

DENIS SANROMAN, PABLO

Data de nacemento: 23/08/1991 **Clube:** MARATHON
Categoría: PROMESA **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

Lanzamento de martelo 7,260 66,22 25/06/2013 VII Xornada de lanzamentos

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Lanzamento de martelo 7,	15/12/2012	59,30	1	F	Vila Nova Cerveira	I Xornada de lanzamentos de Lovelhe
Lanzamento de martelo 7,	12/01/2013	60,90	3	F	Vila Nova Cerveira	II Xornada de Lanzamentos
Lanzamento de martelo 7,	10/02/2013	60,64	2	F	Pontevedra	V Torneo de Lanzamientos
Lanzamento de martelo 7,	17/02/2013	62,78	2	F	Lugo	CAMPIONATO GALEGO LANZAMIENTO LON
Lanzamento de martelo 7,	23/02/2013	63,13	3	F	Leon	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE LANZAMENT
Lanzamento de martelo 7,	09/03/2013	63,01	1	F	Pontevedra	CRITERIUM GALEGO DE LANZAMENTOS
Lanzamento de martelo 7,	07/04/2013	59,58	2	F	Vigo	CRITERIUM GALEGO DE LANZAMENTOS DE
Lanzamento de martelo 7,	20/04/2013	62,79	2	F	Vila Nova Cerveira	III Xornada Lanzamentos de Lovelhe
Lanzamento de martelo 7,	27/04/2013	59,16	2	F	Aranjuez	I Xornada Liga Club Division Honor Homes
Lanzamento de martelo 7,	05/05/2013	62,71	3	F	Vila Nova Cerveira	Torneo Internacion de Cerveira
Lanzamento de martelo 7,	09/05/2013	61,44	2	F	Vigo	II Xornada Serie Municipal
Lanzamento de martelo 7,	18/05/2013	60,75	2	F	Tres Cantos (Madri	II Xornada Liga Clubes Division Honor Ho
Lanzamento de martelo 7,	23/05/2013	64,51	1	F	Vilanova Cervera	V Xornada de Lanzamentos
Lanzamento de martelo 7,	23/05/2013	64,51	1	F	Vila Nova Cervera	V Xornada de Lanzamentos de Lovelhe
Lanzamento de martelo 7,	01/06/2013	62,36	1	F	Lugo	CAMPIONATO GALEGO JUNIOR-PROMESA
Lanzamento de martelo 7,	12/06/2013	62,68	6	F	Huelva	IX Meeting Iberoamericano de Atletismo
Lanzamento de martelo 7,	13/06/2013	65,86	2	F	Vila Nova Cerveira	VI Xornada de lanzamentos
Lanzamento de martelo 7,	19/06/2013	62,86	3	F	Caceres	XXVI enuentrode atletismo Diputacion de C
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 7,	25/06/2013	66,22	1	F	Vila Nova Cerveira	VII Xornada de lanzamentos
Lanzamento de martelo 7,	27/06/2013	64,93	2	F	Vigo	VII Trofeo Alfonso Posada
Lanzamento de martelo 7,	29/06/2013	61,56	2	F	Mataro	CAMPIONATO DE ESPAÑA PROMESA AIRE
Lanzamento de martelo 7,	03/07/2013	64,79	2	F	Vila Nova Cerveira	VIII Xornada Lanzamento de Lovelhe
Lanzamento de martelo 7,	07/07/2013	64,61	2	F	Vigo	IV Xornada Serie Municipal
Lanzamento de martelo 7,	11/07/2013	63,63	19	SF	Tampere	CAMPIONATO DE EUROPA SUB `23
Lanzamento de martelo 7,	18/07/2013	61,38	2	F	Vila Nova de Cerve	IX Xornada lanzamentos de Cerveira
Lanzamento de martelo 7,	20/07/2013	61,83	2	F	Vigo	GP Ciudad de Vigo
Lanzamento de martelo 7,	28/07/2013	63,44	5	F	Alcobendas	CAMPIONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO AIRE

POUSA FIRVIDA, JUAN ANTONIO

Data de nacemento: 17/04/1987 **Clube:** MARATHON
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

3.000 metros lisos **8.36.35** 25/05/2013 XIX Reunion Ciudad de Mostoles
3.000 m. Obstáculos **8.52.32** 12/06/2013 IX Meeting Iberoamericano de Atletismo

Detalle das participación en probas de Aire Libre

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i>	3.000 metros lisos	25/05/2013	8.36.35	4	F	Mostoles	XIX Reunion Ciudad de Mostoles
	3.000 m. Obstáculos	27/04/2013	9.22.80	3	F	Aranjuez	I Xornada Liga Club Division Honor Homes
	3.000 m. Obstáculos	18/05/2013	9.20.69	2	F	Tres Cantos (Madri	II Xornada Liga Clubes Division Honor Ho
<i>MMT</i>	3.000 m. Obstáculos	12/06/2013	8.52.32	17	F	Huelva	IX Meeting Iberoamericano de Atletismo
	3.000 m. Obstáculos	15/06/2013	9.07.20	8	F	Aviles	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE FEDERACION
	3.000 m. Obstáculos	14/07/2013	8.56.06	1	F	Pontevedra	LXXX CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO H
	3.000 m. Obstáculos	28/07/2013	9.01.34	9	F	Alcobendas	CAMPIONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO AIRE

Detalle das participación en probas de Campo a Través

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
	Campo a Traves	27/01/2013		10	F	Riveira	CAMPIONATO GALERGO ABSOLUTO-PROM
	Campo a Traves	24/02/2013	11.49	42	F	Oropesa de Mar (C	XXVII Cto. De España Campo a Través Clu

VICENTE LANDIN, ISAAC

Data de nacemento: 30/04/1987 **Clube:** MARATHON
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Meliores marcas da tempada

Lanzamento de peso 7,260 kg **12,94** 14/07/2013 LXXX CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO HOMES XLV
MULLERES AIRE LIBRE

Lanzamento de martelo 7,260 **70,19** 05/05/2013 Torneo Internacion de Cerveira

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i>	Lanzamento de peso 7,26	14/07/2013	12,94	3	F	Pontevedra	LXXX CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO H
	Lanzamento de martelo 7,	12/01/2013	66,04	2	F	Vila Nova Cerveira	II Xornada de Lanzamentos
	Lanzamento de martelo 7,	10/02/2013	66,78	1	F	Pontevedra	V Torneo de Lanzamientos
	Lanzamento de martelo 7,	17/02/2013	68,78	1	F	Lugo	CAMPIONATO GALEGO LANZAMIENTO LON
	Lanzamento de martelo 7,	23/02/2013	68,59	2	F	Leon	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE LANZAMENT
	Lanzamento de martelo 7,	16/03/2013	67,24	16	F	Castellon	COPA DE EUROPA DE LANZAMENTOS DE I
	Lanzamento de martelo 7,	07/04/2013	68,97	1	F	Vigo	CRITERIUM GALEGO DE LANZAMENTOS DE
	Lanzamento de martelo 7,	20/04/2013	69,83	1	F	Vila Nova Cerveira	III Xornada Lanzamentos de Lovelhe
	Lanzamento de martelo 7,	27/04/2013	68,61	1	F	Aranjuez	I Xornada Liga Club Division Honor Homes
<i>MMT</i>	Lanzamento de martelo 7,	05/05/2013	70,19	1	F	Vila Nova Cerveira	Torneo Internacion de Cerveira
	Lanzamento de martelo 7,	09/05/2013	68,32	1	F	Vigo	II Xornada Serie Municipal
	Lanzamento de martelo 7,	18/05/2013	66,42	1	F	Tres Cantos (Madri	II Xornada Liga Clubes Division Honor Ho
	Lanzamento de martelo 7,	08/06/2013	65,21	3	F	Zaragoza	CTO. ESPAÑA DE CLUBES DIVISION HONO
	Lanzamento de martelo 7,	15/06/2013	68,30	2	F	Aviles	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE FEDERACION
	Lanzamento de martelo 7,	19/06/2013	66,33	2	F	Caceres	XXVI enuentrode atletismo Diputacion de C
	Lanzamento de martelo 7,	27/06/2013	68,91	1	F	Vigo	VII Trofeo Alfonso Posada
	Lanzamento de martelo 7,	03/07/2013	68,54	1	F	Vila Nova Cerveira	VIII Xornada Lanzamento de Lovelhe
	Lanzamento de martelo 7,	07/07/2013	66,35	1	F	Vigo	IV Xornada Serie Municipal
	Lanzamento de martelo 7,	14/07/2013	69,63	1	F	Pontevedra	LXXX CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO H
	Lanzamento de martelo 7,	18/07/2013	67,97	1	F	Vila Nova de Cerve	IX Xornada lanzamentos de Cerveira
	Lanzamento de martelo 7,	20/07/2013	66,14	1	F	Vigo	GP Ciudad de Vigo
	Lanzamento de martelo 7,	28/07/2013	69,53	2	F	Alcobendas	CAMPIONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO AIRE