



FEDERACION MEXICANA DE ASOCIACIONES DE ATLETISMO, AC
DIRECCION TECNICA
RANKING MEXICANO DE TODOS LOS TIEMPOS

10,000 Metros Planos VARONIL (Todos los Tiempos - 30:00.00) actualizado al 28 de octubre del 2015

Récord Mexicano :	Arturo Barrios Flores	27:08.23	12-dic-62	1o.	DF	Distrito Federal	Tadeusz Kepka	18-ago-89	ISTAF, Berlín, Alemania
Récord Campeonato Nacional :	Isaac García Robles	28:49.96	5-abr-68	1o.	JAL	Jalisco		15-jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
Récord Mex.en Territorio Nacional :	Jorge Marquez Orozco	28:18.6	19-mar-67	1o.	ZAC	Zacatecas		4-feb-95	Selectivo a Juegos Panamericanos de Mar del Plata, Monterrey, NL
Récord Mex.Juv.Sub 23:	Germán Silva Martínez	28:02.03	9-ene-68		MEX	México		20-abr-90	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
Récord Camp.Nal.Sub 23:	Ismael Apolo Mondragón Escalona	30:24.36	10-nov-88	1o.	DF	Distrito Federal	Pablo Garrido	28-may-10	Olimpiada Nacional, Guadalajara, Jalisco
Récord Mex.Juv.Sub 20:	David Galindo Ortiz	28:34.66	26-feb-77	4o.	MEX	Estado de México		21-ago-96	Campeonato Mundial Juvenil, Sidney, Australia
Récord Camp.Nal.Juv. Mayor :	Alejandro Villanueva Martínez	29:23.38	22-abr-70		MEX	Estado de México		1989	Campeonato Nacional Juvenil , Cd.Victoria, Tamaulipas

Nº.	RKG.	MARCA	ATLETA	HEAT	CATEG.	FECHA DE NAC.	POS.	ASOC.	EQUIPO	ENTRENADOR	FECHA	EVENTO
1	1	27:08.23	Arturo Barrios Flores (RM)			12-dic-62	1o.	DF	México	Tadeusz Kepka	18-ago-89	ISTAF, Berlín, Alemania
2		27:18.22	Arturo Barrios				1o.	DF	México		17-ago-90	ISTAF, Berlín, Alemania
3		27:18.45	Arturo Barrios (RM)				1o.	DF	México		3-jul-89	Dn Galan, Estocolmo, Suecia
4	2	27:18.59	Juan Armando Quintanilla Loredó			19-abr-68	3o.	SLP	México	Eduardo Castro	22-jul-94	Bislet Games, Oslo, Noruega
5		27:25.07	Arturo Barrios (RM)				3o.	DF	Reebok		2-jul-88	Bislet Games, Oslo, Noruega
6		27:27.09	Armando Quintanilla				2o.	SLP	México		7-jul-95	Kristal Palace, Londres, Inglaterra
7	3	27:28.82	Juan Luis Barrios Nieves			24-jun-83	3o.	MEX	México	James Li	30-may-12	Wageningen, Holanda
8		27:30.68	Juan Luis Barrios Nieves	Section 1		24-jun-83	10o.	MEX	México	Tadeusz Kepka	1-may-11	Payton Jordan Invitational, Stanford, California
9	4	27:32.90	Juan Diego Estrada Constantino	Section 1		19-dic-89	5o.	MICH	México	Eric Mathew	29-abr-12	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
10	5	27:33.96	José David Galván Martínez			6-abr-73	2o.	COAH	México		29-abr-07	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
11		27:34.27	Arturo Barrios				2o.	DF	México		5-jul-93	Dn Galan, Estocolmo, Suecia
12		27:34.40	Juan Luis Barrios Nieves	Section 1			1o.	MEX	México	Tadeusz Kepka	4-may-14	Payton Jordan Invitational, Stanford, California, USA
13		27:34.60	Arturo Barrios				1o.	DF	México		21-ago-92	ISTAF, Berlín, Alemania
14		27:35.21	Arturo Barrios				1o.	DF	Reebok		28-may-92	Jena
15		27:37.36	Arturo Barrios				4o.	DF	México		6-jul-91	Bislet Games, Oslo, Noruega
16	6	27:37.49	Teodoro Vega Morales			14-jul-76	4o.	MEX	México	Rafael Martínez	20-jul-03	Campeonato Nacional de 10,000m de España, Pontevedra, España
17		27:37.69	David Galván Martínez		INV		1o.	COAH	México	Rodolfo Gómez	14-abr-00	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
