

HISTORIAL

| | |
|---------------------|--------------|
| NOMBRE | José |
| APELLIDOS | Arias |
| FECHA DE NACIMIENTO | 1974 |
| CATEGORIA | Máster M50 |
| ESPECIALIDAD | Fondo |
| ENTRENADOR | PILAR GARCIA |

MEJORES MARCAS PERSONALES

| PRUEBA | TIEMPO | FECHA | CIUDAD |
|---------------|---------|------------|---------------|
| M40 | | | |
| 5km RUTA | 22:01 | 29/11/2015 | SALAMANCA |
| MEDIO MARATON | 1:53:54 | 15/05/2016 | VITORIA |
| MARATON | 3:55:32 | 20/11/2016 | VALENCIA |
| 10km Ruta | 45:28 | 24/09/2017 | SALAMANCA |
| MEDIO MARATON | 1:43:22 | 08/10/2017 | SALAMANCA |
| BEHOBIA | 1:43:12 | 13/11/2017 | SAN SEBASTIAN |
| M45 | | | |
| MEDIO MARATON | 1:38:58 | 03/03/2019 | SALAMANCA |
| M50 | | | |
| 10km en Ruta | 54:28 | 29/12/2024 | SALAMANCA |

MEJORES MARCAS TEMPORADA 2026

| PRUEBA | TIEMPO | FECHA | CIUDAD |
|--------|--------|-------|--------|
| | | | |
| | | | |

MEJORES MARCAS TEMPORADA 2025

| PRUEBA | TIEMPO | FECHA | CIUDAD |
|-----------|--------|------------|-----------|
| 10km Ruta | 54:44 | 28/12/2025 | SALAMANCA |

MEJORES MARCAS TEMPORADA 2024

| PRUEBA | TIEMPO | FECHA | CIUDAD |
|--------------|--------|------------|-----------|
| 10km en Ruta | 54:28 | 29/12/2024 | SALAMANCA |

MEJORES MARCAS TEMPORADA 2023

| PRUEBA | TIEMPO | FECHA | CIUDAD |
|--------|--------|-------|--------|
| | | | |

MEJORES MARCAS TEMPORADA 2022

| PRUEBA | TIEMPO | FECHA | CIUDAD |
|--------|--------|-------|--------|
| | | | |

MEJORES MARCAS TEMPORADA 2021

| PRUEBA | TIEMPO | FECHA | CIUDAD |
|--------|--------|-------|--------|
| | | | |

MEJORES MARCAS TEMPORADA 2020

| PRUEBA | TIEMPO | FECHA | CIUDAD |
|---------------|---------|------------|-----------|
| MEDIO MARATON | 1:50:32 | 01/02/2020 | SALAMANCA |

MEJORES MARCAS TEMPORADA 2018-19

| PRUEBA | TIEMPO | FECHA | CIUDAD |
|---------------|---------|------------|-----------|
| MEDIO MARATON | 1:38:58 | 03/03/2019 | SALAMANCA |

MEJORES MARCAS TEMPORADA 2017-18

| PRUEBA | TIEMPO | FECHA | CIUDAD |
|-----------|---------|------------|---------------|
| BEHOBIA | 1:43:12 | 13/11/2017 | SAN SEBASTIAN |
| 10km RUTA | 47:26 | 31/12/2017 | SALAMANCA |
| MARATON | 4:01:48 | 22/04/2018 | MADRID |

MEJORES MARCAS TEMPORADA 2016-17

| PRUEBA | TIEMPO | FECHA | CIUDAD |
|---------------|---------|------------|----------------|
| 5km RUTA | 22:04 | 01/05/2017 | PEÑARANDA (SA) |
| 10km Ruta | 45:28 | 24/09/2017 | SALAMANCA |
| MEDIO MARATON | 1:43:22 | 08/10/2017 | SALAMANCA |

MEJORES MARCAS TEMPORADA 2015-16

| PRUEBA | TIEMPO | FECHA | CIUDAD |
|---------------|---------|------------|-----------|
| 5km RUTA | 22:01 | 29/11/2015 | SALAMANCA |
| 10km RUTA | 47:11 | 27/12/2015 | SALAMANCA |
| MEDIO MARATON | 1:53:54 | 15/05/2016 | VITORIA |
| MARATON | 3:55:32 | 20/11/2016 | VALENCIA |

MEJORES CLASIFICACIONES