

## ADAS PROINOR, ABSOLUTO HOMES

**Data de nacemento:** 01/01/1993      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**4 x 100 metros relevos**      **50.22**    23/04/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES  
**4 x 400 metros relevos**      **3.45.57**    23/04/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

### CAMPO A TRAVÉS - Mellores marcas da tempada

**Campo a Traves**      **38**    14/02/2016    CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PROMESA,JUNIOR INDIV. E CLUBES

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	23/04/2016	67	7	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<i>MMT</i> 4 x 100 metros relevos	23/04/2016	50.22	7	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
4 x 100 metros relevos	17/05/2016	DS		F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 4 x 400 metros relevos	23/04/2016	3.45.57	7	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

#### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	17/01/2016	31	7	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE
4X1 VUELTA	17/01/2016	3.55.37	8	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	31/01/2016	71	4	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR
CLASIFICACION	28/02/2016	661	41	F	Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA CAMPO A TRAVE
CLASIFICACION	06/03/2016	12	2	F	Fene	CAMPIONATO DE GALICIA DE CAMPO A TR
<i>MMT</i> Campo a Traves	14/02/2016	38	2	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO

## ADAS PROINOR, ABSOLUTO MUJERES

**Data de nacemento:** 01/01/1993      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>4 x 100 metros relevos</b>	<b>52.67</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>4 x 400 metros relevos</b>	<b>4.06.42</b>	12/06/2016	Cto España Clubes 2ª División - FINAL TITULO
			Cto. España Clubes 2ª División Mulleres . FINAL TITULO

### CAMPO A TRAVÉS - Melloras marcas da tempada

<b>Campo a Traves</b>	<b>10</b>	14/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PROMESA,JUNIOR INDIV. E CLUBES
-----------------------	-----------	------------	---

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	23/04/2016	109	3	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
CLASIFICACION	12/06/2016	93	5	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª División - FINAL TIT
4 x 100 metros relevos	23/04/2016	53.50	6	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<i>MMT</i> 4 x 100 metros relevos	17/05/2016	52.67	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
4 x 100 metros relevos	12/06/2016	52.89	7	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª División - FINAL TIT
4 x 400 metros relevos	23/04/2016	4.07.21	2	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<i>MMT</i> 4 x 400 metros relevos	12/06/2016	4.06.42	2	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª División - FINAL TIT

#### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	17/01/2016	71	2	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE
4X1 VUELTA	17/01/2016	4.15.00	1	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	31/01/2016	19	1	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR
CLASIFICACION	28/02/2016	198	9	F	Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA CAMPO A TRAVE
<i>MMT</i> Campo a Traves	14/02/2016	10	1	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO

## ADAS PROINOR, ALEVIN HOMES

**Data de nacemento:** 01/01/2005      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### CAMPO A TRAVÉS - Meliores marcas da tempada

**Campo a Traves**      **22.14**    13/02/2016    I CAMPIONATO DE GALICIA DE RELEVOS MIXTOS DE CAMPO A TRAVES

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	31/01/2016	62	4	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP
Campo a Traves	13/02/2016	26.21	11	F	Ribadavia	I CAMPIONATO DE GALICIA DE RELEVOS
Campo a Traves	13/02/2016	24.07	7	F	Ribadavia	I CAMPIONATO DE GALICIA DE RELEVOS
<i>MMT</i> Campo a Traves	13/02/2016	22.14	1	F	Ribadavia	I CAMPIONATO DE GALICIA DE RELEVOS

## ADAS PROINOR, ALEVIN MULLERES

**Data de nacemento:** 01/01/2005      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### - Melloras marcas da tempada

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	12/03/2016	123	7	F	A Estrada	CAMPIONATO DE GALICIA ESCOLAR DE CA

## ADAS PROINOR, BENXAMIN HOMES

**Data de nacemento:** 01/01/2008      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### CAMPO A TRAVÉS - Meliores marcas da tempada

**Campo a Traves**      **18.41**    13/02/2016    I CAMPIONATO DE GALICIA DE RELEVOS MIXTOS DE CAMPO 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	13/02/2016	18.41	5	F	Ribadavia	I CAMPIONATO DE GALICIA DE RELEVOS

## ADAS PROINOR, BENXAMIN MULLERES

**Data de nacemento:** 01/01/2008      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### - Melloras marcas da tempada

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	31/01/2016	74	5	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## ADAS PROINOR, INFANTIL HOMES

**Data de nacemento:** 01/01/2004      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### CAMPO A TRAVÉS - Meliores marcas da tempada

**Campo a Traves**      **21.31**    13/02/2016    I CAMPIONATO DE GALICIA DE RELEVOS MIXTOS DE CAMPO A TRAVES

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	13/02/2016	25.38	9	F	Ribadavia	I CAMPIONATO DE GALICIA DE RELEVOS
<i>MMT</i> Campo a Traves	13/02/2016	21.31	3	F	Ribadavia	I CAMPIONATO DE GALICIA DE RELEVOS

## ADAS PRONIOR, INFANTIL MULLERES

**Data de nacemento:** 01/01/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### - Mellores marcas da tempada

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
CLASIFICACION	31/01/2016	113	8	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP



## ALEJANDRE TATO, AARON

**Data de nacemento:** 13/11/1997      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** JUNIOR      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>100 metros lisos</b>	<b>12,79</b>	02/04/2016	Control de marcas en pista
<b>Lanzamento de peso 7,260 kg</b>	<b>9,26</b>	16/07/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIRE LIBRE
<b>Lanzamento de disco 2kg</b>	<b>33,25</b>	23/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<b>Lanzamento de xabalina 800 g</b>	<b>41,27</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Lanzamento de peso 6 kg</b>	<b>10,75</b>	18/06/2016	III Xornada en pista Deputacion de Lugo
<b>Lanzamento de martelo 6 kg</b>	<b>38,94</b>	02/04/2016	Control de marcas en pista

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>Lanzamento de peso 7,260 kg</b>	<b>9,13</b>	17/01/2016	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA
<b>Lanzamento de peso 6 kg</b>	<b>10,67</b>	27/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNIOR EN PISTA CUBERTA

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Disco 1,750 Kg.	05/03/2016	33,00	1	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion en pista
Disco 1,750 Kg.	17/05/2016	35,50	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Disco 1,750 Kg.	28/05/2016	32,78	2	F	Lugo	XXIX Memorial Gregorio Perez Rivera
Disco 1,750 Kg.	03/06/2016	35,65	1	F	O Barco	Control de marcas
Disco 1,750 Kg.	05/06/2016	35,79	3	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO
Disco 1,750 Kg.	18/06/2016	35,06	2	F	Lugo	III Xornada en pista Deputacion de Lugo
<i>MMT</i> 100 metros lisos	02/04/2016	12,79	4	F	O Barco	Control de marcas en pista
100 metros lisos	17/05/2016	13,01	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 7,26	16/07/2016	9,26	10	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR
Lanzamento de disco 2kg	23/03/2016	29,81	3	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 2kg	23/04/2016	33,25	5	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
Lanzamento de disco 2kg	16/07/2016	29,84	9	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR
Lanzamento de xabalina 8	02/04/2016	39,47	3	F	O Barco	Control de marcas en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 8	17/05/2016	41,27	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Lanzamento de xabalina 8	28/05/2016	39,28	2	F	Lugo	XXIX Memorial Gregorio Perez Rivera
Lanzamento de xabalina 8	05/06/2016	40,47	3	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO
Lanzamento de xabalina 8	16/07/2016	37,05	11	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR
Lanzamento de peso 6 kg	03/06/2016	10,42	1	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de peso 6 kg	05/06/2016	10,10	2	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 6 kg	18/06/2016	10,75	1	F	Lugo	III Xornada en pista Deputacion de Lugo
Lanzamento de martelo 6	23/03/2016	34,33	2	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 6	02/04/2016	38,94	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
Lanzamento de martelo 6	17/05/2016	36,22	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Lanzamento de martelo 6	28/05/2016	34,69	2	F	Lugo	XXIX Memorial Gregorio Perez Rivera
Lanzamento de martelo 6	03/06/2016	37,32	1	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de martelo 6	05/06/2016	36,64	3	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO
Lanzamento de martelo 6	18/06/2016	29,27	2	F	Lugo	III Xornada en pista Deputacion de Lugo

## Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i>	Lanzamento de peso 7,26	17/01/2016	9,13	6	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE
<i>MMT</i>	Lanzamento de peso 6 kg	27/02/2016	10,67	3	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNI

## ALEJANDRE TATO, AINARA

**Data de nacemento:** 08/01/2004      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>80 metros lisos</b>	<b>13.24</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.59.73</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>7,18</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de disco 800 gr</b>	<b>14,45</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de martelo 3 kg</b>	<b>26,31</b>	11/06/2016	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL
<b>Lanzamento de xabalina 400 g</b>	<b>17,30</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>7,13</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA
--------------------------------	-------------	------------	--

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
80 metros lisos	02/04/2016	13.45	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 80 metros lisos	17/05/2016	13.24	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
500 metros lisos	02/04/2016	2.07.53	13	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.59.73	5	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Lanzamento de peso 3 kg	02/04/2016	7,11	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Lanzamento de peso 3 kg	30/04/2016	7,16	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg	21/05/2016	7,18	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de peso 3 kg	11/06/2016	6,48	11	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
Lanzamento de disco 800	23/03/2016	13,96	2	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 800	16/04/2016	14,45	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Lanzamento de martelo 3	23/03/2016	20,88	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Lanzamento de martelo 3	30/04/2016	20,13	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de martelo 3	17/05/2016	20,62	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Lanzamento de martelo 3	21/05/2016	21,58	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 3	11/06/2016	26,31	1	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
Lanzamento de xabalina 4	16/04/2016	14,71	5	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Lanzamento de xabalina 4	30/04/2016	14,58	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 4	21/05/2016	17,30	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg	05/03/2016	7,13	9	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		13	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## ALMUDI MARTINEZ, JOSE MANUEL

**Data de nacemento:** 15/11/1940      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 75      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

<b>Lanzamento de peso 4 kg</b>	<b>7,52</b>	20/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON DE LANZAMENTOS VETERANS
<b>Lanzamento de disco 1kg</b>	<b>30,00</b>	27/07/2016	Xornada de lanzamentos de Lovelhe
<b>Lanzamento de martelo 4 kg</b>	<b>39,28</b>	29/06/2016	X Trofeo Alfonso Posada atletismo en pista
<b>Lanzamento de xabalina 500 g</b>	<b>19,14</b>	20/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON DE LANZAMENTOS VETERANS

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 4 kg	20/02/2016	7,52	1	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Lanzamento de peso 4 kg	14/05/2016	7,25	2	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Lanzamento de disco 1kg	19/12/2015	28,16	2	F	Vila Nova Cerveira	I Xornada Lanzamentos de Lovelhe
Lanzamento de disco 1kg	20/02/2016	27,77	1	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Lanzamento de disco 1kg	14/05/2016	27,04	1	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Lanzamento de disco 1kg	18/06/2016	27,62	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
Lanzamento de disco 1kg	09/07/2016	26,99	3	F	Vigo	VIII Xornada Circuito . Trofeo Cidade de Vi
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 1kg	27/07/2016	30,00	3	F	Vila Nova Cervera	Xornada de lanzamentos de Lovelhe
Lanzamento de martelo 4	19/12/2015	38,88	1	F	Vila Nova Cerveira	I Xornada Lanzamentos de Lovelhe
Lanzamento de martelo 4	20/02/2016	35,06	1	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Lanzamento de martelo 4	14/05/2016	28,12	1	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Lanzamento de martelo 4	21/05/2016	36,51	1	F	Vilanova Cerveira	IV Xornada lanzamentos Lovelhe
Lanzamento de martelo 4	18/06/2016	35,64	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 4	29/06/2016	39,28	3	F	Vigo	X Trofeo Alfonso Posada atletismo en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 5	20/02/2016	19,14	1	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Lanzamento de xabalina 5	14/05/2016	18,59	2	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Lanzamento de xabalina 5	21/05/2016	19,19	1	F	Vilanova Cerveira	IV Xornada lanzamentos Lovelhe
Pentatlon Veterán	20/02/2016	3137	1	F	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Pentatlon Veterán	14/05/2016	2925	1	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Martelo Pesado	20/02/2016	11,49	1	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Martelo Pesado	14/05/2016	12,16	1	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Martelo Pesado	18/06/2016	13,32	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

## ALONSO RODRIGUEZ, HUGO

**Data de nacemento:** 21/04/2005      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>8.95</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.34.61</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>3.41.45</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de altura</b>	<b>1,35</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,24</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Triatlón Alevín</b>	<b>827</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

### CAMPO A TRAVÉS - Mellores marcas da tempada

<b>Campo a Traves</b>	<b>6.03</b>	10/01/2016	Campionato Provincial de Campo a Traves
-----------------------	-------------	------------	---

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

<b>Salto de altura</b>	<b>1,22</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,30</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 60 metros lisos	02/04/2016	8.95		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
60 metros lisos	30/04/2016	9.17	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
60 metros lisos	17/05/2016	9.36	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.34.61	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	16/04/2016	3.41.45	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de altura	16/04/2016	1,24	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Salto de altura	21/05/2016	1,35	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de altura	11/06/2016	1,33	3	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
Salto de lonxitude	02/04/2016	3,9	1	TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	21/05/2016	4,24	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	11/06/2016	4,00	3	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
<i>MMT</i> Triatlón Alevín	02/04/2016	827	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Salto de altura	05/03/2016	1,22	3	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	05/03/2016	4,30	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Campo a Traves	10/01/2016	6.03	1	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		11	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## ALONSO RODRIGUEZ, CELTIA

**Data de nacemento:** 10/03/2008      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>9.30</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.58.49</b>	17/05/2016	V Xornada	Copa Deputacion en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>2,83</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de pelota</b>	<b>9,76</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada	previa atletismo en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
50 metros lisos	02/04/2016	9.59	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
50 metros lisos	30/04/2016	9.50	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
50 metros lisos	17/05/2016	9.32	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
50 metros lisos	21/05/2016	9.37	7	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 50 metros lisos	21/05/2016	9.30	1	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
500 metros lisos	02/04/2016	2.03.34	4	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.58.49	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Salto de lonxitude	30/04/2016	2,68	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	21/05/2016	2,83	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de pelota	16/04/2016	9,76	3	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		3	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		26	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## ALVAREDO MONTES, JUAN CARLOS

**Data de nacemento:** 25/12/1969      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>400 metros lisos</b>	<b>1.04.20</b>	23/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>3.29.48</b>	10/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VETERANS
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,55</b>	18/06/2016	III Xornada en pista Deputacion de Lugo

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>8.42</b>	09/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VETERANS
<b>Salto de altura</b>	<b>1,31</b>	09/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VETERANS
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,78</b>	09/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VETERANS
<b>Salto con pértiga</b>	<b>2,10</b>	10/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VETERANS
<b>Lanzamento de peso 7,260 kg</b>	<b>7,11</b>	09/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VETERANS
<b>60 metros valados 1,00</b>	<b>12.73</b>	10/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VETERANS

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
200 metros lisos	18/06/2016	27.46	5	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<i>MMT</i> 400 metros lisos	23/04/2016	1.04.20	8	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	10/01/2016	3.29.48	2	H	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET
Salto de lonxitude	18/06/2016	4,51	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
Salto de lonxitude	18/06/2016	4,81	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	18/06/2016	4,55	4	F	Lugo	III Xornada en pista Deputacion de Lugo

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 60 metros lisos	09/01/2016	8.42	2	H	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET
<i>MMT</i> Salto de altura	09/01/2016	1,31	1	H	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	09/01/2016	4,78	2	H	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET
Salto de lonxitude	28/02/2016	4,54	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
<i>MMT</i> Salto con pértiga	10/01/2016	2,10	1	H	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 7,26	09/01/2016	7,11	1	H	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET
<i>MMT</i> 60 metros valados 1,00	10/01/2016	12.73	2	H	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET
Heptathlon Veterano	10/01/2016	2939	2	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET

## ALVAREZ ARIAS, MARCO AURELIO

**Data de nacemento:** 07/09/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>12,62</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>2,28</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>3,78</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 60 metros lisos	16/04/2016	12,62	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	16/04/2016	2,20	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	30/04/2016	2,28	8	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	30/04/2016	3,78	10	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista





FEDERACION GALLEGA  
DE ATLETISMO

## CURRICULUM DO ATLETA

Federación Galega Atletismo  
www.atletismo.gal

### ALVAREZ CARNERO, GILBERTO

**Data de nacemento:** 05/07/1980      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **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	28/02/2016	252	F		Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA CAMPO A TRAVE

## ALVAREZ DELGADO, MARIA

**Data de nacemento:** 17/03/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>80 metros lisos</b>	<b>12,58</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,37</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>6,99</b>	03/06/2016	Control de marcas
<b>Lanzamento de disco 800 gr</b>	<b>18,22</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de xabalina 400 g</b>	<b>21,53</b>	11/06/2016	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>6,42</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA
--------------------------------	-------------	------------	--

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
80 metros lisos	02/04/2016	12,68	4	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> 80 metros lisos	30/04/2016	12,58	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	16/04/2016	3,37	5	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Lanzamento de peso 3 kg	02/04/2016	6,73	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de peso 3 kg	30/04/2016	6,70	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de peso 3 kg	21/05/2016	6,54	5	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg	03/06/2016	6,99	1	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de disco 800	23/03/2016	14,50	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Lanzamento de disco 800	16/04/2016	16,84	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 800	21/05/2016	18,22	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de disco 800	03/06/2016	17,77	1	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de disco 800	11/06/2016	17,45	9	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
Lanzamento de xabalina 4	16/04/2016	17,78	4	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Lanzamento de xabalina 4	30/04/2016	16,00	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de xabalina 4	21/05/2016	19,19	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 4	11/06/2016	21,53	8	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN

### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg	05/03/2016	6,42	12	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE

## ALVAREZ GONZALEZ, MARCOS

**Data de nacemento:** 02/11/1996      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** PROMESA      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>500 metros lisos</b>	<b>5.01.24</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4.58.50</b>	11/05/2016	XLI Trofeo Sociedad Gimnastica de Pontevedra
<b>3.000 metros lisos</b>	<b>10.34.17</b>	15/06/2016	XLIII Trofeo Boa Vila - II Xornada Super Froiz

### MONTAÑA - Melloras marcas da tempada

<b>TRAIL</b>	<b>2.02.42</b>	03/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL
--------------	----------------	------------	--------------------------------

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>10 Km. Ruta</b>	<b>40.41</b>	13/12/2015	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta
<b>5 Km. Ruta</b>	<b>19.05</b>	02/07/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RUTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 500 metros lisos	17/05/2016	5.01.24	7	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
MMT 1.500 metros lisos	11/05/2016	4.58.50	7	F	Pontevedra	XLI Trofeo Sociedad Gimnastica de Pontevedra
MMT 3.000 metros lisos	15/06/2016	10.34.17	8	F	Pontevedra	XLIII Trofeo Boa Vila - II Xornada Super Froiz

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		50	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		113	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR
Campo a Traves	14/02/2016		160	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	13/12/2015	40.41	62	F	San Cibrao das Viñas	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta
MMT 5 Km. Ruta	02/07/2016	19.05	62	F	Curtis	CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RUTA

### Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT TRAIL	03/04/2016	2.02.42	8	F	A Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

## ALVAREZ PRADA, CARMEN

**Data de nacemento:** 23/09/1974      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>8.60</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA
<b>200 metros lisos</b>	<b>33.38</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA
<b>800 metros lisos</b>	<b>2.52.18</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA

### RUTA - Mellores marcas da tempada

<b>Milla Urbana</b>	<b>6.28</b>	11/09/2016	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
---------------------	-------------	------------	----------------------------------

### Detalle das participacións en probas de Pista Cuberta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 50 metros lisos	28/02/2016	8.60	6	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
MMT 200 metros lisos	28/02/2016	33.38	6	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
MMT 800 metros lisos	28/02/2016	2.52.18	3	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Milla Urbana	11/09/2016	6.28	3	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo

**ANTA FERNANDEZ, DAMIAN**

**Data de nacemento:** 25/01/1997      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** JUNIOR      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>400 metros lisos</b>	<b>53.3</b>	09/07/2016	VIII Xornada Circuito . Trofeo Cidade de Vigo
<b>500 metros lisos</b>	<b>4.12.11</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>800 metros lisos</b>	<b>2.00.01</b>	18/06/2016	III Xornada en pista Deputacion de Lugo
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4.12.12</b>	29/05/2016	Ourense Termal Athletis Meeting
<b>Salto con pértega</b>	<b>2,75</b>	07/05/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE JUNIOR DE CLUBES

**MONTAÑA - Melloras marcas da tempada**

<b>TRAIL</b>	<b>1.28.51</b>	03/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL
--------------	----------------	------------	--------------------------------

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

<b>400 metros lisos</b>	<b>54.62</b>	27/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNIOR EN PISTA CUBERTA
<b>800 metros lisos</b>	<b>2.04.58</b>	27/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNIOR EN PISTA CUBERTA
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4.26.45</b>	24/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PROMESA E 1500-3000 JUNIOR/XUVENIL

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 400 metros lisos	09/07/2016	53.3	1	F	Vigo	VIII Xornada Circuito . Trofeo Cidade de Vigo
MMT 500 metros lisos	17/05/2016	4.12.11	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
800 metros lisos	05/03/2016	2.01.93	1	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion en pista
800 metros lisos	23/04/2016	2.03.27	6	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
800 metros lisos	07/05/2016	2.03.48	3	F	Ferrol	CAMPIONATO DE GALICIA DE JUNIOR DE
800 metros lisos	21/05/2016	2.01.12	2	F	Lugo	II Xornda en pista Deputacion de Lugo
800 metros lisos	05/06/2016	2.01.52	3	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO
MMT 800 metros lisos	18/06/2016	2.00.01	1	F	Lugo	III Xornada en pista Deputacion de Lugo
800 metros lisos	02/07/2016	2.01.30	3	F	Vigo	VII Xornada Circuito Concello de Vigo
800 metros lisos	16/07/2016	2.00.03	5	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR
MMT 1.500 metros lisos	29/05/2016	4.12.12	6	F	Ourense	Ourense Termal Athletis Meeting
1.500 metros lisos	05/06/2016	4.17.00	3	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO
MMT Salto con pértega	07/05/2016	2,75	4	F	Ferrol	CAMPIONATO DE GALICIA DE JUNIOR DE

**Detalle das participación en probas de Pista Cubierta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
400 metros lisos	17/01/2016	57.10	8	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE
MMT 400 metros lisos	27/02/2016	54.62	5	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNI
MMT 800 metros lisos	27/02/2016	2.04.58	4	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNI
MMT 1.500 metros lisos	24/01/2016	4.26.45	3	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PR

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		22	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	14/02/2016		13	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO, PRO



## Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> TRAIL	03/04/2016	1.28.51	1	F	A Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

**ARES PRADA, ALEJO**

**Data de nacemento:** 10/11/1989      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

**CAMPO A TRAVÉS - Mellores marcas da tempada**

**Campo a Traves**      **33.18**    13/03/2016    CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CAMPO A TRAVES

**RUTA - Mellores marcas da tempada**

**Milla Urbana**      **4.45**    11/09/2016    XXX Milla Urbana Festa do Cristo

**10 Km. Ruta**      **33.19**    13/12/2015    Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		3	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		10	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR
Campo a Traves	14/02/2016		11	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO
Campo a Traves	28/02/2016		83	F	Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA CAMPO A TRAVE
<i>MMT</i> Campo a Traves	13/03/2016	33.18	82	F	Calatayud	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CAMPO A TR

**Detalle das participación en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	11/09/2016	4.45	11	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	13/12/2015	33.19	5	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

## ARIAS AIRA, EVA

**Data de nacemento:** 08/10/1980      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**3.000 m. Obstáculos**      **10.24.29**    23/07/2016    CAMPIONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO AIRE LIBRE

### CAMPO A TRAVÉS - Mellores marcas da tempada

**Campo a Traves**      **17.41**    10/01/2016    Campionato Provincial de Campo a Traves

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

**1.500 metros lisos**      **4.55.38**    17/01/2016    COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA

**3.000 metros lisos**      **9.54.42**    24/01/2016    CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PROMESA E 1500-3000 JUNIOR/XUVENIL

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**Milla Urbana**      **5.35**    11/09/2016    XXX Milla Urbana Festa do Cristo

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
3.000 m. Obstáculos	23/04/2016	11.01.73	1	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
3.000 m. Obstáculos	03/06/2016	10.46.03	13	F	Huelva	Meeting Iberoamericaos de Atletismo
3.000 m. Obstáculos	12/06/2016	11.08.04	2	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª Division - FINAL TIT
3.000 m. Obstáculos	16/07/2016	11.00.21	1	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR
<i>MMT</i> 3.000 m. Obstáculos	23/07/2016	10.24.29	9	F	Gijon	CAMPIONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO AIRE

#### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	17/01/2016	4.55.38	1	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE
<i>MMT</i> 3.000 metros lisos	24/01/2016	9.54.42	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PR

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Campo a Traves	10/01/2016	17.41	1	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		7	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	11/09/2016	5.35	5	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo



## ARIAS CARRACEDO, HUGO

**Data de nacemento:** 26/02/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>9.57</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.43.33</b>	17/05/2016	V	Xornada Copa Deputacion en pista
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>3.51.93</b>	16/04/2016	XOGADE - II	Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de altura</b>	<b>1,07</b>	16/04/2016	XOGADE - II	Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,79</b>	02/04/2016	XOGADE .	Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>5,30</b>	02/04/2016	XOGADE .	Xornada previa atletismo en pista
<b>Triatlón Alevín</b>	<b>555</b>	02/04/2016	XOGADE .	Xornada previa atletismo en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
60 metros lisos	02/04/2016	9.66		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
60 metros lisos	17/05/2016	9.91	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
60 metros lisos	21/05/2016	9.86	8	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 60 metros lisos	21/05/2016	9.57	2	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.43.33	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	16/04/2016	3.51.93	3	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Salto de altura	16/04/2016	1,07	3	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	02/04/2016	3,79		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Salto de lonxitude	21/05/2016	3,66	4	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	5,30		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> Triatlón Alevín	02/04/2016	555	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		4	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		24	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## ARIAS MARTINEZ, MARIA JOSE

**Data de nacemento:** 13/10/1971      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### RUTA - Meliores marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **47.19**      13/12/2015      Campionato Provincial 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	13/12/2015	47.19	11	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

## ASENSIO CAMPAZAS, ALBERTO CARLOS

**Data de nacemento:** 08/09/1979      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4.26.43</b>	23/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<b>Lanzamento de xabalina 800 g</b>	<b>26,55</b>	18/06/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

### MONTAÑA - Melloras marcas da tempada

<b>TRAIL</b>	<b>1.57.28</b>	03/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL
--------------	----------------	------------	--------------------------------

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>800 metros lisos</b>	<b>2.07.98</b>	17/01/2016	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA
-------------------------	----------------	------------	---

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Milla Urbana</b>	<b>4.58</b>	11/09/2016	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>39.35</b>	13/12/2015	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
500 metros lisos	17/05/2016	AB		F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	23/04/2016	4.26.43	5	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
1.500 metros lisos	18/06/2016	4.27.04	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 8	18/06/2016	26,55	3	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 800 metros lisos	17/01/2016	2.07.98	8	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		24	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		29	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR
Campo a Traves	14/02/2016		61	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO
Campo a Traves	28/02/2016		256	F	Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA CAMPO A TRAVE
Campo a Traves	06/03/2016		6	F	Fene	CAMPIONATO DE GALICIA DE CAMPO A TR

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	11/09/2016	4.58	3	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
Milla Urbana	24/09/2016	5.06	6	F	Marin	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE MILLA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	13/12/2015	39.35	53	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

### Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	12/06/2016	1.21.03	22	F	Esgos	CAMPIONATO DE GALICIA DE MONTAÑA
<i>MMT</i> TRAIL	03/04/2016	1.57.28	5	F	A Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

## BALLESTEROS FERNANDEZ, MARTA

**Data de nacemento:** 07/09/2001      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** CADETE      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**3.000 metros lisos**      **11.43.16**    04/06/2016    CAMPIONATO DE GALICIA CADETE AIRE LIBRE  
**1.500 m. Obstáculos**      **6.00.05**    17/05/2016    V Xornada Copa Deputacion en pista

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

**3.000 metros lisos**      **12.02.9**    06/03/2016    CAMPIONATO DE GALICIA CADETE EN PISTA CUBERTA

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**Milla Urbana**      **6.10**    11/09/2016    XXX Milla Urbana Festa do Cristo

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3.000 metros lisos	04/06/2016	11.43.16	7	F	Ferrol	CAMPIONATO DE GALICIA CADETE AIRE L
MMT 1.500 m. Obstáculos	17/05/2016	6.00.05	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista

#### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3.000 metros lisos	06/03/2016	12.02.9	6	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA CADETE EN PIS

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		2	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		19	F	Friol	CAMPINATO DE GALICIA DE CAMPO A TRA
Campo a Traves	12/03/2016		17	F	A Estrada	CAMPIONATO DE GALICIA ESCOLAR DE CA

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Milla Urbana	11/09/2016	6.10	1	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo

**BAO ESTEVEZ, FRANCISCO**

**Data de nacemento:** 21/07/1949      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 65      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>Lanzamento de disco 1kg</b>	<b>23,09</b>	23/03/2016	Trofeo Proinor - Control de marcas
<b>Lanzamento de xabalina 600 g</b>	<b>19,24</b>	18/06/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<b>Lanzamento de peso 5 kg</b>	<b>7,36</b>	18/06/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

<b>1.500 metros lisos</b>	<b>8.16.54</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>2,78</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA
<b>Lanzamento de peso 5 kg</b>	<b>7,13</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA

**RUTA - Melloras marcas da tempada**

<b>Milla Urbana</b>	<b>9.22</b>	11/09/2016	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
---------------------	-------------	------------	----------------------------------

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 1kg	23/03/2016	23,09	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Lanzamento de disco 1kg	03/06/2016	21,54	1	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de disco 1kg	18/06/2016	19,49	2	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
Lanzamento de xabalina 6	02/04/2016	17,19	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 6	18/06/2016	19,24	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
Lanzamento de peso 5 kg	03/06/2016	7,29	1	F	O Barco	Control de marcas
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 5 kg	18/06/2016	7,36	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

**Detalle das participación en probas de Pista Cubierta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	28/02/2016	8.16.54	3	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	28/02/2016	2,78	3	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 5 kg	28/02/2016	7,13	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		3	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

**Detalle das participación en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	11/09/2016	9.22	19	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo

## BAO MARTINEZ, JOSE MANUEL

**Data de nacemento:** 25/04/1954      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 60      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>100 metros lisos</b>	<b>13.20</b>	09/07/2016	X CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CLUBES VETERANOS
<b>200 metros lisos</b>	<b>28.08</b>	09/07/2016	X CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CLUBES VETERANOS

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>7.05</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA
<b>60 metros lisos</b>	<b>8.31</b>	13/02/2016	III Xornada Deputacion de Lugo en modulo cuberto
<b>200 metros lisos</b>	<b>28.31</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
100 metros lisos	28/05/2016	13.52	2	SF	Lugo	XXIX Memorial Gregorio Perez Rivera
100 metros lisos	25/06/2016	13.38	2	F	Elche	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE
<i>MMT</i> 100 metros lisos	09/07/2016	13.20	12	F	Castellon	X CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CLUBES VE
<i>MMT</i> 200 metros lisos	09/07/2016	28.08	15	F	Castellon	X CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CLUBES VE

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 50 metros lisos	28/02/2016	7.05	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
<i>MMT</i> 60 metros lisos	13/02/2016	8.31	5	F	Lugo	III Xornada Deputacion de Lugo en modulo
60 metros lisos	19/03/2016	8.39	2	F	Antequera	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE VETERANS E
<i>MMT</i> 200 metros lisos	28/02/2016	28.31	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
200 metros lisos	18/03/2016	28.65	2	SF	Antequera	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE VETERANS E
200 metros lisos	20/03/2016	28.97	3	F	Antequera	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE VETERANS E

## BARREIRO FERNANDEZ, JOSE

**Data de nacemento:** 17/09/1945      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 70      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>100 metros lisos</b>	<b>18.23</b>	18/06/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<b>400 metros lisos</b>	<b>1.41.68</b>	18/06/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<b>Lanzamento de peso 4 kg</b>	<b>7,37</b>	18/06/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>9.57</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA
<b>400 metros lisos</b>	<b>1.42.42</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>2,74</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 100 metros lisos	18/06/2016	18.23	2	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
MMT 400 metros lisos	18/06/2016	1.41.68	1	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
MMT Lanzamento de peso 4 kg	18/06/2016	7,37	1	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

#### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 50 metros lisos	28/02/2016	9.57	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
MMT 400 metros lisos	28/02/2016	1.42.42	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
MMT Salto de lonxitude	28/02/2016	2,74	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P

**BEMBIBRE DOMINGUEZ, JUAN**

**Data de nacemento:** 26/02/1999      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>100 metros lisos</b>	<b>12.82</b>	02/04/2016	Control de marcas en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>57.99</b>	02/04/2016	Control de marcas en pista
<b>Salto de altura</b>	<b>1,71</b>	28/05/2016	XXIX Memorial Gregorio Perez Rivera
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>5,71</b>	02/04/2016	Control de marcas en pista
<b>Triplo salto</b>	<b>12,21</b>	23/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

<b>Salto de altura</b>	<b>1,68</b>	20/12/2015	I Trofeo Verxel indoor
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>5,37</b>	20/12/2015	I Trofeo Verxel indoor
<b>Triplo salto</b>	<b>11,92</b>	13/02/2016	Control Técnico Concentracion de saltos

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 100 metros lisos	02/04/2016	12.82	5	F	O Barco	Control de marcas en pista
MMT 500 metros lisos	02/04/2016	57.99	2	F	O Barco	Control de marcas en pista
MMT Salto de altura	28/05/2016	1,71	2	F	Lugo	XXIX Memorial Gregorio Perez Rivera
Salto de altura	05/06/2016	1,68	2	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO
Salto de lonxitude	23/03/2016	5,36	2	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
MMT Salto de lonxitude	02/04/2016	5,71	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
Salto de lonxitude	28/05/2016	5,39	6	F	Lugo	XXIX Memorial Gregorio Perez Rivera
Triplo salto	23/03/2016	12,03	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
MMT Triplo salto	23/04/2016	12,21	5	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
Triplo salto	29/05/2016	12,18	4	F	Ourense	Ourense Termal Athletis Meeting
Triplo salto	05/06/2016	11,82	5	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO

**Detalle das participación en probas de Pista Cubierta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Salto de altura	20/12/2015	1,68	2	F	Lugo	I Trofeo Verxel indoor
Salto de altura	13/02/2016	1,66	4	F	Lugo	Control Técnico Concentracion de saltos
Salto de altura	27/02/2016	1,60	3	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNI
MMT Salto de lonxitude	20/12/2015	5,37	10	F	Lugo	I Trofeo Verxel indoor
Triplo salto	17/01/2016	11,82	6	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE
MMT Triplo salto	13/02/2016	11,92	4	F	Lugo	Control Técnico Concentracion de saltos
Triplo salto	27/02/2016	11,66	5	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNI

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		5	F	A Rúa	Campionato Provincial de Campo a Traves



**BUSSIERES LOPEZ, ANGELA**

**Data de nacemento:** 10/04/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>60 metros lisos</b>	<b>10.33</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.48.13</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>4.01.06</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,03</b>	03/06/2016	Control de marcas
<b>Lanzamento de xabalina 400 g</b>	<b>10,75</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
60 metros lisos	02/04/2016	10.56	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> 60 metros lisos	17/05/2016	10.33	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
500 metros lisos	02/04/2016	1.49.71	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.48.13	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	16/04/2016	4.01.06	3	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	03/06/2016	3,03	7	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de xabalina 4	16/04/2016	7,98	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de xabalina 4	30/04/2016	10,68	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 4	21/05/2016	10,75	4	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

