



## ATLETISMO VERXEL, ABSOLUTO HOMES

**Data de nacemento:** 01/01/1985      **Clube:** CLUBE DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### - Melloras marcas da tempada

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	15/01/2012	324	17	F	Ourense	CAMPIONATO GALEGO DE CROSS CORTO

## BOQUETE CASAS, XOSE MANUEL

**Data de nacemento:** 15/11/1975      **Clube:** CLUBE DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**10.000 metros lisos**      **35:48.75**      10/06/2012      CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **36.05**      21/10/2012      Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

**Medio Maratón**      **1.17.58**      21/10/2012      Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10.000 metros lisos	10/06/2012	35:48.75	4		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	29/01/2012	41.50	80		Santiago	CPTO. GALEGO JUNIOR-PROMESA-ABSOLU

### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
10 Km. Ruta	07/10/2012	37.36	86	F	A Coruña	VI Carreira Urbana 10 Km. Coruña 10
MMT 10 Km. Ruta	21/10/2012	36.05		PA	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra
MMT Medio Maratón	21/10/2012	1.17.58	35	F	Pontevedra	Medio Maraton Ciudad de Pontevedra

**CORRAL LOPEZ, JOSE MANUEL**

**Data de nacemento:** 15/12/1973      **Clube:** CLUBE DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

**1.000 metros lisos**                      **2:47.89**    01/04/2012    1ª Jornada II Copa Deputación de Lugo  
**1.500 metros lisos**                      **4:29.91**    16/06/2012    Copa Deputación Lugo

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

**1.500 metros lisos**                      **4.28.06**    14/01/2012    CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PISTA CUBERTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 1.000 metros lisos	01/04/2012	2:47.89	2		Lugo	1ª Jornada II Copa Deputación de Lugo
MMT 1.500 metros lisos	16/06/2012	4:29.91	7		Lugo	Copa Deputación Lugo

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 1.500 metros lisos	14/01/2012	4.28.06	3		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PIST



## FERNANDEZ BARRIO, MIGUEL ANGEL

**Data de nacemento:** 29/06/1985      **Clube:** CLUB DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

- Melloras marcas da tempada

## FERNANDEZ SANGIAO, JOSE MANUEL

**Data de nacemento:** 22/02/1961      **Clube:** CLUBE DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** VETERÁNS 50      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>200 metros lisos</b>	<b>26.98</b>	05/05/2012	2ª XORNADA - II TROFEO COPA DEPUTACION DE LUGO
<b>400 metros lisos</b>	<b>58.35</b>	16/06/2012	Copa Deputación Lugo
<b>800 metros lisos</b>	<b>2:10.99</b>	23/06/2012	XI XORNADA COPA DEPUTACION
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>2:52.29</b>	01/04/2012	1ª Jornada II Copa Deputación de Lugo
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4:37.86</b>	10/06/2012	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>800 metros lisos</b>	<b>2.14.85</b>	12/02/2012	CAMPIONATO GALEGO CADETE PISTA CUBERTA -CTO. ABSOLUTO DE 3000 METROS
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4.40.33</b>	11/03/2012	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANOS EN PISTA CUBERTA

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>5 Km. Ruta</b>	<b>18.07</b>	15/07/2012	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
<b>10 Km. Ruta</b>	<b>38.30</b>	07/10/2012	VI Carreira Urbana 10 Km. Coruña 10

### Detalle das participación en probas de Aire Libre

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 200 metros lisos	05/05/2012	26.98	5		Lugo	2ª XORNADA - II TROFEO COPA DEPUTACION
400 metros lisos	10/06/2012	58.64	1		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE
<i>MMT</i> 400 metros lisos	16/06/2012	58.35	4		Lugo	Copa Deputación Lugo
800 metros lisos	05/05/2012	2:11.80	4		Lugo	2ª XORNADA - II TROFEO COPA DEPUTACION
800 metros lisos	10/06/2012	2:13.91	8		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE
<i>MMT</i> 800 metros lisos	23/06/2012	2:10.99	1		O Barco Valeorras	XI XORNADA COPA DEPUTACION
800 metros lisos	19/07/2012	2:13.07	1	F	Vigo	V Xornada Serie Municipal
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	01/04/2012	2:52.29	6		Lugo	1ª Jornada II Copa Deputación de Lugo
1.500 metros lisos	21/04/2012	4:44.09	15		Lugo	XXXV Memorial Gregorio Perez Rivera
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	10/06/2012	4:37.86	1		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE
1.500 metros lisos	16/06/2012	s.t.	10		Lugo	Copa Deputación Lugo
3.000 m. Obstáculos	01/07/2012	RETIRADO		F	Vigo	CAMPIONATO GALEGO ABSOLUTO - CAMPI

