

HISTORIAL CAMPIONATOS GALICIA INDIVIDUAL PISTA CUBERTA

Junior (Sub´20) Homes

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
50 metros	5.9	Juan J. Caamaño Pérez	CA Coruñés	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.10	Pablo Pérez Mayobre	RDM	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.03	Pablo Pérez Mayobre	CA Coruñés	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	5.97	Pablo Pérez Mayobre	CA Coruñés	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.22	Carlos Gutierrez Guinea	CD Universidade Stgo.	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.18	Baldomero Dios Blanco	S.G. Pontevedra	25/01/1997	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.16	Ricardo Millán Roel	CD Universidade Stgo.	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.28	José Martín Otero	Vila de Cangas	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	5.97	Pablo Rodríguez Cabado	CD Universidade Stgo.	27/01/2001	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.18	David Tapia Soto	C.Celta de Vigo	19/01/2002	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.30	Maximiliano Rodríguez Magi	San Fernando Lucus	04/02/2006	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.09	Jean Marie Okutu Kouletio	S.G. Pontevedra	21/01/2007	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.14	Roberto Prado Alonso	At.Sierra Narón	19/01/2008	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.18	Samuel Paz Cidoncha	At.Sierra Narón	18/01/2009	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.15	Rodrigo Avellaneda García	Coruña Comarca	05/02/2011	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.27	Ivan Rodríguez Maceiras	Suárez Marquier	26/02/2012	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.14	Mauro Triana López	Coruña Comarca	09/02/2013	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.16	Mauro Triana López	Coruña Comarca	08/02/2014	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.03	Dario Costas Rodal	S.G. Pontevedra	15/02/2015	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.07	Javier García Fernández	Riazor Coruña	27/02/2016	Palacio Deportes	A Coruña
50 metros	6.32	Santiago Rozas Trastoy	Lucus Caixa Rural	25/02/2017	Palacio Deportes	A Coruña

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
60 metros	7.24	Pablo Rodríguez Cabado	Marineda	22/01/2000	Universidade	Santiago
60 metros	7.20	Marco Álvarez Prieto	Ria Ferrol/CCA	01/02/2003	Balaidos	Vigo
60 metros	7.24	Miguel A. Toubes Boo	Riazor Coruña	24/01/2004	Est.Juventud	Pontevedra
60 metros	7.04	Diego Pérez Rodríguez	Ourense Ac.Postal	22/01/2005	A Malata	Ferrol
60 metros	7.22	Adrián López Teijeiro	At.Sierra Narón	17/01/2010	Universidad Elviña	A Coruña
60 metros	7.13	Santiago Represas Fachado	CA Sada	24/02/2018	Expourense	Ourense
60 metros	7.15	Victor Mosteiro Oubel	CA Santiago	23/02/2019	Expourense	Ourense
60 metros	7.11	Raul Cortizo Bernardez	S.G. Pontevedra	07/03/2020	Expourense	Ourense
60 metros	7.02	Javier Jimenez Núñez	CA Sada	28/02/2021	Expourense	Ourense
60 metros	7.09	Mateo González López	Ourense At.	20/02/2022	Expourense	Ourense

- Asc ompetiçóns celebradas nas pistas de Elviña,Estadio Juventud,Balaidos,G.Pérez Rivera,A Malata,Univeersidade foron Aire Libre

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
200 metros	23.1	Francisco García Guardaon	CA Coruñés	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23.90	Jacinto Cea Bao	C.Celta de Vigo	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23,49	Pablo Sande Eslava	CD Universidade Stgo.	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23.3	Jacinto Cea Bao	C.Celta de Vigo	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23.29	Javier Fidalgo Rodríguez	Pabellón Ourense	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23,89	Victor Sobrino Bouza	C.Celta de Vigo	25/01/1997	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23,27	Ricardo Millán Roel	CD Universidade Stgo.	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23.67	Francisco Casal Orjales	At.Sierra Narón	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	22.85	Miguel Gómez Rodríguez	New Balance-RCC	22/01/2000	Universidade	Santiago
200 metros	23.31	José Liñares López	Ria Ferrol	27/01/2001	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	22.99	Ismael Pérez Dorribo	Ourense Ac.Postal	01/02/2003	Balaidos	Vigo
200 metros	23.33	Miguel A. Toubes Boo	Riazor Coruña	24/01/2004	Est.Juventud	Pomtevedra
200 metros	22.07	José Marquez Pastor	CD Universidade Stgo.	22/01/2005	A Malata	Ferrol
200 metros	24.05	Adrián Pérez López	Coruña Comarca	04/02/2006	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	24.34	David Ruibal Vidal	Vila de Cangas	21/01/2007	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23.34	Samuel Paz Cidoncha	At.Sierra Narón	19/01/2008	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23.60	Samuel Paz Cidoncha	At.Sierra Narón	18/01/2009	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23.06	Rodrigo Avellaneda García	Coruña Comarca	17/01/2010	Universidad Elviña	A Coruña
200 metros	22.80	Rodrigo Avellaneda García	Coruña Comarca	05/02/2011	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23.62	Carlos Moro Martínez	Riazor Coruña	26/02/2012	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	22.92	Mauro Triana López	Coruña Comarca	09/02/2013	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	22.63	Mauro Triana López	Coruña Comarca	08/02/2014	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23.24	Javier García Fernández	Riazor Coruña	15/02/2015	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23.18	Javier García Fernández	Riazor Coruña	27/02/2016	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	23.83	Alejandro Botana García	Marineda	25/02/2017	Palacio Deportes	A Coruña
200 metros	22.90	Javier Mañana Cortes	Coruña Comarca	24/02/2018	Expourense	Ourense
200 metros	22.54	Carlos Argibay Pampin	S.G. Pontevedra	23/02/2019	Expourense	Ourense
200 metros	22.40	Victor Mosteiro Oubel	CA Santiago	07/03/2020	Expourense	Ourense
200 metros	22.51	Hugo Vázquez Pérez	Marineda	28/02/2021	Expourense	Ourense
200 metros	22.21	Jorge Román Leiros	RC Celta Atletismo	20/02/2022	Expourense	Ourense

