



Thierry Ndikumwenayo

Kyriama (Burundi), 26.03.1997 - 1,63m / 50kg
Entrenador: José Ortuño/Lluis Torlà
Club 2024: Facsa-Playas de Castellón
Internacional: 6 (2023-2024)
Nacionalidad española desde el 06.02.2023

Historial Español

Plusmarquista de España Absoluto de 10.000m (26:49.49 en 2024)
Plusmarquista de España Absoluto de 5km en ruta (13:17 en 2024)
Campeón de España Absoluto de 5.000m (2024)
Campeón de España Absoluto de Campo a Través (2024)

Records de España y Mejores Marcas

Absoluto. 10.000m (26:49.49); 5km ruta: 13:17 (2024); 15 km: 42:16+ (2024)

Historial Internacional

JJO	2024 – París	5.000m (15º/13:24.07) 10.000m (9º/26:49.49)
CM	2023 - Budapest	5.000m (9ºe2/13:34.03)
CE	2024 - Roma	5.000m (5º/13:23.26); 10.000m (3º(3ºcA)/28:00.96)
CE-Sel	2023 - Chorzów	5.000m (1º/13:25.48)
CM-cross	2024: 9º/4ºequipos	
CE-cross	2024: 3º/1ºequipos	
<i>Como atleta de Burundi</i>		
CM	2019 - Doha	10.000m (-/Aband)
CM-pc	2018 - Birmingham	3.000m (9ºe1/8:09.11)
JJAfr	2015 - Brazzaville	5.000m (9º/13:27.38)
CAfr	2016 - Durban	5.000m (7º/13:26.24)
CAfr-s20	2015 - Addis Abeba	5.000m (7º/15:11.49)
JJO-Juv	2014 - Nanjing	3.000m (2º/8:06.05)
CM-cross	2017: 95º; 2019: 9º	



Progresión

Año (Edad)	Club	5.000m	Puesto Rk ESP	10.000m	Puesto RkESP
2015 (18)	-	13:27.38	-	-	-
2016 (19)	-	13:26.24	-	-	-
2017 (20)	Playas de Castellón	13:25.55	-	-	-
2018 (21)	Playas de Castellón	13:38.1	-	-	-
2019 (22)	Playas de Castellón	13:34.62	-	-	-
2020 (23)	Playas de Castellón	13:26.85	-	-	-
2021 (24)	Playas de Castellón	13:25.30	-	-	-
2022 (25)	Playas de Castellón	12:59.39	-	-	-
2023 (26)	Playas de Castellón	12:55.47	(2)	-	-

2024 (27) Facsa-Playas de Castellón **12:48.10** (1) **26:49.49** (1)

Marcas personales

1.500m: 3:37.25al (2021), 3:42.60pc (2023); 3.000m: 7:25.93al (2022), 7:48.38pc (2023); 5.000m: 12:48.10 (2024); 10.000m: 27:26.57 (2024); 5km ruta: 13:17 (2024); 10km: 28:04 (2022); 15km ruta: 42:16+ (2024); Medio maratón: 59:42 (2024)

Su temporada 2024 al aire libre

5.000m

12:48.10	4	Oslo (NOR)	30.05.2024
13:20.81	1	La Nucía	28.06.2024
13:23.26	5	Roma (ITA)	08.06.2024
13:24.07	15	París (FRA)	10.08.2024

10.000m

26:49.49	9	París (FRA)	02.08.2024
27:26.57	1	Castellón	22.05.2024
28:00.96	3cA	Roma (ITA)	12.06.2024

5km ruta

13:17	5	Herzogenarauch (GER)	27.04.2024
-------	---	----------------------	------------

Medio maratón

59:42	8	Valencia	27.10.2024
-------	---	----------	------------

Sus mejores marcas de siempre en 5.000m

12:48.10	4	Oslo (NOR)	30.05.2024
12:55.47	8	Mónaco (MON)	21.07.2023
12:58.60	6	Oslo (NOR)	15.06.2023
12:59.03	13	Florenia (ITA)	02.06.2023
12:59.39	8	Roma (ITA)	09.06.2022
13:05.24	2	París (FRA)	18.06.2022
13:06.46	3	Huelva	25.05.2022
13:06.58	1	Nerja	04.05.2022
13:10.71	11	Bruselas (BEL)	02.09.2022
13:20.81	1	La Nucía	28.06.2024

Todas sus marcas de siempre en 10.000m

26:49.49	9	París (FRA)	02.08.2024
27:26.57	1	Castellón	22.05.2024
28:00.96	3cA	Roma (ITA)	12.06.2024

Actualizada a 8.12.2024

Socio Patrocinador RFEA:

Joma

Patrocinador Principal RFEA:

Iberdrola

Patrocinadores Oficiales RFEA:

GO fit
Life_Science_Tech

LOTERÍAS
de España

Halcón viajes

MONDO

Proveedores Oficiales RFEA:

enovis

RIBESCO
Laboratorio de Análisis

conersys
energía - salud - vida

LIN3S

quality

Instituciones:

COO
OLIMPIA

ESPAÑA
2024

RFEA

ADIDAS