELA	MTINEZ DOMINGUEZ
15	ESTELA	DIAZ DIAZ
28	CARLOTA	VILANOVA CABANA
38	PALOMA	LOPEZ MORAL
46	NOELIA	REY GAYOSO
47	LOURDES	GARCIA ARRUNAADA
60	CLAUDIA	SUFUENTES DIAZ
73	CRISTINA	HERRERO PÉREZ
75	CARLA	VAZQUEZ RODRIGUEZ
81	ANDREA	RODRIGUEZ DORADO
87	UXÍA	HERRERO PÉREZ
106	LAURA	RAPOSO FOMPEDRIÑA
108	ÁNXELA	MANEIRO PÉREZ
123	SILVIA	BESTEIRO REY
127	MARTA	MARIÑO
131	HAANA L.	MATUTE ESTRADA
141	MARIA	RUBINOS RUBINOS
143	LUCIA	DARRIBA BELMONTE
147	MENCIA	REGO VEIGAS
149	PAULA	MASEDA IGLESIA
151	SOFÍA	LÓPEZ GÓMEZ
152	ALBA	ANLLO VAZQUEZ
160	NOA	RODRIGUEZ EDROSA
179	ALIA	RAMA GEHRING

## SÉNIOR FEMININO

P.	Nome	Apelidos
13	CARLA	TRILLO FERNANDEZ
49	LAURA	SANTIN
51	OLAYA	ÁLVAREZ VARELA
63	LETICIA	VIZCAÍNO CELA
76	NATALIA	SANCHEZ SANCHEZ
85	MARÍA	SOUTO PRIETO
88	RAQUEL	GUIZAN CASTRO
89	SILVIA	LOPEZ OTERO
115	EVA	RIOS COBAS
118	RAQUEL	GRANDIO MONTES
133	MIRTA	FLORES CUESTA
154	VANESA	FERREIRO GONZÁLEZ
158	CAROLINE	LOE
186	MAITANE	OBARRIO PALOMO
199	ROSALÍA	LÓPEZ LÓPEZ
206	PAULA	OTERO SIMÓN
220	MARÍA	FUCIÑO PÉREZ
229	SHEILA	NOVO LÓPEZ
238	ROCÍO	GANDYO SOENGAS
242	ANA	GARCIA MURIAS
244	TAMARA	ROZAS CHOUSEIRO
255	CANDELA	GONZALEZ BARRAL
257	MARÍA	GONZÁLEZ TRIGO
265	SANDRA	ALONSO POLO
267	TANIA	CAMPO EXPÓSITO
273	MÓNICA	DÍAZ BAO
286	NATALIA	FERNÁNDEZ LÓPEZ

## L. ESCOLAR DECATHLON

Ptos.	Nome
63	CPR PADRES FRANCISCANOS
53	CPR MARISTAS-LA INMACULADA
49	CPR M. AUXILIADORA
43	CEIP ANEXA
39	CPR CERVANTES
39	CEIP ILLA VERDE
37	CEIP ROSALIA DE CASTRO
31	CPR SAN JOSÉ
26	CEIP MENÉNDEZ PELAYO
25	CPR SALESIANOS-DIVINA PASTORA
23	CEIP AS MERCEDES
21	IES SANXILLAO
21	CEIP ALBEIROS
15	IES LEIRAS PULPEIRO
14	IES ÁNHEL FOLE
13	IES LUCUS AUGUSTI
9	CEIP LUIS PIMENTEL
8	CPR GALÉN
8	CPR DIVINO MAESTRO
7	CEIP CASÁS
6	CEIP SAGRADO CORAZÓN
6	IES NOSA SEÑORA OLLLOS GRANDES
5	CEIP MANUEL MALLO MALLO
3	CEIP A PONTE
3	CEIP QUIROGA BALLESTEROS
2	CPR FINGOI
2	CEIP PARADAI

## CADETE FEMININO

P.	Nome	Apelidos
7	PAULA	RODRIGUEZ VEIGA
14	LUCI	S. DEL VALLE VERGE
19	CARLA	DÍAZ PARDO
25	SARA	ÁLVAREZ CIVEIRA
32	DANIELA	REBOLO MARTINEZ
44	UXÍA	PÉREZ FERNÁNDEZ
50	LARA	CASTRO DIAZ
59	ANGELA	LÓPEZ RODRIGUEZ
62	MARTA	ORTÍZ GONZÁLEZ

## XUVENIL FEMININO

P.	Nome	Apelidos
24	EVA	FREIRE FERNÁNDEZ

## JÚNIOR FEMININO

P.	Nome	Apelidos
29	SARA	LOSADA ILLANES

## VETERANO +65 FEMININO

P.	Nome	Apelidos
10	Mª VICTORIA	VÁZQUEZ CANAL
35	M. CARMEN	OTERO DÍAZ

## PROMESAS FEMININO

P.	Nome	Apelidos
12	MARTA	FERNÁNDEZ DÍAZ
31	TANIA	LOPEZ BUSTO
75	KATIA	ÁLVAREZ MOSQUERA

## FAMILIAR CC AS TERMAS

Ptos.	Nome
16	Fernández Díaz
19	Martínez González
21	Rego Veigas
31	Conde Carrelo
39	Herrero Pérez
40	Darriba
44	Mellis Family
53	Souto
55	Ulla Rozas
57	Familia Losada Illanes
74	Álvarez Aparicio
75	Freije Mariño
75	Familia Superlópez
79	Pérez Fernández
85	Guizan
98	Rey Lopez
101	Mejuto Golan
104	Maneiros
132	Álvarez Civeira
141	Santos Perez
168	Freire
181	Fernandez Peral
183	Carcedo Lopez

## VETERANO +35 FEMININO

P.	Nome	Apelidos
14	ANA	ABUÍN RODRIGUEZ
32	M. CARMEN	IGLESIAS LOPEZ
64	MARÍA JESÚS	CONDE RODRIGUEZ
71	IRIA	RANCAÑO OTERO
84	GEMA	ABELLEIRA CORRAL
96	OLGA	PAZ SENORANS
102	PATRICIA	RODRIGUEZ FERRO
117	PAULA	IGLESIAS
141	CRISTINA	GUIZAN CASTRO
142	EVA	DÍAZ SANJURJO
144	NOEMI	V. VILLANUEVA
145	TERESA	GÓMEZ DÍAZ
162	VANESA	PENA ARGEREY
181	REBECA	CORRAL RODRIGUEZ
198	ANA MARIA	HERMIDA MEILAN
207	CAROLINA	CORTON FERNANDEZ
211	M. CARMEN	CUMBRAOS
213	CHUS	BLANCO VENCE
219	ALMUDENA	OTERO CASTRO
228	ERIKA	ARRIBAS RODRIGUEZ
239	PAULA	LÓPEZ BELLO
240	LAURA	GONTÁZ NOVÓ
253	M. LA O	DE ANDRES GLEZ
288	VERONICA	HERMIDA VIDAL
289	ESTER	MOURENZA FDEZ

