



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA

29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

100M REMOLQUE DE MANIQUI CON ALETAS F

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
2	ARCAY MEIJIDE, CARMEN	2010	Club Natación Cerceda	
3	VAZQUEZ RIO, SARA	2010	Club Natación Santa Comba LB	
4	RODRIGUEZ PAZOS, NOA	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	

Serie: 2

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
2	MARTINEZ SILVA, AMANDA	2010	Club Natación Santa Comba LB	
3	PARDO VITAUBET, AINHOA	2010	Club Natación Cerceda	
4	PENA FRAGA, HELENA	2010	Club Natación Cerceda	
5	POSE POSE, CARLA	2009	Club Natación Santa Comba LB	

Serie: 3

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
1	GARCIA GOLAN, LUCIA	2010	Club Natación Cerceda	
2	EIRÍS VAZQUEZ, MARTA	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
3	COUSILLAS ANTELO, ANTÍA	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
4	DUBRA TRIGO, ZELTIA	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
5	MARTÍNEZ RODRÍGUEZ, CLEA	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
6	GONZALEZ SOUTO, NOA	2010	Club Natación Cerceda	

Serie: 4

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
1	GARCÍA GARCÍA, DANIELA	2010	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	
2	PÉREZ PAZ, UXÍA	2009	Club Salvamento Sada - SASA	01:45:81 25M
3	SUAREZ COUTO, SARA	2009	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:34:63 50E
4	FERNANDEZ QUINTERO, NEREA	2009	Club Salvamento Sada - SASA	01:36:31 25M
5	CAMEÁN PUENTE, PAULA	2009	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	
6	CASAL VARELA, ALEJANDRA	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	

Serie: 5

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
1	BARREIRO MATOS, IRÍA	2009	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:23:88 50E
2	SUAREZ PUGA, RAQUEL	2009	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:18:11 50E
3	LÓPEZ FERNÁNDEZ, XIANA	2009	Club Salvamento Sada - SASA	01:13:72 25E
4	PAULOS GARCÍA, GABRIELA	2009	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:14:41 25E
5	PUÑAL PEREIRO, SARA	2009	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:21:31 25M
6	CARAMÉS RIVAS, CARLA	2009	Club Natación Cerceda	01:27:78 25M



Federación Latinoamericana de Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA

29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

100M REMOLQUE DE MANIQUI CON ALETAS M

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
1	BARDANCA VILLAVERDE, HUGO	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
2	NEGREIRA MARTINEZ, VICTOR	2010	Club Natación Santa Comba LB	
3	PONTE MALLO, XAVI	2010	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	
4	LANDEIRA SUAREZ, BRAIS	2010	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	
5	MIRA GARCIA, DIEGO	2009	Club Natación Santa Comba LB	
6	CERVIÑO GARCÍA, MATEO	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	

Serie: 2

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
1	VEIRA QUINONES, CÉSAR	2010	Club Salvamento Sada - SASA	
2	MATO FUENTES, SAÚL	2009	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:37:66 25M
3	RODRÍGUEZ LAFUENTE, JUAN MARTÍN	2009	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:04:15 25E
4	LAVANDEIRA AMADO, ÁLVARO	2009	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:16:12 25E
5	LORENZO COLINAS, NUNO	2009	Club Salvamento Sada - SASA	01:48:66 25M
6	ARROJO BARREIRO, ENZO	2010	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	



Federación Latinoamericana de Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA

29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

100M REMOLQUE DE MANIQUI CON ALETAS F

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
1	ANÓN PATINO, SHIVANI	2007	Club Salvamento Sada - SASA		
2	GARCIA QUINTANS, UXIA	2008	Club Natación Santa Comba LB	01:40:80	50E
3	CASAL VARELA, MARTINA	2008	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:36:62	25M
4	FERNANDEZ QUINTERO, AROA	2007	Club Salvamento Sada - SASA	01:38:77	50E
5	FERNÁNDEZ RIOMAO, SARAY	2008	Club Salvamento Sada - SASA	01:47:22	25M

Serie: 2

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
1	INSUA BOTANA, NOA	2008	Club Natación Cerceda	01:32:81	25M
2	GARCÍA BOQUETE, CELIA	2007	Club Salvamento Sada - SASA	01:26:61	50E
3	VARELA LAMAS, JULIA	2008	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:22:56	50E
4	EIRÍS VÁZQUEZ, ANDREA	2007	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:23:03	25M
5	LORENZO RODO, ARANCHA	2008	Club Natación Cerceda	01:31:28	25M
6	ROMAY CASTILLO, PAULA	2008	Club Natación Cerceda	01:34:66	25M

