

# Manuel Augusto ALONSO (11.06.1930 - 31.7.2016, Vigo, Pontevedra -) - 1,65m/63kg



Año	1500m	3000m	5000m	3000m st.	Otras marcas
1949 -	4.33.1				
1950 -	4.20.4 (21)		17.01.4		2.09.5 - 2.50.5 (16) - 6.02.8 (6)
1951 -	4.20.3 (24)				
1952 -	4.26.8				
1953 -	4.08.6 (7)	9.03.8 (6)			2.42.0 (7)
1954 -	4.03.7 (6)	8.49.6 (4)	15.23.0 (8)		2.02.0 (19) - 2.35.8 (5)
1955 -	4.03.4 (7)	8.46.8 (3)	15.23.0 (11)	9.34.4 (3)	2.38.5 (9)
1956 -	4.02.6 (3)	8.36.8 (3)	14.46.0 (4)	9.25.4 (1)	2.01.8 (22) - 2.37.8 (7) - 5.29.2 (2) y 34.52.0 (28)
1957 -	4.00.1 (6)	8.24.8 (3)	14.31.4 (4)	9.15.6 (1)	2.02.4 (39)
1958 -	3.50.4 (2)	8.23.0 (3)	14.16.6 (1)	8.56.2 (1)	1.53.2 (4) - 5.31.4 (2)
1959 -	3.53.8 (5)	8.24.8 (5)	14.31.4 (4)	9.06.2 (1)	1.56.7 (13)
1960 -	3.54.8 (8)		14.32.0 (7)	9.04.8 (1)	
1961 -	4.03.6 (18)	8.26.6 (3)	14.23.0 (1)	8.48.6 (1)	30.55.4 (3) (30.58.2 versión errónea)
1962 -	3.51.8 (5)		14.24.8 (4)	9.08.0 (1)	1.59.0 (35)
1963 -	4.01.2 (24)		14.46.2 (6)	9.13.4 (4)	5.23.1 (2) - 4.15.6 st.(1)
1964 -	3.55.2 (9)		14.14.6 (4)	8.56.0 (3)	1.57.0 (38) - 31.35.6 (13)
1965 -	3.58.4 (20)	8.14.4 (4)	14.36.6 (8)	9.05.0 (2)	2.00.3 (86)
1966 -	3.57.0 (18)		14.17.2 (6)	9.15.0 (6)	2.02.4 - 32.38.6 (28) - 4.20.5 st.(4)
1967 -	4.01.0 (39)	8.38.2 (14)	14.40.0 (11)	9.16.0 (5)	2.02.8 - 2.32.2 (29) - 4.27.8 st.(15)
1968 -	4.00.3 (35)	8.35.8 (18)	14.53.2 (19)	9.06.8 (3)	2.07.2 - 30.48.4 (10) - 4.19.4 st.(7)
1969 -	4.09.3	8.39.0 (23)	14.57.2 (23)	9.16.2 (14)	31.10.0 (20) (no 19, falta 31.08.6 Or.)
1970 -			15.21.0 (56)		2.06.3 - 30.51.6 (13)
1971 -	4.06.6		15.00.8 (35)		
1972 -	4.08.0		15.20.0 (83)		32.12.8 (59)
1973 -	4.07.8		15.17.0 (79)	9.41.4 (59)	
1974 -	4.00.3 (96)		15.19.0 (100)	9.34.4 (48)	32.47.0 (70)
1975 -	4.14.5	8.51.4	15.21.2		5.41.8 - 32.20.0 (71)
1976 -	4.10.6	8.51.2	15.28.8	9.53.8	2.13.2
1977 -	4.10.2	8.46.8 (44)	15.11.5 (86)	9.46.2 (93)	32.07.5 (61)
1978 -	4.12.4	8.57.6	15.03.4 (78)	10.06.4(152)	2.09.3 - 32.13.2 (81)
1979 -	4.17.6		15.21.6		2.11.5
1980 -	4.14.3	9.02.1	16.04.2	10.08.1	2.13.7 - 2.49.8
1981 -	4.21.5	9.19.2	15.46.4		2.52.2 - 33.27.7
1982 -	4.21.2	9.18.4	16.29.39		2.14.9 - 2.50.4 - 6.01.1
1983 -	4.27.3	9.23.2		10.29.6	2.54.5 - 6.04.0
1984 -	4.25.2	9.37.9	16.37.2		2.17.8
1985 -	4.29.0	9.37.2	16.54.10	10.52.00	2.55.1 - 6.15.8 - 35.01.94
1986 -	4.37.3	9.45.1	17.51.5		2.23.9
1987 -	4.41.8	9.51.4	17.41.0		2.23.9

