

# MARIANO GARCÍA-VERDUGO DELMAS

Nacionalidad: Española  
Fecha nacimiento: 30 de agosto de 1948  
Lugar de nacimiento: Madrid  
Estado civil: Casado  
Domicilio: Queiroal, 57  
15898 Santiago de Compostela  
(A Coruña) - (España)  
E-mail: Trabajo: gverdugo@usc.es  
Particular: mgverdugo@yahoo.es



Nacido en Madrid el 30 de agosto de 1948

Como atleta militó en los siguientes clubes:

- Club Cisne de Pontevedra
- Sociedad Gimnástica de Pontevedra
- Club Deportivo Universidade de Santiago

Fue varias veces internacional en categorías sub 23 y absoluta.

Como mejores marcas posee las siguientes:

- 400 M.L. 50''7
- 800 M.L. 1'53''2
- 1500 M.L. 3'51''8
- 3000 M. Obs. 9'10''4
- 30 Km. 1h 39' 38''
- MARATÓN 2h 25' 50''
- 100 KM. 7h 32' 52'' (1)

(1) Mejor marca de Galicia a fecha de abril de 2007

Titulaciones:

- Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y Especialista en Atletismo por la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad Politécnica de Madrid (2ª promoción).
- Diploma en Estudios Avanzados por la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de Vigo.
- Máster Universitario en Alto Rendimiento Deportivo por la Universidad Autónoma de Madrid y Comité Olímpico Español (2ª promoción).
- Técnico Especialista en Alto Rendimiento Deportivo por el Centro Olímpico de Estudios Superiores del Comité Olímpico Español.
- Entrenador Nacional de Atletismo por la Escuela Nacional de Entrenadores de la RFEA.
- Forma parte del grupo de Investigación HI10 da Universidade de Vigo y está trabajando en la tesis doctoral sobre una metodología para el control y organización de las cargas de entrenamiento de resistencia.

**Curriculum profesional a destacar:**

- Director del Área de Deportes de la Universidad de Santiago de Compostela.
- Miembro del Comité Técnico de la Real Federación Española de Atletismo como Responsable del Sector de Medio Fondo.

- Presidente del Club Deportivo Universidad de Santiago.
- Miembro de la Comisión Permanente del Comité Español del Deporte Universitario del Consejo Superior de Deportes.
- Profesor del Centro Olímpico de Estudios Superiores del Comité Olímpico Español. Máster en Alto Rendimiento Deportivo.
- Profesor de la Escuela Nacional de Entrenadores de la RFEA en la asignatura de Medio fondo.

**Publicaciones:**

- García-Verdugo, M; Leibar, X. (1997). *Entrenamiento de la resistencia de los corredores de medio fondo y fondo*. Gymnos. Madrid. I.S.B.N: 84-8013-112-8.
- Bravo, J; García-Verdugo, M; Gil, F; Landa, L.; Marín, J; Pascua, M. (1998). *Atletismo I. Carreras y marcha*. RFEA. Madrid. I.S.B.N: 84-87094-05-8.
- García-Verdugo, M. (1996). *Programa informático. La planificación y control del entrenamiento de la resistencia del ciclista*. Gymnos. Madrid. I.S.B.N:84-8013-090-3
- García-Verdugo, M. (1996):. *Programa informático. La planificación y control del entrenamiento de la resistencia del nadador*. Gymnos. Madrid.
- García-Verdugo, M. (1996):. *Programa informático. La planificación y control del entrenamiento del corredor de resistencia*. Gymnos. Madrid.
- García-Verdugo, M. (1996):. *Programa informático. La planificación y control del entrenamiento del corredor de resistencia (versión 2.0)*. Gymnos. Madrid.
- García-Verdugo, M. (2000):. *Principios del autoentrenamiento del corredor de resistencia: Manual del corredor*. Gymnos. Madrid.
- García-Verdugo, M. (2001):. *Programa informático. Planificación y control del entrenamiento del corredor de resistencia. (versión 3.0)*. Gymnos. Madrid.
- García-Verdugo, M; Navarro, F. (2002):. *Programación del entrenamiento de la resistencia*. Módulo 2.5. Master en alto rendimiento deportivo. Centro Olímpico de Estudios Superiores. Comité Olímpico Español. Universidad Autónoma de Madrid. Madrid. (Texto sin publicar).
- Dosil, J. Et al (2003):. *Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*. Síntesis. Madrid. (Colaboración)
- García-Verdugo, M; Landa, L. (2005):. *Atletismo 4. Medio fondo y fondo. La preparación del corredor de resistencia*. RFEA. Madrid.
- Varios (2006):. *Tratado de atletismo del siglo XXI*. Asociación Cultural Deportiva Galega. Santiago de Compostela. (Colaboración).
- Varios (2006):. *Iniciación Deportiva. Enfoque multidisciplinar*. Asociación Cultural Deportiva Galega. (Colaboración).
- García-Verdugo, M.:(2007):. *Resistencia y entrenamiento: Una metodología práctica*. Paidotribo. Barcelona.

