

## ALMUDI CID, CARLOS ALBERTO

**Data de nacemento:** 20/01/1974      **Clube:** SEKULEBEDARRA KIROL KLUBA  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>Lanzamento de peso 7,260 kg</b>	<b>9,12</b>	10/02/2019	IV CAMPIONATO DE GALICIA PENATTHLON LANZAMENTOS MASTER
<b>Lanzamento de disco 2kg</b>	<b>31,98</b>	09/06/2019	XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE
<b>Lanzamento de martelo 7,260</b>	<b>51,86</b>	16/06/2019	CAMPIONATO DE CLUBES 2ª DIVISION - FINAL A HOMES
<b>Lanzamento de xabalina 800 g</b>	<b>38,61</b>	18/05/2019	CAMPIONATO DE ESPAÑA MASTER 10.000, PENT.LANZAM E COMBINADAS
<b>PENTATHLON LANZAMENTOS</b>	<b>3.305</b>	10/02/2019	IV CAMPIONATO DE GALICIA PENATTHLON LANZAMENTOS MASTER

### 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	10/02/2019	9,12		P	Pontevedra	IV CAMPIONATO DE GALICIA PENATTHLON
Lanzamento de peso 7,26	18/05/2019	9,01	4	F	Moratalaz (Madrid)	CAMPIONATO DE ESPAÑA MASTER 10.000,
Lanzamento de peso 7,26	05/10/2019	8,31	2	F	Pontevedra	X Torneo de Pentathlon de lanzamentos
Lanzamento de disco 2kg	10/02/2019	31,84		P	Pontevedra	IV CAMPIONATO DE GALICIA PENATTHLON
Lanzamento de disco 2kg	18/05/2019	30,07	3	F	Moratalaz (Madrid)	CAMPIONATO DE ESPAÑA MASTER 10.000,
<i>MMT</i> Lanzamento de disco 2kg	09/06/2019	31,98	2	F	Bastiagueiro (Oleir	XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER
Lanzamento de disco 2kg	05/10/2019	29,21	2	F	Pontevedra	X Torneo de Pentathlon de lanzamentos
Lanzamento de martelo 7,	19/01/2019	49,26	4	F	Cangas	II Xornada I Liga Lanzamentos Longos
Lanzamento de martelo 7,	10/02/2019	50,03		P	Pontevedra	IV CAMPIONATO DE GALICIA PENATTHLON
Lanzamento de martelo 7,	23/02/2019	49,43	1	F	Madrid	II CAMPIONATO DE ESPAÑA DE LANZAME
Lanzamento de martelo 7,	18/05/2019	44,63	1	F	Moratalaz (Madrid)	CAMPIONATO DE ESPAÑA MASTER 10.000,
Lanzamento de martelo 7,	09/06/2019	50,85	1	F	Bastiagueiro (Oleir	XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER
<i>MMT</i> Lanzamento de martelo 7,	16/06/2019	51,86	2	F	Valladolid	CAMPIONATO DE CLUBES 2ª DIVISION - F
Lanzamento de martelo 7,	05/10/2019	44,38	1	F	Pontevedra	X Torneo de Pentathlon de lanzamentos
Lanzamento de xabalina 8	10/02/2019	35,80		P	Pontevedra	IV CAMPIONATO DE GALICIA PENATTHLON
<i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 8	18/05/2019	38,61	1	F	Moratalaz (Madrid)	CAMPIONATO DE ESPAÑA MASTER 10.000,
Lanzamento de xabalina 8	05/10/2019	35,99	1	F	Pontevedra	X Torneo de Pentathlon de lanzamentos
Pentatlon Veterán lanzam	18/05/2019	2.407	3	F	Moratalaz (Madrid)	CAMPIONATO DE ESPAÑA MASTER 10.000,
Pentatlon Veterán lanzam	05/10/2019	3.080	1	F	Pontevedra	X Torneo de Pentathlon de lanzamentos
Martelo Pesado	10/02/2019	13,57		P	Pontevedra	IV CAMPIONATO DE GALICIA PENATTHLON
Martelo Pesado	24/02/2019	13,96	1	F	Madrid	II CAMPIONATO DE ESPAÑA DE LANZAME
Martelo Pesado	18/05/2019	NULOS		F	Moratalaz (Madrid)	CAMPIONATO DE ESPAÑA MASTER 10.000,
Martelo Pesado	09/06/2019	14,47	1	F	Bastiagueiro (Oleir	XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER
Martelo Pesado	05/10/2019	13,71	1	F	Pontevedra	X Torneo de Pentathlon de lanzamentos
<i>MMT</i> PENTATHLON LANZAMEN	10/02/2019	3.305	1	F	Pontevedra	IV CAMPIONATO DE GALICIA PENATTHLON

## PRIETO ESPIÑO, BRAIS

**Data de nacemento:** 21/08/1999      **Clube:** SEKULEBEDARRA KIROL KLUBA  
**Categoría:** SUB 23      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>20 km marcha</b>	<b>1.35.23</b>	17/03/2019	LXXI CTO DE ESPAÑA DE 20 KM MARCHA ABSOLUTO-SUB23 HOMBRES Y MUJERES
<b>5000 marcha</b>	<b>22.29.64</b>	18/05/2019	II Xornada Series Municipais Circuito Concello de Vigo
<b>10000 Marcha</b>	<b>48.05.66</b>	29/06/2019	XXXIV CAMPIOANTO DE ESPAÑA SUB-23 AIRE LIBRE

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>5 km marcha ruta</b>	<b>24.08</b>	09/12/2018	GP de Marcha Ciudad de Guadix
<b>10 Km. Marcha Ruta</b>	<b>48.55</b>	19/01/2019	XXX CAMPIOANTO DE GALICIA DE MARCHA EN RUTA

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 20 km marcha	17/03/2019	1.35.23	4	F	Oropesa del Mar	LXXI CTO DE ESPAÑA DE 20 KM MARCHA
5000 marcha	24/11/2018	23.40.62	3	F	Narón	XVI CAMPIOANTO DE GALICIA DE MARCHA
<i>MMT</i> 5000 marcha	18/05/2019	22.29.64	3	F	Vigo	II Xornada Series Municipais Circuito Conc
<i>MMT</i> 10000 Marcha	29/06/2019	48.05.66	9	F	Tarragona	XXXIV CAMPIOANTO DE ESPAÑA SUB-23 A

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 5 km marcha ruta	09/12/2018	24.08	9	F	Guadix	GP de Marcha Ciudad de Guadix
10 Km. Marcha Ruta	12/01/2019	DQ		F	Campo de Criptana	Trofeo Marcha Atletica - Villa de los Molino
<i>MMT</i> 10 Km. Marcha Ruta	19/01/2019	48.55	4	F	A Pobra do Carami	XXX CAMPIOANTO DE GALICIA DE MARCH
10 Km. Marcha Ruta	08/06/2019	AB		F	A Coruña	Trofeo Josefina Romero de Marcha Atletica