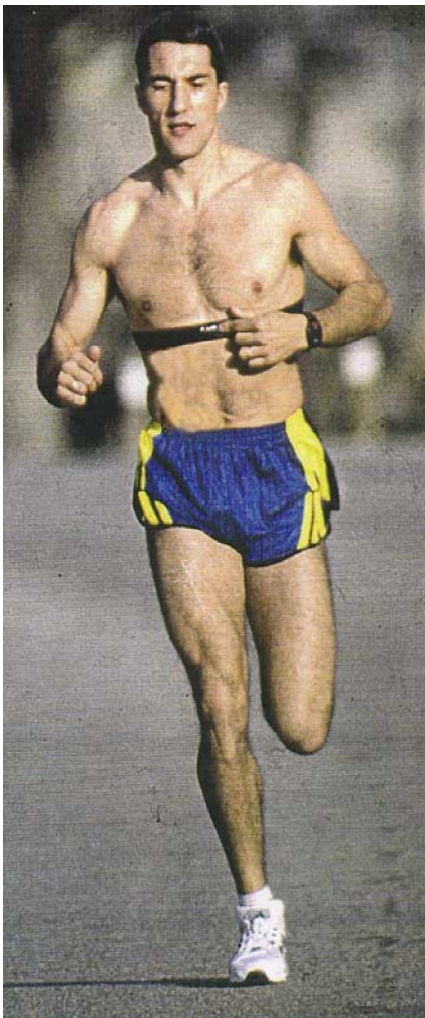


PALMARÉS DEPORTIVO

Deportista: Alejandro MIGUEL LAGO

- **DEPORTE:** Atleta medio fondista, Especialista en 800 mts. Lisos.
- **ENTRENADORES:** Carlos Pérez Alonso y Manuel Pascua Piqueras.
- **CLUBS:** R.C. Celta de Vigo, C. Mercantil S. M. Comesaña, New Balance, Larios M., Adidas Team y CAPOL.
- **CARRERA DEPORTIVA:** 1.979 a 2.001.



Memoria histórica:

Atleta Internacional, nacido en la localidad de Torroso-Mos, provincia de Pontevedra, el 09 de Febrero de 1969, comienza su carrera deportiva en 1.979 cuando contaba con apenas 10 años en las filas del Colegio LAR de Puxeiros-Mos, aunque no competiría regularmente hastacursar estudios en el Colegio HOGAR de Vigo, donde de la mano del Olímpico maratoniano Carlos PÉREZ, da sus primeros pasos en el Deporte Escolar a nivel Nacional, así con solo 14 años gana su primer Campeonato de España de Cross Escolar en la ciudad de Ávila.

En 1992, se instala en la ciudad de Madrid, entrenando en el Centro Nacional de Alto Rendimiento "Joaquín Blume", ahí comienza su andadura bajo la dirección de Manuel PASCUA, donde consigue su máximo rendimiento como deportista.

El día 3 de Noviembre de 2001, el Excmo. Concello de Redondela le da un caluroso homenaje con la celebración de una Milla Urbana en la que participan desinteresadamente los mejores medio fondistas Internacionales del momento y a la que asisten más de 10.000 espectadores, dando así por concluida Oficialmente su carrera como Deportista de Alto Nivel.

Palmares de Títulos Deportivos

Sumario:

