

VILLAMOR CASTIÑEIRA, CARLOS

Data de nacemento: 23/06/1985 **Clube:** MEDILAST CARREFOUR LLEIDA
Categoría: SENIOR **Adestrador:**

AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

800 metros lisos	1.57.74	05/07/2008	Criterium Galego de Verano de Saltos y lanzamentos
1.500 metros lisos	3.45.36	06/06/2008	Control de Marcas
3.000 metros lisos	8.28.44	28/06/2008	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE FEDERACIONES 1º CATEGORIA
5.000 metros lisos	14:42.58	31/05/2008	Gran Premio Ayuntamiento de Camargo
10.000 metros lisos	31.35.56	13/04/2008	CAMPIONATO GALEGO DE 10.000 METROS -Memorial Francisco Castro

RUTA - Melloras marcas da tempada

10 Km. Ruta	31.25	12/10/2008	Carreira Courña 10 - CAMPIONATO GALEGO DE 10.000 METROS
--------------------	--------------	------------	---

Detalle das participacións en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 800 metros lisos	05/07/2008	1.57.74	1	F	Lugo	Criterium Galego de Verano de Saltos y lan
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	06/06/2008	3.45.36	1	F	Lugo	Control de Marcas
<i>MMT</i> 3.000 metros lisos	28/06/2008	8.28.44	7	F	Avilés	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE FEDERACION
5.000 metros lisos	10/05/2008	14.52.54	6	F	Fuenlabrada	CAMPEONATO DE ESPAÑA UNIVERSITARIO
<i>MMT</i> 5.000 metros lisos	31/05/2008	14:42.58	7		Camargo	Gran Premio Ayuntamiento de Camargo
5.000 metros lisos	02/07/2008	retirado			A Coruña	TROFEO "SOÑO OLIMPICO"
<i>MMT</i> 10.000 metros lisos	13/04/2008	31.35.56	2	F	Vigo	CAMPIONATO GALEGO DE 10.000 METROS

Detalle das participacións en probas de Campo a Través

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Cross	24/02/2008		7	F	Santiago	CAMPIONATO GALEGO DE CAMPO A TRAVE
Cross	09/03/2008		15	F	Toro	CAMPIONATO DE ESPAÑA UNIVERSITARIO
Cross	16/03/2008		61	F	Tarancón	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CAMPO A TR

Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	12/10/2008	31.25	3	F	A Coruña	Carreira Courña 10 - CAMPIONATO GALEG