18		27:38.12	Juan Luis Barrios Nieves				1o.	MEX	México		29-jul-11	Aviva United Kingdom Championships, Londres, Inglaterra
19	7	27:38.49	Martin Pitayo Martínez			10-ene-60	5o.	DF	México		4-jul-92	Bislet Games, Oslo, Noruega
20		27:39.32	Arturo Barrios				5o.	DF	México		26-sep-88	XXIV Juegos Olímpicos, Seúl, Korea
21		27:40.10	Juan Luis Barrios Nieves		Invitational		5o.	MEX	Nike	Rafael Martínez	24-abr-09	Brutus Hamilton Invitational, Berkeley, California, USA
22	8	27:43.07	Gerardo Alcalá García			18-jun-61	4o.	DF	México		25-jul-90	Goodwill Games, Seattle, USA
23	9	27:43.64	Mauricio González (RM)			16-oct-60	1o.	DF	México		23-abr-88	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
24	10	27:43.92	Alejandro Suárez Velázquez			30-nov-80	8o.	QRO	México		29-abr-07	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
25		27:44.85	David Galván Martínez				2o.	COAH	México	Rodolfo Gómez	2-may-03	Cardinal Invitational, Stanford, Cal, USA
26	11	27:45.0	Jesus Herrera Ortiz (RM)			22-mar-62	3o.	DF	Rodolfo Gómez		27-abr-85	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
27		27:45.58	Mauricio González				6o.	DF			2-jul-88	Bislet Games, Oslo, Noruega
28		27:45.8	Martín Pitayo Martínez				4o.	DF	Rodolfo Gómez		27-abr-85	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
29	12	27:46.52	German Silva Martínez			9-ene-68	1o.	VER	México		15-jun-92	Endurance Classic # 2 Montreal, Canada
30	13	27:47.46	Juan Carlos Romero Bernal	Section 1		15-dic-77	6o.	ZAC	México		4-may-08	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
31		27:49.07	Germán Silva	Heat 2			7o.	VER	México		5-ago-95	V Campeonato Mundial de Atletismo, Gotemburgo, Suecia
32		27:49.24	Armando Quintanilla				1o.	SLP	México		31-may-92	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
33	14	27:49.5	Jorge Marquez Orozco			19-mar-67	2o.	ZAC	México		10-jul-95	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada
34		27:49.53	David Galván Martínez	Heat 2			7o.	COAH	México		22-sep-00	XXVII Juegos Olímpicos, Sidney, Australia
35		27:49.93	Teodoro Vega Morales				1o.	MEX	México		7-jun-03	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
36		27:50.28	Arturo Barrios				1o.	DF	México		22-jul-86	BNP, Paris, Francia
37	15	27:50.95	Marcos Barreto Fernandez de Lara			25-abr-60	3o.	DF	México		23-abr-88	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
38		27:51.41	Armando Quintanilla				7o.	SLP			10-jul-93	Bislet Games, Oslo, Noruega
39		27:51.49	Juan Carlos Romero Bernal	Section 1			15o.	ZAC	México		1-may-11	Payton Jordan Invitational, Stanford, California
40	16	27:52.03	Faustino Reynoso Hernández			30-ene-63	3o.	GRO	México		31-may-92	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
41		27:52.64	Martín Pitayo Martínez				7o.	DF	México		7-jul-95	Kristal Palace, Londres, Inglaterra
42	17	27:52.65	Alejandro Cruz Maya			10-feb-68	2o.	DF	México		15-jun-92	Endurance Classic # 2 Montreal, Canada
43		27:53.53	Gerardo Alcalá García				8o.	DF			25-ago-89	Memorial Van Damme, Bruselas, Belgica
44	18	27:54.53	Isaac García Robles			5-abr-68	5o.	JAL	México		31-may-92	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
45		27:54.56	David Galván Martínez				13o.	COAH	México		25-sep-00	XXVII Juegos Olímpicos, Sidney, Australia
46		27:54.8	Gerardo Alcalá García				1o.	DF			26-abr-86	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
