



## Ránking de Canarias de Todos los Tiempos de 10 km ruta 10 mejores marcas / 10 mejores atletas

(Solo marcas realizadas en circuitos homologados)  
Actualizado a 22 de febrero de 2015

Por Crisanto Martín Pérez (AEEA)  
ranking@atletismocanario.es

### Hombres

|    |         |                |                              |            |    |                 |      |                 |            |
|----|---------|----------------|------------------------------|------------|----|-----------------|------|-----------------|------------|
| 1  | 29.12   | J. Carlos      | Hernández Cabrera            | 17/03/1978 | LZ | CA Tenerife     | 8    | Madrid          | 31/12/2009 |
|    | 29.23   |                | Hernández Cabrera            |            |    |                 | 5    | Madrid          | 31/12/2012 |
|    | 29.37   |                | Hernández Cabrera            |            |    |                 | 4    | Laredo          | 09/04/2005 |
|    | 29.45 + |                | Hernández Cabrera            |            |    |                 | pas. | Gavá            | 17/02/2008 |
|    | 29.51 + |                | Hernández Cabrera            |            |    |                 | pas. | Santander       | 04/03/2012 |
| 2  | 30.09   | Miguel A.      | Vaquero Agama                | 31/10/1971 | TF | CA Tenerife     | 5    | Madrid          | 14/11/2010 |
| 3  | 30.15   | Jonay M.       | González Alonso              | 19/05/1982 | TF | CA Tenerife     | 15   | Camargo         | 16/04/2011 |
|    | 30.22 + |                | Hernández Cabrera            |            |    |                 | pas. | Las Palmas      | 20/01/2013 |
|    | 30.17 + |                | Hernández Cabrera            |            |    |                 | pas. | Copenhague, DEN | 14/09/2014 |
|    | 30.17 + |                | Hernández Cabrera            |            |    |                 | pas  | Las Palmas      | 25/01/2015 |
|    |         |                | <b>10 marcas / 3 atletas</b> |            |    |                 |      |                 |            |
| 4  | 30.55   | Francisco José | García Viñoly                | 14/01/1989 | TF | CA Tenerife     | 18   | Laredo          | 22/03/2014 |
| 5  | 31.23   | Ayoze          | Pérez Tejera                 | 02/05/1980 | TF | Trivalle        | 19   | Madrid          | 16/11/2008 |
| 6  | 31.29 + | J. David       | Reyes Díaz                   | 11/07/1971 | TF | CCT             | pas. | Copenhague, DEN | 04/05/2003 |
| 7  | 31.58   | Saúl           | Castro Santana               | 05/12/1984 | GC | S.G. Pontevedra | 1    | Las Palmas      | 23/01/2011 |
| 8  | 32.06+  | Francisco      | Morales Luis                 | 17/12/1967 | TF | CAPCR           | pas. | Lisboa, POR     | 26/03/2006 |
| 9  | 32.16   | Jorge          | Naranjo Vichot               | 20/08/1990 | GC | Tasaigo         | 2    | Las Palmas      | 22/01/2012 |
| 10 | 32.17   | J. Jesús       | Casanova Barroso             | 17/12/1967 | TF | CAPCR           | 48   | Laredo          | 16/03/2013 |

**10**

\* Tiempos de paso oficial a una distancia superior

### Mujeres

|    |         |                         |                              |            |    |               |      |                     |            |
|----|---------|-------------------------|------------------------------|------------|----|---------------|------|---------------------|------------|
| 1  | 35.20   | Solange A.              | Pereira da Ponte             | 12/12/1989 | FV | EAMJ-FV       | 1    | La Coruña           | 09/10/2011 |
| 2  | 36.34 + | Aroa                    | Merino Betancor              | 27/05/1979 | LZ | Ind           | pas  | Arona               | 06/04/2014 |
| 3  | 37.10 + | Pilar                   | Ramos Guanche                | 07/10/1972 | TF | CAPCR         | pas. | Arona               | 29/03/1998 |
| 4  | 37.16 + | Amada de Jesús          | Sánchez Rivero               | 21/12/1967 | TF |               | pas. | Lisboa, POR         | 26/03/2006 |
|    | 37.16 + |                         | Merino Betancor              |            |    |               | pas  | Las Palmas          | 25/01/2015 |
| 5  | 37.35 + | Patricia                | Díaz Perea                   | 22/02/1984 | GC | CAI-GC        | pas  | Las Palmas          | 25/01/2015 |
|    | 37.35 + |                         | Merino Betancor              |            |    |               | pas  | Sevilla             | 22/02/2015 |
| 6  | 37.44   | M <sup>a</sup> Cristina | del Val Pastor               | 12/03/1963 | TF | CA Santa Cruz | 1    | Yuts, FRA           | 13/05/2011 |
|    | 38.07   |                         | Pereira da Ponte             |            |    |               | 8    | La Coruña           | 10/10/2010 |
|    | 38.23   |                         | Sánchez Rivero               |            |    |               | 33   | Camargo             | 16/04/2011 |
|    |         |                         | <b>10 marcas / 6 atletas</b> |            |    |               |      |                     |            |
| 7  | 38.35   | Nazaret                 | González Viera               | 16/06/1983 | FV | CA Tenerife   | 3    | Porto do Son        | 23/12/2012 |
| 8  | 38.37   | Sonia                   | Prieto García                | 07/07/1976 | TF | Atletas '97   | 1    | Granadilla de Abona | 07/06/2014 |
| 9  | 38.54 + | Teresa de Jesús         | Linares Hernández            | 29/04/1969 | TF | CA Tenerife   | pas. | Las Palmas          | 24/01/2010 |
| 10 | 38.56 + | Ana                     | Toral Quiroga                | 11/08/1981 | FV | EAMJ-PJ       | pas. | Las Palmas          | 26/01/2014 |

**10**

\* Tiempos de paso oficial a una distancia superior

