



ABUIN ARES, UXIO

Data de nacemento: 14/05/1991 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: PROMESA **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	30/01/2011	35:31	14		Ribadavia	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PROME



AGRELO GOMEZ, ROBERTO

Data de nacemento: 01/01/1984 **Clube:** ATLETISMO SAR
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	30/01/2011	43:57	139		Ribadavia	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PRIME



ALVAREZ BENDAÑA, ALBERTO

Data de nacemento:	01/01/1984	Clube:	ATLETISMO SAR
Categoría:	ABSOLUTO	Adestrador:	

- Meliores marcas da tempada



ATLETISMO SAR, VETERANO H

Data de nacemento: 01/01/1967 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **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	09/01/2011	203 P.	15	F	A Pobra	CAMPIONATO GALEGO CROSS VETERANOS

CAAMAÑO NIETO, RUBEN

Data de nacemento: 21/09/1987 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

- Meliores marcas da tempada

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	09/01/2011	s.t.	1		A Pobra	II Cross Concello da Pobra do Caramiñal
Campo a Traves	16/01/2011		8	F	Ourense	CAMPIONATO GALEGO DE CROSS CORTO P

CES SUAREZ, OSCAR

Data de nacemento: 12/10/1978 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	33.49	09/10/2011	A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 Km. ruta
Medio Maratón	1.16.13	15/05/2011	CAMPIONATO GALEGO DE MEDIA MARATON - CORUÑA 21

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	09/01/2011	s.t.	6		A Pobra	II Cross Concello da Pobra do Caramiñal
Campo a Traves	16/01/2011		35	F	Ourense	CAMPIONATO GALEGO DE CROSS CORTO P
Campo a Traves	30/01/2011	38:13	51		Ribadavia	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PROME

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
10 Km. Ruta	14/11/2010	34.54	51	F	Ourense	Carreira Pedestrrre San Martiño
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	09/10/2011	33.49	24	F	A Coruña	A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 K
Medio Maratón	10/04/2011	1.16.58	52	F	Vigo	Medio Maraton Vig-Bay
<i>MMT</i> Medio Maratón	15/05/2011	1.16.13	16	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE MEDIA MARATO

CRESPO ARIAS, JORGE

Data de nacemento: 25/10/1979 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	32.48	14/11/2010	Carreira Pedestrre San Martiño
Medio Maratón	1.13.48	15/05/2011	CAMPIONATO GALEGO DE MEDIA MARATON - CORUÑA 21

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	09/01/2011	s.t.	2		A Pobra	II Cross Concello da Pobra do Caramiñal
Campo a Traves	16/01/2011		17	F	Ourense	CAMPIONATO GALEGO DE CROSS CORTO P
Campo a Traves	30/01/2011	36:12	20		Ribadavia	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PROME

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	14/11/2010	32.48	26	F	Ourense	Carreira Pedestrre San Martiño
10 Km. Ruta	09/10/2011	33.16	17	F	A Coruña	A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 K
<i>MMT</i> Medio Maratón	15/05/2011	1.13.48	9	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE MEDIA MARATO

FOLGAR POUSO, RAMON IGNACIO

Data de nacemento: 13/10/1967 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

400 metros lisos	1:00.44	04/06/2011	CAMPIONATO GALEGO DE VETERÁNS Ó AIRE LIBRE / GALEGO DE MARCHA
1.500 metros lisos	4:33.52	04/06/2011	CAMPIONATO GALEGO DE VETERÁNS Ó AIRE LIBRE / GALEGO DE MARCHA

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 400 metros lisos	04/06/2011	1:00.44	6		Pontevedra	CAMPIONATO GALEGO DE VETERÁNS Ó AI
MMT 1.500 metros lisos	04/06/2011	4:33.52	11		Pontevedra	CAMPIONATO GALEGO DE VETERÁNS Ó AI

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Milla Urbana	08/05/2011	4.56	1	F	Padrón	CTO. GALEGO 1000 METROS BENX-ALV-IN

GARCIA JANEIRO, ADAN

Data de nacemento: 31/10/1990 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: PROMESA **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

400 metros lisos **1.01.78** 01/02/2011 Control de Marcas

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 400 metros lisos	01/02/2011	1.01.78	2	F	Santiago	Control de Marcas

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	09/01/2011	s.t.	14		A Pobra	II Cross Concello da Pobra do Caramiñal
Campo a Traves	16/01/2011		114	F	Ourense	CAMPIONATO GALEGO DE CROSS CORTO P
Campo a Traves	30/01/2011	42:17	125		Ribadavia	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PROME

