



Paul McGrath

Barcelona, 07.03.2002
1,84m / 69kg
Entrenador: Alejandro Aragoneses
Club 2024: Cornellà Atlètic
Internacional: 7 (2022-2024)

Historial Español

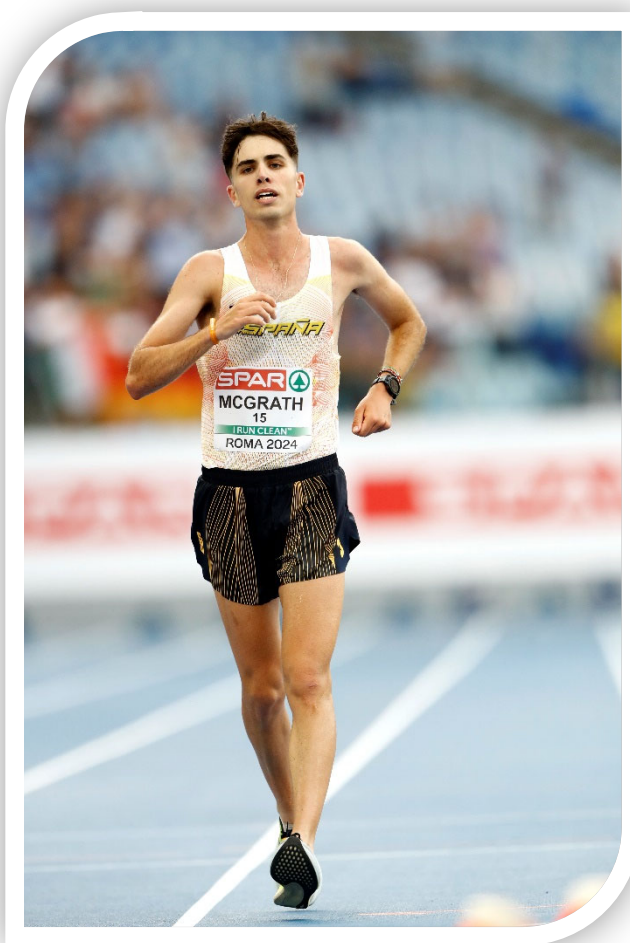
Mejor Marca Española Absoluta de 5.000m Marcha (18:22.02 en 2024)
Plusmarquista de España Sub23 de 20km Marcha (1:17:55 en 2024)
Mejor Marca Española Sub23 de 10km Marcha (39:09 en 2023)
Mejor Marca Española Sub23 de 5.000m Marcha (18:22.02 en 2024)
Mejor Marca Española Sub20 de 5km Marcha (19:52 en 2021)
Campeón de España Absoluto de 20km Marcha (2024)
Campeón de España 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

JJO	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)
CpE-Marcha	2021 - Podébrady	10km Marcha Sub20 (2º/41:51/1º equipos)
	2023 - Podébrady	20km Marcha (5º/1:21:25/2º equipos)
Criterion	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

Año (Edad)	Club	10km/10.000m Marcha	20km Marcha	Puesto 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)

Marcas personales

5.000m Marcha: 18:22.02 (2024); 10.000m Marcha: 39:50.38 (2022); 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 2024

5.000m Marcha

18:22.02	1	Barcelona	25.05.2024
19:24.00	1	Cornellà de Llobregat	13.04.2024
20:32.59	1	Manresa	16.06.2024

10km Marcha

Abandono		Madrid	06.10.2024
----------	--	--------	------------

20km Marcha

1:17:55	1	Zaragoza	25.02.2024
1:19:14	2	Antalya (TUR)	21.04.2024
1:19:31	2	Roma (ITA)	08.06.2024
1:20:32	17	París (FRA)	01.08.2024

Relevo Mixto de Marcha

2:57:33	2	Valencia	10.03.2024
		(con Cristina Montesinos)	

Sus mejores marcas de siempre en 20km Marcha

1:17:55	1	Zaragoza	25.02.2024
1:19:14	2	Antalya (TUR)	21.04.2024
1:19:31	2	Roma (ITA)	08.06.2024
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
1:21:43	3	Pamplona	13.02.2022
1:22:41	2	Córdoba	26.03.2023
1:23:43	27	La Coruña	28.05.2022
1:23:50	1	El Vendrell	16.01.2022
1:32:12	37	Mascate (OMA)	05.03.2022

Actualizada a 06.10.2024

Socio Patrocinador RFEA:

Joma

Patrocinador Principal RFEA:

iberdrola

Patrocinadores Oficiales RFEA:

GO fit
Life_Science_Tech

LOTERÍAS
ESPAÑOLAS

Halcón viajes

MONDO

Proveedores Oficiales RFEA:

enovis

ELIUSCIG
Y BELLÓN

conersys
SPORTS SOLUTIONS

LIN3S

Q quality

Instituciones: