

ABELLAS OTERO, JOSE BENITO

Data de nacemento: 02/04/1985 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

- Melloras marcas da tempada

Detalle das participacións en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	10/06/2012	1H26.55	31	F	Esgos	CAMPIONATO GALEGO DE MONTAÑA

ALVAREZ DE LA IGLESIA, JOSE CARLOS

Data de nacemento: 04/04/1968 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

10.000 metros lisos **42:12.78** 04/03/2012 I Trofeo Club Deportivo AURUM - Cto. Provincial de 10.000 metros

RUTA - Melloras marcas da tempada

Maratón **3.34.03** 15/04/2012 CAMPIOANTO GALEGO DE MARATON - CORUÑA42

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10.000 metros lisos	04/03/2012	42:12.78	13		Ourense	I Trofeo Club Deportivo AURUM - Cto. Provi

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Maratón	15/04/2012	3.34.03	98	F	A Coruña	CAMPIOANTO GALEGO DE MARATON - COR

ALVAREZ DOCAMPO, JULIO CESAR

Data de nacemento: 02/03/1969 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta **44.11** 06/11/2011 XXXV Carreira Pedestre San Martiño

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	06/11/2011	44.11	1012	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño

Detalle das participacións en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	10/06/2012	1H27.03	143	F	Esgos	CAMPIONATO GALEGO DE MONTAÑA

ANDRÉS FIDALGO, ALÁN

Data de nacemento: 16/08/1975 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta **41.21** 16/09/2012 CAMPIONATO GALEGO DE 10 KM. EN RUTA
Medio Maratón **1.31.05** 27/05/2012 IV Medio Maraton A Coruña 21

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	29/01/2012	49.16	137		Santiago	CPTO. GALEGO JUNIOR-PROMESA-ABSOLU

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
10 Km. Ruta	06/11/2011	42.12	705	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	16/09/2012	41.21	59	F	Riveira	CAMPIONATO GALEGO DE 10 KM. EN RUTA
<i>MMT</i> Medio Maratón	27/05/2012	1.31.05	204	F	A Coruña	IV Medio Maraton A Coruña 21
Medio Maratón	01/09/2012	1.47.05	27	F	Petin	CAMPIONATO GALEGO DE MEDIO MARATO

Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	10/06/2012	1H27.06	32	F	Esgos	CAMPIONATO GALEGO DE MONTAÑA

CID DIAZ, JUAN IGNACIO

Data de nacemento: 14/04/1977 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

RUTA - Meliores marcas da tempada

10 Km. Ruta **45.26** 15/04/2012 I Maraton Coruña 42 - Carreira de 10Km. en ruta

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
10 Km. Ruta	18/03/2012	46.43	242	F	Xinzo de Limia	V 10 Km. Vila de Xinxo de Limia
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	15/04/2012	45.26	197	F	A Coruña	I Maraton Coruña 42 - Carreira de 10Km. e

Detalle das participacións en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	10/06/2012	1H32.19	38	F	Esgos	CAMPIONATO GALEGO DE MONTAÑA

DEL CAMPO RODRIGUEZ, OSCAR ALBERTO

Data de nacemento: 02/07/1971 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

100 metros lisos **14.03** 26/05/2012 IX Xornada Copa Deputacion

RUTA - Melloras marcas da tempada

Maratón **3.28.15** 15/04/2012 CAMPIOANTO GALEGO DE MARATON - CORUÑA42

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 100 metros lisos	26/05/2012	14.03	2		Ourense	IX Xornada Copa Deputacion

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Maratón	15/04/2012	3.28.15	91	F	A Coruña	CAMPIOANTO GALEGO DE MARATON - COR

ESPIÑA FERNÁNDEZ, FRANCISCO JAVIER

Data de nacemento: 09/04/1974 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

