

## Teresa Urbina



Cáceres, 20.03.1985 - 1,77m/53kg  
 Entrenador: Eugenio Barrios  
 Club 2017/2018: F.C. Barcelona  
 Internacional: 11 (2006-2018)

### Historial Español

Campeona de España Absoluta de medio maratón (2018)  
 Campeona de España Promesa de 3.000m obstáculos (2005-2006-2007)  
 Campeona de España Promesa de 3.000m en pista cubierta (2006)  
 Campeona de España Promesa de campo a través (2005-2006)  
 Campeona de España Júnior de 3.000m obstáculos (2004)  
 Campeona de España Júnior de 3.000m en pista cubierta (2004)  
 Campeona de España Universitaria de 5.000m (2006-2012)  
 Campeona de España Universitaria de 3.000m obstáculos (2009)

### Historial Internacional

CM	2017 - Londres	3.000m Obst. (13e2/10:21.90)
CE	2014 - Zúrich	3.000m Obst. (abandono)
JMed	2013 - Mersín	3.000m Obst. (abandono)
	2018 - Tarragona	3.000m Obst. (11 <sup>ª</sup> /10:06.26)
IberA	2006 - Ponce	3.000m Obst. (2 <sup>ª</sup> /10:05.74)
	2008 - Iquique	3.000m Obst. (4 <sup>ª</sup> /10:06.70)
CEpc	2013 - Gotemburgo	3.000m (7e2/9:23.65)
CE23	2005 - Erfurt	3.000m Obst. (7 <sup>ª</sup> /10:14.20)
	2007 - Debrecen	3.000m Obst. (5 <sup>ª</sup> /10:03.80)
CMj	2004 - Grosseto	3.000m Obst. (12 <sup>ª</sup> /10:36.43)
Univ	2007 - Bangkok	3.000m Obst. (abandono)
	2009 - Belgrado	3.000m Obst. (5 <sup>ª</sup> /9:51.21)
CMcross	2004: junior (72); 2013: (57); 2017 (55)	
CEcross	2003: junior (48); 2004: junior (48); 2006: sub23 (24); 2007: sub23 (ab); 2008: (51); 2013: (30)	
...		
DecaNation	2009 - París	3.000m Obstáculos (6 <sup>ª</sup> /10:35.23)

### Progresión

Año/Edad	Club	3.000m Obst.	Puesto Rank. ESP
2004 (19)	At. La Serena	10:26.89	(10 / 1jr)
2005 (20)	CEAT CajaCanarias	10:12.66	(5)
2006 (21)	CEAT CajaCanarias	10:05.74	(6)
2007 (22)	Valencia Terra i Mar	9:49.03	(4)
2008 (23)	Valencia Terra i Mar	10:04.94	(6)
2009 (24)	At. Extremadura	<b>9:41.95</b>	(3)
2010 (25)	Almaraz-Extremadura	10:09.72	(6)
2011 (26)	F.C.Barcelona	10:23.63	(6)
2012 (27)	F.C.Barcelona	9:49.03	(4)
2013 (28)	F.C.Barcelona	10:06.45	(2)
2014 (29)	F.C.Barcelona	9:49.35	(2)
2015 (30)	F.C.Barcelona	Lesionada	
2016 (31)	F.C.Barcelona	10:19.27	(10)
2017 (32)	F.C.Barcelona	9:43.48	(3)

### Otras marcas:

1.500m: 4:29.58 (2007); 3.000m: 9:25.45 (2017) / 9:09.50pc (2013); 5.000m: 16:48.42 (2005)  
 10km (ruta): 33:46 (2012); Medio maratón: 1:13:39 (2018); 2.000m Obst.: 6:34.79 (2016)