

Laura Bueno



Granada, 25.05.1993 - 1,72m / 61kg
Entrenador: Jesús Montiel
Club 2023: Valencia Club de Atletismo
Internacional: 17 (2016-2023)

Historial Español

Plusmarquista de España Absoluta de 4x400m mixto al aire libre (3:13.29 en 2021)
Mejor Marca de España de 500m al aire libre (1:10.63 en 2017)
Mejor Marca de España de 600m al aire libre (1:26.21 en 2018)
Mejor Marca de España de 500m en pista cubierta (1:11.33 en 2018)
Mejor Marca de España de 600m en pista cubierta (1:28.14 en 2019)
Mejor Marca Española de 4x800mF-600mM-400mF-200mM Mixto en pista cubierta (4:38.46 en 2022)
Campeona de España Absoluta de 400m al aire libre (2017-2018-2021)
Campeona de España Absoluta de 400m en pista cubierta (2017-2018-2019-2022)
Campeona de España Sub23 de 400m al aire libre (2013)
Campeona de España Sub20 de 400m al aire libre (2012)
Campeona de España Sub16 de 600m en pista cubierta (2007)

Records de España y Mejores Marcas

Absoluto AL. 300m: 38.41 (2018); 500m: 1:10.63 (2017); 600m: 1:26.21 (2018)
Absoluto AL. 4x400m mixto: 3:13.29 (2021)
Absoluto PC. 500m: 1:11.33 (2018); 600m: 1:28.14 (2019)
Absoluto PC. 4x800mF-600mM-400mF-200mM Mixto: 4:38.46 (2022)

Historial Internacional

JJOJ	2021 - Tokio	4x400m mixto (6ªe1/3:13.29)
CM	2023 - Budapest	4x400m (º/3:31.91)
CE	2016 - Ámsterdam	400m (6ªe2/54.01); 4x400m (7ªe2/3:33.57)
	2018 - Berlín	400m (8ªs3/52.46); 4x400m (6ªe1/3:33.18)
CE-Sel	2017 - Lille	400m (9ª/4ªe1/53.15); 4x400m (9ª/3ªcB/3:33.70)
	2021 - Chorzów	4x400m (5ª/3:31.54)
	2023 - Chorzów	400m (14ª/6ªcB/53.38); 4x400 mixto: (11ª/7ªcA/3:16.79)
WorldRelays	2021 - Chorzów	4x400m (5ªe1/3:34.92)
JMed	2018 - Tarragona	400m (5ªe2/53.15); 4x400m (3ª/3:31.54)
IberAm	2016 - Río de Janeiro	4x400m (2ª/3:36.16)
	2018 - Trujillo	400m (3ª/52.88); 4x400m (3ª/3:38.32)
CM-pc	2018 - Birmingham	400m (5ªe2/53.66)
	2022 - Belgrado	4x400m (5ªe1/3:34.92)
CE-pc	2017 - Belgrado	400m (4ªe4/54.21)
	2019 - Glasgow	400m (3ªs1/53.05)
DNA EA pc	2022 - Glasgow	4x800mF-600mM-400mF-200mM Mixto (1ª/4:38.46)
Otros	2021 - Castellón	España A 4x400m (1ª/3:30.25)

Progresión

Año/Edad	Club	Puesto		Puesto	
		400m AL	Rank. ESP	400m PC	Rank. ESP
2009 (16)	Ciudad de Granada	58.97	(81/13s18)	1:00.03	(-/10s18)
2010 (17)	Ciudad de Granada	-		1:01.64	(-/23s18)
2011 (18)	Ciudad de Granada	1:00.35	(-/22s20)	-	
2012 (19)	Ciudad de Granada	56.65	(19/2s20)	57.91	(22/5s20)
2013 (20)	Ciudad de Granada	54.33	(2/1s23)	57.17	(17/4s23)
2014 (21)	A.D. Marathon	55.19	(8/2s23)	58.34	(36/10s23)
2015 (22)	A.D. Marathon	55.92	(17/5s23)	-	

2016 (23)	A.D. Marathon	53.26	(3)	55.46	(7)
2017 (24)	Valencia Esports	52.64	(1)	53.38	(2)
2018 (25)	Valencia Esports	52.14	(2)	53.10	(1)
2019 (26)	Valencia Esports	-		52.67	(1)
2020 (27)	Valencia Club de Atletismo	54.31	(5)	55.09	(12)
2021 (28)	Valencia Club de Atletismo	51.93	(2)	54.58	(5)
2022 (29)	Valencia Club de Atletismo	-		52.77	(1)
2023 (30)	Valencia Club de Atletismo	52.72	(5)	53.09	(2)

Marcas personales

100m: 12.43 (2020); 150m: 19.41 (2016); 200m: 24.86 (2020), 24.47pc (2019); 300m: 38.41 (2018); 400m: 51.93al (2021), 52.67pc (2019); 500m: 1:10.63al (2017), 1:11.33+pc (2019); 600m: 1:26.21al (2018), 1:28:14pc (2019); 800m: 2:06.23al (2021), 2:06.26pc (2019)
