

Trihas Gebre



Wukro (Etiopía), 29.04.1990 - 1,63m / 46kg
 Entrenador: Juan del Campo / Luis Miguel Martín
 Club 2020: Bilbao Atletismo
 Internacional: 16 (2014-2019)
 Nacionalidad española desde el 14.11.2014

Historial Español

Plusmarquista de España de Medio Maratón (1:09:51 en 2018)
 Plusmarquista de España de 20km (1:06:20 en 2017)
 Plusmarquista de España de 15km (49:22 en 2019)
 Plusmarquista de España de 10km (31:39 en 2019)
 Campeona de España Absoluta de campo a través (2015-2016-2017-2018-2019)
 Campeona de España Absoluta de 10.000m (2016-2017-2019)
 Campeona de España Absoluta de 5.000m (2016)

Récords de España y Mejores Marcas

Absoluto. 10km Ruta: 31:39 (2019)
 Absoluto. 15km Ruta: 49:22 (2019)
 Absoluto. 20km Ruta: 1:06:20 (2017)
 Absoluto. Medio maratón: 1:09:57 (2017), 1:09:51 (2018)

Historial Internacional

JJOO	2016 - Río de Janeiro	10.000m (29 ^a /32:09.67)
CM	2015 - Pekín	10.000m (16 ^a /32:20.87)
CE	2016 - Amsterdam	10.000m (10 ^a /32:20.45)
	2018 - Berlín	Maratón (9 ^a /2:32:13); Equipos (3 ^a)
CESel	2015 - Cheboksary	5.000m (7 ^a /16:34.94)
CM-MedMar	2018 - Valencia	Medio maratón (33 ^a /1:12:02)
CpE10000	2015 - Chia-Pula	10.000m (1 ^a /32:14.94)
Ibérico	2016 - Maia	10.000m (1 ^a /32:14.25)
CM-cross	2015: (15 ^a); 2017 (20 ^a); 2019 (Abandono)	
CE-cross	2014: (13 ^a); 2015 (11 ^a); 2016 (7 ^a); 2017 (13 ^a); 2018 (12 ^a)	
CpE-crossClubes	Podios individuales: 2016 (3 ^a); 2017 (2 ^a); 2019 (3 ^a)	

como atleta etíope

AfrC 2007 - Ouagadougou 3.000m Obstáculos (3^a/10:17.30)

Progresión Año/Edad	Club	Puesto		Puesto		Puesto	
		5.000m	Rank. ESP	10.000m	Rank. ESP	Medio Maratón	Rank. ESP
2012 (22)	Atletismo Santutxu	15:39.01	-	-	-	-	-
2013 (23)	Atletismo Santutxu	15:35.96	-	32:09.39	-	-	-
2014 (24)	Atletismo Santutxu	16:12.07	-	33:09.39	-	-	-
2015 (25)	Bilbao Atletismo	15:27.94	(2)	32:14.94	(1)	-	-
2016 (26)	Bilbao Atletismo	15:43.60	(2)	32:09.67	(1)	-	-
2017 (27)	Bilbao Atletismo	16:30.20	(9)	32:11.67	(1)	1:09:57	(1)
2018 (28)	Bilbao Atletismo	-	-	-	-	1:09:51	(1)
2019 (29)	Bilbao Atletismo	-	-	31:55.01	(1)	1:10:03	(1)
2020 (30)	Bilbao Atletismo	-	-	-	-	-	-

Otras marcas

3.000m: 9:11.98 (2013), ESP: 9:17.10 (2015); 3.000m obstáculos: 10:13.73 (2008); 5km: 15:56+ (2019); 10km: 31:39 (2019); 15km: 49:22+ (2019); 20km: 1:06:20+ (2017); Maratón: 2:32:13 (2018)