

José Luis SÁNCHEZ Paraíso (21.07.42 Lagunilla, Salamanca - + 18.07.2017) - 1,70m/70kg

Año -	100m	200m	400m	Longitud
1960 -	11.1 (24)			
1961 -	10.8 (7)	22.1 (5)	52.3 (56)	6,55 (27)
1962 -	10.7 (3)	22.0 (4)	51.3 (34)	6,44 (51)
1963 -	10.6 (1)	21.6 (1)	50.6 (18)	6,35 (74)
1964 -	10.5 (2)	21.6 (2)	51.4 (47)	7,10 (7) 10.2w
1965 -	10.4 (1)	21.5 (1)		6,84 (11)
1966 -	10.4 (1)	21.3 (1)		7,08 (8)
1967 -	10.4 (1)	21.6 (3)		6,94 (11)
1968 -	10.3 (1) vnm	21.3 (2)		6,90 (14) 10.69 eléctrico (1) // y en all-time 44-E
1969 -	10.4 (1)	21.2 (1)		6,74 (36)
1970 -	10.3 (1)	21.3 (3)	50.8 (54)	6,64 (47) 4.973 (24) dec
1971 -	10.3 (1)	21.0 (2)		6,70 (63) 21.60 eléctrico (2)
1972 -	10.4 (1)	21.0 (3)		6,80 (35) 10.79 eléctrico (1)
1973 -	10.3 (1)	21.3 (3)		6,57 (100) 10.83 eléctrico (1)
1974 -	10.4 (3)	21.5 (6)		10.80 eléctrico (4)
1975 -	10.5 (5)	21.3 (4)		6,68 (80) 10.4w
1976 -	10.3 (1)	21.6 (11)		6,69 (72) 10.2w
1977 -	10.3 (2)	21.0 (2)		6,88 (35) (En 100m 1º Carbonell 10.49)
1978 -	10.6 (7)	21.9 (15)		
1979 -	10.60 (3)	21.84 (15)		6,85 (51) 21.76w
1980 -	10.67 (7)			
1981 -	10.6 (14)			6,74 (83)

72 veces internacional absoluto (1961-1980) - Nota: Sólo superado por Manuel Martínez (84)

2 veces internacional junior (1961-1962)



Récords de España absolutos (aire libre)

100m-mn.	10.4 - Zamora - 02.10.65
	10.4 - Valladolid - 07.05.66
	10.4 - Zamora - 05.06.66
	10.4 - La Coruña - 08.07.67
	10.4 - Zamora - 22.06.68
	10.4 - Zamora cA - 22.08.68
	10.4 - Zamora cB - 22.08.68
	10.4 - Salamanca - 23.09.68
	10.4 - Salamanca - 24.05.69
	10.4 - Salamanca - 12.10.69
	10.4 - Madrid - 27.05.70
	10.3 - Madrid - 30.05.70
	10.3 - Salamanca - 09.06.71
	10.3 - Madrid - 10.07.71 (h3)
	10.3 - Madrid - 10.07.71 (s1)
	10.3 - Madrid - 23.06.73 (h1)

Récords de España absolutos (pista cubierta)

50m (dudoso que sean tiempos eléctricos totalmente automáticos):	
	5.88/5.93 - Madrid 4h3 - 09.03.68
	5.83/5.88 - Madrid 5s1 - 09.03.68
60 yardas (54,86m):	
	6.3 - Lyon 3c1 - 25.02.67
	6.3 - Lyon 3c2 - 25.02.67
4x200m :	1.28.9 en 1974
Otras marcas personales	
50m (p.c.)	5.97 - Madrid - 18.01.75
	5.7 - Madrid - 11.02.67
60m (p.c.)	6.87 - Madrid - 31.01.76
	6.6 - Madrid - 31.01.70
400m (a.l.)	50.6 - Zamora - 27.10.63
Longitud (a.l.)	7,10 - Sevilla - 12.10.64

10.3 - Madrid - 23.06.73 Decathlon 4.973 - Salamanca - 11.10.70

10.3 - Madrid - 28.06.76

10.3 - Barcelona - 15.05.77

Nota 1: Su primer 10.3 -en 1968- no fue homologado como récord, aunque lideró el ranking anual federativo y figuró en el ranking mundial (viento no medido, carrera disputada a las 20,30h, el sol se puso a las 20,10h):

10.3 - Zamora - 24.08.68

Nota 2: Tampoco se homologó esta otra marca:

10.3 - Salamanca - 23.09.73

100m-el. 10.69 - México D.F. - 13.10.68

Nota: Hay dos marcas anteriores con dudas sobre si el cronometraje fue eléctrico (y luego redondeado en décimas):

10.9e? - Budapest - 30.08.66

10.5e? - Bruselas - 19.06.71

200m-mn. 21.6 - Madrid - 06.07.63

21.6 - Madrid - 03.05.64

21.3 - París - 09.06.66 (h1)

21.3 - París - 09.06.66

21.3 - Madrid - 10.07.66

200m-el. 21.60 - Helsinki - 12.08.71

Nota 1: Hay dudas de que el 21.3 de L.Sarria en Bruselas (20.06.71), fuera eléctrico (y luego redondeado en décimas).

