



## ATLETISMO RIBADEO, ABSOLUTO HOMES

**Data de nacemento:** 01/01/1990      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### - Melloras marcas da tempada

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

| Proba         | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar      | Nome da competición                 |
|---------------|------------|---------|-----|-------|------------|-------------------------------------|
| CLASIFICACION | 25/05/2019 | 4.58.54 | 15  | F     | Ortigueira | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1 |

## ATLETISMO RIBADEO, BENXAMIN HOMES

**Data de nacemento:** 01/01/2010      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 10      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**RELEVOS 4X50**      **37.69**    31/03/2019    XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-ALEVIN

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

| Proba                   | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                       |
|-------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|---|
| <i>MMT</i> RELEVOS 4X50 | 31/03/2019 | 37.69 | 6   | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| RELEVOS 4X50            | 28/04/2019 | 39.56 | 8   | F     | Lugo  | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |

## CONDE CARRERO, PAULA

**Data de nacemento:** 27/03/2008      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 12      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                                |                |            |   |
|--------------------------------|----------------|------------|---|
| <b>60 metros lisos</b>         | <b>8.97</b>    | 28/12/2019 | II xornada circuito Primitivo Simon                     |
| <b>500 metros lisos</b>        | <b>1.46.91</b> | 22/12/2019 | Control de marcas                                       |
| <b>1.000 metros lisos</b>      | <b>3.48.46</b> | 28/12/2019 | II xornada circuito Primitivo Simon                     |
| <b>Salto de lonxitude</b>      | <b>2,65</b>    | 28/04/2019 | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALEVIN-BENXAMIN   |
| <b>Lanzamento de peso 2 kg</b> | <b>6,79</b>    | 26/05/2019 | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atletismo en pista |
| <b>Lanzamento de peso 3 kg</b> | <b>4,53</b>    | 22/12/2019 | Control de marcas                                       |

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

|                                |                |            |  |
|--------------------------------|----------------|------------|--|
| <b>60 metros lisos</b>         | <b>8.97</b>    | 29/12/2019 | II Xornda de Control de marcas               |
| <b>1.000 metros lisos</b>      | <b>3.48.82</b> | 29/12/2019 | II Xornda de Control de marcas               |
| <b>Lanzamento de peso 2 kg</b> | <b>5,18</b>    | 26/01/2019 | II Xornada Copa Deputacion en modulo cuberto |

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

| Proba                              | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar             | Nome da competición                       |
|------------------------------------|------------|---------|-----|-------|-------------------|---|
| 60 metros lisos                    | 05/01/2019 | DS      |     | F     | Pontevedra        | Torneo de Reis 2019                       |
| 60 metros lisos                    | 31/03/2019 | 9.23    | 2   | F     | Lugo              | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| 60 metros lisos                    | 26/05/2019 | 9.34    | 4   | F     | Lugo              | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl  |
| 60 metros lisos                    | 26/05/2019 | 9.38    | 4   | SF    | Lugo              | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl  |
| 60 metros lisos                    | 01/06/2019 | 9.16    | 7   | F     | Lugo              | CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10,SUB´1        |
| 60 metros lisos                    | 22/12/2019 | 9.24    | 2   | F     | A Pobra do Carami | Control de marcas                         |
| <i>MMT</i> 60 metros lisos         | 28/12/2019 | 8.97    | 2   | F     | Marin             | II xornada circuito Primitivo Simon       |
| 500 metros lisos                   | 05/01/2019 | 1.48.91 | 15  | F     | Pontevedra        | Torneo de Reis 2019                       |
| 500 metros lisos                   | 31/03/2019 | 1.47.87 | 2   | F     | Lugo              | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| <i>MMT</i> 500 metros lisos        | 22/12/2019 | 1.46.91 | 6   | F     | A Pobra do Carami | Control de marcas                         |
| <i>MMT</i> 1.000 metros lisos      | 28/12/2019 | 3.48.46 |     | F     | Marin             | II xornada circuito Primitivo Simon       |
| <i>MMT</i> Salto de lonxitude      | 28/04/2019 | 2,65    | 18  | F     | Lugo              | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |
| Lanzamento de peso 2 kg            | 28/04/2019 | 5,22    | 4   | F     | Lugo              | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |
| <i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg | 26/05/2019 | 6,79    | 2   | F     | Lugo              | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl  |
| Lanzamento de peso 2 kg            | 01/06/2019 | 6,19    | 13  | F     | Lugo              | CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10,SUB´1        |
| <i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg | 22/12/2019 | 4,53    | 3   | F     | A Pobra do Carami | Control de marcas                         |

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

| Proba                              | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar   | Nome da competición                       |
|------------------------------------|------------|---------|-----|-------|---------|---|
| 60 metros lisos                    | 19/01/2019 | 9.44    | 4   | F     | Lugo    | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |
| <i>MMT</i> 60 metros lisos         | 29/12/2019 | 8.97    | 39  | F     | Ourense | II Xornda de Control de marcas            |
| <i>MMT</i> 1.000 metros lisos      | 29/12/2019 | 3.48.82 | 13  | F     | Ourense | II Xornda de Control de marcas            |
| <i>MMT</i> Lanzamento de peso 2 kg | 26/01/2019 | 5,18    | 9   | F     | Lugo    | II Xornada Copa Deputacion en modulo cu   |

**CONDE CARRERO, SILVIA**

**Data de nacemento:** 07/06/2010      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 10      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

|                           |                |            |   |
|---------------------------|----------------|------------|---|
| <b>50 metros lisos</b>    | <b>9.38</b>    | 22/12/2019 | Control de marcas                                       |
| <b>500 metros lisos</b>   | <b>1.57.84</b> | 22/12/2019 | Control de marcas                                       |
| <b>1.000 metros lisos</b> | <b>4.19.41</b> | 28/12/2019 | II xornada circuito Primitivo Simon                     |
| <b>Salto de lonxitude</b> | <b>2,76</b>    | 26/05/2019 | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atletismo en pista |

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

|                               |                |            |  |
|-------------------------------|----------------|------------|--|
| <b>50 metros lisos</b>        | <b>9.75</b>    | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista   |
| <b>60 metros lisos</b>        | <b>11.18</b>   | 29/12/2019 | II Xornda de Control de marcas               |
| <b>1.000 metros lisos</b>     | <b>4.35.03</b> | 29/12/2019 | II Xornda de Control de marcas               |
| <b>Salto de lonxitude</b>     | <b>1,85</b>    | 26/01/2019 | II Xornada Copa Deputacion en modulo cuberto |
| <b>Lanzamento de Peso 1kg</b> | <b>3,50</b>    | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista   |

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

|            | Proba              | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar             | Nome da competición                       |
|------------|--------------------|------------|---------|-----|-------|-------------------|---|
| <i>MMT</i> | 50 metros lisos    | 22/12/2019 | 9.38    | 9   | F     | A Pobra do Carami | Control de marcas                         |
|            | 50 metros lisos    | 28/12/2019 | 9.52    | 16  | F     | Marin             | II xornada circuito Primitivo Simon       |
|            | 500 metros lisos   | 05/01/2019 | 2.06.68 | 15  | F     | Pontevedra        | Torneo de Reis 2019                       |
|            | 500 metros lisos   | 26/01/2019 | 2.05.41 | 7   | F     | Lugo              | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre     |
|            | 500 metros lisos   | 28/04/2019 | 2.02.82 | 6   | F     | Lugo              | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |
| <i>MMT</i> | 500 metros lisos   | 22/12/2019 | 1.57.84 | 5   | F     | A Pobra do Carami | Control de marcas                         |
|            | 1.000 metros lisos | 02/02/2019 | 4.36.49 | 2   | F     | Lugo              | III Xornada Copa Deputacion de Lugo       |
|            | 1.000 metros lisos | 31/03/2019 | 4.29.09 | 2   | F     | Lugo              | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
|            | 1.000 metros lisos | 26/05/2019 | 4.23.68 | 6   | F     | Lugo              | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl  |
| <i>MMT</i> | 1.000 metros lisos | 28/12/2019 | 4.19.41 | 9   | F     | Marin             | II xornada circuito Primitivo Simon       |
|            | Salto de lonxitude | 31/03/2019 | 2,72    | 4   | F     | Lugo              | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
|            | Salto de lonxitude | 28/04/2019 | 2,29    | 8   | F     | Lugo              | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |
| <i>MMT</i> | Salto de lonxitude | 26/05/2019 | 2,76    | 7   | F     | Lugo              | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl  |

