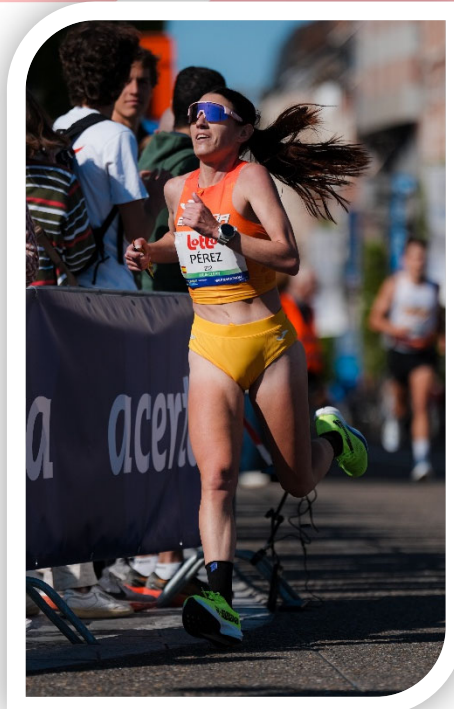




María José Pérez

Carrión de Calatrava (Ciudad Real), 12.06.1992 -
1,59m / 48kg
Entrenador: José Luis Mareca
Club 2025: C.A. Cárnicas Serrano
Internacional: 11 (2016-2025)



Historial Español

Campeona de España Absoluta de 3.000m obstáculos (2016)
Campeona de España Sub23 de 3.000m obstáculos (2012-2014)
Campeona de España Sub20 de 3.000m obstáculos (2011)
Campeona de España Sub18 de 2.000m obstáculos (2009)

Records de España y Mejores Marcas

Historial Internacional

CM	2017 - Londres	3.000m Obst. (13ªe3/10:01.84)
CE	2018 - Berlín	3.000m Obst. (11ªe2/9:44.72)
CE-ruta	2025 – Lovaina	Medio Maratón (12º/1:12:52/3ªequipos)
IberAm	2018 - Trujillo	3.000m Obst. (2ª/9:55.63)
CpEur-10000	2018 - Londres	10.000m (Aband)
Trlbérico	2017 - Huelva	10.000m (5ª/33:43.11)
	2018 - Braga	10.000m (4ª/33:22.75)
CMed-s23	2014 - Aubagne	3.000m Obst. (2ª/10:06.78)
CM-s20	2010 - Moncton	3.000m Obst. (10ªe1/10:50.36)
CE-s20	2011 - Tallinn	3.000m Obst. (6ª/10:38.17)
CM-s18	2009 - Bressanone	2.000m Obst. (8ªe2/7:21.78)
CM-cross	2010 sub20: 74ª/13ªequipos; 2011 sub20: 68ª/13ªeq	
CE-cross	2010 sub20: 73ª/7ªeq; 2011 sub20: 33ª/7ªeq; 2013 sub23: 31ª/-eq; 2014 sub23: 37ª/-eq; 2016: 55ª/5ªeq; 2017: 54ª/5ªeq; 2018: 45ª/6ªeq; 2019: 34ª/8ªeq	

Progresión

Año (Edad)	Club	3.000m Obst. Rk ESP	Puesto	Medio Maratón Rk ESP
2010 (18)	CAB Puerto de Alicante	10:48.12	(22/3s20)	-
2011 (19)	CAB Puerto de Alicante	10:36.89	(12/1s20)	-
2012 (20)	CAB Puerto de Alicante	10:29.68	(15/1s23)	-
2013 (21)	CAB Puerto de Alicante	-	-	-
2014 (22)	C Dental Seoane Pampín	10:06.78	(3/1s23)	-
2015 (23)	C Dental Seoane Pampín	9:59.89	(5)	-
2016 (24)	C Dental Seoane Pampín	9:48.97	(2)	-
2017 (25)	Valencia Esports	9:40.51	(2)	-
2018 (26)	Valencia Esports	9:43.48	(2)	-
2019 (27)	Valencia Esports	9:47.38	(2)	-
2020 (28)	C.A. Cárnicas Serrano	-	-	1:12:57 (3)
2021 (29)	C.A. Cárnicas Serrano	10:02.14	(6)	-
2022 (30)	C.A. Cárnicas Serrano	-	-	1:17:04 (18)
2023 (31)	C.A. Cárnicas Serrano	-	-	1:12:08 (8)
2024 (32)	C.A. Cárnicas Serrano	-	-	-
2025 (33)	C.A. Cárnicas Serrano	-	-	1:10:55

Marcas personales

800m: 2:28.18al (2010); 1.500m: 4:25.83al (2018); 3.000m: 9:34.57al (2017), 9:13.65st (2021); 5.000m: 16:08.26 (2017); 10.000m: 33:22.75 (2018); 2.000m Obst.: 6:46.22 (2015); 3.000m Obst.: 9:40.51 (2017); 5km ruta: 16:07+ (2025); 10km ruta: 32:22 (2025); 15km ruta: 50:48+ (2023); Medio Maratón: 1:10:55 (2025); Maratón: 2:26:42 (2023)

Su temporada 2025

10km ruta

32:22	27	Valencia	12.01.2025
32:50	8 (7)	Bilbao (CE)	09.03.2025
35:16	11	San Sebastián	09.02.2025

Medio Maratón

1:10:55	11	Barcelona	16.02.2025
1:12:52	12	Lovaina (BEL)	12.04.2025

Cross

37:03	6 (5)	Getafe (CE)	26.01.2025
-------	-------	-------------	------------

Sus mejores marcas en 3.000m Obst.

9:40.51	14	París (FRA)	01.07.2017
9:43.48	16	Roma (ITA)	31.05.2018
9:44.72	11e2	Berlín (GER)	10.08.2018
9:45.03	6	Huelva	04.06.2017
9:47.38	8	Rovereto (ITA)	27.08.2019
9:48.97	5	Kortrijk (BEL)	09.07.2016
9:50.45	1	Gijón	23.07.2016
9:51.44	2	Castellón	10.06.2017
9:53.91	8	Oordegem (BEL)	27.05.2017
9:54.80	12	Naimette-X. (BEL)	17.07.2019

Todas sus marcas en Medio Maratón

1:10:55	12	Barcelona	16.02.2025
1:12:08	23	Valencia	22.10.2023
1:12:52	12	Lovaina (BEL)	12.04.2025
1:12:57	7	Valencia	06.12.2020
1:17:04	9	Paterna	19.06.2022

Actualizada a 12.04.2025