

AGRASAR BARRAL, SONIA

Data de nacemento: 10/01/1977 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

Campo a Traves **46.04** 03/02/2019 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Campo a Traves	03/02/2019	46.04	28	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

AGRELO GOMEZ, ROBERTO

Data de nacemento: 30/03/1978 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

Medio Maratón	1.12.56	17/02/2019	Coruña 21
10 Km. Ruta	34.21	20/10/2019	10 Km. de Ames
5 Km. Ruta	16.56	20/10/2019	10 Km. de Ames

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Medio Maratón	17/02/2019	1.12.56	13	F	A Coruña	Coruña 21
10 Km. Ruta	17/02/2019	38.27		PA	A Coruña	Coruña 21
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	20/10/2019	34.21	13	F	Ames	10 Km. de Ames
10 Km. Ruta	10/11/2019	35.05	27	F	Negreira	10 Km. de Negreira
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	20/10/2019	16.56		PA	Ames	10 Km. de Ames



ALVAREZ BENDAÑA, ALBERTO

Data de nacemento: 28/09/1980 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

- Meliores marcas da tempada

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	03/02/2019		113	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

ALVITE FERREIRO, ROCIO

Data de nacemento: 31/10/1980 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: MASTER (CAMB) **Adestrador:**

RUTA - Meliores marcas da tempada

10 Km. Ruta **38.16** 06/10/2019 Coruña 10

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/10/2019	38.16	7	F	A Coruña	Coruña 10

ARGIBAY DOMINGUEZ, ENMA

Data de nacemento: 23/07/2005 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: SUB 16 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

3.000 metros lisos **12.01.24** 25/05/2019 LXVII CAMPIONATO DE GALICIA SUB´18 e XVIII SUB´16

RUTA - Melloras marcas da tempada

1.000 metros ruta **3.35** 25/08/2019 XI CAMPIONATO DE GALICIA DE 1KM. EN RUTA

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
3.000 metros lisos	21/04/2019	12.18.24	10	F	Vigo	I Xornada Series Municipais - Circuito Conc
<i>MMT</i> 3.000 metros lisos	25/05/2019	12.01.24	7	F	Vigo	LXVII CAMPIONATO DE GALICIA SUB´18 e

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 1.000 metros ruta	25/08/2019	3.35	5	F	Guntin	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE 1KM. EN

ARGIBAY DOMINGUEZ, NATALIA

Data de nacemento: 28/08/2008 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: SUB 12 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

2.000 metros lisos **7.35.93** 01/06/2019 CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10,SUB´12 AIRE LIBRE

RUTA - Melloras marcas da tempada

1.000 metros ruta **3.49** 25/08/2019 XI CAMPIONATO DE GALICIA DE 1KM. EN RUTA

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
2.000 metros lisos	30/03/2019	8.03.93	1	F	Riveira	XOGADE Escolares Alevín indiv. E combinad
2.000 metros lisos	13/04/2019	8.33.98	3	F	Bastiagueiro	XOGADE Atletismo en pista ALEVIN+ combi
2.000 metros lisos	12/05/2019	7.52.35	3	F	A Pobra do Carami	XOGADE: Campionato Provincila BENX-ALE
<i>MMT</i> 2.000 metros lisos	01/06/2019	7.35.93	3	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10,SUB´1

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 1.000 metros ruta	25/08/2019	3.49	3	F	Guntin	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE 1KM. EN

ATLETISMO SAR, ABSOLUTO HOMES

Data de nacemento: 01/01/1992 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

- Meliores marcas da tempada

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	03/02/2019	94	4	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	10/02/2019	40	3	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER
CLASIFICACION	10/02/2019	29	2	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	14/04/2019	9.15.11	6	F	A Coruña	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO
CLASIFICACION	25/05/2019	4.02.02	5	F	Ortigueira	29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1

ATLETISMO SAR, ABSOLUTO MULLERES

Data de nacemento: 01/01/1992 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

- Meliores marcas da tempada

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	03/02/2019	56	3	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	10/02/2019	43	3	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

BAAMONDE ARUFE, AGAPITO

Data de nacemento: 01/08/1976 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	37.44	20/10/2019	10 Km. de Ames
5 Km. Ruta	18.47	20/10/2019	10 Km. de Ames

