

## RÈCORDS DE CATALUNYA ABSOLUTS (M)

Prova	Marca	Atleta	Any	Club	Data	Lloc
100	10.28	Jordi MAYORAL RODRIGUEZ	73	GEIE Gironí	10/07/96	Sierra Nevada
200	20.51	Sergio RUIZ SERRANO	89	JA Sabadell	12/06/13	Salamanca
400	44.96	Gaietà CORNET PAMIES	63	CG Tarragona	12/08/89	Estadi Olímpic-BCN
800	1:45.58	Miguel QUESADA VELASCO	79	JA Sabadell	19/07/08	Estadi Olímpic-BCN
1000	2:17.45	Reyes ESTEVEZ LOPEZ	76	Adidas RT	5/09/00	Andújar
1500	3:30.57	Reyes ESTEVEZ LOPEZ	76	Adidas RT	24/08/99	Sevilla
1 Milla	3:50.54	Jose Manuel ABASCAL GOMEZ	58	Independent	18/09/86	Roma (ITA)
2000	4:52.40	Jose Manuel ABASCAL GOMEZ	58	Independent	7/09/86	Santander
3000	7:35.28	Adel MECHAAL MECHAAL	90	New Balance	1/07/17	París (FRA)
5000	13:07.59	José RIOS ORTEGA	74	Fila DCFC	1/08/00	Estocolm (SWE)
* Nac. 22/7/15	13:05.61 *	Ilias FIFA TEMSAMANI	89	FC Barcelona	4/06/15	Roma (ITA)
10000	27:22.20	José RIOS ORTEGA	74	Fila DCFC	12/08/00	Gijón
20000	1:02:29.9	Amado HERNANDEZ LOPEZ	52	AE Antorxa	19/04/81	Serrahima-BCN
1 Hora	19.174 m	Amado HERNANDEZ LOPEZ	52	AE Antorxa	19/04/81	Serrahima-BCN
25000	1:21:21.0	Jose Luis ZARCO CABALLERO	55	GG Lluisos	10/03/85	Granollers
30000	1:40:16.0	Domingo CATALAN LERA	48	FC Barcelona	16/09/79	Sabadell
110 t (1.067)	13.33	Jackson QUIÑONEZ VERMAZA	80	FC Barcelona	30/08/07	Osaka (JPN)
400 t (0.914)	50.27	Javier DELGADO OSORIO	96	FC Barcelona	26/06/16	Toledo
3000 o. (0.914)	8:12.86	José Luis BLANCO QUEVEDO	75	Aquadiver-GEIEG	20/06/06	Huelva
Alçada	2.30	Gustavo A. BECKER LASSO	66	Kelme	4/07/92	Eberstadt (GER)
Perxa	5.75	Javier GARCIA CHICO	66	Kelme	7/08/92	Estadi Olímpic-BCN
Llargada	8.23	Antonio CORGOS CERVANTES	60	FC Barcelona	24/08/80	Madrid
Triple	16.59 (pc)	Alvaro BARTOLOME ESTEVEZ	75	FC Barcelona	20/02/99	Sevilla
	16.58	Eduardo PEREZ NEILA	78	Larios AAM	9/08/98	Hagenau (FRA)
Pes (7.260 Kg.)	18.56	Carles GERONES SIERRA	75	FC Barcelona	1/07/97	Mataró
Disc (2 Kg.)	58.76	José Luis VALENCIA GIL	74	Airtel AAM	3/07/99	Serrahima-BCN
Javelina (800 g.)	73.88	Jordi SANCHEZ FERNANDEZ	85	FC Barcelona	26/07/14	Alcobendas
Martell (7.260 Kg.)	75.42	Moisés CAMPENY BRUGUE	79	FC Barcelona	23/02/03	Jaén
Decatló	7.845 p	Agustín FELIX ESBRI	79	Playas Castellón	23/07/06	Zaragoza
		100 - LLargada - Pes - Alçada - 400 / 110 t - Disc - Perxa - Javelina - 1.500				
		10.90 - 7.45 - 13.57 - 2.06 - 52.85 / 14.71 - 41.37 - 4.90 - 57.81 - 4:48.29				
20000 m.m.	1:23:43.2	Josep MARIN SOSPEDRA	50	CN Barcelona	3/04/83	Sant Celoni
30000 m.m.	2:07:59.8	Josep MARIN SOSPEDRA	50	CN Barcelona	8/04/79	Serrahima-BCN
50000 m.m.	3:51:54.5	Josep MARIN SOSPEDRA	50	CN Barcelona	7/04/90	Manresa