47		27:55.31	David Galván Martínez				11o.	MEX	México		24-ago-03	IX Campeonato Mundial de Atletismo, Paris, Francia
48		27:55.34	Germán Silva				13o.		México		8-ago-95	V Campeonato Mundial de Atletismo, Gotemburgo, Suecia
49	19	27:56.0	Francisco Pacheco Ramírez			10-sep-61	3o.	DF	México		26-abr-86	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
50		27:56.0	Arturo Barrios				1o.	MEX	México		25-abr-87	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
51	20	27:56.74	José Gómez (RM)			14-mar-56	1o.	UNAM	Rodolfo Gómez		4-jun-83	Prefontaine, Eugene, Oregon, USA
52		27:57.69	Juan Luis Barrios Nieves				14o.	MEX	México	James Li	31-may-13	Prefontaine Classic, Eugene, Oregon, USA



FEDERACION MEXICANA DE ASOCIACIONES DE ATLETISMO, AC
DIRECCION TECNICA
RANKING MEXICANO DE TODOS LOS TIEMPOS

53		27:57.72	Juan Carlos Romero Bernal	Section 1		10o.	ZAC	México	Germán Silva	1-may-10	Payton Jordan Invitational, Stanford, California
54	21	27:57.83	Rodolfo Gomez Orozco		30-oct-50	7o.	DF	México		9-jul-83	Bislet Games, Oslo, Noruega
55		27:57.93	Jesús Herrera Ortíz			4o.	DF			23-abr-88	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
56		27:58.35	Teodoro Vega Morales	Final "A"		1o.	MEX	México	Rafael Martínez	1-jun-02	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
57		27:59.66	Arturo Barrios			4o.		México		29-ago-87	II Campeonato Mundial de Atletismo, Roma, Italia
58	22	27:59.86	Andrés Espinosa Pérez		4-feb-63	9o.	COAH	México		31-may-92	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
59		27:59.90	Mauricio González			11o.		México		26-sep-88	XXIV Juegos Olímpicos, Seúl, Korea
60		28:00.47	Gerardo Alcalá García				DF	UNAM		25-jun-91	Hengelo, Holanda
61		28:00.91	Teodoro Vega Morales			1o.	MEX	México		3-jun-01	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
62		28:00.91	Teodoro Vega Morales			13o.	MEX	México		30-ago-02	Memorial Van Damme, Bruselas, Belgica
63		28:02.03	Germán Silva Martínez		9-ene-68		DF	México		20-abr-90	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
64	23	28:02.50	Julio Cesar Perez Morales	Invitational	26-may-82	11o.	PUE	NY Road	Rafael Martínez	24-abr-09	Brutus Hamilton Invitational, Berkeley, California, USA
65		28:03.60	Armando Quintanilla			8o.	SLP	México		8-jul-00	Reunión Nacional de Fondo, Barakaldo, España
66		28:03.64	Germán Silva				VER	Veracruz		5-jul-93	Dn Galan, Estocolmo, Suecia
67	24	28:04.33	Margarito Zamora Alcantara		16-oct-72	1o.	MEX			18-jul-97	Canada Champions, Vancouver, Canada
68		28:04.94	Jesús Herrera Ortíz				DF	México		1991	Victoria International, Canada
69		28:05.28	Alejandro Suárez Velázquez	Invitational		13o.	QRO	Adidas	Isidro Rico	24-abr-09	Brutus Hamilton Invitational, Berkeley, California, USA
70		28:06.43	Alejandro Suárez Velázquez	Section 1	30-nov-80	11o.	QRO	México		4-may-08	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
71		28:07.57	José Gómez	Heat 2		7o.		México		7-ago-83	I Campeonato Mundial de Atletismo, Helsinki, Finlandia
72		28:08.74	David Galván Martínez			1o.	COAH	México		27-jul-07	XV Juegos Panamericanos, Rio de Janeiro, Brasil
73		28:09.0	Arturo Barrios			3o.		México		1986	Bruselas, Belgica
74		28:09.40	Marcos Barreto				DF	IMSS		31-may-92	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
