

## A GANDARA, ABSOLUTO HOMES

**Data de nacemento:** 01/01/1985      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### - Melloras marcas da tempada

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	20/01/2013	251	12	F	Santiago	CAMPIONATO GALEGO CROSS CORTO DE

## A GANDARA, MULLERES XUVENIL

**Data de nacemento:** 01/01/1997      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**4 x 100 metros relevos**      **55.82**      20/04/2013      Memorial Gregorio Perez Rivera

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 4 x 100 metros relevos	20/04/2013	55.82	2	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera

## BARATA VILLAPOL, FELIPE

**Data de nacemento:** 29/06/1971      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

**800 metros lisos**                      **2.21.48**    22/12/2012    Xornada Copa Deputacion en pista  
**Salto de lonxitude**                      **5,34**    24/02/2013    II Xornada III Trofeo Deputacion de Lugo

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

**Salto de lonxitude**                      **5,25**    10/02/2013    CAMPIONATO GALEGO VETERANS PISTA CUBERTA

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**10 Km. Ruta**                              **37.44**    06/10/2013    VII Edicion A Coruña 10

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 800 metros lisos	22/12/2012	2.21.48	6	F	Ourense	Xornada Copa Deputacion en pista
Salto de lonxitude	02/02/2013	5,21	6	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	24/02/2013	5,34	5	F	Lugo	II Xornada III Trofeo Deputacion de Lugo
Salto de lonxitude	20/04/2013	4,90	10	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera
Salto de lonxitude	20/04/2013	5,21	9	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	10/02/2013	5,25	3	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO VETERANS PISTA C

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/10/2013	37.44	133	F	A Coruña	VII Edicion A Coruña 10

## CAMPOS GARZA, ALEJANDRA

**Data de nacemento:** 29/01/1996      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>9,13</b>	02/02/2013	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
<b>Lanzamento de peso 4 kg</b>	<b>8,26</b>	13/04/2013	CAMPIONATO GALEGO DE CLUBES
<b>Lanzamento de disco 1kg</b>	<b>29,59</b>	26/05/2013	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBRE - JUNIOR E PROMESA MARCHA
<b>Lanzamento de xabalina 600 g</b>	<b>29,91</b>	28/04/2013	I Xornada Liga 1ª División Mulleres
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>9,91</b>	02/02/2013	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
<b>Lanzamento de xabalina 500 g</b>	<b>29,85</b>	09/03/2013	Control de marcas

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>7,81</b>	09/02/2013	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CUBERTA
<b>60 metros lisos</b>	<b>9,03</b>	28/12/2012	II XORNADA XXX COPA DEPUTACION EN PISTA
<b>Lanzamento de peso 4 kg</b>	<b>9,42</b>	28/12/2012	II XORNADA XXX COPA DEPUTACION EN PISTA
<b>Lanzamento de peso 3 kg</b>	<b>9,88</b>	09/02/2013	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CUBERTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 60 metros lisos	02/02/2013	9,13	2	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
MMT Lanzamento de peso 4 kg	13/04/2013	8,26	5	F	Ferrol	CAMPIONATO GALEGO DE CLUBES
Lanzamento de disco 1kg	09/03/2013	20,33	1	F	O Barco Valdeorras	Control de marcas
Lanzamento de disco 1kg	20/04/2013	27,32	2	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera
MMT Lanzamento de disco 1kg	26/05/2013	29,59	2	F	O Barco	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBR
MMT Lanzamento de xabalina 6	28/04/2013	29,91	3	F	Burgos	I Xornada Liga 1ª División Mulleres
Lanzamento de xabalina 6	19/05/2013	28,07	4	F	San Sebastian	II Xornada Liga Clubes 1ª División Homes
MMT Lanzamento de peso 3 kg	02/02/2013	9,91	1	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
MMT Lanzamento de xabalina 5	09/03/2013	29,85	1	F	O Barco Valdeorras	Control de marcas
Lanzamento de xabalina 5	26/05/2013	29,68	1	F	O Barco	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBR

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 50 metros lisos	09/02/2013	7,81	4	SF	A Coruña	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CU
MMT 60 metros lisos	28/12/2012	9,03	1		Ourense	II XORNADA XXX COPA DEPUTACION EN P
MMT Lanzamento de peso 4 kg	28/12/2012	9,42	2		Ourense	II XORNADA XXX COPA DEPUTACION EN P
Lanzamento de peso 4 kg	19/01/2013	8,48	9	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PROME
MMT Lanzamento de peso 3 kg	09/02/2013	9,88	4	F	A Coruña	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CU

## DE LA TORRE LOPEZ, JUAN CARLOS

**Data de nacemento:** 08/12/1996      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>Lanzamento de peso 5 kg</b>	<b>11,54</b>	02/02/2013	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
<b>Lanzamento de disco 1,5 kg</b>	<b>31,67</b>	04/05/2013	III Trofeo Copa Deputacion de Lugo
<b>Lanzamento de xabalina 700 g</b>	<b>51,51</b>	26/05/2013	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBRE - JUNIOR E PROMESA MARCHA

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>Lanzamento de peso 5 kg</b>	<b>12,14</b>	09/02/2013	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CUBERTA
--------------------------------	--------------	------------	------------------------------------------

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 5 kg	02/02/2013	11,54	1	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
Lanzamento de peso 5 kg	26/05/2013	10,86	7	F	O Barco	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBRE
Lanzamento de disco 1,5	09/03/2013	NULOS		F	O Barco Valdeorras	Control de marcas
Lanzamento de disco 1,5	20/04/2013	28,32	2	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 1,5	04/05/2013	31,67	2	F	Lugo	III Trofeo Copa Deputacion de Lugo
Lanzamento de xabalina 7	09/03/2013	nulos		F	O Barco Valdeorras	Control de marcas
Lanzamento de xabalina 7	06/04/2013	40,15	1	F	Ourense	Control de marcas Cadete-Xuvenil
Lanzamento de xabalina 7	20/04/2013	40,60	2	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera
Lanzamento de xabalina 7	04/05/2013	41,28	2	F	Lugo	III Trofeo Copa Deputacion de Lugo
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 7	26/05/2013	51,51	1	F	O Barco	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBRE
Lanzamento de xabalina 7	22/06/2013	46,15	7	F	Durango	CAMPIONATO DE ESPAÑA XUVENIL AIRE LIBRE

### Detalle das participacións en probas de Pista Cuberta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 5 kg	09/02/2013	12,14	4	F	A Coruña	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CUBERTA

## EXPOSITO FERNANDEZ, CARMEN

**Data de nacemento:** 08/12/1957      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** VETERÁNS 55      **Adestrador:**

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

**3.000 metros lisos**      **15.39.67**      10/02/2013      CAMPIONATO GALEGO VETERANS PISTA CUBERTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3.000 metros lisos	10/02/2013	15.39.67	1	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO VETERANS PISTA C

## FERNANDEZ FERNANDEZ, RUBÉN

**Data de nacemento:** 28/09/1979      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>1.000 metros lisos</b>	<b>2.58.17</b>	02/02/2013	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4.37.61</b>	20/04/2013	Memorial Gregorio Perez Rivera
<b>3.000 metros lisos</b>	<b>9.56.74</b>	22/12/2012	Xornada Copa Deputacion en pista
<b>10.000 metros lisos</b>	<b>36.42.69</b>	24/03/2013	CAMPIONATO GALEGO DE 10.000 METROS - TROFEO AURUM - CTO. PROVINCIAL

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>10 Km. Ruta</b>	<b>36.33</b>	06/10/2013	VII Edicion A Coruña 10
--------------------	--------------	------------	-------------------------