**Numerosas publicaciones en revistas especializadas:**

- INFOCOES
- RED
- Atletismo Español
- Cuadernos de Atletismo
- Cuadernos de Psicología

- Actas de la Academia Olímpica Española
- Revista de Educación Física. Gymnos

***Cursos y conferencias impartidos a nivel internacional:***

- **Programación, Control y Estructuras del Entrenamiento en las Carreras de Medio Fondo.** Seminario Internacional de Entrenamiento de Medias y Largas Distancias del Centro de Desarrollo Regional (RDC) de Moscú. (Abril de 2001). Ponente.
- **La Planificación del Entrenamiento de Medio Fondo.** Seminario Nacional de entrenadores. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Tesalónica. Grecia. (Febrero de 2002). Ponente.
- **El Entrenamiento de la Capacidad Aeróbica y Anaeróbica en Edades Jóvenes.** Congreso Internacional sobre Entrenamiento. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Tricala. Grecia. (Noviembre de 2002). Ponente.
- **La Organización del Entrenamiento en Especialidades de Carreras.** Seminario Iberoamericano de Atletismo. Huelva (Agosto de 2004). Director y ponente del taller 2.
- **Metodología para la Organización de las Cargas en los Deportes de Resistencia Cíclicos.** Seminario Internacional de Alto Rendimiento. Lisboa (Portugal) (Octubre 2005). Ponente.
- **Periodização do Treino de Alto Rendimento. Estudo Experimental sobre a Frequência Cardíaca. Seminário sobre “Periodização do Treino de Meiofundo”.** Federación Portuguesa de Atletismo. (enero de 2006). Ponente.
- **Curso Continental Avanzado de Atletismo sobre Medio Fondo y Fondo. Nivel III.** Federación Internacional de Atletismo Amateur, Solidaridad Olímpica y Comité Olímpico Peruano. Lima. Perú. (mayo de 2006). Profesor.
- **I Seminario Internacional de Medio Fondo.** Federación Venezolana de Atletismo y Comité Olímpico Venezolano. Caracas. Venezuela. (noviembre de 2006). Profesor.
- **Seminario Sobre Entrenamiento de Jóvenes Corredores de Resistencia.** Federación Griega de Atletismo. Atenas (febrero de 2007). Ponente.

**A nivel nacional más de 100 cursos, conferencias y ponencias.**

**OTRAS EXPERIENCIAS PROFESIONALES**

**Integrante como oficial responsable de medio fondo de selección española de atletismo en los siguientes eventos:**

**JUEGOS OLÍMPICOS:**

- Barcelona. España. (1992).
- Atlanta USA. (1996).
- Sydney. Australia (2000).
- Atenas. Grecia. (2004).

**CAMPEONATOS DEL MUNDO DE ATLETISMO AL AIRE LIBRE:**

- Toquio. Japón. (1991).
- Sturgart. Alemania. (1993).
- Gooteborg. Suecia. (1995).

- Atenas. Grecia. (1997).
- Sevilla. España. (1999).
- Edmonton. Canadá. (2001).
- París. Francia. (2003).
- Helsinki. Finlandia (2005).

**CAMPEONATOS DE EUROPA DE ATLETISMO AL AIRE LIBRE:**

- Split. Croacia. (1990).
- Helsinki. Finlandia. (1994).
- Budapest. Hungría. (1998).
- Munich. Alemania. (2002).
- Goteborg. Suecia. (2006).

**CAMPEONATOS MUNDO DE ATLETISMO EN PISTA CUBIERTA:**

SEVILLA. España. (1991).

- Toronto. Canadá. (1993).
- Barcelona. España. (1995).
- París. Francia. (1997).
- Lisboa. Portugal. (2001).
- Birmingham. Inglaterra. (2003).
- Budapest. Hungría (2004).
- Moscú. Rusia. (2006).

