

Alessandra Aguilar



Lugo, 01.07.1978, 1,65m/50kg
 Entrenador: Antonio Serrano
 Club 2016/2017: Clínica Dental Seoane Pampín
 Internacional: 39 (1999-2016)

Historial Español

Mejor marca de España Promesa en 10.000m (32:48.89 en 2000)
 Mejor marca española Absoluta de 10 millas en ruta (53:57 en 2012)
 Campeona de España de medio maratón (2013-2014)
 Campeona de España promesa de 5.000m (1999 y 2000)
 Campeona de España promesa de campo a través (2000)
 Campeona de España Universitaria de 5.000m (1999-2000-2001-2002)

Historial Internacional

JJOO	2008 - Pekín	Maratón (54ª/2:39:29)
	2012 - Londres	Maratón (25ª/2:29:19)
	2016 - Río de Janeiro	Maratón (abandono)
CM	2009 - Berlín	Maratón (24ª/2:33:38)
	2011 - Daegu	Maratón (abandono)
	2013 - Moscú	Maratón (5ª/2:32:38)
	2015 - Pekín	Maratón (17ª/2:33.42)
CE	2010 - Barcelona	Maratón (5ª/2:35:04)
	2014 - Zúrich	Maratón (abandono)
	2016 - Ámsterdam	Medio maratón (27ª/1:13:28)
CpE-10000	2001 - Baracaldo	10.000m (12ª/33:23.24)
	2002 - Camaione	10.000m (4B/33:11.38)
	2003 - Atenas	10.000m (13ª/32:42.49)
	2004 - Maribor	10.000m (abandono)
	2005 - Baracaldo	10.000m (8ª/33:12.01)
	2010 - Marsella	10.000m (16ª/33:07.03)
CMmm	2014 - Copenhague	Medio maratón (21ª/1h10:56)
	2016 - Cardiff	Medio maratón (abandono)
CMcross	1996 (38ª jr; 1997 (34ª)jr; 2000 (60ª); 2001 (48ª); 2002 (35ª); 2003 (29ªc); 2004 (47ª); 2005 (47ª); 2006 (63ª); 2008 (35ª); 2009 (24ª); 2010 (40ª); 2011 (41ª)	
CEcross	1996 (no oficial) (1ª); 1999 (33ª); 2000 (27ª); 2001 (35ª); 2002 (28ª); 2003 (21ª); 2004 (31ª); 2007 (17ª); 2008 (31ª); 2009 (17ª); 2010 (8ª); 2012 (17ª); 2016 (34ª)	
CE-23	1999 - Gotemburgo	5.000m (9ª/16:03.75)
Univ	2001 - Pekín	10.000m (6ª/33:31.49)

Progresión Año/Edad	Club	Puesto		Puesto		Puesto
		5.000m	Rank. ESP	10.000m	Rank. ESP	
1995 (17)	Lucus Caixa Rural	17:13.82	(32 / 2j)	-		
1996 (18)	Lucus Caixa Rural	16:57.53	(21 / 1j)	-		
1997 (19)	Lucus Caixa Rural	16:51.74	(22 / 4j)	-		-
1998 (20)	Adidas R.T.	16:52.57	(20)	36:00.5	(29)	-
1999 (21)	C.A. Sierra Narón	16:03.75	(10)	-		-
2000 (22)	Univ. de Santiago	15:45.74	(9)	32:48.89	(6)	-
2001 (23)	Sevilla Abierta	15:57.27	(6)	33:10.35	(4)	-
2002 (24)	Univ. de Salamanca	16:05.32	(9)	33:11.38	(3)	-
2003 (25)	Univ. de Salamanca	15:49.05	(12)	32:42.49	(6)	-
2004 (26)	F.C. Barcelona	Lesionada				-
2005 (27)	F.C. Barcelona	16:40.15	(12)	33:12.01	(5)	-
2006 (28)	F.C. Barcelona	15:57.35	(5)	-		-
2007 (29)	F.C. Barcelona	15:42.66	(2)	33:34.26	(5)	-
2008 (30)	F.C. Barcelona			-		2:29:03 (1)
2009 (31)	F.C. Barcelona	15:54.57	(4)	-		2:29:01 (1)
2010 (32)	F.C. Barcelona	16:19.95	(10)	33:07.03	(4)	2:35:04 (2)
2011 (33)	F.C. Barcelona	15:56.75	(4)	-		2:27:00 (1)

2012 (34)	C.D. Seoane Pampín	-	-	2:29:19	(1)
2013 (35)	C.D. Seoane Pampín	-	-	2:27:03	(1)
2014 (36)	C.D. Seoane Pampín	-	-	-	
2015 (37)	C.D. Seoane Pampín	-	-	2:29:45	(1)
2016 (38)	C.D. Seoane Pampín	-	-	-	
2017 (39)	C.D. Seoane Pampín	-	-	2:34:42	

Otras marcas:

1.500m: 4:24.73pc (2002) 4:25.46 (2001); 3.000m: 9:12.15 (2007); Medio Maratón: 1:10:56 (2014)

5km ruta: 16:31 (2005); 10km ruta: 32:31 (2007); 10 millas: 53:57 (2012)

Todos sus maratones

2:27:00	4	Rotterdam (NED)	10.04.2011
2:27:03	4	Rotterdam (NED)	14.04.2013
2:29:01	1	Hamburgo (GER)	26.04.2009
2:29:03	3	Rotterdam (NED)	13.04.2008
2:29:19	25	Londres (GBR)	05.08.2012
2:29:45	14	Londres (GBR)	26.04.2015
2:32:38	5	Moscú (RUS)	10.08.2013
2:33:08	14	Nueva York (USA)	06.11.2011
2:33:38	24	Berlín (GER)	23.08.2009
2:33:42	17	Pekín (CHN)	30.08.2015
2:34:42	17	Nagoya (JPN)	12.03.2017
2:35:04	5	Barcelona	31.07.2010
2:39:29	54	Pekín (CHN)	17.08.2008
abandono	-	Daegu (KOR)	27.08.2011
abandono	-	Zúrich, SUI	16.08.2014
abandono	-	Río de Janeiro, BRA	21.08.2016