75		28:09.46	Armando Quintanilla			11o.	SLP			29-jun-96	Juegos Olímpicos Atlanta, USA
76		28:09.78	Juan Carlos Romero Bernal			14o.	ZAC	México	Germán Silva	17-ago-09	XII Campeonato Mundial de Atletismo, Berlin, Alemania
77		28:09.8	Jesús Herrera Ortíz				DF			26-abr-87	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
78		28:09.95	Alejandro Suárez Velázquez			3o.	QRO	México		27-jul-07	XV Juegos Panamericanos, Rio de Janeiro, Brasil
79		28:10.14	Juan Carlos Romero Bernal			21o.	ZAC	México		29-abr-07	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
80	25	28:10.4	Manuel Vera Canelo		19-mar-51	7o.	UNAM	México		23-abr-88	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
81		28:11.4	Martin Pitayo					R. Gómez		21-abr-84	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
82	26	28:11.75	Pablo Olmedo Castañon		8-may-75	16o.	MEX	México	Rafael Martínez	30-ago-02	Memorial Van Damme, Bruselas, Belgica
83	27	28:11.83	Enrique Aquino Busquets (RM)		1-may-50	3o.	UNAM	Banpais		6-jun-80	Eugene, Oregon, USA
84		28:12.53	David Galván Martínez	Open Int.		1o.	COAH	México		5-jun-99	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
85		28:12.55	Pablo Olmedo	INV		1o.	MEX	México		19-abr-02	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
86		28:12.91	Juan Luis Barrios Nieves	Section 1		1o.	MEX	México - Nike	Tadeusz Kepka	3-abr-15	Stanford Invitational, Stanford, California, USA
87		28:13.01	Pablo Olmedo	INV		2o.	DF	México		14-abr-00	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
88		28:13.72	German Silva	Heat 1		2o.		México		1992	XXV Juegos Olímpicos, Barcelona, España
89	28	28:14.19	Alejandro Salvador Cruz	Open Int.	14-abr-66	3o.	VER	México		5-jun-99	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
90		28:14.29	Germán Silva Martínez				VER			18-jul-97	Canada Champions, Vancouver, Canada
91		28:14.29	David Galván Martínez			16o.	COAH	México		25-ago-00	Memorial Van Damme, Bruselas, Belgica
92	29	28:14.38	Julio Cesar Valle Vázquez		22-dic-71	1o.		México		18-abr-98	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
93	30	28:14.48	Dionicio Cerón Bizarro			11o.	MEX	Estado de México		25-jun-91	Hengelo, Holanda
94		28:14.54	Armando Quintanilla	H1		10o.	SLP	México		22-sep-00	XXVII Juegos Olímpicos, Sidney, Australia
95		28:14.65	Juan Carlos Romero	Invitational		2o.	ZAC	México		18-abr-08	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
96		28:14.77	Teodoro Vega Morales			17o.	MEX	México		8-ago-01	VIII Campeonato Mundial de Atletismo, Edmonton, Canada
97		28:15.0	José Gómez				DF			27-abr-86	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
98	31	28:16.2	Salvador Parra Pineda		17-sep-66	8o.	DF			20-abr-96	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
99	32	28:17.13	David Galindo Ortiz	Open Int.	26-feb-77	6o.		México		5-jun-99	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
100		28:17.36	Pablo Olmedo			2o.	DF	México		3-jun-01	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
101		28:17.46	Alejandro Salvador Cruz			4o.	VER	México		7-jul-00	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada
102	33	28:17.57	Rafael Zepeda Martínez		22-ago-61	5o.	DF	Rodolfo Gómez		20-abr-90	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