### Detalle das participación en probas de Pista Cubierta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
800 metros lisos	14/01/2012	2.17.2	2		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PIST
<i>MMT</i> 800 metros lisos	12/02/2012	2.14.85	5		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO CADETE PISTA CUB
800 metros lisos	10/03/2012	2.18.48	3	F	Zaragoza	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANOS PIS
1.500 metros lisos	14/01/2012	4.42.78	4		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PIST
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	11/03/2012	4.40.33	5	F	Zaragoza	CAMPIONATO DE ESPAÑA VETERANOS EN

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	22/01/2012	19.52	25		A Pobra do Carami	CAMPIONATO GALEGO CROSS VETERANS -
Campo a Traves	29/01/2012	45.44	126		Santiago	CPTO. GALEGO JUNIOR-PROMESA-ABSOLU

## Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Milla Urbana	06/05/2012	5.08	1	F	Padrón	CAMPIONATO GALEGO DE MILLA URBANA-
Milla Urbana	16/09/2012	5.09	1	F	O Barco Valdeorras	CAMPIONATO DE ESPAÑA DE MILLA
<i>MMT</i> 5 Km. Ruta	15/07/2012	18.07	57	F	Vilagarcia	CAMPIONATO GALEGO DE 5 KM. EN RUTA
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	07/10/2012	38.30	120	F	A Coruña	VI Carreira Urbana 10 Km. Coruña 10

## FERNANDEZ VILLAVERDE, CARLOS

**Data de nacemento:** 21/01/1969      **Clube:** CLUBE DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **36.51**      17/06/2012      10 KM. CONCELLO DE CARBALLO

### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Milla Urbana	06/05/2012	5.04	5	F	Padrón	CAMPIONATO GALEGO DE MILLA URBANA-
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	17/06/2012	36.51	20	F	Carballo	10 KM. CONCELLO DE CARBALLO

## LIZ GONZALEZ, VENERANDA

**Data de nacemento:** 06/10/1973      **Clube:** CLUBE DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Mellores marcas da tempada

**5.000 metros lisos**      **23:21.78**    10/06/2012    CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

### PISTA CUBIERTA - Mellores marcas da tempada

**800 metros lisos**      **3.26.9**    14/01/2012    CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PISTA CUBERTA

**1.500 metros lisos**      **6.35.43**    14/01/2012    CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PISTA CUBERTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5.000 metros lisos	10/06/2012	23:21.78	6		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 800 metros lisos	14/01/2012	3.26.9	5		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PIST
MMT 1.500 metros lisos	14/01/2012	6.35.43	5		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PIST

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	22/01/2012	26.55	32		A Pobra do Carami	CAMPIONATO GALEGO CROSS VETERANS -



**MARTINEZ VILLAVERDE, JUAN C.**

**Data de nacemento:** 08/09/1971      **Clube:** CLUBE DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

**5.000 metros lisos**      **18:04.82**    21/04/2012    XXXV Memorial Gregorio Perez Rivera  
**10.000 metros lisos**      **36:54.40**    10/06/2012    CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5.000 metros lisos	21/04/2012	18:04.82	8		Lugo	XXXV Memorial Gregorio Perez Rivera
MMT 10.000 metros lisos	10/06/2012	36:54.40	8		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	29/01/2012	43.37	100		Santiago	CPTO. GALEGO JUNIOR-PROMESA-ABSOLU

**PEREZ LENZA, GERARDO**

**Data de nacemento:** 29/09/1959      **Clube:** CLUB DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** VETERÁNS 50      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

<b>800 metros lisos</b>	<b>2:26.84</b>	10/06/2012	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4:56.77</b>	10/06/2012	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE
<b>Lanzamento de peso 6 kg</b>	<b>9,63</b>	10/06/2012	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

**RUTA - Melloras marcas da tempada**

<b>10 Km. Ruta</b>	<b>37.58</b>	06/11/2011	XXXV Carreira Pedestre San Martiño
--------------------	--------------	------------	------------------------------------

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 800 metros lisos	10/06/2012	2:26.84	13		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	10/06/2012	4:56.77	6		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE
<i>MMT</i> Lanzamento de peso 6 kg	10/06/2012	9,63	3		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

**Detalle das participacións en probas de Campo a Través**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	29/01/2012	44.39	115		Santiago	CPTO. GALEGO JUNIOR-PROMESA-ABSOLU

**Detalle das participacións en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/11/2011	37.58	240	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño



## TORRE MEJIA, ANTONIO

**Data de nacemento:** 23/04/1955      **Clube:** CLUBE DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** VETERÁNS 55      **Adestrador:**

### - Melloras marcas da tempada

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	29/01/2012	52.30	145		Santiago	CPTO. GALEGO JUNIOR-PROMESA-ABSOLU

