

Alejandro Gómez

Vigo (Pontevedra) 11.04.67 († Vigo 31.01.2021) 1,78/69 Kg

Entrenador: Julio Rodríguez.

39 veces internacional absoluto (1987-2005)

Historial Español

Campeón de España Absoluto

10000m 1989 (28.54.34), 1991(28.10.27), 1993(28.25.53); 1995 (29.29.15), 1996 (27.49.10)

1/2 Maratón 1992 (1h.04.13), 2003 (1h.04.40)

Campeón de España Promesa (s23)

5000m 1986 (14.13.41), 1987 (14.19.37), 1988(14.12.07)

3000m st. 1987 (8.54.39)

Campeón de España de Campo a Través

Absoluto 1989-1995, Promesa (s23) 1986-87-88, Juvenil (s18) 1984



Récords de España absolutos

1/2 Maratón 1h.01.20 - South Shields - 20.09.92

Maratón 2h.07.54 - Rotterdam - 20.04.97

...

Promesa 5.000m: 13:20.91 (1989) y 10.000m: 27:54.13 (1989)

Júnior 2.000m: 5:09.0 (1988); 5.000m: 13:42.16 (1986); 3.000m Obst.: 8:36.4 (1986)

Mejores marcas por edades (hasta 22 años)

2000m de 19 años en 1986

3000m de 17 años en 1984, de 19 en 1986, de 21-22 en 1988, de 22 en 1989

5000m de 17 años en 1984, de 19-20 en 1986, de 20-21 en 1987, de 21-22 en 1988, de 22 en 1989

10000m de 22 años en 1989

3000m st. de 19 años en 1986





Historial Internacional

JJOO	1988 - Seul	5.000m (11s1/13:41.73)
	1992 - Barcelona	10.000m (e1/abandono)
	1996 - Atlanta	10.000m (15º/28:39.11)
CM	1991 - Tokio	10.000m (9º/28.13.14)
	1995 - Gotemburgo	10.000m (16º/27:59.38)
	1999 - Sevilla	Maratón (40º/2h26:40)
	2003 - París	Maratón (abandono)
CEur	1990 - Split	10.000m (10º/28:16.06)
	1998 - Budapest	Maratón (5º/2h13:23) - Plata por equipos
	2002 - Munich	Maratón (6º/2h13:40) - Oro por equipos
CpEur	1989 - Gateshead	A - 5.000m (5º/14:03.98)
	1995 - Lille	Spl - 10.000m (3º/28:46.76)
CM-mmaraón	1992 - Tyneside	medio maratón (9º/1h01:20)
	1996 - Palma de Mallorca	medio maratón (8º/1h02:47) - Plata por equipos
	1997 - Kosice	medio maratón (17º/1h01:36)
	2011 - Bristol	medio maratón (72º/1h05:23)
Iberico10000	1993 - Getxo	10.000m (3º/28:01.15)
	1995 - Cáceres	10.000m (2º/28:17.2)
	1996 - Leiria	10.000m (1º/27:57.25)
CM-s20	1986 - Atenas	5.000m (2º/13:55.94)
CEur-s20	1985 - Cottbus	3.000m (13º/8:18.42)
Otros	1987 - Cracovia	POL-ESP-FRG-TCH
	sub23: 3.000m	(6º/8:11.14)

CAMPEONATOS DEL MUNDO DE CAMPO A TRAVÉS

Año			Ind.	Equipo
1985	CM	J	16	3
1986	CM	J	8	3
1987	CM	S	114	7
1988	CM	S	24	6
1989	CM	S	6	5
1990	CM	S	32	3
1991	CM	S	14	3
1993	CM	S	38	4
1994	CM	S	65	4
1995	CM	S	28	3
1996	CM	S	19	4
1997	CM	S	39	5
1998	CM	SL	32	5
2000	CM	SL	40	4
2001	CM	SL	9	4
2004	CM	SL	52	8
2005	CM	SL	66	7

CAMPEONATOS DE EUROPA DE CAMPO A TRAVÉS

1994	CE	S	13	28:22
1995	CE	S	2	26:46
1996	CE	S	12	33:59
2001	CE	S	18	28:29
2002	CE	S	AB	-

COPA DE EUROPA DE CLUBES DE CAMPO A TRAVÉS

Individual: 1996 (2º) - 1997 (2º)

Equipos: Oro (1999 Adiadas R.T.), Plata (1996, 1997 con New Balance AC y 2000 con Adidas R.T.)



