

Paul McGrath

Barcelona, 07.03.2002 - 1,84m / 69kg

Entrenador: Alejandro Aragoneses

Club 2025: Cornellà Atlètic Internacional: 7 (2022-2025)

Historial Español

Mejor Marca Española Absoluta de 5.000m Marcha (18:22.02 en 2024)

Plusmarquista de España Sub23 de 20km Marcha (1:17:55 en 2024)

Mejor Marca Española Sub23 de 10km Marcha (39:09 en 2023)

Mejor Marca Española Sub23 de 5.000m Marcha (18:22.02 en 2024)

Mejor Marca Española Sub20 de 5km Marcha (19:52 en 2021)

Campeón de España Absoluto de 20km Marcha (2024)

Campeón de España Absoluto de 10.000m Marcha (2025)

Campeón de España Sub23 de 20km Marcha (2022-2023-2024)

Campeón de España Sub23 de 10.000m Marcha (2022-2023)

Campeón de España Sub20 de 10km Marcha (2021)

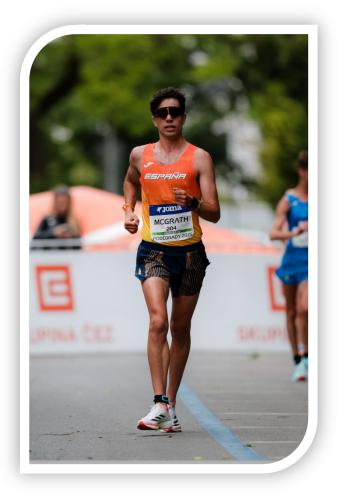
Campeón de España Sub20 de 10.000m Marcha (2021)

Campeón de España Sub20 de 10km Marcha de Promoción (2021)

Campeón de España Sub18 de 10.000m Marcha (2019)

Campeón de España Sub16 de 5.000m Marcha (2017)

Campeón de España Sub16 de 5km Marcha (2017)



Records de España y Mejores Marcas

Absoluto 5.000m Marcha: 18:22.02 (2024)

Sub23 5.000m Marcha: 18:22.02 (2024); 10km Marcha: 39:09 (2023); 20km Marcha: 1:17:55 (2024)

Sub20 5km Marcha: 19:52 (2021)

Historial Internacional

JJOO	2024 - París	20km Marcha (17º/1:20:32)
CE	2024 - Roma	20km Marcha (2º/1:19:31)
CMSel-Marcha	2022 - Mascate	20km Marcha (37º/1:32:12/5º equipos)
	2024 - Antalya	20km Marcha (2º/1:19:14/1º equipos)
CESel-Marcha	2021 - Podébrady	10km Marcha Sub20 (2º/41:51/1º equipos)
	2023 - Podébrady	20km Marcha (5º/1:21:25/2º equipos)
	2025 - Podébrady	20km Marcha (1º/1:18:05/1º equipos)
Criterium	2024 - Valencia	Relevo Mixto (2º/2:57:33 con Cristina Montesinos)
CM-s20	2021 - Nairobi	10.000m Marcha (3º/42:26.11)
CE-s20	2021 - Tallinn	10.000m Marcha (1º/42:32.19)



CE-s18	2018 - Gyor	10.000m Marcha (6º/46:03.17)
Cp Ibérica-s18	2018 - Abrantes	5.000m Marcha (1º/22:02.17)
FOJE	2019 - Bakú	10.000m Marcha (2º/45:51.64)

Progresión				Puesto
Año (Edad)	Club	10km/10.000m Marcha	20km Marcha	Rk ESP
2018 (16)	Cornellà Atlètic	43:30 / 45:48.14	-	
2019 (17)	Cornellà Atlètic	45:54 / 43:21.38	-	
2020 (18)	Cornellà Atlètic	42:48 / 46:27.7m	-	
2021 (19)	Cornellà Atlètic	41:39 / 42:26.11	-	
2022 (20)	Cornellà Atlètic	39:30 / 39:50.38	1:21:43	(7/1s23)
2023 (21)	Cornellà Atlètic	39:09 / 40:16.51	1:21:03	(4/1s23)
2024 (22)	Cornellà Atlètic	40:18+ / -	1:17:55	(2/1s23)
2025 (23)	Cornellà Atlètic	39:39+ / 38:49.76	1:18:05	

Marcas personales

5.000m Marcha: 18:22.02 (2024); 10.000m Marcha: 38:49.76 (2025); 5km Marcha: 19:38+ (2022), 19:52 (2021); 10km Marcha: 39:09 (2023); 15km Marcha: 59:12+ (2024); 20km Marcha: 1:17:55 (2024).

Su temporada 2025

5.000m Marcha

19:39.18	1	Zaragoza	14.06.2025
10.000m M	archa		
38:49.76	1	Tarragona	01.08.2025
20km Marc	ha		
1:18:05	1	Podébrady (CZE)	18.05.2025
1:20:19	24	La Coruña	07.06.2025

Sus mejores marcas de siempre en 20km Marcha

•		-	
1:17:55	1	Zaragoza	25.02.2024
1:18:05	1	Podébrady (CZE)	18.05.2025
1:19:14	2	Antalya (TUR)	21.04.2024
1:19:31	2	Roma (ITA)	08.06.2024
1:20:19	24	La Coruña	07.06.2025
1:20:32	17	París (FRA)	01.08.2024
1:21:03	1	Espoo (FIN)	12.07.2023
1:21:15	5	Podébrady (CZE)	21.05.2023
1:21:29	1	El Vendrell	28.01.2024
1:21:43	3	Pamplona	13.02.2022

Actualizada a 20.08.2025