800 metros lisos	2:21.14	26/05/2012	IX Xornada Copa Deputacion
3.000 metros lisos	10:17.16	06/05/2012	VIII Xornada XXIX Copa Deputación Atletismo en pista
5.000 metros lisos	18.00.06	17/06/2012	X Xornada Copa Deputacion
10.000 metros lisos	37:27.59	10/06/2012	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

RUTA - Melloras marcas da tempada

5 Km. Ruta	17.48	15/07/2012	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
10 Km. Ruta	37.14	06/11/2011	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
Medio Maratón	1.24.41	21/10/2012	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 800 metros lisos	26/05/2012	2:21.14	9		Ourense	IX Xornada Copa Deputacion
3.000 metros lisos	17/03/2012	10:25.99	3		Ourense	Vª Xornada XXIX Copa Deputacion en pista
MMT 3.000 metros lisos	06/05/2012	10:17.16	5		Ourense	VIII Xornada XXIX Copa Deputación Atletis
MMT 5.000 metros lisos	17/06/2012	18.00.06	1	F	Ourense	X Xornada Copa Deputacion
10.000 metros lisos	04/03/2012	37:38.29	3		Ourense	I Trofeo Club Deportivo AURUM - Cto. Provi
MMT 10.000 metros lisos	10/06/2012	37:27.59	11		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	15/01/2012		100	F	Ourense	CAMPIONATO GALEGO DE CROSS CORTO
Campo a Traves	29/01/2012	46.19	128		Santiago	CPTO. GALEGO JUNIOR-PROMESA-ABSOLU
Campo a Traves	12/02/2012		22	F	Ourense	Campionato Provincial Absoluto de Cross

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5 Km. Ruta	15/07/2012	17.48	45	F	Vilagarcia	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
MMT 10 Km. Ruta	06/11/2011	37.14	186	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
10 Km. Ruta	18/03/2012	37.31	30	F	Xinzo de Limia	V 10 Km. Vila de Xinxo de Limia
10 Km. Ruta	16/09/2012	39.47	51	F	Riveira	CAMPIONATO GALEGO DE 10 KM. EN RUTA
10 Km. Ruta	21/10/2012	39.58		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
MMT Medio Maratón	21/10/2012	1.24.41	152	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

ESPIÑA FERNÁNDEZ, ROBERTO

Data de nacemento: 11/03/1979 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

800 metros lisos	2:29.28	26/05/2012	IX Xornada Copa Deputacion
3.000 metros lisos	10:17.42	06/05/2012	VIII Xornada XXIX Copa Deputación Atletismo en pista
10.000 metros lisos	38:49.67	04/03/2012	I Trofeo Club Deportivo AURUM - Cto. Provincial de 10.000 metros

RUTA - Melloras marcas da tempada

5 Km. Ruta	17.58	15/07/2012	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
10 Km. Ruta	38.06	06/11/2011	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
Medio Maratón	1.26.01	21/10/2012	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 800 metros lisos	26/05/2012	2:29.28	11		Ourense	IX Xornada Copa Deputacion
3.000 metros lisos	17/03/2012	10:46.31	4		Ourense	Vª Xornada XXIX Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 3.000 metros lisos	06/05/2012	10:17.42	6		Ourense	VIII Xornada XXIX Copa Deputación Atletis
<i>MMT</i> 10.000 metros lisos	04/03/2012	38:49.67	7		Ourense	I Trofeo Club Deportivo AURUM - Cto. Provi

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	29/01/2012	48.49	135		Santiago	CPTO. GALEGO JUNIOR-PROMESA-ABSOLU
Campo a Traves	12/02/2012		23	F	Ourense	Campionato Provincial Absoluto de Cross

