

Álvaro Martín

ÁLVARO MARTÍN, EL GRAN MARCHADOR
ÚNICO ATLETA MASCULINO ESPAÑOL EN OBTENER LA TRIPLE CORONA

JJOO
PARÍS
2024

JJOO
PARÍS
2024

C.MUNDO
BUDAPEST
2023

C.MUNDO
BUDAPEST
2023

C.EUR
BERLÍN
2018

C.EUR
MÚNICH
2022



4 JUEGOS OLÍMPICOS
6 CAMPEONATOS DEL MUNDO
3 CAMPEONATOS DE EUROPA
6 CAMPEONATOS DEL MUNDO MARCHA POR EQUIPOS
7 CAMPEONATOS DE EUROPA MARCHA POR EQUIPOS
19 MEDALLAS INTERNACIONALES
12 VECES CAMPEÓN DE ESPAÑA
2 VECES MEJOR ATLETA ESPAÑOL
10 RÉCORDS DE ESPAÑA O MEJORES MARCAS

ESPAÑA ATLETISMO



Llerena (Badajoz), 18.06.1994 - 1,81m / 62kg

Entrenadores:

José Antonio Quintana (de 2009 hasta 2017),

José Antonio Carrillo (desde 2018)

Internacional: 25 (2012-2024)

Historial Español

Plusmarquista de España Absoluto de 35km Marcha (2:25:35 en 2023)

Mejor Marca Española Absoluta de 30km Marcha (2:04:30 en 2023)

Mejor Marca Española Sub23 de 5.000m Marcha (18:39.65 en 2015)

Campeón de España Absoluto de 20km Marcha (2016-2017-2018-2023)

Campeón de España Absoluto de 35km Marcha (2023)

Campeón de España Absoluto de 10.000m Marcha (2017-2018-2019-2020-2021-2023)

Campeón de España Sub23 de 10.000m Marcha (2014-2015-2016)

Campeón de España Sub23 de 20km Marcha (2014-2015-2016)

Campeón de España Sub20 de 10km Marcha (2012-2013)

Campeón de España Sub20 de 10.000m Marcha (2012-2013)

Campeón de España Sub20 de 5km Marcha de Promoción (2011-2012)

Campeón de España Sub18 de 10km Marcha (2011)

Campeón de España Sub18 de 10.000m Marcha (2010-2011)

Campeón de España Sub16 de 5.000m Marcha (2009)

Campeón de España Universitario de 10.000m Marcha (2019-2022)

Mejor Atleta español en 2018 y 2023



Records de España y Mejores Marcas

Absoluto: 30km Marcha: 2:04:30 (2023), 35km Marcha: 2:25:35 (2023), 2:24:30 (2023)

Sub23. Pista: 5.000m Marcha: 18:39.65 (2015)

Sub20. Ruta: 5km Marcha: 20:03 (2013); 20km Marcha: 1:22:12 (2012)

Sub20. Pista: 5.000m Marcha: 19:25.86 (2013); 10.000m Marcha: 39:52.20 (2013)

Sub18. Ruta: 5km Marcha: 20:33 (2010); 10km Marcha: 42:17 (2011)

Historial Internacional

JJOO	2012 - Londres	20km Marcha (abandono)
	2016 - Río de Janeiro	20km Marcha (22 ^º /1:22:11)
	2021 - Tokio (Sapporo)	20km Marcha (4 ^º /1:21.46)
	2024 - París	20km Marcha (3 ^º /1:19:11); Maratón Relevo Mixto (1 ^º /2:50:31 junto a María Pérez)
CM	2013 - Moscú	20km Marcha (23 ^º /1:25:12)
	2015 - Pekín	20km Marcha (16 ^º /1:22:04)
	2017 - Londres	20km Marcha (8 ^º /1:19:41)
	2019 - Doha	20km Marcha (22 ^º /1:33:20)
	2022 - Eugene	20km Marcha (7 ^º /1:20:19)
	2023 - Budapest	20km Marcha (1 ^º /1:17:32); 35km Marcha (1 ^º /2:24:30)
CE	2014 - Zúrich	20km Marcha (5 ^º /1:21:41)

