



Laura García-Caro

Huelva, 14.04.1995 - 1,65m / 56kg
Entrenador: José Antonio Quintana
Club 2024: Atletismo Ciudad de Lepe
Internacional: 15 (2015-2024)

Historial Español

Récord de España Sub20 de 20km Marcha en ruta (1:34:50 en 2014)
Mejor Marca Española Sub20 de 3.000m Marcha (12:44.21 en 2014)
Campeona de España Absoluta de 10.000m Marcha (2022)
Campeona de España Sub23 de 20km Marcha (2015-2016)
Campeona de España Sub20 de 10km Marcha (2013-2014)
Campeona de España Sub20 de 10.000m Marcha (2014)
Campeona de España Sub20 de 5km Marcha de Promoción (2012-2013)
Campeona de España Sub18 de 10km Marcha (2012)
Campeona de España Sub18 de 5km Marcha de Promoción (2011)



Records de España y Mejores Marcas

Sub23. Ruta: 20km Marcha: 1:29:32 (2015), 1:29:29 (2017)
Sub23. Pista: 3.000m Marcha: 12:29.38 (2015), 12:16.10 (2017)
Sub20. Ruta: 20km Marcha: 1:35:30, 1:34:50 (2014)
Sub20. Pista: 3.000m Marcha: 12:44.21 (2014); 10.000m Marcha: 44:32.84 (2014)
Sub18. Pista: 10.000m Marcha: 50:13.77 (2012)

Historial Internacional

JJO	2021 - Tokio (Sapporo)	20km Marcha (34ª/1:37:48)
CM	2015 - Pekín	20km Marcha (32ª/1:36:22)
	2017 - Londres	20km Marcha (9ª/1:29:29)
	2019 - Doha	20km Marcha (33ª/1:44:05)
	2022 - Eugene	35km Marcha (6ª/2:42:45)
CE	2018 - Berlín	20km Marcha (6ª/1:28:15)
CpM-Marcha	2012 - Saransk	10km Marcha Sub20 (19ª/49:44/6ª equipos)
	2014 - Taicang	10km Marcha Sub20 (4ª/45:29/2ª equipos)
CMSel-Marcha	2018 - Taicang	20km Marcha (14ª/1:29:58/3ª equipos)
	2022 - Muscat	35km Marcha (4ª/2:52:10/2ª equipos)
	2024 - Antalya	Relevo Mixto (3ª con Álvaro Martín)
CpE-Marcha	2013 - Dudince	10km Marcha Sub20 (6ª/48:47/4ª equipos)
	2015 - Murcia	20km Marcha (10ª/1:29:32/5ª equipos)
	2017 - Podébrady	20km Marcha (3ª/1:29:57/1ª equipos)
	2019 - Alytus	20km Marcha (2ª/1:29:55/1ª equipos)
CESel-Marcha	2021 - Podébrady	20km Marcha (3ª/1:28:07/1ª equipos)
IberAm	2022 - La Nucía	10.000m Marcha (1ª/43:33.72)

Socio Patrocinador RFEA:



Patrocinador Principal RFEA:



Patrocinadores Oficiales RFEA:



Proveedores Oficiales RFEA:



Instituciones:



Criterium	2024 - Valencia	Relevo Mixto (1ª/2:57:04 con Álvaro Martín)
CE-s23	2015 - Tallinn	20km Marcha (3ª/1:31:52)
	2017 - Bydgoszcz	20km Marcha (descalificada)
CMed-s23	2016 - Radès	10.000m Marcha (1ª/44:55.51)
CM-s20	2012 - Barcelona	10.000m Marcha (24ª/50:13.77)
	2014 - Eugene	10.000m Marcha (4ª/44:32.84)
CE-s20	2013 - Rieti	10.000m Marcha (5ª/47:17.74)

Progresión				Puesto		Puesto
Año (Edad)	Club	10km/10.000m M	20km Marcha	RkESP	35km Marcha	RkESP
2011 (16)	Puerto de Alicante	53:09 / -	-		-	
2012 (17)	CAB Pto. de Alicante	49:44 / 50:13.77	-		-	
2013 (18)	Cueva de Nerja-UMA	48:30 / 47:17.74	-		-	
2014 (19)	A.D. Marathon	45:29 / 44:32.84	1:34:50	(6/1s20)	-	
2015 (20)	A.D. Marathon	46:13 / -	1:29:32	(1/1s23)	-	
2016 (21)	Atl. Ciudad de Lepe	45:21 / 44:55.51	1:33:24	(5/1s23)	-	
2017 (22)	At. Ciudad de Lepe	44:36 / 50:44.74	1:29:29	(1/1s23)	-	
2018 (23)	At. Ciudad de Lepe	44:18+ / 43:50.25	1:28:15	(3)	-	
2019 (24)	At. Ciudad de Lepe	43:57+ / 46:48.09	1:28:40	(1)	-	
2020 (25)	At. Ciudad de Lepe	46:11 / -	-		-	
2021 (26)	At. Ciudad de Lepe	44:42+ / 44:49.31	1:28:07	(2)	2:51:01	(3)
2022 (27)	At. Ciudad de Lepe	43:50 / 43:16.76	1:30:36	(2)	2:42:45	(3)
2023 (28)	At. Ciudad de Lepe	48:14 / -	-		-	
2024 (29)	At. Ciudad de Lepe	45:19 / -	1:27:19			

Marcas personales

3.000m Marcha: 12:16.10 (2017); 5.000m Marcha: 21:29.41 (2021); 10.000m Marcha: 43:16.76 (2022); 5km Marcha: 21:43+ (2022); 10km Marcha: 43:50 (2022); 15km Marcha: 1:05:56 (2018); 20km Marcha: 1:28:07 (2021); 30km Marcha: 2:19:52+ (2022); 35km Marcha: 2:42:45 (2022).

Sus mejores marcas de siempre en 20km Marcha

1:27:19	5	La Coruña	18.05.2024
1:28:07	3	Podébrady (CZE)	16.05.2021
1:28:15	6	Berlín (GER)	11.08.2018
1:28:40	9	La Coruña	08.06.2019
1:29:03	2	Zaragoza	25.02.2024
1:29:29	9	Londres (GBR)	13.08.2017
1:29:32	10	Murcia	17.05.2015
1:29:55	2	Alytus (LTU)	19.05.2019
1:29:57	3	Podébrady (CZE)	21.05.2017
1:29:58	14	Taichang (CHN)	05.05.2018

Todas sus marcas en 35km Marcha

2:42:45	6	Eugene (USA)	22.07.2022
2:48:05	2	Lepe	30.01.2022
2:51:01	3	Sevilla	14.02.2021
2:52:10	4	Mascate (OMA)	04.03.2022

Actualizada a 18.05.2024

Socio Patrocinador RFEA:

Joma

Patrocinador Principal RFEA:

iberdrola

Patrocinadores Oficiales RFEA:

GO fit
Life, Science, Tech

LOTERÍAS
NACIONALES

Halcón viajes

MONDO

Proveedores Oficiales RFEA:

enovis

REUSCO
Y PENSALÓN

conersys
SPORTS SOLUTIONS

LIN3S

Instituciones:

COO

ES

ES

ES