

## CASTRO GÓMEZ, DANIEL

**Data de nacemento:** 10/05/2002      **Clube:** TAMBRE BIKE-RUNNING  
**Categoría:** SUB 18      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**Milla Urbana**      **5.11**      07/04/2019      XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN RUTA

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	07/04/2019	5.11	10	F	Santiago	XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN

## FERNADEZ TOJO, ALEXANDRE

**Data de nacemento:** 13/05/1994      **Clube:** TAMBRE BIKE-RUNNING  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>10 Km. Ruta</b>	<b>36.10</b>	20/10/2019	10 Km. de Ames
<b>5 Km. Ruta</b>	<b>17.56</b>	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	36.10	27	F	Ames	10 Km. de Ames
MMT 5 Km. Ruta	20/10/2019	17.56		PA	Ames	10 Km. de Ames

## MOSQUERA DONO, PABLO

**Data de nacemento:** 16/11/1982      **Clube:** TAMBRE BIKE-RUNNING  
**Categoría:** MASTER (CAMB)      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>10 Km. Ruta</b>	<b>36.34</b>	20/10/2019	10 Km. de Ames
<b>5 Km. Ruta</b>	<b>17.56</b>	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	36.34	35	F	Ames	10 Km. de Ames
MMT 5 Km. Ruta	20/10/2019	17.56		PA	Ames	10 Km. de Ames

## PENAS GARCIA, RUBEN

**Data de nacemento:** 31/10/1977      **Clube:** TAMBRE BIKE-RUNNING  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### RUTA - Meliores marcas da tempada

**Milla Urbana**      **5.38**      25/08/2019      Campioanto Provincial de Milla urbana

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	25/08/2019	5.38	7	F	Guntin	Campioanto Provincial de Milla urbana

## RAÑA RECOUSO, AMANCIO

**Data de nacemento:** 24/11/1983      **Clube:** TAMBRE BIKE-RUNNING  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**5.000 metros lisos**      **18.09.95**      09/06/2019      XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE

#### 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	18.09.95	4	F	Bastiaqueiro (Oleir	XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Medio Maratón	17/02/2019	DNF		F	A Coruña	Coruña 21

## RIBEIRO PINTO DA COSTA , NUNO FILIPE

**Data de nacemento:** 04/11/1986      **Clube:** TAMBRE BIKE-RUNNING  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>10 Km. Ruta</b>	<b>30.44</b>	20/10/2019	10 Km. de Ames
<b>5 Km. Ruta</b>	<b>15.02</b>	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	30.44	3	F	Ames	10 Km. de Ames
10 Km. Ruta	10/11/2019	34.32	20	F	Negreira	10 Km. de Negreira
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	20/10/2019	15.02		PA	Ames	10 Km. de Ames

## ROSENDE FUENTES, JOSE LUIS

**Data de nacemento:** 05/05/1981      **Clube:** TAMBRE BIKE-RUNNING  
**Categoría:** MASTER (CAMB)      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **40.31**      06/10/2019      Coruña 10

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	06/10/2019	40.31	286	F	A Coruña	Coruña 10

## SENRA MARTINEZ, DAVID

**Data de nacemento:** 04/06/1992      **Clube:** TAMBRE BIKE-RUNNING  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>10 Km. Ruta</b>	<b>37.38</b>	20/10/2019	10 Km. de Ames
<b>5 Km. Ruta</b>	<b>18.34</b>	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	37.38	59	F	Ames	10 Km. de Ames
MMT 5 Km. Ruta	20/10/2019	18.34		PA	Ames	10 Km. de Ames