

Manuel Carlos GAYOSO (01.01.44 Pontevedra) - 1,76m/65kg



Año	200m	400m	800m	400m vallas	Otras marcas
1962 -			1.57.5 (25)		4.04.4 (21)
1963 -	23.1 (45)	49.4 (11)	1.54.2 (10)	55.9 (7)	10.9 (12) - 4.04.8 (39)
1964 -	22.4 (14)	48.8 (4)	1.54.4 (19)	53.0 (1)	11.0 (31) - 3.57.8 (14)
1965 -	22.2 (8)	49.6 (9)		52.4 (1)	24.8 (1) 200 m.v.
1966 -	22.1 (6)	47.3 (1)	1.52.4 (7)	51.3 (1)	6,43 (88)
1967 -	22.5 (16)	47.9 (3)	1.52.0 (7)	52.6 (1)	24.9 (2) 200m.v.
1968 -	22.0 (5)	47.0 (2)		52.0 (1)	
1969 -	21.5 (5)	46.2 (1)			
1970 -	sin actividad				
1971 -	21.8 (11)	47.2 (2)			
1972 -		50.0 (28)	1.47.2 (2)		
1973 -	22.2 (29)	47.0 (1)	1.50.6 (11)		47.11 eléctrico
1974 -	22.1 (23)	47.59 (2)	1.52.3 (17)		
1975 -		47.5 (4)	1.47.93 (2)		
1976 -		48.0 (6)	1.56.5 (78)		
1977 .	22.3 (34)	49.1 (27)			
1978 -	22.5 (59)	50.6 (8)			
1979 -		50.2 (61)			

43 veces internacional absoluto (1963-1975) y 3 veces junior (1964-1965)

Récords de España absolutos (aire libre)

400m	47.4 - Madrid - 15.09.66
	47.4 - Madrid - 17.09.66
	47.3 - México D.F. - 20.10.66
	46.2 - Madrid - 07.06.69
600m	1.19.1 - La Coruña - xx.05.71 (día desconocido)
200m v.	24.8 - Madrid - 19.09.65
400m v.	53.7 - La Coruña - 09.08.64
	53.3 - Madrid - 20.09.64
	53.0 - Madrid - 04.10.64
	52.7 - Salónica - 01.08.65

Récords de España absolutos (p.cubierta)

400m	47.5 Madrid 11.04.69
500m	1.04.6 Madrid 10.01.70
	1.03.8 La Coruña 22.03.71 (mejor marca europea)
	1.03.7 Madrid 29.01.72 (mejor marca europea)
	1.03.0 La Coruña 04.03.72 (mejor marca europea)
800m	1.50.15 Grenoble 11.3.72

52.4 - Madrid - 15.08.65

52.4 - Hagen - 03.10.65

52.3 - Madrid 10.07.66

52.1 - Madrid - 18.09.66

51.3 - Berna - 25.09.66

53.66 - Túnez - 15.09.67 (primera marca eléctrica conocida)

4x200m 1.29.4 y 1.28.6 en 1965

4x400m 3.11.6 y 3.10.1 en 1966, 3.07.4 en 1969

Juegos Mediterráneos (1967 - Túnez)

400m vallas Medalla bronce (53.97)

Mejores marcas españolas por edades (hasta 22 años)

400m de 22 años en 1966

400m v. de 20/22 años en 1964, de 21-22 en 1965, de 22 en 1966

M.m. categoría +35

400m 50.2 en 1979

Puestos anuales en el ranking mundial y europeo (entre los 100 primeros del mundo)

1965 - 400m v. 52.4 (91-M y 42-E)

1966 - 400m v. 51.3 (41-M y 20-E)

1969 - 400m 46.2 (28-M y 7-E) // En el all-time hasta 1969 es 30-E

1972 - 800m 1.47.2 (44-M y 22-E)

1975 - 800m 1.47.93 (90-M y 49-E)

Marcas

400m	46.2	2	Madrid	07.06.69	400m v.	51.3	1	Berna	25.09.66
	46.4	1	Madrid	19.07.69		51.9	3	México D.F.	18.10.66
	46.8	1	Madrid	11.05.69		52.0	2	La Coruña	21.07.68
	46.8	1	Madrid	05.07.69		52.1	1	Madrid	18.09.66
	46.9	1	Atenas	14.06.69		52.2	1	Oslo	29.08.68
	47.11	5	Celje	04.08.73		52.3	2	Madrid	10.07.66
	47.0	2	Oslo	28.08.68		52.3	1	Madrid	08.09.68
	47.0	1	Madrid	30.07.73		52.4	1	Madrid	15.08.65
	47.1	1	Madrid	07.09.68		52.4	1	Hagen	03.10.65
	47.2	1	Madrid	25.05.71 (10)		52.4	1h2	Madrid	18.09.66 (10)
	47.3	1	México D.F.	20.10.66		52.6	2	La Coruña	16.07.67
	47.3	1	Madrid	13.07.68		52.7	3	Salónica	30.07.65
	47.3	1	Madrid	03.10.71		52.8	1	Copenhague	10.09.66
	47.4	1	Madrid	15.09.66		52.8	1	Madrid	14.07.68
	47.4	1h1	Madrid	17.09.66		53.0	1	Madrid	04.10.64
	47.4	2	La Coruña	17.08.68		53.1	2	Viena	16.07.66
	47.4	2h3	Madrid	13.06.73		53.2	2	Bruselas	20.08.66
	47.59	3	Ginebra	24.08.74		53.3	1	Madrid	20.09.64
	47.5	2	La Coruña	20.07.68		53.3	1	Lisboa	28.07.68
	47.5-i	1c2	Madrid	11.04.69 (20)		53.5	2	Atenas	25.06.67 (20)
	47.5	1h1	Roma	17.05.69		53.5/53.66	1h2	Túnez	15.09.67
	47.5		Madrid	20.08.75		53.6	1	Bilbao	23.06.68
	47.6	8s2	Atenas	17.09.69		53.7	2	La Coruña	09.08.64
	47.7	1	Turku	02.07.69		53.8	1	Atenas	27.09.64
	47.7	1h2	Esmirna	13.10.71		53.8	1	Madrid	11.06.67
	47.7	6	Esmirna	14.10.71		53.9/53.97	3	Túnez	16.09.67 (26)
	47.8	3	Helsinki	01.07.69					
	47.8-i	4	Berlin	13.02.71					
	47.8	1	Madrid	27.06.73					
	47.9	1	Berna	24.09.66 (30)					
	47.9	3	Bayona	12.08.67					
	47.9	3	Madrid	12.06.71 (32)					
800m	1.47.2	3	Helsinki	26.07.72					
	1.47.5	3A	Oslo	04.07.72					

Otras marcas personales

100m - 10.9 Vigo 08.09.63

200m - 21.5 Madrid 06.07.69

1500m - 3.57.8 Madrid 12.04.64

1.47.52	3h6	Munich	31.08.72
1.47.73	5s3	Munich	01.09.72
1.47.9	2	Madrid	08.07.72
1.47.9	5	Viareggio	11.08.72
1.47.93	4	Lisboa	15.06.75
1.48.2	1	Barcelona	18.06.72
1.48.3	2	S.Sebastián	03.08.75
1.48.47	1A	Munich	15.08.72 (10)

Campeón de España absoluto (individual)

400m vallas - 1964 (53.3), 1965 (54.1)
1966 (52.1), 1968 (52.8)
400m - 1968 (47.3), 1969 (46.8)

Campeón de España juvenil en 1962

800m (2.00.2), 1500m (4.11.6)

Campeón de España universitario en 1964

1500m (4.01.3)