Nota 2: Marca anterior -de J.L.Sánchez P.- con dudas sobre si el cronometraje fue eléctrico (y luego redondeado en décimas):

21.6e? - Budapest - 01.09.66

4x100m 41.8 en 1963, 41.4 en 1964, 41.1 en 1965, 41.0-40.8 en 1966, 41.45 y 40.8 en 1967, 40.6 en 1968, 40.6 en 1969, 40.5-40.2 en 1970, 40.73-40.69 y 39.9-39.7 en 1972, 40.30 en 1973, 40.17-40.01-39.87 en 1974 y 39.55 en 1976.

Mejores marcas por edades (hasta 22 años):

100m de 19 años en 1961, de 21-22 en 1963

200m de 19 años en 1961, de 21-22 en 1963, de 22 en 1964

Mejores marcas por categorías (+35, preveteranos hasta 2004, veteranos desde 2005)

100m 10.6 en 1978, 10.5 manual y 10.60 eléctrico en 1979

200m 21.9 en 1978, 21.84 en 1979 (esta marca podría haber sido la mejor europea +35 hasta 1987, al ser batida por Mennea)

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

100m Nota: Siempre se trata de puestos ex-aequo

1965 - 10.4 (52-M y 30-E)

1966 - 10.4 (45-M y 27-E)

1967 - 10.4 (65-M y 37-E)

1968 - 10.3 (56-M y 20-E)

1969 - 10.4 (92-M y 57-E)

1970 - 10.3 (34-M y 20-E)

1971 - 10.3 (49-M y 28-E)

1973 - 10.3 (55-M y 32-E)

Marcas 100m - Nota: Ver en récords nacionales las marcas de 10.3 (10) y 10.4 (11). Continuación:

10.4 - 4 - Madrid 28.08.71 (22)

10.4 - 1 - Salamanca 11.05.72

10.4 - 3h4 - Madrid 10.06.72

10.4 - 1h4 - Madrid 13.06.73

10.4 - - Salamanca 05.04.74

10.4 - - Madrid 08.06.74

10.4 - 2 - Madrid 20.07.74

10.4 - 2 - Madrid 02.07.77 (29)

10.60 - 3 - Barcelona 28.07.79

10.67 - 2 - Madrid 08.06.80

10.69 - 7h9 - México D.F. 13.10.68

10.72 - 5 - Ginebra 30.06.79 (33)

10.2w - 1 - Zamora 07.05.64 v.no med.

10.2w - 2h4 - Madrid 27.06.76 5,5

10.4w - 1 - Madrid	11.07.71	2,3
10.4w - 1s1 - Madrid	19.07.74	
10.4w - - Salamanca	04.05.75	
10.60w - 1 - Barcelona	11.08.79	3,0
10.63w - 3 - Bruselas	16.06.79	2,6

Marcas 200m

21.0 - 1 - Salamanca	05.06.71	
21.0 - 1 - Salamanca	30.07.71	
21.0 - 1 - Salamanca	30.07.72	
21.0 - 2 - Madrid	25.06.77	
21.2 - 1 - Salamanca	31.08.69	
21.2 - 2 - Viareggio	26.07.71	
21.3 - 1h1 - París	09.06.66	
21.3 - 4 - París	09.06.66	
21.3 - 1 - Madrid	10.07.66	
21.3 - .h - México D.F.	05.10.68	(10)
21.3 - 3 - Madrid	27.05.70	
21.3 - 2h1 - Madrid	13.07.72	
21.3 - 1h2 - Madrid	30.09.72	
21.3 - - Madrid	27.06.73	
21.3 - - Madrid	07.06.75	
21.3 - 1 - Madrid	20.07.75	(16)
21.60 - 5h1 - Helsinki	12.08.71	(17)

Campeón de España absoluto (aire libre, individual)

100m	1963 (11.0), 1964 (10.6), 1965 (10.6), 1966 (10.7), 1971 (10.4w), 1972 (10.6), 1973 (10.5) 1979 (10.60w)
200m	1962 (22.2), 1964 (21.7), 1965 (22.0), 1966 (21.6)

Campeón de España junior

100m	1962 (10.8), 1963 (10.9)
200m	1963 (22.0)

Campeón de España absoluto (pista cubierta)

50m	1967 (5.7), 1968 (5.8)
60m	1972 (6.7)

Campeón de España Universitario

100m	- 1962 (11.1), 1963 (10.6), 1964 (10.6), 1965 (10.6), 1966 (10.9) y 1967 (10.8)
200m	- 1962 (22.7), 1963 (22.4), 1964 (21.6), 1965 (22.2), 1966 (21.7) y 1968 (21.9)

Juegos Olímpicos

1968 Ciudad de México	100m	10.6 (7e9)
1972 Munich	4x100m	ab (e4)
1976 Montreal	4x100m	desc (s2)

Campeonato de Europa al Aire Libre

1996 Budapest	100m	10.9 (5e5)	200m	21.6 (5e2)
1971 Helsinki	100m	10.9 (5e2)		
1974 Roma	4x100m	39.87 (6)		

Campeonato de Europa en pista cubierta

1967 Praga	50m	5.8 (2e1)
1968 Madrid	50m	5.9 (4e3)

Juegos Mediterráneos - 1967 (Túnez)

1963 Nápoles	100m	11.2 (5e1)	200m	22.4 (3e2)
1967 - Túnez	100m	10.9 (5)	4x100m	41.6 (2)
1975 - Argel	100m	11.08 (5e1)	4x100m	40.46 (3)