

**BELLO FERREIROS, ANGEL**

**Data de nacemento:** 01/08/1979      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

**RUTA - Mellores marcas da tempada**

**10 Km. Ruta**      **40.04**    23/10/2016    IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. EN RUTA

**Detalle das participacións en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	23/10/2016	40.04	106	F	Ames	IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. E

## CASAL LOPEZ, PATRICIA

**Data de nacemento:** 23/05/1995      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** PROMESA      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>800 metros lisos</b>	<b>2.47.35</b>	01/07/2016	IV Xornada cirucuito Municipal en pista
<b>5.000 metros lisos</b>	<b>22.13.13</b>	05/06/2016	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL,JUNIOR E PROMESA AIRE LIBRE

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>10 Km. Ruta</b>	<b>43.54</b>	23/10/2016	IX CAMPIONATO DE GALICIA 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> 800 metros lisos	01/07/2016	2.47.35	2	F	A Coruña	IV Xornada cirucuito Municipal en pista
1.500 metros lisos	10/01/2016	AB		F	Vigo	Circuito Serie Municipal - II Xornada
3.000 metros lisos	03/01/2016	AB		F	Vigo	I Circuito Serie Municipal en psita - I Xorna
<i>MMT</i> 5.000 metros lisos	05/06/2016	22.13.13	1	F	Vigo	CAMPIONATO DE GALICIA XUVENIL,JUNIO

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	23/10/2016	43.54	13	F	Ames	IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. E

## CORREDOIRA BALEATO, MARIA

**Data de nacemento:** 12/11/1974      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### RUTA - Meliores marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **56.30**    23/10/2016    IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. EN RUTA

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	23/10/2016	56.30	43	F	Ames	IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. E

## DOMINGUEZ ALSINA , SEGUNDO

**Data de nacemento:** 08/09/1967      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Maratón</b>	<b>3.18.54</b>	17/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<b>Medio Maratón</b>	<b>1.29.11</b>	16/10/2016	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>40.26</b>	23/10/2016	IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. EN RUTA

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Maratón	17/04/2016	3.18.54	68	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<i>MMT</i> Medio Maratón	16/10/2016	1.29.11	114	F	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA
10 Km. Ruta	16/10/2016	42.17	114	PA	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	23/10/2016	40.26	111	F	Ames	IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. E

**FERNANDEZ GARCIA, ANA**

**Data de nacemento:** 28/05/1988      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

**RUTA - Melloras marcas da tempada**

**10 Km. Ruta**      **50.57**      16/10/2016      XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON

**Detalle das participacións en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Medio Maratón	16/10/2016	DNF		F	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	16/10/2016	50.57		PA	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA

**FRAGA ADRIO, CARLOS**

**Data de nacemento:** 16/07/1990      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada**

**1.500 metros lisos**      **4.38.54**    10/01/2016    Circuito Serie Municipal - II Xornada  
**3.000 metros lisos**      **10.19.63**    03/01/2016    I Circuito Serie Municipal en psita - I Xornada

**RUTA - Mellores marcas da tempada**

**10 Km. Ruta**      **37.21**    23/10/2016    IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. EN RUTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 1.500 metros lisos	10/01/2016	4.38.54	6	F	Vigo	Circuito Serie Municipal - II Xornada
MMT 3.000 metros lisos	03/01/2016	10.19.63	5	F	Vigo	I Circuito Serie Municipal en psita - I Xorna

**Detalle das participación en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	23/10/2016	37.21	60	F	Ames	IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. E

## GONZALEZ CASAL, FRANCISCO JAVIER

**Data de nacemento:** 19/09/1971      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Maratón</b>	<b>3.18.54</b>	17/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<b>Medio Maratón</b>	<b>1.29.11</b>	16/10/2016	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>42.15</b>	16/10/2016	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Maratón	17/04/2016	3.18.54	69	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<i>MMT</i> Medio Maratón	16/10/2016	1.29.11	113	F	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	16/10/2016	42.15	113	PA	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA

## IGLESIAS PENELA, ENMA

**Data de nacemento:** 14/12/1967      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Medio Maratón</b>	<b>1.35.43</b>	16/10/2016	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>45.31</b>	16/10/2016	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Medio Maratón	16/10/2016	1.35.43	15	F	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	16/10/2016	45.31		PA	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA



## MARTINEZ FERNANDEZ, RICARDO

**Data de nacemento:** 04/11/1982      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Maratón</b>	<b>4.08.30</b>	17/04/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<b>Medio Maratón</b>	<b>1.45.13</b>	16/10/2016	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>48.12</b>	16/10/2016	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Maratón	17/04/2016	4.08.30	148	F	A Coruña	CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATON
<i>MMT</i> Medio Maratón	16/10/2016	1.45.13	230	F	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	16/10/2016	48.12		PA	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA

## NIMO DEL ORO, PEDRO

**Data de nacemento:** 05/06/1980      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>Medio Maratón</b>	<b>1.08.31</b>	16/10/2016	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>31.57</b>	16/10/2016	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Medio Maratón	16/10/2016	1.08.31	1	F	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	16/10/2016	31.57		PA	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA
10 Km. Ruta	23/10/2016	DESC		F	Ames	IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. E

## PENA HOLGUIN, JUAN

**Data de nacemento:** 01/04/1980      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### CAMPO A TRAVÉS - Mellores marcas da tempada

**Campo a Traves**      **29.03**    06/03/2016    CAMPIONATO DE GALICIA DE CAMPO A TRAVES DE VETERANS

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	31/01/2016		9	F	Friol	CAMPIONATO DE GALICIA DE CROSS COR
Campo a Traves	14/02/2016		8	F	Ribadavia	CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO,PRO
<i>MMT</i> Campo a Traves	06/03/2016	29.03	3	F	Fene	CAMPIONATO DE GALICIA DE CAMPO A TR
Campo a Traves	13/03/2016	33.39	90	F	Calatayud	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE CAMPO A TR

## REY IGLESIAS, JUAN JOSE

**Data de nacemento:** 27/03/1980      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **40.26**    23/10/2016    IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. EN RUTA

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	23/10/2016	40.26	110	F	Ames	IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. E

## SERANTES GOMEZ, RAMÓN DANIEL

**Data de nacemento:** 01/10/1968      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4.29.19</b>	18/06/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
<b>5.000 metros lisos</b>	<b>16.44.69</b>	18/06/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

### CAMPO A TRAVÉS - Melloras marcas da tempada

<b>Campo a Traves</b>	<b>20.45</b>	06/03/2016	CAMPIONATO DE GALICIA DE CAMPO A TRAVES DE VETERANS
-----------------------	--------------	------------	-----------------------------------------------------

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 1.500 metros lisos	18/06/2016	4.29.19	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS
MMT 5.000 metros lisos	18/06/2016	16.44.69	1	F	Vilagarcia	CAMPIONATO DE GALICIA DE VETERANAS

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT Campo a Traves	06/03/2016	20.45	2	F	Fene	CAMPIONATO DE GALICIA DE CAMPO A TR

## VILLAMOR CASTIÑEIRA, CARLOS

**Data de nacemento:** 23/06/1985      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### RUTA - Melloras marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **32.12**    09/10/2016    X Edicion Coruña 10

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	09/10/2016	32.12	10	F	A Coruña	X Edicion Coruña 10

**VILLAVERDE VAZQUEZ, LUIS A.**

**Data de nacemento:** 26/10/1978      **Clube:** 3&RUN BY PEDRONIMO-C-CORREDORES  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

**RUTA - Mellores marcas da tempada**

<b>Medio Maratón</b>	<b>1.20.13</b>	16/10/2016	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA MARATON
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>36.09</b>	23/10/2016	IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. EN RUTA

**Detalle das participación en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> Medio Maratón	16/10/2016	1.20.13	35	F	Pontevedra	XXVI CAMPIONATO DE GALICIA DE MEDIA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	23/10/2016	36.09	37	F	Ames	IX CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. E