## VETERANO +40 FEMININO

P.	Nome	Apelidos
11	ANA BELEN	GLEZ MARGARIDE
45	SUSANA	CARREIRA IGLESIAS
59	CRISTINA	AZANZA MORENO
87	LAURA	BOUDON LOPEZ
123	INMACULADA	VÁZQUEZ ABUÍN
134	S. AMPARO	ARIAS REGUEIRO
139	Mª SONIA	VÁZQUEZ VILABRILLE
149	ARANZAZU	BARRIO FERNANDEZ
166	HELGA	PERAL VARELA
167	C. ROCÍO	LEGUÍA BOLIVAR
169	ESTÍBALIZ	CASTELAO GARCÍA
189	SILVIA	FDEZ CARBALLO
195	YOLANDA	GARCIA FERNADEZ
212	CARMEN	BLANCO ALONSO
216	NURIA	NADELA DIAZ
248	M. DEL MAR	MONTES CASTRO
251	BETTY	GOLAN PARDO
259	INES	DIAZ MOURE
261	M. ELENA	MONTES LOPEZ
274	SUSANA	REGUEIRO CRUZ
279	SILVIA M	BALLÓN MAREY
294	M. CARMEN	LÓPEZ ÁLVAREZ
324	JOSEFINA	FDEZ RODRIGUEZ

## VETERANO +45 FEMININO

P.	Nome	Apelidos
18	MARILUZ	BASANTA BAL
44	M. CARMEN	GÓMEZ SOENGAS
74	MARÍA	PUMARIÑO SANFIZ
97	ISAURA	CASTRO MAESTRE
101	SONIA	VEIGAS LÓPEZ
103	MARÍA JOSÉ	E. ECHEVARRÍA
106	Mª JOSÉ	LÓPEZ SILVA
122	MONICA	FLORES FERREIRO
128	EVA MARIA	FERNANDEZ BRAN
143	ANA BELÉN	LÓPEZ DÍAZ
146	MARÍA JESÚS	IGLESIAS FERNÁNDEZ
157	ELISABET	OTERO CASTRO
190	PILI	ROZAS VEIGA
192	MARÍA PILAR	CAROT LIDÓN
205	MARÍA JESÚS	FERNANDEZ PITA
209	BEGOÑA	BUIDE MORANDEIRA
224	EVA MARÍA	GARCÍA BAJÓN
225	M. TERESA	FERNÁNDEZ NAVA
235	LUPE	ÁLVAREZ REBOLO
243	M. ANGELES	LOPEZ PIÑEIRO
254	ANTONIETA	TORO VIDAL
268	ANA	ILLANES LOSADA
270	MARÍA JESUS	EXPÓSITO ABELEDO

## VETERANO +50 FEMININO

P.	Nome	Apelidos
3	EMMA	IGLESIAS PENELAS
27	ROCÍO	DÍAZ MESA
37	ANA ISABEL	RODRIGUEZ EXPOSITO
54	PI	DOMÍNGUEZ PEREIRA
80	AZUCENA	SEIJAS LÓPEZ
81	I. MARGARITA	DIAZ DOMINGUEZ
111	MARIA LUISA	GTRREZ BLAZQUEZ
120	M. EUGENIA	GOMEZ ANDRE
121	ANA MARIA	RIVAS MENDOZA
140	M. DOLORES	FERREIRO PENA
165	MACAMEN	MARRERO FLORES
173	DOLORES	NEIRA EXTREMEIRO

## VETERANO +55 FEMININO

P.	Nome	Apelidos
2	JOSEFINA	CASTRO CASTRO
25	MARIA JESUS	RIO GARCIA
43	M. EUGENIA	VAZQUEZ OREJAS
48	Mª CARMEN	FERREIRO DIAZ

## VETERANO +60 FEMININO

P.	Nome	Apelidos
1	M. CARMEN	RODRIGUEZ DEL RIO
23	CARMEN	NOVO VARELA
57	REMEDIOS	VIDAL SEOANE



# LARSA CORRE CON NÓS 2019

## BENXAMÍN MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
1	ENRIQUE	G. GARCÍA-BOENTE
16	RODRIGO	CARCEDO LOPEZ
22	X. BEREKET	ABELEDU CHOUSA
26	DARIO	RODRÍGUEZ PÉREZ
37	FABIO	DE LAS HERAS GÓMEZ
41	LUCAS	NEIRA LOSADA
54	VÍCTOR	MARTÍNEZ GONZÁLEZ
55	DIEGO	ALLEGUE BLANCO
57	DANIEL	LÓPEZ VÁZQUEZ
78	LUCAS	NOGUEIRAS PIRES
91	PEPE	ARIAS PRADO
93	ANDRÉ	FERNÁNDEZ PERAL
110	MANUEL	PICADO SARCEDA
114	MANUEL	LOMBAO PÉREZ
121	DAVID	NEIRA DEL RÍO
122	JAIRO	ARIAS LÓPEZ
128	J.MANUEL	LÓPEZ MELLA
130	PELAYO	FREIRE FERNANDEZ
144	CIDRE	S. CABANA
153	GAEL	ARIAS LÓPEZ
158	MARTÍNO	OUTEIRO LÓPEZ
163	COSME	LÓPEZ DÍAZ
166	GABRIEL	GARCÍA VARELA
176	A. KIRILL	CASTRO PUENTE
182	UXÍO	VILARIÑO LORENZO
184	MARTIN	GIL PAJARO
185	ÁLVARO	REY LÓPEZ

## ALEVÍN MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
9	ADRIÁN	PÉREZ EDROSA
12	DANIEL	MARTÍNEZ GONZÁLEZ
18	MATEO	ÁLVAREZ CIVEIRA
23	JESÚS	ARIAS GONZÁLEZ
39	IAGO	COBAS PENA
48	RODRIGO	PUMARES CANCELA
51	LUCAS	SANTISO VAZQUEZ
52	PABLO	REGO VEIGAS
68	ALFREDO	DELLGADO CARDOSO
76	BRAIS	ULLA ROZAS
79	BRADLEY J.	JARAMILLO ESTRADA
85	MANUEL	FERNÁNDEZ RODRÍGUEZ
94	DANIEL	LOPEZ FERNANDEZ
103	IAGO	COSTA RODRIGUEZ
105	JAVIER	MASEDA IGLESIA
118	HECTOR	PALLIN BUJAN
126	PABLO	RGUEZ BARREIRA
134	XOEL	GARCÍA GONZÁLEZ
137	HECTOR	GIL PAJARO
142	DAMIÁN	ÁLVAREZ APARICIO
155	SALVADOR	ANDRADE VARELA
157	SERGIO	MARIÑO BESTEIRO
159	RUBÉN	FOUCE LÓPEZ
165	PAULO	MANEIRO PÉREZ
171	RAFAEL	RABADE FERREIRO
178	JAVIER	SAMPEDRO CASTRO
180	LUIS	NOVO LÓPEZ