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

|            | Proba                  | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar   | Nome da competición                       |
|------------|------------------------|------------|---------|-----|-------|---------|---|
| <i>MMT</i> | 50 metros lisos        | 19/01/2019 | 9.75    | 11  | F     | Lugo    | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |
| <i>MMT</i> | 60 metros lisos        | 29/12/2019 | 11.18   | 66  | F     | Ourense | II Xornda de Control de marcas            |
| <i>MMT</i> | 1.000 metros lisos     | 29/12/2019 | 4.35.03 | 10  | F     | Ourense | II Xornda de Control de marcas            |
| <i>MMT</i> | Salto de lonxitude     | 26/01/2019 | 1,85    | 9   | F     | Lugo    | II Xornada Copa Deputacion en modulo cu   |
| <i>MMT</i> | Lanzamento de Peso 1kg | 19/01/2019 | 3,50    | 11  | F     | Lugo    | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |

## CONDE LLENDERROZOS, MARCOS

**Data de nacemento:** 28/02/1981      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                           |                 |            |                                       |
|---------------------------|-----------------|------------|---------------------------------------|
| <b>800 metros lisos</b>   | <b>2.14.16</b>  | 26/01/2019 | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre |
| <b>1.500 metros lisos</b> | <b>4.37.87</b>  | 02/02/2019 | III Xornada Copa Deputacion de Lugo   |
| <b>3.000 metros lisos</b> | <b>10.07.71</b> | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                   |

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

|                           |                |            |   |
|---------------------------|----------------|------------|---|
| <b>400 metros lisos</b>   | <b>58.92</b>   | 03/03/2019 | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE PISTA CUBERTA |
| <b>800 metros lisos</b>   | <b>2.11.28</b> | 03/03/2019 | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE PISTA CUBERTA |
| <b>1.500 metros lisos</b> | <b>4.34.71</b> | 29/12/2019 | II Xornda de Control de marcas                    |

### RUTA - Melloras marcas da tempada

|                      |                |            |   |
|----------------------|----------------|------------|---|
| <b>Milla Urbana</b>  | <b>5.07</b>    | 07/04/2019 | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN RUTA     |
| <b>Medio Maratón</b> | <b>1.26.15</b> | 25/05/2019 | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1/2 MARATON |
| <b>10 Km. Ruta</b>   | <b>37.29</b>   | 12/05/2019 | 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                   |
|-------------------------------|------------|----------|-----|-------|---------------------|---------------------------------------|
| 800 metros lisos              | 05/01/2019 | 2.16.31  | 19  | F     | Pontevedra          | Torneo de Reis 2019                   |
| <i>MMT</i> 800 metros lisos   | 26/01/2019 | 2.14.16  | 10  | F     | Lugo                | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre |
| 800 metros lisos              | 09/06/2019 | 2.16.56  | 6   | F     | Bastiaqueiro (Oleir | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER    |
| <i>MMT</i> 1.500 metros lisos | 02/02/2019 | 4.37.87  | 7   | F     | Lugo                | III Xornada Copa Deputacion de Lugo   |
| 1.500 metros lisos            | 09/06/2019 | 4.42.54  | 5   | F     | Bastiaqueiro (Oleir | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER    |
| <i>MMT</i> 3.000 metros lisos | 05/01/2019 | 10.07.71 | 41  | F     | Pontevedra          | Torneo de Reis 2019                   |

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

| Proba                         | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar   | Nome da competición                 |
|-------------------------------|------------|---------|-----|-------|---------|-------------------------------------|
| <i>MMT</i> 400 metros lisos   | 03/03/2019 | 58.92   | 7   | F     | Ourense | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE |
| <i>MMT</i> 800 metros lisos   | 03/03/2019 | 2.11.28 | 5   | F     | Ourense | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE |
| 1.500 metros lisos            | 03/03/2019 | 4.37.27 | 4   | F     | Ourense | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE |
| <i>MMT</i> 1.500 metros lisos | 29/12/2019 | 4.34.71 | 17  | F     | Ourense | II Xornda de Control de marcas      |

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

| Proba          | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                |
|----------------|------------|-------|-----|-------|-------|------------------------------------|
| Campo a Traves | 10/02/2019 |       | 16  | F     | Fene  | XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER |

### Detalle das participación en probas de Ruta

| Proba                    | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar          | Nome da competición                  |
|--------------------------|------------|---------|-----|-------|----------------|--------------------------------------|
| <i>MMT</i> Milla Urbana  | 07/04/2019 | 5.07    | 3   | F     | Santiago       | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN |
| <i>MMT</i> Medio Maratón | 25/05/2019 | 1.26.15 | 42  | F     | Ortigueira     | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1  |
| <i>MMT</i> 10 Km. Ruta   | 12/05/2019 | 37.29   | 35  | F     | Xinzo de Limia | CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. EN R |
| 10 Km. Ruta              | 25/05/2019 | 39.58   |     | PA    | Ortigueira     | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1  |

## DÍAZ ALONSO, DANIEL

**Data de nacemento:** 27/09/2005      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 16      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                                |                |            |   |
|--------------------------------|----------------|------------|---|
| <b>100 metros lisos</b>        | <b>14.75</b>   | 05/05/2019 | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-Cadete        |
| <b>600 metros lisos</b>        | <b>1.42.76</b> | 25/05/2019 | LXVII CAMPIONATO DE GALICIA SUB ´18 e XVIII SUB ´16     |
| <b>1.000 metros lisos</b>      | <b>3.15.07</b> | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |
| <b>Salto de lonxitude</b>      | <b>3,60</b>    | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |
| <b>Lanzamento de peso 4 kg</b> | <b>5,00</b>    | 05/05/2019 | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-Cadete        |

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

| Proba                              | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                         |
|------------------------------------|------------|---------|-----|-------|-------|---|
| <i>MMT</i> 100 metros lisos        | 05/05/2019 | 14.75   | 8   | F     | Lugo  | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |
| 600 metros lisos                   | 02/02/2019 | 1.54.86 | 5   | F     | Lugo  | III Xornada Copa Deputacion de Lugo         |
| 600 metros lisos                   | 05/05/2019 | 1.43.75 | 3   | F     | Lugo  | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |
| <i>MMT</i> 600 metros lisos        | 25/05/2019 | 1.42.76 | 11  | F     | Vigo  | LXVII CAMPIONATO DE GALICIA SUB ´18 e       |
| 1.000 metros lisos                 | 26/01/2019 | 3.19.95 | 2   | F     | Lugo  | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre       |
| <i>MMT</i> 1.000 metros lisos      | 07/04/2019 | 3.15.07 | 3   | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| <i>MMT</i> Salto de lonxitude      | 07/04/2019 | 3,60    | 17  | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| <i>MMT</i> Lanzamento de peso 4 kg | 05/05/2019 | 5,00    | 9   | F     | Lugo  | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |

## DIAZ MESA, ROCIO

**Data de nacemento:** 26/02/1968      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** VETERÁNS 50      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                    |                 |            |   |
|--------------------|-----------------|------------|---|
| 60 metros lisos    | <b>11.33</b>    | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                           |
| 200 metros lisos   | <b>39.47</b>    | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                           |
| 400 metros lisos   | <b>1.20.08</b>  | 09/06/2019 | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE |
| 800 metros lisos   | <b>2.55.60</b>  | 09/06/2019 | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE |
| 1.500 metros lisos | <b>5.59.71</b>  | 02/02/2019 | III Xornada Copa Deputacion de Lugo           |
| 3.000 metros lisos | <b>12.45.19</b> | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                           |
| 5.000 metros lisos | <b>21.55.77</b> | 09/06/2019 | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE |

### CAMPO A TRAVÉS - Melloras marcas da tempada

|                |              |            |  |
|----------------|--------------|------------|--|
| Campo a Traves | <b>19.35</b> | 10/02/2019 | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER DE CAMPA A TRAVES |
|----------------|--------------|------------|--|

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

|                    |                |            |   |
|--------------------|----------------|------------|---|
| 400 metros lisos   | <b>1.18.65</b> | 03/03/2019 | XXX CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER DE PISTA CUBERTA |
| 800 metros lisos   | <b>2.53.44</b> | 03/03/2019 | XXX CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER DE PISTA CUBERTA |
| 1.500 metros lisos | <b>5.42.83</b> | 03/03/2019 | XXX CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER DE PISTA CUBERTA |

### RUTA - Melloras marcas da tempada

|               |                |            |   |
|---------------|----------------|------------|---|
| Maratón       | <b>3.44.41</b> | 14/04/2019 | XII CAMPIOANTO DE GALICIA DE MARATON - CORUÑA 42- 10 KM. RUTA |
| Milla Urbana  | <b>6.31</b>    | 07/04/2019 | XI CAMPIOANTO DE GALICIA DE MILLA EN RUTA                     |
| Medio Maratón | <b>1.43.15</b> | 14/04/2019 | XII CAMPIOANTO DE GALICIA DE MARATON - CORUÑA 42- 10 KM. RUTA |
| 10 Km. Ruta   | <b>46.31</b>   | 12/05/2019 | CAMPIOANTO DE GALICIA DE 10 KM. EN RUTA                       |
| 5 Km. Ruta    | <b>20.56</b>   | 17/03/2019 | CAMPIOANTO DE GALICIA DE 5 KM. EN RUTA                        |

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

| Proba                  | Data       | Marca    | Pto | Ronda | Lugar               | Nome da competición                 |
|------------------------|------------|----------|-----|-------|---------------------|-------------------------------------|
| MMT 60 metros lisos    | 05/01/2019 | 11.33    | 94  | F     | Pontevedra          | Torneo de Reis 2019                 |
| MMT 200 metros lisos   | 05/01/2019 | 39.47    | 51  | F     | Pontevedra          | Torneo de Reis 2019                 |
| MMT 400 metros lisos   | 09/06/2019 | 1.20.08  | 4   | F     | Bastiaqueiro (Oleir | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER  |
| 800 metros lisos       | 05/01/2019 | 3.30.60  | 20  | F     | Pontevedra          | Torneo de Reis 2019                 |
| MMT 800 metros lisos   | 09/06/2019 | 2.55.60  | 2   | F     | Bastiaqueiro (Oleir | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER  |
| MMT 1.500 metros lisos | 02/02/2019 | 5.59.71  | 6   | F     | Lugo                | III Xornada Copa Deputacion de Lugo |
| MMT 3.000 metros lisos | 05/01/2019 | 12.45.19 | 33  | F     | Pontevedra          | Torneo de Reis 2019                 |
| MMT 5.000 metros lisos | 09/06/2019 | 21.55.77 | 1   | F     | Bastiaqueiro (Oleir | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER  |

### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

| Proba | Data | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición |
|-------|------|-------|-----|-------|-------|---------------------|
|-------|------|-------|-----|-------|-------|---------------------|

|            |                    |            |         |    |   |         |                                     |
|------------|--------------------|------------|---------|----|---|---------|-------------------------------------|
| <i>MMT</i> | 400 metros lisos   | 03/03/2019 | 1.18.65 | 3  | F | Ourense | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE |
| <i>MMT</i> | 800 metros lisos   | 03/03/2019 | 2.53.44 | 2  | F | Ourense | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE |
|            | 800 metros lisos   | 29/12/2019 | 3.00.35 | 12 | F | Ourense | II Xornda de Control de marcas      |
| <i>MMT</i> | 1.500 metros lisos | 03/03/2019 | 5.42.83 | 3  | F | Ourense | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE |
|            | 1.500 metros lisos | 29/12/2019 | 5.58.85 | 14 | F | Ourense | II Xornda de Control de marcas      |

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

| Proba                     | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                |
|---------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|------------------------------------|
| <i>MMT</i> Campo a Traves | 10/02/2019 | 19.35 | 3   | F     | Fene  | XXXII CAMPIONATO DE GALICIA MASTER |

### Detalle das participación en probas de Ruta

| Proba                    | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar          | Nome da competición                  |
|--------------------------|------------|---------|-----|-------|----------------|--------------------------------------|
| <i>MMT</i> Maratón       | 14/04/2019 | 3.44.41 | 6   | F     | A Coruña       | XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO  |
| <i>MMT</i> Milla Urbana  | 07/04/2019 | 6.31    | 3   | F     | Santiago       | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN |
| <i>MMT</i> Medio Maratón | 14/04/2019 | 1.43.15 | 6   | PA    | A Coruña       | XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO  |
| Medio Maratón            | 25/05/2019 | 1.49.08 | 19  | F     | Ortigueira     | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1  |
| <i>MMT</i> 10 Km. Ruta   | 12/05/2019 | 46.31   | 11  | F     | Xinzo de Limia | CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. EN R |
| 10 Km. Ruta              | 25/05/2019 | 48.02   |     | PA    | Ortigueira     | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1  |
| 10 Km. Ruta              | 06/10/2019 | 47.01   | 44  | F     | A Coruña       | Coruña 10                            |
| <i>MMT</i> 5 Km. Ruta    | 17/03/2019 | 20.56   | 26  | F     | As Pontes      | CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RU |



## DÍAZ SAAVEDRA, UXÍA

**Data de nacemento:** 18/08/2010      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 10      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                               |                |            |   |
|-------------------------------|----------------|------------|---|
| <b>50 metros lisos</b>        | <b>10.27</b>   | 31/03/2019 | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-ALEVIN           |
| <b>500 metros lisos</b>       | <b>2.15.06</b> | 26/01/2019 | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre                 |
| <b>Lanzamento de Peso 1kg</b> | <b>6,06</b>    | 01/06/2019 | CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10,SUB´12 AIRE LIBRE        |
| <b>Lanzamento de pelota</b>   | <b>12,99</b>   | 28/04/2019 | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALEVIN-BENXAMIN |

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

|                               |              |            |  |
|-------------------------------|--------------|------------|--|
| <b>50 metros lisos</b>        | <b>10.42</b> | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista |
| <b>Lanzamento de Peso 1kg</b> | <b>4,46</b>  | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista |

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

| Proba                      | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                       |
|----------------------------|------------|---------|-----|-------|-------|---|
| MMT 50 metros lisos        | 31/03/2019 | 10.27   | 25  | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| MMT 500 metros lisos       | 26/01/2019 | 2.15.06 | 12  | F     | Lugo  | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre     |
| Lanzamento de Peso 1kg     | 31/03/2019 | 5,19    | 2   | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| Lanzamento de Peso 1kg     | 28/04/2019 | 5,44    | 1   | F     | Lugo  | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |
| Lanzamento de Peso 1kg     | 26/05/2019 | 5,03    | 4   | F     | Lugo  | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl  |
| MMT Lanzamento de Peso 1kg | 01/06/2019 | 6,06    | 9   | F     | Lugo  | CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10,SUB´1        |
| MMT Lanzamento de pelota   | 28/04/2019 | 12,99   | 5   | F     | Lugo  | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |
| Lanzamento de pelota       | 26/05/2019 | 10,46   | 12  | F     | Lugo  | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl  |
| Lanzamento de pelota       | 01/06/2019 | 11,67   | 16  | F     | Lugo  | CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10,SUB´1        |

