

**ABELLAS OTERO, JOSE BENITO**

**Data de nacemento:** 02/04/1965      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 50      **Adestrador:**

**RUTA - Meliores marcas da tempada**

**10 Km. Ruta**      **44.21**    11/12/2016    Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal

**Detalle das participación en probas de Campo a Través**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	29/01/2017	196		F	Ribadavia	82 CTO. DE GALICIA ABSOLUTO HOMES E

**Detalle das participación en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	11/12/2016	44.21	245	F	San Cibrán das Viñ	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop
10 Km. Ruta	18/02/2017	45.15	319	F	Padron	X CAMPIOANTO DE GALICIA DE 10 KM. EN

**Detalle das participación en probas de Montaña**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	11/06/2017	1.32.56	34	F	Esgos	XI CAMPIOANTO DE GALICIA DE MONTAÑA

## ALVAREZ DE LA IGLESIA, JOSE CARLOS

**Data de nacemento:** 04/04/1968      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### - Melloras marcas da tempada

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Maratón	23/04/2017	AB	F	A	Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON

## ANDRÉS FIDALGO, ALÁN

**Data de nacemento:** 16/08/1975      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **37.53**    11/12/2016    Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal

#### Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	03/12/2016	16		F	Ourense	XXI Cross Guillelme Brown
Campo a Traves	29/01/2017	159		F	Ribadavia	82 CTO. DE GALICIA ABSOLUTO HOMES E

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
10 Km. Ruta	06/11/2016	38.16	34	F	Monterrei	10 Km. de Monterrei
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	11/12/2016	37.53	58	F	San Cibrán das Viñ	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop

## CID PEREZ, JORGE

**Data de nacemento:** 04/08/1977      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### RUTA - Meliores marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **43.00**    11/12/2016    Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	11/12/2016	43.00	204	F	San Cibrán das Viñ	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop

#### Detalle das participacións en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	11/06/2017	1.19.56	18	F	Esgos	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MONTAÑA



## CONDE SEOANE, OLALLA

**Data de nacemento:** 30/10/1989      **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	11/06/2017	1.24.44	24	F	Esgos	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MONTAÑA

**CRUZ SANTOS, JOSE MANUEL**

**Data de nacemento:** 02/01/1976      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

**RUTA - Meliores marcas da tempada**

**10 Km. Ruta**      **40.40**    11/12/2016    Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal

**Detalle das participacións en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	11/12/2016	40.40	126	F	San Cibrán das Viñ	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop
10 Km. Ruta	18/02/2017	42.33	266	F	Padron	X CAMPIOANTO DE GALICIA DE 10 KM. EN

**Detalle das participacións en probas de Montaña**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	11/06/2017	1.23.09	23	F	Esgos	XI CAMPIOANTO DE GALICIA DE MONTAÑA

## DEL CAMPO RODRIGUEZ, OSCAR ALBERTO

**Data de nacemento:** 02/07/1971      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Maratón</b>	<b>3.27.10</b>	23/04/2017	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<b>Medio Maratón</b>	<b>1.44.04</b>	23/04/2017	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>44.05</b>	18/02/2017	X CAMPIOANTO DE GALICIA DE 10 KM. EN RUTA
<b>100 km</b>	<b>11.27.40</b>	27/11/2016	IAU Campeonato del Mundo de 100 km

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Maratón	23/04/2017	3.27.10	95	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<i>MMT</i> Medio Maratón	23/04/2017	1.44.04		PA	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
10 Km. Ruta	11/12/2016	46.28	322	F	San Cibrán das Viñ	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	18/02/2017	44.05	297	F	Padron	X CAMPIOANTO DE GALICIA DE 10 KM. EN
<i>MMT</i> 100 km	27/11/2016	11.27.40	16	F	Los Alcázares (Mur	IAU Campeonato del Mundo de 100 km

### Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	11/06/2017	1.34.05	36	F	Esgos	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MONTAÑA

## DIBUJA BARREIROS, JOAQUIN

**Data de nacemento:** 01/01/1974      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### - Melloras marcas da tempada

#### Detalle das participacións en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	11/06/2017	1.17.45	15	F	Esgos	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MONTAÑA



## ESPRINTES OURENSE, ABSOLUTO HOMES

**Data de nacemento:** 01/01/1990      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**4 x 400 metros relevos**      **4.51.25**    28/05/2017    CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE GALICIA DE MARCHA E 5000 XUVENL

#### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 4 x 400 metros relevos	28/05/2017	4.51.25	2	F	Ourense	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE

#### Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	29/01/2017	539	17	F	Ribadavia	82 CTO. DE GALICIA ABSOLUTO HOMES E

#### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	23/04/2017	10.20.19	19	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON

## ESPRINTES OURENSE, VETERANO HOMES

**Data de nacemento:** 01/01/1974      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**4 x 100 metros relevos**      **1.02.75**    28/05/2017    CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE GALICIA DE MARCHA E 5000 XUVENL

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 4 x 100 metros relevos	28/05/2017	1.02.75	1	F	Ourense	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE

## FORNOS GALLEGO, LUIS

**Data de nacemento:** 09/11/1975      **Clube:**      ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:**      VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>400 metros lisos</b>	<b>1.05.84</b>	28/05/2017	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE GALICIA DE MARCHA E 5000 XUVENL
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>5.28.44</b>	28/05/2017	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE GALICIA DE MARCHA E 5000 XUVENL

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Maratón</b>	<b>3.55.33</b>	23/04/2017	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<b>Medio Maratón</b>	<b>1.41.42</b>	23/04/2017	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>44.01</b>	11/12/2016	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 400 metros lisos	28/05/2017	1.05.84	7	F	Ourense	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE
MMT 1.500 metros lisos	28/05/2017	5.28.44	7	F	Ourense	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE

### Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	29/01/2017		188	F	Ribadavia	82 CTO. DE GALICIA ABSOLUTO HOMES E

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Maratón	23/04/2017	3.55.33	131		A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
MMT Medio Maratón	23/04/2017	1.41.42		PA	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
MMT 10 Km. Ruta	11/12/2016	44.01	235	F	San Cibrán das Viñ	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop

### Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	11/06/2017	1.34.06	37	F	Esgos	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MONTAÑ

## GARRIDO RODRIGUEZ, OSCAR

**Data de nacemento:** 01/01/1973      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Medio Maratón</b>	<b>1.35.14</b>	26/02/2017	Media Maraton A Coruña 21
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>44.33</b>	11/12/2016	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Medio Maratón	26/02/2017	1.35.14	92	F	A Coruña	Media Maraton A Coruña 21
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	11/12/2016	44.33	250	F	San Cibrao das Viñas	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop

**GOMEZ CHAO, MARISOL**

**Data de nacemento:** 08/03/1968      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

**200 metros lisos**      **41,79**    28/05/2017    CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE GALICIA DE MARCHA E 5000 XUVENL

**RUTA - Melloras marcas da tempada**

**Maratón**      **4.55.27**    23/04/2017    CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON  
**Medio Maratón**      **2.14.34**    23/04/2017    CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON  
**100 km**      **12.51.47**    27/11/2016    IAU Campeonato del Mundo de 100 km

**Detalle das participación en probas de Aire Libre**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 200 metros lisos	28/05/2017	41,79	7	F	Ourense	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE

**Detalle das participación en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Maratón	23/04/2017	4.55.27	21	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
MMT Medio Maratón	23/04/2017	2.14.34		PA	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
MMT 100 km	27/11/2016	12.51.47	10	F	Los Alcázares (Mur	IAU Campeonato del Mundo de 100 km

## GONZALEZ QUIROGA, JUAN MANUEL

**Data de nacemento:** 23/02/1953      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 60      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **46.20**      18/02/2017      X CAMPIOANTO DE GALICIA DE 10 KM. EN RUTA

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	18/02/2017	46.20	335	F	Padron	X CAMPIOANTO DE GALICIA DE 10 KM. EN

## GONZALEZ VAZQUEZ, JAQUELINA

**Data de nacemento:** 28/11/1968      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **46.46**    11/12/2016    Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	11/12/2016	46.46	331	F	San Cibrán das Viñ	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop

## IGLESIAS MENDEZ, SAMUEL

**Data de nacemento:** 27/06/2003      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** CADETE      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**300 metros lisos**      **53.94**    07/10/2017    V Xornada Copa Deputacion en pista

#### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 300 metros lisos	07/10/2017	53.94	1	F	Ourense	V Xornada Copa Deputacion en pista



## IGLESIAS MENDEZ, SERGIO

**Data de nacemento:** 31/01/2009      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**50 metros lisos**      **10.19**    07/10/2017    V Xornada Copa Deputacion en pista

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 50 metros lisos	07/10/2017	10.19	2	F	Ourense	V Xornada Copa Deputacion en pista

## IGLESIAS MIRA, FELIPE

**Data de nacemento:** 27/09/1974      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>300 metros lisos</b>	<b>53.24</b>	07/10/2017	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>400 metros lisos</b>	<b>1.11.28</b>	28/05/2017	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE GALICIA DE MARCHA E 5000 XUVENL
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>5.40.66</b>	28/05/2017	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE GALICIA DE MARCHA E 5000 XUVENL
<b>3.000 metros lisos</b>	<b>12.43.23</b>	07/10/2017	V Xornada Copa Deputacion en pista