**BUSSIERES LOPEZ, SOFIA**

**Data de nacemento:** 10/04/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>60 metros lisos</b>	<b>10.52</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.48.82</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,25</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Triatlón Alevín</b>	<b>423</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 60 metros lisos	02/04/2016	10.52		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
60 metros lisos	16/04/2016	11.39	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
60 metros lisos	30/04/2016	10.78	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
60 metros lisos	17/05/2016	10.73	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
500 metros lisos	17/05/2016	1.50.04	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	21/05/2016	1.48.82	8	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	02/04/2016	3,04	6	TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Salto de lonxitude	02/04/2016	2,94	1	TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	16/04/2016	3,25	3	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	30/04/2016	2,92	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Salto de lonxitude	03/06/2016	3,22	5	F	O Barco	Control de marcas
<i>MMT</i> Triatlón Alevín	02/04/2016	423	4	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	12/03/2016		47	F	A Estrada	CAMPIONATO DE GALICIA ESCOLAR DE CA

## CANDAL GONZALEZ, MARTA

**Data de nacemento:** 14/01/2000      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**Lanzamento de xabalina 600 g**      **26,69**    02/04/2016    Control de marcas en pista

**Lanzamento de xabalina 500 g**      **29,61**    17/05/2016    V Xornada Copa Deputacion en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Lanzamento de xabalina 6	02/04/2016	26,69	2	F	O Barco	Control de marcas en pista
MMT Lanzamento de xabalina 5	17/05/2016	29,61	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista



**CARDOSO DE SOUSA, NUNO JOEL**

**Data de nacemento:** 18/09/1978      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

**100 metros lisos**      **12.90**    02/04/2016    Control de marcas en pista  
**500 metros lisos**      **58.97**    02/04/2016    Control de marcas en pista

**MONTAÑA - Melloras marcas da tempada**

**TRAIL**      **2.26.21**    03/04/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

**50 metros lisos**      **7.12**    17/01/2016    COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA

**RUTA - Melloras marcas da tempada**

**Milla Urbana**      **5.53**    11/09/2016    XXX Milla Urbana Festa do Cristo  
**10 Km. Ruta**      **40.21**    13/12/2015    Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 100 metros lisos	02/04/2016	12.90	2	F	O Barco	Control de marcas en pista
100 metros lisos	17/05/2016	13.16	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	02/04/2016	58.97	3	F	O Barco	Control de marcas en pista

**Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 50 metros lisos	17/01/2016	7.12	8	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016	47	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves	
Campo a Traves	31/01/2016	134	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR	
Campo a Traves	06/03/2016	25	F	Fene	CAMPIONATO DE GALICIA DE CAMPO A TR	

**Detalle das participacións en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	11/09/2016	5.53	18	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	13/12/2015	40.21	59	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

**Detalle das participacións en probas de Montaña**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> TRAIL	03/04/2016	2.26.21	18	F	A Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

## CARDOSO YAÑEZ, GISELA

**Data de nacemento:** 21/05/2004      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **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	31/01/2016		39	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## CARRACEDO RAMA, MARCOS

**Data de nacemento:** 29/12/1975      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**5000 marcha**      **29.05.2**      23/04/2016      CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5000 marcha	23/04/2016	29.05.2	3	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

**CELA FERNANDEZ, RICARDO**

**Data de nacemento:** 05/01/1974      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

**RUTA - Melloras marcas da tempada**

<b>Maratón</b>	<b>3.28.16</b>	17/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<b>Milla Urbana</b>	<b>6.09</b>	11/09/2016	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>41.58</b>	13/12/2015	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		48	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

**Detalle das participacións en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Maratón	17/04/2016	3.28.16	91	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<i>MMT</i> Milla Urbana	11/09/2016	6.09	24	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	13/12/2015	41.58	77	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta



**CID GONZALEZ, MARTINA**

**Data de nacemento:** 26/09/2008      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

**50 metros lisos**      **10.07**    02/04/2016    XOGADE . Xornada previa atletismo en pista  
**Salto de lonxitude**      **1,93**    30/04/2016    XOGADE - Exolares en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 50 metros lisos	02/04/2016	10.07	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
50 metros lisos	30/04/2016	10.36	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
50 metros lisos	17/05/2016	10.13	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	30/04/2016	1,93	9	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista

## CID VAZQUEZ, JAVIER

**Data de nacemento:** 19/02/1976      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>Lanzamento de peso 7,260 kg</b>	<b>11,70</b>	14/05/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON DE LANZAMENTOS
<b>Lanzamento de disco 2kg</b>	<b>31,04</b>	14/05/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON DE LANZAMENTOS
<b>Lanzamento de martelo 7,260</b>	<b>48,82</b>	16/07/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIRE LIBRE
<b>Lanzamento de xabalina 800 g</b>	<b>37,06</b>	14/05/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON DE LANZAMENTOS

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 7,26	14/05/2016	11,70		F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Lanzamento de disco 2kg	23/03/2016	30,44	2	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 2kg	14/05/2016	31,04		F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Lanzamento de disco 2kg	03/06/2016	29,62	3	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de martelo 7,	23/03/2016	43,85	2	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Lanzamento de martelo 7,	02/04/2016	45,30	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
Lanzamento de martelo 7,	23/04/2016	46,33	3	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
Lanzamento de martelo 7,	14/05/2016	47,19	1	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Lanzamento de martelo 7,	03/06/2016	45,91	3	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de martelo 7,	18/06/2016	47,31	2	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
Lanzamento de martelo 7,	24/06/2016	48,66	2	F	Elche	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 7,	16/07/2016	48,82	5	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 8	14/05/2016	37,06		F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Pentatlon Veterán	14/05/2016	2934	3	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Martelo Pesado	14/05/2016	10,68		F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON

## CORTES PESTAÑA, BORJA JOSE

**Data de nacemento:** 10/05/1999      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**100 metros lisos**      **13,34**    02/04/2016    Control de marcas en pista  
**Salto de lonxitude**      **5,17**    02/04/2016    Control de marcas en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i>	100 metros lisos	02/04/2016	13,34	4	F	O Barco	Control de marcas en pista
	200 metros lisos	23/04/2016	26,10	8	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<i>MMT</i>	Salto de lonxitude	02/04/2016	5,17	3	F	O Barco	Control de marcas en pista

## CORZO VEGA, ALEJANDRO

**Data de nacemento:** 22/09/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

<b>80 metros lisos</b>	<b>13.04</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>150 metros lisos</b>	<b>24.60</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>4,77</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de disco 800 gr</b>	<b>19,25</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>Lanzamento de martelo 3 kg</b>	<b>16,59</b>	23/03/2016	Trofeo Proinor - Control de marcas
<b>220 metros valados</b>	<b>42.80</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 80 metros lisos	02/04/2016	13.04	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 150 metros lisos	16/04/2016	24.60	5	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg	02/04/2016	4,77	11	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Lanzamento de disco 800	23/03/2016	18,27	2	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Lanzamento de disco 800	16/04/2016	12,87	5	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 800	30/04/2016	19,25	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de disco 800	21/05/2016	18,38	6	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de disco 800	03/06/2016	17,33	2	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de disco 800	11/06/2016	18,00	11	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 3	23/03/2016	16,59	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Lanzamento de martelo 3	30/04/2016	11,35	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de martelo 3	21/05/2016	14,15	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de martelo 3	03/06/2016	15,81	1	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de martelo 3	11/06/2016	14,31	11	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
220 metros valados	02/04/2016	45.30	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 220 metros valados	30/04/2016	42.80	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
220 metros valados	21/05/2016	44.04	5	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		13	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

**DAGA FALAGAN, DANIEL**

**Data de nacemento:** 11/06/2008      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>2,59</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>1000 m. Marcha</b>	<b>9.27.38</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>Lanzamento de pelota</b>	<b>5,47</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	2,59	8	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
1000 m. Marcha	02/04/2016	11.54.53	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> 1000 m. Marcha	30/04/2016	9.27.38	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de pelota	30/04/2016	5,47	13	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista

## DE LA TORRE LOPEZ, JUAN CARLOS

**Data de nacemento:** 08/12/1996      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** PROMESA      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**Lanzamento de xabalina 800 g**      **53,00**      17/05/2016      V Xornada Copa Deputacion en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Lanzamento de xabalina 8	20/02/2016	49,10	7	F	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA DE LANZAMENT
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 8	17/05/2016	53,00	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Lanzamento de xabalina 8	16/07/2016	51,58	5	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR

## DE PEDRO LOPEZ, AIDA

**Data de nacemento:** 24/11/2002      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** CADETE      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

<b>100 metros lisos</b>	<b>15.21</b>	02/04/2016	Control de marcas en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,91</b>	02/04/2016	Control de marcas en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 100 metros lisos	02/04/2016	15.21	3	F	O Barco	Control de marcas en pista
100 metros lisos	17/05/2016	15.21	6	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	02/04/2016	3,91	2	F	O Barco	Control de marcas en pista

**DOCAMPO GAMARRA, INÉS**

**Data de nacemento:** 31/01/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>80 metros lisos</b>	<b>11.94</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>150 metros lisos</b>	<b>22.56</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.26.70</b>	07/05/2016	XOGADE - III Xoranda Interzonal Escolar en pista
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>3.14.64</b>	11/06/2016	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

<b>500 metros lisos</b>	<b>1.28.20</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA
-------------------------	----------------	------------	--

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
80 metros lisos	02/04/2016	12.07	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 80 metros lisos	30/04/2016	11.94	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
80 metros lisos	21/05/2016	12.00	5	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
80 metros lisos	21/05/2016	11.98	2	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 150 metros lisos	16/04/2016	22.56	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
500 metros lisos	02/04/2016	1.28.76	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
500 metros lisos	30/04/2016	1.27.92	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	07/05/2016	1.26.70	1	F	Ourense	XOGADE - III Xoranda Interzonal Escolar e
500 metros lisos	17/05/2016	1.32.83	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
1.000 metros lisos	19/03/2016	3.23.10	2	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA DE 10000 METR
1.000 metros lisos	16/04/2016	3.28.82	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
1.000 metros lisos	21/05/2016	3.17.36	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
1.000 metros lisos	29/05/2016	3.22.20	2	F	Ourense	Ourense Termal Athletis Meeting
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	11/06/2016	3.14.64	1	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN

**Detalle das participación en probas de Pista Cubierta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 500 metros lisos	05/03/2016	1.28.20	3	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		3	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		9	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP
Campo a Traves	12/03/2016		12	F	A Estrada	CAMPIONATO DE GALICIA ESCOLAR DE CA



## ESMERODES RODRIGUEZ, ELIAS

**Data de nacemento:** 23/12/2004      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>80 metros lisos</b>	<b>13,96</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>6,80</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de disco 800 gr</b>	<b>13,24</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>Lanzamento de xabalina 500 g</b>	<b>20,03</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 80 metros lisos	02/04/2016	13,96	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
MMT Lanzamento de peso 3 kg	02/04/2016	6,80	6	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de peso 3 kg	21/05/2016	6,66	7	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
MMT Lanzamento de disco 800	30/04/2016	13,24	8	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de xabalina 5	30/04/2016	14,65	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
MMT Lanzamento de xabalina 5	21/05/2016	20,03	5	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

## ESMERODES RODRIGUEZ, MATEO

**Data de nacemento:** 01/11/2007      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>10,23</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>4,91</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de pelota</b>	<b>20,45</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 50 metros lisos	02/04/2016	10,23	4	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	3,65	5	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	4,91	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de pelota	30/04/2016	20,45	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de pelota	21/05/2016	17,50	6	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

**ESPINOSA LOZANO, CARMEN**

**Data de nacemento:** 04/06/2008      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

<b>50 metros lisos</b>	<b>10.55</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>2.12.06</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>2,22</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 50 metros lisos	16/04/2016	10.55	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> 500 metros lisos	02/04/2016	2.12.06	8	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	16/04/2016	2,22	4	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	31/01/2016		35	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## ESTEVEZ GARCIA, MANUEL ENRIQUE

**Data de nacemento:** 17/04/1972      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**5.000 metros lisos**      **17.14.88**      18/06/2016      CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5.000 metros lisos	18/06/2016	17.14.88	2	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	14/02/2016		48	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO

## FERNANDEZ ARIAS, ANTIA

**Data de nacemento:** 09/07/2002      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** CADETE      **Adestrador:**

### RUTA - Meliores marcas da tempada

**Milla Urbana**      **7.33**    11/09/2016    XXX Milla Urbana Festa do Cristo

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016	4	F	A	Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016	67	F	Friol		CAMPINATO DE GALICIA DE CAMPO A TRA

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	11/09/2016	7.33	2	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo

## FERNANDEZ BARBOSA, LETICIA

**Data de nacemento:** 16/09/1992      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>100 metros lisos</b>	<b>14.19</b>	11/05/2016	XLI Trofeo Sociedad Gimnastica de Pontevedra
<b>400 metros lisos</b>	<b>1.02.69</b>	11/05/2016	XLI Trofeo Sociedad Gimnastica de Pontevedra
<b>800 metros lisos</b>	<b>2.12.49</b>	04/06/2016	Meeting Maia Cidade do Desporto 2016
<b>3.000 metros lisos</b>	<b>4.30.82</b>	29/05/2016	Ourense Termal Athletis Meeting

### CAMPO A TRAVÉS - Melloras marcas da tempada

<b>Campo a Traves</b>	<b>13.46</b>	31/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS CORTO
-----------------------	--------------	------------	--------------------------------------

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>800 metros lisos</b>	<b>2.14.63</b>	17/01/2016	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4.18.35</b>	19/02/2019	Meeting Centenario FCA en pista cuberta

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Milla Urbana</b>	<b>5.16</b>	24/09/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE MILLA
<b>Medio Maratón</b>	<b>1.27.18</b>	16/10/2016	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>37.46</b>	13/12/2015	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 100 metros lisos	11/05/2016	14.19	4	F	Pontevedra	XLI Trofeo Sociedad Gimnastica de Pontevedra
MMT 400 metros lisos	11/05/2016	1.02.69	1	F	Pontevedra	XLI Trofeo Sociedad Gimnastica de Pontevedra
800 metros lisos	23/04/2016	2.12.80	1	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
800 metros lisos	11/05/2016	AB		F	Pontevedra	XLI Trofeo Sociedad Gimnastica de Pontevedra
MMT 800 metros lisos	04/06/2016	2.12.49	1	F	Maia	Meeting Maia Cidade do Desporto 2016
800 metros lisos	12/06/2016	2.12.95	1	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª Division - FINAL TIT
800 metros lisos	15/06/2016	2.13.53	1	F	Pontevedra	XLIII Trofeo Boa Vila - II Xornada Super Fr
3.000 metros lisos	03/01/2016	10.11.98	2	F	Vigo	I Circuito Serie Municipal en pista - I Xorna
3.000 metros lisos	09/01/2016	AB		F	Ourense	II Xornada Copa Deputacion de Atletismo e
MMT 3.000 metros lisos	29/05/2016	4.30.82	2	F	Ourense	Ourense Termal Athletis Meeting

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 800 metros lisos	17/01/2016	2.14.63	1	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA
800 metros lisos	24/01/2016	2.19.25	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PR
1.500 metros lisos	26/12/2015	4.31.99	1	SF	Braga	Campionato Norte . Probas preparacion
1.500 metros lisos	16/01/2016	4.29.25	1	SF	Braga	Campionato Norte de pista cuberta
1.500 metros lisos	24/01/2016	4.25.89	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PR
1.500 metros lisos	05/03/2016	4.35.43	2	SF	Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO EN P
1.500 metros lisos	06/03/2016	4.39.47	5	F	Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO EN P
MMT 1.500 metros lisos	19/02/2019	4.18.35	9	F	Sabadell	Meeting Centenario FCA en pista cuberta

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	31/01/2016	13.46	1	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR

Campo a Traves	14/02/2016	39.16	3	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO
Campo a Traves	28/02/2016		27	F	Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA CAMPO A TRAVE

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Milla Urbana	27/03/2016		2	F	Aviles	XXIX Milla urbana de Aviles
<i>MMT</i> Milla Urbana	24/09/2016	5.16	6	F	Marin	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE MILLA
<i>MMT</i> Medio Maratón	16/10/2016	1.27.18	8	F	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	13/12/2015	37.46	1	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta
10 Km. Ruta	16/10/2016	39.47		PA	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA

**FERNANDEZ DOMINGUEZ, JUAN JOSE**

**Data de nacemento:** 20/01/1974      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

**MONTAÑA - Mellores marcas da tempada**

**TRAIL**      **2.26.20**      03/04/2016      CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

**RUTA - Mellores marcas da tempada**

**Milla Urbana**      **5.56**      11/09/2016      XXX Milla Urbana Festa do Cristo

**10 Km. Ruta**      **41.28**      13/12/2015      Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016	49	F		A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016	130	F		Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR

**Detalle das participación en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Milla Urbana	11/09/2016	5.56	19	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
MMT 10 Km. Ruta	13/12/2015	41.28	71	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

**Detalle das participación en probas de Montaña**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT TRAIL	03/04/2016	2.26.20	17	F	A Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL



## FERNANDEZ FERNANDEZ, ESTEFANIA

**Data de nacemento:** 07/03/2004      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>80 metros lisos</b>	<b>11.93</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>150 metros lisos</b>	<b>24.05</b>	16/04/2016	XOGADE	- II Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.53.22</b>	02/04/2016	XOGADE	. Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,21</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>4,73</b>	02/04/2016	XOGADE	. Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de disco 800 gr</b>	<b>10,99</b>	30/04/2016	XOGADE	- Exolares en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
80 metros lisos	02/04/2016	12.22	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
80 metros lisos	30/04/2016	12.47	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
80 metros lisos	21/05/2016	12.10	7	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 80 metros lisos	21/05/2016	11.93	1	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 150 metros lisos	16/04/2016	24.05	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> 500 metros lisos	02/04/2016	1.53.22	9	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Salto de lonxitude	16/04/2016	3,24	7	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	30/04/2016	3,62	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	21/05/2016	4,21	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	11/06/2016	3,90	12	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg	02/04/2016	4,73	9	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 800	30/04/2016	10,99	6	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		11	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		30	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## FERNANDEZ FONTENLA, IRIA

**Data de nacemento:** 06/08/1981      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

<b>3.000 metros lisos</b>	<b>11.53.99</b>	23/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<b>10.000 metros lisos</b>	<b>38.45.58</b>	19/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE 10000 METROS - Trofeo Aurum

### CAMPO A TRAVÉS - Mellores marcas da tempada

<b>Campo a Traves</b>	<b>40.01</b>	13/03/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CAMPO A TRAVES
-----------------------	--------------	------------	--

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

<b>3.000 metros lisos</b>	<b>10.34.23</b>	24/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PROMESA E 1500-3000 JUNIOR/XUVENIL
---------------------------	-----------------	------------	---

### RUTA - Mellores marcas da tempada

<b>Milla Urbana</b>	<b>5.46</b>	11/09/2016	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>39.35</b>	13/12/2015	Campionato Provincial 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	23/04/2016	11.53.99	6	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
MMT 10.000 metros lisos	19/03/2016	38.45.58	1	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA DE 10000 METR

#### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3.000 metros lisos	24/01/2016	10.34.23	6	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PR

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		3	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		6	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR
Campo a Traves	14/02/2016		4	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO
Campo a Traves	28/02/2016		58	F	Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA CAMPO A TRAVE
MMT Campo a Traves	13/03/2016	40.01	58	F	Calatayud	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CAMPO A TR

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Milla Urbana	11/09/2016	5.46	8	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
MMT 10 Km. Ruta	13/12/2015	39.35	3	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

#### Detalle das participacións en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	12/06/2016	1.21.03	6	F	Esgos	CAMPIONATO DE GALICIA DE MONTAÑA

**FERNANDEZ MON, JUAN**

**Data de nacemento:** 24/05/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>60 metros lisos</b>	<b>9.81</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.36.05</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>3.36.53</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,57</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>4,94</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Triatlón Alevín</b>	<b>477</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

<b>1.000 metros lisos</b>	<b>3.37.95</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,84</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 60 metros lisos	02/04/2016	9.81		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
60 metros lisos	17/05/2016	10.03	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	30/04/2016	1.36.05	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
500 metros lisos	17/05/2016	1.36.95	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
500 metros lisos	21/05/2016	1.36.31	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	16/04/2016	3.36.53	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	02/04/2016	3,57		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Salto de lonxitude	16/04/2016	3,55	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	30/04/2016	3,42	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Salto de lonxitude	21/05/2016	3,41	8	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	03/06/2016	3,45	2	F	O Barco	Control de marcas
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	4,94		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> Triatlón Alevín	02/04/2016	477	5	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist

**Detalle das participación en probas de Pista Cubierta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	05/03/2016	3.37.95	11	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	05/03/2016	3,84	6	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		2	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		13	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## FERNANDEZ MONTEIRO, JAVIER

**Data de nacemento:** 06/07/2005      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**Lanzamento de peso 2 kg**      **7,32**    21/05/2016    XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista  
**Lanzamento de xabalina 400 g**      **15,99**    21/05/2016    XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Lanzamento de peso 2 kg	30/04/2016	7,01	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	7,32	5	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de xabalina 4	30/04/2016	13,42	6	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 4	21/05/2016	15,99	6	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

## FERNANDEZ MONTEIRO, NOEMI

**Data de nacemento:** 05/03/2000      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**400 metros lisos**      **1.07.99**    09/01/2016    II Xornada Copa Deputacion de Atletismo en pista  
**400 metros valados**      **1.08.22**    17/05/2016    V Xornada Copa Deputacion en pista

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

**200 metros lisos**      **29.39**    17/01/2016    COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 400 metros lisos	09/01/2016	1.07.99	1	F	Ourense	II Xornada Copa Deputacion de Atletismo e
<i>MMT</i> 400 metros valados	17/05/2016	1.08.22	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
400 metros valados	28/05/2016	1.08.68	1	F	Lugo	XXIX Memorial Gregorio Perez Rivera
400 metros valados	05/06/2016	1.08.2	2	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO
400 metros valados	12/06/2016	1.10.59	5	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª Division - FINAL TIT
400 metros valados	18/06/2016	1.08.80	2	F	Lugo	III Xornada en pista Deputacion de Lugo

#### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 200 metros lisos	17/01/2016	29.39	8	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		4	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		23	F	Friol	CAMPINATO DE GALICIA DE CAMPO A TRA

**FERNANDEZ PEREZ, SERGIO**

**Data de nacemento:** 30/05/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>60 metros lisos</b>	<b>9.93</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.52.53</b>	17/05/2016	V	Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3.49</b>	30/04/2016	XOGADE	- Exolares en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>6.62</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de xabalina 400 g</b>	<b>17.57</b>	30/04/2016	XOGADE	- Exolares en pista
<b>Triatlón Alevín</b>	<b>523</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
60 metros lisos	02/04/2016	9.95		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 60 metros lisos	21/05/2016	9.93	2	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
60 metros lisos	21/05/2016	9.93		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.52.53	5	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Salto de lonxitude	02/04/2016	3,31		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	30/04/2016	3,49	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Salto de lonxitude	21/05/2016	3,33	2	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	21/05/2016	3,33		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	6,46		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	6,62	2	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	6,62		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de xabalina 4	16/04/2016	16,99	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 4	30/04/2016	17,57	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Triatlón Alevín	02/04/2016	508	4	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> Triatlón Alevín	21/05/2016	523	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Triatlón Alevín	21/05/2016	523	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	31/01/2016		38	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## FERNANDEZ PEREZ, SERGIO

**Data de nacemento:** 07/05/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>9.83</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>60 metros lisos</b>	<b>10.23</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>5,39</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de pelota</b>	<b>17,44</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 50 metros lisos	02/04/2016	9.83	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 60 metros lisos	17/05/2016	10.23	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	5,09	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Lanzamento de peso 2 kg	30/04/2016	4,60	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	5,39	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de peso 2 kg	11/06/2016	5,18	9	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
Lanzamento de pelota	30/04/2016	17,13	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de pelota	21/05/2016	17,44	7	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		8	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## FERNANDEZ PONCIO, KEVIN

**Data de nacemento:** 21/11/2008      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **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	10/01/2016	6	F	A	Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves



## FERNANDEZ RIVERA, ALEJANDRO

**Data de nacemento:** 08/08/1985      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**3.000 metros lisos**      **8.10.04**    15/05/2016    V Xornada I Circuito Concello de Vigo  
**5.000 metros lisos**      **14.30.34**    04/06/2016    Meeting Maia Cidade do Desporto 2016

### CAMPO A TRAVÉS - Melloras marcas da tempada

**Campo a Traves**      **25.01**    10/01/2016    Campionato Provincial de Campo a Traves

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**Milla Urbana**      **4.38**    11/09/2016    XXX Milla Urbana Festa do Cristo  
**Medio Maratón**      **1.05.39**    24/01/2016    CA MPIONATO DE ESPAÑA DE MEDIA MARATON  
ABSOLUTO E VETERANS  
**10 Km. Ruta**      **30.03**    09/10/2016    X Edicion Coruña 10  
**5 Km. Ruta**      **14.56**    24/01/2016    CA MPIONATO DE ESPAÑA DE MEDIA MARATON  
ABSOLUTO E VETERANS

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3.000 metros lisos	15/05/2016	8.10.04	1	F	Vigo	V Xornada I Circuito Concello de Vigo
3.000 metros lisos	29/05/2016	8.12.81	1	F	Ourense	Ourense Termal Athletis Meeting
MMT 5.000 metros lisos	04/06/2016	14.30.34	5	F	Maia	Meeting Maia Cidade do Desporto 2016

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	10/01/2016	25.01	1	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	14/02/2016	32.38	1	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Milla Urbana	11/09/2016	4.38	7	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
MMT Medio Maratón	24/01/2016	1.05.39	4	F	Santa Pola	CA MPIONATO DE ESPAÑA DE MEDIA MAR
10 Km. Ruta	24/01/2016	30.24	PA		Santa Pola	CA MPIONATO DE ESPAÑA DE MEDIA MAR
10 Km. Ruta	24/04/2016	30.32	3	F	Alcañiz	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE 10 KM.
MMT 10 Km. Ruta	09/10/2016	30.03	4	F	A Coruña	X Edicion Coruña 10
10 Km. Ruta	23/10/2016	30.43	1	F	Ames	IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. E
MMT 5 Km. Ruta	24/01/2016	14.56	PA		Santa Pola	CA MPIONATO DE ESPAÑA DE MEDIA MAR

## FERNANDEZ RODRIGUEZ, IVAN

**Data de nacemento:** 05/02/1980      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**500 metros lisos**      **4.12.39**    17/05/2016    V Xornada Copa Deputacion en pista  
**3.000 m. Obstáculos**      **9.50.83**    23/04/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

### CAMPO A TRAVÉS - Melloras marcas da tempada

**Campo a Traves**      **28.30**    06/03/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE CAMPO A TRAVES DE VETERANS

### MONTAÑA - Melloras marcas da tempada

**TRAIL**      **1.45.43**    03/04/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

**3.000 metros lisos**      **9.11.58**    17/01/2016    COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**Milla Urbana**      **4.51**    11/09/2016    XXX Milla Urbana Festa do Cristo

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 500 metros lisos	17/05/2016	4.12.39	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
MMT 3.000 m. Obstáculos	23/04/2016	9.50.83	2	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
3.000 m. Obstáculos	26/06/2016	10.01.70	2	F	Elche	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE
3.000 m. Obstáculos	16/07/2016	10.05.10	2	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR

#### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3.000 metros lisos	17/01/2016	9.11.58	6	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016	7	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves	
Campo a Traves	31/01/2016	19	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR	
Campo a Traves	14/02/2016	26	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO	
Campo a Traves	28/02/2016	151	F	Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA CAMPO A TRAVE	
MMT Campo a Traves	06/03/2016	28.30	2	F	Fene	CAMPIONATO DE GALICIA DE CAMPO A TR

#### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Milla Urbana	11/09/2016	4.51	1	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo

#### Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT TRAIL	03/04/2016	1.45.43	2	F	A Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

## FERNANDEZ VAZQUEZ, CARLOS

**Data de nacemento:** 19/01/1979      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

**Salto de lonxitude**      **4,39**    17/01/2016    COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **45.33**    13/12/2015    Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

#### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	17/01/2016	4,39	8	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	13/12/2015	45.33	106	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

**FERNANDEZ VAZQUEZ, ELOY**

**Data de nacemento:** 28/01/1974      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

**400 metros lisos**      **1.07.07**    28/02/2016    CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA  
**Salto de altura**      **1,40**    28/02/2016    CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA

**RUTA - Melloras marcas da tempada**

**Milla Urbana**      **6.09**    11/09/2016    XXX Milla Urbana Festa do Cristo  
**10 Km. Ruta**      **47.27**    13/12/2015    Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

**Detalle das participacións en probas de Pista Cuberta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 400 metros lisos	28/02/2016	1.07.07	6	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
MMT Salto de altura	28/02/2016	1,40	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P

**Detalle das participacións en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Milla Urbana	11/09/2016	6.09	23	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
MMT 10 Km. Ruta	13/12/2015	47.27	111	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

**FERNANDEZ VEGA, JAVIER**

**Data de nacemento:** 16/07/1975      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

**RUTA - Melloras marcas da tempada**

**10 Km. Ruta**      **37.57**    13/12/2015    Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016	34		F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016	98		F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR
Campo a Traves	14/02/2016	86		F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO

**Detalle das participación en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	13/12/2015	37.57	38	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

**FONTAN OJEA, ARMANDO**

**Data de nacemento:** 23/08/1974      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

**5.000 metros lisos**      **18.02.61**      18/06/2016      CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

**RUTA - Mellores marcas da tempada**

**Medio Maratón**      **1.21.06**      16/10/2016      XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON

**10 Km. Ruta**      **38.36**      16/10/2016      XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5.000 metros lisos	18/06/2016	18.02.61	4	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	14/02/2016		77	F	Ribadavía	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO

**Detalle das participación en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Medio Maratón	16/10/2016	1.21.06	46	F	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA
MMT 10 Km. Ruta	16/10/2016	38.36		PA	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA

## FORNOS SOEIRO, JORGE

**Data de nacemento:** 06/09/2007      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **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	10/01/2016		8	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## FRAIZ VELAZQUEZ, TOMAS

**Data de nacemento:** 03/04/1986      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**3.000 metros lisos**      **10.32.14**      15/06/2016      XLIII Trofeo Boa Vila - II Xornada Super Froiz  
**5.000 metros lisos**      **18.46.26**      18/06/2016      Trofeo XXV Aniversario Escola Atletica BCS

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
3.000 metros lisos	07/11/2015	11,14,88	9	F	Santiago	III Trofeo Millaraio
3.000 metros lisos	05/03/2016	10.34.78	14	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 3.000 metros lisos	15/06/2016	10.32.14	7	F	Pontevedra	XLIII Trofeo Boa Vila - II Xornada Super Fr
5.000 metros lisos	10/06/2016	18.56.64	11	F	A Coruña	XV Trofeo Riazor -IV Cirucuito Municipal - I
<i>MMT</i> 5.000 metros lisos	18/06/2016	18.46.26	6	F	Ourense	Trofeo XXV Aniversario Escola Atletica BC

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	20/12/2015		35	F	Venta de Baños	Cross Internacional de Venta de Baños
Campo a Traves	31/01/2016		99	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR
Campo a Traves	14/02/2016		108	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO



**GARCIA ALEXPURU, MAURO A.**

**Data de nacemento:** 10/10/2008      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

**1000 m. Marcha**      **6.36.01**    11/06/2016    CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 1000 m. Marcha	11/06/2016	6.36.01	5	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN



## GARCIA ALEXPURU, PAULO J.

**Data de nacemento:** 01/10/2004      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**3000 marcha**      **19.45.20**      11/06/2016      CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3000 marcha	11/06/2016	19.45.20	4	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN

## GARCIA ALFONSO, MANUEL

**Data de nacemento:** 01/02/1941      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 70      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**1.500 metros lisos**      **6.51.69**      18/06/2016      CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**Milla Urbana**      **7.55**      11/09/2016      XXX Milla Urbana Festa do Cristo

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
200 metros lisos	18/06/2016	38.06	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	18/06/2016	6.51.69	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
Salto de lonxitude	18/06/2016	3,01	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		2	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	11/09/2016	7.55	17	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo

## GARCIA ARIAS, ANA

**Data de nacemento:** 22/08/1998      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** JUNIOR      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>1.500 metros lisos</b>	<b>5.09.49</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>400 metros valados</b>	<b>1.08.30</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista

### CAMPO A TRAVÉS - Melloras marcas da tempada

<b>Campo a Traves</b>	<b>20.42</b>	14/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PROMESA,JUNIOR INDIV. E CLUBES
-----------------------	--------------	------------	---

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>400 metros lisos</b>	<b>1.03.33</b>	27/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNIOR EN PISTA CUBERTA
<b>800 metros lisos</b>	<b>2.23.79</b>	27/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNIOR EN PISTA CUBERTA
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4.54.13</b>	19/03/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA JUNIOR EN PISTA CUBERTA
<b>3.000 metros lisos</b>	<b>11.07.84</b>	24/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PROMESA E 1500-3000 JUNIOR/XUVENIL

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	17/05/2016	5.09.49	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
400 metros valados	02/04/2016	1.10.43	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
400 metros valados	23/04/2016	1.08.53	2	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<i>MMT</i> 400 metros valados	17/05/2016	1.08.30	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
400 metros lisos	17/01/2016	1.04.13	4	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE
<i>MMT</i> 400 metros lisos	27/02/2016	1.03.33	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNI
<i>MMT</i> 800 metros lisos	27/02/2016	2.23.79	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNI
1.500 metros lisos	24/01/2016	5.03.21	8	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PR
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	19/03/2016	4.54.13	3	SF	Sabadell	CAMPIONATO DE ESPAÑA JUNIOR EN PIST
<i>MMT</i> 3.000 metros lisos	24/01/2016	11.07.84	8	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PR

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		4	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
<i>MMT</i> Campo a Traves	14/02/2016	20.42	1	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO
Campo a Traves	13/03/2016	24.22	30	F	Calatayud	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CAMPO A TR

## GARCIA ARIAS, BELEN

**Data de nacemento:** 20/03/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>80 metros lisos</b>	<b>11.27</b>	18/06/2016	Trofeo XXV Aniversario Escola Atletica BCS
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.33.24</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Salto de altura</b>	<b>1,33</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,45</b>	03/06/2016	Control de marcas
<b>80 metros valados 0,762</b>	<b>13.89</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>1.000 m. Obstáculos</b>	<b>3.35.63</b>	11/06/2016	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>6,24</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>220 metros valados</b>	<b>36.09</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

### CAMPO A TRAVÉS - Melloras marcas da tempada

<b>Campo a Traves</b>	<b>5.40</b>	10/01/2016	Campionato Provincial de Campo a Traves
-----------------------	-------------	------------	---