	2018 - Berlín	20km Marcha (1º/1:20:42)
	2022 - Múnich	20km Marcha (1º/1:19:11)
CpM-Marcha	2012 - Saransk	10km Marcha Sub20 (34º/45:01/9º equipos)
	2014 - Taicang	20km Marcha (18º/1:20:39/6º equipos)
CMSel-Marcha	2016 - Roma	20km Marcha (3º/1:19:36/6º equipos)
	2018 - Taicang	20km Marcha (8º/1:23:22/5º equipos)
	2022 - Mascate	35km Marcha (2º/2:36:54/1º equipos)
	2024 - Antalya	Relevo Mixto (3º con Laura García-Caro)
CpE-Marcha	2011 - Olhao	10km Marcha Sub20 (6º/42:17/4º equipos)
	2013 - Dudince	10km Marcha Sub20 (descalificado)
	2015 - Murcia	20km Marcha (33º/1:28:45/4º equipos)
	2017 - Poděbrady	20km Marcha (31º/1:25:53/1º equipos)
	2019 - Alytus	20km Marcha (5º/1:20:59/1º equipos)
CESel-Marcha	2021 - Poděbrady	20km Marcha (2º/1:19:14/1º equipos)
	2023 - Poděbrady	35km Marcha (1º/2:25:35/1º equipos)
IberAm	2022 - La Nucía	10.000m Marcha (1º/39:24.20)
Criterium	2024 - Valencia	Maratón Relevo Mixto (1º/2:57:04 con Laura García-Caro)
CE-s23	2015 - Tallinn	20km Marcha (2º/1:24:51)
CM-s20	2012 - Barcelona	10.000m Marcha (5º/40:35.52)
CE-s20	2013 - Rieti	10.000m Marcha (3º/41:13.95)
CM-s18	2011 - Lille	10.000m Marcha (8º/42:27.28)
JJOJ-Juventud	2010 - Singapur	10.000m Marcha (9º/47:04.10)
EYOT	2010 - Moscú	10.000m Marcha (7º/44:49.09)

Progresión				Puesto	Puesto	Puesto	
Año (Edad)	Club	10km/10.000m Marcha	20km Marcha	Rk ESP	Rk MUN-EUR	35km Marcha	Rk ESP
2009 (15)	At. Almendralejo	23:04 (5km)	-			-	
2010 (16)	At. Almendralejo	45:00 / 44:49.09	-			-	
2011 (17)	Playas de Castellón	42:17 / 42:27.28	-			-	
2012 (18)	Playas de Castellón	42:05 / 40:35.52	1:22:12	(2/1s20)	(73M-39E)	-	
2013 (19)	Playas de Castellón	41:52 / 39:52.20	1:22:25	(3/1s20)	(76M-29E)	-	
2014 (20)	Playas de Castellón	40:28 / 40:05.99	1:20:39	(2/1s23)	(32M-16E)	2:37:17	(2/1s23)
2015 (21)	Playas de Castellón	40:08 / 40:13.60	1:20:19	(2/1s23)	(21M-7E)	-	
2016 (22)	Playas de Castellón	39:56 / 39:23.51	1:19:36	(1/1s23)	(13M-3E)	-	
2017 (23)	Playas de Castellón	39:46+ / 39:47.17	1:19:41	(1)	(17M-4E)	-	
2018 (24)	Playas de Castellón	39:57+ / 39:31.72	1:20:42	(2)	(17M-8E)	-	
2019 (25)	Playas de Castellón	38:54+ / 39:33.38	1:20:50	(2)	(50M-11E)	-	
2020 (26)	Playas de Castellón	- / 41:42.59	1:35:09+	(10)		-	
2021 (27)	CAPEX	39:59+ / 39:50.34	1:19:14	(1)	(15M-4E)	-	
2022 (28)	CAPEX	40:16+ / 39:24.20	1:19:11	(1)	(9M-5E)	2:29:59	(2) (27M-11E)
2023 (29)	CAPEX	38:58+ / 39:23.38	1:17:32	(1)	(1M-1E)	2:24:30	(1) (4M-2E)
2024 (30)	CAPEX	39:45+ / -	1:17:49	(1)	(10M-2E)		

Marcas personales

5.000m Marcha: 18:39.65 (2015) (4M-2E); 10.000m Marcha: 39:23.38 (2023) (10M-6E); 5km Marcha: 19:26+ (2023), 20:03 (2013); 10km Marcha: 38:54+ (2019), 39:56 (2016); 15km Marcha: 58:17+ (2023); 20km Marcha: 1:17:32 (2023); 30km Marcha: 2:04:30+ (2023); 35km Marcha: 2:24:30 (2023); 50km Marcha: 3:57:24 (2020) (25M-21E)



WORLD ATHLETICS
CHAMPIONSHIPS
BUDAPEST 23



WORLD ATHLETICS
CHAMPIONSHIPS
BUDAPEST 23



TODOS SUS 20 KM MARCHA

1:17:32	1	CM	Budapest (HUN)	19.08.2023
1:17:49	2	Cant/WA Chall	La Coruña	18.05.2024
1:18:35	2	CE	Zaragoza	25.02.2024
1:18:49	2	Cant/WA Chall	La Coruña	03.06.2023
1:19:11	1	CEur	Múnich (GER)	20.08.2022
1:19:11	3	JJOO	París (FRA)	01.08.2024
1:19:14	2	CpEur	Podebrady (CZE)	16.05.2021
1:19:36	3	CM-Sel/WTC	Roma (ITA)	07.05.2016
1:19:41	8	CM	Londres (GBR)	13.08.2017
1:19:57	1	Cant/WA Chall	La Coruña	03.06.2017
1:19:58	1	Cant/WA Chall	La Coruña	28.05.2022
1:19:59	3	Cant/WA Chall	La Coruña	05.06.2021
1:20:19	2	CE	Rentería	22.03.2015
1:20:19	7	CM	Eugene (USA)	15.07.2022
1:20:39	18	CpM	Taicang (CHN)	04.05.2014
1:20:42	1	CEur	Berlín (GER)	11.08.2018
1:20:50	16	Cant/WA Chall	La Coruña	08.06.2019
1:20:59	5	CEur	Alytus (RUS)	19.05.2019
1:20:59	5	CE	Murcia	14.03.2021
1:21:03	1	IAAF Chall	Rio Maior (POR)	09.04.2016
1:21:11	1	CE	Mérida	02.04.2017
1:21:23	1	CE	Cáceres	20.03.2016
1:21:41	5	CEur	Zúrich (SUI)	13.08.2014
1:21:44	1	CE	Córdoba	26.03.2023
1:21:46	4	JJOO	Sapporo (JPN)	05.08.2021
1:21:48	1		Castellón	18.03.2018
1:22:00	2		Rio Maior (POR)	07.04.2018
1:22:04	16	CM	Pekín (CHN)	23.08.2015
1:22:11	22	JJOO	Río de Janeiro	12.08.2016
1:22:12	13		Lugano (SUI)	18.03.2012
1:22:25	7	Cant/WA Chall	La Coruña	01.06.2013
1:23:22	8	WTC	Taicang (CHN)	06.05.2018
1:23:41	13		Rio Maior (POR)	06.04.2019
1:24:00	18	Cant/WA Chall	La Coruña	31.05.2014
1:24:51	2	CE-j	Tallinn (EST)	10.07.2015
1:25:09	27	Cant/WA Chall	La Coruña	28.05.2016
1:25:12	23	CM	Moscú (RUS)	11.08.2013
1:25:43	1		Cáceres	17.01.2015
1:25:45	7	CE	Oropesa del Mar	17.03.2019
1:25:53	31	CpEur	Podebrady (SVK)	21.05.2017
1:25:54	2	CE	Granada	09.03.2014
1:26:29	2		Madrid	04.02.2017
1:28:17	8		Monterrey (MEX)	19.05.2017
1:28:45	33	CpEur	Murcia	17.05.2015
1:33:20	22	CM	Doha (QAT)	05.10.2019
1:20:46	6	Cant/WA Chall	La Coruña	02.06.2018
ab.		JJOO	Londres	04.08.2012
ab.		IAAF Chall	Sesto S.Giovanni (ITA)	01.05.2013

TODOS SUS 35 KM MARCHA

2:24:30	1	CM	Budapest (HUN)	24.08.2023
2:25:35	1	CpEur	Podebrady (CZE)	21.05.2023
2:28:16	1	CE	Cieza	26.02.2023
2:29:59	2	CE	Lepe	30.01.2022
2:36:54	2	CM-Sel	Mascate (OMA)	05.03.2022
2:37:17	2	CE	Murcia	16.02.2014

5.000 m marcha

18:39.65	1	CE-FA	Gijón	25.07.2015
18:54.27	1	DipCÁC	Plasencia	28.06.2017
18:56.02	1	CE-Cl	Valencia	06.05.2023
18:56.74	1	DipCÁC	Plasencia	24.06.2015
19:04.15	1	CE-FA	Pamplona	15.07.2023
19:04.93	1	DipCÁC	Cáceres	29.06.2016
19:15.08	1	DipCÁC	Cáceres	02.07.2014
19:17.67	A1	CE-Cl	Soria	15.06.2019
19:17.77	1	CE-Cl	Zaragoza	13.06.2015
19:18.32	1	DipCÁC	Plasencia	27.06.2018
19:19.80	1	CE-FA	Ciudad Real	17.06.2017
19:25.10	+1	CE	Torrent	28.07.2023
19:25.69	1	CE-Cl	Alcorcón	12.07.2014
19:25.86	2	CE-FA	Avilés	15.06.2013
19:29.65	1	CdAzuaga	Azuaga	07.12.2019
19:29.40	+1	CibAm	La Nucía	21.05.2022
19:31.14	1	CE-Cl	Villafranca de los Barros	14.05.2022
19:33.38	1	CE-Cl	Alcobendas	18.06.2016
19:33.74	1	CE-FA	Ciudad Real	19.09.2020
19:43.24	1	CE-Cl	Castellón	10.06.2017
19:46.77	1	DipCÁC	Cáceres	26.06.2019
19:56.98	1	DipCÁC	Plasencia	19.06.2013
19:59.39	1		Cáceres	29.08.2020
20:08.22	1	CE-Cl	Pamplona	27.04.2013
20:08.67A	1	CE-Cl	Soria	11.06.2023
20:13.27	1	CE-Cl	La Nucía	12.06.2021
20:22.38	1	CE-Cl	Madrid	06.09.2020
20:29.68	1	CE-Cl	Zaragoza	08.06.2013
20:35.69	1	CE-Cl	Madrid	11.06.2022
20:37.23	1	CE-Cl	Castellón	11.06.2016
20:37.48A	1	CE-Cl	Soria	16.06.2018
21:10.58	1	CE-Cl	Córdoba	30.04.2022
21:24.88	1	CE-Cl	Villafranca de los Barros	24.04.2021

5 km marcha

19:26 +	3	CM	Budapest (HUN)	19.08.2023
19:34 +	1=	Cant/IAAFChall	La Coruña	08.06.2019
19:40 +	2=	Cantones/WARWT	La Coruña	03.06.2023
19:51 +	2=	Cant/IAAFChall	La Coruña	03.06.2017
19:55 +	6	CM	Londres (GBR)	13.08.2017
20:03	1	EspTol	Toledo	23.11.2013
20:03 +	1=	CE	Murcia	14.03.2021
20:07 +	1=	Cant/IAAFChall	La Coruña	02.06.2018
20:10 +	1	CE	Cáceres	20.03.2016
20:11 +	5	CM	Eugene (USA)	15.07.2022
20:12 +	8	CEur-Sel	Podebrady (CZE)	16.05.2021
20:15 +	3	CEur	Múnich (GER)	20.08.2022
20:18 +	3=	CpEur	Podebrady (CZE)	21.05.2017
20:18 +		CpEur	Alytus (LTU)	19.05.2019
20:20	1	EspTol	Toledo	24.11.2012
20:20 +		JJOO	París (FRA)	01.08.2024
20:22 +	1	CE-j	Murcia	03.03.2013
20:22 +	25	CM	Pekín (CHN)	23.08.2015
20:22 +	4	CMMarSel	Roma (ITA)	07.05.2016
20:25 +	1	CE	Mérida	02.04.2017
20:27 +	7=	Cant/IAAFChall	La Coruña	28.05.2022
20:29 +		CpM	Taicang (CHN)	04.05.2014
20:32 +	8	IAAFChall	Rio Maior (POR)	09.04.2016
20:33	3	EspTol	Toledo	27.11.2010
20:33 e	+	CEur	Zúrich (SUI)	14.08.2014

20:35 +	9=	Cant/IAAFChall	La Coruña	05.06.2021
20:37 +	21	CPEur	Murcia	17.05.2015
20:42 +	30	CpM	Taicang (CHN)	05.05.2018
20:43 +	8=	CEur	Berlín (GER)	11.08.2018
20:49 +	22=	LugTrop/IAAFChall	Lugano (SUI)	18.03.2012
20:54	1	TCerroBuen	Getafe	19.12.2010
21:11	+	CM	Moscú (RUS)	11.08.2013
21:12	1	CEInv-p	Getafe	11.12.2011
21:12	+	Cant/IAAFChall	La Coruña	01.06.2013

