



Madrid - 10.11.1957 - 1,62m/47kg  
 Entrenador: Fernando Marquina  
 Club 2018/2019: Durango Kirol Taldea  
 Internacional Absoluta: 8 (1986-1997)


**Historial Español (Absoluto) 11 medallas**

Campeona de España absoluta de 3.000m pista cubierta (1989)  
 Campeona de España absoluta de maratón (1996)  
 Sub-campeona de España absoluta de 1.500m (1986)  
 Sub-campeona de España absoluta de 1.500m en pista cubierta (1986)  
 Sub-campeona de España absoluta de 3.000m pista cubierta (1987-1988-1991)  
 Sub-campeona de España absoluta de maratón (1997)  
 3ª Cto. de España absoluto de 1.500m en pista cubierta (1983)  
 3ª Cto. de España absoluto de 3.000m en pista cubierta (1984)  
 3ª Cto. de España absoluto de maratón (1994)

**Otros:**

Campeona de España Universtiaria de 800m (1979)  
 Sub-campeona de España Universtiaria de 1.500m (1980)  
 Sub-campeona de España Universtiaria de Cross (1985)  
 3ª Cto. de España Universtiaria de 1.500m (1985)

**Historial Internacional (Absoluto) 8 participaciones**

Cto. Iberoamericano	1988 - México	1.500m (2ª)	
Copa Mundo Maratón	1993 - San Sebastián	Maratón (29ª)	Equipos (2ª)
Copa de Europa de 10.000m	1998 - Lisboa	10.000m (19ª)	
Trofeo Ibérico 10.000m	1994 - Braga	10.000m	
Encuentro 6 Naciones	1993 - París	3.000m (6ª)	
Trofeo Ibérico 10.000m	1992 - Maia	10.000m	
Ekiden	1991 - Barcelona	10,2km	
Encuentro ESP-FRA-BUL	1986 - Epinal	1.500m (5ª)	

**Otros:**

ESP-POR 10.000m	1991 - Vigo	10.000m
Ekiden	1991 - Chiba	5km
Copa Europa de Cross de Clubes	1986 - Albufeira	Cross (45ª)
Copa Europa de Clubes	1993 - Nicosia	3.000m (10ª)
	1995 - Antrim	3.000m (3ª)
	1996 - Milán	5.000m (12ª)
	1997 - Valencia	5.000m (6ª)
Valencia Terra i Mar-Sporting	1998 - Lisboa	3.000m

**Historial Español Master 46 medallas**

Cto. de España Aire Libre	1993 - Burgos	800m F35 (1ª)
	1999 - Barcelona	800m F40 (1ª)
	1999 - Barcelona	1.500m F40 (1ª)
	2000 - Talavera	800m F40 (1ª)
	2000 - Talavera	1.500m F40 (2ª)
	2002 - Ourense	800m F40 (1ª)
	2002 - Ourense	1.500m F40 (1ª)
	2003 - Tarragona	800m F45 (1ª)
	2003 - Tarragona	1.500m F45 (1ª)
	2004 - Sevilla	800m F45 (1ª)
	2004 - Sevilla	1.500m F45 (1ª)
	2004 - Sevilla	4x400m F45 (1ª)
	2005 - Torremolinos	800m F45 (1ª)
	2005 - Torremolinos	1.500m F45 (1ª)
	2005 - Torremolinos	4x100m F45 (1ª)
	2008 - Gandía	400m F50 (1ª)
	2009 - Vitoria	800m F50 (1ª)
	2009 - Vitoria	1.500m F50 (1ª)
	2010 - Arona	100m F50 (1ª)

