



# Federación Cántabra de Atletismo

Casa del Deporte (2ª Planta). Avda. del Deporte s/n - 39011, Santander (Q.8955012-C).

## Campeonato de España Máster de Milla, 10.000 metros, Pruebas Combinadas y Pentatlón de Lanzamientos (Alcalá de Henares, Madrid) 20-21/05/2023

### Categoría Masculina

Prueba	Cat.	Puesto	Nombre	Año		Marca	Lugar	Fecha
10.000M	M55	4º	JOSE MANUEL SOLANA GARCIA	1967	CARCOBA - RIBAMONTAN AL MAR	36:11.53	ALCALA DE HENARES	21/05/2023
PENTATHLON LANZ.	M65	1º	RICARDO CASTILLO LACA	1957	ATLETICO CASTRO	3537 (RC)	ALCALA DE HENARES	20/05/2023
35.98 (Martillo 5kg) - 11.44 (Peso 5kg) - 43.40 (Disco 1kg) - 28.27 (Jabalina 600g) - 15.17 (Martillo Pesado 9,08kg)								
PENTATHLON LANZ.	M70	5º	KEPA GABANCHO SIERRA	1950	CARBONERO CASTRO	2239	ALCALA DE HENARES	20/05/2023
22.38 (Martillo 4kg) - 8.33 (Peso 4kg) - 26.30 (Disco 1kg) - 26.49 (Jabalina 500g) - 8.94 (Martillo Pesado 7,26kg)								