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	03/02/2019	126	F		As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019	31	F		Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	20/10/2019	37.44	62	F	Ames	10 Km. de Ames
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	20/10/2019	18.47		PA	Ames	10 Km. de Ames

BUSTO LOBATO, CARLOS

Data de nacemento: 04/11/1967 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 50 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

Medio Maratón	1.19.53	17/02/2019	Coruña 21
10 Km. Ruta	38.12	20/10/2019	10 Km. de Ames
5 Km. Ruta	18.51	20/10/2019	10 Km. de Ames

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019		9	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Medio Maratón	17/02/2019	1.19.53	71	F	A Coruña	Coruña 21
10 Km. Ruta	17/02/2019	42.03		PA	A Coruña	Coruña 21
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	20/10/2019	38.12	70	F	Ames	10 Km. de Ames
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	20/10/2019	18.51		PA	Ames	10 Km. de Ames

CAAMAÑO NIETO, AVELINO

Data de nacemento: 16/06/1978 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	37.18	20/10/2019	10 Km. de Ames
5 Km. Ruta	18.33	20/10/2019	10 Km. de Ames

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019	37	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER	

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	20/10/2019	37.18	52	F	Ames	10 Km. de Ames
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	20/10/2019	18.33	PA	Ames	10 Km. de Ames	

CAAMAÑO NIETO, RUBEN

Data de nacemento: 21/09/1984 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	33.41	20/10/2019	10 Km. de Ames
5 Km. Ruta	16.38	20/10/2019	10 Km. de Ames

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	20/10/2019	33.41	7	F	Ames	10 Km. de Ames
10 Km. Ruta	10/11/2019	34.24	17	F	Negreira	10 Km. de Negreira
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	20/10/2019	16.38		PA	Ames	10 Km. de Ames

CAMPOS SANTIAGO, ANGEL

Data de nacemento: 11/12/1982 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

RUTA - Mellores marcas da tempada

Milla Urbana **5.36** 07/04/2019 XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN RUTA

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	03/02/2019		136	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019		31	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	07/04/2019	5.36	8	F	Santiago	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN

CRESPO ARIAS, JORGE

Data de nacemento: 25/10/1979 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

Campo a Traves **31.15** 03/02/2019 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

RUTA - Melloras marcas da tempada

Maratón	2.21.52	01/12/2019	Maraton de Valencia
Medio Maratón	1.07.28	27/10/2019	Medio Maraton de Valencia
10 Km. Ruta	30.45	16/03/2019	10 Km. de Laredo
5 Km. Ruta	15.18	16/03/2019	10 Km. de Laredo

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	03/02/2019	31.15	20	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Maratón	01/12/2019	2.21.52	80	F	Valencia	Maraton de Valencia
Medio Maratón	25/05/2019	1.11.43	1	F	Ortigueira-Cariño	CAMPIONATO DE GALICIA ESPAÑA MAST
Medio Maratón	25/05/2019	1.11.43	1	F	Ortigueira	29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1
MMT Medio Maratón	27/10/2019	1.07.28	68	F	Valencia	Medio Maraton de Valencia
Medio Maratón	01/12/2019	1.10.19		PA	Valencia	Maraton de Valencia
MMT 10 Km. Ruta	16/03/2019	30.45	58	F	Laredo	10 Km. de Laredo
10 Km. Ruta	25/05/2019	34.39		PA	Ortigueira	29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1
10 Km. Ruta	27/10/2019	32.06		PA	Valencia	Medio Maraton de Valencia
10 Km. Ruta	10/11/2019	31.57	10	F	Negreira	10 Km. de Negreira
10 Km. Ruta	01/12/2019	33.16		PA	Valencia	Maraton de Valencia
MMT 5 Km. Ruta	16/03/2019	15.18		PA	Laredo	10 Km. de Laredo
5 Km. Ruta	27/10/2019	15.57		PA	Valencia	Medio Maraton de Valencia
5 Km. Ruta	01/12/2019	16.35		PA	Valencia	Maraton de Valencia