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	15/07/2012	17.58	52	F	Vilagarcia	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/11/2011	38.06	249	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
10 Km. Ruta	18/03/2012	39.34	61	F	Xinzo de Limia	V 10 Km. Vila de Xinxo de Limia
10 Km. Ruta	16/09/2012	38.48	44	F	Riveira	CAMPIONATO GALEGO DE 10 KM. EN RUTA
10 Km. Ruta	21/10/2012	39.58		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
<i>MMT</i> Medio Maratón	21/10/2012	1.26.01	182	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	10/06/2012	1H20.02	26	F	Esgos	CAMPIONATO GALEGO DE MONTAÑA



ESPRINTES OURENSE, ABSOLUTO HOMES

Data de nacemento: 01/01/1985 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

- Melloras marcas da tempada

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	15/01/2012	282	16	F	Ourense	CAMPIONATO GALEGO DE CROSS CORTO

GIL RODRÍGUEZ, MANUEL

Data de nacemento: 01/09/1964 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

100 metros lisos	14.94	10/06/2012	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE
400 metros lisos	1:08.28	06/05/2012	VIII Xornada XXIX Copa Deputación Atletismo en pista

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	42.56	18/03/2012	V 10 Km. Vila de Xinxo de Limia
--------------------	--------------	------------	---------------------------------

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
100 metros lisos	26/05/2012	15.02	7		Ourense	IX Xornada Copa Deputación
<i>MMT</i> 100 metros lisos	10/06/2012	14.94	6		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE
<i>MMT</i> 400 metros lisos	06/05/2012	1:08.28	5		Ourense	VIII Xornada XXIX Copa Deputación Atletis

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
10 Km. Ruta	06/11/2011	43.49	958	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	18/03/2012	42.56	136	F	Xinzo de Limia	V 10 Km. Vila de Xinxo de Limia

GONZALEZ QUIROGA, JUAN MANUEL

Data de nacemento: 23/02/1953 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 55 **Adestrador:**

RUTA - Mellores marcas da tempada

10 Km. Ruta	46.31	16/09/2012	CAMPIONATO GALEGO DE 10 KM. EN RUTA
Medio Maratón	1.43.33	21/10/2012	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	16/09/2012	46.31	78	F	Riveira	CAMPIONATO GALEGO DE 10 KM. EN RUTA
10 Km. Ruta	21/10/2012	49.55		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
<i>MMT</i> Medio Maratón	21/10/2012	1.43.33	855	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

IGLESIAS MIRA, FELIPE

Data de nacemento: 27/09/1974 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

100 metros lisos **14.29** 26/05/2012 IX Xornada Copa Deputacion

RUTA - Melloras marcas da tempada

5 Km. Ruta **21.27** 15/07/2012 CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA

10 Km. Ruta **47.13** 21/10/2012 Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

Medio Maratón **1.39.59** 21/10/2012 Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

Maratón **3.45.34** 15/04/2012 CAMPIOANTO GALEGO DE MARATON - CORUÑA42

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 100 metros lisos	26/05/2012	14.29	4		Ourense	IX Xornada Copa Deputacion

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5 Km. Ruta	15/07/2012	21.27	87	F	Vilagarcia	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
MMT 10 Km. Ruta	21/10/2012	47.13		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
MMT Medio Maratón	21/10/2012	1.39.59	729	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
MMT Maratón	15/04/2012	3.45.34	112	F	A Coruña	CAMPIOANTO GALEGO DE MARATON - COR

Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	10/06/2012	1H32.22	39	F	Esgos	CAMPIONATO GALEGO DE MONTAÑA

LEBOSO FERREIRO, CÉSAR

Data de nacemento: 30/11/1966 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

10.000 metros lisos **44:28.86** 04/03/2012 I Trofeo Club Deportivo AURUM - Cto. Provincial de 10.000 metros

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta **43.07** 18/03/2012 V 10 Km. Vila de Xinxo de Limia

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10.000 metros lisos	04/03/2012	44:28.86	14		Ourense	I Trofeo Club Deportivo AURUM - Cto. Provi

