

Miriam Alonso

Nació en Ulm - Alemania 06.06.70; 1,68/52 Kg

Entrenador: Manuel Pascua.

Internacional Absoluto: 20 veces (1990-2001)

- Historial Español

Campeona de España Júnior de 400m v. (1989)

Campeona de España Promesa de 400m v. (1990)

6 Títulos de Campeona de España Absoluta de 400m v. (1992-1993-1994-1995-1997-2000)

- Historial Internacional

JJO	1992 - Barcelona	400m v. (5e4/57.66)
	1996 - Atlanta	400m v. (7e2/56.53)
CM	1993 - Stuttgart	400m v. (6e4/58.62); 4x400m 7e2/3:38.61)
	1995 - Gotemburgo	400m v. (5e3/58.36)
	1997 - Atenas	400m v. (8s1/55.49)
CE	1990 - Split	400m v. (6e2/58.35)
CpE	1993 - Bruselas	1ª D - 400m v. (3ª/58.16)
	1995 - Basilea	1ª D - 400m v. (2ª/58.00)
	1996 - Madrid	Spl - 400m v. (5ª/58.94)
	1997 - Praga	1ª D - 400m v. (2ª/56.63)
CM-j	1986 - Atenas	400m v. (6s2/1:02.21)
CE-j	1987 - Birmingham	400m v. (7s2/1:02.50)
	1989 - Varazdin	400m v. (7ª/1:00.08); 4x400m (8ª/3:42:47)
JMed	1993 - Narbona	400m v. (4ª/58.06)
	1997 - Bari	400m v. (2ª/55.89); 4x400m (3ª/3:31.93)
	2001 - Túnez	400m v. (7ª/59.84); 4x400m (4ª/3:43.14)
IbeA	1990 - Manaos	400m v. (2ª/59:20)
	1992 - Sevilla	400m v. (2ª/57.01)
Univ	1995 - Fukuoka	400m v. (8ª/57.34)
	1997 - Palermo	400m v. (6ª/57.32)
WA	1992 - Bruselas	400m v. (1ª/57.22)
....		
Otros	1992 - Oslo	SWE-ESP-NOR: 400m v. (4ª/58.34)
	1995 - San Sebastián	ESP-POR-RUS: 400m v. (1ª/56.75)
	1996 - Monachil (A)	ESP-POR: 400m v. (1ª/55.45)
	1997 - Lisboa	POR-ESP: 400m v. (1ª/57.24)



Progresión

Año/Edad	Club	200m	400m	Puesto Rank. ESP	400m v.	Puesto Rank. ESP
1986 (16)	Cajasalamanca - U.D.S.	26.33pc	-		-	
1987 (17)	Cajasalamanca - U.D.S.	24.7	-		1:00.08	(7 / 1jr)
1988 (18)	Cajasalamanca - U.D.S.	25.3	-		-	
1989 (19)	Salamanca Atlético	26.14pc	-		58.43	(3 / 1jr)
1990 (20)	A.D.U.S - Iberdrola	25.49	56.93pc		58.14	(2)
1991 (21)	A.D.U.S - Iberdrola	-	-		-	
1992 (22)	A.D.U.S - Iberdrola	24.63	54.69	(8)	56.87	(1) (67M/32E)
1993 (23)	A.D.U.S - Iberdrola	-	-		57.15	(1) (72M/33E)
1994 (24)	Palencia At. Caja España	25.02	55.48	(12)	57.98	(2)
1995 (25)	C.A. Valladolid	25.03/24.59v	55.25pc		56.12	(1) (28M/15E)
1996 (26)	Univ. Salamanca-Sol Fuerza	-	55.97pc		55.45A	(1) (25M/13E)
1997 (27)	Univ. Salamanca-Sol Fuerza	25.14/24.86pc	53.43	(3)	55.49	(1) (25M/11E)
1998 (28)	A.D.U.Salamanca	-	57.68/57.03pc	(34)	59.43	(3)
1999 (29)	A.D.U.Salamanca	-	-		58.23A	(3)
2000 (30)	A.D.U.Salamanca	-	-		57.51	(2)
2001 (31)	A.D.U.Salamanca	-	-		58.21	(2)
2002 (32)	A.D.U.Salamanca	-	-		1:01.16	(7)
2003 (33)	A.D.U.Salamanca	-	1:00.53		-	