FERNÁNDEZ BARREIROS, TINA

Data de nacemento: 20/10/1983 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: MASTER (CAMB) **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	37.24	16/03/2019	10 Km. de Laredo
5 Km. Ruta	18-48	16/03/2019	10 Km. de Laredo

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	16/03/2019	37.24	8	F	Laredo	10 Km. de Laredo
10 Km. Ruta	20/10/2019	37.35	2	F	Ames	10 Km. de Ames
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	16/03/2019	18-48		PA	Laredo	10 Km. de Laredo
5 Km. Ruta	20/10/2019	18.51		PA	Ames	10 Km. de Ames

FERNANDEZ TABOADA, MANUEL

Data de nacemento: 03/05/1997 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: SUB 23 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta **39.21** 06/10/2019 Coruña 10

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/10/2019	39.21	193	F	A Coruña	Coruña 10

FIGUEIRA PEREZ, MANUEL

Data de nacemento: 02/10/1972 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

- Meliores marcas da tempada

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	03/02/2019		140	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019		23	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

FIGUEIRAS MARTINEZ, BALTASAR

Data de nacemento: 13/11/1977 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

RUTA - Mellores marcas da tempada

Medio Maratón	1.22.18	17/02/2019	Coruña 21
10 Km. Ruta	37.19	20/10/2019	10 Km. de Ames
5 Km. Ruta	18.32	20/10/2019	10 Km. de Ames

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Medio Maratón	17/02/2019	1.22.18	120	F	A Coruña	Coruña 21
10 Km. Ruta	17/02/2019	43.46		PA	A Coruña	Coruña 21
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	20/10/2019	37.19	53	F	Ames	10 Km. de Ames
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	20/10/2019	18.32		PA	Ames	10 Km. de Ames

GARCIA BLANCO, CAYETANO

Data de nacemento: 02/11/1988 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

Maratón	2.41.59	14/04/2019	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON - CORUÑA 42- 10 KM. RUTA
Medio Maratón	1.17.50	14/04/2019	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON - CORUÑA 42- 10 KM. RUTA

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Maratón	14/04/2019	2.41.59	4	F	A Coruña	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO
MMT Medio Maratón	14/04/2019	1.17.50		PA	A Coruña	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO



GARCIA MARTINEZ, EVARISTO

Data de nacemento: 01/08/1969 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 50 **Adestrador:**

- Meliores marcas da tempada

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	03/02/2019		152	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

GOMEZ RIOS, JOSE ANTONIO

Data de nacemento: 16/10/1977 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

Campo a Traves **33.07** 03/02/2019 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta **35.17** 10/11/2019 10 Km. de Negreira

5 Km. Ruta **17.17** 20/10/2019 10 Km. de Ames

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	03/02/2019	33.07	64	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019		5	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
10 Km. Ruta	20/10/2019	35.18	22	F	Ames	10 Km. de Ames
MMT 10 Km. Ruta	10/11/2019	35.17	30	F	Negreira	10 Km. de Negreira
MMT 5 Km. Ruta	20/10/2019	17.17		PA	Ames	10 Km. de Ames

GUIMAREY SENIN, JAVIER

Data de nacemento: 16/04/1978 **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	10/02/2019		28	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

INSUA DIAZ, RUBEN

Data de nacemento: 11/07/1991 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

Campo a Traves **33.21** 03/02/2019 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta **33.44** 20/10/2019 10 Km. de Ames

5 Km. Ruta **16.38** 20/10/2019 10 Km. de Ames

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	03/02/2019	33.21	69	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	20/10/2019	33.44	10	F	Ames	10 Km. de Ames
10 Km. Ruta	10/11/2019	34.49	24	F	Negreira	10 Km. de Negreira
MMT 5 Km. Ruta	20/10/2019	16.38		PA	Ames	10 Km. de Ames

JUANATEY GARCIA, CARLOS

Data de nacemento: 08/11/1980 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: MASTER (CAMB) **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	34.35	20/10/2019	10 Km. de Ames
5 Km. Ruta	17.04	20/10/2019	10 Km. de Ames