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
10 Km. Ruta	06/11/2011	43.34	920	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
MMT 10 Km. Ruta	18/03/2012	43.07	142	F	Xinzo de Limia	V 10 Km. Vila de Xinxo de Limia
10 Km. Ruta	15/04/2012	45.27	198	F	A Coruña	I Maraton Coruña 42 - Carreira de 10Km. e

LEVOSO TOUCEDA, JOSE MARIA

Data de nacemento: 18/01/1968 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

5 Km. Ruta	20.20	15/07/2012	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
10 Km. Ruta	42.01	06/11/2011	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
Medio Maratón	1.33.02	27/05/2012	IV Medio Maraton A Coruña 21
Maratón	3.26.54	15/04/2012	CAMPIONATO GALEGO DE MARATON - CORUÑA42

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	15/07/2012	20.20	79	F	Vilagarcia	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/11/2011	42.01	674	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
10 Km. Ruta	07/10/2012	43.32	450	F	A Coruña	VI Carreira Urbana 10 Km. Coruña 10
10 Km. Ruta	21/10/2012	44.58		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
<i>MMT</i> Medio Maratón	27/05/2012	1.33.02	234	F	A Coruña	IV Medio Maraton A Coruña 21
Medio Maratón	21/10/2012	1.34.36	511	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
<i>MMT</i> Maratón	15/04/2012	3.26.54	88	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE MARATON - COR

LOPEZ FERNANDEZ, HUGO

Data de nacemento: 21/08/1988 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta **42.28** 06/11/2011 XXXV Carreira Pedestre San Martiño

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/11/2011	42.28	738	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño

MOREDA CANAL, MARIA DOLORES

Data de nacemento: 27/04/1966 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	52.06	21/10/2012	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
Medio Maratón	1.50.45	21/10/2012	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
Maratón	3.56.03	15/04/2012	CAMPIOANTO GALEGO DE MARATON - CORUÑA42

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	15/01/2012		42	F	Ourense	CAMPIOANTO GALEGO DE CROSS CORTO

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	21/10/2012	52.06		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
<i>MMT</i> Medio Maratón	21/10/2012	1.50.45	41	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
<i>MMT</i> Maratón	15/04/2012	3.56.03	5	F	A Coruña	CAMPIOANTO GALEGO DE MARATON - COR

MURADAS NUÑEZ, CARLOS

Data de nacemento: 16/11/1971 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

5 Km. Ruta	19.33	15/07/2012	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
10 Km. Ruta	41.25	06/11/2011	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
Medio Maratón	1.48.04	21/10/2012	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
Maratón	3.38.13	15/04/2012	CAMPIONATO GALEGO DE MARATON - CORUÑA42

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5 Km. Ruta	15/07/2012	19.33	74	F	Vilagarcia	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
MMT 10 Km. Ruta	06/11/2011	41.25	603	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
10 Km. Ruta	21/10/2012	47.13		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
MMT Medio Maratón	21/10/2012	1.48.04	968	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
MMT Maratón	15/04/2012	3.38.13	105	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE MARATON - COR

PEREZ GONZALEZ, MANUEL RAFAEL

Data de nacemento: 21/10/1972 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

5 Km. Ruta	20.49	15/07/2012	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
10 Km. Ruta	43.53	21/10/2012	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
Medio Maratón	1.33.45	21/10/2012	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
Maratón	3.38.45	15/04/2012	CAMPIONATO GALEGO DE MARATON - CORUÑA42

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5 Km. Ruta	15/07/2012	20.49	84	F	Vilagarcia	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
MMT 10 Km. Ruta	21/10/2012	43.53		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
MMT Medio Maratón	21/10/2012	1.33.45	468	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
MMT Maratón	15/04/2012	3.38.45	107	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE MARATON - COR

Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	10/06/2012	1H29.36	35	F	Esgos	CAMPIONATO GALEGO DE MONTAÑA

PICOUTO DURÁN, MANUEL

Data de nacemento: 24/08/1961 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 50 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