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	02/02/2013	2.58.17	1	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	20/04/2013	4.37.61	13	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera
<i>MMT</i> 3.000 metros lisos	22/12/2012	9.56.74	6	F	Ourense	Xornada Copa Deputacion en pista
3.000 metros lisos	04/05/2013	10.05.93	5	F	Lugo	III Trofeo Copa Deputacion de Lugo
<i>MMT</i> 10.000 metros lisos	24/03/2013	36.42.69	21	F	Ourense	CAMPIONATO GALEGO DE 10.000 METROS

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	20/01/2013		120	F	Santiago	CAMPIONATO GALEGO CROSS CORTO DE

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
10 Km. Ruta	18/11/2012	36.49	143	F	Ourense	XXXVI Carreira Popular San Martiño (10 K
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/10/2013	36.33	80	F	A Coruña	VII Edicion A Coruña 10

**FERNANDEZ LOPEZ, SALETA**

**Data de nacemento:** 15/07/1997      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

**Salto de altura**      **1,75**    18/07/2013    Festival Olímpico de la Juventud Europea

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

**Salto de altura**      **1,67**    09/02/2013    CTO. GALEGO XUVENIL\_JUNIOR PISTA CUBERTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Salto de altura	22/12/2012	1,60	1	F	Ourense	Xornada Copa Deputación en pista
Salto de altura	13/04/2013	1,60	1	F	Ferrol	CAMPIONATO GALEGO DE CLUBES
Salto de altura	20/04/2013	1,70	1	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera
Salto de altura	28/04/2013	1,67	1	F	Burgos	I Xornada Liga 1ª División Mulleres
Salto de altura	19/05/2013	1,60	2	F	Alcorcon	II Xornada Liga Clubes 1ª División Mulleres
Salto de altura	26/05/2013	1,68	1	F	O Barco	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBRE
Salto de altura	15/06/2013	1,65	7	F	Aviles	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE FEDERACION
Salto de altura	22/06/2013	1,72	1	F	Durango	CAMPIONATO DE ESPAÑA XUVENIL AIRE LIBRE
Salto de altura	16/07/2013	1,68	1	Q	Utrecht	Festival Olímpico de la Juventud Europea
<i>MMT</i> Salto de altura	18/07/2013	1,75	5	F	Utrecht (Holanda).	Festival Olímpico de la Juventud Europea
Salto de altura	14/09/2013	1,60	1	F	Lugo	CAMPIONATO GALEGO DE CLUBES CADETE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Salto de altura	19/01/2013	1,64	2	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO-PROMER
<i>MMT</i> Salto de altura	09/02/2013	1,67	1	F	A Coruña	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CUBERTA
Salto de altura	02/03/2013	1,66	2	F	Antequera	CAMPIONATO DE ESPAÑA XUVENIL PISTA CUBERTA



## FERNANDEZ RODRIGUEZ, DIEGO

**Data de nacemento:** 17/12/1987      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>1.000 metros lisos</b>	<b>2.46.05</b>	24/02/2013	II Xornada III Trofeo Deputacion de Lugo
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4.18.69</b>	24/02/2013	II Xornada III Trofeo Deputacion de Lugo
<b>3.000 metros lisos</b>	<b>9.37.92</b>	22/12/2012	Xornada Copa Deputacion en pista

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>10 Km. Ruta</b>	<b>35.58</b>	18/11/2012	XXXVI Carreira Popular San Martiño (10 Km.)
--------------------	--------------	------------	---------------------------------------------

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 1.000 metros lisos	24/02/2013	2.46.05	1	F	Lugo	II Xornada III Trofeo Deputacion de Lugo
MMT 1.500 metros lisos	24/02/2013	4.18.69	1	F	Lugo	II Xornada III Trofeo Deputacion de Lugo
1.500 metros lisos	20/04/2013	RETIRADO		F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera
MMT 3.000 metros lisos	22/12/2012	9.37.92	2	F	Ourense	Xornada Copa Deputacion en pista