- **Asc competicións celebradas nas pistas de Elviña,Estadio Juventud,Balaidos,G.Pérez Rivera,A Malata,Univeersidade foron Aire Libre**

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
400 metros	50,7	Ricardo Rodríguez Lorenzo	San Miguel Oia	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	53,88	Daniel Sande Eslava	CA Coruñés	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	51,05	Marcos Díaz Pereira	CA Coruñés	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	52,67	R. Piñeiro Domínguez	Pabellón Ourense	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	50,93	António Florez Del Campo	S.G. Pontevedra	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	50,6	António Florez Del Campo	S.G. Pontevedra	25/01/1997	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	52,68	Yago Castiñeiras Lema	At.Sierra Narón	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	56,18	José Brea González	S.G. Pontevedra	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	53,46	Ricardo Graña Iglesias	CD Universidade Stgo.	22/01/2000	Universidade	Santiago
400 metros	51,15	Gabriel Fernández Vázquez	Grupo Ac.Postal/UV	27/01/2001	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	52,40	Enrique Platas Vidal	At.Sierra Narón	19/01/2002	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	52,93	Pablo Rodríguez Álvarez	S.G. Pontevedra	01/02/2003	Balaidos	Vigo
400 metros	51,72	Victor Rojo Carballo	Ourense Ac.Postal	24/01/2004	Est.Juventud	Pontevedra
400 metros	51,58	Raul Pérez Enriquez	Adas-Proinor	22/01/2005	A Malata	Ferrol
400 metros	50,25	José Marquez Pastor	CD Universidade Stgo.	04/02/2006	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	52,50	Oscar Díaz Cuquejo	Riazor Coruña	21/01/2007	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	53,02	Oscar Díaz Cuquejo	Riazor Coruña	19/01/2008	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	52,52	Samuel Paz Cidoncha	At.Sierra Narón	18/01/2009	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	52,69	Enrique Prego Tabuyo	Riazor Coruña	17/01/2010	Universidad Elviña	A Coruña
400 metros	55,73	Juan Capeans Tubio	CD Universidade Stgo.	05/02/2011	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	52,42	Carlos Moro Martínez	Riazor Coruña	26/02/2012	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	52,53	Juan J. del Rio Ruiz-Gimenez	ADAS -Proinor	09/02/2013	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	53,83	Javier Armesto Lillo	Marineda	08/02/2014	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	52,37	Alfonso Pérez Davila	S.G. Pontevedra	15/02/2015	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	52,43	Javier Rodríguez Leva	Riazor Coruña	27/02/2016	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	54,20	Samuel García Castro	AD do Barbanza	25/02/2017	Palacio Deportes	A Coruña
400 metros	51,44	Martín Rivas Pose	Marineda	24/02/2018	Expourense	Ourense
400 metros	49,63	Elian Numa López Iglesias	Coruña Comarca	23/02/2019	Expourense	Ourense
400 metros	49,76	Kristian Krasnov Katernaia	CA Sada	07/03/2020	Expourense	Ourense
400 metros	49,48	Chinweike D. Ngwudile Igunma	RC Celta	27/02/2021	CGTD	Pontevedra
400 metros	49,76	Jorge Román Leiros	RC Celta Atletismo	20/02/2022	Expourense	Ourense

- **Asc ompetições celebradas nas pistas de Elviña,Estadio Juventud,Balaidos,G.Pérez Rivera,A Malata,Univeersidade foron Aire Libre**

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
-------	-------	---------	------	-------	--------	-------