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019		9	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	20/10/2019	34.35	15	F	Ames	10 Km. de Ames
10 Km. Ruta	10/11/2019	35.11	28	F	Negreira	10 Km. de Negreira
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	20/10/2019	17.04		PA	Ames	10 Km. de Ames

LAGO CES, JOSE MANUEL

Data de nacemento: 31/01/1972 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

- Meliores marcas da tempada

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
3.000 metros lisos	07/12/2019	AB		F	Vigo	IV Xornada Series Municipais - Concello d
Campo a Traves	03/02/2019		120	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019		7	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

LEON VIÑAS, MARIA VANESSA

Data de nacemento: 12/07/1991 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

Campo a Traves **50.57** 03/02/2019 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Campo a Traves	03/02/2019	50.57	33	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

LEÓN VIÑAS, RICARDO

Data de nacemento: 27/12/1989 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

Milla Urbana	4.57	07/04/2019	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN RUTA
10 Km. Ruta	33.35	20/10/2019	10 Km. de Ames
5 Km. Ruta	16.37	20/10/2019	10 Km. de Ames

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	07/04/2019	4.57	13	F	Santiago	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN
10 Km. Ruta	06/10/2019	33.41	28	F	A Coruña	Coruña 10
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	20/10/2019	33.35	6	F	Ames	10 Km. de Ames
10 Km. Ruta	10/11/2019	34.44	23	F	Negreira	10 Km. de Negreira
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	20/10/2019	16.37		PA	Ames	10 Km. de Ames

LODEIRO NUÑEZ, GUADALUPE

Data de nacemento: 09/07/1980 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

Campo a Traves **43.32** 03/02/2019 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

CAMPO A TRAVÉS - Mellores marcas da tempada

Campo a Traves **19.23** 10/02/2019 XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE CAMPA A TRAVES

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	03/02/2019	43.32	26	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	10/02/2019	19.23	3	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

MACEIRAS LAGO, ANGEL MANUEL

Data de nacemento: 27/06/1973 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

Campo a Traves **33.14** 03/02/2019 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

RUTA - Melloras marcas da tempada

Medio Maratón **1.19.13** 17/02/2019 Coruña 21

10 Km. Ruta **34.06** 06/10/2019 Coruña 10

5 Km. Ruta **17.13** 16/03/2019 10 Km. de Laredo

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	03/02/2019	33.14	67	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Medio Maratón	17/02/2019	1.19.13	56	F	A Coruña	Coruña 21
10 Km. Ruta	17/02/2019	40.47		PA	A Coruña	Coruña 21
10 Km. Ruta	16/03/2019	34.53	338	F	Laredo	10 Km. de Laredo
10 Km. Ruta	14/04/2019	35.38	22	F	A Coruña	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO
MMT 10 Km. Ruta	06/10/2019	34.06	33	F	A Coruña	Coruña 10
10 Km. Ruta	10/11/2019	35.14	29	F	Negreira	10 Km. de Negreira
MMT 5 Km. Ruta	16/03/2019	17.13		PA	Laredo	10 Km. de Laredo

MARIÑO REY, SILVIA

Data de nacemento: 01/01/1971 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

Campo a Traves **41.54** 03/02/2019 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	03/02/2019	41.54	22	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019		7	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

MIGUENS OTERO, ELENA

Data de nacemento: 18/01/1972 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

CAMPO A TRAVÉS - Meliores marcas da tempada

Campo a Traves **20.02** 10/02/2019 XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE CAMPA A TRAVES

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Campo a Traves	10/02/2019	20.02	2	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

MOSQUERA DOPAZO, JUAN CARLOS

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

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

Campo a Traves **31.50** 03/02/2019 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta **32.59** 06/10/2019 Coruña 10

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Campo a Traves	03/02/2019	31.50	38	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/10/2019	32.59	18	F	A Coruña	Coruña 10
10 Km. Ruta	10/11/2019	33.42	13	F	Negreira	10 Km. de Negreira

OLVEIRA MARTINEZ, FRANCISCO

Data de nacemento: 26/03/1969 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 50 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

Maratón	3.27.29	14/04/2019	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON - CORUÑA 42- 10 KM. RUTA
Medio Maratón	1.37.47	14/04/2019	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON - CORUÑA 42- 10 KM. RUTA