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Maratón</b>	<b>3.33.06</b>	23/04/2017	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<b>Milla Urbana</b>	<b>6.56</b>	30/04/2017	Milla Solidaria 2017
<b>Medio Maratón</b>	<b>1.37.03</b>	26/02/2017	Media Maraton A Coruña 21
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>44.34</b>	11/12/2016	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 300 metros lisos	07/10/2017	53.24	2	F	Ourense	V Xornada Copa Deputacion en pista
MMT 400 metros lisos	28/05/2017	1.11.28	9	F	Ourense	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE
MMT 1.500 metros lisos	28/05/2017	5.40.66	9	F	Ourense	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE
MMT 3.000 metros lisos	07/10/2017	12.43.23	7	F	Ourense	V Xornada Copa Deputacion en pista

### Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	29/01/2017		192	F	Ribadavia	82 CTO. DE GALICIA ABSOLUTO HOMES E

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Maratón	23/04/2017	3.33.06	105	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
MMT Milla Urbana	30/04/2017	6.56	10	F	Ourense	Milla Solidaria 2017
MMT Medio Maratón	26/02/2017	1.37.03	100	F	A Coruña	Media Maraton A Coruña 21
Medio Maratón	23/04/2017	1.42.53	PA		A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
MMT 10 Km. Ruta	11/12/2016	44.34	252	F	San Cibrán das Viñ	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop

### Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	11/06/2017	1.31.33	31	F	Esgos	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MONTAÑ

**LEBOSO FERREIRO, CÉSAR**

**Data de nacemento:** 30/11/1966      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 50      **Adestrador:**

**RUTA - Mellores marcas da tempada**

<b>Milla Urbana</b>	<b>7.14</b>	30/04/2017	Milla Solidaria 2017
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>46.28</b>	11/12/2016	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal

**Detalle das participación en probas de Campo a Través**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	29/01/2017	198	F		Ribadavia	82 CTO. DE GALICIA ABSOLUTO HOMES E

**Detalle das participación en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	30/04/2017	7.14	14	F	Ourense	Milla Solidaria 2017
10 Km. Ruta	06/11/2016	47.44		F	Monterrei	10 Km. de Monterrei
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	11/12/2016	46.28	323	F	San Cibrán das Viñ	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop

## LEVOSO TOUCEDA, JOSE MARIA

**Data de nacemento:** 18/01/1968      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**800 metros lisos**      **3.00.76**      28/05/2017      CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE GALICIA DE MARCHA E 5000 XUVENL

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**Maratón**      **3.20.03**      23/04/2017      CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON  
**Medio Maratón**      **1.33.33**      26/02/2017      Media Maraton A Coruña 21  
**10 Km. Ruta**      **42.27**      11/12/2016      Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal  
**100 km**      **10.44.32**      27/11/2016      IAU Campeonato del Mundo de 100 km

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 800 metros lisos	28/05/2017	3.00.76	9	F	Ourense	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Maratón	23/04/2017	3.20.03	82	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
MMT Medio Maratón	26/02/2017	1.33.33	78	F	A Coruña	Media Maraton A Coruña 21
Medio Maratón	23/04/2017	1.40.04		PA	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
MMT 10 Km. Ruta	11/12/2016	42.27	181	F	San Cibrán das Viñ	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop
10 Km. Ruta	18/02/2017	43.01	278	F	Padron	X CAMPIOANTO DE GALICIA DE 10 KM. EN
MMT 100 km	27/11/2016	10.44.32	14	F	Los Alcázares (Mur	IAU Campeonato del Mundo de 100 km

**PEREZ GONZALEZ, MANUEL RAFAEL**

**Data de nacemento:** 21/10/1972      **Clube:**      ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:**      VETERÁNS 45      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

**1.500 metros lisos**      **5.35.99**      28/05/2017      CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE GALICIA DE MARCHA E 5000 XUVENL

**RUTA - Melloras marcas da tempada**

**Maratón**      **3.38.29**      23/04/2017      CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON  
**Medio Maratón**      **1.44.05**      23/04/2017      CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON  
**10 Km. Ruta**      **44.20**      11/12/2016      Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal

**Detalle das participación en probas de Aire Libre**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 1.500 metros lisos	28/05/2017	5.35.99	8	F	Ourense	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE

**Detalle das participación en probas de Campo a Través**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	03/12/2016		38	F	Ourense	XXI Cross Guillelme Brown
Campo a Traves	29/01/2017		200	F	Ribadavia	82 CTO. DE GALICIA ABSOLUTO HOMES E

**Detalle das participación en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Maratón	23/04/2017	3.38.29	114		A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
MMT Medio Maratón	23/04/2017	1.44.05		PA	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
MMT 10 Km. Ruta	11/12/2016	44.20	244	F	San Cibrán das Viñ	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop
10 Km. Ruta	18/02/2017	44.57	315	F	Padron	X CAMPIOANTO DE GALICIA DE 10 KM. EN