PROGRESIÓN

Año - Club	1500m	3000m	5000m	10000m	1/2 Maratón	Maratón	3000m Obst.
1983 - S.D. San Miguel de Oya	4:04.4	8:29.8 (47)	-	-	-	-	-
1984 - S.D. San Miguel de Oya	3:54.6 (95)	8:15.30 (22)	14:16.7 (21)	-	-	-	-
1985 - S.D. San Miguel de Oya	3:52.8 (79)	8:14.8 (24)	14:05.2 (21)	-	-	-	-
1986 - S.D. San Miguel de Oya	3:47.25 (28)	7:57.84 (4)	13:42.16 (6)	-	-	5.09.5 (6)2k	8.36.4 (5)
1987 - S.D. San Miguel de Oya	3:49.4 (61)	8:03.2 (8)	13:27.74 (4)	-	-	-	8.38.46 (6)
1988 - New Balance - S.M. de Oya	-	7:48.38 (3)	13:21.02 (2)	-	-	5.09.0 (1)2k	-
1989 - New Balance - S.M. de Oya	3:42.0 (16)	7:47.7 (5)	13:20.91 (1)	27:54.13(2)	-	-	8.33.6 (4)
1990 - Larios A.A.M.	3:47.5 (51)	7:54.2 (9)	13:30.54 (7)	27:41.30(2)	-	-	8.38.20 (9)
1991 - Larios A.A.M.	3:39.18 (11)	7:51.70 (5)	13:24.43 (3)	27:58.42(2)	-	-	-
1992 - Rela Club Celta de Vigo	-	7:58.7 (8)	14:14.29 (38)	28:02.10(3)	1h01:20 (1)	-	-
1993 - New Balance - S.M. de Oya	-	8:01.3 (9)	13:41.24 (13)	27:39.38 (1)	1h01:26 (1)	-	-
1994 - New Balance A.C.	-	-	14:02.8 (25)	-	1h03:29 (6)	-	-
1995 - New Balance A.C.	-	-	13:47.45 (8)	27:51.64(2)	-	-	-
1996 - New Balance A.C.	-	7:55.68 (5)	13:22.11 (4)	27:49.10(1)	1h02:47 (6)	-	-
1997 - New Balance A.C.	-	-	-	-	1h01:36 (1)	2h07:54 (1)	-
1998 - Adidas R.T.	-	-	-	27:48.27(10)	1h03:13 (9)	2h12:34 (9)	-
1999 - Adidas R.T.	-	-	-	28:51.9 (14)	1h02:28 (3)	2h26:40 (49)	-
2000 - Adidas R.T.	-	-	-	-	1h03:47 (10)	2h15:48 (9)	-
2001 - C.A. Adidas	-	-	-	-	1h03:26 (3)	-	-
2002 - Navegalia U. Guadalajara	-	-	-	-	1h05:05 (14)	2h12:58 (9)	-
2003 - Kelme Playas de Cstellón	-	-	14:12.3 (25)	28:32.24(7)	1h03:59 (6)	-	-
2004 - J'hayber Playas de Castellón	-	-	-	-	1h05:26 (23)	2h16:22 (9)	-
2005/2012 sin actividad	-	-	-	-	-	-	-
2013 -	-	-	-	-	1h14:18	-	-

Otras marcas personales:

10km en ruta: 28:44+ WC HMar Kosice (1997) / 28:53 Oporto (1995) - 15km en ruta: 44:07+ WC HMar Palma de Mallorca (1996)

Puestos anuales en el ranking mundial y europeo

	a) pruebas olímpicas (entre los 100 primeros del mundo)
1987 -	5000m 13.27.44 (44-M y 29-E)
1988 -	5000m 13.21.02 (19-M y 14-E)
1989 -	5000m 13.20.91 (20-M y 10-E), 10000m 27.54.13 (18-M y 9-E), 3000m st. 8.33.6 (72-M y 44-E)
1990 -	5000m 13.30.54 (59-M y 34-E), 10000m 27.41.30 (9-M y 5-E)
1991 -	1500m 3.39.18 (91-M y 47-E), 5000m 13.24.43 (35-M y 12-E), 10000m 27.58.42 (28-M y 10-E)
1992 -	10000m 28.02.10 (43-M y 15-E)
1993 -	10000m 27.39.38 (14-M y 3-E) // y en el all-time 30-E
1995 -	10000m 27.51.64 (33-M y 6-E)
1996 -	5000m 13.22.11 (44-M y 9-E), 10000m 27.49.10 (26-M y 4-E)
1997 -	Maratón 2h.07.54 (6-M y 2-E) // y en el all-time 18-M y 5-E
	b) pruebas no olímpicas (entre los 50 primeros del mundo)
1986 -	2000m 5.09.5 (49-M y 29-E)
1988 -	2000m 5.09.0 (18-M y 12-E), 3000m 7.48.38 (29-M y 19-E)
1992 -	1/2 Maratón 1h.01.20 (18-M y 3-E)
1993 -	1/2 Maratón 1h.01.26 (23-M y 5-E)
1997 -	1/2 Maratón 1h.01.36 (44-M y 12-E)

