

## RÉCORDS FEMENINO

PRUEBA	ATLETA	MARCA	LUGAR
100 m.l.	Isabel Guisado Cuadrado	12.26	12/07/2014 – Alcorcón
200 m.l.	Isabel Guisado Cuadrado	25.46	23/05/2015 – Cáceres
<b>400 m.l.</b>	<b>María Moreno Romero</b>	<b>58.96</b>	<b>18/06/2016 – Alcobendas</b>
<b>800 m.l.</b>	<b>María Moreno Romero</b>	<b>2:18.63</b>	<b>02/07/2016 - Castellón-MGH</b>
1.500 m.l.	Paloma Gallardo García	4:55.30	28/02/2015 – Madrid INEF
3.000 m.l.	Paloma Gallardo García	10:47.87	16/02/2013 – Cáceres
<b>5.000 m.l.</b>	<b>Sara Candelario Cortijo</b>	<b>19:57.61</b>	<b>28/05/2016 – Cáceres</b>
<b>10.000 m.l.</b>	<b>Sara Candelario Cortijo</b>	<b>40:27.58</b>	<b>16/04/2016 - Cáceres</b>
100 m.v.	Carolina Isabel Ortiz Fernández	15.22	14/06/2015 - Soria
<b>400 m.v.</b>	<b>Alba de los Ángeles Parejo Presa</b>	<b>1:07.98</b>	<b>28/05/2016 – Cáceres</b>
<b>3.000 m.ob.</b>	<b>Paloma Gallardo García</b>	<b>11:27.44</b>	<b>02/07/2016 - Castellón-MGH</b>
Altura	Ana Molina Galán	1.41	25/04/2015 - Cáceres
Pértiga	Cristina García Pérez	2.50	28/01/2012 – Cáceres
Longitud	María José Caro Rico	5.12	12/06/2004 - Cáceres
Triple Salto	Isabel Guisado Cuadrado	10.70	16/05/2015 - Cáceres
Peso	Nerea Galán Jiménez	10.68	18/05/2013 – Cáceres
Disco	Nerea Galán Jiménez	32.17	16/04/2014 – Cartagena
Martillo	Ana Fuentes Flecha	36.31	16/05/2015 - Cáceres
<b>Jabalina</b>	<b>Irene Garrido Hernández</b>	<b>35.80</b>	<b>29/01/2016 - Huelva</b>
<b>4 x 100 m.l.</b>	<b>C.ORTIZ-I.GUISADO- M.GALLARDO-A.ROMERO</b>	<b>50.29</b>	<b>12/06/2016 – Cáceres</b>
<b>4 x 400 m.l.</b>	<b>M.LOPEZ-A.EL MAKHTOUM- A.PAREJO-M.ROMERO</b>	<b>4:13.19</b>	<b>12/06/2016 – Cáceres</b>
3 km marcha	Rosa López Claro	17:01.5	21/03/2015 – San Vicente de Alcántara
<b>5 km marcha</b>	<b>Rosa López Claro</b>	<b>29:09.3</b>	<b>16/04/2016 – Cáceres</b>
10 km marcha	Maria Antonia Vicente Fernández	1:01:07	12/02/2012 – Móstoles
20 km marcha	Maria Antonia Vicente Fernández	02:13:04	03/03/2013 –Murcia



## Lourdes Maldonado

Farmacéutica & Nutricionista-Dietista

[www.dieteticaybienestar.com](http://www.dieteticaybienestar.com)

Cita Previa: 605 856 855