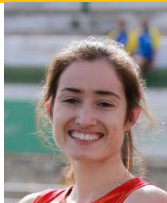


Cristina Ruiz



Burgos, 16.01.1999 - 1,69m / 55kg
 Entrenador: José Anastasio Vallejo
 Club 2023: Asics Running
 Internacional: 3 (2022-2023)

Historial Español

Campeona de España Sub23 de 5.000m (2019-2021)
 Campeona de España Sub23 de 1.500m en pista cubierta (2019)
 Campeona de España Sub23 de Campo a Través (2021)
 Campeona de España Sub20 de 3.000m al aire libre (2017-2018)

Records de España y Mejores Marcas

Historial Internacional

CE	2022 - Múnich	5.000m (17ª/16:07.70)
CpEur-10000m	2023 - pacé	10.000m (9cA/32:49.60)
CE-s23	2019 - Gävle	5.000m (11ª/16:07.13)
	2021 - Tallinn	5.000m (6ª/15:54.8m)
CM-s20	2018 - Tampere	3.000m (9ª/9:13.75)
CE-s20	2017 - Grosseto	3.000m (6ª/9:31.07)
CM-cross	2017 sub20 (51ª/14ªequipos)	
CE-cross	2017 sub20 (20ª/3ªeq); 2018 sub20 (16ª/7ªeq); 2019 sub23 (10ª/5ªeq); 2021 sub23 (7ª/4ªeq); 2023 (13ª/2ªeq)	

Progresión

Año/Edad	Club	5.000m	Puesto Rank ESP	10.000m	Puesto Rank ESP
2017 (18)	Universidad de Burgos	17:06.05	(22/3s20)	-	
2018 (19)	Universidad de Burgos	-		-	
2019 (20)	Playas de Castellón	16:07.13	(7/2s23)	-	
2020 (21)	Playas de Castellón	16:45.77	(15/3s23)	-	
2021 (22)	Playas de Castellón	15:54.8 m	(10/3s23)	-	
2022 (23)	Universidad de Burgos	15:34.49	(5)	-	
2023 (24)	Asics Running	15:33.67		32:08.70	

Otras marcas

800m: 2:13.72al (2017); 1.500m: 4:17.85al (2021), 4:32.39pc (2019); 3.000m: 9:13.75al (2018), 8:58.20pc (2022); 5.000m: 15:33.67 (2023); 10.000m: 32:08.70 (2023); 5km ruta: 16.37 (2022).