- Campeón de España Escolar de Cross en 1984.
- Campeón de España Escolar de 3.000 mts. Pista aire libre en 1984.
- Campeón de España Escolar de 1.500 mts. Pista aire libre en 1985.
- Subcampeón de España Júnior de Cross por clubes en 1987.
- Campeón de España Júnior de 800 mts. Pista cubierta en 1987.
- Campeón de España Júnior de 800 mts. Pista aire libre en 1987.
- Campeón de España Júnior de 800 mts. Pista cubierta en 1988.
- Récord de los Campeonatos de España Júnior de 800 mts. Pista cubierta en 1.988.
- Bronce, Campeonato de España Júnior de 800 mts. Pista aire libre en 1988.
- Campeón Gallego Júnior de cross en 1.988.
- Subcampeón de España Júnior de 800 mts. Pista aire libre en 1989.
- Campeón Gallego Absoluto de 800 mts. Pista cubierta en 1989.
- Campeón Gallego Absoluto de 800 mts. Pista aire libre en 1989.
- Campeón de España Promesa de 800 mts. Pista cubierta en 1990.
- Campeón de España Promesa de 800 mts. Pista aire libre en 1990.
- Campeón de Europa de la Policía de 800 mts. Pista aire libre en 1994.
- Campeón del Mundo de la Policía Y Bomberos de 800 mts. Pista aire libre en 1995.
- Récord de los Campeonatos del Mundo de Policía y Bomberos en 800 mts. en 1.995.
- Campeón de España Absoluto de 800 mts. Pista aire libre en 1996, (1´48" 97).
- Campeón de Europa de Policía de 800 mts. Pista aire libre en 1998
- Insignia de Oro de la Diputación Provincial de Pontevedra 2001.
- Medalla de Oro al Merito Deportivo y Cultural del Ayuntamiento de Mos-Pontevedra 2007.
- Internacional con la Selección Española, en Dos ocasiones con la Selección Absoluta y Cuatro con la Selección Júnior.

Mejores marcas:

- | | | | |
|-------------|---------|---------------|--------------------------------|
| • 200 M.L. | 22"06 | Crono Electr. | (1.988), en Vigo. |
| • 400 M.L. | 48" 03 | Crono Electr. | (1.989), en Pontevedra. |
| • 500 M.L. | 59" 3 | Crono Manu. | (1.996), en Madrid. |
| • 600 M.L. | 1´17" 2 | Crono Manu. | (1.996), en Madrid. |
| • 800 M.L. | 1´46"90 | Crono Electr. | (1.996), en Alcalá de Henares. |
| • 1000 M.L. | 2´21"17 | Crono Electr. | (1.994), en Madrid. |
| • 1500 M.L. | 3´51"00 | Crono Electr. | (1.988), en San Sebastián. |
| • 3000 M.L. | 8´32"00 | Crono Electr. | (1.986), en Vigo. |

800 m. SUB-1.47.00, Mínima Olímpica B, "Atlanta 96" EE.UU.:

- Mejor marca personal en 800 mts. 1´46" 90, (Alcalá de Henares, 07/07/1.996)

Progresión:

* 1.987	-1.51.3	* 1.992	-Lesionado.
* 1.988	-1.49.2	* 1.993	-Lesionado.
* 1.989	-1.49.89	* 1.994	-1.47.61
* 1.990	-1.49.07	* 1.995	-1.47.13
* 1.991	-1.48.00	* 1.996	-1.46.90



Competiciones mas significativas

Año 1.984. -

- Oro, Campeonato de España Escolar de Cross, en AVILA.
- Oro, Campeonato de España Escolar en 3.000 mts. Lisos en pista aire libre, en San Javier, MURCIA.

Año 1.985. -

- Oro, Campeonato de España Escolar en 1.500 mts. Lisos en pista aire libre, en Valle Hermoso, MADRID.

Año 1.986. -

- Bronce, Campeonato Gallego de Cross.
- Octavo, Campeonato de España Absoluto en 800 mts. Lisos en pista aire libre, en MADRID.
- Oro, Trofeo pedestre de Navidad de Pavo, en VIGO.
- Oro, Campeonato Provincial de Cross, en PONTEVEDRA.

Año 1.987. -

- Plata, Campeonato de España de Cross Júnior, en MANRESA.
- Oro, Campeonato de España Júnior en 800 mts. Lisos en pista cubierta, en ZARAGOZA.
- Oro, Campeonato de España Júnior en 800 mts. Lisos en pista aire libre, en Guecho-BILBAO.
- Bronce, Campeonato Gallego Júnior de Cross.
- Oro, Campeonato Gallego Júnior de pista cubierta, en A CORUÑA.
- Oro, Campeonato Gallego Júnior de pista aire libre.
- Oro, Trofeo Internacional de Cross de San Antón, en ORENSE.
- Oro, Trofeo pedestre de Cangas, en Cangas-PONTEVEDRA.
- Mínima Europea en 800 mts. Lisos celebrados en Birmingham, INGLATERRA.
- Número Uno anual del Ranking Nacional Júnior.