800 metros	2,05,1	Jesús Alfonso Paz	C.Celta de Vigo	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	1,55,4	Leonardo Piñeiro Pereira	C.Atlético Coruñés	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	2,04,34	Domingo Castro Souto	CA Coruñés	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	2,02,07	Rubén Castro Portela	CD Universidade Stgo.	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	1.59.43	Alberto Rodríguez Baldomir	CA Coruñés	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	1,59,20	Carlos García-Verdugo Peralta	CD Universidade Stgo.	25/01/1997	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	1,59,88	Victor Arufe Giraldez	CD Universidade Stgo.	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	2.00.93	David Garrido Rey	CD Universidade Stgo.	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	1.58.42	Gustavo Platas Vidal	Pabellón Ourense	22/01/2000	Universidade	Santiago
800 metros	2.07.61	José Chenlo Fernández	CD Universidade Stgo.	27/01/2001	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	2.06.50	Rubén Besteiro Mosquera	At.Sierra Narón	19/01/2002	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	1.59.40	Francisco Vilas Viñas	Pabellón Ourense	01/02/2003	Balaidos	Vigo
800 metros	1.59.70	Ivan Iglesias Carballo	CD Universidade Stgo.	24/01/2004	Est.Juventud	Pomtevedra
800 metros	2.00.67	Raul Pérez Enriquez	Adas-Proinor	22/01/2005	A Malata	Ferrol
800 metros	2.04.56	David González Fernández	Vila de Cangas	04/02/2006	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	2.00.40	Oscar Díaz Cuquejo	Riazor Coruña	21/01/2007	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	1.59.81	Oscar Díaz Cuquejo	Riazor Coruña	19/01/2008	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	2.00.96	Alberto Chaves Camino	CD Universidade Stgo.	18/01/2009	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	2.03.70	Erik Calvo González	C.Celta de Vigo	17/01/2010	Universidad Elviña	A Coruña
800 metros	2.02.56	Francisco Díaz Llera	Coruña Comarca	05/02/2011	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	2.03.18	David Abalde Costas	C.Celta de Vigo	26/02/2012	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	2.04.93	Dario Soto Méndez	C.Celta de Vigo	09/02/2013	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	1.58.05	José González Portero	Adas-Proinor	08/02/2014	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	2.05.39	Miguel Otero Rey	C.Celta de Vigo	15/02/2015	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	1.57.93	Ivo Maseda Dorado	Lugo Running	27/02/2016	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	2.01.27	Rodrigo García Manrique	CA Santiago	25/02/2017	Palacio Deportes	A Coruña
800 metros	2.03.00	Azziz Saidi	Ria Ferrol	24/02/2018	Expourense	Ourense
800 metros	1.58.05	Elían Numa López Iglesias	Coruña Comarca	23/02/2019	Expourense	Ourense
800 metros	2.00.25	Alberto Pérez Outon	S.G. Pontevedra	07/03/2020	Expourense	Ourense
800 metros	1.59.47	Lope Quinteiro Péna	Vila Cangas	27/02/2021	CGTD	Pontevedra
800 metros	1.56.34	Hugo García Souto	RC Celta Atletismo	20/02/2022	Expourense	Ourense

- **Asc competicións celebradas nas pistas de Elviña,Estadio Juventud,Balaidos,G.Pérez Rivera,A Malata,Univeersidade foron Aire Libre**

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
-------	-------	---------	------	-------	--------	-------

1500 metros	4,17,8	António Castro Hernandez	CA Noia	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4,12,37	D. Paz Otero	S.G. Pontevedra	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.09.9	Roberto Cordoba Otero	S.G. Pontevedra	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4,06,4	Francisco Sánchez López	CD Universidade Stgo.	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.11.03	Francisco Sánchez López	S.G. Pontevedra	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	3,59,71	Esteban González Junquera	S.G. Pontevedra	25/01/1997	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4,07,00	Ismael Costas Fandiño	Comesaña S.C.	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.03.62	Victor Rioboo Villanueva	S.G. Pontevedra	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.02.13	Gustavo Platas Vidal	Pabellón Ourense	22/01/2000	Universidade	Santiago
1500 metros	4.07.61	Juan Bogo Díaz	At.Sierra Narón	27/01/2001	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.03.31	Sergio González Campos	Vig-Bay	19/01/2002	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.10.72	Francisco Vilas Viñas	Pabellón Ourense	01/02/2003	Balaidos	Vigo
1500 metros	4.12.04	Jorge Touriño Fuentes	CD Universidade Stgo.	24/01/2004	Est.Juventud	Pomtevedra
1500 metros	4.09.53	Ivan Iglesias Carballo	CD Universidade Stgo.	22/01/2005	A Malata	Ferrol
1500 metros	4.19.33	Manuel Ayuso Vilaboa	Comesaña S.C.	04/02/2006	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.03.87	Jaime Rivas Pereira	CD Universidade Stgo.	21/01/2007	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.21.37	Santiago García Rodríguez	Ria Ferrol	19/01/2008	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.19.05	Pablo Noche Ferreiro	San Fernando Lucus	18/01/2009	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.19.51	Javier Besada Vázquez	Ourense Ac.Postal	17/01/2010	Universidad Elviña	A Coruña
1500 metros	4.13.35	Francisco Díaz Llera	Coruña Comarca	05/02/2011	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.05.89	Sergio Piñon Paz	C.Atletismo Narón	26/02/2012	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.10.12	Olaf Arauo López	Coruña Comarca	09/02/2013	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.04.76	Miguel Otero Rey	C.Celta de Vigo	08/02/2014	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.08.92	Jorge Puig Malvar	S.G. Pontevedra	15/02/2015	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.21.32	Luis del Rio Pena	CD Universidade Stgo.	24/01/2016	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.09.54	Fernando Rial Castro	S.G. Pontevedra	04/02/2017	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.11.70	Jorge Sieira Hermida	Coruña Comarca	21/01/2018	Palacio Deportes	A Coruña
1500 metros	4.09.00	Roi Estevez Jueguen	CA Santiago	20/01/2019	Expourense	Ourense
1500 metros	4.28.16	Ivan Abeledo Varela	SDCC	07/03/2020	Expourense	Ourense
1500 metros	4.07.67	Nicolao Pereira Fernández	CA Sada	27/02/2021	CGTD	Pontevedra
1500 metros	3.58.69	Antón Martínez Domínguez	EA Lucense	20/02/2022	Expourense	Ourense

- **Asc competicións celebradas nas pistas de Elviña,Estadio Juventud,Balaidos,G.Pérez Rivera,A Malata,Univeersidade foron Aire Libre**

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
3000 metros	8.49.2	Luis Outeiriño Rodríguez	CA Pontevedra	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña

3000 metros	9,02,00	Carlos Vázquez Casteleiro	Ria Ferrol	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	8.35.5	Miguel A. Iglesias Rodríguez	San Miguel Oia	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	8,49,47	Bruno Fernández Vázquez	Fluvial	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	8.47.72	Esteban González Junquera	C.Celta de Vigo	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	8,41,40	Jesús Lortés Gómez	CD Universidade Stgo.	25/01/1997	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	9,37,12	Ivan Fernández Rodríguez	Adas-Proinor	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	8.45.32	Gilberto Álvarez Carnero	Adas-Proinor	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	8.57.01	Isaac Lourido Hermida	Ria Ferrol	22/01/2000	Universidade	Santiago
3000 metros	8.41.13	Alberto Fraga López	At.Sierra Narón	27/01/2001	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	S/T	Oscar Bernardes Carballo	VIG-BAY	19/01/2002	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	8.39.18	Carlos Villamor Castiñeiras	Lucus Caixa Rural	01/02/2003	Balaidos	Vigo
3000 metros	8.40.62	Marcos Fernández Barbosa	Ourense Ac.Postal	24/01/2004	Est.Juventud	Pomtevedra
3000 metros	9.12.29	Jonathan Sierra García	EA Lucense	22/01/2005	A Malata	Ferrol
3000 metros	9.08.38	Enrique González Arias	Adas-Proinor	04/02/2006	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	9.01.82	Rubén Rodríguez Vaamonde	CD Universidade Stgo.	21/01/2007	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	9.08.93	Pablo Noche Ferreiro	San Fernando Lucus	18/01/2009	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	9.19.40	Carlos Yáñez Alonso	C.Celta de Vigo	17/01/2010	Univ. Elviña	A Coruña
3000 metros	9.14.84	Iago Dieguez Porto	San Fernando Lucus	05/02/2011	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	10.27.23	Alejandro Álvarez Costas	Comesaña S.C.	26/02/2012	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	9.06.35	Tomas Wondwosen Ocaña Pazos	Vila de Cangas	09/02/2013	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	SM	Agustin González Alonso	Adas-Proinor	08/02/2014	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	8.43.16	Ivo Maseda Dorado	Lugo Running	15/02/2015	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	8.25.89	Jorge Puig Malvar	S.G. Pontevedra	24/01/2016	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	9.05.94	Marcos Rosende Saez	Lucus Caixa Rural	04/02/2017	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	9.08.70	Jorge Sieira Hermida	Coruña Comarca	21/01/2018	Palacio Deportes	A Coruña
3000 metros	9.05.25	Arturo Ramos Rey	CA Santiago	20/01/2019	Expourense	Ourense
3000 metros	9.16.84	Victor Bouzon García	Olimpico Vedra	07/03/2020	Expourense	Ourense
3000 metros	8.49.49	Carlos López Moral	A Gandara	21/03/2021	CGTD	Pontevedra
3000 metros	8.53.99	Hugo García Souto	RC Celta Atletismo	20/02/2022	Expourense	Ourense

- **Asc competicións celebradas nas pistas de Elviña, Estadio Juventud, Balaidos, G.Pérez Rivera, A Malata, Universidade foron Aire Libre**

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
50 vallas	7.5	Amador Torres Cabello	Pabellón Ourense	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7,12	David Rodríguez Pérez	C.Deportivo Ourense	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7,04	David Rodríguez Pérez	C.Deportivo Ourense	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña

50 vallas	7,59	Manuel A. Gómez Gómez	CA Coruñés	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.32	Javier Fidalgo Rodríguez	Pabellón Ourense	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7,84	José Brea González	S.G. Pontevedra	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.79	Miguel Montero Rey	CA Coruñés	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.95	Ángel Sousa Rodríguez	S.G. Pontevedra	27/01/2001	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.69	Ángel Sousa Rodríguez	S.G. Pontevedra	19/01/2002	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.52	Javier Rosales Lobeiras	S.G. Pontevedra	04/02/2006	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.14	Carlos M. Iglesias Carballo	CD Universidade Stgo.	21/01/2007	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.21	Carlos M. Iglesias Carballo	Camargo	19/01/2008	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.15	Denis Galan Cambón	Ourense Ac.Postal	18/01/2009	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7,46	Carlos Moro Martínez	Riazor Coruña	05/02/2011	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.31	Carlos Moro Martínez	Riazor Coruña	26/02/2012	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.12	Miguel Pérez Vázquez	Lucus Caixa Rural	09/02/2013	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	6.97	Miguel Pérez Vázquez	Lucus Caixa Rural	08/02/2014	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.01	Dario Costas Rodal	S.G. Pontevedra	15/02/2015	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	8.51	Diego Canosa Oanes	Riazor Coruña	27/02/2016	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.44	Santiago Rozas Trastoy	Lucus Caixa Rural	25/02/2017	Palacio Deportes	A Coruña
50 vallas	7.95	Angel Sousa Rodríguez		27/01/1991	Palacio Deportes	A Coruña

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
60 vallas	9.46	Pablo Gandoy López	Lucus Caixa Rural	22/01/2000	Universidade	Santiago
60 vallas	8.93	Antón Fernández Noguerol	Lucus Caixa Rural	01/02/2003	Balaidos	Vigo
60 vallas	9.10	Jorge Rodríguez Coma	S.G. Pontevedra	24/01/2004	Est.Juventud	Pomtevedra
60 vallas	9.51	Andrés Marcilla Urbano	Ourense Ac.Postal	22/01/2005	A Malata	Ferrol
60 vallas	8.51	Denis Galan Cambón	Ourense Ac.Postal	17/01/2010	Univ. Elviña	A Coruña
60 vallas	8.43	Santiago Rozas Trastoy	Lucus Caixa Rural	24/02/2018	Expourense	Ourense
60 vallas	8.55	Guzman Carril Escolante	EA Lucense	23/02/2019	Expourense	Ourense
60 vallas	8.60	Guzman Carril Escolante	EA Lucense	07/03/2020	Expourense	Ourense
60 vallas	8.25	Hugo Vázquez Pérez	Marineda	28/02/2021	Expourense	Ourense
60 vallas	7.88	Hugo Vázquez Pérez	Marineda	20/02/2022	Expourense	Ourense

- **Asc competicións celebradas nas pistas de Elviña, Estadio Juventud, Balaidos, G. Pérez Rivera, A Malata, Universidade foron Aire Libre**

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
5000 Marc	22,01,7	Manuel Abal Santome	Agrp. Viguesa AT.	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña
5000 Marc	24,56,35	J. García Rodríguez	Adas-Proinor	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña
5000 Marc	23,21,50	Marcos Carracedo Rama	Adas-Proinor	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña
5000 Marc	22.45.2	Jose A. Rodríguez Casal	C.Celta de Vigo	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
5000 Marc	23.21.06	José Martínez Loureiro	C.Atlletismo Narón	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña
5000 Marc	23,16,76	Jorge Ignacio Silva Crespo	Pabellón Ourense	25/01/1997	Palacio Deportes	A Coruña
5000 Marc	23,59,47	Jorge Ignacio Silva Crespo	Pabellón Ourense	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña
5000 Marc	23.38.08	José Fernández Nieves	Adas-Proinor	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
5000 Marc	23.34.80	Ivan Docampo González	Pabellón Ourense	22/01/2000	Universidade	Santiago
5000 Marc	24.05.15	Ivan Docampo González	Grupo Ac.Postal/UV	27/01/2001	Palacio Deportes	A Coruña

- **Asc competicións celebradas nas pistas de Elviña, Estadio Juventud, Balaidos, G. Pérez Rivera, A Malata, Universidade foron Aire Libre**

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
Altura	1,75	Javier Rodríguez González	Pabellón Ourense	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,96	Alberto Pereiro Bernardez	C.Celta de Vigo	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña

Altura	1,85	Luis De La Peña Corona	CA Coruñés	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,98	Luis De La Peña Corona	CA Coruñés	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,98	Marcos Muñiz Rodríguez	S.G. Pontevedra	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,8	Oscar Riveiro Fernández	CIP	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,8	Marcos Bermejo Cañas	Pabellón Ourense	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,85	Oscar Carballido Roales	Pabellón Ourense	22/01/2000	Universidade	Santiago
Altura	1,8	Rubén Piñeiro Soage	S.G. Pontevedra	01/02/2003	Balaidos	Vigo
Altura	1,8	Rubén Piñeiro Soage	S.G. Pontevedra	24/01/2004	Est.Juventud	Pontevedra
Altura	1,70	José M. Garrido Rodríguez	S.G. Pontevedra	22/01/2005	A Malata	Ferrol
Altura	1,75	Javier Rosales Lobeiras	S.G. Pontevedra	04/02/2006	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,86	Alvaro Gromaz Palacios	San Fernando Lucus	21/01/2007	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,91	Diego Ares Tapia	Ourense Ac.Postal	19/01/2008	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,73	Nicolás Garzo Caldas	Riazor Coruña	18/01/2009	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,68	Enrique Prego Tabuyo	Riazor Coruña	17/01/2010	Univ. Elviña	A Coruña
Altura	1,83	António Molina Pérez	Adas-Proinor	05/02/2011	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,91	David Barreira Randulfe	Adas-Proinor	26/02/2012	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,89	Ivan Rodríguez Maceiras	S.G. Pontevedra	09/02/2013	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,88	Adolfo Sainz-Maza Villar	Adas-Proinor	08/02/2014	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,96	Dario Costas Rodal	S.G. Pontevedra	15/02/2015	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,9	Dario Costas Rodal	S.G. Pontevedra	27/02/2016	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,78	Juan Bembibre Domínguez	Adas-Proinor	25/02/2017	Palacio Deportes	A Coruña
Altura	1,89	Pablo Piñon Sureda	Lugo RC	24/02/2018	Expourense	Ourense
Altura	1,89	Xavier Esteban Domínguez	Lucus Caixa Rural	23/02/2019	Expourense	Ourense
Altura	1,92	Raul Cortizo Bernardez	S.G. Pontevedra	07/03/2020	Expourense	Ourense
Altura	1,83	Pablo Alonso Campo	CA Santiago	28/02/2021	Expourense	Ourense
Altura	1,82	Samuel Castedo Hermida	Lugo Running	20/02/2022	Expourense	Ourense