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	20/01/2013		57	F	Santiago	CAMPIONATO GALEGO CROSS CORTO DE

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	18/11/2012	35.58	102	F	Ourense	XXXVI Carreira Popular San Martiño (10 K

## FRAGOMIR , CONSTANTIN-CORNEL

**Data de nacemento:** 24/11/1990      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** PROMESA      **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	20/01/2013	77	F		Santiago	CAMPIONATO GALEGO CROSS CORTO DE

## GARCIA GARZA, FATIMA

**Data de nacemento:** 20/11/1996      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>200 metros lisos</b>	<b>30.69</b>	22/12/2012	Xornada Copa Deputacion en pista
<b>60 metros valados 0,762</b>	<b>10.79</b>	02/02/2013	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
<b>100 metros valados 0,762</b>	<b>18.52</b>	26/05/2013	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBRE - JUNIOR E PROMESA MARCHA

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>7.66</b>	09/02/2013	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CUBERTA
<b>60 metros lisos</b>	<b>8.88</b>	28/12/2012	II XORNADA XXX COPA DEPUTACION EN PISTA
<b>50 metros valados 0,762</b>	<b>9.03</b>	09/02/2013	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CUBERTA

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 200 metros lisos	22/12/2012	30.69	5	F	Ourense	Xornada Copa Deputacion en pista
MMT 60 metros valados 0,762	02/02/2013	10.79	4	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
100 metros valados 0,762	20/04/2013	18.35	4	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera
MMT 100 metros valados 0,762	26/05/2013	18.52	5	SF	O Barco	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBRE

### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 50 metros lisos	09/02/2013	7.66	3	SF	A Coruña	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CU
MMT 60 metros lisos	28/12/2012	8.88	3		Ourense	II XORNADA XXX COPA DEPUTACION EN P
MMT 50 metros valados 0,762	09/02/2013	9.03	3	SF	A Coruña	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CU

## IGLESIAS RODRIGUEZ, CANDELA

**Data de nacemento:** 15/09/1997      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>100 metros lisos</b>	<b>14.39</b>	04/05/2013	III Trofeo Copa Deputacion de Lugo
<b>200 metros lisos</b>	<b>30.53</b>	22/12/2012	Xornada Copa Deputacion en pista

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>7.44</b>	09/02/2013	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CUBERTA
<b>60 metros lisos</b>	<b>8.79</b>	28/12/2012	II XORNADA XXX COPA DEPUTACION EN PISTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
100 metros lisos	20/04/2013	14.54	2	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera
<i>MMT</i> 100 metros lisos	04/05/2013	14.39	3	F	Lugo	III Trofeo Copa Deputacion de Lugo
100 metros lisos	26/05/2013	14.59	5	SF	O Barco	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBRE
<i>MMT</i> 200 metros lisos	22/12/2012	30.53	4	F	Ourense	Xornada Copa Deputacion en pista
200 metros lisos	02/02/2013	30.71	7	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion de Lugo

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 50 metros lisos	09/02/2013	7.44	5	F	A Coruña	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CU
50 metros lisos	09/02/2013	7.52	2	SF	A Coruña	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CU
<i>MMT</i> 60 metros lisos	28/12/2012	8.79	2		Ourense	II XORNADA XXX COPA DEPUTACION EN P

## LOPEZ CARNERO, RUBÉN

**Data de nacemento:** 12/05/1984      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### - Melloras marcas da tempada

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	20/01/2013	131	F		Santiago	CAMPIONATO GALEGO CROSS CORTO DE

## LOPEZ VALDES, MARIA

**Data de nacemento:** 19/02/1999      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** CADETE      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**1.000 metros lisos**      **4.32.32**    22/12/2012    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> 1.000 metros lisos	22/12/2012	4.32.32	27	F	Ourense	Xornada Copa Deputacion en pista