Año 1.988. -

- Oro, Campeonato Gallego de Cross Júnior, en Sabaris-BAYONA.
- Oro y Record del Campeonato de España Júnior en 800 mts. Lisos en pista cubierta, en SAN SEBASTIAN.
- Bronce, Campeonato de España Júnior en 800 mts. Lisos en pista aire libre, en CASTELLON.
- Oro, Trofeo Internacional San Silvestre Vallecana, categoría Júnior, en MADRID.
- Sexto, Meeting Internacional ciudad de Vigo, en 800 mts. Lisos, en VIGO-PONTEVEDRA.
- Octavo, Meeting Internacional Teresa Herrera, en 800 mts. Lisos, en A CORUÑA.
- Sexto, Meeting Internacional Comunidad de Madrid, en 800 mts. Lisos, en Valle Hermoso-MADRID.
- Séptimo, Meeting Internacional ciudad de Pontevedra, en 800 mts. Lisos, en PONTEVEDRA.
- Oro, Campeonato de España Absoluto Autonómico en 800 mts. Lisos en pista aire libre, en BARCELONA.

Año 1.989. -

- Plata, Campeonato de España Júnior en 800 mts. Lisos en pista aire libre, en VICTORIA.

- Oro, Campeonato Gallego Absoluto en 800 mts. Lisos en pista cubierta, en A CORUÑA.
- Oro, Campeonato Gallego Absoluto en 800 mts. Lisos en pista aire libre, en PONTEVEDRA.

Año 1.990. -

- Oro, Campeonato de España Promesa en 800 mts. Lisos en pista cubierta, en VALENCIA.
- Oro, Campeonato de España Promesa en 800 mts. Lisos en pista aire libre, en MURCIA.
- Séptimo, Campeonato de España Absoluto en 800 mts. Lisos en pista aire libre, en JEREZ.
- Oro, Campeonato de España Absoluto Copa de Clubes en 800 mts. Lisos en pista aire libre.
- Oro, Campeonato de España Absoluto de División de Honor en 800 mts. Lisos en pista aire libre.

Año 1.991. -

- Oro, Campeonato de España Absoluto de División de Honor en 1.500 mts. Lisos en pista aire libre, en MADRID.
- Quinto, Campeonato de España Absoluto en 800 mts. Lisos en pista aire libre, en BARCELONA.
- Oro, Meeting Internacional ciudad de Vigo, en 800 mts. Lisos, en VIGO-PONTEVEDRA.
- Oro, Meeting Internacional Teresa Herrera, en 800 mts. Lisos, en A CORUÑA.
- Bronce, Meeting Internacional ciudad de Maia, en 800 mts. Lisos, en MAIA-PORTUGAL.
- Séptimo, Meeting Internacional ciudad de Alcobendas, en 800 mts. Lisos, en MADRID.
- Séptimo, Meeting Internacional ciudad de Andujar, en 800 mts. Lisos, en JAEN.
- Quinto, Meeting Internacional ciudad de Albacete, en 800 mts. Lisos, en ALBACETE.

Año 1.992. -

- Parada por Lesión.

Año 1.993. -

- Parada por Lesión, termina la temporada de 1.993 en el puesto Trece del Ranking Nacional Absoluto.