32 veces internacional absoluto (1955-1968)

**Récords de España absolutos**

5000m 14.18.0 - Estocolmo - 21.08.58  
 14.16.6 - La Coruña - 14.09.58  
 1500m st. 4.15.6 - La Coruña - 08.10.63 (mejor marca, prueba oficial sólo en junior)  
 3000m 9.25.4 - Oviedo - 21.07.56  
 st. 9.15.6 - La Coruña - 21.07.57  
 9.06.6 - S.Sebastián - 13.07.58  
 8.56.2 - Estocolmo - 20.08.58  
 8.48.6 - La Coruña - 19.08.61

4x1500m 16.10.8 en 1960

Nota: 2 récords no homologados en 3000m st. (Reglamentación IAAF agosto 1954)

9.21.8 - Barcelona - 01.05.57 (pista Montjuic 500m)

9.03.2 - Bruselas - 27.07.58 (pista Heysel 443m)

Mejores marcas españolas por categorías (de 5 en 5 años, a partir de +35)

+ 35 (3000m 8.14.4 en 1965, 5000m 14.43.6 en 1965 y 14,17,2 en 1966, 1500m st. 4.20.5 en 1966 y 4.19.4 en 1968, 3000m st. 9.05.0 en 1965)

+ 40 (800m 2.06.3 en 1970, 1500m 4.06.6 en 1971 y 4.00.3 en 1974, 5000m 15.21.0 en 1970 y 15.00.8 en 1971, 10000m 32.12.8 en 1972, 3000m st. 9.41.4 en 1973 y 9.34.4 en 1974 Mejor Marca Mundial)

+ 45 (800m 2.13.2 en en 1976 y 2.09.3 en 1978, 1500m 4.19.4 en 1975, 4.10.6 en 1976 y 4.10.2 en 1977, 3000m 8.51.4 en 1975, 8.51.2 en 1976 y 8.46.8 en 1977, 5000m 15.21.2 en 1975, 15.11.5 en 1977 y 15.03.4 en 1978, 10000m 32.07.5 en 1977, 3000m st. 9.53.8 en 1976 y 9.46.2 en 1977, ambas Mejores Marcas Europeas)

+ 50 (1500m 4.19.0 en 1980, 3000m 9.19.2 en 1981 y 9.18.4 en 1982, 5000m 15.46.4 en 1981, 10000m 33.27.7 en 1981, 3000m st. 10.26.9 en 1980)

+ 55 (1500m 4.29.0 en 1985, 3000m 9.45.1 en 1986, 10000m 35.01.94 en 1985, 3000m st. 10.52.00 en 1985)

#### Puestos anuales en el ranking mundial y europeo (entre los 100 primeros del mundo)

1958 - 5000m 14.16.6 (59-M y 56-E), 3000m st. 8.56.2 (38-M y 37-E)

1959 - 3000m st. 9.06.2 (91-M y 85-E)

1960 - 3000m st. 9.04.8 (97-M y 85-E)

1961 - 3000m st. 8.48.6 (28-M y 25-E), 5000m 14.23.0 (97-M y 88-E)

Nota: Con 8.48.6 fue 59-M y 54-E en el all-time hasta 1961

#### Marcas:

1500m	3.50.4	1	Barcelona	15.06.58	
	3.51.8	1	Edenboken	16.09.62	
	3.53.4	6	Stuttgart	24.05.58	
	3.53.8	1	Barcelona	29.06.58	
	3.53.8	5	S.Sebastián	25.07.59	
	3.53.9	2	Mónaco	03.08.58 (6)	

#### Juegos Mediterráneos 1959-Beirut

3000m st. Medalla de plata (9.06.2)

#### Juegos Iberoamericanos 1960-Sntgo.Chile

3000m st. Medalla de plata (9.04.8)

3000m	8.14.4	4	La Coruña	25.07.65
	8.23.0	3-4	Barcelona	28.06.58
	8.24.7	2	Kircheim	09.09.58
	8.24.8	2	Barcelona	04.08.57
	8.24.8	2	La Coruña	03.09.59
	8.25.0	4	La Coruña	20.06.59
	8.25.6	3	Reus	21.09.58
	8.26.6	6	París	26.05.61 (8)