En el ranking juvenil de 1984 fue líder mundial en 5000m (14.16.7) y 2-M/2-E en 3000m (8.15.30)

En el ranking junior de 1986 fue líder mundial en 2000m (5.09.5), 3000m (7.57.84) y 3000m st. (8.36.4) mientras que en 5000m (13.42.16) fue 2-M y 1-E

En 1987 (tope 20 años), fue 2-M y 1-E en 5000m (13.27.74)

En 1988 (tope 21 años), fue 2-M y 1-E en 5000m (13.21.02)

En 1989 (tope 22 años), fue 3-M y 1-E en 5000m (13.20.91) y en 10000m (27.54.13)

Puestos en el all-time español

20º en 1500m hasta 1991 (3.39.18)

8º en 2000m hasta 1986 (5.09.5), con su m.m.p. (5.09.0) tuvo peor puesto (10º hasta 1988)

7º en 3000m hasta 1989 (7.47.7) - Antes ya fue 7º (7.48.38 hasta 1988)

5º en 5000m hasta 1989 (13.20.91) - Antes ya fue 5º (13.21.02 hasta 1988)

2º en 10000m hasta 1993 (27.39.38) - Antes ya fue 2º (27.41.30 hasta 1990)

11º en 3000m obst. hasta 1986 (8.36.4), con su m.m. (8.33.6) tuvo peor puesto (13º h.1989)

5.000m - Límite 14:00.00

13:20.91	5	Bisl	Oslo, NOR	01.07.1989
13:21.02	8	Bisl	Oslo, NOR	02.07.1988
13:22.11	4	Nacht	Hechtel, BEL	06.07.1996
13:22.99	4	Herr	La Coruña	25.07.1989
13:24.43	3	Herr	La Coruña	26.07.1991
13:27.74	12	Herr	La Coruña	05.08.1987
13:30.17	9	WG	Helsinki, FIN	27.06.1991
13:30.39	2		Pontevedra	11.06.1991
13:30.54	3	CdV	Vigo	05.07.1990
13:30.87	3	Dip	Sevilla	06.06.1996
13:34.47	11	Herr	La Coruña	26.07.1990
13:41.24	16	Dip	Sevilla-C	05.06.1993
13:41.67	5	CE	Barcelona	13.08.1989
13:41.73	11s1	OG	Seúl, KOR	29.09.1988
13:42.16	7	CdLC	La Coruña	06.08.1986
13:43.42	9	GPF	Barcelona	20.09.1991
13:44.81	8	CE	Jerez de la Frontera	12.08.1990
13:47.45	10	StAnt	Lisboa (U)	17.06.1995
13:48.63	3	Abas	Santander	17.05.1990
13:48.81	2	Abas	Santander	16.09.1989
13:48.94	8	CdP	Pontevedra	01.06.1993
13:51.60	9e1	OG	Seul	28.09.1988
13:55.94	2	WCu20	Atenas, GRE	19.07.1986
13:59.10	6	NC	Vigo	14.08.1988

28:48.27	9(8)	CE	Baracaldo	01.07.1998
28:51.9	2		la Coruña	11.08.1999
28:53.57	15	Clb	Maia, POR	25.04.1992
28:54.34	1	CE	Barcelona-O	11.08.1989
28:59.5 m	1	LN	Vigo	31.05.1992

Medio Maratón - Límite 1h10:00

1h01:20	9	WC	South Shields, GBR	20.09.1992
1h01:26	1		Vigo	18.04.1993
1h01:36	17	WC	Kosice, SVK	04.10.1997
1h02:28	1		Azcoitia-Azpeitia	28.03.1999
1h02:47	8	WC	Palma de Mallorca	29.09.1996
1h03:13	2		Azpeitia	29.03.1998
1h03:26	4		Azpeitia	01.04.2001
1h03:29	1		Vigo	08.05.1994
1h03:47	6		Azpeitia	26.03.2000
1h03:59	3		Logroño	31.05.2003
1h04:13	1		San Sebastián de los Reyes	23.08.1992
1h04:13	1		Louro	05.11.1996
1h04:18	7		Palma de Mallorca	08.09.1996
1h04:40	3		Albacete	15.06.2003
1h05:05	8		Azpeitia	30.03.2002
1h05:12	10		Logroño	17.07.1999
1h05:23	72	WC	Bristol, GBR	07.10.2001
1h05:39	5		Arona	01.07.2001
1h05:57	6		Logroño	24.05.1998
1h06:04	7		Logroño	25.05.1997
1h06:08	2		Vigo	27.02.2000
1h06:49	7		Logroño	01.06.2002
1h07:26	1		Vigo	11.03.2001
1h07:44	19		Guadalajara	23.10.2004
1h08:50	1		Vigo	23.05.2004

tiempo de paso a una distancia superior:

1h02:45		Boston, USA	20.04.1998
1h04:30		Róterdam, NED	20.04.1997
1h05:18		Róterdam, NED	21.04.2002
1h05:26		Róterdam, NED	04.04.2004

Distancia corta (-200m)

1h02:59	1	Málaga	06.04.1997
---------	---	--------	------------

Todos sus maratones

2h07:54	2		Róterdam, NED	20.04.1997
2h12:15	7		Seul, KOR	26.10.1997
2h12:34	7		Boston, USA	20.04.1998
2h12:58	10		Róterdam, NED	21.04.2002
2h13:23	5	EC	Budapest, HUN	18.08.1998
2h13:40	6	EC	Munich, GER	11.08.2002
2h15:48	21		Londres, GBR	16.04.2000
2h16:22	20		Róterdam, NED	04.04.2004
2h26:40	40	WC	Sevilla	27.08.1999

10.000m - Límite 29:00.00

27:39.38	3	Bisl	Oslo, NOR	10.07.1993
27:41.30	6	Bisl	Oslo, NOR	14.07.1990
27:49.10	1	TA	Baracaldo	19.06.1996
27:51.64	11h2	WC	Gotemburgo, SWE	05.08.1995
27:54.13	11	VD	Bruselas, BEL	25.08.1989
27:57.25	1	Clb	Leiria, POR	06.04.1996
27:58.42	4	VD	Bruselas, BEL	13.09.1991
27:59.38	16	WC	Gotemburgo, SWE	08.08.1995
28:01.15	3	Clb	Guecho	02.05.1993
28:02.10	6	VD	Bruselas, BEL	28.08.1992
28:03.9 m	1		Pontevedra	08.07.1995
28:05.07	17	Bisl	Oslo, NOR	06.07.1991
28:10.27	1	CE	Barcelona	03.08.1991
28:13.14	9	WC	Tokio, JPN	26.08.1991
28:15.98	1		Maia, POR	04.07.1992
28:16.06	10	EC	Split, YUG	27.08.1990
28:17.2 m	2	Clb	Cáceres	08.04.1995
28:25.24	6	APM	Hengelo, NED	05.06.1995
28:25.53	1	CE	Gandía	03.07.1993
28:28.16	9h2	JJO	Atlanta, USA	26.07.1996
28:29.37	8h2	WC	Tokio, JPN	24.08.1991
28:32.24	10		Pontevedra	20.07.2003
28:32.34	4	WA	Bruselas, BEL	13.06.1992
28:33.21	4	Clb	Vigo	11.05.1991
28:39.11	15	JJO	Atlanta, USA	29.07.1996
28:46.76	3	ECp.A	Villeneuve D'Ascq	24.06.1995



Sus récords de España absolutos

MEDIO MARATÓN

1.01.20 **Alejandro Gómez** **R.C.Celta Vigo** **Pontevedra** **South Shields, GBR** **20-09-1992**

I Campeonato del Mundo de Medio Maratón. 1. Benson Masya (KEN) 1.00.24, 2. Antonio Silio (ARG) 1.00.40, 3. Boay Akonay (TAN) 1.00.45, 4. Lameck Aguta (KEN) 1.00.55, 5. Joseph Keino (KEN) 1.01.06, 6. David Lewis (GBR) 1.01.17, 7. Artur de Freitas Castro (BRA) 1.01.18, 8. Gómez 1.01.20,... 12. Antonio Peña 1.01.48,... 47. Alberto Juzdado 1.03.08,... 61. Rodrigo Gavela 1.03.59,... 99. Juan Antonio Crespo 1.05.47.

MARATÓN

2.07.54 **Alejandro Gómez** **New Balance** **Galicia** **Rotterdam, NED** **20-04-1997**

Maratón de Rotterdam. 1. Domingos Castro (POR) 2.07.51, 2. Gómez 2.07.54, 3. Sammy Korir (KEN) 2.08.02, 4. Simon Lopuyet (KEN) 2.08.19, 5. Abebe Mekonnen (ETH) 2.08.46, 6. Luiz Antonio Dos Santos (BRA) 2.08.55, 7. Giacomo Leone (ITA) 2.09.07, 8. Masaki Oya (JPN) 2.09.11, 9. Danilo Goffi (ITA) 2.09.13. Tiempos de paso de Gómez: 15.47 – 30.57 – 46.03 – 1.01.10 – 1.04.30 – 1.16.16 – 1.31.27 – 1.46.34 – 2.01.29.