Serie: 3

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
1	PADÍN REGUEIRA, SARA	2007	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:17:01	50E
2	RUMBO BUENO, ENYA	2007	Club Salvamento Sada - SASA	01:15:47	50E
3	FERRADÁS PALLAS, PAULA	2007	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:10:12	50M
4	PADÍN REGUEIRA, CARLA	2007	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:11:91	50M
5	AÑÓN SÁNCHEZ, LUCÍA	2008	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:15:75	25M
6	GENDE IGLESIAS, XIANA	2007	Club Natación Cerceda	01:21:10	25M



Federación Latinoamericana de Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA

29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

100M REMOLQUE DE MANIQUI CON ALETAS M

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
2	CALVETE SANJURJO, IAGO	2008	Club Salvamento Sada - SASA	01:29:87	25M
3	GARCÍA LEMA, JOEL	2008	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:24:37	25M
4	LEMA COSTA, DAVID	2008	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:27:69	25M
5	FERNÁNDEZ VILAR, MARCO	2007	Club Salvamento Sada - SASA	01:31:50	25M

Serie: 2

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
1	PENA MUNOZ, DIEGO	2008	Club Salvamento Sada - SASA	01:19:84	50E
2	FERREIRO REGUEIRA, ELOY	2007	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:09:09	50M
3	LÓPEZ REY, ANXO	2007	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	00:57:34	50M
4	NEGREIRA MARIÑO, LUIS	2008	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:04:55	25E
5	RODRÍGUEZ LAFUENTE, PABLO NICOLÁS	2007	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:15:82	50E
6	PALLAS CEBRAL, KEVIN	2008	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:23:55	25M



Federación
Latinoamericana de
Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA
29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

4X50M NATACION CON ALETAS F

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
2			Club Salvamento Acuático Laracha - SAL (Cadete - F)	01:54:22	25M
3			Club Natación Cerceda (Cadete - F)	01:40:37	50E
4			Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA (Cadete -	01:43:38	25E



Federación
Latinoamericana de
Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA
29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

4X50M NATACION CON ALETAS M

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
3			Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA (Cadete - M)	01:35:79	25E
4			Club Salvamento Acuático Laracha - SAL (Cadete - M)	01:49:59	25M



Federación
Latinoamericana de
Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA

29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

100M SOCORRISTA F

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
1	FERNÁNDEZ RIOMAO, SARAY	2008	Club Salvamento Sada - SASA		
2	AÑÓN PATIÑO, SHIVANI	2007	Club Salvamento Sada - SASA		
3	VARELA LAMAS, JULIA	2008	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA		
4	CASAL VARELA, MARTINA	2008	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA		
5	FERNANDEZ QUINTERO, AROA	2007	Club Salvamento Sada - SASA		

Serie: 2

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
1	ROMAY CASTILLO, PAULA	2008	Club Natación Cereda		
2	INSUA BOTANA, NOA	2008	Club Natación Cereda		
3	AÑÓN SÁNCHEZ, LUCÍA	2008	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:23:88	25M
4	GENDE IGLESIAS, XIANA	2007	Club Natación Cereda	01:26:25	25M
5	LORENZO RODO, ARANCHA	2008	Club Natación Cereda		
6	GARCIA QUINTANS, UXIA	2008	Club Natación Santa Comba LB		

Serie: 3

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
1	EIRIS VÁZQUEZ, ANDREA	2007	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:19:22	50M
2	RUMBO BUENO, ENYA	2007	Club Salvamento Sada - SASA	01:16:25	50M
3	FERRADÁS PALLAS, PAULA	2007	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:14:34	50M
4	PADÍN REGUEIRA, SARA	2007	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:14:57	50M
5	PADÍN REGUEIRA, CARLA	2007	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	01:17:00	25M
6	GARCÍA BOQUETE, CELIA	2007	Club Salvamento Sada - SASA	01:23:96	50E



Federación Latinoamericana de Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA

29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

100M SOCORRISTA M

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
2	LEMA COSTA, DAVID	2008	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
3	PENA MUÑOZ, DIEGO	2008	Club Salvamento Sada - SASA	
4	GARCÍA LEMA, JOEL	2008	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
5	PALLAS CEBRAL, KEVIN	2008	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	

Serie: 2

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
1	CALVETE SANJURJO, IAGO	2008	Club Salvamento Sada - SASA		
2	RODRÍGUEZ LAFUENTE, PABLO NICOLÁS	2007	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:12:85	50M
3	LÓPEZ REY, ANXO	2007	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:02:74	50M
4	FERREIRO REGUEIRA, ELOY	2007	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:10:36	50M
5	NEGREIRA MARIÑO, LUIS	2008	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:15:20	25M
6	FERNÁNDEZ VILAR, MARCO	2007	Club Salvamento Sada - SASA		



Federación Latinoamericana de Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA

29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

50M REMOLQUE DE MANIQUÍ F

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
2	ARCAY MEIJIDE, CARMEN	2010	Club Natación Cerceda	
3	MARTINEZ SILVA, AMANDA	2010	Club Natación Santa Comba LB	
4	RODRIGUEZ PAZOS, NOA	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	

Serie: 2

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
2	VAZQUEZ RIO, SARA	2010	Club Natación Santa Comba LB	
3	PARDO VITAUBET, AINHOA	2010	Club Natación Cerceda	
4	PENA FRAGA, HELENA	2010	Club Natación Cerceda	
5	POSE POSE, CARLA	2009	Club Natación Santa Comba LB	

Serie: 3

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
1	GARCIA GOLAN, LUCIA	2010	Club Natación Cerceda	
2	EIRÍS VAZQUEZ, MARTA	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
3	COUSILLAS ANTELO, ANTÍA	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
4	DUBRA TRIGO, ZELTIA	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
5	MARTÍNEZ RODRÍGUEZ, CLEA	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
6	GONZALEZ SOUTO, NOA	2010	Club Natación Cerceda	

Serie: 4

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
1	GARCÍA GARCÍA, DANIELA	2010	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	
2	FERNANDEZ QUINTERO, NEREA	2009	Club Salvamento Sada - SASA	01:02:59 25M
3	CARAMÉS RIVAS, CARLA	2009	Club Natación Cerceda	00:56:14 25M
4	CAMEÁN PUENTE, PAULA	2009	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	01:00:31 25M
5	PÉREZ PAZ, UXÍA	2009	Club Salvamento Sada - SASA	01:04:85 25M
6	CASAL VARELA, ALEJANDRA	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	

Serie: 5

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
1	SUAREZ PUGA, RAQUEL	2009	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	00:55:54 25M
2	BARREIRO MATOS, IRIA	2009	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	00:49:72 25M
3	LÓPEZ FERNÁNDEZ, XIANA	2009	Club Salvamento Sada - SASA	00:45:46 25M
4	PAULOS GARCÍA, GABRIELA	2009	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	00:49:08 25M
5	PUÑAL PEREIRO, SARA	2009	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	00:51:32 25M
6	SUAREZ COUTO, SARA	2009	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	00:57:75 50E



Federación Latinoamericana de Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA

29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

50M REMOLQUE DE MANIQUÍ M

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
1	PONTE MALLO, XAVI	2010	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	
2	VEIRA QUIÑONES, CÉSAR	2010	Club Salvamento Sada - SASA	
3	BARDANCA VILLAVERDE, HUGO	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
4	CERVIÑO GARCÍA, MATEO	2010	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	
5	ARROJO BARREIRO, ENZO	2010	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	

Serie: 2

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time
1	MIRA GARCIA, DIEGO	2009	Club Natación Santa Comba LB	01:25:47 25M
2	MATO FUENTES, SAÚL	2009	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	00:56:88 25M
3	RODRÍGUEZ LAFUENTE, JUAN MARTÍN	2009	Club Salvamento Acuático Laracha - SAL	00:40:83 25E
4	LAVANDEIRA AMADO, ÁLVARO	2009	Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA	00:45:37 25M
5	LORENZO COLINAS, NUNO	2009	Club Salvamento Sada - SASA	00:56:94 25M
6	NEGREIRA MARTINEZ, VICTOR	2010	Club Natación Santa Comba LB	



Federación Latinoamericana de Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA

29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

4X25M REMOLQUE DE MANIQUI F

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
2			Club Natación Cerceda (Juvenil - F)	01:56:56	25M
3			Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA (Juvenil - F)	01:41:52	50E
4			Club Salvamento Sada - SASA (Juvenil - F)	01:51:83	50M



Federación
Latinoamericana de
Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA

29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

4X25M REMOLQUE DE MANIQUI M

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
2			Club Salvamento Sada - SASA (Juvenil - M)	01:37:44	50M
3			Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA (Juvenil - M)	01:27:06	25M
4			Club Salvamento Acuático Laracha - SAL (Juvenil - M)	01:35:27	25M



Federación Latinoamericana de Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA
29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

4X25M REMOLQUE DE MANIQUI F

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
2			Club Salvamento Acuático Laracha - SAL (Cadete - F)	02:00:50	25M
3			Club Natación Cerceda (Cadete - F)	01:57:90	25M
4			Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA (Cadete -	01:59:60	25M



Federación
Latinoamericana de
Salvamento y Socorrismo



Listas de Salida

I XORNADA DE LIGA NORTE CADETE - XUVENIL

CERCEDA
29 oct. 2022 (Piscina/Pool: 25 M)

4X25M REMOLQUE DE MANIQUI M

Serie: 1

	Socorrista / Lifeguard	Año/Year	Club / Team	Tiempo/Time	
3			Club Salvamento y Socorrismo Carballo - SYSCA (Cadete - M)	01:43:67	25E
4			Club Salvamento Acuático Laracha - SAL (Cadete - M)	01:52:19	25M



Federación
Latinoamericana de
Salvamento y Socorrismo