

Alejandro GÓMEZ (11.04.67 Vigo, Pontevedra) - 1,78m/69kg

Años	1500m	3000m	5000m	10000m	1/2 Maratón	Maratón	3000m st.
1983 -	4.04.4	8.29.8 (47)					
1984 -	3.54.6 (95)	8.15.30 (22)	14.16.7 (21)				
1985 -	3.52.8 (79)	8.14.8 (24)	14.05.2 (21)				
1986 -	3.47.25 (28)	7.57.84 (4)	13.42.16 (6)			5.09.5 (6)2k	8.36.4 (5)
1987 -	3.49.4 (61)	8.03.2 (8)	13.27.74 (4)				8.38.46 (6)
1988 -		7.48.38 (3)	13.21.02 (2)			5.09.0 (1)2k	
1989 -	3.42.0 (16)	7.47.7 (5)	13.20.91 (1)	27.54.13(2)			8.33.6 (4)
1990 -	3.47.5 (51)	7.54.2 (9)	13.30.54 (7)	27.41.30(2)			8.38.20 (9)
1991 -	3.39.18 (11)	7.51.70 (5)	13.24.43 (3)	27.58.42(2)			
1992 -		7.58.7 (8)	14.14.29 (38)	28.02.10(3)	1h.01.20 (1)		
1993 -		8.01.3 (9)	13.41.24 (13)	27.39.38(1)	1h.01.26 (1)		
1994 -			14.02.8 (25)		1h.03.29 (6)		
1995 -			13.47.45 (8)	27.51.64(2)			
1996 -		7.55.68 (5)	13.22.11 (4)	27.49.10(1)	1h.02.47 (6)		
1997 -					1h.01.36 (1)	2h.07.54 (1)	
1998 -				27.48.27(10)	1h.03.13 (9)	2h.12.34 (9)	
1999 -				28.51.9(14)	1h.02.28 (3)	2h.26.40 (49)	
2000 -					1h.03.47 (10)	2h.15.48 (9)	
2001 -					1h.03.26 (3)		
2002 -					1h.05.05 (14)	2h.12.58 (9)	
2003 -			14.12.3 (25)	28.32.24(7)	1h.03.59 (6)		
2004 -					1h.05.26 (23)	2h.16.22 (9)	
2005/2012 sin actividad							
2013 -					1h.14.18		

36 veces internacional absoluto (1987-2002)

Récords de España absolutos

1/2 Maratón 1h.01.20 - South Shields - 20.09.92 (Campeonato del Mundo)

Maratón 2h.07.54 - Rotterdam - 20.04.97 (mejor marca española para un debutante en esta prueba)

Mejores marcas por edades (hasta 22 años)

2000m	de 19 años en 1986
3000m	de 17 años en 1984, de 19 en 1986, de 21-22 en 1988, de 22 en 1989
5000m	de 17 años en 1984, de 19-20 en 1986, de 20-21 en 1987, de 21-22 en 1988, de 22 en 1989
10000m	de 22 años en 1989
3000m st.	de 19 años en 1986

Puestos anuales en el ranking mundial y europeo

a) pruebas olímpicas (entre los 100 primeros del mundo)

1987 -	5000m 13.27.44 (44-M y 29-E)
1988 -	5000m 13.21.02 (19-M y 14-E)
1989 -	5000m 13.20.91 (20-M y 10-E), 10000m 27.54.13 (18-M y 9-E), 3000m st. 8.33.6 (72-M y 44-E)
1990 -	5000m 13.30.54 (59-M y 34-E), 10000m 27.41.30 (9-M y 5-E)
1991 -	1500m 3.39.18 (91-M y 47-E), 5000m 13.24.43 (35-M y 12-E), 10000m 27.58.42 (28-M y 10-E)
1992 -	10000m 28.02.10 (43-M y 15-E)
1993 -	10000m 27.39.38 (14-M y 3-E) // y en el all-time 30-E
1995 -	10000m 27.51.64 (33-M y 6-E)
1996 -	5000m 13.22.11 (44-M y 9-E), 10000m 27.49.10 (26-M y 4-E)
1997 -	Maratón 2h.07.54 (6-M y 2-E) // y en el all-time 18-M y 5-E

b) pruebas no olímpicas (entre los 50 primeros del mundo)

1986 -	2000m 5.09.5 (49-M y 29-E)	Otras marcas personales
1988 -	2000m 5.09.0 (18-M y 12-E), 3000m 7.48.38 (29-M y 19-E)	3k st. 8.33.6 - Vigo - 20.08.89
1992 -	1/2 Maratón 1h.01.20 (18-M y 3-E)	1500m 3.39.18 - Vigo - 23.07.91
1993 -	1/2 Maratón 1h.01.26 (23-M y 5-E)	2000m 5.09.0 - Vigo - 17.09.88
1997 -	1/2 Maratón 1h.01.36 (44-M y 12-E)	3000m 7.47.7 - Pontevedra - 27.06.89