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	03/02/2019	135	F		As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Maratón	14/04/2019	3.27.29	58	F	A Coruña	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO
<i>MMT</i> Medio Maratón	14/04/2019	1.37.47		PA	A Coruña	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO

PEREIRA PENA, MONSERRAT

Data de nacemento: 02/12/1977 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

5000 marcha	29.57.80	24/11/2018	XVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MARCHA EN PISTA
Campo a Traves	50.57	03/02/2019	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

3000 marcha	18.29.07	08/03/2019	XXX CAMPIONATO DE ESPAÑA MASTER EN PISTA CUBERTA
--------------------	-----------------	------------	--

RUTA - Melloras marcas da tempada

5 km marcha ruta	31.30	08/06/2019	Trofeo Josefina Romero de Marcha Atletica - Cantones
10 Km. Marcha Ruta	1.02.04	19/01/2019	XXX CAMPIONATO DE GALICIA DE MARCHA EN RUTA

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5000 marcha	24/11/2018	29.57.80	12	F	Narón	XVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MARCHA
MMT Campo a Traves	03/02/2019	50.57	34	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3000 marcha	08/03/2019	18.29.07	3	F	Ourense	XXX CAMPIONATO DE ESPAÑA MASTER E

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019		16	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5 km marcha ruta	08/06/2019	31.30	8	F	A Coruña	Trofeo Josefina Romero de Marcha Atletica
MMT 10 Km. Marcha Ruta	19/01/2019	1.02.04	13	F	A Pobra do Carami	XXX CAMPIONATO DE GALICIA DE MARCH

PEREZ LOPEZ, MANUEL OLIVER

Data de nacemento: 29/05/1971 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	33.05	06/10/2019	Coruña 10
5 Km. Ruta	17.05	16/03/2019	10 Km. de Laredo

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	03/02/2019	102	F		As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
10 Km. Ruta	16/03/2019	33.45	232	F	Laredo	10 Km. de Laredo
10 Km. Ruta	14/04/2019	34.48	13	F	A Coruña	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/10/2019	33.05	20	F	A Coruña	Coruña 10
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	16/03/2019	17.05		PA	Laredo	10 Km. de Laredo

PEREZ PEREIRA, RAMIRO

Data de nacemento: 10/12/1956 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 60 **Adestrador:**

CAMPO A TRAVÉS - Mellores marcas da tempada

Campo a Traves **17.51** 10/02/2019 XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE CAMPA A TRAVES

RUTA - Mellores marcas da tempada

Milla Urbana **6.07** 07/04/2019 XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN RUTA

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	10/02/2019	17.51	3	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Milla Urbana	07/04/2019	6.07	3	F	Santiago	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN

PEREZ SANTAMARIA, DAVID

Data de nacemento: 15/04/1970 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	37.50	20/10/2019	10 Km. de Ames
5 Km. Ruta	19.12	20/10/2019	10 Km. de Ames

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	20/10/2019	37.50	66	F	Ames	10 Km. de Ames
MMT 5 Km. Ruta	20/10/2019	19.12		PA	Ames	10 Km. de Ames

RAPOSO FERNANDEZ, SABELA

Data de nacemento: 23/10/2010 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: SUB 10 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

500 metros lisos **1.42.55** 09/02/2019 IV Trofeo Atletismo Mazi Cidade de Vilagarcia
1.000 metros lisos **3.32.97** 01/06/2019 CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10,SUB´12 AIRE LIBRE

PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

1.000 metros lisos **3.41.85** 24/02/2019 XII CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10 EN PISTA CUBERTA

RUTA - Melloras marcas da tempada

1.000 metros ruta **3.51** 25/08/2019 XI CAMPIONATO DE GALICIA DE 1KM. EN RUTA

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
500 metros lisos	05/01/2019	1.45.90	2	F	Pontevedra	Torneo de Reis 2019
<i>MMT</i> 500 metros lisos	09/02/2019	1.42.55	1	F	Vilagarcia	IV Trofeo Atletismo Mazi Cidade de Vilagar
1.000 metros lisos	02/02/2019	3.41.41	1	F	Lugo	III Xornada Copa Deputacion de Lugo
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	01/06/2019	3.32.97	1	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10,SUB´11
1.000 metros lisos	28/12/2019	3.35.05	1	F	Marin	II xornada circuito Primitivo Simon

Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	24/02/2019	3.41.85	2	F	Ourense	XII CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10 EN

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 1.000 metros ruta	25/08/2019	3.51	3	F	Guntin	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE 1KM. EN

REBOREDO DURAN, ALBERTO

Data de nacemento: 29/12/1994 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

Milla Urbana	5.53	07/04/2019	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN RUTA
10 Km. Ruta	39.55	16/03/2019	10 Km. de Laredo
5 Km. Ruta	20.13	16/03/2019	10 Km. de Laredo

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	03/02/2019		137	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	07/04/2019	5.53	23	F	Santiago	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	16/03/2019	39.55	864	F	Laredo	10 Km. de Laredo
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	16/03/2019	20.13		PA	Laredo	10 Km. de Laredo

REY MIGUENS, MARIÑA

Data de nacemento: 18/12/2005 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: SUB 16 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

3.000 metros lisos **13.54.76** 05/01/2019 Torneo de Reis 2019

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3.000 metros lisos	05/01/2019	13.54.76	37	F	Pontevedra	Torneo de Reis 2019

REY MIGUENS, SABELA

Data de nacemento: 18/03/2002 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: SUB 18 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

3.000 metros lisos **13.18.83** 05/01/2019 Torneo de Reis 2019

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 3.000 metros lisos	05/01/2019	13.18.83	36	F	Pontevedra	Torneo de Reis 2019

RODRIGUEZ PEREZ, ALBERTO

Data de nacemento: 22/12/1973 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 45 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

Medio Maratón	1.19.24	17/02/2019	Coruña 21
10 Km. Ruta	35.45	10/11/2019	10 Km. de Negreira
5 Km. Ruta	18.06	20/10/2019	10 Km. de Ames

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019		6	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Medio Maratón	17/02/2019	1.19.24	60	F	A Coruña	Coruña 21
10 Km. Ruta	17/02/2019	42.00		PA	A Coruña	Coruña 21
10 Km. Ruta	20/10/2019	36.21	31	F	Ames	10 Km. de Ames
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	10/11/2019	35.45	33	F	Negreira	10 Km. de Negreira
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	20/10/2019	18.06		PA	Ames	10 Km. de Ames

ROJO LUACES, ADRIAN

Data de nacemento: 12/09/1989 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	34.50	16/03/2019	10 Km. de Laredo
5 Km. Ruta	17.18	16/03/2019	10 Km. de Laredo

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	16/03/2019	34.50	335	F	Laredo	10 Km. de Laredo
MMT 5 Km. Ruta	16/03/2019	17.18		PA	Laredo	10 Km. de Laredo

SABORIDO MARTINEZ, JOSE MANUEL

Data de nacemento: 01/01/1968 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 50 **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	10/02/2019		23	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

SABORIDO SOÑORA, SAMUEL

Data de nacemento: 17/12/1977 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

Campo a Traves **32.01** 03/02/2019 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta **36.28** 20/10/2019 10 Km. de Ames

5 Km. Ruta **17.34** 20/10/2019 10 Km. de Ames

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	03/02/2019	32.01	42	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	20/10/2019	36.28	34	F	Ames	10 Km. de Ames
MMT 5 Km. Ruta	20/10/2019	17.34		PA	Ames	10 Km. de Ames

SAINZ GARCIA, JOSE F.

Data de nacemento: 20/01/1949 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 70 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

400 metros lisos **1.22.16** 09/06/2019 XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE
1.500 metros lisos **6.11.17** 09/06/2019 XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE

CAMPO A TRAVÉS - Melloras marcas da tempada

Campo a Traves **20.35** 10/02/2019 XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE CAMPA A TRAVES

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 400 metros lisos	09/06/2019	1.22.16	1	F	Bastiaqueiro (Oleir	XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER
MMT 1.500 metros lisos	09/06/2019	6.11.17	1	F	Bastiaqueiro (Oleir	XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER
Campo a Traves	03/02/2019		149	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	10/02/2019	20.35	1	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

