

José ALONSO

Vendrell, Tarragona, 12.02.57 - 1.83m/73kg
50 veces internacional absoluto (1976 - 1991) y 9 veces junior (1974-78)

HISTORIAL NACIONAL

Campeón de España (400m vallas)

- a) absoluto 1977 (51.3), 1978 (50.71), 1980 (50.52), 1984 (50.72),
1985 (49.65), 1986 (49.98), 1987 (49.63), 1988 (50.25),
1989 (49.72), 1990 (49.93)
b) junior 1976 (52.9)
c) juvenil 1975 (54.1)
d) universitario 1977 (53.5)

Campeón de España absoluto de 400m (pista cubierta)

- 400m 1985 (47.79) - 1987 (47.02) - 1988 (47.43) - 1990 (47.80)

HISTORIAL INTERNACIONAL

JJOO	1984 - Los Ángeles	400m vallas (e6/abandono)
	1988 - Seul	400m vallas (6s1/49.57)
CM	1983 - Helsinki	400m vallas (6s2/49.91)
	1987 - Roma	400m vallas (8 ^o /49.46); 4x400m (8s1/3:06.41)
CE	1978 - Praga	400m vallas (7 ^o /50.19)
	1982 - Atenas	400m vallas (8s1/51.00)
	1986 - Stuttgart	400m vallas (6 ^o /50.30); 4x400m (5 ^o /3:04.12)
	1990 - Split	400m vallas (7 ^o /49.77)
CpE	1977 - Varsovia	SF - 400m vallas (5 ^o /53.62)
	1981 - Varsovia	SF - 400m vallas (2 ^o /50.7)
	1981 - Atenas	B - 400m vallas (1 ^o /51.68)
	1983 - Praga	B - 400m vallas (1 ^o /49.75); 4x400m (5 ^o /3:05.92)
	1985 - Budapest	B - 400m vallas (1 ^o /49.69); 4x400m (1 ^o /3:04.04)
	1987 - Praga	A - 400m vallas (3 ^o /50.15); 4x400m (6 ^o /3:04.43)
	1989 - Gateshead	A - 400m vallas (5 ^o /50.20); 4x400m (5 ^o /3:04.71)
JlberA	1983 - Barcelona	400m vallas (1 ^o /50.08)
	1986 - La Habana	400m vallas (1 ^o /49.96); 4x400m (1 ^o /3:08.54)
	1988 - Ciudad de México	400m vallas (1 ^o /49.2); 4x400m (abandono)
JMed	1983 - Casablanca	400m vallas (1 ^o /50.96); 4x400m (3 ^o /3:06.54)
	1987 - Latakia	400m vallas (1 ^o /49.93)
Westh.	1976 - Viena	400m vallas (2 ^o /51.33)
	1978 - Sittard	400m vallas (3 ^o /50.7)
	1980 - Winterthur	400m vallas (4 ^o /51.06)
	1982 - Dublín	4x400m (3 ^o /3:08.160)
	1986 - Barcelona	400m vallas (1 ^o /50.16); 4x400m (1 ^o /3:07.22)
	1988 - Bruselas	400m vallas (2 ^o /51.24); 4x400m (1 ^o /3:07.72)
	1990 - Kapfenberg	400m vallas (1 ^o /50.74)
CpM	1989 - Barcelona	400m vallas (5 ^o /50.09)
CMpc	1991 - Sevilla	4x400m (4e1/3:10.92)
CEpc	1985 - Atenas	400m (3 ^o /46.52)
	1986 - Madrid	400m (2 ^o /47.12)
	1987 - Lievin	400m (6s2/47.79)
	1988 - Budapest	400m (5e3/47.84)
CE-j	1975 - Atenas	400m vallas (3 ^o /51.57)
...		
Otros	1978 - Atenas	BEL-ESP-GRE - 400m vallas (4 ^o /51.66)
	1978 - Venecia	ITA-POL-ESP - 400m vallas (1 ^o /51.04)
	1978 - Barcelona	400m vallas (2 ^o /53.69); 4x400m (2 ^o /3:15.51)
	1979 - San Sebastián	ESP-ITA-GBR (pc) 400m (3 ^o /48.3)
	1980 - Madrid	ESP-POL - 400m vallas (3 ^o /50.77)
	1980 - Barcelona	ESP-GRE-BEL - 400m vallas (1 ^o /51.4)
	1982 - Londres	GBR-ESP-JPN-KEN - 400m vallas (2 ^o /50.55); 4x400m (3 ^o /3:06.97)
	1982 - Vigo	ESP-ITA-POR - 400m vallas (1 ^o /50.83); 4x400m (1 ^o /3:08.60)
	1984 - Gateshead	ING-ESP-SWE - 400m vallas (3 ^o /50.9); 4x400m (4 ^o /3:08.24)
	1984 - Stgo. de Compostela	ESP-FIN-POR-Galicia - 400m vallas (1 ^o /50.61); 4x400m (1 ^o /3:07.79)
	1985 - Turín	ITA-ESP-URS (pc) 400m (2 ^o /47.07)
	1985 - Helsinki	FIN-ESP-HUN-ITA - 400m vallas (1 ^o /50.26); 4x400m (1 ^o /3:04.67)
	1986 - Madrid	ESP-GBR (pc) 400m (1 ^o /47.88)
	1986 - Mónaco	FRA-ESP-ITA-POL - 400m vallas (1 ^o /49.55); 4x400m (4 ^o /3:08.16)
	1987 - Génova	ITA-ESP-BUL (pc) 400m (3B/47.90)
	1990 - Milán	ITA-ESP-CUB-FRA-KEN-TCH-URS-USA - 400m vallas (6 ^o /50.94)
	1991 - París	FRA-ESP-ITA-URS-GER-GBR (pc) 4x400m (4 ^o /3:10.69)

Progresión

Años		400m vallas	110m vallas	200m	400m	Otras marcas
1974	Vallehermoso	57.3 (52)	16.1 (50)			1.83 (89)
1975	Vallehermoso	51.57 (2)	14.8 (8)	22.1 (26)	49.6 (25)	11.1 (95)
1976	Vallehermoso	50.6 (1)	14.6 (7)			51.17 eléctrico (1) - 10.8 (23) - 6.61 (91)
1977	Vallehermoso	51.2 (1)	15.3 (17)		49.0 (24)	51.48 eléctrico (1) - 14.5w
1978	A.T. Ejército	50.19 (1)	14.7 (8)		49.2-i	14.95 eléctrico - 6.64 (84) - 11.20 (184) ps
1979	A.T. Ejército	51.5 (6)	14.7 (6)		48.1-i	
1980	Vallehermoso	50.1 (1)	14.96 (8)		49.4 (6)	50.46 eléctrico (1)
1981	ADAS B.O.	49.81 (1)		21.83 (7)		11.15 (86)
1982	MAM Producción	50.02 (1)		22.7 (102)	47.20 (4)	
1983	MAM Producción	49.75 (2)		22.14 (29)	46.92 (4)	
1984	Independiente	49.94 (1)				
1985	C.N. Barcelona	49.39 (1)		21.52 (10)	46.90 (4)	46.52-i
1986	F.C. Barcelona	49.45 (1)		21.7-i	47.06 (4)	21.99-i - 10.6w
1987	Larios A.A.M.	49.00 (1)		22.40 (68)	47.44 (7)	22.1-i - 47.02-i
1988	Larios A.A.M.	49.2 (1)		22.33-i	47.43-i	49.48 eléctrico (1)
1989	Santiveri	49.72 (1)		21.6 (25)	47.62 (8)	
1990	Santiveri	49.77 (1)		22.25w	47.14 (6)	otra versión 47.13
1991	Santiveri	52.17 (7)			47.94-i	

Otras marcas personales

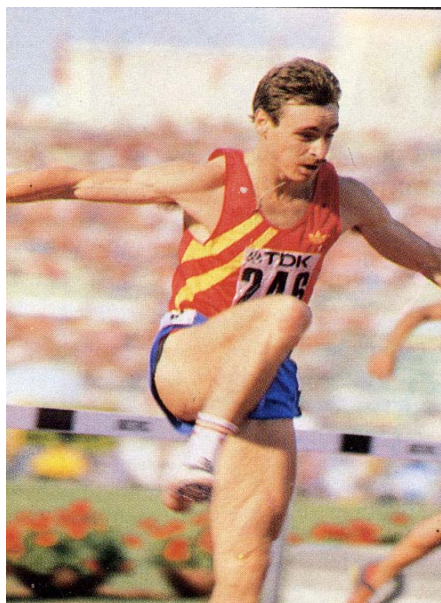
100m	10.8 - Madrid - 02.10.76
200m	21.52 - Salamanca - 28.06.85
110m vallas	14.6 - Brescia - 07.08.76
	14.5w - Lisboa - 21.05.77
	14.95 - Barcelona - 20.05.78

Récords de España absolutos (aire libre)

400m vallas	50.27 - Praga - 29.08.78
	50.19 - Praga - 31.08.78
	49.81 - Madrid - 22.07.81 (1ª versión 49.82)
	49.54 - Madrid - 14.06.85

Récords de España absolutos (pista cubierta)