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

| Proba                      | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                       |
|----------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|---|
| MMT 50 metros lisos        | 19/01/2019 | 10.42 | 18  | F     | Lugo  | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |
| Salto de altura            | 19/01/2019 | NULOS |     | F     | Lugo  | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |
| MMT Lanzamento de Peso 1kg | 19/01/2019 | 4,46  | 4   | F     | Lugo  | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |

## FERNÁNDEZ DÍAZ, MARTA

**Data de nacemento:** 03/05/1999      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 23      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                           |                 |            |   |
|---------------------------|-----------------|------------|---|
| <b>60 metros lisos</b>    | <b>10.70</b>    | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                             |
| <b>200 metros lisos</b>   | <b>36.96</b>    | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                             |
| <b>800 metros lisos</b>   | <b>3.12.60</b>  | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                             |
| <b>3.000 metros lisos</b> | <b>14.03.10</b> | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                             |
| <b>Campo a Traves</b>     | <b>47.14</b>    | 03/02/2019 | 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E 52 MULLERES |

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

|                        |             |            |  |
|------------------------|-------------|------------|--|
| <b>60 metros lisos</b> | <b>9.60</b> | 12/01/2019 | Control federado de marcas en pistas cuberta |
|------------------------|-------------|------------|--|

### RUTA - Melloras marcas da tempada

|                     |              |            |   |
|---------------------|--------------|------------|---|
| <b>Milla Urbana</b> | <b>6.51</b>  | 07/04/2019 | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN RUTA |
| <b>10 Km. Ruta</b>  | <b>48.40</b> | 12/05/2019 | CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. EN RUTA   |
| <b>5 Km. Ruta</b>   | <b>23.27</b> | 17/03/2019 | CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RUTA    |

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

| Proba                  | Data       | Marca    | Pto | Ronda | Lugar      | Nome da competición                 |
|------------------------|------------|----------|-----|-------|------------|-------------------------------------|
| MMT 60 metros lisos    | 05/01/2019 | 10.70    | 91  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                 |
| MMT 200 metros lisos   | 05/01/2019 | 36.96    | 50  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                 |
| MMT 800 metros lisos   | 05/01/2019 | 3.12.60  | 19  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                 |
| MMT 3.000 metros lisos | 05/01/2019 | 14.03.10 | 38  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                 |
| MMT Campo a Traves     | 03/02/2019 | 47.14    | 29  | F     | As Pontes  | 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E |

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

| Proba               | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar   | Nome da competición                        |
|---------------------|------------|-------|-----|-------|---------|--|
| MMT 60 metros lisos | 12/01/2019 | 9.60  | 42  | F     | Ourense | Control federado de marcas en pistas cuber |

### Detalle das participación en probas de Ruta

| Proba            | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar          | Nome da competición                  |
|------------------|------------|-------|-----|-------|----------------|--------------------------------------|
| MMT Milla Urbana | 07/04/2019 | 6.51  | 5   | F     | Santiago       | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN |
| 10 Km. Ruta      | 14/04/2019 | 49.34 | 10  | F     | A Coruña       | XII CAMPIONATO DE GALICIA DE MARATO  |
| MMT 10 Km. Ruta  | 12/05/2019 | 48.40 | 18  | F     | Xinzo de Limia | CAMPIONATO DE GALICIA DE 10 KM. EN R |
| MMT 5 Km. Ruta   | 17/03/2019 | 23.27 | 42  | F     | As Pontes      | CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RU |

## FERNANDEZ DIAZ, PABLO

**Data de nacemento:** 25/01/2003      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 18      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                           |                 |            |                                       |
|---------------------------|-----------------|------------|---------------------------------------|
| <b>60 metros lisos</b>    | <b>8.75</b>     | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                   |
| <b>200 metros lisos</b>   | <b>28.44</b>    | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                   |
| <b>400 metros lisos</b>   | <b>1.02.92</b>  | 02/02/2019 | III Xornada Copa Deputacion de Lugo   |
| <b>800 metros lisos</b>   | <b>2.22.25</b>  | 26/01/2019 | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre |
| <b>1.500 metros lisos</b> | <b>4.46.99</b>  | 02/02/2019 | III Xornada Copa Deputacion de Lugo   |
| <b>3.000 metros lisos</b> | <b>10.35.73</b> | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                   |

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

|                           |                |            |                                |
|---------------------------|----------------|------------|--------------------------------|
| <b>400 metros lisos</b>   | <b>1,02,00</b> | 29/12/2019 | II Xornda de Control de marcas |
| <b>1.500 metros lisos</b> | <b>4.41.51</b> | 29/12/2019 | II Xornda de Control de marcas |

### RUTA - Melloras marcas da tempada

|                     |              |            |   |
|---------------------|--------------|------------|---|
| <b>Milla Urbana</b> | <b>5.31</b>  | 07/04/2019 | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN RUTA |
| <b>5 Km. Ruta</b>   | <b>19.12</b> | 17/03/2019 | CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RUTA    |

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

| Proba                  | Data       | Marca    | Pto | Ronda | Lugar      | Nome da competición                   |
|------------------------|------------|----------|-----|-------|------------|---------------------------------------|
| MMT 60 metros lisos    | 05/01/2019 | 8.75     | 49  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                   |
| MMT 200 metros lisos   | 05/01/2019 | 28.44    | 39  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                   |
| 200 metros lisos       | 26/01/2019 | SM       |     | F     | Lugo       | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre |
| MMT 400 metros lisos   | 02/02/2019 | 1.02.92  | 17  | F     | Lugo       | III Xornada Copa Deputacion de Lugo   |
| 800 metros lisos       | 05/01/2019 | 2.26.54  | 37  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                   |
| MMT 800 metros lisos   | 26/01/2019 | 2.22.25  | 19  | F     | Lugo       | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre |
| MMT 1.500 metros lisos | 02/02/2019 | 4.46.99  | 11  | F     | Lugo       | III Xornada Copa Deputacion de Lugo   |
| MMT 3.000 metros lisos | 05/01/2019 | 10.35.73 | 55  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                   |

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

| Proba                  | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar   | Nome da competición            |
|------------------------|------------|---------|-----|-------|---------|--------------------------------|
| MMT 400 metros lisos   | 29/12/2019 | 1,02,00 | 18  | F     | Ourense | II Xornda de Control de marcas |
| MMT 1.500 metros lisos | 29/12/2019 | 4.41.51 | 18  | F     | Ourense | II Xornda de Control de marcas |

### Detalle das participación en probas de Ruta

| Proba            | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar     | Nome da competición                  |
|------------------|------------|-------|-----|-------|-----------|--------------------------------------|
| MMT Milla Urbana | 07/04/2019 | 5.31  | 15  | F     | Santiago  | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN |
| MMT 5 Km. Ruta   | 17/03/2019 | 19.12 | 82  | F     | As Pontes | CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RU |

## FERNANDEZ SAMPAYO, IVAN

**Data de nacemento:** 05/04/2010      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 10      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                             |              |            |   |
|-----------------------------|--------------|------------|---|
| <b>50 metros lisos</b>      | <b>10.33</b> | 31/03/2019 | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-ALEVIN           |
| <b>Salto de lonxitude</b>   | <b>1,88</b>  | 28/04/2019 | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALEVIN-BENXAMIN |
| <b>Lanzamento de pelota</b> | <b>7,63</b>  | 28/04/2019 | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALEVIN-BENXAMIN |

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

|                               |             |            |  |
|-------------------------------|-------------|------------|--|
| <b>50 metros lisos</b>        | <b>8.38</b> | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista |
| <b>Lanzamento de Peso 1kg</b> | <b>4,06</b> | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista |

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

| Proba                           | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                       |
|---------------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|---|
| <i>MMT</i> 50 metros lisos      | 31/03/2019 | 10.33 | 43  | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| Salto de lonxitude              | 31/03/2019 | 1,80  | 39  | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| <i>MMT</i> Salto de lonxitude   | 28/04/2019 | 1,88  | 31  | F     | Lugo  | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |
| <i>MMT</i> Lanzamento de pelota | 28/04/2019 | 7,63  | 31  | F     | Lugo  | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |

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

| Proba                             | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                        |
|-----------------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|--|
| <i>MMT</i> 50 metros lisos        | 19/01/2019 | 8.38  | 2   | F     | Lugo  | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista |
| <i>MMT</i> Lanzamento de Peso 1kg | 19/01/2019 | 4,06  | 14  | F     | Lugo  | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista |

## FERRADAS BARRERA, ANA MARÍA

**Data de nacemento:** 18/07/1963      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** VETERÁNS 55      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

|                                     |              |            |   |
|-------------------------------------|--------------|------------|---|
| <b>Lanzamento de peso 4 kg</b>      | <b>5,30</b>  | 22/12/2019 | Control de marcas                             |
| <b>Lanzamento de disco 1kg</b>      | <b>14,86</b> | 09/06/2019 | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE |
| <b>Lanzamento de xabalina 600 g</b> | <b>12,79</b> | 09/06/2019 | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE |
| <b>Lanzamento de peso 3 kg</b>      | <b>6,79</b>  | 09/06/2019 | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE |

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

| Proba                               | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar               | Nome da competición                     |
|-------------------------------------|------------|-------|-----|-------|---------------------|---|
| <i>MMT</i> Lanzamento de peso 4 kg  | 22/12/2019 | 5,30  | 2   | F     | A Pobra do Carami   | Control de marcas                       |
| Lanzamento de disco 1kg             | 11/05/2019 | 13,18 | 6   | F     | Lugo                | V Xornada Copa Deputacion de Lugo       |
| <i>MMT</i> Lanzamento de disco 1kg  | 09/06/2019 | 14,86 | 1   | F     | Bastiaqueiro (Oleir | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER      |
| <i>MMT</i> Lanzamento de xabalina 6 | 09/06/2019 | 12,79 | 1   | F     | Bastiaqueiro (Oleir | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER      |
| Lanzamento de peso 3 kg             | 17/05/2019 | 6,52  | 6   | F     | Lugo                | IX Copa Deputacion de Lugo - IV Xornada |
| <i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg  | 09/06/2019 | 6,79  | 1   | F     | Bastiaqueiro (Oleir | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER      |
| Lanzamento de peso 3 kg             | 22/12/2019 | 5,76  | 2   | F     | A Pobra do Carami   | Control de marcas                       |

## FREIJE MARIÑO, MIGUEL

**Data de nacemento:** 06/05/2001      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 20      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                         |                |            |                     |
|-------------------------|----------------|------------|---------------------|
| <b>60 metros lisos</b>  | <b>9.11</b>    | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019 |
| <b>200 metros lisos</b> | <b>31.64</b>   | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019 |
| <b>800 metros lisos</b> | <b>2.41.17</b> | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019 |

### RUTA - Melloras marcas da tempada

|                      |                |            |   |
|----------------------|----------------|------------|---|
| <b>Milla Urbana</b>  | <b>6.22</b>    | 07/04/2019 | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN RUTA     |
| <b>Medio Maratón</b> | <b>1.55.34</b> | 25/05/2019 | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1/2 MARATON |
| <b>10 Km. Ruta</b>   | <b>49.44</b>   | 25/05/2019 | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1/2 MARATON |

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

| Proba                | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar      | Nome da competición |
|----------------------|------------|---------|-----|-------|------------|---------------------|
| MMT 60 metros lisos  | 05/01/2019 | 9.11    | 55  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019 |
| MMT 200 metros lisos | 05/01/2019 | 31.64   | 42  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019 |
| MMT 800 metros lisos | 05/01/2019 | 2.41.17 | 40  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019 |

### Detalle das participación en probas de Ruta

| Proba             | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar      | Nome da competición                  |
|-------------------|------------|---------|-----|-------|------------|--------------------------------------|
| MMT Milla Urbana  | 07/04/2019 | 6.22    | 24  | F     | Santiago   | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN |
| MMT Medio Maratón | 25/05/2019 | 1.55.34 | 105 | F     | Ortigueira | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1  |
| MMT 10 Km. Ruta   | 25/05/2019 | 49.44   |     | PA    | Ortigueira | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1  |

## FREIJE MARIÑO, YAGO

**Data de nacemento:** 08/07/1999      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 23      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                           |                 |            |                                       |
|---------------------------|-----------------|------------|---------------------------------------|
| <b>60 metros lisos</b>    | <b>9.70</b>     | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                   |
| <b>200 metros lisos</b>   | <b>31.93</b>    | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                   |
| <b>800 metros lisos</b>   | <b>2.33.76</b>  | 26/01/2019 | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre |
| <b>3.000 metros lisos</b> | <b>11.14.64</b> | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                   |

### RUTA - Melloras marcas da tempada

|                      |                |            |   |
|----------------------|----------------|------------|---|
| <b>Milla Urbana</b>  | <b>5.58</b>    | 07/04/2019 | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN RUTA     |
| <b>Medio Maratón</b> | <b>1.37.05</b> | 25/05/2019 | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1/2 MARATON |
| <b>10 Km. Ruta</b>   | <b>45.04</b>   | 25/05/2019 | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1/2 MARATON |
| <b>5 Km. Ruta</b>    | <b>19.45</b>   | 17/03/2019 | CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RUTA        |

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

| Proba                  | Data       | Marca    | Pto | Ronda | Lugar      | Nome da competición                   |
|------------------------|------------|----------|-----|-------|------------|---------------------------------------|
| MMT 60 metros lisos    | 05/01/2019 | 9.70     | 58  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                   |
| MMT 200 metros lisos   | 05/01/2019 | 31.93    | 44  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                   |
| 200 metros lisos       | 26/01/2019 | SM       |     | F     | Lugo       | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre |
| 800 metros lisos       | 05/01/2019 | 2.45.56  | 41  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                   |
| MMT 800 metros lisos   | 26/01/2019 | 2.33.76  | 26  | F     | Lugo       | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre |
| MMT 3.000 metros lisos | 05/01/2019 | 11.14.64 | 66  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                   |
| Campo a Traves         | 03/02/2019 |          | 131 | F     | As Pontes  | 84 CTO. DE GALICIA DE CROSS HOMES E   |

### Detalle das participación en probas de Ruta

| Proba             | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar      | Nome da competición                  |
|-------------------|------------|---------|-----|-------|------------|--------------------------------------|
| MMT Milla Urbana  | 07/04/2019 | 5.58    | 25  | F     | Santiago   | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN |
| MMT Medio Maratón | 25/05/2019 | 1.37.05 | 79  | F     | Ortigueira | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1  |
| MMT 10 Km. Ruta   | 25/05/2019 | 45.04   |     | PA    | Ortigueira | 29 CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO 1  |
| MMT 5 Km. Ruta    | 17/03/2019 | 19.45   | 90  | F     | As Pontes  | CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RU |

## GARCIA DIAZ, MARTIN

**Data de nacemento:** 15/03/2010      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 10      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                               |              |            |   |
|-------------------------------|--------------|------------|---|
| <b>50 metros lisos</b>        | <b>10.60</b> | 31/03/2019 | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-ALEVIN           |
| <b>Salto de lonxitude</b>     | <b>2,10</b>  | 28/04/2019 | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALEVIN-BENXAMIN |
| <b>Lanzamento de Peso 1kg</b> | <b>3,80</b>  | 28/04/2019 | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALEVIN-BENXAMIN |

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

|                               |              |            |  |
|-------------------------------|--------------|------------|--|
| <b>50 metros lisos</b>        | <b>10.53</b> | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista |
| <b>Lanzamento de Peso 1kg</b> | <b>4,43</b>  | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista |

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

| Proba                             | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                       |
|-----------------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|---|
| <i>MMT</i> 50 metros lisos        | 31/03/2019 | 10.60 | 47  | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| Salto de lonxitude                | 31/03/2019 | 1,54  | 41  | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| <i>MMT</i> Salto de lonxitude     | 28/04/2019 | 2,10  | 26  | F     | Lugo  | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |
| <i>MMT</i> Lanzamento de Peso 1kg | 28/04/2019 | 3,80  | 14  | F     | Lugo  | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

| Proba                             | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                       |
|-----------------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|---|
| <i>MMT</i> 50 metros lisos        | 19/01/2019 | 10.53 | 27  | F     | Lugo  | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |
| <i>MMT</i> Lanzamento de Peso 1kg | 19/01/2019 | 4,43  | 8   | F     | Lugo  | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |



## GARCIA GONZALEZ, XOEL

**Data de nacemento:** 13/01/2009      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 12      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

|                         |                |            |   |
|-------------------------|----------------|------------|---|
| <b>60 metros lisos</b>  | <b>11.11</b>   | 31/03/2019 | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-ALEVIN |
| <b>500 metros lisos</b> | <b>1.56.89</b> | 31/03/2019 | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-ALEVIN |

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

| Proba                | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                    |
|----------------------|------------|---------|-----|-------|-------|--|
| MMT 60 metros lisos  | 31/03/2019 | 11.11   | 26  | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A |
| MMT 500 metros lisos | 31/03/2019 | 1.56.89 | 16  | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A |

**GONZALEZ FERNANDEZ, EMILIO J.**

**Data de nacemento:** 13/08/1978      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

|                           |              |            |   |
|---------------------------|--------------|------------|---|
| <b>Salto de altura</b>    | <b>1,44</b>  | 09/06/2019 | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE |
| <b>Salto de lonxitude</b> | <b>4,49</b>  | 09/06/2019 | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE |
| <b>Triplo salto</b>       | <b>10,48</b> | 09/06/2019 | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER AIRE LIBRE |

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

|                           |             |            |   |
|---------------------------|-------------|------------|---|
| <b>Salto de altura</b>    | <b>1,44</b> | 03/03/2019 | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE PISTA CUBERTA |
| <b>Salto de lonxitude</b> | <b>4,93</b> | 03/03/2019 | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE PISTA CUBERTA |

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

| Proba                  | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar               | Nome da competición                |
|------------------------|------------|-------|-----|-------|---------------------|------------------------------------|
| MMT Salto de altura    | 09/06/2019 | 1,44  | 3   | F     | Bastiaqueiro (Oleir | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER |
| MMT Salto de lonxitude | 09/06/2019 | 4,49  | 4   | F     | Bastiaqueiro (Oleir | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER |
| Salto de lonxitude     | 09/06/2019 | 4,88  | 4   | F     | Bastiaqueiro (Oleir | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER |
| MMT Triplo salto       | 09/06/2019 | 10,48 | 3   | F     | Bastiaqueiro (Oleir | XXXII CAMPIOANTO DE GALICIA MASTER |

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

| Proba                  | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar   | Nome da competición                 |
|------------------------|------------|-------|-----|-------|---------|-------------------------------------|
| MMT Salto de altura    | 03/03/2019 | 1,44  | 1   | F     | Ourense | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE |
| MMT Salto de lonxitude | 03/03/2019 | 4,93  | 2   | F     | Ourense | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE |

**GONZALEZ FERNANDEZ, HUGO**

**Data de nacemento:** 12/08/2010      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 10      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

|                               |              |            |   |
|-------------------------------|--------------|------------|---|
| <b>50 metros lisos</b>        | <b>9,35</b>  | 31/03/2019 | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-ALEVIN           |
| <b>Salto de lonxitude</b>     | <b>2,08</b>  | 31/03/2019 | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-ALEVIN           |
| <b>Lanzamento de Peso 1kg</b> | <b>5,07</b>  | 28/04/2019 | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALEVIN-BENXAMIN |
| <b>Lanzamento de pelota</b>   | <b>17,50</b> | 28/04/2019 | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALEVIN-BENXAMIN |

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

|                               |             |            |  |
|-------------------------------|-------------|------------|--|
| <b>50 metros lisos</b>        | <b>9,67</b> | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista |
| <b>Lanzamento de Peso 1kg</b> | <b>4,22</b> | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista |

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

| Proba                      | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                       |
|----------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|---|
| MMT 50 metros lisos        | 31/03/2019 | 9.35  | 18  | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| MMT Salto de lonxitude     | 31/03/2019 | 2,08  | 31  | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| MMT Lanzamento de Peso 1kg | 28/04/2019 | 5,07  | 8   | F     | Lugo  | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |
| MMT Lanzamento de pelota   | 28/04/2019 | 17,50 | 11  | F     | Lugo  | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |

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

| Proba                      | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                       |
|----------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|---|
| MMT 50 metros lisos        | 19/01/2019 | 9.67  | 19  | F     | Lugo  | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |
| Salto de altura            | 19/01/2019 | NULOS |     | F     | Lugo  | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |
| MMT Lanzamento de Peso 1kg | 19/01/2019 | 4,22  | 13  | F     | Lugo  | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |

## GONZALEZ RODRIGUEZ, EMILIO R.

**Data de nacemento:** 01/01/1964      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** VETERÁNS 55      **Adestrador:**

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

|                         |                |            |                                |
|-------------------------|----------------|------------|--------------------------------|
| <b>60 metros lisos</b>  | <b>9.50</b>    | 29/12/2019 | II Xornda de Control de marcas |
| <b>400 metros lisos</b> | <b>1.10.36</b> | 29/12/2019 | II Xornda de Control de marcas |

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

| Proba                | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar   | Nome da competición            |
|----------------------|------------|---------|-----|-------|---------|--------------------------------|
| MMT 60 metros lisos  | 29/12/2019 | 9.50    | 37  | F     | Ourense | II Xornda de Control de marcas |
| MMT 400 metros lisos | 29/12/2019 | 1.10.36 | 23  | F     | Ourense | II Xornda de Control de marcas |

## LÓPEZ FERNÁNDEZ, ALBERTE

**Data de nacemento:** 23/01/2003      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 18      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                         |                |            |   |
|-------------------------|----------------|------------|---|
| <b>60 metros lisos</b>  | <b>10.10</b>   | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                     |
| <b>100 metros lisos</b> | <b>14.43</b>   | 11/05/2019 | V Xornada Copa Deputacion de Lugo       |
| <b>200 metros lisos</b> | <b>31.73</b>   | 05/01/2019 | Torneo de Reis 2019                     |
| <b>300 metros lisos</b> | <b>55.92</b>   | 17/05/2019 | IX Copa Deputacion de Lugo - IV Xornada |
| <b>400 metros lisos</b> | <b>1.17.09</b> | 11/05/2019 | V Xornada Copa Deputacion de Lugo       |

### RUTA - Melloras marcas da tempada

|                     |             |            |   |
|---------------------|-------------|------------|---|
| <b>Milla Urbana</b> | <b>6.20</b> | 07/04/2019 | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN RUTA |
|---------------------|-------------|------------|---|

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

| Proba                | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar      | Nome da competición                     |
|----------------------|------------|---------|-----|-------|------------|---|
| MMT 60 metros lisos  | 05/01/2019 | 10.10   | 61  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                     |
| MMT 100 metros lisos | 11/05/2019 | 14.43   | 28  | F     | Lugo       | V Xornada Copa Deputacion de Lugo       |
| 100 metros lisos     | 17/05/2019 | 15.38   | 6   | SF    | Lugo       | IX Copa Deputacion de Lugo - IV Xornada |
| MMT 200 metros lisos | 05/01/2019 | 31.73   | 43  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                     |
| MMT 300 metros lisos | 17/05/2019 | 55.92   | 13  | F     | Lugo       | IX Copa Deputacion de Lugo - IV Xornada |
| MMT 400 metros lisos | 11/05/2019 | 1.17.09 | 17  | F     | Lugo       | V Xornada Copa Deputacion de Lugo       |

