

2ª XORNADA DE LIGA GALEGA DE BASE

- **DATA:** Sábado 15/03/2014
- **LUGAR:** RCNVigo
- **TRASLADO:** Viaxe en autobús dende o ***Pavillón dos Deportes***, **tódalas nadadoras viaxarán no autobús xunto coas súas adestradoras e delegadas, tanto a ida como a volta da competición.**
- **HORARIO:**
 - Ás 14:20 Saída dende o **Pavillón dos Deportes**
 - Ás 15:00 Entrada nos vestiarios
 - Ás 15:15 Quecemento
 - Ás 16:30 Competición
 - De 16:30 a 17:45 Base I e Base II
 - De 18:00 a 20:00 Base III e Base IV
 - Ás 20:00 Fin da Competición
 - Ás 20:45 chegada aprox. ao Pavillón dos Deportes

NADADORAS CONVOCADAS:

BASE I

APELIDOS E NOME	ANO
LOPE COUTO, CARMEN	2006
PENAS LORENZO, CATARINA	2004
SAAVEDRA PACHECO, UXIA	2006
VAZQUEZ MOSQUERA, MENCIA	2005
BLANCO SANTIAGO, RAQUEL	2005
FERNÁNDEZ LAGO, ALDARA	2004
PAZ GONZÁLEZ, MARÍA	2004
REGADAS BOUZAS, ANDREA	2004
DIEGUEZ GONZALEZ, SANDRA	2005
GARCÍA HERMIDA, ALMUDENA	2006
ALONSO MARTÍNEZ, UXÍA	2006
SOTELO LOURIDO, IRIA	2006

BASE III

APELIDOS E NOME	ANO
GARCÍA RODRÍGUEZ, ALICIA	2002
GRAÑA COLOMBO, LARA	2003
LORENZO LÓPEZ, ANA	2003
SAN MILLÁN MIGUÉLEZ, MILAGROS	2003
VILA RODRÍGUEZ, Mª ALEJANDRA	2002
COYA FREIRE, XIANA	2004
COUTO FERNÁNDEZ, CLAUDIA	2003

GARCÍA TABOADA, CLARA	2003
GONZALEZ GARCÍA, SARA	2004
VILAR MUIÑOS, NURIA	2003
NOVO RODRÍGUEZ, MARÍA	2004

BASE IV

APELIDOS E NOME	ANO
ÁLVAREZ VÁZQUEZ, ANDREA	1998
BOO SANTIAGO, LAURA	2000
HERRERO PORTELA, ANTÍA	1998
LIMA MARTÍNEZ, ISABEL	1998
MIGUÉLEZ PADÍN, UXÍA	1998
NAVARRO MARTÍNEZ, MARÍA	1998
OTERO VÁZQUEZ, IRMA	1998
FERNÁNDEZ GARCÍA, MARINA	1997
SUÁREZ CASABIELL, SOFÍA	2000
VÁZQUEZ NÚÑEZ, CRISTINA	2000
VILLANUEVA MARTÍN, JIMENA	1998
PÉREZ MÉNDEZ, NOA	2001
VIDAL BRETAL, LUCIA	2000

LEMBRADE DEBEDES LEVAR:

- Equipamento do Clube – **Obrigatorio**: (bañador, gorro, chandal, pantalón curto, polo e mochila)
- Bañador negro e gorro branco – **OBRIGATORIO PARA COMPETIR**
- Pinzas (2 pares)
- Dúas toallas ou albornoz e unha toalla
- Chanclas
- Auga ou aquarios, algunha cousiña para comer durante a competición: barrita enerxética, uns froitos secos, un plátano, unhas galletas, cereais. **Por suposto, as gominolas, patatillas, palomitas e derivados...están prohibidos.**
- Merenda para despois da competición (Bocadillo ou sandwich).
- **Xoias (pendentes, pulseiras, aneis...), uñas pintadas (pés e mans) e maquillaxes, non están permitidos na competición**

Nota: Tódalas nadadoras deberán entregar a autorización firmada antes de montar no autobús, e realizalo pago de 5€.

ADESTRADORAS: Beatriz Montes, Xulia Cubeiro e Cristina Costas

DELEGADOS: Anxos Portela e Abel Miguélez