

# Martín VARA

Nabianos de Alba, Zamora, 09.09.1956 - 1,85m/115kg  
45 veces internacional absoluto (1977-1989) y 4 veces junior (1974-1977)

## HISTORIAL NACIONAL

Campeón de España de peso (aire libre)

Absoluto	1979 (17,22), 1980 (16,55), 1981 (16,63), 1982 (17,20), 1983 (17,99), 1984 (17,82), 1985 (17,40), 1986 (16,97), 1987 (16,90)
Junior	1976 (13,95)

Campeón de España de peso (pista cubierta)

Absoluto	1978 (16,60), 1979 (16,69), 1980 (16,94), 1981 (17,03), 1982 (17,58), 1984 (17,30), 1986 (16,57), 1987 (17,63), 1988 (16,81), 1989 (17,85)
----------	---

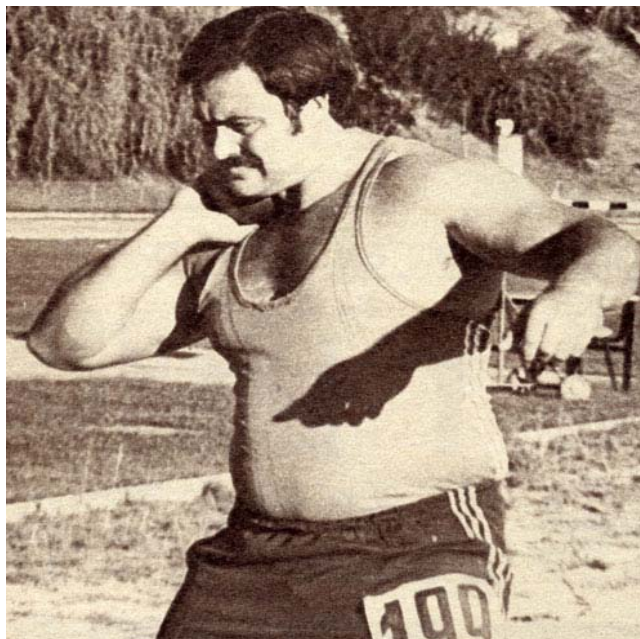
## HISTORIAL INTERNACIONAL

CpE	1977 - Varsovia	SF - Peso (7º/15,72)
	1979 - Ginebra	SF - Peso (6º/16,92)
	1981 - Atenas	B - Peso (6º/16,67)
	1983 - Praga	B - Peso (7º/16,55)
	1985 - Budapest	B - Peso (8º/15,71)
	1987 - Praga	A - Peso (7º/17,67)
	1989 - Gateshead	A - Peso (7º/15,68)
IberA	1983 - Barcelona	Peso (2º/17,19)
JMed	1987 - Latakia	Peso (6º/16,22)
Westath	1978 - Sittard	Peso (2º/17,17)
	1980 - Winterthur	Peso (2º/16,74)
	1982 - Dublín	Peso (2º/17,32)
	1984 - Lisboa	Peso (3º/17,33)
	1986 - Barcelona	Peso (3º/17,25)
	1988 - Bruselas	Peso (8º/14,22)
CEpc	1986 - Madrid	Peso (15º/16,11)
	1987 - Lievin	Peso (9º/16,89)