### Detalle das participación en probas de Ruta

| Proba            | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar    | Nome da competición                  |
|------------------|------------|-------|-----|-------|----------|--------------------------------------|
| MMT Milla Urbana | 07/04/2019 | 6.20  | 23  | F     | Santiago | XI CAMPIONATO DE GALICIA DE MILLA EN |

## MACHADO REGO, JOSE GERARDO

**Data de nacemento:** 25/06/1954      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** VETERÁNS 65      **Adestrador:**

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

|                         |              |            |   |
|-------------------------|--------------|------------|---|
| <b>60 metros lisos</b>  | <b>10.48</b> | 03/03/2019 | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE PISTA CUBERTA |
| <b>200 metros lisos</b> | <b>38.37</b> | 03/03/2019 | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE PISTA CUBERTA |

### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

| Proba                | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar   | Nome da competición                 |
|----------------------|------------|-------|-----|-------|---------|-------------------------------------|
| MMT 60 metros lisos  | 03/03/2019 | 10.48 | 3   | F     | Ourense | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE |
| MMT 200 metros lisos | 03/03/2019 | 38.37 | 2   | F     | Ourense | XXX CAMPIONATO DE GALICIA MASTER DE |

**MASEDA FREIJE, NORA**

**Data de nacemento:** 14/12/2005      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 16      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

|                                     |                |            |   |
|-------------------------------------|----------------|------------|---|
| <b>100 metros lisos</b>             | <b>15.00</b>   | 05/05/2019 | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-Cadete        |
| <b>300 metros lisos</b>             | <b>55.19</b>   | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |
| <b>600 metros lisos</b>             | <b>2.19.81</b> | 02/02/2019 | III Xornada Copa Deputacion de Lugo                     |
| <b>Salto de lonxitude</b>           | <b>2,80</b>    | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |
| <b>Lanzamento de peso 3 kg</b>      | <b>3,05</b>    | 05/05/2019 | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-Cadete        |
| <b>Lanzamento de xabalina 500 g</b> | <b>12,30</b>   | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

|                        |             |            |   |
|------------------------|-------------|------------|---|
| <b>60 metros lisos</b> | <b>9.46</b> | 02/02/2019 | III Xornada Copa Deputacion de Lugo en modulo cuberto |
|------------------------|-------------|------------|---|

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

| Proba                        | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                         |
|------------------------------|------------|---------|-----|-------|-------|---|
| MMT 100 metros lisos         | 05/05/2019 | 15.00   | 3   | F     | Lugo  | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |
| MMT 300 metros lisos         | 07/04/2019 | 55.19   | 14  | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| MMT 600 metros lisos         | 02/02/2019 | 2.19.81 | 7   | F     | Lugo  | III Xornada Copa Deputacion de Lugo         |
| MMT Salto de lonxitude       | 07/04/2019 | 2,80    | 16  | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| MMT Lanzamento de peso 3 kg  | 05/05/2019 | 3,05    | 7   | F     | Lugo  | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |
| MMT Lanzamento de xabalina 5 | 07/04/2019 | 12,30   | 12  | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |

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

| Proba               | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                      |
|---------------------|------------|-------|-----|-------|-------|--|
| MMT 60 metros lisos | 02/02/2019 | 9.46  | 44  | SF    | Lugo  | III Xornada Copa Deputacion de Lugo en m |

**ORTIZ GONZALEZ, MARTA**

**Data de nacemento:** 23/11/2004      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 16      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

|                                |              |            |   |
|--------------------------------|--------------|------------|---|
| <b>100 metros lisos</b>        | <b>14.60</b> | 17/05/2019 | IX Copa Deputacion de Lugo - IV Xornada                 |
| <b>300 metros lisos</b>        | <b>52.72</b> | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |
| <b>Salto de altura</b>         | <b>1,10</b>  | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |
| <b>Lanzamento de peso 3 kg</b> | <b>6,38</b>  | 05/05/2019 | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-Cadete        |

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

|                           |             |            |   |
|---------------------------|-------------|------------|---|
| <b>60 metros lisos</b>    | <b>9.35</b> | 02/02/2019 | III Xornada Copa Deputacion de Lugo en modulo cuberto |
| <b>Salto de lonxitude</b> | <b>3,31</b> | 02/02/2019 | III Xornada Copa Deputacion de Lugo en modulo cuberto |

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

| Proba                              | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                         |
|------------------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|---|
| 100 metros lisos                   | 05/05/2019 | 14.65 | 1   | F     | Lugo  | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |
| <i>MMT</i> 100 metros lisos        | 17/05/2019 | 14.60 | 2   | SF    | Lugo  | IX Copa Deputacion de Lugo - IV Xornada     |
| <i>MMT</i> 300 metros lisos        | 07/04/2019 | 52.72 | 12  | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| <i>MMT</i> Salto de altura         | 07/04/2019 | 1,10  | 3   | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| <i>MMT</i> Lanzamento de peso 3 kg | 05/05/2019 | 6,38  | 1   | F     | Lugo  | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |
| Lanzamento de peso 3 kg            | 17/05/2019 | 5,87  | 7   | F     | Lugo  | IX Copa Deputacion de Lugo - IV Xornada     |
| Lanzamento de xabalina 5           | 07/04/2019 | NULOS |     | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |

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

| Proba                         | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                      |
|-------------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|--|
| <i>MMT</i> 60 metros lisos    | 02/02/2019 | 9.35  | 40  | SF    | Lugo  | III Xornada Copa Deputacion de Lugo en m |
| <i>MMT</i> Salto de lonxitude | 02/02/2019 | 3,31  | 25  | F     | Lugo  | III Xornada Copa Deputacion de Lugo en m |



## RODRIGUEZ DIAZ, JOSE FELICIANO

**Data de nacemento:** 23/02/1973      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** VETERÁNS 45      **Adestrador:**

### RUTA - Meliores marcas da tempada

**5 Km. Ruta**      **24.32**      17/03/2019      CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RUTA

### Detalle das participacións en probas de Ruta

| Proba          | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar     | Nome da competición                  |
|----------------|------------|-------|-----|-------|-----------|--------------------------------------|
| MMT 5 Km. Ruta | 17/03/2019 | 24.32 | 132 | F     | As Pontes | CAMPIONATO DE GALICIA DE 5 KM. EN RU |

## RODRIGUEZ DORADO, ANDREA

**Data de nacemento:** 11/02/2006      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 14      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                           |                |            |        |  |
|---------------------------|----------------|------------|--------|--|
| <b>80 metros lisos</b>    | <b>11.83</b>   | 26/05/2019 | XOGADE | Campionato Provincial Escolar Atletismo en pista |
| <b>150 metros lisos</b>   | <b>23.95</b>   | 07/04/2019 | XOGADE | II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |
| <b>500 metros lisos</b>   | <b>1.31.34</b> | 26/05/2019 | XOGADE | Campionato Provincial Escolar Atletismo en pista |
| <b>Salto de lonxitude</b> | <b>3,68</b>    | 05/05/2019 | XOGADE | II Clasificatoria Escolar Infantil-Cadete        |

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

|                           |             |            |  |
|---------------------------|-------------|------------|--|
| <b>60 metros lisos</b>    | <b>9.40</b> | 26/01/2019 | II Xornada Copa Deputacion en modulo cuberto |
| <b>Salto de lonxitude</b> | <b>3,29</b> | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista   |