	2010 - Arona	400m F50 (1ª)
	2011 - Águilas	1.500m F50 (1ª)
Cto. de España Pista Cubierta	2000 - Zaragoza	800m F40 (1ª)
	2000 - Zaragoza	3.000m F40 (1ª)
	2001 - Valencia	800m F40 (1ª)
	2001 - Valencia	1.500m F40 (1ª)
	2002 - San Sebastián	800m F40 (1ª)
	2005 - Oviedo	800m F45 (1ª)
	2006 - Oviedo	800m F45 (1ª)
	2007 - Oviedo	800m F45 (1ª)
	2007 - Oviedo	1.500m F45 (1ª)
	2008 - Oviedo	800m F50 (1ª)
	2008 - Oviedo	1.500m F50 (1ª)
	2009 - Zaragoza	800m F50 (1ª)
	2009 - Zaragoza	1.500m F50 (1ª)
	2011 - Antequera	400m F50 (1ª)
	2011 - Antequera	1.500m F50 (1ª)
	2012 - Zaragoza	400m F50 (1ª)
	2012 - Zaragoza	1.500m F50 (1ª)
	2014 - Zaragoza	1.500m F55 (1ª)
	2014 - Zaragoza	3.000m F55 (1ª)
	2015 - San Sebastián	800m F55 (1ª)
	2015 - San Sebastián	1.500m F55 (1ª)
	2018 - Salamanca	800m F60 (1ª)
	2019 - Ourense	800m F60 (1ª)
Cto. de España de Cross	2004 - A Rua	Cross F45 (2ª)
Cto. de España de Milla en Ruta	2011 - Aranda de Duero	Milla F50 (1ª)

#### Historial Internacional Master 50 medallas

Cto. Mundo Aire Libre	2005 - San Sebastián	800m F45 (1ª)
	2005 - San Sebastián	1.500m F45 (1ª)
	2005 - San Sebastián	5.000m F45 (2ª)
	2009 - Lahti	1.500m F50 (2ª)
Cto. Mundo Pista Cubierta	2004 - Sindelfingen	3.000m F45 (1ª)
	2004 - Sindelfingen	1.500m F45 (2ª)
	2006 - Linz	1.500m F45 (1ª)
	2006 - Linz	800m F45 (2ª)
	2006 - Linz	3.000m F45 (3ª)
	2008 - Clermont Ferrand	800m F50 (1ª)
	2008 - Clermont Ferrand	1.500m F50 (1ª)
	2008 - Clermont Ferrand	3.000m F50 (1ª)
	2010 - Kamloops	1.500m F50 (2ª)
	2012 - Jyvaskyla	800m F50 (2ª)
	2012 - Jyvaskyla	3.000m F50 (2ª)
	2012 - Jyvaskyla	1.500m F50 (3ª)
	2014 - Budapest	1.500m F55 (1ª)
	2014 - Budapest	800m F55 (2ª)
	2014 - Budapest	3.000m F55 (2ª)
Cto. Mundo Ruta	2000 - Valladolid	10km F40 (1ª)
	2000 - Valladolid	10km equipos (1ª)
Cto. Europa	2000 - Jyvaskyla	800m F40 (2ª)
	2000 - Jyvaskyla	1.500m F40 (2ª)
	2004 - Arhus	1.500m F45 (2ª)
	2004 - Arhus	5.000m F45 (2ª)
	2006 - Poznan	1.500m F45 (1ª)
	2006 - Poznan	800m F45 (3ª)
	2008 - Ljubljana	800m F50 (1ª)
	2008 - Ljubljana	1.500m F50 (1ª)
Cto. Europa Pista Cubierta	1999 - Malmoe	3.000m F40 (1ª)
	1999 - Malmoe	1.500m F40 (2ª)
	2005 - Eskilstuna	1.500m F45 (1ª)
	2005 - Eskilstuna	3.000m F45 (1ª)
	2005 - Eskilstuna	800m F45 (2ª)
	2005 - Eskilstuna	4x200m F45 (3ª)
	2007 - Helsinki	1.500m F45 (2ª)
	2007 - Helsinki	3.000m F45 (2ª)
	2007 - Helsinki	800m F45 (3ª)
	2009 - Ancona	1.500m F50 (1ª)
	2009 - Ancona	3.000m F50 (1ª)