GARCIA MARTINEZ, EVARISTO

Data de nacemento: 01/08/1969 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	37.22	09/10/2011	A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 Km. ruta
Medio Maratón	1.24.44	15/05/2011	CAMPIONATO GALEGO DE MEDIA MARATON - CORUÑA 21

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	09/01/2011	s.t.	101		A Pobra	CAMPIONATO GALEGO CROSS VETERANOS

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	09/10/2011	37.22	88	F	A Coruña	A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 K
<i>MMT</i> Medio Maratón	15/05/2011	1.24.44	57	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE MEDIA MARATO
Carrera Ruta	22/05/2011	5.31	16		Ferrol	IV Milla Armada Española

MACEIRAS LAGO, ANGEL

Data de nacemento: 27/06/1973 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

3.000 metros lisos **9.34.42** 26/02/2011 CAMPIOANTO GALEGO DE VETERANS

RUTA - Mellores marcas da tempada

10 Km. Ruta **35.08** 14/11/2010 Carreira Pedestrre San Martiño

Medio Maratón **1.16.20** 15/05/2011 CAMPIONATO GALEGO DE MEDIA MARATON - CORUÑA 21

Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3.000 metros lisos	26/02/2011	9.34.42	4		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	30/01/2011	38:29	60		Ribadavia	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PROME

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	14/11/2010	35.08	60	F	Ourense	Carreira Pedestrre San Martiño
MMT Medio Maratón	15/05/2011	1.16.20	18	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE MEDIA MARATO

MARTINEZ LAGO, JOSE MANUEL

Data de nacemento: 09/07/1969 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta **36.57** 09/10/2011 A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 Km. ruta

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	09/10/2011	36.57	80	F	A Coruña	A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 K

MIGUENS GASAMANES, FELIPE

Data de nacemento: 03/07/1971 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	33.53	09/10/2011	A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 Km. ruta
Medio Maratón	1.18.46	10/04/2011	Medio Maraton Vig-Bay

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
10 Km. Ruta	14/11/2010	35.11	62	F	Ourense	Carreira Pedestre San Martiño
10 Km. Ruta	20/03/2011	35.51	16	F	Xinzo de Limia	IV 10 Km. xinzo de Limia
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	09/10/2011	33.53	26	F	A Coruña	A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 K
<i>MMT</i> Medio Maratón	10/04/2011	1.18.46	80	F	Vigo	Medio Maraton Vig-Bay

MOSQUERA DOPAZO, JUAN CARLOS

Data de nacemento: 09/12/1985 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

400 metros lisos	1.00.53	01/07/2011	Trofeo NovaCaixaGalicia
800 metros lisos	2.07.67	01/07/2011	Trofeo NovaCaixaGalicia
1.500 metros lisos	4.27.3	09/04/2011	Trofeo Boa Vila

RUTA - Melloras marcas da tempada

5 Km. Ruta	17.33	19/06/2011	CAMPIOANTO GALEGO DE 5 KM EN RUTA
10 Km. Ruta	35.08	14/11/2010	Carreira Pedestrre San Martiño

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 400 metros lisos	01/07/2011	1.00.53	5	SF	Pontevedra	Trofeo NovaCaixaGalicia
800 metros lisos	29/01/2011	2.13.56	8	F	Pontevedra	XXIV Trofeo Supermercados Froiz
800 metros lisos	13/03/2011	2.08.57	3		Noia	CAMPIONATYO GALEGO DE 10.000 METRO
800 metros lisos	11/06/2011	2.08.86	3		Noia	II TROFEO DE ATLETISMO "VILA DE NOIA"
<i>MMT</i> 800 metros lisos	01/07/2011	2.07.67	1	SF	Pontevedra	Trofeo NovaCaixaGalicia
1.500 metros lisos	29/01/2011	4.29.09	2	F	Pontevedra	XXIV Trofeo Supermercados Froiz
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	09/04/2011	4.27.3	8		Pontevedra	Trofeo Boa Vila
1.500 metros lisos	24/04/2011	4:31.12	10		Ourense	Iª Xornada Circuito Galego
1.500 metros lisos	23/07/2011	4.30.77	11	F	Ferrol	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO - CAMPI
3.000 metros lisos	09/01/2011	RETIRADO			Vigo	1ª Jornada Torneo de Invierno 2011 de Atl

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	16/01/2011		45	F	Ourense	CAMPIONATO GALEGO DE CROSS CORTO P
Campo a Traves	30/01/2011	Ab.			Ribadavia	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PROME