**Detalle das participación en probas de Montaña**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	11/06/2017	1.32.56	35	F	Esgos	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MONTAÑA

## PEREZ RODRIGUEZ, XOSE MANUEL

**Data de nacemento:** 14/03/1959      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 55      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Maratón</b>	<b>3.55.32</b>	23/04/2017	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<b>Medio Maratón</b>	<b>1.41.02</b>	10/09/2017	XXVII CAMPIONATO DE GALICIA JUNIOR, PROMESA, ABSOLUTO E VETERÁN DE MEDIO MARATÓN
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>50.01</b>	18/02/2017	X CAMPIOANTO DE GALICIA DE 10 KM. EN RUTA

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Maratón	23/04/2017	3.55.32	130		A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
Medio Maratón	23/04/2017	1.58.42		PA	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<i>MMT</i> Medio Maratón	10/09/2017	1.41.02	153	F	Riveira	XXVII CAMPIONATO DE GALICIA JUNIOR,
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	18/02/2017	50.01	363	F	Padron	X CAMPIOANTO DE GALICIA DE 10 KM. EN

## PUMAR BOVEDA, ANGEL

**Data de nacemento:** 15/07/1964      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 50      **Adestrador:**

### RUTA - Mellores marcas da tempada

<b>Milla Urbana</b>	<b>7.46</b>	30/04/2017	Milla Solidaria 2017
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>53.58</b>	11/12/2016	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Milla Urbana	30/04/2017	7.46	15	F	Ourense	Milla Solidaria 2017
MMT 10 Km. Ruta	11/12/2016	53.58	448	F	San Cibrán das Viñas	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop

## RODRIGUEZ FERRO, SILVIA

**Data de nacemento:** 16/12/1968      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**100 km**      **9.35.13**    27/11/2016    IAU Campeonato del Mundo de 100 km

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 100 km	27/11/2016	9.35.13	8	F	Los Alcázares (Mur	IAU Campeonato del Mundo de 100 km



## RODRIGUEZ VISO, MARCOS

**Data de nacemento:** 29/04/1972      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**10.000 metros lisos**      **40.36.83**      28/05/2017      CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE GALICIA DE MARCHA E 5000 XUVENL

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**Maratón**      **3.33.06**      23/04/2017      CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON  
**Milla Urbana**      **6.26**      30/04/2017      Milla Solidaria 2017  
**Medio Maratón**      **1.29.34**      26/02/2017      Media Maraton A Coruña 21  
**10 Km. Ruta**      **40.20**      11/12/2016      Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Popular do Nadal

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10.000 metros lisos	28/05/2017	40.36.83	7	F	Ourense	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE

### Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	03/12/2016		26	F	Ourense	XXI Cross Guillelme Brown
Campo a Traves	29/01/2017		167	F	Ribadavia	82 CTO. DE GALICIA ABSOLUTO HOMES E

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Maratón	23/04/2017	3.33.06	106	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
MMT Milla Urbana	30/04/2017	6.26	9	F	Ourense	Milla Solidaria 2017
Milla Urbana	30/04/2017	8.15	11	F	Ourense	Milla Solidaria 2017
MMT Medio Maratón	26/02/2017	1.29.34	67	F	A Coruña	Media Maraton A Coruña 21
Medio Maratón	23/04/2017	1.35.46		PA	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
Medio Maratón	10/09/2017	1.37.33	142	F	Riveira	XXVII CAMPIONATO DE GALICIA JUNIOR,
MMT 10 Km. Ruta	11/12/2016	40.20	116	F	San Cibrán das Viñ	Cto. Provincial de 10 Km. - XV Carreira Pop
10 Km. Ruta	18/02/2017	40.21	216	F	Padron	X CAMPIOANTO DE GALICIA DE 10 KM. EN

### Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	11/06/2017	1.25.15	25	F	Esgos	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MONTAÑ

## VAZQUEZ ALVAREZ, MARCO ANTONIO

**Data de nacemento:** 03/07/1969      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**400 metros lisos**      **1.16.09**      28/05/2017      CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE GALICIA DE MARCHA E 5000 XUVENL

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 400 metros lisos	28/05/2017	1.16.09	8	F	Ourense	CTO. DE GALICIA DE VETERANS E CTO. DE

## VAZQUEZ ALVAREZ, PATRICIA

**Data de nacemento:** 21/10/1982      **Clube:** ESPRINTES OURENSE  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### RUTA - Meliores marcas da tempada

**Milla Urbana**      **8.29**      30/04/2017      Milla Solidaria 2017

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	30/04/2017	8.29	8	F	Ourense	Milla Solidaria 2017