

José Rios



Premià de Dalt (Barcelona) 15.03.1974 - 1,70m/49kg

Entrenador: Juan Ramón Muñoz

Club 2009/2010: C.A. Manresa

Internacional: 21 (2000-2010)

Historial Español

Campeón de España absoluto de 10.000m (2000-2001-2002-2003)

Campeón de España de 10km ruta (2010)

Campeón de España promesa de 10.000m (1995-1996)

Historial Internacional

JJOO	2000 - Sidney	10.000m (18º/28:50.31)
	2004 - Atenas	Maratón (27º/2h18:40)
	2008 - Pekín	Maratón (72º/2h32:35)
CM	2001 - Edmonton	10.000m (6º/27:56.58)
	2005 - Helsinki	Maratón (abandono)
	2007 - Osaka	Maratón (17º/2h22:21)
CE	2002 - Munich	10.000m (3º/27:48.29)
	2006 - Gotemburgo	Maratón (abandono)
	2010 - Barcelona	Maratón (abandono)
Chall	2001 - Barakaldo	10.000m (1º/27:49.35)
	2002 - Camaione	10.000m (2º/27:38.82)
CpE10000m	2007 - Ferrara	10.000m (9º/29:16.71)
JMed	2005 - Almería	Medio Maratón (5º/1h05:59)
CM-mm	2010 - Nanning	Medio Maratón (34º/1h04:53)
CE-j	1993 - San Sebastián	10.000m (abandono)
CMcross	1992: júnior (38º); 1993 júnior (21º); 2001 largo (35º); 2002: largo (62º); 2003: largo (21º); 2007 (97º)	
CEcross	2003: (56º); 2004 (44º); 2005 (10º); 2007: (10º)	

Progresión

Año/Edad	Club	Puesto		Puesto		Puesto
		5.000m	Rank. ESP	10.000m	Rank. ESP	
1991 (17)	Tartán Club Premià	15:04.82	(28jr)	31:15.89	(4jr)	-
1992 (18)	Nike Athletic Club	14:26.50	(76 / 3jr)	31:24.50	(5jr)	-
1993 (19)	Nike Athletic Club	14:25.76	(58 / 4jr)	29:48.44	(33 / 2jr)	-
1994 (20)	G.D. Soliss	14:23:37	(65)	29:35.2	(38)	-
1995 (21)	G.D. Soliss	14:03.30	(26)	29:03.6	(18)	-
1996 (22)	F.C. Barcelona	13:49.44	(18)	29:00.34	(17)	-
1997 (23)	Diadora Squadra Deportiva	13:51.32	(14)	28:37.52	(11)	-
1998 (24)	Domingo Catalán F.C.	14:11.52	(25)	28:56.51	(16)	-
1999 (25)	Domingo Catalán F.C.	13:41.03	(11)	28:30.53	(11)	-
2000 (26)	Fila Domingo Catalán	13:07.59	(1)	27:22.20	(1)	-
2001 (27)	C.A. Adidas	13:09.83	(2)	27:38.57	(1)	-
2002 (28)	C.A. Adidas	13:08.60	(1)	27:35.13	(1)	-
2003 (29)	C.A. Adidas	13:19.58	(1)	27:29.60	(1)	-
2004 (30)	C.A. Adidas	14:17.71	-	-	-	2h07:42 (1)
2005 (31)	C.A. Adidas	-	-	30:38.81	-	2h09:03 (3)
2006 (32)	C.A. Adidas	13:43.76	(11)	28:33.28	(5)	2h09:15 (2)
2007 (33)	C.A. Adidas	13:44.37	(11)	29:16.71	(12)	2h22:21 (11)
2008 (34)	C.A. Adidas	13:53.29	(16)	-	-	2h09:38 (1)
2009 (35)	C.A. Manresa	-	-	-	-	2h10:36 (1)
2010 (36)	C.A. Manresa	13:53.49	-	29:04.69	-	-

Otras marcas:

1.500m: 3:51.11(2001);3.000m: 7:42.08 (2002); 10km ruta: 29:04 (2008); Medio maratón: 1h03:21 (2005)

Todos sus maratones

2h07:42	1	Otsu (JPN)	07.03.2004
2h09:03	3	Otsu (JPN)	06.03.2005
2h09:15	1	Otsu (JPN)	05.03.2006
2h09:38	6	Otsu (JPN)	02.03.2008
2h10:36	2	Otsu (JPN)	01.03.2009
2h18:40	27	Atenas (GRE)	29.08.2004
2h22:21	17	Osaka (JPN)	25.08.2007
2h32:35	72	Pekín (CHN)	24.08.2008
abandono	-	Rotterdam (NED)	13.04.2003
abandono	-	Helsinki (FIN)	13.08.2005
abandono	-	Gotemburgo (SWE)	13.08.2006
abandono	-	Otsu (JPN)	04.03.2007
abandono	-	Barcelona	01.08.2010

www.rfea.es