

# HISTORIAL

NOMBRE	M <sup>a</sup> Belén
APELLIDOS	Tiedra
FECHA DE NACIMIENTO	1975
CATEGORIA	Máster F50
ESPECIALIDAD	Popular
ENTRENADOR	PILAR GARCIA

## MEJORES MARCAS PERSONALES

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
F35			
5km RUTA	23:57	30/11/2014	SALAMANCA
F40			
MARATON	4:01:45	22/04/2018	MADRID
F45			
MEDIO MARATON	1:46.25	06/03/2022	SALAMANCA
10K Ruta	49:53	31/12/2023	SALAMANCA
F50			
MEDIO MARATÓN	1:54:06	16/02/2025	MEDINA DEL CAMPO (VA)

## MEJORES MARCAS TEMPORADA 2026

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD

## MEJORES MARCAS TEMPORADA 2025

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
MEDIO MARATÓN	1:54:06	16/02/2025	MEDINA DEL CAMPO (VA)

## MEJORES MARCAS TEMPORADA 2024

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
10K Ruta	49:53	31/12/2023	SALAMANCA
MEDIO MARATON	1:48:32	03/03/2024	SALAMANCA

## MEJORES MARCAS TEMPORADA 2023

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD

## MEJORES MARCAS TEMPORADA 2022

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
MEDIO MARATON	1:46:25	06/03/2022	SALAMANCA
10km RUTA	53:13	26/12/2022	SALAMANCA

## MEJORES MARCAS TEMPORADA 2020

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
MEDIO MARATON	1:50:58	26/01/2020	TORO (ZA)

## MEJORES MARCAS TEMPORADA 2018-19

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
10km RUTA	52:00	30/12/2018	SALAMANCA

## MEJORES MARCAS TEMPORADA 2017-18

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
10km RUTA	51:38	31/12/2017	SALAMANCA
MARATON	4:01:45	22/04/2018	MADRID

## MEJORES MARCAS TEMPORADA 2015-16

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
MEDIO MARATON	1:50:51	06/03/2016	SALAMANCA

## MEJORES MARCAS TEMPORADA 2014-15

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
5km RUTA	23:57	30/11/2014	SALAMANCA
MEDIO MARATON	1:50:26	15/03/2015	ZAMORA

## MEJORES MARCAS TEMPORADA 2013-14

PRUEBA	TIEMPO	FECHA	CIUDAD
5km RUTA	26:50	01/12/2013	SALAMANCA

## MEJORES CLASIFICACIONES