4 x 100 (C)	39.99	LL.Turón-J.Pibernat-J.Casadellà-J.Mayoral		GEIE GIRONÍ	23/07/95	Madrid
4 x 100 (S)	40.02	E.Viles-S.Ruiz-A.Burriel-R.Pros		SEL. CATALANA	15/06/13	Avilés
4 x 200 (C)	1:26.86	T.Mayoral-LL.Turón-F.Sellabona-LI.Fàbrega		GEIE GIRONÍ	3/09/88	Andorra
4 x 200 (S)	1:27.6	P.Aguadé-J.F.Plasencia-E.Muntaner-R.Magariños		SEL. CATALANA	15/08/70	Universitària-BCN
4 x 400 (Club)	3:07.47	A.Porras-G.Rojo-J.Delgado-I.Pérez		FC BARCELONA	10/06/17	Castelló
4 x 400 (S)	3:10.34	J.E.Vallès-R.Montejano-P.Fradera-M.Orozco		SEL. CATALANA	26/06/10	Vigo
4 x 400 (Cat)	3:11.22	M.Cabanas-D.Martín-A.Delgado-R.Sabaté		TRANSPORTS T2	2/08/98	San Sebastián
4 x 800 (S)	7:34.0	J.Vidal-A.Gabernet-J.M.Reina-E.Bondía		SEL. CATALANA	27/04/68	Universitària-BCN
4 x 800 (C)	8:20.6	A.Valderrama-X.Garcia-J.Toda-J.Jové		FACVAC	14/07/10	Valls
4 x 1500 (S)	15:20.5	J.Viudes-J.Villalonga-R.Pintado-J.R.Moya		SEL. CATALANA	23/05/90	Manresa
4 x 1500 (C)	15:51.4	J.Bello-I.Ruiz-L.López Egea-J.Foncuberta		CN BARCELONA	6/06/81	Serrahima-BCN
<b>- MARQUES EN RUTA -</b>						
20 Km.m.	1:19:25	Valentí MASSANA GRACIA	70	CN Barcelona	6/06/92	La Coruña
50 Km.m.	3:38:43	Valentí MASSANA GRACIA	70	CN Barcelona	20/03/94	Orense
10 Km.	28:09	Ayad LAMDASSEM EL MOUHCIN	81	Atletismo Bikila	16/05/10	Manchester (GBR)
15 Km.						
20 Km.						
Mitja Marató	1:01:18	Carles CASTILLEJO SALVADOR	78	CA Adidas	3/02/13	Granollers
25 Km.	1:20:53	Marc ROIG TIO	84	CA Laietània	4/05/14	Berlín (GER)
30 Km.						
Marató	2:07:42	José RIOS ORTEGA	74	CA Adidas	7/03/04	Otsu (JPN)
Marató Relleus	2:15:42			Ripollet UA	18/03/07	Palafugell
		F.Acero-C.Cera-O.Vilaplana-A.Ramírez-O.Cascalló-J.Carllús				
100 Km.	6:30:37	Domingo CATALAN LERA	48	Nike AC	16/02/92	Palamós
<b>- ALTRES PROVES -</b>						
150	15.95	Adrià BURRIEL GUERRERO	92	FC Barcelona	12/04/14	Sant Cugat del Vallès
300	32.72	Gaietà CORNET PAMIES	63	CG Tarragona	13/09/89	Jerez de la Frontera
500	1:02.52	Pau FRADERA MIRALLES	87	FC Barcelona	17/04/16	Sant Cugat del Vallès
600	1:16.35	Miguel QUESADA VELASCO	79	FC Barcelona	7/09/06	Andújar
200 m.t.	22.96	Carles SALA MOLERA	60	Larios AAM	9/09/87	Santander
2000 o. (0.914)	5:23.04	José Luis BLANCO QUEVEDO	75	Puma Chapín Jerez	10/07/03	Estadi Olímpic-BCN
5000 m.m.	18:59.60	Valentí MASSANA GRACIA	70	CN Barcelona	23/02/91	París (FRA)
10000 m.m.	39:31.81	Valentí MASSANA GRACIA	70	CN Barcelona	24/06/97	Tarragona
1 Hora m.	14.842 m	Daniel PLAZA MONTERO	66	GCR La Seda	31/03/90	El Prat de Llobregat
10 Milles m.	1:11:11.8	Daniel PLAZA MONTERO	66	GCR La Seda	4/08/89	Sant Celoni
2 Hores m.	28.165 m	Josep MARIN SOSPEDRA	50	C.N.Barcelona	8/04/79	Serrahima-BCN