- **Asc ompetiçóns celebradas nas pistas de Elviña,Estadio Juventud,Balaidos,G.Pérez Rivera,A Malata,Univeersidade foron Aire Libre**

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
Pértega	3,85	José Novo Comba	S.G. Pontevedra	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	4	J. Barreiro Porral	C.Celta de Vigo	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	3,7	Raul Mariño Ligeró	S.G. Pontevedra	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña

Pértega	4,1	José Cobian Ledo	C.Celta de Vigo	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	4,15	José Cobian Ledo	C.Celta de Vigo	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	3,2	Alberto Alen Sardiña	S.G. Pontevedra	25/01/1997	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	4	António Cochon Pumar	S.G. Pontevedra	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	4,1	António Cochon Pumar	CD Universidade Stgo.	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	3,7	António Gómez Taboada	S.G. Pontevedra	22/01/2000	Universidade	Santiago
Pértega	3,8	David García Bouzas	Ria Ferrol	27/01/2001	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	4,35	Rubén Piñeiro Soage	S.G. Pontevedra	01/02/2003	Balaidos	Vigo
Pértega	4,2	Rubén Piñeiro Soage	S.G. Pontevedra	24/01/2004	Est.Juventud	Pontevedra
Pértega	3,80	Carlos Montero Canabal	S.G. Pontevedra	22/01/2005	A Malata	Ferrol
Pértega	4,05	Alexandre Sola Rosales	Ourense Ac.Postal	04/02/2006	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	4.35	Alexandre Sola Rosales	Ourense Ac.Postal	21/01/2007	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	4,4	Santiago Ferrer Alonso	S.G. Pontevedra	19/01/2008	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	4,1	Santiago Ferrer Alonso	S.G. Pontevedra	18/01/2009	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	3,7	Sergio Telleria Fernández	C.Celta de Vigo	17/01/2010	Univ. Elviña	A Coruña
Pértega	3,41	Alberto Lagunas Bouron	C.Celta de Vigo	05/02/2011	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	3,71	Sebastian Vieites Ruibal	S.G. Pontevedra	26/02/2012	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	3,31	Candido Acuña Abreu	C.Celta de Vigo	09/02/2013	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	3,91	Miguel Cajaraville Mosquera	C.Celta de Vigo	08/02/2014	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	3,27	Dario Costas Rodal	S.G. Pontevedra	15/02/2015	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	3,55	Dario Costas Rodal	S.G. Pontevedra	27/02/2016	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	2,82	Christian C. Rengifo Frisneda	EA Lucense	25/02/2017	Palacio Deportes	A Coruña
Pértega	4,05	David Lorenzo Germade	C.Celta de Vigo	24/02/2018	Expourense	Ourense
Pértega	3,9	Pablo Manzano Rodríguez	Agrp.Viguesa AT.	23/02/2019	Expourense	Ourense
Pértega	4,2	Hector Martínez Franco	CA Santiago	07/03/2020	Expourense	Ourense
Pértega	4,38	Tomás López Vizcaino	CA Sada	28/02/2021	Expourense	Ourense
Pértega	4,30	Tomás López Vizcaino	CA Sada	20/02/2022	Expourense	Ourense

- **Asc ompetições celebradas nas pistas de Elviña,Estadio Juventud,Balaidos,G.Pérez Rivera,A Malata,Univeersidade foron Aire Libre**

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
Lonxitud	6,66	Julio Fernández Rodríguez	ARA	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,64	Jacinto Cea Bao	C.Celta de Vigo	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,68	Mario González Rodríguez	C.Celta de Vigo	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,79	Mario González Rodríguez	C.Celta de Vigo	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6.80	Mario González Rodríguez	C.Celta de Vigo	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña

Lonxitud	6,58	Oscar Díaz Sotelo	CD Universidade Stgo.	25/01/1997	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,34	Juan P. Calvo López	S.G. Pontevedra	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,13	Mario Románo Núñez	Adas-Proinor	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,19	José M. Varela Vila	Grupo Ac.Postal	22/01/2000	Universidade	Santiago
Lonxitud	6,29	David Vázquez Blanco	CRV	27/01/2001	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,61	Daniel Suárez Vázquez	CD Universidade Stgo.	19/01/2002	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,19	António Fernández Arribas	Ria Ferrol/CCA	01/02/2003	Balaidos	Vigo
Lonxitud	6,43	Santiago Domínguez Fernández	Riazor Coruña	24/01/2004	Est.Juventud	Pontevedra
Lonxitud	6,53	Santiago Suárez Insua	Costa da Morte	22/01/2005	A Malata	Ferrol
Lonxitud	6,73	Jean Marie Okutu Kouletio	S.G. Pontevedra	04/02/2006	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	7,29	Jean Marie Okutu Kouletio	S.G. Pontevedra	21/01/2007	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,39	David Ferrer Fernández	S.G. Pontevedra	19/01/2008	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,09	Santiago Ferrer Alonso	S.G. Pontevedra	18/01/2009	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,28	Alberto Elena Corbal	C.Celta de Vigo	17/01/2010	Iniv. Elviña	A Coruña
Lonxitud	6,43	Alberto Elena Corbal	C.Celta de Vigo	05/02/2011	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,93	Ivan Rodríguez Maceiras	Suárez Marquier	26/02/2012	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,98	Ivan Rodríguez Maceiras	S.G. Pontevedra	09/02/2013	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,94	Pablo Modia Rodríguez	Lucus Caixa Rural	08/02/2014	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	7,02	Anxo Blanco Núñez	Coruña Comarca	15/02/2015	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,5	Fernando Rabade Fernández	C.Celta de Vigo	27/02/2016	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,33	Alexandre Barreiro Pérez	Maristas Lugo	25/02/2017	Palacio Deportes	A Coruña
Lonxitud	6,45	Pablo Saa López	CA Santiago	24/02/2018	Expourense	Ourense
Lonxitud	6,35	Sergio Coello Berreco	Rías Baixas	23/02/2019	Expourense	Ourense
Lonxitud	6,92	Raul Cortizo Bernardez	S.G. Pontevedra	07/03/2020	Expourense	Ourense
Lonxitud	7,03	Raul Cortizo Bernardez	S.G. Pontevedra	28/02/2021	Expourense	Ourense
Lonxitud	6,29	Adrián Villares Vázquez	CA Narón	20/02/2022	Expourense	Ourense

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
Triplo	13,65	Juan R. Conde Salgado	C.Celta de Vigo	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	13,66	Daniel Castelo Guerrero	C.Celta de Vigo	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	13,87	Omar Almasadi Iglesias	Adas-Proinor	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	13,54	Alberto Rodríguez Acuña	S.G. Pontevedra	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	13,47	Jesús E. Díaz González	Pabellón Ourense	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña

Triplo	13,57	Oscar Díaz Sotelo	CD Universidade Stgo.	25/01/1997	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	12,98	Mario Románo Núñez	Adas-Proinor	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	13,14	Juan Riveiro Hidalgo	New Balance-RCC	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	12,77	David Cardesin Moinelo	Marineda	22/01/2000	Universidade	Santiago
Triplo	13,15	Daniel Suárez Vázquez	CD Universidade Stgo.	27/01/2001	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	13,34	Alvaro Togores Varela	Ria Ferrol/CCA	19/01/2002	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	12,62	Isidro Jorrete López	Lucus Caixa Rural	01/02/2003	Balaidos	Vigo
Triplo	12,91	Manuel García Omil	S.G. Pontevedra	24/01/2004	Est.Juventud	Pontevedra
Triplo	13,35	Santiago Suárez Insua	Costa da Morte	22/01/2005	A Malata	Ferrol
Triplo	11,19	Andrés Fernández Álvarez	Coruña Comarca	04/02/2006	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	14,63	José A. Palomanes Martínez	Ourense Ac.Postal	21/01/2007	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	14,94	José A. Palomanes Martínez	Ourense Ac.Postal	19/01/2008	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	13,46	David Ferrer Fernández	S.G. Pontevedra	18/01/2009	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	12,42	David Álvarez Lameiro	C.Celta de Vigo	17/01/2010	Univ. Elviña	A Coruña
Triplo	13,13	Alberto Elena Corbal	C.Celta de Vigo	05/02/2011	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	13,15	Ivan Rodríguez Maceiras	Suárez Marquier	26/02/2012	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	14,52	Anxo Blanco Núñez	Coruña Comarca	08/02/2014	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	14,55	Anxo Blanco Núñez	Coruña Comarca	15/02/2015	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	13,46	Samuel García Castro	AD do Barbanza	27/02/2016	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	13,53	Alexandre Barreiro Pérez	Maristas Lugo	25/02/2017	Palacio Deportes	A Coruña
Triplo	13,67	Alexander Barreiro Pérez	Lucus Caixa Rural	24/02/2018	Expourense	Ourense
Triplo	13,73	Pablo Saa López	C.Celta de Vigo	23/02/2019	Expourense	Ourense
Triplo	13,68	Juan Piñeiro Piñeiro	Vila de Cangas	07/03/2020	Expourense	Ourense
Triplo	12,69	Paulo Fernández Martínez	Mochila Deporte	20/02/2022	Expourense	Ourense

- **Asc ompeticións celebradas nas pistas de Elviña,Estadio Juventud,Balaidos,G.Pérez Rivera,A Malata,Univeersidade foron Aire Libre**

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
Peso	12,97	Martín Brea Ozores	S.G. Pontevedra	18/02/1989	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	12,54	Francisco J. Guzman Ares	CA Coruñés	06/03/1993	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	14,13	Francisco J. Guzman Ares	CD Universidade Stgo.	22/01/1994	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	13,89	Oscar Fernández Martínez	S.G. Pontevedra	05/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	14,73	Oscar Fernández Martínez	S.G. Pontevedra	27/01/1996	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	11,76	Pablo Galdo Regueiro	At.Sierra Narón	25/01/1997	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	13,45	Noel Vega Misa	C.Celta de Vigo	14/02/1998	Palacio Deportes	A Coruña