Otras marcas:

100m: 12.43 (1992); 800m: 2:14.2 (2002) / 2:12.94pc (1994); 100m vallas: 13.94 (1997); Longitud: 5.71 (1986)

ATLETAS RETIRADOS

Todos sus marcas en 400m vallas sub:1:00.00

55.45A	1	vPOR	Monachil	10.07.1996
55.49	8s1	WC	Atenas, GRE	06.08.1997
55.57	4h2	WC	Atenas, GRE	05.08.1997
55.89	2	JM	Bari, ITA	17.06.1997
56.04	3h3	WUG	Catania, ITA	27.08.1997
56.12	1s1	WUG	Fukuoka, JPN	30.08.1995
56.51A	2		Monachil	09.07.1997
56.53	1	Dip	Salamanca	05.07.1996
56.53	7h2	JJOO	Atlanta, USA	28.07.1996
56.63	2	ECp/B1	Praga, CZE	07.06.1997
56.64	1	NB	Granada-J	29.05.1996
56.74A	1	Crit	Segovia	12.07.1995
56.75	1	3N	San Sebastián-A	19.08.1995
56.84	2h4	WUG	Fukuoka, JPN	30.08.1995
56.85	2	CE	Málaga	29.06.1996
56.89	6	Dip	Sevilla-C	29.05.1997
56.87	1	Dip	Salamanca	13.07.1992
57.01	2	lbAm	Sevilla-C	19.07.1992
57.02	1		Coslada	05.06.1996
57.03	2	Com	Madrid-C	12.06.1996
57.04	1	CE	Salamanca	20.07.1997
57.15	1	LN	Salamanca	27.06.1993
57.16	1h1	CE	Madrid-C	22.07.1995
57.21	1s1	CE	Málaga	28.06.1996
57.22	1	WA	Bruselas, BEL	13.06.1992
57.24	1	vPOR	Lisboa, POR	02.07.1997
57.32	6	WUG	Catania, ITA	29.08.1997
57.33	1	CE	Madrid-C	23.07.1995
57.34	8	WUG	Fukuoka, JPN	31.08.1995
57.51	2		Manresa	24.08.2000
57.53	1	LN	Arganda del Rey	17.06.1995
57.58	1	TF1	Barcelona-S	24.07.1993
57.59	2	Dip	Salamanca	14.07.1997
57.66	5h4	JJOO	Barcelona-O	05.08.1992
57.69A	1		Segovia	28.06.1997
57.69	1	CE	Barcelona-O	03.09.2000
57.73	1	Dip	Salamanca	27.07.1993
57.78	6	Dip	Sevilla-C	03.06.1995
57.79	1		Salamanca	19.05.1996
57.81	1	TF1	San Sebastián-Au	15.07.1995
57.85	1	LN	Valladolid-E	20.05.1995
57.91	2		Maia, POR	10.07.1993
57.93	1e1	CE	Barcelona-O	02.09.2000
57.97	1	TF1	Vitoria	04.07.1992
57.98	1		Vitoria	03.07.1994
58.00	2	ECp/B1	Basilea, SUI	10/06/1995
58.02	1	CdB	Barcelona-O	19.07.1993
58.02	1	Dip	Salamanca	18.07.1995
58.03	1	TF1	Alicante	26.07.1997
58.06	4	JM	Narbona, FRA	19.06.1993
58.14	2	CE	Jerez de la Frontera	12.08.1990
58.16	3	ECp/B	Bruselas, BEL	12.06.1993
58.16	1	LN	Pontevedra	25.05.1997
58.19	1	CE	Valencia-T	28.06.1992
58.20	1	CE	Gandía	04.07.1993
58.21	1	Com	Las Rozas	02.06.1992
58.21	1	LN	Durango	04.05.1997
58.21	2	CE	Valencia-T	22.07.2001
58.23A	2		Monachil	14.08.1999
58.26	6	Dip	Sevilla-C	05.06.1993
58.33	1s1	CE	Valencia-T	27.06.1992
58.34	4	3N	Oslo, NOR	09.06.1992