## MENDEZ RODRIGUEZ, RAMIRO

**Data de nacemento:** 08/09/1957      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** VETERÁNS 55      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>400 metros lisos</b>	<b>59.85</b>	13/07/2013	CAMPIONATO ESPAÑA VETERANOS AIRE LIBRE
<b>800 metros lisos</b>	<b>2.16.05</b>	13/07/2013	CAMPIONATO ESPAÑA VETERANOS AIRE LIBRE
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4.43.37</b>	12/07/2013	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE VETERANOS
<b>10.000 metros lisos</b>	<b>38.58.91</b>	16/06/2013	CAMPIONATO GALEGO VETERANOS EN PISTA

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>400 metros lisos</b>	<b>1.01.73</b>	10/02/2013	CAMPIONATO GALEGO VETERANS PISTA CUBERTA
<b>800 metros lisos</b>	<b>2.19.07</b>	10/02/2013	CAMPIONATO GALEGO VETERANS PISTA CUBERTA
<b>3.000 metros lisos</b>	<b>10.43.62</b>	10/02/2013	CAMPIONATO GALEGO VETERANS PISTA CUBERTA

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Maratón</b>	<b>3.04.07</b>	21/04/2013	CAMPIONATO ESPAÑA MARATON VETERANOS
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>38.12</b>	21/09/2013	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE 10 KM.
<b>5 Km. Ruta</b>	<b>17.53</b>	06/07/2013	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
400 metros lisos	16/06/2013	1.02.35	2	F	Ribeira	CAMPIONATO GALEGO VETERANOS EN PIS
<i>MMT</i> 400 metros lisos	13/07/2013	59.85	2	F	Vitoria	CAMPIONATO ESPAÑA VETERANOS AIRE
800 metros lisos	02/02/2013	2.20.11	4	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
800 metros lisos	16/06/2013	2.22.15	1	F	Ribeira	CAMPIONATO GALEGO VETERANOS EN PIS
<i>MMT</i> 800 metros lisos	13/07/2013	2.16.05	2	F	Vitoria	CAMPIONATO ESPAÑA VETERANOS AIRE
1.500 metros lisos	16/06/2013	4.53.41	2	F	Ribeira	CAMPIONATO GALEGO VETERANOS EN PIS
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	12/07/2013	4.43.37	3	F	Vitoria	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE VETERANOS
<i>MMT</i> 10.000 metros lisos	16/06/2013	38.58.91	1		Ribeira	CAMPIONATO GALEGO VETERANOS EN PIS

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 400 metros lisos	10/02/2013	1.01.73	1	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO VETERANS PISTA C
400 metros lisos	02/03/2013	RETIRADO		SF	Zaragoza	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANS PIST
<i>MMT</i> 800 metros lisos	10/02/2013	2.19.07	2	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO VETERANS PISTA C
<i>MMT</i> 3.000 metros lisos	10/02/2013	10.43.62	1	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO VETERANS PISTA C

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	20/01/2013		136	F	Santiago	CAMPIONATO GALEGO CROSS CORTO DE

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Maratón	21/04/2013	3.04.07	7	F	A Coruña	CAMPIONATO ESPAÑA MARATON VETERAN
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	21/09/2013	38.12	4	F	Ribadesella	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE 10 KM.
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	06/07/2013	17.53	50	F	Riveira	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA

**OROZCO VALDES, JOSE ANTONIO**

**Data de nacemento:** 14/07/1970      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

**PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada**

**3.000 metros lisos**      **11.15.62**      10/02/2013      CAMPIONATO GALEGO VETERANS PISTA CUBERTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3.000 metros lisos	10/02/2013	11.15.62	5	F	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO VETERANS PISTA C

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	20/01/2013		98	F	Santiago	CAMPIONATO GALEGO CROSS CORTO DE



## VALLEJO FOLGUEIRA, DIEGO

**Data de nacemento:** 13/02/1973      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**Salto de lonxitude**      **4,79**    02/02/2013    I Xornada Copa Deputacion de Lugo

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	02/02/2013	4,79	9	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion de Lugo

