

**VEIRA PORTELA, SILVIA**

**Data de nacemento:** 01/01/1990      **Clube:** ALCOBENDAS  
**Categoría:** JUNIOR      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>200 metros lisos</b>	<b>29.75</b>	27/06/2009	Cpto.Galego Xuvenil, Junior e Promesa o Aire Libre
<b>200 metros lisos - Crono Manu</b>	<b>29.4</b>	04/01/2009	I Xornada Torneo de Invierno
<b>400 metros lisos</b>	<b>1:05.08</b>	27/06/2009	Cpto.Galego Xuvenil, Junior e Promesa o Aire Libre
<b>800 metros lisos</b>	<b>2.28.17</b>	27/06/2009	Cpto.Galego Xuvenil, Junior e Promesa o Aire Libre
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>48.08</b>	11/10/2009	Coruña 10 - CAMPIONATO GALEGO DE 10 K. EN RUTA

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

<b>400 metros lisos</b>	<b>1.08.86</b>	07/02/2009	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO DE PISTA CUBERTA
-------------------------	----------------	------------	---

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
200 metros lisos	01/05/2009	30.21	5		A Coruña	Control Federado - Coruña Comarca
200 metros lisos	05/06/2009	29.88	2		Ferrol	IV Xornada Circuito Deputación
200 metros lisos	25/06/2009	29.92	4	F	A Coruña	Control Federado
<i>MMT</i> 200 metros lisos	27/06/2009	29.75	4		Pontevedra	Cpto.Galego Xuvenil, Junior e Promesa o Ai
<i>MMT</i> 200 metros lisos - Crono	04/01/2009	29.4	6	EL	Vigo	I Xornada Torneo de Invierno
400 metros lisos	10/01/2009	1.08.64	2		Ferrol	Control Federado de Marcas
400 metros lisos	15/05/2009	1.08.79	1		Ferrol	II Xornada Circuito Deputación
400 metros lisos	05/06/2009	1.05.74	4		Ferrol	IV Xornada Circuito Deputación
400 metros lisos	11/06/2009	1.05.88	3	F	Vigo	Serie Municipal de Atletismo
<i>MMT</i> 400 metros lisos	27/06/2009	1:05.08	2		Pontevedra	Cpto.Galego Xuvenil, Junior e Promesa o Ai
800 metros lisos	01/05/2009	2.43.34	6		A Coruña	Control Federado - Coruña Comarca
800 metros lisos	15/05/2009	2.33.75	3		A Coruña	I Xornada Circuito Deputación
800 metros lisos	21/06/2009	2.33.12	3		Ferrol	VII Memorial "Ramón Peña Blanco"
800 metros lisos	25/06/2009	2.34.21	1	F	A Coruña	Control Federado
<i>MMT</i> 800 metros lisos	27/06/2009	2.28.17	3		Pontevedra	Cpto.Galego Xuvenil, Junior e Promesa o Ai
800 metros lisos	18/07/2009	2:33.30	6	F	Ferrol	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO Ó AIRE
Milla Urbana	24/05/2009	6.14	15		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE 1000 METROS E
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	11/10/2009	48.08	28	F	A Coruña	Coruña 10 - CAMPIONATO GALEGO DE 10

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 400 metros lisos	07/02/2009	1.08.86	3		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO DE PIST

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	22/02/2009	24.15	10		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO JUNIOR, PROMESA