58.34	1	LN	Valladolid-E	06.05.1995
58.36	5h3	WC	Gotemburgo, SWE	08.08.1995
58.41A	1		Avila	12.08.2000
58.43	2	CE	Barcelona-O	12.08.1989
58.46	1	Noct	Alcalá de Henares	20.06.1992
58.49	1	Dip	Salamanca	22.07.1994
58.55	1h1	CE	San Sebastián-A	16.07.1994
58.58	1	CE	San Sebastián-A	17.07.1994
58.62	6h4	WC	Stuttgart, GER	16.08.1993
58.64	3s2	EC-j	Varazdin, CRO	25.08.1989
58.67	1	Noct	Alcalá de Henares	08.07.2000
58.71A	1	TF1	Soria	29.07.2000
58.73	1		Salamanca	30.05.1993
58.77	1	GPG	Guecho	30.07.1990
58.79	1	TF1	Monzón	23.07.1994
58.79	1	Pri	Andorra, AND	17.09.1994
58.83	2	TF1	Guecho	28.07.1990
58.84	1h1	lbAm	Sevilla-C	18.07.1992
58.89A	1		Soria	16.07.2000
58.91	1		Gijón	31.07.1994
58.94	5	ECp/A	Madrid-C	01.06.1996
58.95	8	CdB	Barcelona-O	25.07.2000
58.98	1	VdG	Getafe	25.05.1993
59.03	1		Valladolid-R	11.05.1996
59.07	4		Rieti	05.09.1999
59.18	1	LN	Valencia-T	01.07.2000
59.19A	1		Segovia	26.04.1992
59.19	1		Valladolid	18.05.1996
59.20	1	CE-p	Murcia	15.07.1990
59.20	2	lbAm	Manaos, BRA	15.09.1990
59.21	1s2	CE	Salamanca	19.07.1997
59.22	1	3N-j	Epinal, FRA	06.08.1989
59.22	1		Gijón	16.05.1993
59.1 m	1		Salamanca	23.06.1990
59.35	1s2	CE	Gandía	03.07.1993
59.36	5	CE	Sevilla-C	25.07.1999
59.37	4	4N-p	Denia	21.07.1990
59.37	2	CdB	Barcelona-O	25.07.2001
59.39	4h1	EC-j	Varazdin, CRO	24.08.1989
59.43	2	Crit	Tolosa	04.08.1998
59.46A	1		Avila	14.07.2001
59.47	6	Dip	Sevilla-C	06.06.1992
59.49	1	LN	Guadalajara	10.05.1992
59.55	1	Noct	Alcalá de Henares	01.07.1995
59.57	2		Medina del Campo	08.07.2001
59.59	2s2	CE	Jerez de la Frontera	11.08.1990
59.59	1e2		Medina del Campo	07.07.2001
59.62	1s2	CE	Barcelona-O	03.08.1991
59.63	1		Majadahonda	28.06.2000
59.65	1B	Noct	Alcalá de Henares	11.07.1998
59.65	2	Dip	Salamanca	13.07.2001
59.72	1e3	CE	Valencia-T	21.07.2001
59.84	7	JM	Túnez, TUN	11.09.2001
59.88	2	CE	Barcelona-O	04.08.1991
59.89	1h1	CE	Valencia-T	26.06.1992
59.8 m	1		Valladolid-E	16.06.1990
59.8 m	1		Salamanca	11.04.1992
59.94	1	LN	Pamplona	24.06.2000
59.95	1	CCyL	León	26.06.1994
59.98	1	TF1	Gandía	29.07.1989
59.98	4e3	JM	Túnez, TUN	11.09.2001

(123 marcas)