Año 1.994. -

- Oro, Meeting Internacional ciudad de Getafe, en 800 mts. Lisos, en MADRID.
- Oro, Meeting Internacional ciudad de Algarbe-Funchal, en 800 mts. Lisos, en PORTUGAL.
- Plata, Meeting Internacional ciudad de Pontevedra, en 800 mts. Lisos, en PONTEVEDRA.
- Sexto, Meeting Internacional ciudad de Ciudad Real, en 800 mts. Lisos, en C. LA MANCHA.
- Quinto, Meeting Internacional ciudad de Baracaldo, en 800 mts. Lisos, en BILBAO.
- Séptimo, Meeting Internacional ciudad de Alcalá de Henares, en 800 mts. Lisos, en MADRID.
- Cuarto, Meeting Internacional ciudad de Andujar, en 800 mts. Lisos, en JAEN.
- Oro, Meeting Internacional ciudad de La Laguna, en 800 mts. Lisos, en TENERIFE.
- Quinto, Meeting Internacional comunidad de Madrid, en 800 mts. Lisos, en MADRID.
- Oro, Meeting Internacional Memorial Núñez Blanca, en 800 mts. Lisos, en GRANADA.
- Quinto, Milla Internacional ciudad de Albacete, en ALBACETE.
- Sexto, Campeonato de España Absoluto, en 800 mts. Lisos en pista aire libre, en SAN SEBASTIAN.
- Oro, Campeonato Europeo de la Policía, en 800 mts. Lisos en pista aire libre, en Londres-INGLATERRA.
- Décimo, Ranking Nacional Absoluto con 1´47" 61.

Año 1.995. -

- Cuarto, Meeting Internacional Seis Horas de Euskadi, en 800 mts. Lisos, en SAN SEBASTIAN.
- Quinto, Meeting Internacional Comunidad de Valencia, en 800 mts. Lisos, en VALENCIA.
- Séptimo, Meeting Internacional ciudad de Sevilla, en 800 mts. Lisos, en SEVILLA.
- Séptimo, Meeting Internacional ciudad de Getafe, en 800 mts. Lisos, en MADRID.
- Sexto, Meeting Internacional Memorial Núñez Blanca, en 800 mts. Lisos, en GRANADA.
- Sexto, Meeting Internacional ciudad de Soria, en 800 mts. Lisos, en SORIA.
- Cuarto, Meeting Internacional ciudad de Alcalá de Henares, en 800 mts. Lisos, en C. MADRID.
- Décimo, Meeting Internacional ciudad de Salamanca, en 800 mts. Lisos, en SALAMANCA.

- Bronce, Meeting Internacional ciudad de Andujar, en 800 mts. Lisos, en JAEN.
- Séptimo, Milla Internacional de la Solana-ciudad Real, en C. CASTILLA LA MANCHA.
- Sexto, Milla Internacional de la Infiesto-Oviedo, en C. PRINCIPADO DE ASTURIAS.
- Quinto, Ranking Nacional Absoluto en pista cubierta.
- Séptimo, Ranking Nacional Absoluto en pista al aire libre con 1´47" 13.
- Oro y Récord, Campeonato del Mundo de Policía y Bomberos, en 800 mts. Lisos, en Melbourne-AUSTRALIA.

Año 1.996. -

- Plata, Meeting RFEA ciudad de Valencia, en pista cubierta 800 mts. Lisos, en VALENCIA.
- Octavo, Meeting Internacional ciudad de Gante, en pista cubierta 800 mts. Lisos, en Gante-BELGI CA.
- Cuarto, Meeting Internacional ciudad de Valencia, en pista cubierta 800 mts. Lisos, en VALENCIA.
- Octavo, Milla Internacional ciudad de Burgos, en BURGOS.
- Plata, Meeting Internacional ciudad de Valladolid, en 800 mts. Lisos, en VALLADOLID.
- Plata, Meeting Internacional ciudad de Madeira-Funchal, en 800 mts. Lisos, en PORTUGAL.
- Cuarto, Meeting Internacional Memorial Núñez Blanca, en 800 mts. Lisos, en GRANADA.
- Bronce, Copa de Europa de la Súper Liga, en 800 mts. Lisos, en MADRID.
- Séptimo, Meeting Internacional del Gran Prix ciudad de Sevilla, en 800 mts. Lisos, en SEVILLA.
- Décimo, Meeting Internacional ciudad de Madrid, en 800 mts. Lisos, en C. MADRID.
- Oro, Meeting Internacional ciudad de Baracaldo, en 800 mts. Lisos, en BILBAO.
- Oro, Meeting Internacional ciudad de Alcalá de Henares, en 800 mts. Lisos, en C. MADRID.
- Plata, Meeting Internacional ciudad de Pontevedra, en 800 mts. Lisos, en PONTEVEDRA.
- Cuarto, Meeting Internacional ciudad de La Laguna, en 800 mts. Lisos, en TENERIFE.
- Oro, Meeting Internacional ciudad de Alcorcon, en 800 mts. Lisos, en C. MADRID.
- Quinto, Meeting Internacional ciudad de Maia, en 800 mts. Lisos, en PORTUGAL.
- Plata, Meeting Internacional ciudad de Andujar, en 800 mts. Lisos, en JAEN.
- Octavo, Campeonato de España Absoluto de pista cubierta, en 800 mts. Lisos, en SAN SEBASTIAN.