## INFANTIL MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
4	COSME	VIANA VALIÑA
8	PEPE	S. DEL VALLE VERGE
21	DIEGO	RODRÍGUEZ SÁNCHEZ
34	JULIO	FERNANDEZ MENDEZ
36	ÁNGEL	HERRERO PÉREZ
40	MIGUEL	ALVARIÑO LIRANZO
43	LEO	RODRÍGUEZ BLANCO
56	MATEO	SUFENTES DIAZ
61	TIAGO	POUSADA TROITIÑO
71	JAVIER	BLANCO ÁLVAREZ
84	ERIK	RAMA GEHRING
89	CÉSAR	FOUCE LÓPEZ
97	ALEX	LOPEZ RAMIL
98	NICOLÁS	ARIAS LÓPEZ
99	MATEO	DEL BARRIO GÓMEZ
107	RAÚL	GAVIEIRO MONTERO
115	NOÉ	LÓPEZ SUFENTES
116	ANTÓN	VIZCAÍNO VÁZQUEZ
117	JESUS	VEIGA GUITIAN
120	ANTÓN	FERNÁNDEZ GARCÍA
133	ÁLVARO H.	GÓMEZ VÁZQUEZ
138	GERMÁN	RABANAL FREIRE
150	ÁLEX	VILAR TORRES
162	XOAN	MENDEZ GARCIA
174	BRAIS	PÉREZ FERNÁNDEZ

## SÉNIOR MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
56	PABLO	CAMPO BAAMONDE
82	ANTON	RGUEZ GONZALEZ
99	PABLO	EXPÓSITO LÓPEZ
152	J MANUEL	IGLESIAS LOURÉS
153	ADRIAN	REGUEIRO LOPEZ
161	RICARDO	FERNÁNDEZ GARCIA
168	DIEGO	TRIGO CASTEDO
174	JAVIER	ABUIN PENAS
193	VICTOR	LÓPEZ BELLO
202	OSCAR	VEIGA IGLESIAS
223	JESUS	GALLARDO
232	MARCOS	CORRAL LOPEZ
236	M ANTONIO	PRADO FANDIÑO
241	SERGIO	LÓPEZ MUIÑA
264	ADRIÁN	ÁLVAREZ MOSQUERA
272	ADOLFO	LOPEZ CABADO
281	DAVID	MAIRA
296	ALEJANDRO	GONZALEZ MONTERO
308	ADRIÁN	BARRERA GONZÁLEZ
315	PABLO	FERNANDEZ LOPEZ
316	MANUEL	NÚÑEZ LUGILDE
322	ROI	GONZÁLEZ VILAR
337	ADRIÁN	VILELA DARRIBA
338	HÉCTOR	BASADRE PÉREZ
342	ÁLVARO	MEILÁN PACIO
344	BRAIS	VILLAR RODRIGUEZ
355	JOSE	RGUEZ. RODRIGUEZ

## JÚNIOR MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
22	KEVIN	DARRIBA CORRAL
42	SERGIO	PETEIRA IGLESIAS
52	ISMAEL	FRANCOS LÓPEZ
65	PABLO	VILAR MORAL
68	MIGUEL	FREIJE MARIÑO
83	JULIO	FORNEAS RODRIGUEZ

## PROMESA MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
15	ANTONIO	SOUTO PRIETO
38	YAGO	FREIJE MARIÑO
58	VICTOR	M. LOMBARDEIRO
62	SANTIAGO	CABADO GOÁS
86	ADRIAN	RIFON

## VETERANO +45 MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
5	J MANUEL	CORRAL LOPEZ
60	J MANUEL	TEIJEIRO VILA
66	FCO ANTONIO	CABANAS ARGEREY
78	ANTONIO	CABADO LOURÉS
91	JOSE	ULLA ROCHA
105	SAÚL	LADRA VARELA
112	ROBERTO	GONZALEZ GARCÍA
114	CARLOS	GARCIA LOPEZ
148	ALBERTO	LOPEZ PRADO
150	ALBERTO	ARIAS TORRON
151	JAVIER	SÁNCHEZ LÓPEZ
164	ANTONIO	GARCÍA PARDO
184	JOSE	CORTON GONZALEZ
188	D MANUEL	MARTINEZ GONZALEZ
197	J MANUEL	CARREIRA NUÑEZ
203	MARCELO	LANZA BEN
214	JUAN	RIGUEIRO GARCIA
215	MARTÍN	ÁLVAREZ DURÁNDEZ
226	MARCELINO	MANEIRO MANEIRO
231	ANTONIO	ALONSO RODRÍGUEZ
247	CARLOS	BREIJO TEIXEIRA
262	MANUEL	ARIAS VEIGA

## VETERANO +65 MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
4	JOSÉ LUIS	MERODIO VÁZQUEZ
26	FRANCISCO	TORRENTE HORTAS
50	JULIO	GONZALEZ LOPEZ

## VETERANO +70 MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
6	MANUEL	MILLARA BLANCO
17	ANGEL	BARRIO RODRÍGUEZ
30	EMILIO	GONTA PEREIRO
53	JESÚS	BERNAL GÓMEZ
72	JOSÉ LUIS	SECO FALCÓN

## CADETE MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
5	RUBÉN	DARRIBA CORRAL
10	IVAN	REGO VEIGAS
17	YAGO DANIEL	RÍO PEREIRA
27	DANIEL	DÍAZ ALONSO
35	SAMUEL	G. DO NASCIMENTO
42	A. JAVIER	PARDO RODRÍGUEZ
58	MARCOS	REY LÓPEZ
66	KEVIN	RODRIGO LOPEZ
74	MARTÍN	ROUCO IGLESIAS
77	ALEJANDRO	QUIÑO A BERMUDEZ
86	MARTIN	FDEZ. RODRÍGUEZ
90	CARLOS	VILLAR PÉREZ
92	BRIAN	RICO NUÑO
135	MIGUEL	FOLGUEIRA DÍAZ

## XUVENIL MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
40	SAMUEL	CASTEDO HERMIDA
79	PABLO	FERNÁNDEZ DÍAZ
92	F. ERNESTO	ARES SOLL A
126	ALBERTE	LÓPEZ FERNÁNDEZ
127	DAVID	NAYA PIAS
138	ANTON	MENDEZ GARCIA

## VETERANO +35 MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
16	IVÁN	VEIGA RAPOSO
34	MARCOS	C. LLENDERRROZOS
61	SERGIO	LOPEZ VALCARCE
93	ABRAHAM	TORRE SOENGAS
110	ÁLVARO	VALÍN GONZÁLEZ
119	BRAIS	LÓPEZ BARRO
125	J. ANTONIO	LOPEZ PUENTE
147	MARCOS	VAZQUEZ PAMPIN
163	JOSE	MILLARES DARRIBA
170	ALEJANDRO	LOMBAO BLANCO
179	CARLOS	PEREZ VALIN
185	IAGO	VALIN SANDEZ
208	MIGUEL	VARGAS JIMENEZ
210	MIGUEL	DIAZ BOTABO
233	DIEGO	ROCA CANCIO