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>7.31</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA
<b>50 metros valados 0,762</b>	<b>8.58</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
80 metros lisos	02/04/2016	11.42	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
80 metros lisos	17/05/2016	11.64	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 80 metros lisos	18/06/2016	11.27	1	F	Ourense	Trofeo XXV Aniversario Escola Atletica BC
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.33.24	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> Salto de altura	30/04/2016	1,33	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Salto de altura	17/05/2016	1,23	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Salto de lonxitude	23/03/2016	4,27	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Salto de lonxitude	16/04/2016	4,20	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	21/05/2016	4,26	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	03/06/2016	4,45	1	F	O Barco	Control de marcas
Salto de lonxitude	18/06/2016	4,33	4	F	Ourense	Trofeo XXV Aniversario Escola Atletica BC
<i>MMT</i> 80 metros valados 0,762	16/04/2016	13.89	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
80 metros valados 0,762	30/04/2016	14.04	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
80 metros valados 0,762	21/05/2016	14.10	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
80 metros valados 0,762	11/06/2016	13.95	1	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
1.000 m. Obstáculos	16/04/2016	3.38.06	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
1.000 m. Obstáculos	21/05/2016	3.43.46	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 1.000 m. Obstáculos	11/06/2016	3.35.63	2	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg	02/04/2016	6,24	4	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 220 metros valados	02/04/2016	36.09	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
220 metros valados	30/04/2016	36.37	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista

## Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i>	50 metros lisos	05/03/2016	7.31	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE
	50 metros lisos	05/03/2016	7.41	2	SF	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE
<i>MMT</i>	50 metros valados 0,762	05/03/2016	8.58	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE
	50 metros valados 0,762	05/03/2016	8.67	1	SF	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE

## Detalle das participación en probas de Campo a Través

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i>	Campo a Traves	10/01/2016	5.40	1	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
	Campo a Traves	12/03/2016		9	F	A Estrada	CAMPIONATO DE GALICIA ESCOLAR DE CA

## GARCIA ARIAS, PABLO

**Data de nacemento:** 10/05/2007      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>8.03</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.50.74</b>	02/04/2016	XOGADE	. Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,86</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de pelota</b>	<b>21,28</b>	16/04/2016	XOGADE	- II Xornada previa atletismo en pista

### CAMPO A TRAVÉS - Mellores marcas da tempada

<b>Campo a Traves</b>	<b>2.29</b>	10/01/2016	Campionato Provincial de Campo a Traves
-----------------------	-------------	------------	---

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>8.21</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,30</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
50 metros lisos	02/04/2016	8.58	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
50 metros lisos	30/04/2016	8.48	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 50 metros lisos	21/05/2016	8.03	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
50 metros lisos	21/05/2016	8.11	1	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
50 metros lisos	11/06/2016	8.19	3	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
50 metros lisos	18/06/2016	8.13	3	F	Ourense	Trofeo XXV Aniversario Escola Atletica BC
<i>MMT</i> 500 metros lisos	02/04/2016	1.50.74	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Salto de lonxitude	16/04/2016	3,47	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	30/04/2016	3,51	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	21/05/2016	3,86	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	03/06/2016	3,58	1	F	O Barco	Control de marcas
Salto de lonxitude	11/06/2016	3,55	2	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
<i>MMT</i> Lanzamento de pelota	16/04/2016	21,28	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p

### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
50 metros lisos	05/03/2016	8.28	3	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE
<i>MMT</i> 50 metros lisos	05/03/2016	8.21	1	SF	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	05/03/2016	3,30	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Campo a Traves	10/01/2016	2.29	1	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		6	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

**GARCIA EMILIO, ADOLFO RICARDO**

**Data de nacemento:** 13/04/1964      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 50      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

**100 metros lisos**      **13.40**    17/05/2016    V Xornada Copa Deputacion en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 100 metros lisos	17/05/2016	13.40	5	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		55	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves



## GARCIA EMILIÓ, AURORA

**Data de nacemento:** 28/03/1960      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 55      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**Lanzamento de xabalina 500 g**      **14,15**      18/06/2016      CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 5	18/06/2016	14,15	1	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

## GARCIA GONSALVES, ANTON

**Data de nacemento:** 19/09/2007      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>10.17</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>2.24.86</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 50 metros lisos	02/04/2016	10.17	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
MMT 500 metros lisos	02/04/2016	2.24.86	10	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist



## GIL PEREZ, LETICIA

**Data de nacemento:** 26/08/1991      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**Salto de lonxitude**      **5,77**    15/05/2016    CAMPIONATO DE ESPAÑA UNIVERSITARIO AIRE LIBRE

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

**Salto de lonxitude**      **5,90**    24/01/2016    CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PROMESA E 1500-3000 JUNIOR/XUVENIL

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Salto de lonxitude	15/05/2016	5,77	3	F	Murcia	CAMPIONATO DE ESPAÑA UNIVERSITARIO

#### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Salto de lonxitude	24/01/2016	5,90	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PR
Salto de lonxitude	05/03/2016	5,85	6	F	Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO EN P

**GOMEZ SOUSA, ELPIDIO**

**Data de nacemento:** 27/01/1972      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

**CAMPO A TRAVÉS - Mellores marcas da tempada**

**Campo a Traves**      **28.34**    06/03/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE CAMPO A TRAVES DE VETERANS

**MONTAÑA - Mellores marcas da tempada**

**TRAIL**      **1.43.52**    03/04/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		4	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	14/02/2016		21	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO
<i>MMT</i> Campo a Traves	06/03/2016	28.34	1	F	Fene	CAMPIONATO DE GALICIA DE CAMPO A TR

**Detalle das participación en probas de Montaña**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> TRAIL	03/04/2016	1.43.52	1	F	A Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

## GONZALEZ ALONSO, AGUSTIN

**Data de nacemento:** 12/03/1996      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** PROMESA      **Adestrador:**

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**Milla Urbana**      **5.22**    11/09/2016    XXX Milla Urbana Festa do Cristo

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016	28	F	A	Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	11/09/2016	5.22	9	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo

## GONZALEZ ALONSO, MARIA

**Data de nacemento:** 01/03/1995      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** PROMESA      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**Salto de altura**      **1,40**    12/06/2016    Cto España Clubes 2ª Division - FINAL TITULO  
Cto. España Clubes 2ª Division Mulleres . FINAL TITULO

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Salto de altura	12/06/2016	1,40	5	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª Division - FINAL TIT

## GONZALEZ BREA, CRISTINA

**Data de nacemento:** 02/01/1995      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** PROMESA      **Adestrador:**

### RUTA - Meliores marcas da tempada

**Milla Urbana**      **6.27**    11/09/2016    XXX Milla Urbana Festa do Cristo

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Milla Urbana	24/06/2016	6.38	12	F	Marín	Milla San Miguel de Marín
<i>MMT</i> Milla Urbana	11/09/2016	6.27	2	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo



## GONZALEZ CASTRO, FERNANDO

**Data de nacemento:** 28/12/1953      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 60      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>100 metros lisos</b>	<b>14.43</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>200 metros lisos</b>	<b>28.90</b>	21/05/2016	II Xornda en pista Deputacion de Lugo
<b>400 metros lisos</b>	<b>1.07.62</b>	10/06/2016	XV Trofeo Riazor -IV Cirucuito Municipal - II Memorial Ana Dminguez
<b>800 metros lisos</b>	<b>2.46.78</b>	09/07/2016	X CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CLUBES VETERANOS

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>8.92</b>	20/12/2015	I Trofeo Verxel indoor
------------------------	-------------	------------	------------------------

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 100 metros lisos	17/05/2016	14.43	5	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
MMT 200 metros lisos	21/05/2016	28.90	6	F	Lugo	II Xornda en pista Deputacion de Lugo
MMT 400 metros lisos	10/06/2016	1.07.62	5	F	A Coruña	XV Trofeo Riazor -IV Cirucuito Municipal - I
400 metros lisos	18/06/2016	1.08.95	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
MMT 800 metros lisos	09/07/2016	2.46.78	14	F	Castellon	X CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CLUBES VE

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 60 metros lisos	20/12/2015	8.92	4	F	Lugo	I Trofeo Verxel indoor

## GONZALEZ DOMINGUEZ, EVA

**Data de nacemento:** 17/06/2005      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>9.89</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.50.41</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Salto de altura</b>	<b>1,02</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,46</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
60 metros lisos	02/04/2016	10.22	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
60 metros lisos	30/04/2016	9.94	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 60 metros lisos	17/05/2016	9.89	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
60 metros lisos	21/05/2016	9.99	8	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
60 metros lisos	21/05/2016	10.03	2	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
500 metros lisos	02/04/2016	1.54.00	6	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.50.41	5	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> Salto de altura	16/04/2016	1,02	4	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de altura	30/04/2016	0,93	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	16/04/2016	3,46	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	21/05/2016	3,35	4	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	03/06/2016	3,28	4	F	O Barco	Control de marcas

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		10	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## GONZALEZ ORTIGUELA, IAGO

**Data de nacemento:** 09/09/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

<b>80 metros lisos</b>	<b>12.97</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>150 metros lisos</b>	<b>26.25</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.34.46</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>4.00.30</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,28</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
80 metros lisos	02/04/2016	13.00	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 80 metros lisos	30/04/2016	12.97	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 150 metros lisos	16/04/2016	26.25	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
500 metros lisos	02/04/2016	1.43.18	4	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
500 metros lisos	30/04/2016	1.40.38	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	21/05/2016	1.34.46	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	16/04/2016	4.00.30	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	16/04/2016	3,19	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	30/04/2016	3,28	5	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista

## GONZALEZ PONCIO, BRAHYAN

**Data de nacemento:** 06/06/2004      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**80 metros lisos**      **11.30**    02/04/2016    XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

**Lanzamento de peso 3 kg**      **7,06**    02/04/2016    XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 80 metros lisos	02/04/2016	11.30	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
MMT Lanzamento de peso 3 kg	02/04/2016	7,06	4	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist

## GONZALEZ SUAREZ, DOMINGO

**Data de nacemento:** 11/07/1975      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**Lanzamento de xabalina 800 g**      **41,52**    17/05/2016    V Xornada Copa Deputacion en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Lanzamento de xabalina 8	02/04/2016	40,01	2	F	O Barco	Control de marcas en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 8	17/05/2016	41,52	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista



## HAGEN , GRIT

**Data de nacemento:** 01/01/1983      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### - Meliores marcas da tempada

#### Detalle das participacións en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
TRAIL	03/04/2016	AB	F		A Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

## HENRIQUE SILVA, LUAN

**Data de nacemento:** 11/02/2004      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>80 metros lisos</b>	<b>11.12</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>150 metros lisos</b>	<b>21.53</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.32.60</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,66</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>80 metros valados 0,84</b>	<b>14.42</b>	11/06/2016	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL
<b>220 metros valados</b>	<b>37.13</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>7.47</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,39</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
80 metros lisos	02/04/2016	12.21	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
80 metros lisos	30/04/2016	11.14	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 80 metros lisos	17/05/2016	11.12	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 150 metros lisos	16/04/2016	21.53	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.32.60	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Salto de lonxitude	23/03/2016	4,49	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Salto de lonxitude	16/04/2016	4,25	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	30/04/2016	4,25	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	21/05/2016	4,66	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	11/06/2016	4,56	5	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
80 metros valados 0,84	16/04/2016	16.83	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
80 metros valados 0,84	21/05/2016	14.83	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 80 metros valados 0,84	11/06/2016	14.42	1	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
220 metros valados	02/04/2016	37.63	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
220 metros valados	30/04/2016	AB		F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 220 metros valados	21/05/2016	37.13	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 50 metros lisos	05/03/2016	7.47	2	SF	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	05/03/2016	4,39	8	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		9	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## LAMEIRO SANCHEZ, RAQUEL

**Data de nacemento:** 18/05/1974      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>Salto de lonxitude</b>	<b>5,05</b>	25/06/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE LIBRE
<b>Triplo salto</b>	<b>11,12</b>	26/06/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE LIBRE

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>Salto de altura</b>	<b>1,25</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,82</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA
<b>Triplo salto</b>	<b>10,72</b>	17/01/2016	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Salto de lonxitude	23/03/2016	4,83	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	25/06/2016	5,05	2	F	Elche	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE
Triplo salto	23/03/2016	10,89	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Triplo salto	23/04/2016	10,54	4	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
Triplo salto	23/04/2016	10,71	4	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
Triplo salto	17/05/2016	10,84	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Triplo salto	12/06/2016	10,83	5	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª División - FINAL TIT
<i>MMT</i> Triplo salto	26/06/2016	11,12	1	F	Elche	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE

### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Salto de altura	28/02/2016	1,25	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	28/02/2016	4,82	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
<i>MMT</i> Triplo salto	17/01/2016	10,72	2	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE
Triplo salto	28/02/2016	10,50	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P



## LOPEZ PEREZ, SANDRA

**Data de nacemento:** 01/01/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>10.44</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de altura</b>	<b>1,07</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,15</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>2,84</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Triatlón Alevín</b>	<b>420</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 60 metros lisos	02/04/2016	10.44		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
60 metros lisos	30/04/2016	10.49	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
60 metros lisos	21/05/2016	10.56		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Salto de altura	16/04/2016	1,07	3	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	02/04/2016	2,39	7	TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Salto de lonxitude	02/04/2016	3,07	1	TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	16/04/2016	3,15	4	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	30/04/2016	3,12	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Salto de lonxitude	21/05/2016	2,69	5	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	2,84	6	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Triatlón Alevín	02/04/2016	420	5	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Triatlón Alevín	21/05/2016	401	5	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	12/03/2016		60	F	A Estrada	CAMPIONATO DE GALICIA ESCOLAR DE CA

## LOPEZ VAZQUEZ, DAVID

**Data de nacemento:** 14/07/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**Lanzamento de peso 2 kg**      **7,41**    21/05/2016    XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista  
**Lanzamento de xabalina 400 g**      **14,52**    21/05/2016    XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	7,00	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de peso 2 kg	30/04/2016	6,52	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	7,41	4	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
Lanzamento de xabalina 400 g	16/04/2016	10,05	6	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de xabalina 400 g	30/04/2016	14,15	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 400 g	21/05/2016	14,52	8	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

**LOPEZ VAZQUEZ, IAGO**

**Data de nacemento:** 10/05/2002      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** CADETE      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

**Salto de altura**      **1,54**    17/05/2016    V Xornada Copa Deputacion en pista  
**Salto de lonxitude**      **5,41**    23/04/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Salto de altura	17/05/2016	1,54	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Salto de lonxitude	23/03/2016	5,38	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Salto de lonxitude	02/04/2016	5,27	2	F	O Barco	Control de marcas en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	23/04/2016	5,41	7	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

## MACIA ALVAREZ, MARGARITA

**Data de nacemento:** 01/04/1966      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### MONTAÑA - Mellores marcas da tempada

**TRAIL**      **3.12.47**      03/04/2016      CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**Milla Urbana**      **8.04**      11/09/2016      XXX Milla Urbana Festa do Cristo

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016	22	F	A	Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016	56	F	Friol		CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Milla Urbana	11/09/2016	8.04	6	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo

#### Detalle das participacións en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT TRAIL	03/04/2016	3.12.47	5	F	A Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

**MANZANO GALAN, ANGEL**

**Data de nacemento:** 31/08/2005      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>60 metros lisos</b>	<b>11,70</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>6,38</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de xabalina 400 g</b>	<b>17,32</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 60 metros lisos	02/04/2016	11,70	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
60 metros lisos	16/04/2016	12,26	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	6,35	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Lanzamento de peso 2 kg	30/04/2016	5,95	5	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	6,38	8	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de xabalina 4	16/04/2016	13,34	3	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Lanzamento de xabalina 4	30/04/2016	12,88	7	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 4	21/05/2016	17,32	4	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

## MARTINEZ MARTIN, ALVARO

**Data de nacemento:** 12/05/2005      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **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	10/01/2016		6	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## MARTINEZ MARTIN, SERGIO

**Data de nacemento:** 26/05/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>80 metros lisos</b>	<b>9.90</b>	11/06/2016	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL
<b>150 metros lisos</b>	<b>18.40</b>	11/06/2016	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL
<b>400 metros lisos</b>	<b>58.10</b>	29/04/2016	Control de marcas en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.22.64</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>Salto de altura</b>	<b>1,27</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de martelo 7,260</b>	<b>10,89</b>	03/06/2016	Control de marcas
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>10,10</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de disco 800 gr</b>	<b>19,89</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>6.84</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.19.23</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
80 metros lisos	02/04/2016	11.85	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
80 metros lisos	30/04/2016	10.27	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
80 metros lisos	17/05/2016	10.13	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
80 metros lisos	21/05/2016	10.16	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
80 metros lisos	21/05/2016	10.12	1	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 80 metros lisos	11/06/2016	9.90	1	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
150 metros lisos	16/04/2016	19.08	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
150 metros lisos	21/05/2016	18.84	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
150 metros lisos	21/05/2016	18.70	1	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 150 metros lisos	11/06/2016	18.40	1	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
<i>MMT</i> 400 metros lisos	29/04/2016	58.10	2	F	Noia	Control de marcas en pista
500 metros lisos	02/04/2016	1.27.65	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 500 metros lisos	30/04/2016	1.22.64	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
500 metros lisos	17/05/2016	1.29.20	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> Salto de altura	16/04/2016	1,27	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 7,	03/06/2016	10,89	1	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de peso 3 kg	02/04/2016	9,64	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Lanzamento de peso 3 kg	30/04/2016	10,00	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg	21/05/2016	10,10	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 800	16/04/2016	19,89	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
50 metros lisos	05/03/2016	6.88	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE
<i>MMT</i> 50 metros lisos	05/03/2016	6.84	1	SF	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE



## CURRICULUM DO ATLETA

Federación Galega Atletismo  
www.atletismo.gal

---

MMT 500 metros lisos 05/03/2016 1.19.23 3 F A Coruña CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		5	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves



## MATEO PEÑA, LIA

**Data de nacemento:** 30/07/2007      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**50 metros lisos**      **10.26**    17/05/2016    V Xornada Copa Deputacion en pista  
**Salto de lonxitude**      **1,85**    30/04/2016    XOGADE - Exolares en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
50 metros lisos	16/04/2016	10.61	3	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
50 metros lisos	30/04/2016	10.51	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 50 metros lisos	17/05/2016	10.26	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	30/04/2016	1,85	10	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista

## MON PRIETO, YOLANDA

**Data de nacemento:** 07/09/1975      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **47.57**    13/12/2015    Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016	15	F	A	Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	13/12/2015	47.57	14	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

**MONDELO SANCHEZ, ADRIAN**

**Data de nacemento:** 05/03/1998      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** JUNIOR      **Adestrador:**

**PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada**

**200 metros lisos**      **26.74**    17/01/2016    COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA

**Detalle das participación en probas de Pista Cubierta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 200 metros lisos	17/01/2016	26.74	8	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016	59	F		A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

**MONDELO SANCHEZ, NATALIA**

**Data de nacemento:** 02/03/2001      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** CADETE      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>100 metros lisos</b>	<b>13.62</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>100 metros valados 0,762</b>	<b>16.08</b>	02/07/2016	VII Xornada Circuito Concello de Vigo
<b>300 metros valados</b>	<b>50.86</b>	28/05/2016	XXIX Memorial Gregorio Perez Rivera

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

<b>60 metros lisos</b>	<b>8.66</b>	16/01/2016	III Copa Deputacion en pista
<b>50 metros valados 0,762</b>	<b>8.26</b>	06/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA CADETE EN PISTA CUBERTA
<b>60 metros valados 0,762</b>	<b>9.68</b>	16/01/2016	III Copa Deputacion en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
100 metros lisos	02/04/2016	13.71	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
<i>MMT</i> 100 metros lisos	17/05/2016	13.62	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
100 metros valados 0,762	02/04/2016	16.50	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
100 metros valados 0,762	04/06/2016	16.08	3	F	Ferrol	CAMPIONATO DE GALICIA CADETE AIRE L
100 metros valados 0,762	04/06/2016	16.09	1	SF	Ferrol	CAMPIONATO DE GALICIA CADETE AIRE L
100 metros valados 0,762	18/06/2016	AB		F	Lugo	III Xornada en pista Deputacion de Lugo
<i>MMT</i> 100 metros valados 0,762	02/07/2016	16.08	3	F	Vigo	VII Xornada Circuito Concello de Vigo
<i>MMT</i> 300 metros valados	28/05/2016	50.86	4	F	Lugo	XXIX Memorial Gregorio Perez Rivera
300 metros valados	04/06/2016	51.60	6	F	Ferrol	CAMPIONATO DE GALICIA CADETE AIRE L

**Detalle das participación en probas de Pista Cubierta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
60 metros lisos	20/12/2015	8.78	3	F	Lugo	I Trofeo Verxel indoor
60 metros lisos	09/01/2016	8.78	4	SF	Lugo	I Xornada Pista cuberta - Copa Deputacion
<i>MMT</i> 60 metros lisos	16/01/2016	8.66	1	F	Ourense	III Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 50 metros valados 0,762	06/03/2016	8.26	3	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA CADETE EN PIS
50 metros valados 0,762	06/03/2016	8.33	3	SF	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA CADETE EN PIS
60 metros valados 0,762	20/12/2015	9.91	3	F	Lugo	I Trofeo Verxel indoor
60 metros valados 0,762	02/01/2016	DS		F	Ourense	I Xornada Copa Deputacion en pista
60 metros valados 0,762	09/01/2016	9.91	3	SF	Lugo	I Xornada Pista cuberta - Copa Deputacion
<i>MMT</i> 60 metros valados 0,762	16/01/2016	9.68	2	F	Ourense	III Copa Deputacion en pista
60 metros valados 0,762	12/03/2016	9.69	5	EL	Oviedo	CAMPIONATO DE ESPAÑA CADETE EN PIST

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		5	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## MOREIRA RODRIGUEZ, PAULA

**Data de nacemento:** 30/01/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**80 metros lisos**      **15.65**    02/04/2016    XOGADE . Xornada previa atletismo en pista  
**500 metros lisos**      **2.08.32**    02/04/2016    XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 80 metros lisos	02/04/2016	15.65	4	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
MMT 500 metros lisos	02/04/2016	2.08.32	14	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	31/01/2016		57	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## MORREIRA DA COSTA, ANNA JULIA

**Data de nacemento:** 16/03/2007      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>9.01</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.58.64</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,42</b>	03/06/2016	Control de marcas
<b>Lanzamento de pelota</b>	<b>13,30</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,11</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA
---------------------------	-------------	------------	--

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
50 metros lisos	02/04/2016	9.05	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
50 metros lisos	30/04/2016	9.23	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 50 metros lisos	17/05/2016	9.01	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
50 metros lisos	21/05/2016	9.07	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
50 metros lisos	21/05/2016	9.10	1	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 500 metros lisos	02/04/2016	1.58.64	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
500 metros lisos	17/05/2016	2.02.97	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Salto de lonxitude	16/04/2016	3,22	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	30/04/2016	3,14	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Salto de lonxitude	21/05/2016	3,19	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	03/06/2016	3,42	3	F	O Barco	Control de marcas
Salto de lonxitude	11/06/2016	3,30	1	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
<i>MMT</i> Lanzamento de pelota	16/04/2016	13,30	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p

#### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	05/03/2016	3,11	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		2	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		24	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## NOGUEIRA FERNANDEZ, LUIS

**Data de nacemento:** 15/01/1956      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 60      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Meliores marcas da tempada

<b>Triplo salto</b>	<b>10,47</b>	25/06/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE LIBRE
<b>Lanzamento de peso 7,260 kg</b>	<b>7,95</b>	23/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<b>Lanzamento de disco 1kg</b>	<b>33,57</b>	18/09/2016	Campioanto de Cataluña de pentathlon de lanzamentos
<b>Lanzamento de xabalina 600 g</b>	<b>60,13</b>	28/07/2016	Festa do Atletismo Galego 2016
<b>Lanzamento de peso 5 kg</b>	<b>10,32</b>	14/05/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON DE LANZAMENTOS
<b>Lanzamento de martelo 5 kg</b>	<b>26,41</b>	14/05/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON DE LANZAMENTOS

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Triplo salto	25/06/2016	10,47	1	F	Elche	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 7,26	23/04/2016	7,95	6	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
Lanzamento de disco 1kg	14/05/2016	33,21		F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Lanzamento de disco 1kg	18/06/2016	32,39	1	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 1kg	18/09/2016	33,57	1	P	Palafrugell	Campioanto de Cataluña de pentathlon de l
Lanzamento de xabalina 6	02/04/2016	54,04	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
Lanzamento de xabalina 6	14/05/2016	55,53	1	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Lanzamento de xabalina 6	18/06/2016	59,23	1	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
Lanzamento de xabalina 6	26/06/2016	58,12	1	F	Elche	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 6	28/07/2016	60,13	1	F	Pontevedra	Festa do Atletismo Galego 2016
Lanzamento de xabalina 6	18/09/2016	51,56	1	P	Palafrugell	Campioanto de Cataluña de pentathlon de l
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 5 kg	14/05/2016	10,32	3	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Lanzamento de peso 5 kg	18/06/2016	9,85	1	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
Lanzamento de martelo 5	23/03/2016	25,42	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 5	14/05/2016	26,41	6	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Pentatlon Veterán	14/05/2016	3228	1	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Martelo Pesado	14/05/2016	11,35		F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON

## PARADELO VEGA, KEVIN

**Data de nacemento:** 28/08/2002      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** CADETE      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**100 metros lisos**      **14.09**    17/05/2016    V Xornada Copa Deputacion en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 100 metros lisos	17/05/2016	14.09	6	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista



**PEREZ ALVAREZ, CARLA**

**Data de nacemento:** 22/08/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

<b>60 metros lisos</b>	<b>13.16</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>2.24.91</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>4,20</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>2000 marcha</b>	<b>16.10.16</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 60 metros lisos	17/05/2016	13.16	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	2.24.91	8	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	4,20	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de peso 2 kg	30/04/2016	4,16	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	4,11	8	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
2000 marcha	02/04/2016	17.06.41	5	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
2000 marcha	30/04/2016	17.45.98	5	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 2000 marcha	21/05/2016	16.10.16	5	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		16	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

**PEREZ GONZALEZ, AINHOA LUCIA**

**Data de nacemento:** 18/01/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>80 metros lisos</b>	<b>12,34</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de disco 800 gr</b>	<b>16,59</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de xabalina 400 g</b>	<b>17,17</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
80 metros lisos	30/04/2016	12,68	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
80 metros lisos	21/05/2016	12,77	8	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 80 metros lisos	21/05/2016	12,34	3	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de disco 800	16/04/2016	13,11	4	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Lanzamento de disco 800	30/04/2016	12,30	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 800	21/05/2016	16,59	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de disco 800	11/06/2016	15,89	11	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
Lanzamento de xabalina 4	16/04/2016	14,47	6	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Lanzamento de xabalina 4	30/04/2016	16,06	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 4	21/05/2016	17,17	4	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		12	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## PEREZ GONZALEZ, CINTIA ANABEL

**Data de nacemento:** 23/04/2008      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>9,52</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>4,39</b>	11/06/2016	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL
<b>Lanzamento de pelota</b>	<b>17,34</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 50 metros lisos	02/04/2016	9,52	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	3,07	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de peso 2 kg	30/04/2016	3,74	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	4,02	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	11/06/2016	4,39	8	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
<i>MMT</i> Lanzamento de pelota	30/04/2016	17,34	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de pelota	21/05/2016	13,70	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de pelota	11/06/2016	11,89	11	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN

## PEREZ LOPEZ, LAURA

**Data de nacemento:** 28/08/1991      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**Lanzamento de martelo 4 kg**      **40,11**      17/05/2016      V Xornada Copa Deputacion en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Lanzamento de martelo 4	23/03/2016	36,48	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Lanzamento de martelo 4	02/04/2016	38,43	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
Lanzamento de martelo 4	23/04/2016	39,38	3	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 4	17/05/2016	40,11	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Lanzamento de martelo 4	03/06/2016	39,57	1	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de martelo 4	12/06/2016	39,67	1	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª Division - FINAL TIT
Lanzamento de martelo 4	16/07/2016	39,69	3	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR

**PEREZ MENDEZ, FATIMA**

**Data de nacemento:** 24/04/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>60 metros lisos</b>	<b>10.61</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>2.02.08</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>4.43.71</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,06</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>3,71</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Triatlón Alevín</b>	<b>419</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 60 metros lisos	02/04/2016	10.61		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
60 metros lisos	17/05/2016	11.12	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
60 metros lisos	21/05/2016	11.22		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 500 metros lisos	30/04/2016	2.02.08	6	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
500 metros lisos	17/05/2016	2.07.98	7	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	16/04/2016	4.43.71	7	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	02/04/2016	3,06	5	TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Salto de lonxitude	02/04/2016	3,00	1	TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Salto de lonxitude	30/04/2016	2,75	6	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Salto de lonxitude	21/05/2016	2,83	3	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	3,71	4	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Triatlón Alevín	02/04/2016	419	6	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Triatlón Alevín	21/05/2016	401	4	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		12	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	12/03/2016		61	F	A Estrada	CAMPIONATO DE GALICIA ESCOLAR DE CA

**PEREZ SORIA, CARLA**

**Data de nacemento:** 09/12/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>80 metros lisos</b>	<b>11.97</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>150 metros lisos</b>	<b>24.70</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.44.67</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,90</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
80 metros lisos	02/04/2016	12.21	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> 80 metros lisos	30/04/2016	11.97	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
80 metros lisos	21/05/2016	12.04	6	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
80 metros lisos	21/05/2016	12.06	2	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 150 metros lisos	16/04/2016	24.70	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> 500 metros lisos	02/04/2016	1.44.67	8	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Salto de lonxitude	16/04/2016	3,27	6	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	30/04/2016	3,56	5	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	21/05/2016	3,90	4	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

## PONTEVEDRA RIVEIRO, AGUSTIN

**Data de nacemento:** 05/06/1979      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>Salto con pértiga</b>	<b>2,35</b>	18/06/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<b>110 metros valados 1,00</b>	<b>24.11</b>	18/06/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros valados</b>	<b>9.47</b>	17/01/2016	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA
--------------------------	-------------	------------	---

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Salto con pértiga	18/06/2016	2,35	1	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
MMT 110 metros valados 1,00	18/06/2016	24.11	1	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

#### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 50 metros valados	17/01/2016	9.47	8	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE

## PRADA MARCOS, JORGE

**Data de nacemento:** 23/04/1981      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**Lanzamento de xabalina 800 g**      **53,88**      23/04/2016      CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Lanzamento de xabalina 8	02/04/2016	50,47	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 8	23/04/2016	53,88	3	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES



## PRIETO GIL, MANUEL

**Data de nacemento:** 22/03/1973      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### - Melloras marcas da tempada

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016	19	F	A	Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	14/02/2016	52	F	R	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO
Campo a Traves	06/03/2016	4	F	F	Fene	CAMPIONATO DE GALICIA DE CAMPO A TR

#### Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MONTAÑA	12/06/2016	1.11.07	7	F	Esgos	CAMPIONATO DE GALICIA DE MONTAÑA
TRAIL	03/04/2016	AB	F	A	Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

## REGUERA GONZALEZ, ADRIANA

**Data de nacemento:** 09/09/2002      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** CADETE      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**Lanzamento de disco 800 gr**      **14,30**    23/03/2016    Trofeo Proinor - Control de marcas

**Lanzamento de martelo 3 kg**      **33,29**    17/05/2016    V Xornada Copa Deputacion en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i>	Lanzamento de disco 800	23/03/2016	14,30	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
	Lanzamento de martelo 3	23/03/2016	29,14	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
	Lanzamento de martelo 3	02/04/2016	30,04	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
<i>MMT</i>	Lanzamento de martelo 3	17/05/2016	33,29	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
	Lanzamento de martelo 3	04/06/2016	31,08	5	F	Ferrol	CAMPIONATO DE GALICIA CADETE AIRE L

## REVUELTA MENDEZ, CARLOS

**Data de nacemento:** 02/04/1960      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 55      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

Lanzamento de peso 6 kg	<b>7,71</b>	20/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON DE LANZAMENTOS VETERANS
Lanzamento de disco 1,5 kg	<b>23,72</b>	20/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON DE LANZAMENTOS VETERANS
Lanzamento de martelo 6 kg	<b>22,27</b>	20/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON DE LANZAMENTOS VETERANS
Lanzamento de xabalina 700 g	<b>18,01</b>	02/04/2016	Control de marcas en pista

### RUTA - Mellores marcas da tempada

Maratón	<b>4.59.34</b>	17/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
---------	----------------	------------	----------------------------------

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 6 kg	20/02/2016	7,71	2	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 1,5	20/02/2016	23,72	2	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Lanzamento de disco 1,5	23/03/2016	23,43	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 6	20/02/2016	22,27	2	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Lanzamento de martelo 6	23/03/2016	17,28	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Lanzamento de martelo 6	02/04/2016	21,08	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
Lanzamento de xabalina 7	20/02/2016	17,03	2	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 7	02/04/2016	18,01	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
Pentatlon Veterán	20/02/2016	1784	2	F	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Martelo Pesado	20/02/2016	7,76	2	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Maratón	17/04/2016	4.59.34	162	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON

## RIVERO MIGUEZ, JAVIER

**Data de nacemento:** 13/06/1994      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** PROMESA      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**400 metros valados**      **1.00.10**      05/06/2016      CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIOR E PROMESA  
AIRE LIBRE

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
400 metros valados	23/04/2016	1.01.08	6	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<i>MMT</i> 400 metros valados	05/06/2016	1.00.10	2	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO

**RODRIGUEZ ALVAREZ, PABLO**

**Data de nacemento:** 15/02/2001      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** CADETE      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

**100 metros lisos**      **12,53**    02/04/2016    Control de marcas en pista  
**Salto de lonxitude**      **4,52**    02/04/2016    Control de marcas en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 100 metros lisos	02/04/2016	12.53	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
MMT Salto de lonxitude	02/04/2016	4,52	6	F	O Barco	Control de marcas en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		6	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

**RODRIGUEZ BRAZ, MELINA**

**Data de nacemento:** 11/10/2008      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>50 metros lisos</b>	<b>10.09</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>2.03.42</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>2,29</b>	30/04/2016	XOGADE	- Exolares en pista
<b>Lanzamento de pelota</b>	<b>6,12</b>	16/04/2016	XOGADE	- II Xornada previa atletismo en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
50 metros lisos	02/04/2016	10.23	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
50 metros lisos	17/05/2016	10.25	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 50 metros lisos	21/05/2016	10.09	6	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
500 metros lisos	02/04/2016	2.06.51	5	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
500 metros lisos	30/04/2016	2.06.36	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
500 metros lisos	17/05/2016	2.05.53	5	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	21/05/2016	2.03.42	10	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	30/04/2016	2,29	6	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de pelota	16/04/2016	6,12	7	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		5	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		27	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## RODRIGUEZ CAÑUETO, IREA

**Data de nacemento:** 08/10/1999      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** JUVENIL      **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	10/01/2016	7	F	A	Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016	41	F	Friol		CAMPINATO DE GALICIA DE CAMPO A TRA

**RODRIGUEZ COSENTINO, BRUNO**

**Data de nacemento:** 18/02/2004      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

<b>80 metros lisos</b>	<b>14,72</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de martelo 7,260</b>	<b>6,70</b>	03/06/2016	Control de marcas
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>6,97</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de disco 800 gr</b>	<b>15,49</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>Lanzamento de xabalina 500 g</b>	<b>14,41</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 80 metros lisos	02/04/2016	14,72	5	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
MMT Lanzamento de martelo 7,	03/06/2016	6,70	3	F	O Barco	Control de marcas
MMT Lanzamento de peso 3 kg	02/04/2016	6,97	5	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Lanzamento de peso 3 kg	30/04/2016	6,96	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
MMT Lanzamento de disco 800	30/04/2016	15,49	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
MMT Lanzamento de xabalina 5	30/04/2016	14,41	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		14	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves



## RODRIGUEZ COSENTINO, JUDITH

**Data de nacemento:** 26/05/2005      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>10.30</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.57.65</b>	17/05/2016	V	Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>5,19</b>	02/04/2016	XOGADE .	Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>5,72</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Triatlón Alevín</b>	<b>638</b>	02/04/2016	XOGADE .	Xornada previa atletismo en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
60 metros lisos	02/04/2016	10.31		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
60 metros lisos	30/04/2016	10.31	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
60 metros lisos	17/05/2016	10.33	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 60 metros lisos	21/05/2016	10.30		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
60 metros lisos	21/05/2016	10.39	2	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.57.65	6	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	02/04/2016	5,19	2	TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Salto de lonxitude	02/04/2016	3,20	1	TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Salto de lonxitude	30/04/2016	2,91	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Salto de lonxitude	21/05/2016	2,86	2	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	21/05/2016	2,86	2	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	03/06/2016	3,06	6	F	O Barco	Control de marcas
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	5,72	1	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	5,72	1	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Triatlón Alevín	02/04/2016	638	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Triatlón Alevín	21/05/2016	624	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Triatlón Alevín	21/05/2016	624	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		13	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

**RODRIGUEZ ESTEVEZ, RAQUEL**

**Data de nacemento:** 29/11/1975      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

**Triplo salto**      **7,32**    23/04/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES  
**Lanzamento de peso 4 kg**      **7,81**    12/06/2016    Cto España Clubes 2ª Division - FINAL TITULO  
Cto. España Clubes 2ª Division Mulleres . FINAL TITULO

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

**Salto de altura**      **1,30**    17/01/2016    COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Triplo salto	23/04/2016	7,32	7	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
MMT Lanzamento de peso 4 kg	12/06/2016	7,81	7	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª Division - FINAL TIT

**Detalle das participación en probas de Pista Cubierta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Salto de altura	17/01/2016	1,30	7	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE

## RODRIGUEZ FERNANDEZ, DAVID

**Data de nacemento:** 07/02/2005      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**Lanzamento de peso 2 kg**      **8,27**    21/05/2016    XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista  
**Lanzamento de xabalina 400 g**      **20,21**    11/06/2016    CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	7,64	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de peso 2 kg	30/04/2016	7,83	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	8,27	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
Lanzamento de peso 2 kg	11/06/2016	8,04	6	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL
Lanzamento de xabalina 4	16/04/2016	16,74	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de xabalina 4	30/04/2016	18,01	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de xabalina 4	21/05/2016	18,36	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 4	11/06/2016	20,21	8	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL

**RODRIGUEZ GONZALEZ, LUCIA Y.**

**Data de nacemento:** 30/05/2004      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>80 metros lisos</b>	<b>13.05</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.50.84</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>2,39</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 80 metros lisos	30/04/2016	13.05	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
80 metros lisos	17/05/2016	13.59	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.50.84	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	30/04/2016	2,39	10	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista

## RODRIGUEZ GONZALEZ, RUBEN

**Data de nacemento:** 20/08/2007      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**50 metros lisos**      **10.36**      30/04/2016      XOGADE - Exolares en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 50 metros lisos	30/04/2016	10.36	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista

## RODRIGUEZ LOPEZ, PABLO ISRAEL

**Data de nacemento:** 13/08/1976      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**Milla Urbana**      **5.20**      11/09/2016      XXX Milla Urbana Festa do Cristo

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Milla Urbana	11/09/2016	5.20	8	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo

## RODRIGUEZ RODRIGUEZ, NICOLAS

**Data de nacemento:** 16/01/1968      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

<b>Salto de altura</b>	<b>1,33</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Lanzamento de disco 2kg</b>	<b>20,91</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Lanzamento de xabalina 800 g</b>	<b>23,23</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Salto de altura	17/05/2016	1,33	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 2kg	17/05/2016	20,91	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 8	17/05/2016	23,23	5	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista

## RODRIGUEZ TEIJEIRO, MANUEL

**Data de nacemento:** 03/07/1971      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### MONTAÑA - Mellores marcas da tempada

**TRAIL**      **2.53.47**    03/04/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **40.34**    13/12/2015    Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		46	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

#### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	13/12/2015	40.34	61	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

#### Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT TRAIL	03/04/2016	2.53.47	26	F	A Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL



## RODRIGUEZ VEGA, ANDREA

**Data de nacemento:** 27/03/1999      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**100 metros lisos**      **15.48**    02/04/2016    Control de marcas en pista

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

**60 metros lisos**      **9.58**    20/12/2015    I Trofeo Verxel indoor

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 100 metros lisos	02/04/2016	15.48	4	F	O Barco	Control de marcas en pista

#### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 60 metros lisos	20/12/2015	9.58	5	F	Lugo	I Trofeo Verxel indoor

**RODRIGUEZ VEGA, BRAIAN**

**Data de nacemento:** 19/05/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>80 metros lisos</b>	<b>12.62</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.34.57</b>	30/04/2016	XOGADE	- Exolares en pista
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>3.33.21</b>	16/04/2016	XOGADE	- II Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de martelo 7,260</b>	<b>5,60</b>	03/06/2016		Control de marcas
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>5,54</b>	30/04/2016	XOGADE	- Exolares en pista
<b>Lanzamento de disco 800 gr</b>	<b>13,62</b>	30/04/2016	XOGADE	- Exolares en pista
<b>Lanzamento de xabalina 500 g</b>	<b>17,12</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
80 metros lisos	02/04/2016	14.55	4	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
80 metros lisos	17/05/2016	12.70	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 80 metros lisos	21/05/2016	12.62	6	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
500 metros lisos	02/04/2016	1.40.54	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	30/04/2016	1.34.57	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
500 metros lisos	17/05/2016	1.39.70	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	16/04/2016	3.33.21	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
1.000 metros lisos	21/05/2016	3.34.27	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 7,260	03/06/2016	5,60	4	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de peso 3 kg	02/04/2016	5,32	9	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg	30/04/2016	5,54	6	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de disco 800 gr	16/04/2016	11,15	7	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 800 gr	30/04/2016	13,62	7	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de xabalina 500 g	16/04/2016	15,63	3	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 500 g	21/05/2016	17,12	8	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		8	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## SALGUEIRO CHOREN, SOFIA

**Data de nacemento:** 10/02/2004      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>80 metros lisos</b>	<b>14.79</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>2.06.24</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>2,96</b>	30/04/2016	XOGADE - Exolares en pista
<b>Lanzamento de disco 800 gr</b>	<b>18,35</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 80 metros lisos	02/04/2016	14.79	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 500 metros lisos	02/04/2016	2.06.24	12	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Salto de lonxitude	16/04/2016	2,80	8	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	30/04/2016	2,96	8	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de disco 800	16/04/2016	12,63	5	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Lanzamento de disco 800	30/04/2016	14,07	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 800	21/05/2016	18,35	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de disco 800	11/06/2016	15,37	13	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		14	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## SANCHEZ GIL, HUGO

**Data de nacemento:** 11/08/1986      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

100 metros lisos	<b>12.75</b>	02/04/2016	Control de marcas en pista
400 metros lisos	<b>54.6</b>	09/07/2016	VIII Xornada Circuito . Trofeo Cidade de Vigo
500 metros lisos	<b>57.93</b>	02/04/2016	Control de marcas en pista
800 metros lisos	<b>2.03.38</b>	16/07/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIRE LIBRE
3.000 metros lisos	<b>9.58.28</b>	23/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
10.000 metros lisos	<b>33.54.78</b>	19/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE 10000 METROS - Trofeo Aurum

### MONTAÑA - Mellores marcas da tempada

TRAIL	<b>1.55.05</b>	03/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL
-------	----------------	------------	--------------------------------

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

1.500 metros lisos	<b>4.29.38</b>	17/01/2016	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA
--------------------	----------------	------------	---

### RUTA - Mellores marcas da tempada

Milla Urbana	<b>5.07</b>	11/09/2016	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
10 Km. Ruta	<b>34.40</b>	13/12/2015	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 100 metros lisos	02/04/2016	12.75	3	F	O Barco	Control de marcas en pista
MMT 400 metros lisos	09/07/2016	54.6	1	F	Vigo	VIII Xornada Circuito . Trofeo Cidade de Vi
MMT 500 metros lisos	02/04/2016	57.93	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
500 metros lisos	17/05/2016	4.21.16	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
800 metros lisos	21/05/2016	2.05.78	3	F	Lugo	II Xornda en pista Deputacion de Lugo
800 metros lisos	28/05/2016	2.04.27	3	F	Lugo	XXIX Memorial Gregorio Perez Rivera
800 metros lisos	02/07/2016	2.03.51	6	F	Vigo	VII Xornada Circuito Concello de Vigo
MMT 800 metros lisos	16/07/2016	2.03.38	10	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR
MMT 3.000 metros lisos	23/04/2016	9.58.28	6	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
MMT 10.000 metros lisos	19/03/2016	33.54.78	10	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA DE 10000 METR

### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 1.500 metros lisos	17/01/2016	4.29.38	6	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		5	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		18	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR
Campo a Traves	14/02/2016		23	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO
Campo a Traves	28/02/2016		175	F	Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA CAMPO A TRAVE

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
-------	------	-------	-----	-------	-------	---------------------

<i>MMT</i>	Milla Urbana	11/09/2016	5.07	13	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo
<i>MMT</i>	10 Km. Ruta	13/12/2015	34.40	8	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta

### Detalle das participación en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición	
<i>MMT</i>	TRAIL	03/04/2016	1.55.05	4	F	A Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

## SANCHEZ JARES, FABIO

**Data de nacemento:** 02/06/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>10.62</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>2,68</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>5,25</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de xabalina 400 g</b>	<b>10,60</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Triatlón Alevín</b>	<b>283</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

	Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i>	60 metros lisos	02/04/2016	10.62		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
	60 metros lisos	16/04/2016	11.91	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
	60 metros lisos	30/04/2016	11.03	5	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
	60 metros lisos	21/05/2016	10.90	5	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
	60 metros lisos	21/05/2016	10.90		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<i>MMT</i>	Salto de lonxitude	02/04/2016	2,68		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
	Salto de lonxitude	21/05/2016	2,29	4	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
	Salto de lonxitude	21/05/2016	2,29		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<i>MMT</i>	Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	5,25		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
	Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	5,23	4	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
	Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	5,23		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<i>MMT</i>	Lanzamento de xabalina 400 g	16/04/2016	10,60	5	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
	Lanzamento de xabalina 400 g	30/04/2016	8,29	12	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i>	Triatlón Alevín	02/04/2016	283	6	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
	Triatlón Alevín	21/05/2016	230	4	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
	Triatlón Alevín	21/05/2016	230		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

## SANDIN DE SOUSA, DAVID

**Data de nacemento:** 28/08/2006      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>9.61</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.48.80</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>3.59.79</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,43</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>6,54</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de xabalina 400 g</b>	<b>12,57</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Triatlón Alevín</b>	<b>554</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 60 metros lisos	02/04/2016	9.61		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
60 metros lisos	17/05/2016	10.21	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
60 metros lisos	21/05/2016	9.80		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
60 metros lisos	21/05/2016	9.80	1	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.48.80	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	16/04/2016	3.59.79	4	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	02/04/2016	3,21		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	21/05/2016	3,43	1	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	21/05/2016	3,43		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Triplo salto	21/05/2016				Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	6,54		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de peso 2 kg	30/04/2016	6,13	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	6,20	3	TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	6,20		TI	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 4	16/04/2016	12,57	4	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Lanzamento de xabalina 4	30/04/2016	10,46	9	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Triatlón Alevín	02/04/2016	554	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Triatlón Alevín	21/05/2016	532	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Triatlón Alevín	21/05/2016	532	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016	7		F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016	27		F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

## SANDIN DE SOUSA, NEREA

**Data de nacemento:** 06/04/2005      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>10.94</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.49.32</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>4.03.96</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de altura</b>	<b>1,08</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>2000 marcha</b>	<b>14.04.47</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
60 metros lisos	02/04/2016	10.99	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 60 metros lisos	17/05/2016	10.94	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.49.32	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	16/04/2016	4.03.96	4	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de altura	16/04/2016	1,07	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de altura	30/04/2016	1,06	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Salto de altura	21/05/2016	1,08	7	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
2000 marcha	02/04/2016	15.33.19	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
2000 marcha	30/04/2016	15.08.25	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 2000 marcha	21/05/2016	14.04.47	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
2000 marcha	11/06/2016	14.08.63	10	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	12/03/2016		53	F	A Estrada	CAMPIONATO DE GALICIA ESCOLAR DE CA



## SAUCEDO VILLALBA, ALEXIS

**Data de nacemento:** 30/01/2007      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>9.44</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>2.01.04</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>2,67</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de pelota</b>	<b>20,55</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
50 metros lisos	02/04/2016	9.63	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
50 metros lisos	30/04/2016	9.84	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 50 metros lisos	17/05/2016	9.44	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
500 metros lisos	02/04/2016	2.03.05	5	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	2.01.04	4	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Salto de lonxitude	16/04/2016	2,60	3	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	30/04/2016	2,57	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	21/05/2016	2,67	9	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	03/06/2016	2,45	3	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de pelota	16/04/2016	17,52	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Lanzamento de pelota	21/05/2016	20,55	4	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

## SECO LAMAS, DIEGO

**Data de nacemento:** 20/05/1969      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### MONTAÑA - Mellores marcas da tempada

**TRAIL**      **2.25.33**    03/04/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**Milla Urbana**      **6.30**    11/09/2016    XXX Milla Urbana Festa do Cristo

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Milla Urbana	11/09/2016	6.30	27	F	o Barco	XXX Milla Urbana Festa do Cristo

#### Detalle das participacións en probas de Montaña

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT TRAIL	03/04/2016	2.25.33	16	F	A Veiga	CAMPIONATO DE GALICIA DE TRAIL

**SETIEN DOMINGUEZ, HUGO**

**Data de nacemento:** 02/01/1995      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** PROMESA      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

**100 metros lisos**      **12.27**    23/04/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
100 metros lisos	02/04/2016	12.61	2	F	O Barco	Control de marcas en pista
<i>MMT</i> 100 metros lisos	23/04/2016	12.27	8	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

## SIERRA RIOZ, ALEXANDRA

**Data de nacemento:** 22/09/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>80 metros lisos</b>	<b>12.58</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.35.45</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de altura</b>	<b>1,28</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,39</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>6,78</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de martelo 3 kg</b>	<b>24,31</b>	11/06/2016	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL
<b>Lanzamento de xabalina 400 g</b>	<b>21,75</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 80 metros lisos	02/04/2016	12.58	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	02/04/2016	1.35.45	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
500 metros lisos	17/05/2016	2.05.32	6	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Salto de altura	16/04/2016	1,18	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
Salto de altura	30/04/2016	1,24	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Salto de altura	21/05/2016	1,28	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	16/04/2016	3,39	4	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg	02/04/2016	6,78	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de disco 800	16/04/2016	NULOS		F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de martelo 3	30/04/2016	NULOS		F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de martelo 3	17/05/2016	17,18	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
Lanzamento de martelo 3	21/05/2016	21,15	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 3	11/06/2016	24,31	2	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 4	16/04/2016	21,75	3	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
Lanzamento de xabalina 4	30/04/2016	18,63	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de xabalina 4	21/05/2016	20,32	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
Lanzamento de xabalina 4	11/06/2016	18,83	11	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		15	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## SIERRA RIOZ, NICOLAS

**Data de nacemento:** 22/02/2007      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>8.83</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.55.17</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>4.20.27</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,44</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
50 metros lisos	02/04/2016	9.54	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> 50 metros lisos	17/05/2016	8.83	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
500 metros lisos	02/04/2016	2.04.43	7	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
500 metros lisos	30/04/2016	1.55.25	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 500 metros lisos	17/05/2016	1.55.17	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
500 metros lisos	21/05/2016	1.55.34	5	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	16/04/2016	4.20.27	2	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	16/04/2016	2,85	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	30/04/2016	3,01	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	21/05/2016	3,44	2	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	11/06/2016	3,00	13	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		7	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## TABOADELA GOMEZ, AROA

**Data de nacemento:** 06/03/2008      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>9.38</b>	17/05/2016	V Xornada Copa Deputacion en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>2,72</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>2,69</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
50 metros lisos	02/04/2016	9.57	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
50 metros lisos	30/04/2016	9.72	4	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 50 metros lisos	17/05/2016	9.38	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
50 metros lisos	21/05/2016	9.49	2	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
Salto de lonxitude	30/04/2016	2,62	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	21/05/2016	2,72	5	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
Salto de lonxitude	03/06/2016	2,62	8	F	O Barco	Control de marcas
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	2,69	3	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

**TABOADELA GOMEZ, IRIA**

**Data de nacemento:** 02/02/2005      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

<b>60 metros lisos</b>	<b>9.59</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.30.88</b>	11/06/2016	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>3.48.68</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,13</b>	03/06/2016	Control de marcas

**CAMPO A TRAVÉS - Mellores marcas da tempada**

<b>Campo a Traves</b>	<b>5.13</b>	10/01/2016	Campionato Provincial de Campo a Traves
-----------------------	-------------	------------	---

**PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada**

<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,94</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA
---------------------------	-------------	------------	--

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 60 metros lisos	02/04/2016	9.59	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
500 metros lisos	19/03/2016	1.35.69	1	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA DE 10000 METR
500 metros lisos	02/04/2016	1.40.79	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
500 metros lisos	30/04/2016	1.34.98	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
500 metros lisos	07/05/2016	1.31.99	1	F	Ourense	XOGADE - III Xoranda Interzonal Escolar e
500 metros lisos	17/05/2016	1.37.00	1	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
500 metros lisos	21/05/2016	1.34.34	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
500 metros lisos	29/05/2016	1.31.13	2	F	Ourense	Ourense Termal Athletis Meeting
<i>MMT</i> 500 metros lisos	11/06/2016	1.30.88	2	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	16/04/2016	3.48.68	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	16/04/2016	3,77	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de lonxitude	30/04/2016	3,59	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Salto de lonxitude	21/05/2016	3,42	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	03/06/2016	4,13	2	F	O Barco	Control de marcas
Salto de lonxitude	11/06/2016	4,05	1	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN

**Detalle das participación en probas de Pista Cubierta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	05/03/2016	3,94	4	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Campo a Traves	10/01/2016	5.13	1	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		12	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP

**TATO ARIAS, CARLA**

**Data de nacemento:** 16/04/2008      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** BENJAMÍN      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

<b>50 metros lisos</b>	<b>9.60</b>	21/05/2016	XOGADE	Campionato Provincial Escolar en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.56.98</b>	30/04/2016	XOGADE	- Exolares en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>2,29</b>	30/04/2016	XOGADE	- Exolares en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
50 metros lisos	16/04/2016	10.36	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
50 metros lisos	17/05/2016	9.64	3	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
<i>MMT</i> 50 metros lisos	21/05/2016	9.60	3	SF	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> 500 metros lisos	30/04/2016	1.56.98	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
500 metros lisos	17/05/2016	1.59.66	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
500 metros lisos	21/05/2016	1.57.10	7	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Salto de lonxitude	16/04/2016	2,13	6	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	30/04/2016	2,29	5	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		4	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	31/01/2016		28	F	Friol	MEMORIAL ALEJANDRO LORENZO DE CAMP



## TOBA SUÁREZ, BARCA

**Data de nacemento:** 08/10/1985      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>800 metros lisos</b>	<b>2.28.77</b>	15/06/2016	XLIII Trofeo Boa Vila - II Xornada Super Froiz
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>5.13.3</b>	09/07/2016	VIII Xornada Circuito . Trofeo Cidade de Vigo
<b>3.000 metros lisos</b>	<b>5.11.65</b>	29/05/2016	Ourense Termal Athletis Meeting
<b>5.000 metros lisos</b>	<b>19.21.89</b>	16/07/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIRE LIBRE

### CAMPO A TRAVÉS - Melloras marcas da tempada

<b>Campo a Traves</b>	<b>41,47</b>	13/03/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CAMPO A TRAVES
-----------------------	--------------	------------	--

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>3.000 metros lisos</b>	<b>10.32.61</b>	24/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PROMESA E 1500-3000 JUNIOR/XUVENIL
---------------------------	-----------------	------------	---

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Medio Maratón</b>	<b>1.30.17</b>	16/10/2016	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>38.43</b>	13/12/2015	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta
<b>5 Km. Ruta</b>	<b>19.05</b>	02/07/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RUTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 800 metros lisos	15/06/2016	2.28.77	4	F	Pontevedra	XLIII Trofeo Boa Vila - II Xornada Super Fr
800 metros lisos	06/07/2016	2.28.84	3	F	Pontevedra	XXIII Trofeo Cidade Pontevedra -XIX Mem
800 metros lisos	16/07/2016	2.31.44	8	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	09/07/2016	5.13.3	4	F	Vigo	VIII Xornada Circuito . Trofeo Cidade de Vi
3.000 metros lisos	03/01/2016	11.05.66	4	F	Vigo	I Circuito Serie Municipal en pista - I Xorna
<i>MMT</i> 3.000 metros lisos	29/05/2016	5.11.65	13	F	Ourense	Ourense Termal Athletis Meeting
3.000 metros lisos	12/06/2016	10.55.27	5	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª Division - FINAL TIT
<i>MMT</i> 5.000 metros lisos	16/07/2016	19.21.89	1	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 3.000 metros lisos	24/01/2016	10.32.61	5	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E PR

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	31/01/2016		10	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR
Campo a Traves	14/02/2016		8	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO
Campo a Traves	28/02/2016		72	F	Madrid	CAMPIONATO DE ESPAÑA CAMPO A TRAVE
<i>MMT</i> Campo a Traves	13/03/2016	41,47	73	F	Calatayud	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CAMPO A TR

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Medio Maratón	16/10/2016	1.30.17	9	F	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	13/12/2015	38.43	2	F	San Cibrao das Viñ	Campionato Provincial de 10 Km. Ruta
10 Km. Ruta	16/10/2016	41.42		PA	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA



---

## CURRICULUM DO ATLETA

Federación Galega Atletismo  
[www.atletismo.gal](http://www.atletismo.gal)

---

MMT 5 Km. Ruta

02/07/2016

19.05 2 F

Curtis

CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RU

**VALLE CAMPOS, NEREA**

**Data de nacemento:** 13/01/2000      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

**100 metros lisos**      **13,93**    17/05/2016    V Xornada Copa Deputacion en pista  
**Salto de lonxitude**      **4,82**    23/03/2016    Trofeo Proinor - Control de marcas

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

**60 metros lisos**      **8.4**    02/01/2016    I Xornada Copa Deputacion en pista  
**Salto de lonxitude**      **5,03**    27/02/2016    CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNIOR EN PISTA CUBERTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 100 metros lisos	17/05/2016	13.93	2	F	O Barco	V Xornada Copa Deputacion en pista
MMT Salto de lonxitude	23/03/2016	4,82	2	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Salto de lonxitude	23/04/2016	4,53	4	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
Salto de lonxitude	23/04/2016	4,68	4	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
Salto de lonxitude	29/05/2016	4,40	8	F	Ourense	Ourense Termal Athletis Meeting
Salto de lonxitude	05/06/2016	4,27	4	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO
Salto de lonxitude	05/06/2016	4,69	4	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO
Salto de lonxitude	12/06/2016	4,53	8	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª Division - FINAL TIT

**Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 60 metros lisos	02/01/2016	8.4	2	F	Ourense	I Xornada Copa Deputacion en pista
60 metros lisos	09/01/2016	8.65	3	SF	Lugo	I Xornada Pista cuberta - Copa Deputacion
Salto de lonxitude	17/01/2016	4,35	7	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE
MMT Salto de lonxitude	27/02/2016	5,03	2	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL E JUNI

## VALLE MARTINEZ, IVAN

**Data de nacemento:** 23/03/1980      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**Salto de altura**      **1,70**    23/04/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

**Salto de altura**      **1,83**    17/01/2016    COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Salto de altura	23/04/2016	1,70	4	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES

#### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Salto de altura	17/01/2016	1,83	2	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE

## VENTIN RIVAS, XULIO

**Data de nacemento:** 25/11/1961      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 50      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>Salto con pértiga</b>	<b>3,20</b>	23/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<b>Lanzamento de peso 6 kg</b>	<b>11,87</b>	25/06/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE LIBRE
<b>Lanzamento de disco 1,5 kg</b>	<b>38,90</b>	25/06/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE LIBRE
<b>Lanzamento de martelo 6 kg</b>	<b>42,34</b>	24/06/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE LIBRE
<b>Lanzamento de xabalina 700 g</b>	<b>38,83</b>	14/05/2016	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON DE LANZAMENTOS

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>Salto con pértiga</b>	<b>3,20</b>	17/01/2016	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBERTA
<b>Lanzamento de peso 6 kg</b>	<b>11,96</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Salto con pértiga	23/04/2016	3,20	5	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
Salto con pértiga	18/06/2016	3,00	1	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
Salto con pértiga	25/06/2016	3,00	2	F	Elche	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE
Lanzamento de peso 6 kg	20/02/2016	11,44	1	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Lanzamento de peso 6 kg	14/05/2016	11,25		F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 6 kg	25/06/2016	11,87	5	F	Elche	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE
Lanzamento de disco 1,5	20/02/2016	35,80	1	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Lanzamento de disco 1,5	14/05/2016	38,18		F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Lanzamento de disco 1,5	18/06/2016	37,74	1	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 1,5	25/06/2016	38,90	1	F	Elche	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE
Lanzamento de disco 1,5	06/07/2016	37,81	2	F	Pontevedra	XXIII Trofeo Cidade Pontevedra -XIX Mem
Lanzamento de martelo 6	20/02/2016	40,96	1	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Lanzamento de martelo 6	14/05/2016	40,07	2	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Lanzamento de martelo 6	18/06/2016	40,75	1	F	Vilagarcía	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 6	24/06/2016	42,34	1	F	Elche	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE
Lanzamento de xabalina 7	20/02/2016	29,40	1	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 7	14/05/2016	38,83		F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Pentatlon Veterán	20/02/2016	2964	1	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Pentatlon Veterán	14/05/2016	3224	2	F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Martelo Pesado	20/02/2016	12,68	1	P	Pontevedra	CAMPIONATO DE GALICIA PENTATHLON D
Martelo Pesado	14/05/2016	13,93		F	Colado Villalba	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE PENTATHLON
Martelo Pesado	26/06/2016	13,66	1	F	Elche	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS AIRE

### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Salto con pértiga	17/01/2016	3,20	4	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE
Salto con pértiga	06/02/2016	3,05	3	F	Lugo	II Xornada Copa Deputacion - Modulo cube
Salto con pértiga	28/02/2016	2,45	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 6 kg	28/02/2016	11,96	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P

## VICENTE POLO, ANTON

**Data de nacemento:** 13/05/2003      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** INFANTIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>80 metros lisos</b>	<b>11.61</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>150 metros lisos</b>	<b>21.93</b>	16/04/2016	XOGADE - II Xornada previa atletismo en pista
<b>500 metros lisos</b>	<b>1.45.82</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,05</b>	23/03/2016	Trofeo Proinor - Control de marcas
<b>Lanzamento de martelo 7,260</b>	<b>8,51</b>	03/06/2016	Control de marcas
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>8,90</b>	11/06/2016	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL
<b>Lanzamento de disco 800 gr</b>	<b>30,13</b>	03/06/2016	Control de marcas
<b>Lanzamento de xabalina 500 g</b>	<b>21,41</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 80 metros lisos	02/04/2016	11.61	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
80 metros lisos	30/04/2016	12.05	2	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> 150 metros lisos	16/04/2016	21.93	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> 500 metros lisos	02/04/2016	1.45.82	5	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	23/03/2016	4,05	2	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Salto de lonxitude	30/04/2016	3,87	3	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 7,	03/06/2016	8,51	2	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de peso 3 kg	02/04/2016	8,28	2	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Lanzamento de peso 3 kg	21/05/2016	8,84	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg	11/06/2016	8,90	6	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
Lanzamento de disco 800	23/03/2016	21,34	1	F	O Barco	Trofeo Proinor - Control de marcas
Lanzamento de disco 800	16/04/2016	22,55	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Lanzamento de disco 800	30/04/2016	20,50	1	F	O Barco	XOGADE - Exolares en pista
Lanzamento de disco 800	21/05/2016	25,29	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 800	03/06/2016	30,13	1	F	O Barco	Control de marcas
Lanzamento de disco 800	11/06/2016	27,45	3	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
Lanzamento de xabalina 5	16/04/2016	18,80	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 5	21/05/2016	21,41	4	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		11	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves

## VILA LOPEZ, MARTHA

**Data de nacemento:** 01/09/2005      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** ALEVÍN      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>9,81</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Salto de altura</b>	<b>1,27</b>	11/06/2016	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN E INFANTIL
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,55</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista
<b>Lanzamento de peso 2 kg</b>	<b>7,15</b>	21/05/2016	XOGADE Campionato Provincial Escolar en pista
<b>Triatlón Alevín</b>	<b>897</b>	02/04/2016	XOGADE . Xornada previa atletismo en pista

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>Salto de altura</b>	<b>1,16</b>	05/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALEVIN E INFANTIL EN PISTA CUBERTA
------------------------	-------------	------------	--

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 60 metros lisos	02/04/2016	9.81		TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
60 metros lisos	16/04/2016	9.93	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de altura	16/04/2016	1,18	1	F	O Barco	XOGADE - II Xornada previa atletismo en p
Salto de altura	21/05/2016	1,17	3	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
<i>MMT</i> Salto de altura	11/06/2016	1,27	2	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	02/04/2016	3,55	1	TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
Lanzamento de peso 2 kg	02/04/2016	6,63	1	TI	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg	21/05/2016	7,15	1	F	Ourense	XOGADE Campionato Provincial Escolar en
Lanzamento de peso 2 kg	11/06/2016	6,55	9	F	O Barco	CAMPIONATO GALICIA BENXAMIN,ALEVIN
<i>MMT</i> Triatlón Alevín	02/04/2016	897	1	F	O Barco	XOGADE . Xornada previa atletismo en pist

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Salto de altura	05/03/2016	1,16	5	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA BENXAMIN, ALE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	10/01/2016		4	F	A Rua	Campionato Provincial de Campo a Traves
Campo a Traves	12/03/2016		50	F	A Estrada	CAMPIONATO DE GALICIA ESCOLAR DE CA

## VILLAVERDE TOURIÑO, PAULA

**Data de nacemento:** 27/07/2000      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**5000 marcha**      **29.34.6**      06/12/2015      GP Vila de Cuntis de Marcha - Memorial Josefina Romero

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**5 km marcha ruta**      **30.21**      13/02/2016      CAPIONATO DE GALICIA DE MARCHA EN RUTA

**10 Km. Marcha Ruta**      **1.00.50**      28/02/2016      CAMPIONATO DE ESPAÑA DE MARCHA EN RUTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
5000 marcha	22/11/2015	29.35.77	13	F	Bastigueiro	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARCHA EN
<i>MMT</i> 5000 marcha	06/12/2015	29.34.6	8	F	Cuntis	GP Vila de Cuntis de Marcha - Memorial Jos
5000 marcha	23/04/2016	31.00.30	3	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
5000 marcha	05/06/2016	32.38.68	5	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL, JUNIO
5000 marcha	12/06/2016	DS		F	Caceres	Cto España Clubes 2ª Division - FINAL TIT

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	31/01/2016		29	F	Friol	CAMPINATO DE GALICIA DE CAMPO A TRA

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 5 km marcha ruta	13/02/2016	30.21		PA	Pobra do Caramiña	CAPIONATO DE GALICIA DE MARCHA EN R
5 km marcha ruta	28/05/2016	30.31	7	F	A Coruña	GP Cantones de Marcha en ruta - Trofeo Jo
10 Km. Marcha Ruta	13/02/2016	1.01.30	9	F	Pobra do Caramiña	CAPIONATO DE GALICIA DE MARCHA EN R
<i>MMT</i> 10 Km. Marcha Ruta	28/02/2016	1.00.50	9	F	Motril	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE MARCHA EN



## YAÑEZ PEREZ, MONICA

**Data de nacemento:** 26/12/1977      **Clube:** ASOCIACION DEPORTIVA ATLETICA DO SIL (ADAS)  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>200 metros lisos</b>	<b>29.63</b>	14/05/2016	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COMBINADAS VETERANS
<b>800 metros lisos</b>	<b>2.48.30</b>	10/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VETERANS
<b>100 metros valados 0,84</b>	<b>18.05</b>	02/04/2016	Control de marcas en pista
<b>Salto de altura</b>	<b>1,41</b>	14/05/2016	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COMBINADAS VETERANS
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,25</b>	15/05/2016	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COMBINADAS VETERANS
<b>Lanzamento de peso 4 kg</b>	<b>8,50</b>	14/05/2016	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COMBINADAS VETERANS
<b>Lanzamento de disco 1kg</b>	<b>20,75</b>	23/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
<b>Lanzamento de xabalina 600 g</b>	<b>36,79</b>	15/05/2016	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COMBINADAS VETERANS
<b>Lanzamento de xabalina 800 g</b>	<b>32,77</b>	16/07/2016	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIRE LIBRE
<b>Heptathlon Veterano</b>	<b>3724</b>	15/05/2016	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COMBINADAS VETERANS

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>Salto de altura</b>	<b>1,35</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>4,21</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA
<b>Lanzamento de peso 4 kg</b>	<b>9,07</b>	10/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VETERANS
<b>50 metros valados 0,84</b>	<b>9.05</b>	28/02/2016	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN PISTA CUBERTA
<b>60 metros valados 0,84</b>	<b>10.42</b>	10/01/2016	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VETERANS

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 200 metros lisos	14/05/2016	29.63		F	Collado Villalba	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COM
MMT 800 metros lisos	10/01/2016	2.48.30	1	P	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET
800 metros lisos	15/05/2016	2.49.24		F	Collado Villalba	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COM
MMT 100 metros valados 0,84	02/04/2016	18.05	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
100 metros valados 0,84	14/05/2016	17.39		F	Collado Villalba	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COM
MMT Salto de altura	14/05/2016	1,41		F	Collado Villalba	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COM
Salto de lonxitude	02/04/2016	4,12	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
MMT Salto de lonxitude	15/05/2016	4,25		F	Collado Villalba	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COM
MMT Lanzamento de peso 4 kg	14/05/2016	8,50		F	Collado Villalba	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COM
MMT Lanzamento de disco 1kg	23/04/2016	20,75	6	F	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBES
Lanzamento de xabalina 6	02/04/2016	33,59	1	F	O Barco	Control de marcas en pista
MMT Lanzamento de xabalina 6	15/05/2016	36,79		F	Collado Villalba	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COM
Lanzamento de xabalina 6	12/06/2016	32,88	3	F	Caceres	Cto España Clubes 2ª Division - FINAL TIT
MMT Lanzamento de xabalina 8	16/07/2016	32,77	6	F	Ourense	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO AIR
MMT Heptathlon Veterano	15/05/2016	3724	1	F	Collado Villalba	CAMPIOANTO DE ESPAÑA DE PROBAS COM

## Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Salto de altura	10/01/2016	1,32	1	P	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET
<i>MMT</i> Salto de altura	28/02/2016	1,35	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
Salto de lonxitude	10/01/2016	4,20	1	P	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	28/02/2016	4,21	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 4 kg	10/01/2016	9,07	1	P	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET
Lanzamento de peso 4 kg	17/01/2016	8,80	4	F	A Coruña	COPA DE GALICIA DE CLUBES PISTA CUBE
<i>MMT</i> 50 metros valados 0,84	28/02/2016	9.05	1	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA VETERANS EN P
<i>MMT</i> 60 metros valados 0,84	10/01/2016	10.42	1	P	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET
Pentatlon Veterán	10/01/2016	2591	1	P	Lugo	CAMPIONATO DE GALICIA HEPT-PENT VET