SAINZ TRESGUERRAS, JESUS

Data de nacemento: 26/05/1991 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: ABSOLUTO **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

400 metros lisos	56.87	16/02/2019	II Control de marcas - Barbanza
800 metros lisos	2.20.21	16/02/2019	II Control de marcas - Barbanza

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 400 metros lisos	16/02/2019	56.87	5	F	A Pobra do Caram	II Control de marcas - Barbanza
<i>MMT</i> 800 metros lisos	16/02/2019	2.20.21	16	F	A Pobra do Caram	II Control de marcas - Barbanza

SANCHEZ SAN LUIS, JOSE MARIA

Data de nacemento: 01/08/1980 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

Campo a Traves **32.44** 03/02/2019 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

RUTA - Melloras marcas da tempada

Medio Maratón **1.15.52** 17/02/2019 Coruña 21

10 Km. Ruta **34.13** 20/10/2019 10 Km. de Ames

5 Km. Ruta **16.33** 17/03/2019 CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RUTA

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	03/02/2019	32.44	55	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019		7	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Medio Maratón	17/02/2019	1.15.52	23	F	A Coruña	Coruña 21
10 Km. Ruta	17/02/2019	40.30		PA	A Coruña	Coruña 21
10 Km. Ruta	14/04/2019	34.30	9	F	A Coruña	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO
MMT 10 Km. Ruta	20/10/2019	34.13	12	F	Ames	10 Km. de Ames
10 Km. Ruta	10/11/2019	37.04	59	F	Negreira	10 Km. de Negreira
MMT 5 Km. Ruta	17/03/2019	16.33	17	F	As Pontes	CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RU
5 Km. Ruta	20/10/2019	17.03		PA	Ames	10 Km. de Ames

SANMARCO SANTOS, FRANCISCO

Data de nacemento: 12/04/1964 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 55 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

5.000 metros lisos	19.50.02	09/06/2019	XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE
10.000 metros lisos	41.32.06	24/03/2019	CTO. GALICIA DE 5000 SUB18H, SUB18,20 M 10000 ABS.-Control 500

RUTA - Melloras marcas da tempada

Maratón	3.05.43	14/04/2019	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON - CORUÑA 42- 10 KM. RUTA
Medio Maratón	1.31.16	14/04/2019	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON - CORUÑA 42- 10 KM. RUTA
10 Km. Ruta	41.02	16/03/2019	10 Km. de Laredo
5 Km. Ruta	20.39	16/03/2019	10 Km. de Laredo

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5.000 metros lisos	09/06/2019	19.50.02	2	F	Bastiaqueiro (Oleir	XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER
MMT 10.000 metros lisos	24/03/2019	41.32.06	3	F	Marin	CTO. GALICIA DE 5000 SUB18H, SUB18,20
Campo a Traves	03/02/2019		134	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019		18	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Maratón	14/04/2019	3.05.43	34	F	A Coruña	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO
MMT Medio Maratón	14/04/2019	1.31.16		PA	A Coruña	XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO
Medio Maratón	25/05/2019	1.31.29	61	F	Ortigueira	29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1
MMT 10 Km. Ruta	16/03/2019	41.02	978	F	Laredo	10 Km. de Laredo
10 Km. Ruta	25/05/2019	42.50		PA	Ortigueira	29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1
10 Km. Ruta	06/10/2019	41.18	318	F	A Coruña	Coruña 10
MMT 5 Km. Ruta	16/03/2019	20.39		PA	Laredo	10 Km. de Laredo

SANTOMIL LAPIDO, MIGUEL

Data de nacemento: 24/05/1978 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 40 **Adestrador:**

- Meliores marcas da tempada

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	03/02/2019		132	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

SANTOS BLANCO, DIEGO

Data de nacemento: 06/04/1984 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

RUTA - Melloras marcas da tempada

Maratón	2.57.53	01/12/2019	Maraton de Valencia
Medio Maratón	1.27.57	01/12/2019	Maraton de Valencia
10 Km. Ruta	36.25	10/11/2019	10 Km. de Negreira
5 Km. Ruta	21.49	01/12/2019	Maraton de Valencia