5 Km. r.	14:20.	José Luis BLANCO QUEVEDO	75	CA La Sansi	28/12/08	Lloret de Mar
10 Milles r.	46:44	Ayad LAMDASSEM EL MOUHCINE	81	Atletismo Bikila	28/10/12	Portsmouth (GBR)
10 Km.m.	39:27	Valentí MASSANA GRACIA	70	CN Barcelona	6/06/92	A Coruña
30 Km.m.	2:06:45	David MARQUEZ LAGUNA	77	Integra 2-L'H-CNB	18/02/01	El Prat de Llobregat

## RÈCORDS DE CATALUNYA ABSOLUTS (F)

Prova	Marca	Atleta	Any	Club	Data	Lloc
100	11.40	Cristina LARA PEREZ	95	FC Barcelona	22/07/17	Serrahima-BCN
200	23.11	Estela GARCIA VILLALTA	89	València Esports	29/06/18	Tarragona
400	53.50	Carmen SANCHEZ SILVA	90	FC Barcelona	20/05/17	Manresa
800	2:00.77	Esther GUERRERO PUIGDEVALL	90	New Balance	14/07/17	Madrid
1000	2:37.85	Esther GUERRERO PUIGDEVALL	90	New Balance	13/07/18	Rabat (MAR)
1500	3:59.51	Natàlia RODRIGUEZ MARTINEZ	79	CA Adidas	28/08/05	Rieti (ITA)
1 Milla	4:21.92	Natàlia RODRIGUEZ MARTINEZ	79	CA Adidas	7/09/08	Rieti (ITA)
2000	6:04.79	Carme VALERO OMEDES	55	JA Sabadell	3/09/85	Santander
3000	8:35.86	Natàlia RODRIGUEZ MARTINEZ	79	CG Tarragona	10/06/09	Huelva
5000	15:20.39	Judit PLA ROIG	78	CA Santutxu	7/08/12	Londres (GBR)
10000	31:54.16	Rosa Maria MORATO RODRIGUEZ	79	CA València TiM	13/03/10	Manresa
20000	1:27:49.0	Ma Antonia GRIÑO COMPANYY	45	JA Sabadell	16/09/79	Sabadell
1 hora	13.993 m	Ma Antonia GRIÑO COMOANY	45	JA Sabadell	16/09/79	Sabadell
25000						
30000						
100 t. (0.84)	13.62	Marta MIRÓ MANERO	86	FC Barcelona	15/07/09	Mataró
400 t. (0.762)	56.11	Eva PANIAGUA VELA	74	FC Barcelona	10/07/96	Sierra Nevada
3000 o. (0.762)	9:25.14	Eva ARIAS AIRA	80	CA València TiM	15/08/09	Berlín (GER)
Alçada	1.90 (pc)	Clàudia GARCIA JOU	92	FC Barcelona	13/03/15	Fayetteville (USA)
	1.89	Clàudia GARCIA JOU	92	FC Barcelona	1/07/15	Serrahima-BCN
Perxa	4.41	Anna Maria PINERO ORTIZ	86	València TiM	25/06/11	Zaragoza
Llargada	6.44	Cora SALAS PLANAS	95	CA Igualada	10/07/18	Avila
Triple	13.95	Maria VICENTE GARCIA	01	ISS-L'Hospitalet	8/07/18	Győr (HUN)
Pes (4 Kg.)	18.20	Irache QUINTANAL FRANCO	78	FC Barcelona	4/07/07	Serrahima-BCN
Disc (1 Kg)	59.16	Irache QUINTANAL FRANCO	78	FC Barcelona	24/07/04	Castelló
Javelina (600 g.)	53.42	Elia PASCUAL HERNANDEZ	89	CA Igualada	27/07/13	Alcobendas
Martell (4 Kg.)	70.52	Berta CASTELLS FRANCO	84	València CA	16/06/16	Manresa
Heptatló	5.852 p	Cristina BARCENA SALUDES	83	FC Barcelona	31/05/09	Alhama de Murcia
		100 t - Alçada - Pes - 200 / Llargada - Javelina - 800				
		13.82 - 1.73 - 12.60 - 24.84 - 6.03 - 40.20 - 2:19.96				
Decatló	5.430 p	Cristina BARCENA SALUDES	83	FC Barcelona	22/10/06	Castelló
		100 - Disc - Perxa - Javelina - 400 / 100 t - Llargada - Pes - Alçada - 1500				
