

María Vasco



Viladecans (Barcelona), 26.12.1975 - 1,56m/45kg
 Entrenador: Rafael Sánchez
 Club 2011/2012: C.A. Maria Vasco
 Internacional: 36 (1996-2012)

Historial Español

Recordwoman de España Absoluta de 20km en ruta (1:27:25 en 2008)
 Recordwoman de España Absoluta de 10 km.marcha en ruta (43:02 en 1998) y 20km (1:27:36 en 2004)
 Recordwoman de España Absoluta de 5 km.marcha en ruta (21:04 en 2005)
 Recordwoman de España Absoluta de 3.000m marcha en pista (12:20.44 en 2004)
 Mejor Marca de Veteranas F+35 de 5000 metros marcha pista (21.15.57 en 2012)
 Mejor Marca de Veteranas F+35 de 10000 metros marcha pista (44.45.18 en 2011)
 Mejor Marca de Veteranas F+35 de 10 kilómetros marcha ruta (43.43 en 2012)
 Mejor Marca de Veteranas F+35 de 20 kilómetros marcha ruta (1h.28.14 en 2012)
 Campeona de España Absoluta de 10 km ruta (1996) y pista aire libre (1997-98-99-2001-2002-2003-2004-2005)
 Campeona de España Absoluta de 20km ruta (1998-2001-2002-2003-2004)
 Campeona de España Júnior de 5.000m marcha en ruta (1992-93-94)
 Campeona de España Júnior de 5 km marcha en ruta (1992-93-94)
 Campeona de España Júnior de 3.000m marcha en pista cubierta (1993)
 Campeona de España Promesa de 5.000m marcha en pista al aire libre (1997)
 Campeona de España Cadete de 2.000m marcha en pista cubierta (1990-91)
 Mejor Atleta Española en 2000

Récords de España Absolutos

PISTA: 3.000m: 13:02.6 (1997) 12:20.44 (2004)
 PISTA: 5.000m: 21:36.22 (1997) 21:18.58 (2004); 20:57.11 (2007)
 PISTA: 10.000m: 44:51.60 (1996); 44:43.23 (1997); 44:02.97 (1998); 43:30.22 (2000); 43:02.04 (2001)
 RUTA: 5km: 21:19 (2004); 21.04 (2005)
 RUTA: 10km: 43:02 (1998); 20km: 1:34:11 (1998); 1:30:20 (2000); 1:30:09 (2001); 1:28:47 (2002); 1:28:10 (2003); 1:27:36 (2004)
 1:27:25 (2008)

Historial Internacional

JJOO	1996 - Atlanta	10km (28 ^a /46:09)
	2000 - Sidney	20km (3 ^a /1:30:23)
	2004 - Atenas	20km (7 ^a /1:30:06)
	2008 - Pekín	20km (5 ^o /1:27:25)
	2012 - Londres	20km (10 ^a /1:28:14)
CM	1995 - Gotemburgo	10km (26 ^a /45:05)
	1999 - Sevilla	20km (10 ^a /1:33:35)
	2001 - Edmonton	20km (5 ^a /1:30:19)
	2003 - París	20km (abandono)
	2005 - Helsinki	20km (4 ^a /1:28:51)
	2007 - Osaka	20km (3 ^a /1:30:47)
CE	2009 - Berlín	20km (abandono)
	2011 - Daegu	20km (13 ^a /1:32:42)
	1998 - Budapest	10km (5 ^a /43:02)
	2002 - Munich	20km (abandono)
CpM-m	2006 - Gotemburgo	20km (15 ^a /1:32:50)
	2010 - Barcelona	20km (abandono)
	1995 - Pekín	10km (26 ^a /45:40)
CpE-m	1997 - Podebrady	10km (22 ^a /43:54)
	1999 - Mezidon	20km (23 ^a /1:32:38)
	2002 - Turín	20km (8 ^o /1:30:57)
	2004 - Naumburg	20km (3 ^a /1:27:36)
	2008 - Cheboksary	20km (5 ^a /1:29:39)
	2010 - Chihuahua	20km (1 ^a /1:31:55)
	2012 - Saransk	20km (abandono)
CpE-m	1996 - La Coruña	10km (13 ^a /45:39)
	1998 - Dudince	10km (7 ^a /43:23)
	2000 - Eisenhüttenstadt	20km (abandono)
	2001 - Dudince	20km (7 ^a /1:30:11)

	2003 - Cheboksary	20km (3ª/1:28:10)
	2007 - Leamington	20km (5ª/1:29:17)
	2009 - Metz	20km (1ª/1:32:53)
	2011 - Olhao	20km (4ª/1:31:41)
JMed	2005 - Almería	20km (2ª/1:34:28)
CpE23	1997 - Turku	10km (2ª/44:01)
CM-j	1990 - Plovdiv	5.000m (p) (15ª/23:47.98)
	1992 - Seul	5.000m (p) (6ª/22:34.26)
	1994 - Lisboa	5.000m (p) (4ª/21:47.47)
CE-j	1993 - San Sebastián	5.000m (p) (4ª/22:40.83)
Otros	1995 - Fougeres	7N: 10km (12ª/45:59)
	2000 - Leamington	Encuentro Int.: 20km (4ª/1:30:20)

