

## ESCARIZ MELLA, CARMEN

**Data de nacemento:** 28/08/1998      **Clube:** BIDEZABAL  
**Categoría:** JUNIOR      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**5000 marcha**      **24.28.73**      22/11/2015      CAMPIONATO DE GALICIA DE MARCHA EN PISTA

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**5 km marcha ruta**      **25.35**      13/02/2016      CAPIONATO DE GALICIA DE MARCHA EN RUTA

**10 Km. Marcha Ruta**      **49.26**      20/03/2016      CRITERIUM NACIONAL DE MARCHA EN RUTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5000 marcha	22/11/2015	24.28.73	3	F	Bastigueiro	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARCHA EN
5000 marcha	06/12/2015	24.42.4	2	F	Cuntis	V CAMPIONATO DE ESPAÑA DE MARCHA P
5000 marcha	11/06/2016	26.27.22	3	F	Burgos	Cto. Clubes 1ª División Mulleres- FINAL TI

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5 km marcha ruta	13/02/2016	25.35		PA	Pobra do Caramiña	CAPIONATO DE GALICIA DE MARCHA EN R
10 Km. Marcha Ruta	17/01/2016	52.52	1	F	Campo de Criptana	Marcha Nacional "Villa de los Molinos"
10 Km. Marcha Ruta	13/02/2016	51.40	2	F	Pobra do Caramiña	CAPIONATO DE GALICIA DE MARCHA EN R
10 Km. Marcha Ruta	28/02/2016	50.48	2	F	Motril	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE MARCHA EN
MMT 10 Km. Marcha Ruta	20/03/2016	49.26	2	F	Caceres	CRITERIUM NACIONAL DE MARCHA EN RU
10 Km. Marcha Ruta	07/05/2016	51.38	38	F	Roma	CAMPIONATO DEL MUNDO DE MARCHA
10 Km. Marcha Ruta	28/05/2016	55.18	8	F	A Coruña	GP Cantones de Marcha en ruta - Trofeo Jo

## MANZANO GOMEZ, ROSA MARIA

**Data de nacemento:** 26/05/1993      **Clube:** BIDEZABAL  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>100 metros lisos</b>	<b>13.37</b>	16/04/2016	Control de marcas
<b>200 metros lisos</b>	<b>27.19</b>	06/07/2016	XXIII Trofeo Cidade Pontevedra -XIX Memorial Celso Mariño
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,96</b>	29/05/2016	Ourense Termal Athletis Meeting
<b>Triplo salto</b>	<b>11,63</b>	11/06/2016	Cto. Clubes 1ª División Mulleres- FINAL TITULO

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>8.04</b>	06/02/2016	II CAMPIONATO DE GALICIA DE 60 LISOS E 60 VALADOS
<b>200 metros lisos</b>	<b>27.28</b>	24/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PROMESA E 1500-3000 JUNIOR/XUVENIL
<b>Triplo salto</b>	<b>11,17</b>	24/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PROMESA E 1500-3000 JUNIOR/XUVENIL
<b>60 metros valados 0,84</b>	<b>9.78</b>	16/01/2016	III Copa Deputacion en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 100 metros lisos	16/04/2016	13.37	2	F	Pontevedra	Control de marcas
100 metros lisos	29/05/2016	13.11	4	F	Ourense	Ourense Termal Athletis Meeting
<i>MMT</i> 200 metros lisos	06/07/2016	27.19	1	F	Pontevedra	XXIII Trofeo Cidade Pontevedra -XIX Mem
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	29/05/2016	4,96	3	F	Ourense	Ourense Termal Athletis Meeting
Triplo salto	30/04/2016	11,23	4	F	Durango	I Xornada 1ª División Mulleres AMAR-BIDE
Triplo salto	14/05/2016	11,58	4	F	Murcia	CAMPIONATO DE ESPAÑA UNIVERSITARIO
Triplo salto	21/05/2016	11,30	4	F	Torrent	II Xornada 1ª División Mulleres - ALCOR-
<i>MMT</i> Triplo salto	11/06/2016	11,63	3	F	Burgos	Cto. Clubes 1ª División Mulleres- FINAL TI
Triplo salto	18/06/2016	11,14	13	F	Alcobendas	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE FEDERACION
Triplo salto	06/07/2016	11,53	1	F	Pontevedra	XXIII Trofeo Cidade Pontevedra -XIX Mem
Triplo salto	16/07/2016	11,29	2	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
60 metros lisos	20/12/2015	8.11	1	F	Lugo	I Trofeo Verxel indoor
60 metros lisos	20/12/2015	8.09	1	F	Lugo	I Trofeo Verxel indoor
60 metros lisos	16/01/2016	8.16	1	F	Ourense	III Copa Deputacion en pista
60 metros lisos	06/02/2016	8.07	5	F	Lugo	II CAMPIONATO DE GALICIA DE 60 LISOS
<i>MMT</i> 60 metros lisos	06/02/2016	8.04	2	EL	Lugo	II CAMPIONATO DE GALICIA DE 60 LISOS
200 metros lisos	24/01/2016	27.32	4	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PR
<i>MMT</i> 200 metros lisos	24/01/2016	27.28	1	SF	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PR
Triplo salto	09/01/2016	10,99	1	F	Lugo	I Xornada Pista cuberta - Copa Deputacion
<i>MMT</i> Triplo salto	24/01/2016	11,17	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PR
60 metros valados 0,84	20/12/2015	10.15	2	F	Lugo	I Trofeo Verxel indoor
<i>MMT</i> 60 metros valados 0,84	16/01/2016	9.78	2	F	Ourense	III Copa Deputacion en pista
60 metros valados 0,84	06/02/2016	9.85	4	F	Lugo	II CAMPIONATO DE GALICIA DE 60 LISOS
60 metros valados 0,84	06/02/2016	9.86	1	SF	Lugo	II CAMPIONATO DE GALICIA DE 60 LISOS