

---

**1º Control de Inverno O Barco  
2010**

O Barco de Valdeorras, a 07/03/2010

---

**Nome da competición:** 1º Control de Inverno Delegación Valdeorresa

**Xornada:** Xornada de Tarde

**Data:** 07/03/2010

**Nome da instalación:** Estadio de Calabagueiros

**Tipo de competición:** Pista Aire Libre

**Nº de Secuencia / Folla:**

**Condições Ambientais:** Nublado y 10 ºC.

**Outras consideraciones:** Cronometraxe manual

**Xuiz Árbitro:** Iván Estévez Pérez

**Clubes Participantes**

<b>ADAO</b> ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)
<b>BIERZ</b> AT. BIERZO
<b>NAOC</b> ATLETISMO NARON
<b>PONF</b> C.D. PONFERRADA ATLETISMO
<b>CAFP</b> CLUB ATLETISMO FEMENINO CELTA
<b>OURO</b> OURENSE ATLETISMO-ACADEMIA POSTAL
<b>RIAC</b> RIA FERROL-CONCEPCION ARENAL
<b>SEMO</b> SEMINARIO MENOR
<b>SGPP</b> SOCIEDAD GIMNASTICA DE PONTEVEDRA
<b>UOVIE</b> UNIVESIDAD DE OVIEDO

---

# 1º Control de Inverno O Barco 2010

O Barco de Valdeorras, a 07/03/2010

## Xornada de Tarde

### Salto de altura conxunta Absoluta

Hora de la prueba - 17:00 Impresa: 08.03.2010 16:57

Pto.	Dorsal	Licencia	Apelidos e nome / Clube	Ano	Marca
1	373	GA-17374	<b>LORENA GUITIAN GOMEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1994	<b>1,57</b> 0 1,40: o 1,45: xo 1,50: xo 1,54: xo 1,57: xxo 1,61: xxx
2	326	GA-16799	<b>MARIA GONZALEZ ALONSO</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	CD 1995	<b>1,50</b> 0 1,40: o 1,45: o 1,50: o 1,54: xxx

### Triple salto conxunta Absoluta

Hora de la prueba - 17:00 Impresa: 07.03.2010 22:28

Pto.	Dorsal	Licencia	Apelidos e nome / Clube	Ano	Marca
1	2	GA-19030	<b>CARLOTA CHOREN CASTRO</b> CAPO - CLUB ATLETISMO FEMENINO CELTA	JV 1993	<b>10,86</b> 0 0,3 m/s 10,83 (0,0) / 10,66 (0,0) / 10,86 (0,3) / 10,85 (-0,5) / 10,72 (0,0) / 10,76 (0,0)
2	123	L-4499	<b>ELBA ARIAS VAZQUEZ</b> PONF - C.D. PONFERRADA ATLETISMO	JN 1992	<b>9,51</b> 0 -0,9 m/s X / 9,51 (-0,9) / - / 9,38 (0,0) / - / -

### Lanzamiento de peso conxunta Cad Juv Jr Pr Sr e Vet

Hora de la prueba - 17:00 Impresa: 08.03.2010 17:28

Pto.	Dorsal	Licencia	Apelidos e nome / Clube	Ano	Marca
1	95	GA-17352	<b>JESUS GARCIA RODRIGUEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	SR 1976	<b>10,92</b> 0 7,260 Kg 10,57 / 10,72 / 10,92 / 10,54 / X / 10,24
2	94	GA-17375	<b>JUAN CARLOS LAREO GOMEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	35 1971	<b>9,77</b> 0 7,260 Kg 9,29 / X / X / 9,19 / X / 9,77
3	4	GA-17377	<b>RUBEN ANDRADE LOPEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1994	<b>8,84</b> 0 5 Kg 8,32 / - / 8,42 / 8,64 / 8,84 / X
4	123	L-4499	<b>ELBA ARIAS VAZQUEZ</b> PONF - C.D. PONFERRADA ATLETISMO	JN 1992	<b>8,22</b> 0 4 Kg - / - / - / 8,22 / 7,88 / -
5	11	GA-20345	<b>FRANCISCO BAO ESTEVEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	55 1949	<b>8,21</b> 0 5 Kg 7,83 / 7,86 / 8,01 / 8,10 / 8,21 / 7,97
6	129	GA-20208	<b>JOSE BARREIRO FERNANDEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	60 1945	<b>7,20</b> 0 5 Kg 6,56 / 7,03 / 7,04 / 6,75 / 7,20 / X

# 1º Control de Inverno O Barco 2010

O Barco de Valdeorras, a 07/03/2010

## Xornada de Tarde

### Lanzamento de martelo conxunta Cad Juv Jr Pr Sr e Vet

Hora de la prueba - 17:00 Impresa: 08.03.2010 17:20

Pto.	Dorsal	Licencia	Apelidos e nome / Clube	Ano	Marca
1	112	GA-17314	<b>CARLOS REVUELTA PARRA</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JN 1991	<b>6 Kg</b> <b>52,91</b> <b>0</b> 51,53 / 52,60 / X / 52,91 / 48,65 / X
2	12	GA-17245	<b>LAURA PEREZ LOPEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JN 1991	<b>4 Kg</b> <b>38,67</b> <b>0</b> 36,64 / 38,67 / 37,44 / X / 38,67 / 38,65
3	4	GA-17377	<b>RUBEN ANDRADE LOPEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1994	<b>5 Kg</b> <b>30,11</b> <b>0</b> 30,11 / 29,50 / X / 28,01 / X / 30,11
4	6	AG-10193	<b>FRANCISCO JAVIER PRADA BARRIO</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1994	<b>6 Kg</b> <b>26,44</b> <b>0</b> 25,51 / X / X / 26,44 / X / X
5	203	GA-19903	<b>ALVARO BARJA LOPEZ</b> OUROR - OURENSE ATLETISMO-ACADEMIA POSTAL	JN 1992	<b>6 Kg</b> <b>24,54</b> <b>0</b> 19,50 / X / X / 18,43 / 24,54 / 16,61

### Salto de longitud conxunta Absoluta

Hora de la prueba - 17:45 Impresa: 07.03.2010 22:30

Pto.	Dorsal	Licencia	Apelidos e nome / Clube	Ano	Marca
1	606	GA-20206	<b>MANUEL ALVAREZ RODRIGUEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1993	<b>0,0 m/s</b> <b>6,02</b> <b>0</b> 6,02 (0,0) / X / 5,88 (0,0) / 5,85 (0,0) / 5,86 (0,0) / X
2	210	GA-20201	<b>MARIO ROMANO NUÑEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	SR 1980	<b>0,0 m/s</b> <b>6,00</b> <b>0</b> 5,93 (0,0) / X / 6,00 (0,0) / X / X / X
3	2	GA-19030	<b>CARLOTA CHOREN CASTRO</b> CAFPO - CLUB ATLETISMO FEMENINO CELTA	JV 1993	<b>0,0 m/s</b> <b>4,42</b> <b>0</b> 4,26 (0,0) / 4,42 (0,0) / X / 4,31 (0,0) / X / 4,33 (0,0)
-	123	L-4499	<b>ELBA ARIAS VAZQUEZ</b> PONF - C.D. PONFERRADA ATLETISMO	JN 1992	<b>0</b> <b>0</b> X / X / X / X / X / X