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

| Proba                         | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar      | Nome da competición                         |
|-------------------------------|------------|---------|-----|-------|------------|---|
| 60 metros lisos               | 05/01/2019 | DS      |     | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                         |
| 80 metros lisos               | 05/05/2019 | 11.94   | 5   | F     | Lugo       | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |
| 80 metros lisos               | 26/05/2019 | 11.86   | 7   | F     | Lugo       | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl    |
| <i>MMT</i> 80 metros lisos    | 26/05/2019 | 11.83   | 6   | SF    | Lugo       | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl    |
| <i>MMT</i> 150 metros lisos   | 07/04/2019 | 23.95   | 3   | F     | Lugo       | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| 500 metros lisos              | 05/01/2019 | 1.37.10 | 11  | F     | Pontevedra | Torneo de Reis 2019                         |
| 500 metros lisos              | 26/01/2019 | 1.34.28 | 5   | F     | Lugo       | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre       |
| 500 metros lisos              | 07/04/2019 | 1.35.90 | 2   | F     | Lugo       | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| <i>MMT</i> 500 metros lisos   | 26/05/2019 | 1.31.34 | 2   | F     | Lugo       | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl    |
| Salto de lonxitude            | 07/04/2019 | 3,57    | 7   | F     | Lugo       | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| <i>MMT</i> Salto de lonxitude | 05/05/2019 | 3,68    | 10  | F     | Lugo       | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |
| Salto de lonxitude            | 26/05/2019 | 3,57    | 6   | F     | Lugo       | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl    |
| Salto de lonxitude            | 26/05/2019 | 3,73    | 6   | F     | Lugo       | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl    |

### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

| Proba                         | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                       |
|-------------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|---|
| 60 metros lisos               | 19/01/2019 | 9.42  | 13  | F     | Lugo  | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |
| <i>MMT</i> 60 metros lisos    | 26/01/2019 | 9.40  | 38  | SF    | Lugo  | II Xornada Copa Deputacion en modulo cu   |
| <i>MMT</i> Salto de lonxitude | 19/01/2019 | 3,29  | 27  | F     | Lugo  | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |

## RODRÍGUEZ PÉREZ, DARIO

**Data de nacemento:** 03/03/2011      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 10      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                               |                |            |   |
|-------------------------------|----------------|------------|---|
| <b>50 metros lisos</b>        | <b>9.10</b>    | 31/03/2019 | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-ALEVIN             |
| <b>500 metros lisos</b>       | <b>1.41.76</b> | 01/06/2019 | CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10,SUB´12 AIRE LIBRE          |
| <b>Lanzamento de Peso 1kg</b> | <b>5,10</b>    | 28/04/2019 | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALEVIN-BENXAMIN   |
| <b>Lanzamento de pelota</b>   | <b>21,43</b>   | 26/05/2019 | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atletismo en pista |

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

|                               |             |            |  |
|-------------------------------|-------------|------------|--|
| <b>50 metros lisos</b>        | <b>8.76</b> | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista |
| <b>Lanzamento de Peso 1kg</b> | <b>8,25</b> | 19/01/2019 | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pista |

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

| Proba                             | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                       |
|-----------------------------------|------------|---------|-----|-------|-------|---|
| <i>MMT</i> 50 metros lisos        | 31/03/2019 | 9.10    | 10  | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| 500 metros lisos                  | 26/01/2019 | 1.49.98 | 2   | F     | Lugo  | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre     |
| 500 metros lisos                  | 31/03/2019 | 1.49.14 | 5   | F     | Lugo  | XOGADE - Escolares en pista BENXAMIN-A    |
| 500 metros lisos                  | 26/05/2019 | 1.43.78 | 2   | F     | Lugo  | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl  |
| <i>MMT</i> 500 metros lisos       | 01/06/2019 | 1.41.76 | 7   | F     | Lugo  | CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10,SUB´1        |
| <i>MMT</i> Lanzamento de Peso 1kg | 28/04/2019 | 5,10    | 6   | F     | Lugo  | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |
| Lanzamento de pelota              | 28/04/2019 | 14,86   | 15  | F     | Lugo  | XOGADE: Preparatoria Escolar en pista ALE |
| <i>MMT</i> Lanzamento de pelota   | 26/05/2019 | 21,43   | 3   | F     | Lugo  | XOGADE Campionato Provincial Escolar Atl  |
| Lanzamento de pelota              | 01/06/2019 | 18,37   | 12  | F     | Lugo  | CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10,SUB´1        |

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

| Proba                             | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar   | Nome da competición                       |
|-----------------------------------|------------|-------|-----|-------|---------|---|
| <i>MMT</i> 50 metros lisos        | 19/01/2019 | 8.76  | 6   | F     | Lugo    | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |
| 50 metros lisos                   | 24/02/2019 | 8.79  | 5   | SF    | Ourense | XII CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10 EN       |
| <i>MMT</i> Lanzamento de Peso 1kg | 19/01/2019 | 8,25  | 1   | F     | Lugo    | I Xornada Copa Deputacion de Lugo en pist |
| Lanzamento de Peso 1kg            | 24/02/2019 | 5,27  | 12  | F     | Ourense | XII CAMPIONATO DE GALICIA SUB´10 EN       |

## VILLAR DÍAZ, SERGIO

**Data de nacemento:** 31/01/2005      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 16      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                                |              |            |   |
|--------------------------------|--------------|------------|---|
| <b>100 metros lisos</b>        | <b>14.40</b> | 05/05/2019 | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-Cadete        |
| <b>300 metros lisos</b>        | <b>51.80</b> | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |
| <b>Salto de altura</b>         | <b>1,30</b>  | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |
| <b>Salto de lonxitude</b>      | <b>3,14</b>  | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |
| <b>Lanzamento de peso 4 kg</b> | <b>6,64</b>  | 05/05/2019 | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-Cadete        |

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

|                        |             |            |  |
|------------------------|-------------|------------|--|
| <b>60 metros lisos</b> | <b>9.05</b> | 26/01/2019 | II Xornada Copa Deputacion en modulo cuberto |
|------------------------|-------------|------------|--|

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

| Proba                              | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                         |
|------------------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|---|
| <i>MMT</i> 100 metros lisos        | 05/05/2019 | 14.40 | 7   | F     | Lugo  | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |
| 300 metros lisos                   | 26/01/2019 | 51.88 | 8   | F     | Lugo  | II Xornada Copa Deputacion Aire Libre       |
| <i>MMT</i> 300 metros lisos        | 07/04/2019 | 51.80 | 10  | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| <i>MMT</i> Salto de altura         | 07/04/2019 | 1,30  | 1   | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| <i>MMT</i> Salto de lonxitude      | 07/04/2019 | 3,14  | 20  | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| <i>MMT</i> Lanzamento de peso 4 kg | 05/05/2019 | 6,64  | 5   | F     | Lugo  | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |

### Detalle das participacións en probas de Pista Cubierta

| Proba                      | Data       | Marca | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                     |
|----------------------------|------------|-------|-----|-------|-------|---|
| <i>MMT</i> 60 metros lisos | 26/01/2019 | 9.05  | 48  | SF    | Lugo  | II Xornada Copa Deputacion en modulo cu |

## VILLAR PEREZ, CARLOS

**Data de nacemento:** 17/01/2005      **Clube:** CLUB ATLETISMO RIBADEO  
**Categoría:** SUB 16      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

|                           |                |            |   |
|---------------------------|----------------|------------|---|
| <b>300 metros lisos</b>   | <b>49.95</b>   | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |
| <b>600 metros lisos</b>   | <b>1.58.04</b> | 05/05/2019 | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-Cadete        |
| <b>1.000 metros lisos</b> | <b>3.57.14</b> | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |
| <b>Salto de lonxitude</b> | <b>3,30</b>    | 07/04/2019 | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista INFANTIL-CADETE |

### Detalle das participacións en probas de Aire Libre

| Proba                         | Data       | Marca   | Pto | Ronda | Lugar | Nome da competición                         |
|-------------------------------|------------|---------|-----|-------|-------|---|
| 100 metros lisos              | 05/05/2019 | 13.81   | 5   | F     | Lugo  | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |
| <i>MMT</i> 300 metros lisos   | 07/04/2019 | 49.95   | 9   | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| <i>MMT</i> 600 metros lisos   | 05/05/2019 | 1.58.04 | 6   | F     | Lugo  | XOGADE II Clasificatoria Escolar Infantil-C |
| <i>MMT</i> 1.000 metros lisos | 07/04/2019 | 3.57.14 | 9   | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |
| <i>MMT</i> Salto de lonxitude | 07/04/2019 | 3,30    | 19  | F     | Lugo  | XOGADE II Preparatoria Escolar en pista IN  |