## TORRE SOENGAS, ABRAHAM

**Data de nacemento:** 31/08/1980      **Clube:** CLUB DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** ABSOLUTO      **Adestrador:**

### RUTA - Mellores marcas da tempada

**10 Km. Ruta**      **36.20**    06/11/2011    XXXV Carreira Pedestre San Martiño

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	15/01/2012	87	F		Ourense	CAMPIONATO GALEGO DE CROSS CORTO
Campo a Traves	29/01/2012	43.55	106		Santiago	CPTO. GALEGO JUNIOR-PROMESA-ABSOLU

#### Detalle das participacións en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	06/11/2011	36.20	137	F	Ourense	XXXV Carreira Pedestre San Martiño

## VALIÑA MENDEZ, JOSÉ LUÍS

**Data de nacemento:** 04/10/1969      **Clube:** CLUBE DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

### AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada

<b>800 metros lisos</b>	<b>2:13.15</b>	10/06/2012	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE
<b>1.000 metros lisos</b>	<b>2:52.08</b>	01/04/2012	1ª Jornada II Copa Deputación de Lugo
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4:27.19</b>	10/06/2012	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

### PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada

<b>800 metros lisos</b>	<b>2.23.5</b>	14/01/2012	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PISTA CUBERTA
<b>1.500 metros lisos</b>	<b>4.33.14</b>	14/01/2012	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PISTA CUBERTA

### RUTA - Melloras marcas da tempada

<b>10 Km. Ruta</b>	<b>37.07</b>	07/10/2012	VI Carreira Urbana 10 Km. Coruña 10
--------------------	--------------	------------	-------------------------------------

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
800 metros lisos	05/05/2012	2:13.71	6		Lugo	2ª XORNADA - II TROFEO COPA DEPUTACI
<i>MMT</i> 800 metros lisos	10/06/2012	2:13.15	7		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE
<i>MMT</i> 1.000 metros lisos	01/04/2012	2:52.08	5		Lugo	1ª Jornada II Copa Deputación de Lugo
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	10/06/2012	4:27.19	6		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 800 metros lisos	14/01/2012	2.23.5	4		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PIST
<i>MMT</i> 1.500 metros lisos	14/01/2012	4.33.14	2		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PIST

#### Detalle das participación en probas de Ruta

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
<i>MMT</i> 10 Km. Ruta	07/10/2012	37.07	72	F	A Coruña	VI Carreira Urbana 10 Km. Coruña 10

**VALIÑA PÉREZ, ALBERTO**

**Data de nacemento:** 07/10/1977      **Clube:** CLUB DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** VETERÁNS 35      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

**3.000 metros lisos**      **10:37.93**    05/05/2012    2ª XORNADA - II TROFEO COPA DEPUTACION DE LUGO  
**5.000 metros lisos**      **17:49.40**    21/04/2012    XXXV Memorial Gregorio Perez Rivera

**RUTA - Melloras marcas da tempada**

**10 Km. Ruta**      **39.29**    07/10/2012    VI Carreira Urbana 10 Km. Coruña 10

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 3.000 metros lisos	05/05/2012	10:37.93	5		Lugo	2ª XORNADA - II TROFEO COPA DEPUTACION DE LUGO
MMT 5.000 metros lisos	21/04/2012	17:49.40	6		Lugo	XXXV Memorial Gregorio Perez Rivera
5.000 metros lisos	10/06/2012	17:58.71	9		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

**Detalle das participacións en probas de Ruta**

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 10 Km. Ruta	07/10/2012	39.29	170 F		A Coruña	VI Carreira Urbana 10 Km. Coruña 10

**VAZQUEZ REDONDO, GERARDO**

**Data de nacemento:** 05/07/1971      **Clube:** CLUBE DE ATLETISMO VERXEL NUTRICION DEPORTI  
**Categoría:** VETERÁNS 40      **Adestrador:**

**AIRE LIBRE - Melloras marcas da tempada**

**5.000 metros lisos**      **18:23.93**    10/06/2012    CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

**PISTA CUBIERTA - Melloras marcas da tempada**

**800 metros lisos**      **2.29.8**    14/01/2012    CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PISTA CUBERTA

**1.500 metros lisos**      **4.56.79**    14/01/2012    CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PISTA CUBERTA

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 5.000 metros lisos	10/06/2012	18:23.93	11		Lugo	CTO. GALEGO VETERANS AIRE LIBRE

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
MMT 800 metros lisos	14/01/2012	2.29.8	5		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PIST
MMT 1.500 metros lisos	14/01/2012	4.56.79	7		A Coruña	CAMPIONATO GALEGO DE VETERANS PIST

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

Proba	Data	Marca	Pto	Ronda	Lugar	Nome da competición
Campo a Traves	22/01/2012	27.38	55		A Pobra do Carami	CAMPIONATO GALEGO CROSS VETERANS -