2011 - Gante	800m F50 (1ª)
2011 - Gante	1.500m F50 (1ª)
2011 - Gante	3.000m F50 (2ª)
2013 - San Sebastián	1.500m F55 (1ª)
2013 - San Sebastián	3.000m F55 (1ª)
2013 - San Sebastián	800m F55 (2ª)
2013 - San Sebastián	4x200m F55 (2ª)
2015 - Torun	1.500m F55 (2ª)
2015 - Torun	3.000m F55 (1ª)
2018 - Madrid	800m F60 (2ª)

#### Récords de España Máster 86 récords

400m	F50	1:06.82		
	F60	1:15.03i		
800m	F35	2:11.00		
	F40	2:24.00		
	F40	2:21.52		
	F40	2:18.36		
	F45	2:24.82		
	F45	2:21.5		
	F45	2:20.57i		
	F50	2:26.96i		
	F50	2:25.28i		
	F50	2:24.49i		
	F55	2:33.42i		
	F55	2:33.36i		
	F60	2:51.11i		
	F60	2:49.82i		
	F60	2:49.27i		
1.500m	F60	2:47.36i	*	
	F40	4:40.48		
	F40	4:37.90	*	
	F45	4:54.7		
	F45	4:49.04		
	F45	4:46.91i		
	F45	4:45.80		
	F45	4:43.85		
	F45	4:43.19		
	F45	4:41.67i	*	
	F50	4:47.14i		
	F50	4:46.85		
	F50	4:46.42	*	
	F55	4:58.13i		
	3.000m	F40	10:01.84i	
F40		9:35.71i		
F45		10:29.9		
F45		10:29.98		
F45		10:26.69		
F45		10:26.01		
F45		10:17.33i		
F45		10:15.92i		
F45		10:11.7i		
F50		10:06.36i	*	
F55		10:55.51i		
5.000m		F45	18:05.03	
		F45	17:59.10	
		F45	17:49.73	
		F50	18:38.62	
	F50	18:14.40		
10.000m	F50	38:48.6		
	F50	38:02	*	
10km	F55	40:18		
	F40	1h15.50		
Medio Maratón	F50	1h22:25	*	
	F50	2h52:02	*	
Maratón	F45	4:29.19		
4x400m	F60	1:15.03		
400m Pista Cubierta	F40	2:22.14		
800m Pista Cubierta	F40	2:21.23		

	F45	2:20.57	
	F50	2:26.96	
	F50	2:25.28	
	F50	2:24.49	
	F55	2:33.42	
	F55	2:33.36	
	F60	2:51.11	
	F60	2:49.82	
	F60	2:49.27	
	F60	2:47.36	*
1.500m Pista Cubierta	F40	4:43.62	
	F40	4:42.3	
	F40	4:41.38	
	F45	4:46.91	
	F45	4:41.67	*
	F50	4:47.14	*
	F55	4:58.13	*
	F60	5:42.74	*
3.000m Pista Cubierta	F40	10:01.84	
	F40	9:35.71	
	F45	10:39.17	
	F45	10:17.33	
	F45	10:15.92	
	F45	10:11.7	
	F50	10:06.36	*
	F55	10:55.51	
4x200m Pista Cubierta	F50	2:12.19	
	F50	2:11.88	
	F55	2:09.35	*

#### Récords del Mundo Master 5 récords

800m Pista Cubierta	F50	2:24.49 (2009)
1.500m Pista Cubierta	F45	4:41.67 (2006)
	F50	4:47.14 (2008)
	F55	4:58.13 (2013)
3.000m Pista Cubierta	F50	10:06.36 (2008)

#### Récords de Europa Master 8 récords

800m Pista Cubierta	F50	2:25.28 (2008)
	F50	2:24.49 (2009)
	F55	2:33.42 (2013)
1.500m Pista Cubierta	F45	4:41.67 (2006)
	F50	4:47.14 (2008)
	F55	4:58.13 (2013)
3.000m Pista Cubierta	F50	10:06.36 (2009)
	F55	10:55.51 (2013)