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Maratón	01/12/2019	2.57.53	1627	F	Valencia	Maraton de Valencia
<i>MMT</i> Medio Maratón	01/12/2019	1.27.57			Valencia	Maraton de Valencia
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	10/11/2019	36.25	47	F	Negreira	10 Km. de Negreira
10 Km. Ruta	01/12/2019	42.20			Valencia	Maraton de Valencia
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	01/12/2019	21.49			Valencia	Maraton de Valencia

SUAREZ LEIS, JOSE

Data de nacemento: 23/12/1963 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 55 **Adestrador:**

CAMPO A TRAVÉS - Mellores marcas da tempada

Campo a Traves **15.47** 10/02/2019 XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE CAMPA A TRAVES

RUTA - Mellores marcas da tempada

10 Km. Ruta **36.15** 20/10/2019 10 Km. de Ames
5 Km. Ruta **18.06** 20/10/2019 10 Km. de Ames

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	10/02/2019	15.47	1	F	Fene	XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	20/10/2019	36.15	28	F	Ames	10 Km. de Ames
MMT 5 Km. Ruta	20/10/2019	18.06		PA	Ames	10 Km. de Ames

VIEITO VILACOBA, JOSE MANUEL

Data de nacemento: 26/04/1984 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: VETERÁNS 35 **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

5.000 metros lisos **15.45.20** 09/06/2019 XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE

RUTA - Melloras marcas da tempada

Maratón **2.20.33** 01/12/2019 Maraton de Valencia
Medio Maratón **1.06.33** 27/10/2019 Medio Maraton de Valencia
10 Km. Ruta **30.59** 06/10/2019 Coruña 10
5 Km. Ruta **15.35** 27/10/2019 Medio Maraton de Valencia

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5.000 metros lisos	09/06/2019	15.45.20	1	F	Bastiaqueiro (Oleir	XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Maratón	01/12/2019	2.20.33	72	F	Valencia	Maraton de Valencia
MMT Medio Maratón	27/10/2019	1.06.33	58	F	Valencia	Medio Maraton de Valencia
Medio Maratón	01/12/2019	1.19.19		PA	Valencia	Maraton de Valencia
MMT 10 Km. Ruta	06/10/2019	30.59	10	F	A Coruña	Coruña 10
10 Km. Ruta	27/10/2019	31.19		PA	Valencia	Medio Maraton de Valencia
10 Km. Ruta	01/12/2019	32.26		PA	Valencia	Maraton de Valencia
MMT 5 Km. Ruta	27/10/2019	15.35		PA	Valencia	Medio Maraton de Valencia
5 Km. Ruta	01/12/2019	16.16		PA	Valencia	Maraton de Valencia

VILA COMBARROS, DANIEL

Data de nacemento: 08/03/1978 **Clube:** ATLETISMO SAR
Categoría: MASTER (CAMB) **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

Campo a Traves **32.28** 03/02/2019 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES

RUTA - Melloras marcas da tempada

Medio Maratón **1.18.50** 25/05/2019 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1/2 MARATON
10 Km. Ruta **35.15** 16/12/2018 Campionato Provincial de 10 Km. en ruta - 17 Carreira do Nadal
5 Km. Ruta **17.32** 16/12/2018 17ª Carreira Pedestre do Nadal 10 Km. - Campionato Provincial

Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
3.000 m. Obstáculos	09/06/2019	AB		F	Bastiaqueiro (Oleir	XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER
<i>MMT</i> Campo a Traves	03/02/2019	32.28	50	F	As Pontes	84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E

Detalle das participación en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/02/2019		8	F	Fene	XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER

Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Medio Maratón	25/05/2019	1.18.50	24	F	Ortigueira	29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1
10 Km. Ruta	16/12/2018	35.15	10	F	San Cibrao das Viñ	17ª Carreira Pedestre do Nadal 10 Km. - C
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	16/12/2018	35.15	11	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. en ruta -
10 Km. Ruta	25/05/2019	36.52		PA	Ortigueira	29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	16/12/2018	17.32		PA	San Cibrao das Viñ	17ª Carreira Pedestre do Nadal 10 Km. - C