# 1º Control de Inverno O Barco 2010

O Barco de Valdeorras, a 07/03/2010

## Xornada de Tarde

### Lanzamento de disco conxunta Cad Juv Jr Pr Sr e Vet

Hora de la prueba - 17:45 Impresa: 08.03.2010 17:20

Pto.	Dorsal	Licencia	Apelidos e nome / Clube	Ano	Marca
1	94	GA-17375	<b>JUAN CARLOS LAREO GOMEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	35 1971	<b>2 Kg</b> <b>36,94</b> <b>0</b> 35,93 / X / 36,05 / 36,03 / 36,19 / 36,94
2	112	GA-17314	<b>CARLOS REVUELTA PARRA</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JN 1991	<b>1,750 Kg</b> <b>35,09</b> <b>0</b> 33,65 / X / X / 35,09 / X / X
3	108	GA-20333	<b>EMILIANO GARCÍA MORAL</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	CD 1995	<b>1,750 Kg</b> <b>30,98</b> <b>0</b> X / X / 29,24 / X / 30,98 / -
4	4	GA-17377	<b>RUBEN ANDRADE LOPEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1994	<b>1,5 Kg</b> <b>26,93</b> <b>0</b> X / X / 11,48 / X / X / 26,93
5	11	GA-20345	<b>FRANCISCO BAO ESTEVEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	55 1949	<b>1 Kg</b> <b>23,68</b> <b>0</b> 21,25 / 18,76 / X / 21,54 / 20,14 / 23,68
6	119	A-10612	<b>IAGO MARTÍNEZ PARADA</b> SEMOR - SEMINARIO MENOR	CD 1995	<b>1 Kg</b> <b>21,23</b> <b>0</b> X / 18,32 / 20,31 / 21,23 / - / -
7	121	GA-20326	<b>MARTIN ABAD RODRIGUEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1994	<b>1,5 Kg</b> <b>18,85</b> <b>0</b> X / 18,49 / 18,85 / 17,89 / - / -
8	6	AG-10193	<b>FRANCISCO JAVIER PRADA BARRIO</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1994	<b>1,5 Kg</b> <b>18,42</b> <b>0</b> 18,42 / X / X
9	203	GA-19903	<b>ALVARO BARJA LOPEZ</b> OUROR - OURENSE ATLETISMO-ACADEMIA POSTAL	JN 1992	<b>1 Kg</b> <b>17,87</b> <b>0</b> X / 16,20 / 16,67 / 16,02 / 17,87 / X

### 1000 metros lisos mulleres Inf e Cad

Hora de la prueba - 18:00 Impresa: 07.03.2010 21:52

RGAbs. 2.49.33 - ROCIO RODRIGUEZ LONGA - Sydney - 17/08/1996

Pto.	Dorsal	Licencia	Apelidos e nome / Clube	Ano	Marca
1	513	L-4464	<b>VIOLETA PORTERO LÓPEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	CD 1995	<b>3:11.0</b> <b>0</b>
2	601	L-4467	<b>DESIRÉ GOMEZ DOMINGUEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	CD 1995	<b>3:19.4</b> <b>0</b>
3	326	GA-16799	<b>MARIA GONZALEZ ALONSO</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	CD 1995	<b>3:30.5</b> <b>0</b>
4	213	L-4466	<b>ANGELA RAMON ALVAREZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	CD 1995	<b>3:35.1</b> <b>0</b>

# 1º Control de Inverno O Barco 2010

O Barco de Valdeorras, a 07/03/2010

## Xornada de Tarde

### 1.500 metros lisos homes Absoluto

Hora de la prueba - 18:10

Impresa: 07.03.2010 22:0€

RGAbs. 3.31.48 - ANDRES M. DIAZ DIAZ - Monaco - 18/08/2000

Pto.	Dorsal	Licencia	Apelidos e nome / Clube	Ano	Marca	
1	114	L-4471	<b>SAUL ORDOÑEZ GABELA</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1994	<b>4:15.3</b>	<b>0</b>
2	14	GA-19342	<b>DARIO SOTO MENDEZ</b> RIAC - RIA FERROL-CONCEPCION ARENAL	JV 1994	<b>4:16.2</b>	<b>0</b>
3	93	GA-19344	<b>SERGIO PIÑON PAZ</b> NAOC - ATLETISMO NARON	JV 1994	<b>4:18.5</b>	<b>0</b>
4	207	GA-19913	<b>JAVIER RIVERO MIGUEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1994	<b>4:21.8</b>	<b>0</b>
5	5	GA-20017	<b>VICTOR DE MANUEL BELTRAN</b> OUROR - OURENSE ATLETISMO-ACADEMIA POSTAL	JV 1993	<b>4:37.8</b>	<b>0</b>
6	130	GA-20339	<b>ANXO QUINTAIROS VELOSO</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1993	<b>4:46.8</b>	<b>0</b>
7	110	L----	<b>JONATHAN CASTRO GOITIA</b> BIERZO - AT. BIERZO	JV 1993	<b>4:52.2</b>	<b>0</b>
8	116	L-----	<b>EDUARDO MARTINEZ FRANCO</b> BIERZO - AT. BIERZO	JV 1994	<b>4:54.3</b>	<b>0</b>

### 3.000 metros lisos homes Absoluto

Hora de la prueba - 18:20

Impresa: 07.03.2010 22:0€

RGAbs. 7.44.70 - MANUEL PENAS BLANCO - Bruselas - 03/09/2004

Pto.	Dorsal	Licencia	Apelidos e nome / Clube	Ano	Marca	
1	608	L-4470	<b>RAUL CELADA ALVAREZ</b> BIERZO - AT. BIERZO	CD 1995	<b>9:35.3</b>	<b>0</b>
2	106	GA-17351	<b>JAVIER FERNANDEZ VEGA</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	SR 1975	<b>9:57.7</b>	<b>0</b>