## VETERANO +40 MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
9	JUAN	GUDE
28	XABIER	DÍAZ FERNÁNDEZ
39	FCO JAVIER	CARBALLIDO SANFIZ
41	MANUEL	MARTINEZ FDEZ
69	JESUS	RIVAS PRADO
94	CARLOS	B. VAZQUEZ
109	PABLO	PAZ SAAVEDRA
129	MARTIN	LOPEZ FERNANDEZ
137	C ALFONSO	RAMOS GALLEGO
156	JOSE LUIS	FREIRE REGUEIRO
159	MARCOS	LAGE ARES
160	IGNACIO	VAL BARBEIRA
171	J. MIGUEL	PARADELA RGUEZ
180	IVÁN	DIÉGUEZ BALADRÓN
183	LUCIANO	ESPINO LOPEZ

## EQUIPOS COCA-COLA 2019

Ptos.	Nome
371	Club Fluvial De Lugo (Femenino)
426	Verxel Mixto
565	Club Montepenarubia Lugo
701	Mtc-Loures Femenino
780	Muller En Forma
894	Club Fluvial De Lugo (Masc.)
1042	MTC-Loures Masculino
1178	Corre Por Begonte
1581	Zeppelin Torguesa Finfloor M.
1607	Erika Pilates Team
1675	Atletismo Frial
1700	Marraners-En Boas Mans
1859	Marzo Saude
2535	A. C. E. D. O Carballo Mulleres
3011	Camisetaslugo.com AB Fitness Gim.
4231	Abrente Lugo
4424	Hospital Polusa (Masc)

## VETERANO +50 MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
8	LUIS	SOUTO LÓPEZ
21	SAUL	VALCARCEL NOVO
47	GERARDO	RAPOSO BUJAN
55	EDUARDO	OTERO SALGADO
77	TITO	GALLEGO MOURE
95	JUAN JOSE	CASANOVA VAZQUEZ
108	J ANTONIO	REY FERNÁNDEZ
116	JOSÉ	ÁLVAREZ LENCE
131	JMANUEL	NUÑEZ FARIÑAS
155	J CARLOS	PERTIERRA FDEZ
172	ALBERTO	REY CASTRO
175	AGUSTÍN	PÉREZ VÁZQUEZ
178	EUGENIO	MARTÍNEZ PÉREZ
191	J MANUEL	GLEZ GONZÁLEZ
196	J MANUEL	LÓPEZ BELLAS
217	FCO JAVIER	LOSADA PRADO
221	JOSE LUIS	DIAZ VAZQUEZ
230	J MANUEL	FERNANDEZ VEIGA
249	J CARLOS	MILLARES DOMENECH

## VETERANO +55 MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
19	GERARDO	PEREZ LENZA
20	V MANUEL	ÁLVAREZ PRIEGUE
33	MANUEL	PASTRANA CRUZ
46	JOSE MARIA	PÉREZ OTERO
90	J MANUEL	FERNANDEZ SANGIAO
98	MANUEL	SÁNCHEZ CASTEDO
100	JUAN JESÚS	FERNÁNDEZ FLORES
104	EMILIO	VEIGA PIÑEIRO
107	LUIS	FERNÁNDEZ VEIGA
124	MANUEL	CABADO LOURÉS
176	J MANUEL	ALONSO PEREZ
177	J CARLOS	CARREGAL SANCHEZ
182	EMILIO	ARIAS ARIAS
200	CONSTANTINO	FERNANDEZ POZO
201	PEDRO	TEIJEIRO PENA
204	SANTIAGO	CABADO ESTRABIZ
218	RICARDO	BESTEIRO FDEZ
227	ANTONIO	SOUTO REGO
237	LUIS	HERRERO LÓPEZ

## VETERANO +60 MASCULINO

P.	Nome	Apelidos
7	JAVIER	TORO MONTERO
36	MANUEL	VILA CARBALLADO
67	ENRIQUE	LOPEZ FOLGUEIRAS
70	LOIS	SEIJO CASTRO
73	MARCIAL	FOLGUEIRA ABRAIRA
113	CARLOS	SOENGAS LOPEZ
130	JUAN C.	CAMPO JANEIRO
132	ANTONIO	LOPEZ RODRIGUEZ
135	PEDRO	LUCAS MOLINA
136	ANTONIO T.	TORRE MEJÍA

## REPORTAXE FAMILIA

## FAMILIA REGO VEIGAS



## FAMILIA REGO VEIGAS

## MEMBROS

Sonia Veigas López 47 Anos

Iván Rego Veigas 13 Anos

Mencia Rego Veigas 12 Anos

Pablo Rego Veigas 9 Anos

**"Imos ao Corre con Nós a divertirnos e pasar un tempo en familia, sen esixencias"**

**"Divertímonos moito nas carreiras en si, pero tamén en todo o demais que as rodea"**

# "Gustaríanos que o Corre con Nós conservase o espírito popular"

**A FAMILIA REGO VEIGAS, QUE COÑECEU O DEPORTE DE ELITE,** atopou no circuito lucense un espazo para "divertirse e compartir tempo"

Como afrontas o Corre con Nós cando tes na casa un campión de duatlón e triatlón? Esta é unha pregunta para a familia Rego Veiga, unha das habituais na liña de saída das probas do circuito. Son Sonia Veigas e os seus fillos Pablo, Mencia e Iván, que levan nos seus dous apelidos o "peso" dunha longa traxectoria deportiva inzada de éxitos.

Seu pai, Jesús Rego, competiu no máximo nivel en duatlón e triatlón, encadeando podios en campionatos galegos e españois nas categorías absoluta e veterana e culminando a súa traxectoria cun bronce no campionato do mundo de 2017.

A esixencia de chegar

primeiro queda na casa cando se fala do Corre con Nós, "imos a divertirnos e pasar un tempo en familia, sen esixencias", conta Sonia, que tamén tivo a súa etapa na competición federada. "Probei en todo, desde rugby ata bicicleta de montaña, atletismo ou duatlón. Agora fago carreiras de obstáculos, que son moi divertidas".

"Deixamos de facer deporte a nivel competitivo ao empezar a ter os nenos, por falta de tempo. Se tes unha meta competitiva tes que dedicar moitas horas a entrenar e ser moi disciplinado, e resulta moi difícil compaxinar iso cos traballos de cada un e coa crianza dos nenos", expón. Aínda que non aplau-

diron na primeira liña os podios dos seus pais, Pablo, Mencia e Iván medraron co deporte. "Gústanos saír con eles a pasear, a correr ou a andar en bici, dunha forma lúdica e para acostumarlos a facer algo de actividade física ao aire libre. En Lugo e nos arredores temos sitios para facelo. Nós imos moito aázona do Pazo de Feiras e tamén ás Gándaras, que conta con espazos verdes e de terra que permiten".