10.000 m marcha

39:23.38	2	CE-u	León	22.04.2023
39:23.51	2	CE	Gijón	24.07.2016
39:24.20	1	ClbAm	La Nucía	21.05.2022
39:31.72	1	CE	Getafe	22.07.2018
39:33.38	1	CE	La Nucía	31.08.2019
39:34.4 m	1	CE-u	Castellón	04.05.2019
39:35.11	1	CE-u	Murcia	07.05.2022
39:35.58	1	CE	Getafe	27.06.2021
39:39.32	1	CE	Torrent	28.07.2023
39:47.17	1	CE	Barcelona	23.07.2017
39:50.34	1	CtrlFAMU	Murcia	30.01.2021
39:52.20	2	CE	Alcobendas	28.07.2013
40:05.99	1	CE-p	Durango	06.07.2014
40:07.23	1	CE-p	Toledo	25.06.2016
40:13.60	3	CE	Castellón	02.08.2015
40:35.52	5	CM-j	Barcelona	13.07.2012
41:13.95	3	CEur-j	Rieti (ITA)	20.07.2013
41:40.97	3	CE	Alcobendas	27.07.2014
41:34.95	1	CE-j	Avilés	24.06.2012
41:42.59	1	CE	Madrid	13.09.2020
41:54.48	1	CE-j	Tarragona	28.06.2015
41:58.83	1	CE-j	Castellón	07.07.2013
42:27.28	8	CM-S18	Lille	09.07.2011
43:50.87	2	MedG-23	Aunagne (FRA)	14.06.2014
44:28.05	1	CE-j	Granollers	19.06.2011
44:49.09	7	EYOT	Moscú (RUS)	21.05.2010

10 km marcha

38:54 +		Cant/IAAFChall	La Coruña	08.06.2019
38:58 +	6	CM	Budapest (HUN)	19.08.2023
39:17 +	1=	Cantones/MARWT	La Coruña	03.06.2023
39:46 +	1=	Cant/IAAFChall	La Coruña	03.06.2017
39:50 +	8	CM	Londres (GBR)	13.08.2017
39:56	1	TCerroBuen	Getafe	18.12.2016
39:57 +	1	Cant/IAAFChall	La Coruña	02.06.2018
39:59 +	4	CEur-Sel	Podebrady (CZE)	16.05.2021
40:05 +	1	CE	Cáceres	20.03.2016
40:08	1	TCerroBuen	Getafe	21.11.2015
40:16 +	3	CEur	Múnichh (GER)	20.08.2022
40:17	1		Cieza	11.12.2022
40:20 +	3=	CE	Murcia	14.03.2021
40:21	+	JJOO	París (FRA)	01.08.2024
40:22 +	8	JJOO	Río de Janeiro (BRA)	12.08.2016
40:24 +	5	CpEur	Alytus (LTU)	19.05.2019
40:28	2	TCerroBuen	Getafe	15.12.2013
40:28 +	6	CM-Sel/WTC	Roma (ITA)	07.05.2016
40:31 +	1	CE	Mérida	02.04.2017
40:33 +	4	CM	Eugene (USA)	15.07.2022
40:41 +	39	CpM	Taicang	04.05.2014
40:42	1	TCerroBuen	Getafe	15.12.2019
40:46 +	21	CM	Pekín (CHNO)	23.08.2015



40:46 +	16=	CpEur	Podebrady (CZE)	21.05.2017
40:46 +	1=	Cant/IAAFChall	La Coruña	05.06.2021
40:47 +	3	Cant/IAAFChall	La Coruña	28.05.2022
40:51 +	1	CE	Córdoba	26.03.2023
40:55 +	1=	IAAFChall	Rio Maior (POR)	09.04.2016
41:08 +	1=	CEur	Berlín (GER)	11.08.2018
41:08 +	7	JJOO	Sapporo (JPN)	05.08.2021
41:09 +	20	CpM	Taicang (CHN)	05.05.2018
41:18 +	12=	Cant/IAAFChall	La Coruña	31.05.2014
41:19	1	TCerroBuen	Getafe	17.12.2017
41:27 +	1=	IAAFChall	Rio Maior (CHN)	06.05.2018
41:32 +	21=	LugTrop/IAAFChall	Lugano (SUI)	18.03.2012
41:46	+	Cant/IAAFChall	La Coruña	01.06.2013
41:52 +	1	CE-j	Murcia	03.03.2013
41:52	1	CE-j	Murcia	03.03.2023
42:05	1	CE-j	Pontevedra	04.03.2012
42:14 +	41	CM	Moscú (RUS)	11.08.2013
42:17	6	CpEurM	Olhao (POR)	21.05.2011
42:47 +	28	CpEur	Murcia	17.05.2015
43:03	1	CE-j	Benicàssim	06.03.2011
45:00	2	CE-j	Santa Eularia des Riu	07.03.2010
45:01	33	CpM-Marcha	Saransk (RUS)	12.05.2012
desc.	-	CpEur-M	Dudince (SVK)	19.05.2013