

Carlos Mayo



Madrid, 18.09.1995 - 1,79m / 65kg

Entrenador: Juan Carlos Galán

Club 2022: C.A. Adidas

Internacional: 11 (2016-2022)

Historial Español

Campeón de España Absoluto de 5.000m (2021)
 Campeón de España Absoluto de 10.000m (2022)
 Campeón de España Absoluto de campo a través (2020-2021)
 Campeón de España Sub23 de 5.000m (2015-2016)
 Campeón de España Sub23 de 10.000m (2015)
 Campeón de España Sub20 de 5.000m (2014)
 Campeón de España Sub20 de 10.000m (2014)
 Campeón de España Sub23 de campo a través (2015)
 Campeón de España Sub20 de campo a través (2014)

Historial Internacional

JJO	2021 - Tokio	10.000m (13 ^º /28:04.71)
CE	2016 - Ámsterdam	5.000m (13 ^º /13:58.22)
CE-Sel	2017 - Lille	3.000m (3 ^º /7:58.97)
	2021 - Chorzów	5.000m (3 ^º /13:18.15)
CE-pc	2017 - Belgrado	3.000m (8 ^º /8:06.15)
CpE-10000m	2017 - Minsk	10.000m (3 ^º /28:48.41)
	2021 - Birmingham	10.000m (3 ^º /27:25.00)
	2022 - pacé	10.000m (2 ^º A/27:53.12)
IberAm	2022 - La Nucía	5.000m (1 ^º /13:51.12)
CE-s23	2015 - Tallinn	5.000m (3 ^º /13:55.19)
	2017 - Bydgoszcz	5.000m (3 ^º /14:15.07); 10.000m (1 ^º /29:08.06)
CM-s20	2014 - Eugene	5.000m (14 ^º /14:19.22); 10.000m (10 ^º /29:52.31)
CE-cross	2013 sub20 (35 ^º); 2014 sub20 (2 ^º); 2015 sub23 (2 ^º); 2016 sub23 (2 ^º); 2017 sub23 (5 ^º); 2019 (13 ^º); 2021 (11 ^º)	

Progresión Año/Edad	Club	Puesto		Puesto	
		5.000m	Rank. ESP	10.000m	Rank. ESP
2011 (16)	Simply-Scorpio 71	16:19.84	(30s18)	-	
2012 (17)	Simply-Scorpio 71	15:53.18	(18s18)	-	
2013 (18)	Simply-Scorpio 71	-		-	
2014 (19)	Simply-Scorpio 71	14:13.66	(12/2s20)	29:52.31	(13/1s20)
2015 (20)	Simply-Scorpio 71	13:36.80	(6/1s23)	28:53.95	(5/1s23)
2016 (21)	C.A. Adidas	13:34.95	(4/1s23)	-	
2017 (22)	C.A. Adidas	13:47.48	(6/1s23)	28:48.41	(4/1s23)
2018 (23)	C.A. Adidas	-		-	
2019 (24)	C.A. Adidas	13:46.69	(10)	-	
2020 (25)	C.A. Adidas	-		-	
2021 (26)	C.A. Adidas	13:18.15	(2)	27:25.00	(1)
2022 (27)	C.A. Adidas	13:51.12		27:38.59	

Otras marcas

800m: 2:01.51 (203); 1.500m: 3:36.44 (2021), 3:49.01pc (2016); 2.000m: 5:11.90 (2019); 3.000m: 7:48.29al (2021), 7:45.54pc (2021); 5km ruta: 13:49+ (2022); 10km ruta: 27:53 (2022); Medio Maratón: 1:00:06 (2020) (1 RkESP)