



## CLUB NATACIÓN FERROL – ELINCO

R/ Emilia Pardo Bazán nº 46, baixo

15406 (Ferrol)

Tel./Fax.: 981 32 47 12

Correo: [info@natacionferrol.com](mailto:info@natacionferrol.com)


Pág. Web: [www.natacionferrol.com](http://www.natacionferrol.com)




## GRUPOS DE ADESTRAMENTO TEMPADA 2008/09

### TRITÓNS:

#### Horario de adestramento:

 **Luns a venres:** 17:30 a 18:15 ou 18:15 a 19:00

 **Sábados:** 12:00 a 13:00

**Adestrador:** Xan Suárez


#### Nadadores e nadadoras:

Miguel Pena	97	Laura Doce	01	Ana Caneiro	99
Álvaro Losada	99	Lola Moreno	01	Laura Rodríguez	98
Antonio Real	99	Noelia López	01	Tamara Meizoso	97
Erea Cendán	99	Erik Vázquez	99	Deyanira Martínez	97
Borja Martínez	99	Lucía Cancelo	00	Paula Seoane	99
Anxo Martínez	99	Nerea Freire	01	María Seoane	01
Marcos Vieito	00	Andrea Castro	01	Alejandro Sánchez	98
Claudia Rodríguez	00	Judith García	99	Alicia Ramos	00
Daniel Souto	00	Miguel García	01	Clara Lamas	98
Carla Martínez	01	Paula Goti	98		
		Laura Diéguez	99		

### GOLFIÑOS:

#### Horario de adestramento:

 **Luns a venres:** 19:00 a 20:00

 **Sábados:** actividades Club: 12:00 a 13:00

**Adestrador:** Xan Suárez

#### Nadadores e nadadoras:

Ramón Sixto	97	Isabel Gundín	99
Xabier Cartelle	97	Elena Masa	99
Miguel Díaz	98	Marcos Ruíz	98
Daniel Santalla	98	Adrián Pardiñas	99
Carla Díaz	98		
Irene Ramos	99		



## CLUB NATACIÓN FERROL – ELINCO

R/ Emilia Pardo Bazán nº 46, baixo  
15406 (Ferrol)

Tel./Fax.: 981 32 47 12




Correo: [info@natacionferrol.com](mailto:info@natacionferrol.com)

Páx. Web: [www.natacionferrol.com](http://www.natacionferrol.com)



### PROMESAS:

#### Horario de adestramento:

-  **Luns a venres:** 18:15 a 20:00
-  **Sábados:** 12:00 a 13:00
-  **Seco:** *por confirmar*




**Adestrador:** Jorge Jiménez

#### Nadadores e nadadoras:

Lara Gundín	95	David Freire	96	Telmo Bouza	97
Eva Vilachá	95	Brandan Mier	96	Carlos Quintela	97
Sara Jove	95	Silvia Trasancos	96	Antón Dopico	97
Eva Dopico	95	Laura Santalla	96	Candela Rivera	97
Lucía Dopico	95	Nerea López	96	Marina Vega	97
Héctor Pérez	95	Delia Salgueiro	96	Alexandra Castro	97
Santiago Conde	95	Paula Cernadas	96	Laura López	97
Adrián Fernández	95	Irene Saenz	96		
David Rodríguez	95				

### NOITE INFANTIL:

#### Horario de adestramento:

-  **Luns a venres:** 20:15 a 22:15
-  **Sábados:** 11:00 a 13:00
-  **Seco:**
  - **Martes e xoves:** 19:30 a 20:00
  - **Sábado:** 10:00 a 11:00

**Adestrador:** Xan Suárez

#### Nadadores e nadadoras:

Javier Suárez	92	Jose Martínez	94
Jesús Iglesias	92	Daniel Pérez	94
Jorge Pardo	92	Guillermo Conde	94
Fernando Rodríguez	93	Camila Alonso*	94
Laura Cernadas	94	Sonia Nebriil*	94
Fátima Sánchez	94	Noelia Cabanas	93
Sarai Rivera	94	Rebeca Romero	9
Aldara Sedes	94		
Alejandro García	94		



## CLUB NATACIÓN FERROL – ELINCO

R/ Emilia Pardo Bazán nº 46, baixo  
15406 (Ferrol)

Tel./Fax.: 981 32 47 12




Correo: [info@natacionferrol.com](mailto:info@natacionferrol.com)

Páx. Web: [www.natacionferrol.com](http://www.natacionferrol.com)



### **NOITE ABSOLUTA:**

#### **Horario de adestramento:**

-  **Luns a venres:** 20:15 a 22:15
-  **Sábados:** 9:00 a 11:00
-  **Seco:**
  - Por semana *por confirmar*.
  - **Sábados:** 11:00 a 13:00

**Adestrador:** Jorge Jiménez

#### **Nadadores e nadadoras:**

Cristina Souto	85	Martina Martín *	90	Coral García	92
Héctor García *	85	Gabriel García	91	Alba García	92
Bruno López	87	Patricia García	91	Marta Vilachá	92
Ramón Pérez	87	Raziel Mier	91	Claudia Villar	92
Roi González	87	Alejandro Pérez	91	Alba Saenz	92
Alberto Fernández *	87	Miguel Sanjuán	91	Antía Hermida	93
Pedro Rodríguez *	88	Pablo Suárez	91	Marta Prada	93
Alfredo Freire	88	Tania Abad	91	David Pita *	89
Marcos García *	88	Brais Cendán	91	Luis Suárez *	87
Sarai Pardiñas *	89	Melina Alonso *	92		
Estefanía Sande *	90				

*\*Nadadores/as que cursan estudos fóra.*

Caranza-Ferrol, o 8 de decembro do 2008

A COMISIÓN TÉCNICA DO CLUB NATACIÓN FERROL