

Francisco Javier Abad



Burgos, 18.08.1981 - 1,83m / 63kg
Entrenador: Enrique Pascual
Club 2014/2015: Playas de Castellón
Internacional: 4 (2011-2015)

Historial Español

Campeón de España Absoluto de 1.500m en pista cubierta (2012)

Historial Internacional

JMed 2013 - Mersin 1.500m(6º/3:40.06)
CMpc 2012 - Estambul 1.500m (8º/3:48.14)
Cmcross 2015: (77º)
....
Otros 2011 París DecaNation: 1.500m (3º/3:59.26)

Progresión

Año/Edad	Club	1.500m	Puesto		Puesto
			Rank. ESP	3.000m	
2004 (23)	Anta Empresas	3:46.42A	(40)	-	
2005 (24)	Univ. País Vasco	3:47.94A	(41)	-	
2006 (25)	Univ. País Vasco	3:43.94	(25)	8:17.25/8:14.81pc	(28)
2007 (26)	At. Cicloté-Aranda	3:43.77	(24)	8:16.93	(21)
2008 (27)	At. Cicloté-Aranda	3:40.31	(12)	8:08.41	(16)
2009 (28)	Playas de Castellón	3:40.28	(10)	7:58.89	(6)
2010 (29)	Playas de Castellón	3:43.11	(17)	8:01.96/7:53.16pc	(3)
2011 (30)	Playas de Castellón	3:35.55	(3)	7:53.15	(2)
2012 (31)	Playas de Castellón	3:38.62	(6)	8:37.91/8:04.84pc	
2013 (32)	Playas de Castellón	3:39.33	(9)	8:15.34	
2014 (33)	Playas de Castellón	3:40.96	(10)	8:04.54pc	
2015 (34)	Barbadillo del Mercado	Lesionado al aire libre		8:06.1pc	

Otras marcas:

800m: 1:50.91 (2007); 5.000m: 14:17.04 (2011)