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Milla Urbana	08/05/2011	5.12	5	F	Padrón	CTO. GALEGO 1000 METROS BENX-ALV-IN
Milla Urbana	03/07/2011	5.00	8	F	A Coruña	I Milla urbana Fibromialgia
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	19/06/2011	17.33	18	F	Maceda	CAMPIOANTO GALEGO DE 5 KM EN RUTA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	14/11/2010	35.08	59	F	Ourense	Carreira Pedestrre San Martiño
10 Km. Ruta	09/10/2011	35.18	46	F	A Coruña	A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 K



OLVEIRA MARTINEZ, FRANCISCO

Data de nacemento: 26/03/1969 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

- Meliores marcas da tempada

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	09/01/2011	s.t.	76		A Pobra	CAMPIONATO GALEGO CROSS VETERANOS

PEGO FERNANDEZ, ALBERTO

Data de nacemento: 15/06/1983 **Clube:** ATLETISMO SAR
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	09/01/2011	s.t.	8		A Pobra	II Cross Concello da Pobra do Caramiñal
Campo a Traves	30/01/2011	38:49	64		Ribadavia	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PROME

PEREZ SANTAMARIA, DAVID

Data de nacemento: 15/04/1970 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

5.000 metros lisos **17:52.48** 04/06/2011 CAMPIONATO GALEGO DE VETERÁNS Ó AIRE LIBRE / GALEGO DE MARCHA

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta **36.27** 20/03/2011 IV 10 Km. xinzo de Limia

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 5.000 metros lisos	04/06/2011	17:52.48	8		Pontevedra	CAMPIONATO GALEGO DE VETERÁNS Ó AI

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	09/01/2011	26.19	26		A Pobra	CAMPIONATO GALEGO CROSS VETERANOS
Campo a Traves	30/01/2011	39:01	70		Ribadavia	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PROME

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Milla Urbana	08/05/2011	5.23	1	F	Padrón	CTO. GALEGO 1000 METROS BENX-ALV-IN
Milla Urbana	08/05/2011	5.23	6	F	Padrón	CTO. GALEGO 1000 METROS BENX-ALV-IN
10 Km. Ruta	14/11/2010	36.28	124	F	Ourense	Carreira Pedestrre San Martiño
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	20/03/2011	36.27	24	F	Xinzo de Limia	IV 10 Km. xinzo de Limia
10 Km. Ruta	09/10/2011	36.42	72	F	A Coruña	A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 K



RUANOVA FERNANDEZ, ANTON

Data de nacemento: 02/08/1986 **Clube:** ATLETISMO SAR
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	30/01/2011	36:34	23		Ribadavia	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PROME

SAINZ TRESGUERRAS, JOSE FERNANDO

Data de nacemento: 20/01/1949 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 60 **Adestrador:**

PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

200 metros lisos	34.02	26/02/2011	CAMPIOANTO GALEGO DE VETERANS
400 metros lisos	1.13.35	26/02/2011	CAMPIOANTO GALEGO DE VETERANS

Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 200 metros lisos	26/02/2011	34.02	3		A Coruña	CAMPIOANTO GALEGO DE VETERANS
<i>MMT</i> 400 metros lisos	26/02/2011	1.13.35	1		A Coruña	CAMPIOANTO GALEGO DE VETERANS

SANMARCO SANTOS, FRANCISCO

Data de nacemento: 12/04/1964 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

3.000 metros lisos **10.12.71** 01/02/2011 Control de Marcas

PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

3.000 metros lisos **10.00.98** 26/02/2011 CAMPIOANTO GALEGO DE VETERANS

RUTA - Mellores marcas da tempada

10 Km. Ruta **44.30** 09/10/2011 A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 Km. ruta

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3.000 metros lisos	01/02/2011	10.12.71	4	F	Santiago	Control de Marcas
10.000 metros lisos	04/06/2011	retirado			Pontevedra	CAMPIONATO GALEGO DE VETERÁNS Ó AI

Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3.000 metros lisos	26/02/2011	10.00.98	3		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	09/01/2011	19.05	3		A Pobra	CAMPIONATO GALEGO CROSS VETERANOS
Campo a Traves	30/01/2011	39:22	79		Ribadavia	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PROME

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Milla Urbana	08/05/2011	5.11	3	F	Padrón	CTO. GALEGO 1000 METROS BENX-ALV-IN
MMT 10 Km. Ruta	09/10/2011	44.30	239	F	A Coruña	A Coruña 10 - Campionato Galego de 10 K