400m	46.52 - Atenas - 03.03.85
4x400m	3.10.69 en 1991



49.39 - Manresa - 03.07.85
 49.36 - Zurich - 19.08.87
 49.00 - Roma - 31.08.87
 200m vallas 23.60 - Madrid - 25.04.82
 4x400m 3.04.04 en 1985

Mejores marcas por edades (hasta 22 años)

400m vallas de 18/20 años en 1975, de 19/21 en 1976, de 21-22 en 1978

Puestos anuales en ranking mundial y europeo (entre los 100 primeros del mundo) - 400m vallas

1976 - 50.6 (59-M y 23-E) y en junior 4-M y 2-E
 1978 - 50.19 (36-M y 16-E)
 1980 - 50.1 (48-M y 24-E)
 1981 - 49.81 (22-M y 12-E)
 1982 - 50.02 (36-M y 14-E)
 1983 - 49.75 (33-M y 16-E)
 1984 - 49.94 (52-M y 22-E)
 1985 - 49.39 (22-M y 6-E)
 1986 - 49.45 (27-M y 10-E)
 1987 - 49.00 (17-M y 7-E)
 1988 - 49.2 (22-M y 7-E)
 1989 - 49.72 (30-M y 10-E)
 1990 - 49.77 (33-M y 12-E)

Nota 1: En 1975 con 51.57 fue 6-M y 3-E en el ranking junior

Nota 2: Con 49.00 en 1987 fue 50-M y 20-E en el all-time (logrando la m.m.mundial de la categoría +30)

Todas sus marcas sub 51:00

49.00	4s2	WC	Roma, ITA	31/08/1987
49.36	2B	WK	Zúrich, SUI	19/08/1987
49.39	2	CdMn	Manresa	03/07/1985
49.42	3h5	WC	Roma, ITA	30/08/1987
49.45	2s1	EC	Stuttgart, GER	27/08/1986
49.46	8	WC	Roma, ITA	01/09/1987
49.48	4	Com	Madrid	07/06/1988
49.49	4	Athl	Lausana, SUI	15/09/1987
49.54	1	Gal	Madrid	14/06/1985
49.4 m	1		Madrid	20/08/1985
49.55	1	4N	Mónaco, MON	05/07/1986
49.57	6s1	JJOO	Seúl, KOR	24/09/1988
49.59	1A	CdB	Barcelona	13/07/1988
49.63	4B	WK	Zúrich, SUI	13/08/1986
49.63	1	CE	Barcelona	15/08/1987
49.65	1	CE	Gijón	03/08/1985
49.68	1	Com	Madrid	04/06/1985
49.69	1	ECp/B	Budapest, HUN	10/08/1985
49.72	1	CE	Barcelona	13/08/1989
49.6 m	1		Madrid	11/07/1987
49.75	1	ECp/B	Praga, CZE	20/08/1983
49.77	7	EC	Split, YUG	29/08/1990
49.79	6	Athl	Lausana, SUI	02/09/1986
49.81	1		Madrid	22/07/1981 *
49.82	2	CdMn	Manresa	26/06/1986
49.7 m	2	CE	San Sebastián	23/07/1983
49.89	5	NB	Granada	17/06/1989
49.91	6s2	WC	Helsinki, FIN	08/08/1983
49.91	2	CdMn	Manresa	01/07/1987
49.92	4s1	EC	Split, YUG	28/08/1990
49.93	1	JM	Latakia, SYR	21/09/1987
49.93	6	CdB	Barcelona	16/07/1990
49.93	1	CE	Jerez de la Frontera	12/08/1990
49.94	4	Nik	Niza, FRA	20/08/1984
49.95	7	WK	Zúrich, SUI	24/08/1983
49.96	6A	ASV	Colonia, GER	25/08/1985
49.96	1	IbAm	La Habana, CUB	28/09/1986
49.97	2B	WK	Zúrich, SUI	17/08/1988
49.98	1	CE	Madrid	03/08/1986
50.01	4B	WK	Zúrich, SUI	22/08/1984
50.02	3B		Milán, ITA	07/07/1982
50.03	1s2	CE	Madrid	02/08/1986
50.03	3h1	EC	Stuttgart, GER	26/08/1986
50.03	3	Herr	La Coruña	05/08/1987
50.03	3A	Athl	Lausana, SUI	24/06/1988
50.04	1	GPG	Guecho	09/07/1988
50.08	1		Madrid	24/06/1981
50.08	1	IbAm	Barcelona	24/09/1983
50.09	3	CdLC	La Coruña	06/08/1986
50.09	2	CdB	Barcelona	12/07/1989
50.09	5	WCp	Barcelona	08/09/1989
50.11	2	MAM	Madrid	13/07/1983
50.13	6A	BGP	Budapest, HUN	11/08/1986
50.0 m	1	TF1	Madrid	14/07/1984
50.15	3	ECp/A	Praga, CZE	27/06/1987
50.15	5	Herr	La Coruña	26/07/1990
50.16	1	WA	Barcelona	14/06/1986