## VAZQUEZ CASAR, CAROLINA

**Data de nacemento:** 19/03/1999      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** CADETE      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>60 metros lisos</b>	<b>9.42</b>	02/02/2013	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
<b>100 metros lisos</b>	<b>14.48</b>	20/04/2013	Memorial Gregorio Perez Rivera
<b>Salto de lonxitude</b>	<b>3,93</b>	20/04/2013	Memorial Gregorio Perez Rivera

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>50 metros lisos</b>	<b>7.83</b>	02/03/2013	CAMPIONATO GALEGO CADETE PISTA CUBERTA
<b>60 metros lisos</b>	<b>9.25</b>	28/12/2012	II XORNADA XXX COPA DEPUTACION 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	02/02/2013	9.42	4	F	Lugo	I Xornada Copa Deputacion de Lugo
60 metros lisos	24/02/2013	9.17	3	F	Lugo	II Xornada III Trofeo Deputacion de Lugo
100 metros lisos	14/04/2013	14.97	4	SF	Lugo	II Proba preparatoria escolalr Xogade
<i>MMT</i> 100 metros lisos	20/04/2013	14.48	1	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera
100 metros lisos	12/05/2013	14.52	6	SF	Ourense	CAMPIONATO GALEGO CADETE AIRE LIBRE
<i>MMT</i> Salto de lonxitude	20/04/2013	3,93	20	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 50 metros lisos	02/03/2013	7.83	4	EL	A Coruña	CAMPIONATO GALEGO CADETE PISTA CUB
<i>MMT</i> 60 metros lisos	28/12/2012	9.25	2		Ourense	II XORNADA XXX COPA DEPUTACION EN P

**VAZQUEZ CASAR, RAUL**

**Data de nacemento:** 22/11/1997      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** JUVENIL      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>Lanzamento de peso 5 kg</b>	<b>11,28</b>	24/02/2013	II Xornada III Trofeo Deputacion de Lugo
<b>Lanzamento de disco 1,5 kg</b>	<b>30,92</b>	26/05/2013	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBRE - JUNIOR E PROMESA MARCHA
<b>Lanzamento de xabalina 700 g</b>	<b>35,51</b>	20/04/2013	Memorial Gregorio Perez Rivera

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

<b>Lanzamento de peso 5 kg</b>	<b>11,24</b>	28/12/2012	II XORNADA XXX COPA DEPUTACION EN PISTA
--------------------------------	--------------	------------	-----------------------------------------

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 5 kg	24/02/2013	11,28	1	F	Lugo	II Xornada III Trofeo Deputacion de Lugo
Lanzamento de peso 5 kg	26/05/2013	10,91	6	F	O Barco	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBRE
Lanzamento de disco 1,5	09/03/2013	28,47	1	F	O Barco Valdeorras	Control de marcas
Lanzamento de disco 1,5	20/04/2013	26,58	3	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 1,5	26/05/2013	30,92	5	F	O Barco	CAMPIONATO GALEGO XUVENIL AIRE LIBRE
Lanzamento de xabalina 7	09/03/2013	31,84	2	F	O Barco Valdeorras	Control de marcas
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 7	20/04/2013	35,51	3	F	Lugo	Memorial Gregorio Perez Rivera

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 5 kg	28/12/2012	11,24	4		Ourense	II XORNADA XXX COPA DEPUTACION EN P
Lanzamento de peso 5 kg	09/02/2013	10,84	7	F	A Coruña	CTO. GALEGO XUVENIL_JUNIOR PISTA CU

**VEGA BUJAN, MARIA**

**Data de nacemento:** 26/06/1999      **Clube:** A GÁNDARA  
**Categoría:** CADETE      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

**100 metros lisos**      **14.88**    14/04/2013    II Proba preparatoria escoalr Xogade

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 100 metros lisos	14/04/2013	14.88	3	SF	Lugo	II Proba preparatoria escoalr Xogade