**CAMPEONATOS EUROPA DE ATLETISMO EN PISTA CUBIERTA:**

- Génova. Italia.(1992).
- Paris. Francia. (1994).
- Estocolmo. Suecia. (1996).
- Valencia. España. (1998).
- Gante. Bélgica. (2000).
- Viena. Austria. (2002).
- Madrid. (2005).

**OTROS CAMPEONATOS INTERNACIONALES:**

- Copa Del Mundo De Maratón. Milán . Italia. (1989).
- Juegos Iberoamericanos. Manaos. Brasil. (1990).
- Campeonato Del Mundo Universitario. Búfalo. Eeuu (1993).
- Westathletic. Bruselas. Bélgica. (1994).
- Copa De Europa De Naciones. Lille. Francia. (1995).
- Superliga Europea. Madrid. España. (1996).
- Superliga Europea. Munich. Alemania. (1997).
- Superliga Europea. San Petesburgo. Rusia. (1998).
- Copa De Europa De Naciones. Atenas. Grecia. (1999).
- Superliga Europea. Bremen. Alemania. (2001).
- Copa De Europa De Naciones. Sevilla. España. (2002).
- Campeonato Del Mundo Universitario Campo A Través. Gena. Alemania. (2000).
- Copa Del Mundo De Naciones. Madrid. España. (2002).
- Superliga Europea. Florencia. Italia. (2003).
- Copa Europa De Naciones. Leipzig. Alemania. (2004).
- Copa De Europa De Naciones. Estambul. Turquía. (2004).
- Campeonato Iberoamericano De Atletismo. Huelva. España (2004).

- Juegos Del Mediterráneo. Almería. España (2005).

### **Experiencia organizativa**

- Curso de verano. La preparación física en deportes de equipo. Universidad de Santiago de Compostela. (1992). Director del curso.
- Campeonato de España Universitario de Atletismo, Judo y Tiro con arco. Santiago de Compostela (1993). Presidente del Comité Ejecutivo.
- Campeonato de España Universitario de Atletismo y Judo . Santiago de Compostela (1996). Presidente del Comité Ejecutivo.
- Curso de verano. El desarrollo de las capacidades físicas en la edad escolar. Universidad de Santiago de Compostela (1996). Director del curso y ponente.
- España-Francia-Italia (sub 23) de Atletismo. Santiago de Compostela (1996). Presidente del comité ejecutivo.
- Torneo Internacional de Ajedrez. Santiago de Compostela (mayo 1996). Presidente del Comité Organizador.
- Campeonato de España universitario de campo a través. Santiago de Compostela (2000). Presidente del Comité ejecutivo.
- Simposium Internacional de Medicina en la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Santiago de Compostela. (2000). Presidente del Comité Organizador.
- Campeonato de España Universitario de Campo a Través. Santiago de Compostela. (2002). Presidente del Comité Ejecutivo.
- Campeonato del Mundo Universitario de Campo a Través. Santiago de Compostela (2002). Presidente del Comité Ejecutivo.
- I Milla Internacional “Cidade de Santiago”. Santiago de Compostela (2003). Presidente del Comité Ejecutivo.
- Campeonato de España Absoluto de Campo a Través. Santiago de Compostela, (2004). Presidente del Comité Ejecutivo.
- Academia Olímpica Española. XXXVIII Sesión. Universidad de Santiago de Compostela y Comité Olímpico Español. Santiago de Compostela (marzo de 2006). Director.

### **Experiencia como entrenador personal de atletas que han sido internacionales.**

#### **Atletas que han representado a España.**

- Alejandro López Barral (Maratón).
- Javier Fernández Feijoo (Maratón).
- César González Fares (Lanzamiento de Martillo).
- José Luis Antas Ramos (Salto de Altura).
- Mariano García-Verdugo Delmas (Maratón).
- Manuel García Gendra (5.000 m).
- Esther Pedrosa Carrete (Maratón).
- Pilar Barreiro Senra (800 m).
- Manuel Penas Blanco (1.500- 5.000 m).
- Jesús de la Fuente Fernández (3.000 m Pista cubierta-5.000 m).
- Marlén Estévez Laurdet (800 m).
- Rubén Diz Díaz (10.000 m).
- Esther Desviat Ponce (800 m).
- Susana Castro Penas (800 m).
- Alicia Folgar Torres (1.500 m y campo a través).

**Atletas extranjeros que han representado a sus países.**

- Suzanne Hasler. (Gran Bretaña). 800 m.
- Juan Pablo Rodrigues Fernández. (Brasil). 1.500 m.
- Robertas GERALAVICIUS. (Lituania). 1.500 m.