Maratón **3.56.03** 15/04/2012 CAMPIOANTO GALEGO DE MARATON - CORUÑA42

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Maratón	15/04/2012	3.56.03	123	F	A Coruña	CAMPIOANTO GALEGO DE MARATON - COR

PUMAR BOVEDA, ANGEL

Data de nacemento: 15/07/1974 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

10.000 metros lisos **47:53.10** 04/03/2012 I Trofeo Club Deportivo AURUM - Cto. Provincial de 10.000 metros

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta **49.12** 18/03/2012 V 10 Km. Vila de Xinxo de Limia
Maratón **3.41.28** 15/04/2012 CAMPIOANTO GALEGO DE MARATON - CORUÑA42

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10.000 metros lisos	04/03/2012	47:53.10	15		Ourense	I Trofeo Club Deportivo AURUM - Cto. Provi

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	18/03/2012	49.12	279	F	Xinzo de Limia	V 10 Km. Vila de Xinxo de Limia
MMT Maratón	15/04/2012	3.41.28	109	F	A Coruña	CAMPIOANTO GALEGO DE MARATON - COR

QUINTAS BARROS, JESUS CARLOS

Data de nacemento: 26/08/1973 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

400 metros lisos **1:20.24** 06/05/2012 VIII Xornada XXIX Copa Deputación Atletismo en pista
3.000 metros lisos **11:53.28** 06/05/2012 VIII Xornada XXIX Copa Deputación Atletismo en pista

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 400 metros lisos	06/05/2012	1:20.24	7		Ourense	VIII Xornada XXIX Copa Deputación Atletis
MMT 3.000 metros lisos	06/05/2012	11:53.28	9		Ourense	VIII Xornada XXIX Copa Deputación Atletis

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	12/02/2012		29	F	Ourense	Campionato Provincial Absoluto de Cross

QUINTAS RIVERA, SAMUEL

Data de nacemento: 02/02/2002 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: ALEVÍN **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

500 metros lisos **1:57.02** 21/01/2012 4ª XORNADA XXIX COPA DEPUTACION ATLETISMO EN PISTA

1.000 metros lisos **4:09.80** 06/05/2012 VIII Xornada XXIX Copa Deputación Atletismo en pista

Detalle das participación en probas de Aire Libre

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i>	500 metros lisos	21/01/2012	1:57.02	6		Ourense	4ª XORNADA XXIX COPA DEPUTACION ATL
	1.000 metros lisos	21/04/2012	4.11.64	8	F	Ourense	Interzonal Deporte Escolar - Programa Xog
	1.000 metros lisos	05/05/2012	4.09.9	4	F	Ourense	Escolar en pista - Programa Xogade
<i>MMT</i>	1.000 metros lisos	06/05/2012	4:09.80	4		Ourense	VIII Xornada XXIX Copa Deputación Atletis

Detalle das participación en probas de Campo a Través

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
	Campo a Traves	15/01/2012		38	F	Ourense	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

RODRIGUEZ FERRO, MARIA SILVIA

Data de nacemento: 16/12/1968 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

200 metros lisos	37.40	17/06/2012	X	Xornada Copa Deputacion
1.500 metros lisos	5.44.64	17/06/2012	X	Xornada Copa Deputacion

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	46.00	21/10/2012		Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
Medio Maratón	1.34.50	21/10/2012		Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
Maratón	3.26.01	15/04/2012		CAMPIONATO GALEGO DE MARATON - CORUÑA42

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 200 metros lisos	17/06/2012	37.40	2	F	Ourense	X Xornada Copa Deputacion
MMT 1.500 metros lisos	17/06/2012	5.44.64	2	F	Ourense	X Xornada Copa Deputacion

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	15/01/2012		27	F	Ourense	CAMPIONATO GALEGO DE CROSS CORTO

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	21/10/2012	46.00		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
MMT Medio Maratón	21/10/2012	1.34.50	7	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
MMT Maratón	15/04/2012	3.26.01	1	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE MARATON - COR

Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	10/06/2012	1H27.04	2	F	Esgos	CAMPIONATO GALEGO DE MONTAÑA

RODRIGUEZ TABOADA, MARIA ANGELES

Data de nacemento: 31/12/1975 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	48.22	21/10/2012	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
Medio Maratón	1.40.41	21/10/2012	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
10 Km. Ruta	18/03/2012	49.52	12	F	Xinzo de Limia	V 10 Km. Vila de Xinxo de Limia
10 Km. Ruta	15/04/2012	50.28	27	F	A Coruña	I Maraton Coruña 42 - Carreira de 10Km. e
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	21/10/2012	48.22		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
<i>MMT</i> Medio Maratón	21/10/2012	1.40.41	13	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	10/06/2012	1H33.33	3	F	Esgos	CAMPIONATO GALEGO DE MONTAÑA

VALLE ASENJO, JESUS FELIX

Data de nacemento: 19/09/1971 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

RUTA - Mellores marcas da tempada

10 Km. Ruta **41.59** 06/11/2011 XXXV Carreira Pedestre San Martiño

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/11/2011	41.59	666	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño

VARELA CRESPO, MARIO DANIEL

Data de nacemento: 08/06/1980 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	43.41	06/11/2011	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
Medio Maratón	1.43.50	21/10/2012	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
Maratón	3.52.40	15/04/2012	CAMPIONATO GALEGO DE MARATON - CORUÑA42

Detalle das participación en probas de Ruta

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i>	10 Km. Ruta	06/11/2011	43.41	940	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
	10 Km. Ruta	18/03/2012	44.22	183	F	Xinzo de Limia	V 10 Km. Vila de Xinxo de Limia
	10 Km. Ruta	07/10/2012	48.26	900	F	A Coruña	VI Carreira Urbana 10 Km. Coruña 10
	10 Km. Ruta	21/10/2012	48.23		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
	Medio Maratón	01/09/2012	2.04.43	39	F	Petin	CAMPIONATO GALEGO DE MEDIO MARATO
<i>MMT</i>	Medio Maratón	21/10/2012	1.43.50	865	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
<i>MMT</i>	Maratón	15/04/2012	3.52.40	121	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE MARATON - COR

Detalle das participación en probas de Montaña

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
	MONTAÑA	10/06/2012	1H35.06	42	F	Esgos	CAMPIONATO GALEGO DE MONTAÑA

VAZQUEZ ROJO, JOSE

Data de nacemento: 18/03/1966 **Clube:** ESPRINTES OURENSE
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

5 Km. Ruta	17.00	15/07/2012	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
10 Km. Ruta	35.44	06/11/2011	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
Medio Maratón	1.21.54	21/10/2012	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
Maratón	2.53.52	15/04/2012	CAMPIONATO GALEGO DE MARATON - CORUÑA42

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	15/01/2012		62	F	Ourense	CAMPIONATO GALEGO DE CROSS CORTO
Campo a Traves	29/01/2012	40.18	59		Santiago	CPTO. GALEGO JUNIOR-PROMESA-ABSOLU

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	15/07/2012	17.00	27	F	Vilagarcia	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/11/2011	35.44	99	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
10 Km. Ruta	16/09/2012	35.57	24	F	Riveira	CAMPIONATO GALEGO DE 10 KM. EN RUTA
10 Km. Ruta	07/10/2012	38.17	112	F	A Coruña	VI Carreira Urbana 10 Km. Coruña 10
10 Km. Ruta	21/10/2012	39.00		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
Medio Maratón	01/09/2012	1.30.04	12	F	Petín	CAMPIONATO GALEGO DE MEDIO MARATO
<i>MMT</i> Medio Maratón	21/10/2012	1.21.54	93	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
<i>MMT</i> Maratón	15/04/2012	2.53.52	17	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE MARATON - COR