50.16	3A	Dip	Sevilla	01/06/1988
50.19	7	EC	Praga, CZE	31/08/1978
50.19	5	Athl	Lausana, SUI	14/07/1981
50.20	5	ECp/A	Gateshead, GBR	05/08/1989
50.21	1	TF1	Madrid	18/07/1981
50.21	3h3	JJOO	Seúl, KOR	23/09/1988
50.1 m	1		Madrid	17/09/1980
50.25	1	CE	Vigo	14/08/1988
50.26	1	4N	Helsinki, FIN	24/07/1985
50.27	2h4	EC	Praga, CZE	29/08/1978
50.30	2	ECpC	Lisboa, POR	01/06/1986
50.30	6	EC	Stuttgart, GER	28/08/1986
50.30	2B	Athl	Lausana, SUI	12/07/1990
50.32	2s1	EC	Praga, CZE	30/08/1978
50.2 m	1		Madrid	06/09/1980
50.35	4	ISTAF	Berlin, GER	20/08/1982
50.35	8	BGP	Budapest, HUN	06/07/1987
50.35	5		Londres, GBR	13/09/1987
50.36	2h4	EC	Split, YUG	27/08/1990
50.44	6	Dip	Sevilla	20/06/1989
50.3 m	1		Madrid	10/09/1980
50.46	2	ECpC	Madrid	24/05/1980
50.47	5		Potsdam, GER	21/07/1984
50.48	5	Com	Madrid	09/06/1989
50.49	1	TF1	Madrid	09/07/1983
50.52	1	CE	Madrid	23/08/1980
50.52	2		Sao Paulo	21/09/1986
50.53	3h2	WC	Helsinki, FIN	07/08/1983
50.54	2		San Sebastián	22/06/1980
50.55	2	4N	Londres, GBR	17/07/1982
50.60	4		Milán, ITA	08/07/1981
50.61	2	BH	Zagreb, YUG	05/06/1980
50.61	2	CdB	Barcelona	10/06/1982
50.61	1	3N+R	Santiago de Compostela	08/09/1984
50.63	3	NB	Granada	16/05/1987
50.66	1	LN	Fuenlabrada	16/06/1985
50.67	5	CdV	Vigo	30/06/1989
50.71	1	CE	Madrid	30/07/1978
50.72	1	CE	Barcelona	30/06/1984
50.72	5	NB	Granada	26/05/1990
50.73	3	Villa	Madrid	29/05/1984
50.74	1	WA	Kapfenberg, AUT	23/06/1990
50.6 m	2	CE	Madrid	29/06/1976
50.77	3	vPOL	Madrid	17/05/1980
50.79	2h1	JM	Latakia, SYR	20/09/1987
50.80	1r1	ECpC	Lisboa, POR	05/06/1988
50.81	3B	OT	Berlin, GER	20/07/1984
50.83	1	3N	Vigo	15/08/1982
50.7 m	1	GP	Madrid	04/07/1976
50.7 m	3	WA	Sittard, NED	17/06/1978
50.7 m	2	ECp/sf	Varsovia, POL	04/07/1981
50.7 m	1	Cult82	La Coruña	12/06/1982
50.85	1		Madrid	23/06/1982
50.85	1		Sabadell	02/09/1989
50.86	7	Dip	Sevilla	30/05/1990
50.87	3	Com	Madrid	09/06/1990
50.94	7	Expo	Jerez de la Frontera	13/09/1989
50.94	6	8N	Milán, ITA	05/06/1990
50.8 m	1	GP	Madrid	12/06/1976
50.8 m	1		Madrid	05/07/1976
50.8 m	2		Sadrijdervi, FIN	25/06/1978
50.8 m	2	LN	Madrid	07/06/1981
50.95	7h2	EC	Atenas, GRE	06/09/1982
50.96	1	JM	Casablanca, MAR	12/09/1983
50.99	3	FISU	Turín, ITA	01/06/1980
51.00	8s1	EC	Atenas, GRE	07/09/1982

* En resultados oficiales se dió 49.82 y, posteriormente, se corrigió en una centésima.

49.2 mA (49.20d)	1	lbAm	Ciudad de México	24/07/1988
50.5 mA (50.47d)	2h2	lbAm	Ciudad de México	24/07/1988