#### Récords campeonatos de España Master 30 récords

400m	F50	1:06.82	
800m	F35	2:15.2	
	F40	2:24.00	
	F40	2:19.56	
	F45	2:30.34	
	F45	2:22.52	
	F50	2:25.06	*
1.500m	F40	4:48.31	
	F45	5:00.91	
	F45	4:56.40	
	F50	4:55.61	*
4x400m	F45	4:52.36	*
400m Pista Cubierta	F50	1:09.74	
800m Pista Cubierta	F40	2:22.14	
	F40	2:21.23	*
	F45	2:26.66	
	F45	2:25.35	
	F45	2:24.92	
	F50	2:28.75	
	F50	2:24.49	*
	F55	2:38.71	

	F55	2:36.60	*
	F60	2:51.11	*
1.500m Pista Cubierta	F40	4:52.42	
	F45	4:51.25	*
	F50	4:54.05	*
	F55	5:20.85	
	F55	5:18.79	
3.000m Pista Cubierta	F40	10:31.40	
Milla en Ruta	F50	5:39	*

#### Récords campeonatos Internacionales (Veteranos) 11 récords

Cto. Mundo Pista Cubierta	800m F50	2:25.28	
	1.500m F45	4:43.78	
	1.500m F50	4:51.65	
	3.000m F45	10:39.17	
Cto. Europa Pista Cubierta	1.500m F45	4:52.63	
	1.500m F50	4:47.46	*
	1.500m F55	5:05.95	*
	3.000m F40	10:15.63	
	3.000m F45	10:17.33	
	3.000m F50	10:07.97	*
	3.000m F55	10:59.70	*

#### Progresión

Año (Edad) Club	800m	1.500m	3.000m	5.000m	10.000m	Medio M	Maratón
1978 (20) Vallehermoso	2:22.7	4:58.4					
1979 (21) Pepsi-Vallehermoso	2:18.4	4:56.6					
1980 (22) Vallehermoso	2:18.6	4:54.4	11:11.1				
1981 (23) Vallehermoso	2:17.8	4:41.1	10:43.8				
1982 (24) Canguro A.A.C.	2:14.7	4:30.6	10:21.9				
1983 (25) MAM	2:11.7	4:24.80	10:05.5				
1984 (26) Galgo	2:15.7	4:36.6i	9:48.4i				
1985 (27) Galgo	2:10.95	4:22.35	9:47.1				
1986 (28) Alerta	<b>2:09.98</b>	<b>4:20.08</b>	9:22.87				
1987 (29) CajaSalamanca	-	4:24.97	9:35.19i				
1988 (30) DYC	2:15.75	4:20.83	9:22.09	16:21.03			
1989 (31) DYC	2:14.8	4:21.56	<b>9:16.97</b>	16:34.51			
1990 (32) Blanco y Negro	2:10.98	4:27.79	9:55.03	-			
1991 (33) Blanco y Negro	-	4:29.74	9:21.86i	-	<b>34:13.3</b>	1h17:50	2h42:09
1992 (34) Blanco y Negro	2:14.15	4:29.53	9:33.71	16:31.54	35:58.30	<b>1h14:47</b>	2h46:33
1993 (35) Blanco y Negro	2:11.00	4:24.86	9:37.48	16:51.24	-	1h18:15	2h39:00
1994 (36) Barrutia Caja Laboral	-	-	9:47.3	-	35:52.86	1h18:12	2h41:34
1995 (37) Valencia C. A.	-	4:23.83	9:32.64	17:07.70	-	1h18:43	2h42:02
1996 (38) Valencia C.A. - Karhu	-	4:30.17	-	17:20.23	-	1h24:39	2h41:19
1997 (39) Valencia C. A. - Karhu	-	4:32.44	-	<b>16:16.27</b>	-	1h14:54	<b>2h35:43</b>
1998 (40) Valencia Terra i Mar	-	-	9:35.71i	-	35:19.29	1h15:50	-
1999 (41) Bikila	2:24.00	4:40.48	10:15.63	-	-	1h20:52	-
2000 (42) Bikila	2:18.36	4:46.01	10:06.60	-	-	1h19:50	2h58:32
2001 (43) Bikila	2:24.62i	4:49.20	10:21.4	-	-	-	2h54:00
2002 (44) At. Boadilla	2:19.56	4:37.90	10:21.95	18:11.3	-	-	-
2003 (45) MG Madrid C. A.	2:24.82	4:49.04	10:29.9	-	-	-	-
2004 (46) MG Madrid C. A.	2:21.5	4:43.85	10:26.69	17:59.10	-	-	-
2005 (47) MG Madrid C. A.	2:20.57i	4:43.19	10:17.33i	17:49.73	-	-	-
2006 (48) Vihaso Madrid C. A.	2:21.20i	4:41.67i	10:15.92i	-	-	-	-
2007 (49) Vihaso Madrid C. A.	2:22.12i	4:47.43i	10:11.7i	-	-	-	-
2008 (50) Madrid Mapoma C. A.	2:25.28i	4:46.85	10:06.36i	-	-	-	2h52:02
2009 (51) Pozuelo Madrid Mapoma	2:24.49i	4:46.42	10:07.97i	18:14.40	38:02	1h22:25	-
2010 (52) Pozuelo Madrid Mapoma	2:32.42	5:01.49	10:46.4	-	-	-	-
2011 (53) Pozuelo Madrid Mapoma	2:27.47	4:54.32	10:29.73	-	-	-	-
2012 (54) Valencia Terra i Mar	2:28.78i	5:00.51	10:51.37i	-	-	-	-
2013 (55) Valencia Terra i Mar	2:33.36i	4:58.13i	10:55.51i	-	40:18	-	-
2014 (56) Durango Kirol Taldea	2:38.71i	5:06.41	11:11.98	-	-	-	-
2015 (57) Durango Kirol Taldea	2:36.60i	5:06.78i	10:59.65i	-	-	-	-
2016 (58) Durango Kirol Taldea	-	-	-	-	-	-	-
2017 (59) Durango Kirol Taldea	-	-	-	-	-	-	-
2018 (60) Durango Kirol Taldea	2:49.82i	5:42.74i	-	-	-	-	-
2019 (60) Durango Kirol Taldea	2:47.36i	5:37.66i	-	-	-	-	-