A participación no Corre con Nós é unha forma máis de disfrutar do tempo de ocio. "Imos todos xuntos. Facemos un pouco de quecemento, algún estiramento, algunhas progresións. Como son diferentes idades e corremos en dife-

rentes categorías, danos a posibilidade tamén de animarnos uns a os outros. Divertímonos moito, nas carreiras en si mesmas e con todo o que as rodea". De feito, conta, "foron eles os que quixeron empezar a ir".

Levan "anos" participando no circuito e nesta edición inscribíronse como familia. Son unha das 73 anotadas neste modalidade que se puxo en marcha en 2017 e que acadou este ano o maior número de inscritos. Cada familia puntúa cos tres mellores resultados por categoría en cada carreira.

Os Rego Veigas fan oco para participar nas diferentes probas do circuito malia que, sobre todo

nesta época do ano, a súa axenda recolle tamén campionatos e torneos de diferentes modalidades deportivas.

Os tres forman parte dos equipos de natación do Club Fluvial, onde entrenan regularmente. Ademais fan atletismo coa Atlética Lucense e triatlón e pentatlón moderno co Tri-Pentas Terra de Lugo. "O máis pequeno tamén fai kunfu, a nena, piragüismo. Probaron e proban moitas cousas para que elixan a que máis lles gusta. Olímpico non vai ser ningún!"

"Agora o deporte chega máis a todo o mundo, incluso nas disciplinas que eran minoritarias hai unha afluencia importante de xente", comenta Sonia.

Fala de deportes como o pentatlón moderno, unha modalidade que combina diferentes probas de natación, esgrima, hípica, tiro e carreira a pé.

"O Corre con Nós foi unha iniciativa estupenda, que conseguíu que moita xente se interesase polo deporte. É un aliciente para que moita xente que tivo unha etapa competitiva siga manténdose despois activo. Ás veces necesitamos un estímulo, unha cita, para motivarte e saír regularmente a facer deporte. Gustaríame que conservase ese carácter popular, que o protagonismo fose das persoas que van a divertirse, a participar, máis que a competir", conclúe Sonia.



# O Corre con Nós medrou con María Auxiliadora

**A AMPA DO CENTRO EDUCATIVO IMPULSOU** a participación das familias no circuíto popular co deseño dunhas camisetas que locen en cada carreira



O CPR María Auxiliadora é un dos 25 centros que participan na Liga Escolar do Corre con Nós, pero atoparon unha forma singular de facelo. Desde hai dous anos, as familias do centro acuden ao Corre con Nós con camisetas que os identifican. A iniciativa xurdiu da Asociación de Nais e Pais que, despois de anos nos que cada quen ía nas probas pola súa conta ou en pequenos grupos, decidiu fomentar a participación con esta fórmula. "O colexio dalle moita importancia ao deporte, fan moito esforzos para potencialo e nós tratamos de contribuir co noso grao de area", explica Jesús Deiros.

O pasado 8 de maio repartiron entre o alum-

nado e os pais e nais do centro 240 camisetas. Convidaron ao acto á atleta Paula Ferreiros, que exerceu de mestra de cerimonia e fixo un adestramento cos máis pequenos no patio do centro. O ano pasado, o convidado foi outro valor do atletismo lucense, Manuel Hurtado.

As carreiras vivense como "un día de festa, de convivencia tanto para os nenos como para os pais". "A eles gústalles correr cos seus compañeiros de clase e de colexio, recoñécense e fan piña. Nós tamén", coinciden en sinalar desde a Ampa e desde o centro.

"A miña filla corre da man da súa compañeira, empezan e rematan collidas da man, chegan as

últimas claro, pero non lles importa. Non teñen afán de quedar nunha ou outra posición e creo que ese é o mesmo espírito co que imos todos. Nese sentido, representamos ben o que entendemos que debería ser a esencia do Corre con Nós", describe Jesús Deiros.

Antes de cada carreira, quedan para un queceamento conxunto que adoitan dirixir os monitores da escola de atletismo do centro. "O colexio deunos sempre todas as facilidades para darlle forma a esta iniciativa", agradece o dirixente da Ampa.

A boa sintonía dáse porque os obxectivos son compartidos. "Desde o centro tratamos de fomentar a actividade física e os

hábitos saudables. Como docentes traballamos nesa dirección, pero hai sitios aos que a educación formal non chega, mensaxes que se interiorizan mellor noutros contextos como o Corre co Nós", explica José Manuel Lombao, mestre de Educación Física.

#### Hábitos saudables

"A Ampa abriu unha vía moi interesante que se podería impulsar tamén noutros colexios. A quen hai que motivar é ás familias, porque son as que xeneran e transmiten hábitos de vida saudables", subliña o docente.

"No colexio tamén temos un club no que se fomentan diferentes disciplinas deportivas, pero faise

desde un punto de vista competitivo. Teñen como culmen a participación do centro nos Xogos Europeos da Xuventude Salesiana que se celebran cada ano. Son actividades nas que hai que anotarse, que esixen un sacrificio persoal moi importante, tanto para os nenos que dedican moitas horas a adestrar como para as familias. Adestramos rapaces que son campións de España. Pero a forma na que se enfoca a participación no Corre con Nós é totalmente distinta, é o obxectivo tamén. Non queremos campións, queremos alumnos sans que sexan no futuro tamén cidadáns con hábitos de vida saudables", di Lombao.

Desde o centro e Ampa

tamén sinalan a oportunidade que supón o circuíto para que os rapaces coñezan a súa propia cidade. "Cando se fixo a carreira das Termas por primeira vez, moita xente descubriu que había un parque alí. Isto mesmo podíase facer con outras zonas da cidade que tamén poderían servir como escenario para as probas", coinciden.

"Facer deporte ao aire libre é un valor engadido. Evítanse moitos problemas osteoarticulares nos nenos. A actividade física é moito máis positiva para o seu desenvolvemento se a fan no exterior, pisando herba, area, terreos novos, irregulares", conclúe o docente.



Concello de Lugo

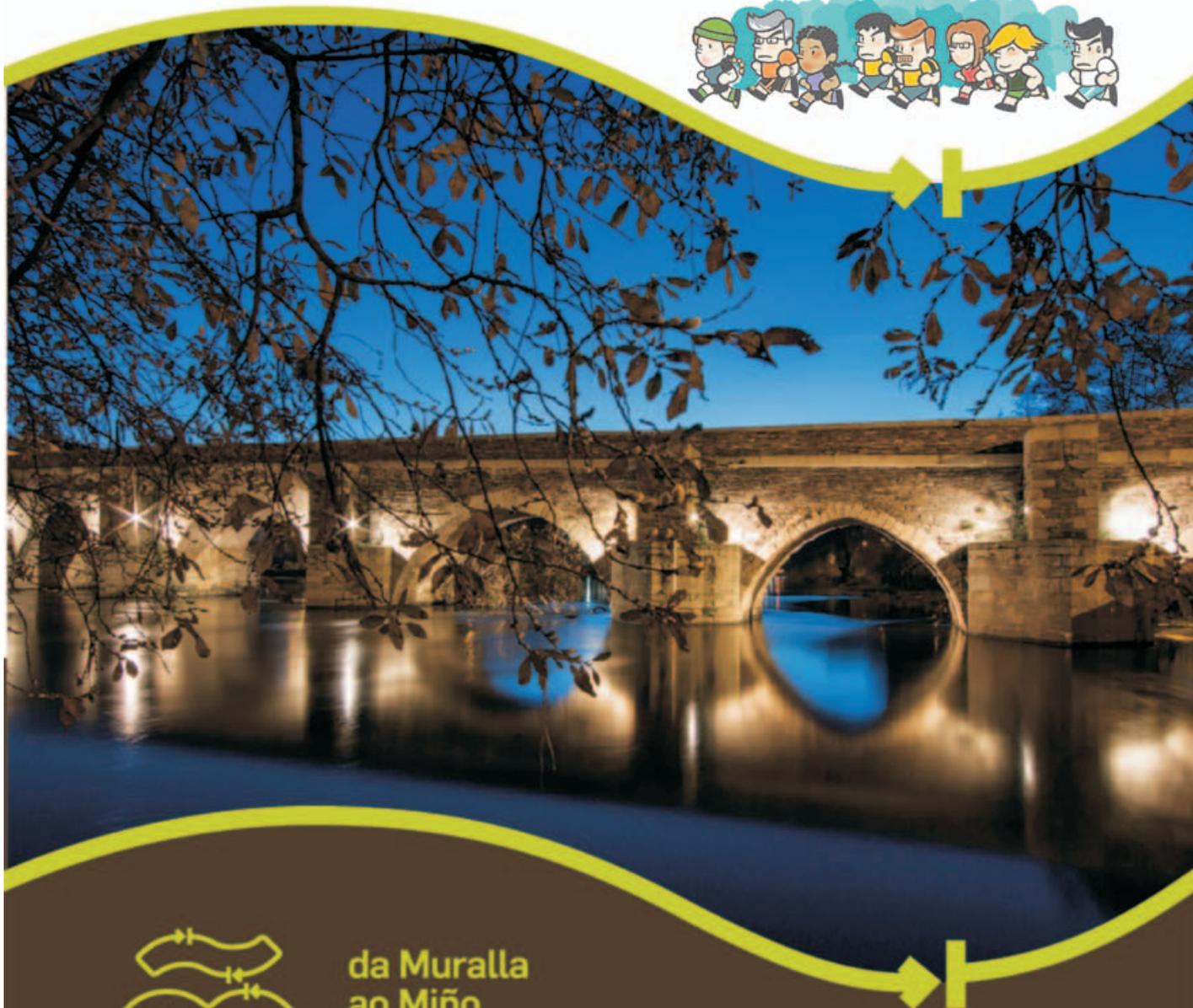


UNIÓN EUROPEA

Fondo Europeo de  
Desarrollo Regional (FEDER)



Una manera  
de hacer Europa



da Muralla  
ao Miño

→  
**muramiñae**

Estratexia EDUSI

[www.muramiñae.eu](http://www.muramiñae.eu)

 [fb.com/muramiñae](https://fb.com/muramiñae)

 [@muramiñae](https://twitter.com/muramiñae)



DECATHLON

aquaBona

myblue



donfino

HYUNDAI

CCORTE

CAIXA RURAL GALEGA

forus

HYUNDAI

CODECO



Vareza Martnez

Torre de Noia

F.F.M.



LUGO

MacroCopia

Cruz Termilla

nocilla

MacroCopia

PROFIT-ALGAL

# NATAción

## Hoxe. Lugo TROFEO CIDADE DE LUGO

O Club Fluvial de Lugo organiza a 29 edición do Trofeo Cidade de Lugo coa participación de 17 equipos de toda Galicia.

Os nadadores e nadadoras do CN Portamiñá, CN Monforte, CN Xove e do propio Club Fluvial de Lugo representarán ao deporte lucense neste torneo ao que acoden deportistas de Nautico Vigo, Pabellón Ourense, Marina Ferrol, Agrupación Deportiva Fogar, Natación Xove, Nautico Narón, Natación Ferrol, Natación Riveira, Galaico, Natación Arteixo, Cidade de Santiago, Santa Comba, Sociedad Deportiva e Cultural Boiro e Natación Vilagarcía.

Ao longo da xornada, que arrancará ás 11:00 horas, celebranse probas de 200 metros estilos, 50 e 100 metros bolboreta, 50, 100 e 200 metros libre, 50,100 e 200 metros costas, 50, 100 e 200 metros braza.

Ademais, o equipo de natación sincronizada de CN Portamiñá participará no Campionato Galego BIV que se celebrará na piscina do complexo deportivo ourensán Rosario Dueñas.

# RUGBY

## Hoxe. As Pontes COPA XUNTA GALICIA RUGBY SEVEN

Os campos do Poboado das Pontes acollen hoxe a Copa Xunta de Galicia de Rugby Seven na que participarán catorce clubs de toda Galicia, entre eles o Be One Ribadeo.

Desde as 10 da mañá disputaranse partidos de rugby seven nas categorías sub14, sub16, sub18, sénior feminino e sénior masculino. Ao tempo, nas mesmas instalacións celebrárase un torneo de veteranos. A entrada ao evento será de balde durante todo o día.

# TIRO OLÍMPICO

## Hoxe e mañá. Parga (Guitiriz) CAMPIONATO AUTONÓMICO RIFLE LONGA DISTANCIA

Desde onte, o campo de tiro de Parga acolle unha nova xornada do Campionato Autonómico de Rifle de Longa Distancia 100 mts. As tiradas continuarán durante a fin de semana coa participación de deportistas de clubs da Coruña, Ourense e Pontevedra. Ademais, na modalidade de tiro ao prato, este fin de semana decidese o Campionato Galego de Foso Universal nas instalacións do club Río Lérez en Pontevedra, coa participación de tiradores de clubs lucenses.

# COLOMBOFILIA

## Mamá, Almazán e Zaragoza MEDIA DISTANCIA E FONDO

O Club Terra Chá compete na solta de Almazán con 130 pombas que percorreren 470 quilómetros e con 60 na solta de fondo dende Zaragoza con 560 quilómetros por diante.