...		
Otros	1977 - San Sebastián	ESP-GBR (pc) - Peso (3º/15,46)
	1977 - Madrid	ESP-GRE-SUI - Peso (6º/15,51)
	1978 - Génova	ITA-ESP-BEL (pc) - Peso (4º/16,14)
	1978 - Cosford	GBR-ESP - Peso (4º/16,58)
	1978 - Atenas	GRE-ESP-BEL - Peso (5º/16,24)
	1978 - Venecia	ITA-ESP-POL - Peso (5º/16,14)
	1978 - Barcelona	ESP-NOR - Peso (3º/16,50)
	1979 - San Sebastián	ESP-ITA-GBR (pc) - Peso (4º/17,84)
	1979 - Bruselas	BEL-ESP-FIN-GRE - Peso (5º/16,69)
	1979 - Barcelona	ESP-ITA - Peso (3º/17,52)
	1979 - Ovre Ardal	NOR-ESP-SUI - Peso (4º/17,24); Disco (6º/50,58)
	1980 - Barcelona	ESPBEL-GRE - Peso (2º/17,49); Disco (4º/51,22)
	1981 - Turín	ITA-ESP-FRA (pc) - Peso (5º/17,35)
	1981 - Roma	ITA-ESP-GRE-URS - Peso (6º/17,38); Disco (8º/48,12)
	1982 - París	FRA-ESP-ITA (pc) - Peso (5º/16,49)
	1982 - Vigo	ESP-ITA-POR - Peso (2º/18,19)
	1983 - Valencia	ESP-FRA (pc) - Peso (4º/16,63)
	1983 - Salzburgo	AUT-ESP-FRA-SUI - Peso (4º/17,16)
	1983 - Vigo	ESP-FRA-POR - Peso (3º/16,46)
	1984 - Milán	UTA-ESP-URS (pc) - Peso (5º/16,72)
	1984 - Gateshead	ING-ESP-SWE - Peso (3º/17,67)
	1984 - Stgo. de Compostela	ESP-FIN-POR-Galicia - Peso (3º/16,67)
	1985 - Heslinki	FIN-ESP-HUN-ITA - Peso (7º/16,55)
	1986 - Madrid	ESP-GBR (pc) - Peso (3º/17,51)
	1986 - Mónaco	FRA-ESP-ITA-POL - Peso (6º/17,01)
	1987 - Génova	ITA-ESP-BUL (pc) - Peso (5º/17,59)
	1988 - Valencia	ESP-ITA-URS (pc) - Peso (5º/16,21)
	1988 - Forlì	ITA-ESP-FRG-HUN-TCH - Peso (8º/16,48)

## Progresión

Años	Peso	Disco	Martillo	Peso		
	a) artefactos juveniles (6kg - 1,5kg)			18,40	1	Barcelona 20.09.80
1973 -	13,70 (3)	43,62 (11)		18,34	1	Madrid 08.08.79
	b) artefactos absolutos			18,19	1B	Vanves 12.07.80
1974 -	13,80 (17)	40,60 (36)		18,19	1	Madrid 19.07.80
1975 -	14,34 (11)	43,10 (24)		18,19	2	Vigo 14.08.82
1976 -	15,18 (5)	46,00 (17)	41,60 (73)	18,11	1	Madrid 30.07.80
1977 -	16,50 (2)	48,00 (7)	39,52 (97)	18,06	1	Madrid 09.07.83
1978 -	17,17 (1)	49,88 (4)	37,52 (117)	18,05	1	Madrid 24.07.80
1979 -	18,34 (1)	52,54 (3)		18,03	1	Burlada 28.07.83
1980 -	18,40 (1)	52,04 (3)		17,99	1	Madrid 26.08.79
1981 -	17,98 (1)	50,48 (2)		17,99	1	San Sebastián 23.07.83
1982 -	18,19 (1)	53,48 (2)		17,98	1	Madrid 03.06.81
1983 -	18,06 (1)	54,66 (2)		17,97i	1	San Sebastián 14.02.81
1984 -	17,85 (1)	51,46 (7)		17,96	1	Madrid 15.05.83
1985 -	17,40 (1)	52,96 (4)		17,95	1	Madrid 16.09.81
1986 -	17,38 (1) / 17,51-i	48,42 (11)		17,94		St.Denis 10.07.80



1987 -	17,67 (1)	49,96 (8)		17,94	1	Madrid	15.05.81
1988 -	17,16 (1)	47,28 (12)		17,91	1	Madrid	06.07.83
1989 -	17,40 (1)	49,22 (5)		17,91	1	Madrid	13.07.83
1990 -	17,26 (3)	46,82 (17)		17,87	1	Barcelona	19.06.82
1991 -	15,92 (8)	44,30 (30)		17,85	3	Sevilla	19.05.84
1992 -	15,18 (10)	45,40 (22)	15,41 (9) pista no hom.				
1993 -	14,82 (19)						
1994 -	sin actividad			18,48	1	Madrid	30.06.82
1995 -	14,25 (47)	41,78 (72)					

*Otras marcas personales*

Disco 54,66 - Burlada - 27.07.83  
Martillo 41,60 - Madrid - 16.10.76

**Récords de España absolutos (aire libre)**

Peso 18,34 - Madrid - 08.08.79  
18,40 - Barcelona - 20.09.80  
Nota: El 30.06.82 (Madrid) lanzó 18,48 pero a uno de los dos pesos utilizados le faltaban 19 gramos

**Récords de España absolutos (pista cubierta)**

Peso: 17,29 y 17,84 - S.Sebastián 10.02.79  
Nota: Su 17,97 (S.Sebastián 14.02.81) no fue reconocido como mejor marca por competir en solitario

**Mejores marcas por edades (hasta 22 años)**

Peso de 22 años en 1978