

## PENAS BLANCO, MANUEL ANGEL

**Data de nacemento:** 09/11/1977      **Clube:** OTSU-COLIBRI GUADALAJARA  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>5.000 metros lisos</b>	<b>13.31.20</b>	07/06/2012	VIII Meeting Internacional Iberoamericanos
<b>10.000 metros lisos</b>	<b>28.17.69</b>	24/03/2012	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE 10000 METROS - TROFEO IBERICO

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>10 Km. Ruta</b>	<b>29.26</b>	31/03/2012	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE 10 KM. EN RUTA
--------------------	--------------	------------	--

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 5.000 metros lisos	07/06/2012	13.31.20	11	F	Huelva	VIII Meeting Internacional Iberoamericano
5.000 metros lisos	27/06/2012	13.41.40	10	F	Helsinki	CAMPIONATO DE EUROPA AIRE LIBRE
5.000 metros lisos	08/07/2012	14.08.03	12	F	Mataro	XVII Meeting "Ciutat de Mataro"
5.000 metros lisos	25/08/2012	13.57.92	1	F	Pamplona	92 CAMPIONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO
<i>MMT</i> 10.000 metros lisos	24/03/2012	28.17.69	1	F	Lisboa	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE 10000 METR
10.000 metros lisos	03/06/2012	28.33.99	4	F	Bilbao	COPA DE EUROPA DE 10.000 METROS
10.000 metros lisos	30/06/2012	29.02.01	10	F	Helsinki	CAMPIONATO DE EUROPA AIRE LIBRE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	29/01/2012	34.15	1		Santiago	CPTO. GALEGO JUNIOR-PROMESA-ABSOLU
Campo a Traves	05/02/2012		17	F	Grao de Castellon	COPA DE EUROPA DE CROSS POR CLUBES
Campo a Traves	19/02/2012		6	F	Oropesa del Mar (	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CLUBES DE C
Campo a Traves	04/03/2012	RETIRADO		F	Gijón	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CAMPO A TR

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Milla Urbana	29/09/2012	4.49	13	F	Berango	Milla Interancioal de Berango
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	31/03/2012	29.26	1	F	El Grao de Castelló	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE 10 KM. EN R
10 Km. Ruta	07/10/2012	31.48	6	F	A Coruña	VI Carreira Urbana 10 Km. Coruña 10
Maratón	15/04/2012	retirado		F	Paris	Maratón de Paris