En el ranking juvenil de 1984 fue líder mundial en 5000m (14.16.7) y 2-M/2-E en 3000m (8.15.30)

En el ranking junior de 1986 fue líder mundial en 2000m (5.09.5), 3000m (7.57.84) y 3000m st. (8.36.4)

mientras que en 5000m (13.42.16) fue 2-M y 1-E

En 1987 (tope 20 años), fue 2-M y 1-E en 5000m (13.27.74)

En 1988 (tope 21 años), fue 2-M y 1-E en 5000m (13.21.02)

En 1989 (tope 22 años), fue 3-M y 1-E en 5000m (13.20.91) y
en 10000m (27.54.13)

Marcas 5000m

13.20.91 -	5 - Oslo	01.07.89
13.21.02 -	8 - Oslo	02.07.88
13.22.11 -	4 - Hechtel	06.07.96
13.22.99 -	4 - La Coruña	25.07.89
13.24.43 -	3 - La Coruña	26.07.91
13.27.74 -	12 - La Coruña	05.08.87
13.30.17 -	9 - Helsinki	27.06.91
13.30.39 -	2 - Pontevedra	11.06.91
13.30.54 -	3 - Vigo	05.07.90
13.30.87 -	3 - Sevilla	06.06.96 (10)
13.34.47 -	11 - La Coruña	26.07.90
13.41.24 -	16 - Sevilla	05.06.93
13.41.67 -	5 - Barcelona	13.08.89
13.41.73 -	11s1 - Seúl	29.09.88
13.42.16 -	7 - La Coruña	06.08.86 (15)

marcas 10000m

27.39.38 -	3 - Oslo	10.07.93
27.41.30 -	6 - Oslo	14.07.90
27.49.10 -	1 - Baracaldo	19.06.96
27.51.64 -	11h2 - Gotemburgo	05.08.95
27.54.13 -	11 - Bruselas	25.08.89
27.57.25 -	1 - Leiria	06.04.96
27.58.42 -	4 - Bruselas	13.09.91
27.59.38 -	16 - Gotemburgo	08.08.95
28.01.15 -	3 - Fadura	02.05.93
28.02.10 -	6 - Bruselas	28.08.92 (10)
28.03.9 -	1 - Pontevedra	08.07.95
28.05.07 -	17 - Oslo	06.07.91
28.10.27 -	1 - Barcelona	03.08.91
28.13.14 -	9 - Tokio	26.08.91 (14)
28.15.98 -	1 - Maia	04.07.92 (15)
28.16.06 -	10 - Split	27.08.90
28.17.2 -	2 - Cáceres	08.04.95 (17)

Marcas 1/2 maratón

1h.01.20 -	9 - South Shields	20.09.92
1h.01.26 -	1 - Vigo	18.04.93
1h.01.36 -	17 - Kosice	04.10.97
1h.02.28 -	1 - Azcoitia-Azp.	28.03.99
1h.02.45+ -	Boston	20.04.98
1h.02.47 -	8 - Palma Mall.	29.09.96 (6)

Marcas Maratón

2h.07.54 -	2 - Rotterdam	20.04.97
2h.12.15 -	7 - Seúl	26.10.97
2h.12.34 -	7 - Boston	20.04.98
2h.12.58 -	10 - Rotterdam	21.04.02
2h.13.23 -	5 - Budapest	22.08.98
2h.13.40 -	6 - Munich	11.08.02
2h.15.48 -	21 - Londres	16.04.00
2h.16.22 -	20 - Rotterdam	04.04.04 (8)

Campeón de España Absoluto

10000m 1989 (28.54.34), 1991(28.10.27), 1993(28.25.53)
1995 (29.29.15), 1996 (27.49.10)

1/2 Maratón 1992 (1h.04.13), 2003 (1h.04.40)



Campeón de España Promesa

5000m 1986 (14.13.41), 1987 (14.19.37),1988(14.12.07)

3000m st. 1987 (8.54.39)

Campeón de España de Cross:

Absoluto 1989-1995, Promesa 1986-87-88,Juvenil 1984

Campeonato de Europa de Cross

1995 (Anlwick) - Medalla de plata (Oro por equipos)

1994 (Anlwick) Plata por equipos

Campeonato del Mundo de Cross

1986 - Neuchatel - junior 8º (1º europeo)

1989 (Stavanger) - 6º (2º europeo)

1990 (Aix les-Bains), 1991 (Amberes), 1995 (Durham) Bronce por equipos

Campeonatos de Europa de Maratón

1998 (Budapest) - 5º (2h.13.23) Plata por equipos

2002 (Munich) - 6º (2h.13.40) Oro por equipos

Campeonato Mundo Junior

1986 (Atenas) 5000m

Medalla de plata (13.55.94)

Campeonato del Mundo de Medio maratón

1996 (Palma de Mallorca) 8º con 1:02:47 (Plata por equipos)