		13.17 - 31.01 - 2.20 - 28.42 - 1:02.31 - 16.28 - 4.97 - 10.59 - 1.51 - 6:07.11				
10000 m.m.	42:14.12	Raquel GONZALEZ CAMPOS	89	FC Barcelona	23/07/16	Gijón
20000 m.m.	1:32:22.4	Eva PEREZ TRUJILLO	75	Puma Chapin Jerez	6/09/01	Brisbane (AUS)
4 x 100 (Club)	45.04	J.Bestué (MSC)-C.Sánchez-C.Jerez-C.Lara		FC BARCELONA	24/07/16	Gijón
4 x 100 (S)	45.16	I.Andrés-P.A.Martínez-E.García-C.Lara		SEL.CATALANA	15/06/13	Avilés
4 x 100 (Cat)	46.27	D.González-E.Zapatero-L.Gallardo-A.M.Megias		TRANSPORTS T2	2/08/98	San Sebastián
4 x 200 (C)	1:42.40	L.Moneo-A.García-B.Coma-M.Fernández		GEiE GIRONÍ	2/09/89	Andorra
4 x 200 (S)	1:49.2	M.Boixet-A.Gajate-N.Canovas-I.Montaña		SEL.CATALANA	20/10/68	Universitèria-BCN
4 x 400 (C)	3:41.55	L.Vilalta-C.Casimiro-O.Ortega-E.Martín		FC BARCELONA	2/08/09	Estadi Olímpic -BCN
4 x 400 (S)	3:41.72	Y.Tello-C.Rovira-A.Perlasia-M.Lluch		SEL.CATALANA	21/07/91	Soria
4 x 800 (S)	8:50.0	C.Bes-C.Romero-C.Rovira-M.Bosch		SEL.CATALANA	20/06/90	Manresa
4 x 800 (C)	9:46.9	I.Triviño-M.Cusidó-A.Jiménez-N.Clement		JA SABADELL	20/06/90	Manresa
		<b>- MARQUES EN RUTA -</b>				
20 Km.m.	1:27:25	Maria VASCO GALLARDO	75	AE Blanc i Blau	21/08/08	Beijing (CHN)
50 Km.m.	4:30:30	Mar JUAREZ GALLARDO	93	Avinent Manresa	5/05/18	Taichang (CHN)
10 Km.	32:06	Rosa Maria MORATO RODRIGUEZ	79	CA València TiM	31/12/09	Barcelona
15 Km.						
20 Km.						
Mitja Marató	1:11:51	Eva SANZ SANZ	73	Carrefour Bezama	12/01/03	Sitges
25 Km.						
30 Km.						
Marató	2:28:59	Ma.Luisa MUÑOZ GONZALEZ	59	Saucony A.C.	4/03/96	Sevilla
Marató Relleus	2:42:49			CA Manresa	16/03/03	Palafugell
		E.Torrescasana-C.Tort-S.Sánchez-M.Busquets-J.Ester-M.Martínez				
100 Km.	8:27:21	Joaquima CASAS CARRERAS	51	Nike AC	16/02/92	Palamós
		<b>- ALTRES PROVES -</b>				
150	17.55	Estela GARCIA VILLALTA	89	CA València TiM	17/04/16	Sant Cugat del Vallès
300	37.30	Estela GARCIA VILLALTA	89	CD Nike Running	11/07/18	Serrahima-BCN
500	1:12.57	Esther GUERRERO PUIGDEVALL	90	FC Barcelona	10/05/14	Mar Bella-BCN
600	1:28.56	Laia FORCADELL ARENAS	82	ISS-L'Hospitalet	26/05/07	L'Hospitalet de Llobregat
2000 o. (0.762)	6:28.22	Rosa Maria MORATO RODRIGUEZ	79	FC Barcelona	9/07/04	Estadi Olímpic-BCN
4 x 1500 (C)	18:49.53	E.García-M.Fontarnau-M.Martos-E.Jiménez		CA VIC	5/06/99	Castelló
3000 m.m.	12:06.05	Raquel GONZALEZ CAMPOS	89	FC Barcelona	6/07/16	Mataró
5000 m.m.	20:45.11	Beatriz PASCUAL RODRIGUEZ	82	València TiM	18/07/12	Granollers
5 Km. r.	16:36	Eva ARIAS AIRA	80	València TiM	27/12/09	Lloret de Mar
5 Km.m.	21:04	Maria VASCO GALLARDO	75	FC Barcelona	6/03/05	Parc Joan Miró-BCN
10 Km.m.	43:02	Maria VASCO GALLARDO	75	Transports T2	20/08/98	Budapest (HUN)