Progresión			Puesto			Puesto	
Año/Edad	Club	5.000m M (p)	5km M (r)	10km (r)	Rank. ESP	20km (r)	Rank. ESP
1990 (15)	-	23:47.98	23:05	-	-	-	-
1991 (16)	C.N.Barcelona	23:27.4	23:17	-	-	-	-
1992 (17)	C.N.Barcelona	22:29.3	22:28	-	-	-	-
1993 (18)	C.N.Barcelona	22:40.83	22:32	47:11	(5 / 1jr)	-	-
1994 (19)	C.N.Barcelona	21:47.47	22:00	47:05	(3 / 1jr)	-	-
1995 (20)	C.N.Barcelona	23:11.4	22:14	44:53	(2)	-	-
1996 (21)	C.N.Barcelona	21:41.4	22:04	45:39 / 44:51.60p	(3)	-	-
1997 (22)	C.N. Barcelona T2	21:36.22	22:31+	43:54	(1)	-	-
1998 (23)	Transports T2 L'H C.N.B.	22:13.2	21:43	43:02	(1)	1:34:11	(1)
1999 (24)	Transports T2 L'H C.N.B.	22:08.6	21:26	43:35	(1)	1:32:28	(2)
2000 (25)	Integra 2 L'H C.N.B.	22:12.8	22:08	44:36/43:33.92p	(3)	1:30:20	(1)
2001 (26)	Integra 2 L'H C.N.B.	-	-	43:59/ 43:02.04p	(1)	1:30:09	(1)
2002 (27)	Independiente	22:16.0	21:38	43:51	(1)	1:28:47	(1)
2003 (28)	Playas de Jandía	22:09.65	21:40	44:22	(1)	1:28:10	(1)
2004 (29)	Playas de Jandía	21:18.58	21:19	44:07+	-	1:27:36	(1)
2005 (30)	F.C. Barcelona	21:35.47	21:04	43:59	(1)	1:28:51	(1)
2006 (31)	C.A. Montbui	21:25.28	22:06	44:43+	(1)	1:32:50	(2)
2007 (32)	AE Blanc i Bleu	20:57.11	21:22	45:28+	(1)	1:29:17	(1)
2008 (33)	AE Blanc i Bleu	21:12.09	22:21+	43:21	(1)	1:27:25	(1)
2009 (34)	C.A. María Vasco	21:48.44	22:11	43:27	(1)	1:32:53	(2)
2010 (35)	C.A. María Vasco	21:38.28	23:30	44:43	(3)	1:31:55	(4)
2011 (36)	C.A. María Vasco	21:50.90	22:30	46:08/44:45.18p	(5)	1:31:41	(3)
2012 (37)	C.A. María Vasco	21:15.57	22:31	43:43	(1)	1:28:14	(2)

Otras marcas

3km: 13:06 (2007); 3.000m M (p): 12:20.44 (2004); Medio Maratón: 1:23:42 (2013)

www.rfea.es

Todos sus 20km

1:27:25	5	Pekín, CHN	21.08.2008
1:27:36	3	Naumburg, GER	02.05.2004
1:28:10	3	Cheboksary, RUS	18.05.2003
1:28:14	10	Londres, GBR	11.08.2012
1:28:39	5	Cheboksary, RUS	11.05.2008
1:28:47	1	La Coruña	16.03.2002
1:28:51	4	Helsinki, FIN	07.08.2005
1:28:54	2	Pontevedra	04.03.2012
1:29:07	2	Tijuana, MEX	20.03.2004
1:29:17	5	Leamington, GBR	20.05.2007
1:29:51	1	Zaragoza	08.02.2004
1:30:05	3	La Coruña	09.06.2012
1:30:06	7	Atenas, GRE	23.08.2004
1:30:09	1	El Prat de Llobregat	18.02.2001
1:30:11	7	Dudince, SVK	19.05.2001
1:30:19	5	Edmonton, CAN	09.08.2001
1:30:20	4	Leamington, GBR	23.04.2000
1:30:23	3	Sidney, AUS	28.09.2000
1:30:47	3	Osaka, JPN	31.08.2007
1:30:57	8	Turín, ITA	12.10.2002
1:31:16	2	Orense	16.02.2003
1:31:17	1	Rubi	17.02.2002

1:31:41	4	Olhao, POR	21.05.2011
1:31:45	1	Mataró	04.02.2007
1:31:47	2	El Prat de Llobregat	27.01.2008
1:31:49	3	Benicassim	06.03.2011
1:31:55	1	Chihuahua, MEX	15.05.2010
1:32:02	4	Rio Maior, POR	03.04.2004
1:32:09	3	Santa Eulalia des Rius	07.03.2010
1:32:11	2	Castro Urdiales	17.02.2008
1:32:18	2	El Prat de Llobregat	27.02.2005
1:32:38	23	Mezidon-Canon, FRA	02.05.1999
1:32:42	13	Daegu (KOR)	31.08.2011
1:32:50	15	Göteborg, SWE	09.08.2006
1:32:53	1	Metz, FRA	24.05.2009
1:33:12	1	Mollet del Vallés	18.03.2001
1:33:35	10	Sevilla	27.08.1999
1:34:11	1	Orense	22.02.1998
1:34:21	2	Viladecans	22.01.2006
1:34:28	2	Almería	30.06.2005
1:34:56	1	Rubí	11.01.2004
1:35:10	2	Torreveja	21.03.1999
1:37:31	6	México D.F., MEX	21.04.2001
Abandono	-	Cieza	19.03.2000
Abandono	-	Eissenhutzenstadt, GER	17.06.2000
Abandono	-	Munich, GER	07.08.2002
Abandono	-	Saint Denis, FRA	24.08.2003
Abandono	-	Rio Maior, POR	02.04.2005
Abandono	-	Rio Maior, POR	14.04.2007
Abandono	-	Berlín, GER	16.08.2009
Abandono	-	Barcelona	28.07.2010
Abandono	-	Saransk, RUS	13.05.2012
Descalificada	-	Santa Eulalia des Rius	04.03.2007