- Oro, Campeonato de España Absoluto de pista al aire libre, en 800 mts. Lisos, en MALAGA.
- Preseleccionado Olímpico para ATLANTA-96, con mínima B, 1´46" 90.

Año 1.997. -

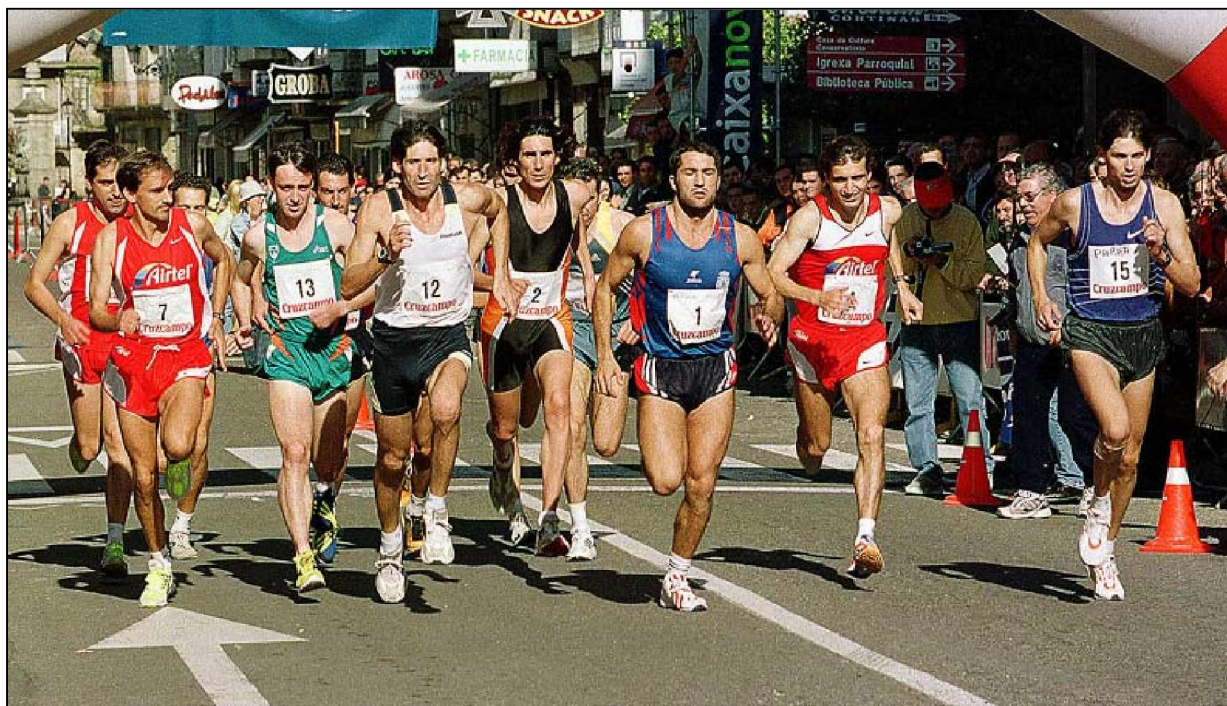
- Parada por lesión.

Año 1.998. -

- Oro, Campeonato de Europa de la Policía, en 800 mts. Lisos, en Poznan-POLONIA.

Año 2.001. -

- Retirada Oficial de la Alta Competición, en la "Milla Internacional Homenaje a Alejandro MIGUEL", en el Excmo. Ayuntamiento de REDONDELA, el día 03 de Noviembre de 2001.



Con especial agradecimiento
a la Federación Gallega de Atletismo
de ...

Alejandro Miguel