Otras marcas:

400m: 1:00.6 (1983); 1.000m: 2:51.64 (1990); 10km ruta: 34:10 (1997)

**Todos sus maratones:**

2h35:43	Sama de Langreo	1997	2ª	Cto. de España
2h39:00	San Sebastián	1993	29ª	Copa del Mundo
2h41:19	Ciudad Real	1996	1ª	Cto. de España
2h41:34	Sevilla	1994	4ª (3ª española)	Cto. de España
2h42:02	Londres	1995	18ª	
2h42:09	Madrid	1991	4ª (1ª española)	
2h44:48	Madrid	1993	2ª (1ª española)	
2h46:32	Barcelona	1992	8ª (4ª española)	Cto. De España
2h52:02	Florenia	2007	3ª	
2h54:00	Nueva York	2000	27ª	3ª master
2h58:32	Nueva York	1999	17ª	3ª master
ab.	San Sebastián	1991		
Seleccionada, no pudo correr	Budapest	1998	Lesionada	Cto. Europa

**Otros:**

7 veces Mejor Atleta Master Española (2004, 2005, 2006, 2008, 2009, 2011 y 2013), Premio Runner's World Woman 2018  
Vencedora en la San Silvestre Vallecana Internacional (2 veces), 20km Villa de Madrid, Canillejas, Trofeo Akiles (5 veces, récord de la prueba), Carrera del Agua, Popular Aranjuez, Cross Sonseca, Cross Cantimpalos, Cross Villa de Madrid, Cross Canguro, etc.

\* Vigente a la fecha

Socio Patrocinador RFEA:



Patrocinador Principal RFEA:



Patrocinadores Oficiales RFEA:



Proveedores Oficiales RFEA:



Instituciones RFEA:

