

CARMEN VALERO

Nació en Castelserás (Teruel) 04.10.1955 - 1,66m/53kg

Entrenadores: Josep Molins, Ramón Monllort

25 veces internacional

Historial Nacional

Campeona de España Absoluta de cross (1973-74-75-76-77-78-81-86)

Campeona de España Absoluta de 800m (1974-75-76)

Campeona de España Absoluta de 1.500m (1972-73-74-75-76-77-78)

Campeona de España Absoluta de 3.000m (1974-76-76-78)

Campeona de España Absoluta de 5.000m (1986)

Campeona de España Absoluta de 1.500m en pista cubierta (1973-77)

Campeona de España Junior de 1500m (1972-73)

Campeona de España Juvenil de 600m (1971)

Campeona de España Juvenil de cross (1970-71)

Mejor atleta española del siglo XX (por la AEEA)



Historial Internacional

Campeona del Mundo de cross (1976-77)

Medalla de Bronce en el Campeonato del Mundo de cross de Rabat'75

Otros Campeonatos del Mundo de cross: 1973 (25ª); 1974 (9ª); 1978 (10ª)

Olimpíada en Montreal'1976 - 1ª atleta española en participar en unos JJOO

Medalla de Bronce en los Juegos del Mediterráneo Argel'75 en 1.500m

7ª en el Campeonato de Europa Roma'1974 en 1.500m

4ª en el Campeonato de Europa Júnior - Duisburgo'1973 en 1.500m

Récords de España absolutos (aire libre) Récords de España absolutos (pista cubierta)

| Distancia | Tiempo | Lugar | Fecha |
|-----------|---------|------------|----------|
| 800m | 2.06.0 | Sochi | 29.05.75 |
| | 2.04.12 | Zurich | 10.07.76 |
| 1500m | 4.18.25 | Duisburgo | 26.08.73 |
| | 4.13.02 | Roma | 06.09.74 |
| | 4.11.61 | Roma | 08.09.74 |
| | 4.08.34 | Dusseldorf | 08.06.76 |
| 3000m | 9.50.0 | Sabadell | 21.10.73 |
| | 9.35.4 | Madrid | 20.07.74 |
| | 9.19.2 | Viareggio | 07.08.74 |
| | 9.17.6 | Logroño | 02.05.76 |
| | 9.10.9 | Stuttgart | 16.07.77 |
| | 9.00.9 | Sittard | 18.06.78 |

Progresión

| Año | Edad | Club | 400m | Rk.ESP | 800m | Rk.ESP | RK.M / Rk.E | 1.500m | Rk.ESP | RK.M / Rk.E | 3.000m | Rk.ESP | RK.M / Rk.E | 5.000m | Rk.ESP |
|------|------|---------------|-------------|--------|---------|--------|-------------|-----------------|--------|-------------|---------|--------|-------------|----------|--------|
| 1972 | 17 | J.A.Sabadell | 1:02.0 | (23) | 2:16.0 | (7) | | 4:36.6 | (4) | | - | | | - | |
| 1973 | 18 | J.A.Sabadell | 57.6 | (7) | 2:06.9 | (1) | | 4:18.25 | (1) | (42 - 36) | 9:50.0 | (1) | | - | |
| 1974 | 19 | J.A.Sabadell | 59.0 | (9) | 2:06.7 | (1) | | 4:11.6 | (1) | (17 - 14) | 9:19.2 | (1) | (33 - 30) | - | |
| 1975 | 20 | J.A.Sabadell | - | | 2:06.0 | (1) | | 4:16.6 | (1) | (62 - 49) | 9:51.6 | (1) | | - | |
| 1976 | 21 | J.A.Sabadell | 59.3 | (16) | 2:04.12 | (1) | (80 - 67) | 4:08.34 | (1) | (26 - 23) | 9:17.6 | (1) | (39 - 35) | - | |
| 1977 | 22 | J.A.Sabadell | 58.5 | (12) | - | | | 4:20.9/4:17.15i | (1) | (83 - 73) | 9:10.9 | (1) | (30 - 28) | - | |
| 1978 | 23 | C.N.Barcelona | - | | 2:13.9 | (8) | | 4:16.1 | (1) | (99 - 85) | 9:00.9 | (1) | (20 - 19) | - | |
| 1979 | 24 | C.N.Barcelona | NO COMPITIÓ | | - | | | - | | | - | | | - | |
| 1980 | 25 | C.N.Barcelona | - | | 2:16.4 | (22) | | 4:24.7 | (6) | | 9:37.7 | (6) | | - | |
| 1981 | 26 | C.N.Barcelona | - | | 2:12.8 | (11) | | 4:29.61 | (7) | | - | | | - | |
| 1982 | 27 | - | NO COMPITIÓ | | - | | | - | | | - | | | - | |
| 1983 | 28 | - | NO COMPITIÓ | | - | | | - | | | - | | | - | |
| 1984 | 29 | J.A.Sabadell | - | | - | | | - | | | 10:27.0 | (55) | | - | |
| 1985 | 30 | J.A.Sabadell | - | | 2:15.4 | (47) | | 4:19.64 | (3) | | - | | | 16:42.5 | (2) |
| 1986 | 31 | A.D.Marathon | - | | 2:16.8 | (53) | | 4:24.37 | (5) | | - | | | 16:48.95 | (2) |

1987 32 Xerox J.A.Sabadell - - 4:42.6 (59) 9:30.7 (9) -

Otras marcas: 100m: 13.5 (1971); 200m: 26.9 (1974); 100m vallas: 19.8 (1974); 2.000m: 6:04.79 (1985) (2); Maratón: 3h22:15 (1999); Altura: 1.30 (1974)

| Marcas anteriores (Ricard Rof, bol.AEEA nº 62 pgs.202/3) | Notas (José María García) |
|--|---|
| 1969 - 300m 46.4 - Manresa - 06.07 | m.m.14-15 años (bol.AEEA nº 29 pg.260) |
| 400m 1.05.5 - Sabadell - 07.09 | tope Rk.nc.1.05.4/53 - sería 54ª (y m.m.14a) |
| 800m 2.31.9 - Sabadell - 24.08 | m.m.14 años (bol.AEEA nº 29 pg.246, día 25) |
| | (tope Rk.nc.2.36.8/50, no figura (sería 36ª)) |
| 1500m 5.54.4 - Sabadell - 28.08 | tope Rk.nc.7.17.0/44 - no figura (sería 29ª) |
| 1970 - 600m 1.41.2 - Sabadell - 01.10 | m.m.15-16 años (bol.AEEA nº 29 pg.237) |
| 1971 - 400m 1.03.8 - Manresa - 12.10 | tope Rk.nc.1.04.2/51 - no figura (sería 43ª) |
| 600m 1.39.3 - Barcelona - 04.03 | m.m.16-17 años (bol.AEEA nº 29 pg.237) |
| 800m 2.34.2 - Granollers - 03.10 | tope Rk.nc.2.35.7/50 - no figura (sería 50ª) |

Sus mejores puestos en el all-time mundial y europeo son:

1500m 4.11.61 (28-M y 24-E hasta 1974)
Nota: Mejores clasificaciones españolas hasta 1991 (Sandra Myers 400m 49.67: 22-M y 17-E)

Hay que destacar que sus mejores puestos anuales (ese mismo año: 4.11.61, 17-M y 14-E) no fueron superados hasta 1988 (Maite Zúñiga 800m 1.57.45: 12-M y 10-E)

Mejores marcas por edades (hasta 22 años)

800m de 18 años en 1973, de 20/22 en 1975, de 21-22 en 1976
1500m de 18/22 años en 1973, de 19/22 en 1974, de 21-22 en 1976

Nota: La m.m. de 18 años duró hasta 1993, la de 20 hasta 1995 (ambas batidas por Marta Domínguez con 4.17.26 y 4.09.74); la de 21-22 años hasta 2000 (batida por Natalia Rodríguez con 4.04.24).

Sin embargo la de 19 años (categoría junior) todavía sigue en pie -en Diciembre 2013- desde 1974 (4.11.61).

3000m de 18/22 años en 1973, de 19/22 en 1974, de 21-22 en 1976, de 22 en 1977

Nota: En los años setenta la categoría junior femenina tenía de tope 18 años (sólo a partir de 1988 la IAAF iguala la categoría femenina a la masculina en 19 años).

Por tanto en 1973 -con tope 18 años- figuró en el ranking mundial-europeo, así: 800m 2.06.9 (19-M y 14-E), 1500m 4.18.25 (5-M y 4-E), 3000m 9.50.0 (8-M y 6-E)

Ahora bien, en 1974 (19 años) a la vista del ranking absoluto, se puede reconstruir una lista junior (con reglamentación actual) con atletas nacidas en 1955 y después, en la que sólo hay una atleta por delante (la canadiense Glenda Reiser con 4.07.8), por lo que Valero con 4.11.61 es 2-M y 1-E (y en 3000m con 9.19.2 es 3-M y 3-E, detrás de una rusa y una alemana).