



Madrid - 30.07.1955 - 1,64m/50kg
 Entrenador:
 Club 2018/2019: San Sebastián de los Reyes - Clínica Menorca


Historial Español Master 29 medallas

Cto. de España Aire Libre	2000 - Talavera	5.000m M40 (1º)
	2004 - Sevilla	5.000m M45 (1º)
	2006 - Águilas	5.000m M50 (1º)
	2008 - Gandía	5.000m M50 (1º)
	2008 - Gandía	10.000m M50 (1º)
	2009 - Vitoria	5.000m M50 (1º)
	2010 - Arona	5.000m M50 (1º)
	2011 - Águilas	1.500m M55 (1º)
	2011 - Águilas	5.000m M55 (1º)
	2012 - Águilas	5.000m M55 (1º)
	2013 - Vitoria	5.000m M55 (1º)
	2013 - Monzón	10.000m M55 (1º)
	2014 - Huelva	5.000m M55 (1º)
	2015 - Durango	10.000m M55 (1º)
	2016 - Collado Villalba	10.000m M60 (1º)
	Cto. de España Pista Cubierta	2010 - Zaragoza
Cto. de España Campo a Través	2000 - Arganda del Rey	M40 (3º)
	2006 - Tres Cantos	M50 (1º)
	2007 - Cáceres	M50 (1º)
	2008 - Lloret de Mar	M50 (3º)
	2009 - Albacete	M50 (1º)
	2010 - A Coruña	M50 (1º)
Cto. de España 10km	2015 - Alcobendas	M55 (2º)
	2010 - Córdoba	M55 (1º)
	2011 - Camargo	M55 (1º)
Cto. de España Medio Maratón	2012 - Castellón	M55 (1º)
	2010 - Málaga	M50 (1º)
	2014 - A Coruña	M55 (1º)
	2016 - Santa Pola	M60 (1º)

Historial Internacional Master 12 medallas

Cto. Mundo	2005 - San Sebastián	5.000m M50 (1º)
	2005 - San Sebastián	10.000m M50 (1º)
	2009 - Lathi	5.000m M50 (1º)
	2009 - Lathi	10.000m M50 (1º)
	2015 - Lyon	10.000m M60 (2º)
Cto. Mundo Ruta	2000 - Valladolid	Medio Maratón M40 (3º)
	2000 - Valladolid	Equipos M.M. M40 (1º)
Cto. Europa	2008 - Ljubljana	5.000m M50 (2º)
	2008 - Ljubljana	10.000m M50 (2º)
Cto. Europa Ruta	2003 - Upice	10km M45 (1º)
	2016 - Vila Real	10km M60 (1º)
	2018 - Alicante	10km M60 (1º)

Récords de España Master 27 récords

3.000m	M45	8:43.18	
	M50	8:58.58	
	M55	9:20.57	
	M55	9:17.42	*
	M60	9:52.44	*
5.000m	M45	15:02.01	
	M45	14:58.31	

	M50	15:28.30	
	M50	15:23.44	
	M55	16:10.00	
	M55	16:08.70	
	M55	15:47.79	*
	M60	16:46.91	
	M60	16:34.28	*
10.000m	M50	32:35.10	
	M50	31:33.2	*
	M55	33:10.53	
	M55	32:15.55	*
10km	M45	31:15	*
	M50	31:42	*
	M55	32:22	
	M60	34:22	*
Medio Maratón	M45	1h07:28	
	M45	1h07:00	
	M50	1h11:21	
	M55	1h11:45	
	M60	1h13:29	*

Récords del Mundo Master 1 récord

10.000m	M55	32:15.55	
---------	-----	----------	--

Récords de Europa Master 1 récord

10.000m	M55	32:15.55	*
---------	-----	----------	---

Récords campeonatos de España Master 7 récords

1.500m	M55	4:30.32	
3.000m PC	M50	9:15.31	
10.000m	M55	33:57.48	*
10km Ruta	M55	34:17	
	M55	33:40	*
Medio Maratón	M55	1h14:03	*
	M60	1h13:29	*

Progresión

Año (Edad) Club	3.000m	5.000m	10.000m	Medio Maratón
1997 (41) C. D. Tajamar	-	15:10.x	-	-
1998 (42) C. D. Tajamar	8:51.8	14:59.7	31:01.50	-
1999 (43) C. D. Tajamar	-	15:03.x	30:52.1	1h09:36
2000 (44) Canal Isabel II	-	14:54.32	-	1h07:28
2001 (45) Mapoma	8:43.18	14:59.05	30:36.7	1h07:00
2002 (46) Mapoma	8:44.97	14:58.31	30:40.7	1h08:17
2003 (47) Interval M2000	8:44.3	15:01.40	30:29.1	1h07:49
2004 (48) Interval M2000	8:52.41	15:05.01	-	-
2005 (49) Interval M2000	8:54.41	15:18.20	32:35.10	1h08:34
2006 (50) Universidad Rey Juan Carlos	8:58.58	15:23.44	31:33.2	-
2007 (51) Universidad Rey Juan Carlos	-	-	-	-
2008 (52) Universidad Rey Juan Carlos	9:08.43	15:47.42	33:14.88	-
2009 (53) S.S. Reyes-Clinica Menorca	9:29.90	15:43.89	32:58.18	1h11:21
2010 (54) S.S. Reyes-Clinica Menorca	9:15.31i	15:58.3	33:10.53	1h14:10
2011 (55) S.S. Reyes-Clinica Menorca	9:17.42	16:08.70	32:15.2	-
2012 (56) S.S. Reyes-Clinica Menorca	9:19.81	15:47.79	32:26	1h11:45
2013 (57) S.S. Reyes-Clinica Menorca	9:32.21i	16:20.1	32:45	-
2014 (58) S.S. Reyes-Clinica Menorca	9:27.76	16:33.58	34:24.77	1h14:03
2015 (59) S.S. Reyes-Clinica Menorca	9:39.26	16:57.67	33:14.48 / 33:09	-
2016 (60) S.S. Reyes-Clinica Menorca	9:52.44	16:34.28	37:30.51 / 34:22	1h13:29
2017 (61) S.S. Reyes-Clinica Menorca	-	-	34:39	-
2018 (62) S.S. Reyes-Clinica Menorca	-	-	34:56	-

Marcas Personales:

1.500m: 4:12 (1987), 3.000m: 8:39 (1987), 5.000m: 14:35.5 (1987), 10.000m 30:29.1 (2003), Medio Maratón: 1h06 (1985) y Maratón: 2h20:54 (1984)

Todos sus maratones:

2h20:54	Valencia	1984	
2h21:32	Sevilla	1986	2º
2h22:34	Valencia	1985	6º
2h24:07	Jerez	1992	7º
2h25:30	Valencia	1983	6º
2h27:09	Madrid	1983	10º
2h27:15	Madrid*	1982	10º
2h27:59	Granada	1983	3º
2h27	Barcelona	1983	
2h27	Cascais	1982	
2h30	Valencia	1982	
2h39:22	Madrid	1981	26º
2h40	Nueva York	1981	
2h42	Valencia	1981	
2h51	Nueva York	1980	
2h54	Madrid	1980	
3h30	Madrid	1979	
4h04	Madrid	1978	

* Distancia corta

Otros:

Mejor Atleta Veterano Español 2006

* Vigente a la fecha

