

Ricardo Serrano



Toledo, 29.10.1980 - 1,81m/64kg
 Entrenador: Jesús Peinado
 Club 2011/2012: Otsu-Colibri Guadalajara
 Internacional: 15 (2003-2011)

Historial Español

Campeón de España de Medio maratón (2007)
 Campeón de España de 10.000m (2001)

Historial Internacional

CE	2006 - Gotemburgo	10.000m (10º/28:38.40)
CpE-10000	2004 - Maribor	10.000m (1º/29:59.93)
	2005 - Barakaldo	10.000m (3º/28:19.20)
	2006 - Antalya	10.000m (2º/28:50.18)
	2008 - Estambul	10.000m (18º/30:28.58)
	2011 - Oslo	10.000m (abandono)
JM	2005 - Almería	10.000m (4º/29:16.87)
CE-j	1999 - Riga	5.000m (7º/14:25.29)
CM-mmaraton	2007 - Udine	Medio Maratón (31º/1h02:09)
CM-cross	1999: junior (54); 2004: (33); 2006: (65); 2011 (89)	
CE-cross	2003: (32); 2004: (16); 2005: (55); 2010 (19)	

Progresión

Año/Edad	Club	5.000m	Puesto		Puesto	
			Rank. ESP	10.000m	Rank. ESP	
1999 (19)	Puma Sevilla Abierta	14:25.49	(29 / 1jr)	-		
2000 (20)	Puma Sevilla Abierta	14:15.54	(38)	-		
2001 (21)	Sevilla Abierta	14:26.99	(49)	-		
2002 (22)	Sevilla Abierta	13:58.85	(26)	-		
2003 (23)	Sevilla Abierta	14:15.87	(30)	-		
2004 (24)	Joma Sport	14:16.64	(41)	29:59.93	(21)	
2005 (25)	Joma Sport	13:50.39	(9)	28:19.20	(5)	
2006 (26)	Joma Sport	13:40.41	(9)	28:22.95	(4)	
2007 (27)	Joma Sport	13:37.47	(7)	28:43.58	(4)	
2008 (28)	Joma Sport	-		30:28.58	(23)	
2009 (29)	CCM Guadalajara	13:54.92	(14)	28:45.87	(6)	
2010 (30)	CCM Brooks Guadalajara	LESIONADO				
2011 (31)	Kakewake Li Ning Guadalajara			28:42.91	(3)	

Otras marcas

800m: 1:56.01 (1999); 1.500m: 3:48.71 (2007); 3.000m: 7:57.06 (2005); 10km: 28:40 (2003); Medio maratón: 1h02:09 (2007)
 Maratón: 2h13:32 (2011)

Todos sus maratones

2h13:32 6 Berlín (GER) 25.09.2011