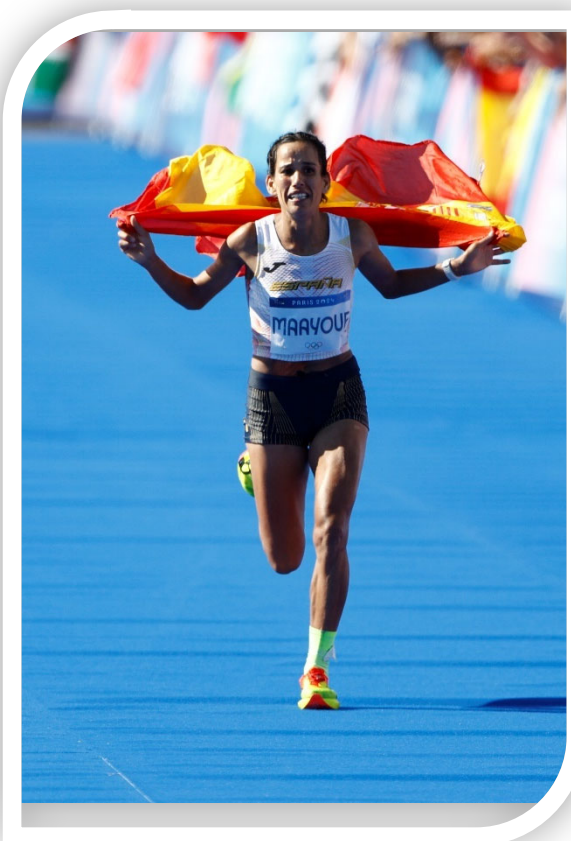




## Majida Maayouf

Barrha (Marruecos), 24.07.1989  
 1,64 m / 48 kg  
 Entrenador:  
 Club 2025: Asics Running  
 Internacional: 2 (2024)  
 Nacionalidad Española desde el  
 23.7.2023



### Historial Español

Plusmarquista de España Absoluta de Maratón (2:21:27 en 2023)  
 Mejor marca de España Absoluta de 25 km en ruta (1:23:42 en 2023)  
 Mejor marca de España Absoluta de 30 km en ruta (1:40:26 en 2023)

### Récords de España y Mejores Marcas

Absoluto. 25 km: 1:23:42 (2023), 1:23:22 (2024) 30 km: 1:40:26 (2023) Maratón: 2:21:27 (2023)

### Historial Internacional

JJOJ 2024 - París (17ª/2:28:35)  
 CM-cross 2024: 37ª/5ªequipos  
*Como atleta marroquí*  
 CM-cross 2006 sub20: 59ª

### Progresión

Año (Edad)	Club	Medio Maratón	Puesto Rk ESP	Maratón	Puesto Rk ESP
2018 (29)	Bilbao Atletismo	1:17:29		-	
2019 (30)	Bilbao Atletismo	1:17:22		2:33:12	
2020 (31)	Bilbao Atletismo	1:12:37		-	
2021 (32)	Bilbao Atletismo	1:17:25		2:29:24	
2022 (33)	Bilbao Atletismo	1:11:55		<b>2:21:01</b>	
2023 (34)	Asics Running	1:10:34+	(3)	2:21:27	(1)
2024 (35)	Independiente	1:10:20+	(4)	2:21:43	(1)
2025 (36)	Asics Running	<b>1:09:12</b>		-	

### Marcas personales

800m: 2:15.81al (2017); 1.500m: 4:26.67al (2016); Milla: 5:16 ruta (2017); 5.000m: 15:39:55 (2023); 10.000m: 32:22.27 (2023); 5km: 15:24 (2023); 10km: 31:38 (2023), 31:21desc (2023), como española 32:40 (2024), 32:14desc (2024); 15km: 50:14+ (2024); Medio Maratón: 1:09:12 (2025); 25km: 1:23:42+ (2023); 30km: 1:49:26+ (2023); Maratón: 2:21:01 (2022), como española 2:21:27 (2023)

**Su temporada 2025****Medio Maratón**

1:09:12 1 Granollers 02.03.2025

**Cross**

35:07 1 Valladolid 12.01.2025

36:49 3 (2) Getafe (CE) 26.01.2024

**Todos sus maratones**

2:21:01 10 Valencia 04.12.2022

2:21:27 5 Valencia 03.12.2023

2:21:43 5 Valencia 01.12.2024

2:24:09 8 Sevilla 20.02.2022

2:28:35 17 París (FRA) 11.08.2024

2:29:24 16 Ampugnano (ITA) 11.04.2021

2:33:12 20 Valencia 01.12.2019

*Actualizada a 25.03.2025*