# BALONCESTO

## COMPETICIÓN

CAT.	LOCAL	VISITANTE	LUGAR	DATA
Liga ACB	Andorra	CB Breogán	Andorra	Hoxe 20:30h
1ª Inf. M.	Blanco Amor	CB Burela	Ourense	Hoxe 18:00h
1ª Preinf. M.	Maristas	CB Tui	Frigsa	Mañá 12:00h
1ª Mini M.	Estudiantes	Pio XII	Anexo 1	Hoxe 10:00h
1ª Mini M.	MGR Sarria	Obradoiro	Novo Chanto	Hoxe 19:30h
1ª Mini M.	CB Ribadeo	Montrove	Ribadeo	Hoxe 12:00h
1ª Mini M.	Maristas	CB Noia	Anexo	Hoxe 12:00h
2ª Cad. Masc	San Ciprián	Basquet Courña	S. Ciprián	Hoxe 12:00h
2ª Cad. Fem	CB Ribadeo	Cía de María	Ribadeo	Hoxe 18:00h
2ª Inf. Masc	AXSC	Calasancias	Municipal	Mañá 19:00h
2ª Inf. Fem	CB Burela	Baxi Ferrol	V. Alegre	Hoxe 16:00h

## Mañá. Lugo COPA DEPUTACIÓN BALONCESTO BASE

Ao longo de toda a xornada de mañá o baloncesto base ten unha cita no Pazo dos Deportes e no Anexo, onde se disputará a Copa Deputación que organiza o Porta XI Ensino e que rende homenaxe a Jesús Lence.



# FÚTBOL

## COMPETICIÓN FÚTBOL NACIONAL

CAT.	LOCAL	VISITANTE	LUGAR	DATA
Liga 1-2-3	CD Lugo	Deportivo	Anxo Carro	Mañá 20:00h
3ª División	RC Villalbés	Ourense	A Magdalena	Mañá 18:00h
3ª División	Polvorín	Paiosaco	O Ceao	Mañá 18:00h
Preferente	Negreira	Castro	Municipal	Mañá 18:00h
Preferente	Foz	Ribadeo	M. Otero	Mañá 18:00h
Preferente	Arzua	Sarriana	Arzua	Mañá 18:00h
Preferente	Viveiro CF	Estudiantil	Cantarrana	Mañá 18:00h
1ª Aut.	Lemos	Friol A	A Pinguela	Mañá 17:30h
1ª Aut.	Xove Lago	Riotorto	Municipal	Mañá 18:00h
1ª Aut.	Burela	Taboada	A Marosa	Mañá 18:00h
1ª Aut.	Santaballés	Chantada Atl.	A Liga	Hoxe 18:00h
1ª Aut.	Residencia	Pastorcense	A Cheda	Mañá 18:00h
1ª Aut.	Chantada	Outeiro	Sangonédo	Mañá 18:00h
1ª Aut.	O Páramo	Pol	As Rapadas	Mañá 18:00h
1ª Aut.	Pontenova	Escarón	A Mina	Mañá 18:00h

## COMPETICIÓN FÚTBOL PROVINCIAL

CAT.	LOCAL	VISITANTE	LUGAR	DATA
Copa 2ª/3ª	Candelaria	Comercial	A Granda	Mañá 17:00h
Copa 2ª/3ª	Abadín	Cabreiros	Municipal	Mañá 18:00h
Copa 2ª/3ª	Iberia	Goiriz	As Valgas	Mañá 18:00h
Copa 2ª/3ª	Alfoz	Folgueiro	Municipal	Mañá 18:00h
Copa 2ª/3ª	Roupar	Guitiriz	O Novo	Mañá 18:00h
Copa 2ª/3ª	Lourenzá	Meira	Santa Cruz	Mañá 18:00h
Copa 2ª/3ª	Mondoñedo	Xermade	V. da Veiga	Mañá 18:00h
Copa 2ª/3ª	Antas	Becerreá	C. Seoane	Mañá 17:30h
Copa 2ª/3ª	Bóveda	Portomarín	H. Somoza	Mañá 18:00h
Copa 2ª/3ª	Lemos B	Chantada B	L. Bodegas	Hoxe 20:00h
Copa 2ª/3ª	Sta Comba	Dural	T. do Novo	Mañá 17:00h
Copa 2ª/3ª	Guntín	Ferreira	Ladairo	Mañá 18:00h
Copa 2ª/3ª	San Lázaro	O Incio	A Ponte	Mañá 16:00h
Copa 2ª/3ª	Brollón	San Roque	Os Medos	Mañá 18:00h
Copa 2ª/3ª	Sober	Palas	Centeas	Mañá 18:00h

# FÚTBOL BASE



## Hoxe e mañá Fases de ascenso e Campionatos Galegos

Esta fin de semana dan comezo as fases de ascenso ás ligas galegas infantil, cadete e xuvenil. Tres equipos lucenses están a unha soa ronda do salto de categoría, Burela en infantil, Polvorín cadete e Rácing Villalbés B xuvenil. Ademais a armada lucense formaña Viveiro e Rácing Villalbés infantil, Ribadeo, Calasancio e Residencia cadete e Milagrosa e Castro xuvenil, pero estos sete equipos teñen que superar tres rondas para acadar o ascenso.

En fútbol oito seis equipos da Provincia disputan esta fin de semana a primeira fase dos campionatos galegos, Xove Lago e Lugo prebenxamin, Lugo e Villalbés benxamin e Lugo e Residencia alevín.

## COMPETICIÓN FÚTBOL BASE PROVINCIAL

CAT.	LOCAL	VISITANTE	LUGAR	DATA
Ascenso Xuv.	Calasanz	RC Villalbés B	A Coruña	Mañá 12:15h
Ascenso Xuv.	Narón	Milagrosa	Narón	Hoxe 19:00h
Ascenso Xuv.	Castro	X. Aguiño	Municipal	Hoxe 17:00h
Ascenso Cad.	Compostela	Polvorín	Santiago	Hoxe 18:00h
Ascenso Cad.	Boiro	Ribadeo	Boiro	Mañá 12:30h
Ascenso Cad.	Bertamirán B	Residencia	Municipal	Hoxe 18:00h
Ascenso Inf.	SD Burela	Narón	A Marosa	Mañá 12:30h
Ascenso Inf.	RC Villalbés	Vilvestro	A Magdalena	Hoxe 17:00h
Ascenso Inf.	SD Ribadeo	Viveiro CF	A Estrada	Hoxe 11:30h
Copa Xuv.	Viveiro B	Polvorín	M. Gómez	Hoxe 16:45h
Copa Xuv.	Xove Lago	Monterroso	Municipal	Hoxe 18:00h
Copa Xuv.	Lourenzá	Becerreá	Santa Cruz	Hoxe 18:00h
Copa Xuv.	San Ciprián	San Roque	A Veiga	Hoxe 17:00h
Copa Xuv.	SD Ribadeo	Sagrado C.	P. Barrera	Hoxe 12:00h
Copa Xuv.	Residencia B	Palas	A Cheda	Hoxe 10:45h
Copa Xuv.	Cospeito	Burela SD	A Fonte	Hoxe 19:00h
Copa Cad.	Residencia B	Polvorín B	A Cheda	Mañá 12:00h
Copa Cad.	Casás	Sagrado C.	R. Lago	Mañá 12:00h
Copa Cad.	Burela SD	Viveiro B	A Marosa	Mañá 10:00h
Copa Inf.	Piringalla A	Villalbés B	R. Lago	Hoxe 10:00h
Copa Inf.	Sagrado C.	Antas	R. Lago	Hoxe 12:00h
Copa Inf.	Lugo B	Palas	R. Lago	Hoxe 12:00h
Copa Inf.	Lourenzá	Ferrovriaria	Sta. Cruz	Merc. 18:00h
Copa Inf.	Residencia B	Viveiro CF	A Cheda	Hoxe 12:45h
Copa Inf.	Becerreá	Sarriana	Municipal	Mart. 19:00h

# F. VETERANOS

## COMPETICIÓN FÚTBOL VETERÁNS

CAT.	LOCAL	VISITANTE	LUGAR	DATA
Copa Vet.	Pontenova	Guntín	A Mina	Mañá 11:00h
Copa Vet.	Saavedra	O Picato	Os Milagros	Mañá 11:30h
Copa Vet.	Sarria	Residencia	A Ribela	Hoxe 18:00h
Copa Vet.	Garabolos	Taboada	A Cheda	Mañá 10:15h
Copa Vet.	PV Montajes	Outeiro	Municipal	Mañá 11:00h
Copa Vet.	Parga	Sancobade	N. Basanta	Hoxe 17:30h
Copa Vet.	Milagrosa	Corgo	A Cheda	Hoxe 17:00h
Copa Vet.	Codesido	Comercial	Casanova	Hoxe 18:30h
Copa Vet.	Monterroso	Agor	Cerdeirínos	Mañá 11:00h
Copa Vet.	Begonte	Sagrado C.	C. de Pacios	Hoxe 19:00h
Copa Vet.	Bretaña	R. Frain	L. Gorgoso	Mañá 17:00h
Copa Vet.	As Gándaras	Peñarol	A Cheda	Hoxe 19:00h



A DEPUTACIÓN  
DE LUGO  
CO DEPORTE

# Billarda

## ESTA FIN DE SEMANA DISPÚTASE EN REMOURELLE, RIBADEO, a décimo terceira e última xornada da Liga Nacional

A Liga Nacional de Billarda na Conferencia Norleste chega ao seu punto e final, esta fin de semana pecharase o cadro de representantes da zona de cara á gran final galega que se celebrará o 26 de maio en Compostela. Ali competirán contra os mellores do Noroeste e das Rías Baixas.

Carabullo de Muimenta, Billardeiros Musicais de Ribadeo e Troitas Bravas da Pontenova –os tres primeiros do ránking por equipos– teñen asegurada a súa presenza na final por equipos mentres que Tomás, do equipo chairego, tamén ten no peto a súa praza como campión de varados na pasada edición da Liga. O resto dos clasificados individuais –superan o corte os 15 primeiros– tamén están practicamente definidos pero “caben ausencias e descabros”, din os organizadores, polo que a “moción está garantizada”, apuntan os organizadores.

Doutro lado, o esencial das xuntanzas billardeiras non é tampouco a competición, senon a convivencia. “O obxectivo principal é pasalo ben, facer amizades e viaxar dun lado para outro. É un xogo no que poden participar persoas de todas as idades polo que une diferentes xeneracións, hai casos en que participan pais, fillos e netos”, expón Daniel, de Billardeiros Musicais, un dos promotores da LNB.

### Recuperación dun xogo tradicional

O xermolo da LNB agromou en Lourenzà da man dun grupo de amigos que, en 2005, organizaron un torneo nunha festa. A iniciativa tivo unha boa acollida e animounos a crear a Asociación Cultural e Deportiva O Varal para profundar na recuperación deste xogo tradicional, que se practica, con variantes, en diferentes puntos do planeta.

“Levamos dous anos participando nunhas xornadas de xogos tradicionais en Eslovaquia onde teñen un deporte similar. A través das redes sociais contactamos con persoas e asociacións doutras latitudes nas que tamén practican modalidades semellantes”, explica Daniel.

Diferentes formas de xogar existen mesmo dentro de Galicia, onde mesmo recibe máis dun nome. Billarda pero tamén estornela, pincha ou lite. Con todo, hai uns elementos e regras fundamentais que identifican este deporte tradicional.

Á billarda xógase con dous paus, o palán, co que se golpea (60 centímetros de longo e entre 1,5 e 3 centímetros de grosor), e a billarda ou estornela (entre 18 e 25 centímetros de longo e de 1,5 a 3 de grosor), afiada por unha ou as dúas puntas. O xogo consiste en golpear a billarda e metela entre os paus dunha portería similar á do rugby, con dous piares verticais e sen límite de altura que se coñece como varal. Gaña quen consegue o obxectivo en menos golpes.



### Creación da Liga Nacional de Billarda

Co impulso da asociación O Varal, na temporada 2007–2008, disputouse a primeira Liga Nacional de Billarda, con equipos de Lugo e un da Coruña. Nos anos seguintes fóronse sumando equipos doutras zonas de Galicia, chegando a competir conxuntos de cinco espazos xeográficos, identificados como conferencias.

Neste curso compiten polo título galego equipos da Conferencia Norleste, cunha media de 52 a 54 xogadoras e xogadores, do Noroeste, cunha media de 35 palanadores, e Rías Baixas, que supera os 80. Billardeiros Musicais, con tres títulos, é o equipo máis laureado da billarda galega. Nas súas filas hai campións galegos coma Markytos, que gañou tres veces a gran final individual, Daniel e Geni. Chousa e Charli, de Carabullo, tamén se fixeron co campionato galego noutras temporadas.

### Relevo xeneracional

Coa LNB, a billarda recuperou parte da vitalidade

de antano e pula por manterse moitas primeiras máis asegurando o relevo coa incorporacións de novas xeneracións. Na categoría infantil, ata os 14 anos, a Conferencia Norleste conta con 10 nenos e nenas competindo.

“A maioría fillos de persoas que xogan á billarda. O problema para incorporar nenos son os desprazamentos que terían que facer para competir. Polo demais, sabemos que é un xogo que gusta. Iremos por colexios e institutos a explicarlles en que consiste e a resposta é sempre moi boa”, asegura Daniel, que ademais de xogar, moi ben, como o acredita o seu primeiro posto na clasificación individual, se encarga de tallar os paláns e billardas de parte dos integrantes do equipo.

É outra faceta máis dun xogo popular que, como tal, empasta ben coas tradicións de cada lugar que acolle as competicións e que gusta do aire libre, aínda que o tempo non sempre o permita. Billarda Sempre! É a arenga que os impulsa.



A DEPUTACIÓN  
DE LUGO  
CO DEPORTE

