

CAMPEONATO DE ESPAÑA DE 10KM RUTA ABSOLUTO Y MASTER

BILBAO

9 DE MARZO DE 2025



Récord de España 10 km Ruta

| | | | | | |
|-----------------|---------|--|----------|--------------------|------------|
| Absoluto | 31:23 | Paula Herrero Aguirre | 12.06.96 | Laredo | 11.03.2023 |
| F35 | 32:29 | Marta Galimany Guasch | 05.10.85 | Barcelona | 31.12.2021 |
| F35 | 32:29 | Maitane Melero Lacasia | 20.02.83 | Laredo (Cantabria) | 19.03.2022 |
| F40 | 33:25 | Zulema Fuentes-Pila | 25.05.77 | Laredo (Cantabria) | 17.03.2018 |
| F45 | 35:09 | María Jesús Pallicer Rotges | 01.01.78 | Montuiri | 06.12.2023 |
| F50 | 36:45 | Arancha Tejero Tejas | 01.06.72 | Laredo (Cantabria) | 16.03.2024 |
| F55 | 38:25 | Esther Pedrosa Carrete | 19.05.61 | Valencia | 02.12.2018 |
| F60 | 40:23 | Esther Pedrosa Carrete | 19.05.61 | A Coruña | 02.10.2022 |
| F65 | 42:40 | M ^a Marcelina Hernaiz del Campo | 10.11.56 | Torun (POL) | 29.03.2023 |
| F70 | 49:01 | Emilia Vaquero Sánchez | 11.01.49 | Torun (POL) | 27.03.2019 |
| F75 | 52:03 | Milagros Álvarez Pariente | 23.08.49 | Ribadesella | 21.09.2024 |
| F80 | 1h03:35 | Rosa Maria Tena Reales | 20.03.34 | Barcelona | 18.05.2014 |
| Absoluto | 27:41 | Ilias Fifa Temsamani | 16.05.89 | Valencia | 12.01.2025 |
| M35 | 27:41 | Ilias Fifa Temsamani | 16.05.89 | Valencia | 12.01.2025 |
| M40 | 28:37 | Javier Guerra Polo | 10.11.83 | Donostia | 09.02.2025 |
| M45 | 29:37 | Driss Lakhouaja Allah | 26.02.72 | Barcelona | 31.12.2018 |
| M50 | 30:04 | Juan Antonio Cuadrillero Barranco | 06.10.71 | Laredo | 16.10.2021 |
| M55 | 31:40 | Martín Fiz Martín | 03.03.63 | Valencia | 13.01.2019 |
| M60 | 33:53 | Martín Fiz Martín | 03.03.63 | Castellón | 25.02.2024 |
| M65 | 36:57 | Román Morales Soto | 12.08.53 | Málaga | 09.09.2018 |
| M70 | 38:59 | Rafael Rico Jiménez | 19.04.54 | Sevilla | 06.10.2024 |
| M75 | 42:33 | Juan López García | 08.01.44 | Torun (POL) | 27.03.2019 |
| M80 | 50:57 | Manuel Rosales Touza | 04.08.35 | Padrón | 18.02.2017 |

Récord del Campeonato de España 10 km Ruta

| | | | | | |
|-----------------|-------|--|----------|-----------------------|------------|
| Absoluto | 32:10 | Paula Herrero Aguirre | 12.06.96 | Huelva | 15.04.2023 |
| F35 | 33:56 | Maitane Melero Lacasia | 20.02.83 | O Barco de Valdeorras | 08.05.2022 |
| F40 | 33:39 | Irene Pelayo González | 16.02.80 | O Barco de Valdeorras | 08.05.2022 |
| F45 | 35:59 | Pilar Fernández Rodríguez | 11.10.76 | Huelva | 15.04.2023 |
| F50 | 38:33 | M ^a Carmen Llorena Prats | 16.03.66 | Tudela | 08.06.2019 |
| F55 | 40:02 | Nieves Morcuende Dominguez | 17.06.57 | Padrón | 05.04.2014 |
| F60 | 42:06 | Emilia Vaquero Sánchez | 11.01.49 | Camargo | 16.04.2011 |
| F65 | 44:35 | M ^a Marcelina Hernaiz del Campo | 10.11.56 | Huelva | 15.04.2023 |
| F70 | 53:35 | Milagros Álvarez Pariente | 23.08.49 | Huelva | 15.04.2023 |
| F75 | 57:05 | M ^a Consuelo Alonso Alonso | 09.11.48 | Crevillent | 06.04.2024 |
| Absoluto | 28:16 | Jesús Ramos Reviejo | 29.04.96 | Huelva | 15.04.2023 |
| M35 | 29:19 | Carles Castillejo Salvador | 18.08.78 | Ribadesella | 21.09.2013 |
| M40 | 30:23 | Jesús de la Fuente Fernández | 09.09.70 | Castellón | 31.03.2012 |
| M45 | 30:42 | Juan Antonio Cuadrillero Barranco | 06.10.71 | Santander | 21.05.2017 |
| M50 | 30:49 | Driss Lakkhouaja Allah | 26.02.72 | O Barco de Valdeorras | 08.05.2022 |
| M55 | 33:40 | Sergio Fernández Infestas | 30.07.55 | Castellón | 31.03.2011 |
| M60 | 34:30 | Juan Vázquez Sánchez | 21.10.61 | O Barco de Valdeorras | 08.05.2022 |
| M65 | 38:07 | Xose Luis Otero Cepeda | 02.11.51 | Santander | 21.05.2017 |
| M70 | 41:11 | Antonio Mohedano Rodríguez | 18.08.45 | Santander | 21.05.2017 |
| M75 | 44:09 | Juan López García | 08.01.44 | Tudela | 08.06.2019 |
| M80 | 51:55 | Juan López García | 08.01.44 | Crevillent | 06.04.2024 |