

José Manuel Albentosa

Alicante, 21.01.64; 1,70/56 Kg. Entrenador: José M^a Toribio. 16 veces internacional.

Historial Nacional

Campeón de España Juvenil de 3.000 m.l. en 1980, de Cross en 1981, Junior de 3.000 y de Cross en 1982 y 1983. Campeón de España de 5.000 m.l. en 1984 y 1985 y de 10.000 m.l. en 1987

Historial Internacional

Quinto en el Mundial Junior de Cross en 1983 y 34^a en 1982

Ha participado tres veces en el Mundial de Cross: 120^o en 1984, 48^o en 1988 y 137^o en 1989.

Campeonato Ibérico:	Vigo'91	- 10.000 m.l.	3 ^o en la Final (28.22.15)
Juegos del Mediterráneo:	Latakia'87	- 10.000 m.l.	6 ^o en la Final (29.09.95)
Campeonato de Europa Junior:	Schwechat'83	- 5.000 m.l.	7 ^o en la Final (14.21.97)
Campeonato de Europa:	Stuttgart'86	- 5.000 m.l.	11 ^o en 1 ^a serie (13.49.86)
	Split'90	- 10.000 m.l.	6 ^o en la Final (28.11.00)
Campeonatos del Mundo:	Tokyo'91	- 10.000 m.l.	15 ^o en 2 ^a serie (29.20.92)
Juegos Olímpicos:	Seúl'88	- 10.000 m.l.	Abandonó en 1 ^a serie

Todos sus 5.000 m.l. "Sub-13.35.00

13.27.05 - 03.09.89 Rieti
13.27.57 - 30.05.90 Sevilla
13.28.74 - 20.06.89 Sevilla
13.29.06 - 29.06.91 Getxo
13.32.24 - 24.05.86 Sevilla
13.32.35 - 06.08.86 La Coruña

Todos sus 10.000 m.l. "Sub-28.35.00

27.45.10 - 14.07.90 Oslo
27.56.63 - 09.06.89 Helsinki
27.58.02 - 06.07.91 Oslo
27.09.70 - 19.08.88 Bruselas
28.11.00 - 27.08.90 Split
28.17.70 - 27.06.88 Vilanueva de Asq
28.22.15 - 11.05.91 Vigo
28.29.78 - 05.08.89 Gateshead
28.32.75 - 09.04.88 Barcelona
28.34.58 - 29.07.87 San Sebastián

Progresión	1.500 m.l.	3.000 m.l.	5.000 m.l.	10.000 m.l.
1982	3.50.1	8.20.4	14.13.37	
1983	3.47.49	8.03.65	13.56.18	
1984	3.50.5	8.05.29	13.44.1	
1985	3.51.3	8.10.9	13.38.30	
1986	3.47.58	7.51.0	13.32.24	
1987	3.45.2	7.59.9	13.41.54	28.34.58
1988		8.10.21	13.35.56	28.09.70
1989		7.48.40	13.27.05	27.56.63
1990	3.48.74	7.48.66	13.27.57	27.45.10
1991		7.57.0	13.29.66	27.58.02
1992			13.49.21	