# **HISTORIAL**

NOMBRE	Pilar
APELLIDOS	García
FECHA DE NACIMIENTO	1982
CATEGORIA	Máster F40
ESPECIALIDAD	Fondo
ENTRENADOR	PILAR GARCIA

# MEJORES MARCAS PERSONALES

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
800ml	*2.11,74*	15/07/2007	OVIEDO
1500ml	*4:24.32*	04/08/2007	SAN SEBASTIAN
1500ml PC	*4:31.95*	23/02/2008	VALENCIA
Milla en Ruta	*5:10*	16/09/2012	O BARCO DE VALDEORRAS
5km RUTA	*17:28*	30/11/2014	SALAMANCA
10km RUTA	*34:36*	31/12/2014	MADRID
3000ml	*10:02.46*	24/01/2015	VALLADOLID
3000ml PC	*9:42.10*	08/02/2015	VALENCIA
MEDIO MARATON	*1:25:55*	06/03/2016	SALAMANCA
	M	35	
10km RUTA	40:55	31/12/2017	SALAMANCA
800ml PC	2:22.93	03/03/2018	SALAMANCA
1500ml PC	4:47.82	24/03/2018	MADRID
800ml	2:25.37	09/05/2018	SALAMANCA
5000ml	*18:07.97*	01/07/2018	VITORIA
1500ml	4:45.85	08/07/2018	GETAFE (M)
1000ml	3:06.20	01/12/2018	SALAMANCA
500ml	*1:25.00*	01/12/2018	SALAMANCA
10km RUTA	37:39	30/12/2018	SALAMANCA
5km RUTA	17:54	31/12/2018	AREVALO (AV)
1000ml Pista AL	*3:13.34*	24/10/2020	VALLADOLID
MEDIO MARATON	1:30.10	06/03/2022	SALAMANCA
	M	40	_
500ml	1:32.34	28/01/2023	SALAMANCA
800ml PC	2:31.61	04/02/2023	SALAMANCA
800ml	2:36.23	25/06/2023	JEREZ DE LA FRONTERA
5Km Ruta	18:35	31/12/2023	AREVALO (AV)
Milla en Ruta	5:42	13/10/2024	ÁVILA
Milla en Pista	5:46.20	19/10/2024	ALCOBENDAS (M)
10km en Ruta	39:20	29/12/2024	SALAMANCA

#### MEJORES MARCAS TEMPORADA 2025

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD

#### MEJORES MARCAS TEMPORADA 2024

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
5K Ruta	18:35	31/12/2023	AREVALO (AV)
Milla Urbana	5:42	13/10/202	ÁVILA
Milla en Pista	5:46.20	19/10/2024	ALCOBENDAS (M)
10km en Ruta	39:20	29/12/2024	SALAMANCA

### MEJORES MARCAS TEMPORADA 2023

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
500ml	1:32.34	28/01/2023	SALAMANCA
800ml PC	2:31.61	04/02/2023	SALAMANCA
800ml	2:36.23	25/06/2023	JEREZ DE LA FRONTERA
Milla en Ruta	5:43	08/10/2023	ÁVILA

#### MEJORES MARCAS TEMPORADA 2022

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
MEDIO MARATON	1:30.10	06/03/2022	SALAMANCA
Milla en Ruta	5:47	09/10/2023	ÁVILA
10km RUTA	39:53	26/12/2022	SALAMANCA

#### MEJORES MARCAS TEMPORADA 2021

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
800ml	2:29.00	20/06/2021	MALAGA
5km en Ruta	18:54	31/12/2021	AREVALO (AV)

#### MEJORES MARCAS TEMPORADA 2020

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
800ml PC	2:27.20	01/02/2020	SALAMANCA
1500ml PC	5:12.11	08/02/2020	SALAMANCA
800ml	2:28.76	12/10/2020	SAN FERNANDO (CA)
1000ml Pista AL	3:13.34	24/10/2020	VALLADOLID

#### MEJORES MARCAS TEMPORADA 2018-19

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
1000ml	3:06.20	01/12/2018	SALAMANCA
500ml	1:25.00	01/12/2018	SALAMANCA
1500ml PC	5:00.21	15/12/2018	SALAMANCA
10km RUTA	37:39	30/12/2018	SALAMANCA
5km RUTA	17:54	31/12/2018	AREVALO (AV)
800ml PC	2:24.81	26/01/2019	SALAMANCA

#### MEJORES MARCAS TEMPORADA 2017-18

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
10km RUTA	40:55	31/12/2017	SALAMANCA
800ml PC	2:22.93	03/03/2018	SALAMANCA
1500ml PC	4:47.82	24/03/2018	MADRID
800ml	2:25.37	09/05/2018	SALAMANCA
5000ml	18:07.97	01/07/2018	VITORIA
1500ml	4:45.85	08/07/2018	GETAFE (M)

#### MEJORES MARCAS TEMPORADA 2016-17

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
10km RUTA	41:07	23/04/2017	SALAMANCA

#### MEJORES MARCAS TEMPORADA 2015-16

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
5km RUTA	18:23	29/11/2015	SALAMANCA
10km RUTA	37:39	31/12/2015	MADRID
MEDIO MARATON	1:25:55	06/03/2016	SALAMANCA
MILLA Urbana	5:29	05/07/2016	AREVALO (AV)

#### MEJORES MARCAS TEMPORADA 2014-15

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
5km RUTA	17:28	30/11/2014	SALAMANCA
10km RUTA	34:36	31/12/2014	MADRID
3000ml	10:02.46	24/01/2015	VALLADOLID
3000ml PC	9:42.10	08/02/2015	VALENCIA
800ml	2:19.50	14/06/2015	SALAMANCA
MEDIO MARATON	1:32:29	05/07/2015	CUATRO CALZADAS (SA)
1500ml	4:47.27	15/07/2015	SALAMANCA

#### MEJORES MARCAS TEMPORADA 2013-14

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
10km RUTA	36:35	31/12/2013	MADRID
1500ml	4:49.00	25/01/2014	VALLADOLID
3000ml	10:05.48	08/02/2014	CORRALES DE BUELNA
MEDIO MARATON	1:29.23	29/06/2014	CUATRO CALZADAS (SA)
Milla Urbana	5:13	10/08/2014	TUDELA DE DUERO
5km RUTA	17:27	27/09/2014	ARANDA DE DUERO (VA)

## <u>MEJORES CLASIFICACIONES</u>

- SUBCAMPEONA DE ESPAÑA Pista Cubierta Cadete Sub16 en 1000ml. En 1998.
- SUBCAMPEONA DE ESPAÑA Pista Aire Libre Juvenil Sub18 en 800ml. En 1999 (2'12"91).
- INTERNACIONAL en I Mundial Juvenil en Bydgoszcz (Polonia) en 800ml 30ª clasificada con 2´14"53.
- Mejor Atleta de Castilla y León Juvenil 1999.
- SUBCAMPEONA DE ESPAÑA Universitaria Pista Aire Libre en 1500ml (San Javier, Murcia 2007).
- CAMPEONA DE ESPAÑA Universitaria Pista Aire Libre en 1500ml (Fuenlabrada, Madrid 2008).
- 8ª en el CAMPEONATO DE ESPAÑA Absoluto Pista Aire Libre en 1500ml (Barcelona 2009).
- CAMPEONA Autonómica en 1500ml (Palencia 2010).
- 8º en el CAMPEONATO DE ESPAÑA Absoluto Pista Aire Libre en 1500ml (Pamplona 2012).
- 5º en el CAMPEONATO DE ESPAÑA Absoluto de Milla (O Barco, Ourense 2012).
- 11º en el CAMPEONATO DE ESPAÑA Absoluto Pista Aire Libre en 1500ml. Alcobendas, 27/07/2013.
- SUBCAMPEONA Autonómica Absoluta en Milla en Ruta. Ávila, 13/10/2013.
- **GANADORA** de la San Silvestre Popular Vallecana. Madrid, 31/12/2013.
- SUBCAMPEONA Autonómica Cto. Invierno Pista AL Absoluta en 1500ml. Valladolid, 25/01/2014.
- GANADORA de la San Silvestre Popular Vallecana. Madrid, 31/12/2014.
- 11ª en el CAMPEONATO DE ESPAÑA Absoluto Pista Cubierta en 3000ml. Antequera, 21/02/2015.
- BRONCE por Equipos (CyL) Campeonato España Absoluto Campo a Través. Alcobendas, 15/03/2015.
- CAMPEONA Provincial Pista Aire Libre en 800ml. Salamanca, 14/06/2015.
- GANADORA Medio Maratón Cuatro Calzadas. Salamanca, 05/07/2015.
- RECONOCIMIENTO MEDALLISTA con Cyl por la Delegación Salmantina. 22/01/2016.
- CAMPEONA Autonómica Máster M35 Pista Cubierta en 1500ml. Salamanca, 17/02/2018.
- BRONCE Cto. España Pista Cubierta Máster F35 en 800ml. Salamanca, 03/03/2018.
- 5º Cto. Europa Pista Cubierta Máster F35 en 1500ml. Madrid, 23/03/2018.
- CAMPEONA Autonómica Pista Aire Libre Máster F35 en 1500ml. Valladolid, 09/06/2018.
- BRONCE Cto. España Pista Aire Libre Máster F35 en 1500ml. Vitoria, 30/06/2018.
- CAMPEONA DE ESPAÑA Pista Aire Libre Máster F35 en 5000ml. Vitoria, 01/07/2018.
- CAMPEONA Autonómica Pista Cubierta Máster F35 en 800ml. Salamanca, 26/01/2019.
- CAMPEONA Provincial Pista Cubierta Máster F35 en 800ml. Salamanca, 01/02/2020.
- CAMPEONA Autonómica Pista Cubierta Máster F35 en 1500ml. Salamanca, 08/02/2020.
- BRONCE Cto. España Pista Aire Libre Máster F35 en 800ml. San Fernando (Cádiz), 12/10/2020.
- CAMPEONA Autonómica Pista Aire Libre Máster F35 en 800ml. Ávila, 06/06/2021.
- 4º en el CAMPEONATO DE ESPAÑA Pista Aire Libre Máster F35 en 800ml. Málaga, 20/06/2021.
- CAMPEONA Autonómica Máster F40 en Milla Urbana. Ávila, 09/10/2022.
- CAMPEONA Autonómica Pista Cubierta Máster F40 en 800ml. Salamanca, 04/02/2023.
- 8º Cto. España Pista Cubierta Máster F40 en 800ml. Antequera (Málaga), 04/03/2023.

- 9º Cto. España Pista Aire Libre Máster F40 en 800ml. Jerez de la Frontera (Cádiz), 25/06/2023.
- CAMPEONA Autonómica Máster F40 en Milla Urbana. Ávila, 08/10/2023.
- CAMPEONA Autonómica Máster F40 en Milla Urbana. Ávila, 13/10/2024.
- SUBCAMPEONA de España Máster F40 en Milla en Pista. Alcobendas (M), 19/10/2024.