Peso	14,44	Noel Vega Misa	New Balance-RCC	23/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	11,86	Roberto Alonso Silva	Grupo Ac.Postal	22/01/2000	Universidade	Santiago
Peso	13,08	Victor Álvarez López	Grupo Ac.Postal/UV	27/01/2001	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	14,63	Victor Álvarez López	Grupo Ac.Postal/UV	19/01/2002	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	sm	Ivan Alen Fernández	Pabellón Ourense	01/02/2003	Balaidos	Vigo
Peso	15,33	Victor Gallego Bernardez	S.G. Pontevedra	24/01/2004	Est.Juventud	Pomtevedra
Peso	15,67	Victor Gallego Bernardez	S.G. Pontevedra	22/01/2005	A Malata	Ferrol
Peso	12,77	Isaac Vicente Landin	C.Celta de Vigo	04/02/2006	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	13,54	Martín Fernández Álvarez	Adas-Proinor	21/01/2007	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	12,16	Martín Fernández Álvarez	Adas-Proinor	19/01/2008	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	12,26	Aarón Soto Fernández	S.G. Pontevedra	18/01/2009	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	10,95	Brais Otero González	Suárez Marquier	17/01/2010	Univ. Elviña	A Coruña
Peso	13,54	Adrián Estevez Martínez	San Narciso Marín	05/02/2011	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	14,06	Luis González Diz	C.Atlletismo Narón	26/02/2012	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	14,72	Luis González Diz	San Narciso Marín	09/02/2013	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	14,87	Pablo Castro Chapela	Vila de Cangas	08/02/2014	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	15,49	Pablo Castro Chapela	Vila de Cangas	15/02/2015	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	12,18	Francisco J. Michinel Moinelo	Coruña Comarca	27/02/2016	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	10,46	Iago García Martínez	Maristas Lugo	25/02/2017	Palacio Deportes	A Coruña
Peso	13,78	Jaime Arias Vieitez	Riazor Coruña	24/02/2018	Expourense	Ourense
Peso	15,43	Jaime Arias Vieitez	Riazor Coruña	23/02/2019	Expourense	Ourense
Peso	11,7	Michael Cebal López	CA Sada	07/03/2020	Expourense	Ourense
Peso	15,15	Miguel A. Granados Gil	RC Celta Atletismo	28/02/2021	Expourense	Ourense
Peso	13,66	Samuel Lema Capeans	CA Negreira	20/02/22	Expourense	Ourense

PROBA	MARCA	CAMPIÓN	CLUB	FECHA	PISTAS	LUGAR
Heptathlón	4099	Enrique Suárez Díaz	Ria Ferrol	25-26/02/1994	Palacio Deportes	A Coruña
Heptathlón	3764	Gustavo Dacal Martínez	S.G. Pontevedra	10-11/02/1995	Palacio Deportes	A Coruña
Heptathlón	3869	Gustavo Dacal Martínez	S.G. Pontevedra	26-27/01/19996	Palacio Deportes	A Coruña
Heptathlón	3992	Miguel González Rodríguez	S.G. Pontevedra	24/01/1997	Palacio Deportes	A Coruña
Heptathlón	5039	David Gómez Martínez	New Balance-RCC	23-24/01/1999	Palacio Deportes	A Coruña
Heptathlón	3964	José M. Varela Vila	Grupo Ac.Postal	19-20/02/2000	Universidade	Santiago
Heptathlón	2292	Hector Alonso Uribarrena	Riazor Coruña	2-3/02/2002	Palacio Deportes	A Coruña
Heptathlón	3992	Jorge Rodríguez Coma	S.G. Pontevedra	8-9/02/2003	Palacio Deportes	A Coruña
Heptathlón	4279	Jorge Rodríguez Coma	S.G. Pontevedra	7-8/02/2004	Palacio Deportes	A Coruña
Heptathlón	4416	Javier Rosales Lobeiras	S.G. Pontevedra	21-22/06/2006	Univ. Elviña	A Coruña
Heptathlón	4526	Javier Rosales Lobeiras	S.G. Pontevedra	26/05/2007	Palacio Deportes	A Coruña
Heptathlón	4436	Santiago Ferrer Alonso	S.G. Pontevedra	1-2/03/2008	Palacio Deportes	A Coruña
Heptathlón	3587	José I. Tomas Lozano	Riazor Coruña	20-21/02/2010	Univ. Elviña	A Coruña
Heptathlón	4103	Ivan Rodríguez Maceiras	Suárez Marquier	31/03/2012	Palacio Deportes	A Coruña
Heptathlón	3244	Candido Acuña Abreu	C.Celta de Vigo	26-27-01/2013	Vilagarcía	Pontevedra
Heptathlón	4543	Adolfo Sainz-Maza Villar	Adas-Proinor	26/01/2014	Modulo Cuberto	Lugo
Heptathlón	4774	Dario Costas Rodal	S.G. Pontevedra	07/08/02/2015	Modulo Cuberto	Lugo
Heptathlón	3816	Abraham Rodríguez González	Ourense	28/29/01/2017	Modulo Cuberto	Lugo
Heptathlón	4078	David Lorenzo Germade	Vila de Cangas	27-28/01/2018	Modulo Cuberto	Lugo
Heptathlón	3735	Mario Cabaleiro Díaz	CA Santiago	26-27/01/2019	Modulo Cuberto	Lugo
Heptathlón	3116	Pablo Borges Valles	C.Celta de Vigo	18-19/01/2020	Expourense	Ourense
Heptathlón	4082	Nicolás Arias Fernández	EA Lucense	27-28/02/2021	Expourense	Ourense
Heptathlón	4329	Aitor Fernández Gayoso	CA Narón	19-20/02/2022	Expourense	Ourense

- **As competicións celebradas nas pistas de Elviña, Estadio Juventud, Balaidos, G. Pérez Rivera, A Malata, Universidade foron Aire Libre**