5000m	14.14.6	3	S.Sebastián	04.07.64
	14.16.6	1	La Coruña	14.09.58
	14.17.2	3	Bilbao	18.06.66
	14.18.0	8e2	Estocolmo	21.08.58
	14.23.0	2	Vigo	01.05.61
	14.24.8	2	La Coruña	18.08.62
	14.26.0	1	Manresa	28.06.64
	14.27.0		Södertälje	22.09.62
	14.31.4	4	Barcelona	28.07.57
	14.31.4	2	La Coruña	06.09.59 (10)
	14.31.8	2	Madrid	14.05.66
	14.32.0	2	Barcelona	18.09.60
	14.33.2	4	Barcelona	25.10.59
	14.33.6	4	Barcelona	20.09.58
	14.34.2	1	Sabadell	14.07.62
	14.35.0	2	Buenos Aires	05.11.60 (16)

3000m	8.48.6	1	La Coruña	19.08.61
-------	--------	---	-----------	----------

steeple	8.56.0	1	Bilbao	19.06.64
	8.56.2	7e1	Estocolmo	20.08.58
	8.58.4	3	Bilbao	19.07.64
	9.02.2	1	Barcelona	24.09.61
	9.03.2	1	Bruselas	27.07.58
	9.03.2	2	S.Sebastián	05.07.64
	9.04.8	2	Santiago Ch.	16.10.60
	9.04.8	1	La Coruña	13.09.58
	9.05.0	3	Bourges	11.07.65 (10)
	9.05.0	1	Barcelona	15.08.61
	9.05.3	1	Belluno	16.07.61
	9.05.8	1	Barcelona	31.05.64
	9.06.0	1	Buenos Aires	06.11.60
	9.06.2	2	Beirut	22.10.59
	9.06.6	1	S.Sebastián	13.07.58
	9.06.8	1	S.Sebastián	04.10.59
	9.06.8	4	La Coruña	17.08.68
	9.07.4	1	Manresa	29.06.64
	9.08.0	1	La Coruña	19.08.62 (20)
	9.09.6	1	Madrid	19.09.64
	9.09.8	1	Barcelona	13.09.59
	9.09.8	2	Madrid	17.07.65
	9.10.2	1	Lisboa	27.09.58
	9.10.8	1	Burdeos	22.07.62
	9.11.0	1	Södertälje	23.09.62
	9.11.6	2	Madrid	16.06.65
	9.12.0	1	Lisboa	30.07.61
	9.12.2	1	Tolosa	18.07.59
	9.12.2	1	Sabadell	15.07.62 (30)
	9.12.6	1	Atenas	27.09.64
	9.12.8	1	Viena	08.08.59
	9.13.2	2	Ginebra	25.09.60
	9.13.4	1	Madrid	06.10.63
	9.13.6	3	Estocolmo	20.09.62
	9.14.0	1	Estambul	08.08.65
	9.14.6	1	Madrid	18.06.61
	9.14.8	1	Manresa	11.04.65 (38)
	9.14.8	2	Madrid	20.07.65 (39)
	9.15.0	1	Sabadell	23.10.66 (40)
	9.15.0	3	Madrid	08.09.68
	9.15.4	3	S.Sebastián	15.08.59
	9.15.6	1	La Coruña	21.07.57
	9.15.8	1	Lisboa	19.07.58
	9.15.8	5	La Coruña	14.08.64
	9.16.0	2	La Coruña	08.07.67
	9.16.2	4	La Coruña	27.08.69 (47)

#### Otras marcas personales

800m	1.53.2	6	Stuttgart	25.05.58
1000m	2.32.2	3	Madrid	21.05.67
2000m	5.23.1	2	Oviedo	12.10.63
10000m	30.48.4	5	Vigo	21.08.68

#### Campeón de España absoluto

5000m - 1961 (14.38.8)  
 3k st. - 1956 (9.25.4), 1957 (9.15.6), 1958  
 (9.06.6), 1959 (9.12.2), 1960 (9.20.6),  
 1961 (9.05.0), 1962 (9.08.0), 1964  
 (9.09.6)

-----

Nota final: Queda pendiente investigar su faceta veterana a partir de 1970 (+40) sólomente en lo que se refiere a títulos en los Campeonatos de las distintas categorías (Mundo, Europa, España)