

Ricardo Rosado

Madrid, 21.07.1988 - 1,83m / 62kg
Entrenador: Arturo Martín
Club 2026: Bikila
Internacional: 2 (2016)



Historial Español
Campeón de España de Maratón (2026)
Campeón de España Universitario de 5.000m (2014-2015)

Campeón de España Universitario de 10.000m (2019)
Campeón de España Universitario de Campo a Través (2016)

Records de España y Mejores Marcas

Historial Internacional

CpEur-10.000m	2016 - Mersin	10.000m (Abandono)
Trofeo Ibérico	2016 - Maia	10.000m (3º/29:03.41/1º equipos)

Progresión			Puesto
Año (Edad)	Club	Maratón	Rk ESP
2018 (30)	Atletismo Bikila	2:13:42	(6)
2019 (31)	Atletismo Bikila	-	
2020 (32)	Atletismo Bikila	2:11:38	(8)
2021 (33)	Atletismo Bikila	-	
2022 (34)	Atletismo Bikila	2:16:29	(12)
2023 (35)	Atletismo Bikila	2:14:23	(9)
2024 (36)	Atletismo Bikila	-	
2025 (37)	Bikila	-	
2026 (38)	Bikila	2:13:29	

Marcas personales
800m: 1:52.31al (2012); 1.500m: 3:42.41al (2016), 3:56.01st (2015); 3.000m: 8:10.19al (2018), 8:16:09st (2013); 5.000m: 13:54.68 (2016); 10.000m: 28:48.55 (2019); 5km ruta: 14:20+ (2017), 14:07desc (2017); 10km ruta: 28:58 (2017); Medio Maratón: 1:04:03 (2018); Maratón: 2:11:38 (2020).

Su temporada 2026

Medio Maratón

1:08:26	7	Getafe	25.01.2026

Maratón

2:13:29	17 (1)	Barcelona (CE)	15.03.2026

Sus mejores marcas de siempre en Maratón

2:11:38	44	Valencia	06.12.2020
2:13:29	17	Barcelona	15.03.2026
2:13:42	20	Valencia	02.12.2018
2:14:23	6	Málaga	10.12.2023
2:16:29	8	Zaragoza	03.04.2022

Actualizada a 20.10.2026