# 1º Control de Inverno O Barco 2010

O Barco de Valdeorras, a 07/03/2010

## Xornada de Tarde

### Lanzamento de xabalina conxunta Cad Juv Jr Pr Sr e Vet

Hora de la prueba - 18:30 Impresa: 08.03.2010 16:57

Pto.	Dorsal	Licencia	Apelidos e nome / Clube	Ano	Marca
1	307	GA-12507	<b>JORGE PRADA MARCOS</b> OUROR - OURENSE ATLETISMO-ACADEMIA POSTAL	SR 1981	<b>800 g</b> <b>56,93</b> <b>0</b> 56,93 / 54,02 / 55,43 / 55,24 / 54,95 / 53,68
2	122	GA-3267	<b>LUIS NOGUEIRA FERNANDEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	50 1956	<b>800 g</b> <b>56,07</b> <b>0</b> 56,07 / 55,92 / X / 52,74 / 55,34 / 52,50
3	610	GA-19536	<b>ANDRES ESTEBAN DOMINGUEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1994	<b>700 g</b> <b>40,76</b> <b>0</b> 40,76 / X / X / 40,37 / X / 37,89
4	512	AG-10670	<b>DOMINGO GONZALEZ SUAREZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	SR 1975	<b>800 g</b> <b>35,13</b> <b>0</b> X / X / 35,00 / 35,13 / X / -
5	121	GA-20326	<b>MARTIN ABAD RODRIGUEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JV 1994	<b>700 g</b> <b>33,97</b> <b>0</b> 33,97 / X / X / 33,70 / X / 29,33
6	108	GA-20333	<b>EMILIANO GARCÍA MORAL</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	CD 1995	<b>600 g</b> <b>33,44</b> <b>0</b> 33,11 / X / X / 33,44 / 32,1 / X
7	119	A-10612	<b>IAGO MARTÍNEZ PARADA</b> SEMOR - SEMINARIO MENOR	CD 1995	<b>600 g</b> <b>30,58</b> <b>0</b> 29,93 / 24,89 / 28,43 / 21,06 / 30,58 / 29,09
8	109	GA-19850	<b>ANGELA RODRIGUEZ FORNOS</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	JN 1991	<b>600 g</b> <b>25,71</b> <b>0</b> 24,65 / 21,94 / 23,80 / 20,27 / X / 25,71
9	123	L-4499	<b>ELBA ARIAS VAZQUEZ</b> PONF - C.D. PONFERRADA ATLETISMO	JN 1992	<b>600 g</b> <b>19,44</b> <b>0</b> 19,44 / 17,93 / 19,05
10	11	GA-20345	<b>FRANCISCO BAO ESTEVEZ</b> ADAOR - ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL	55 1949	<b>600 g</b> <b>18,33</b> <b>0</b> 17,14 / 18,33 / 17,35

### 800 metros lisos homes Absluta

Hora de la prueba - 18:35 Impresa: 07.03.2010 21:44

RGAbs. 1.45.15 - COLOMAN TRABADO PEREZ - Oslo - 21/07/1984

Pto.	Dorsal	Licencia	Apelidos e nome / Clube	Ano	Marca
1	7	L-4031	<b>ADRIÁN FREIJO AMIGO</b> UOVIEDO - UNIVESIDAD DE OVIEDO	PR 1988	<b>2:01.0</b> <b>0</b>
2	758	GA-19535	<b>ALEJANDRO NUÑEZ NUÑEZ</b> SGPPO - SOCIEDAD GIMNASTICA DE PONTEVEDRA	JV 1993	<b>2:03.0</b> <b>0</b>
3	5	GA-20017	<b>VICTOR DE MANUEL BELTRAN</b> OUROR - OURENSE ATLETISMO-ACADEMIA POSTAL	JV 1993	<b>2:20.1</b> <b>0</b>
4	203	GA-19903	<b>ALVARO BARJA LOPEZ</b> OUROR - OURENSE ATLETISMO-ACADEMIA POSTAL	JN 1992	<b>2:22.8</b> <b>0</b>