103		28:17.65	Alejandro Suárez Velázquez		30-nov-80	3o.	QRO	México		3-jun-01	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
104		28:17.79	Arturo Barrios			5o.		México		3-ago-92	XXV Juegos Olímpicos, Barcelona, España
105	34	28:18.16	Luis Hernández Morales (RM)		13-feb-55	7o.	VER	Veracruz		25-jul-75	Montreal, Canada
106		28:18.6	Jorge Marquez (RTN)			1o.	ZAC	Zacatecas		4-feb-95	Selectivo a Juegos Panamericanos de Mar del Plata, Monterrey, NL
107		28:18.70	Salvador Parra Pineda				DF	México		10-jul-95	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada
108	35	28:18.91	Sergio Jiménez Cancino		7-oct-66	7o.		México		1-jun-96	Richmond, Canada
109		28:19.08	Martín Pitayo Martínez				DF	Rodolfo Gómez			Walsera, Suecia
110	36	28:19.39	Juan Carlos Paul				E.MEX	Estado de México		25-jun-91	Hengelo, Holanda
111		28:19.57	Isaac García Robles				JAL	Jalisco		20-abr-91	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
112	37	28:19.6	Salvador García Melchor		29-oct-60	7o.				20-abr-90	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
113		28:19.79	Rafael Zepeda Martínez				DF			26-jun-89	Malinowski, Polonia
114		28:19.8	Martín Pitayo Martínez				DF	Rodolfo Gómez		23-abr-88	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
115		28:19.84	Julio César Valle Vazquez	Open Int.		8o.		México		5-jun-99	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada



FEDERACION MEXICANA DE ASOCIACIONES DE ATLETISMO, AC
DIRECCION TECNICA
RANKING MEXICANO DE TODOS LOS TIEMPOS

116		28:20.19	Germán Silva			60.		México		3-ago-92	XXV Juegos Olímpicos, Barcelona, España
117	38	28:20.7	Carlos Retiz Gutiérrez		13-ago-61	140.	DF			23-abr-88	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
118		28:21.51	Armando Quintanilla	Final "A"		30.	SLP	México		3-jun-00	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
119		28:21.8	Francisco Pacheco Ramírez					Martí		21-abr-84	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
120		28:22.16	Germán Silva	Heat 1		80.		México		20-ago-93	IV Campeonato Mundial de Atletismo, Stuttgart, Alemania
121		28:22.37	Pablo Olmedo		Invitational	8-may-75	30.	MEX	México	13-abr-07	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
122	39	28:23.14	Juan Máximo Martínez (RM)			1-ene-47	100.	México		31-ago-72	XX Juegos Olímpicos, Munich, Alemania
123		28:23.34	Pablo Olmedo	"A"			40.	MEX	México	1-jun-02	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
124		28:23.72	Rafael Zepeda Martínez					DF		11-jun-88	Abbotsford International Track Classic, Vancouver, Canada
125		28:23.96	Armando Quintanilla	Heat 1			100.	SLP	México	1992	XXV Juegos Olímpicos, Barcelona, España
126		28:24.20	Martín Pitayo Martínez	Heat 1			110.		México	5-ago-95	V Campeonato Mundial de Atletismo, Gotemburgo, Suecia
127		28:24.49	Julio César Pérez Morales				20.	PUE	México	7-jun-08	10K Race @ Lewis & Clark College, Portland, Oregon, USA
128	40	28:24.7	Lucas Jardón				90.	MEX	Estado de México	20-abr-91	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
129		28:25.29	Julio César Perez Morales	Section 2			70.	PUE	México	1-may-11	Payton Jordan Invitational, Stanford, California
130		28:25.3	Gerardo Alcalá García					UNAM		27-abr-85	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
131		28:25.38	Rodolfo Gomez Orozco	Heat 1			100.		México	7-ago-83	I Campeonato Mundial de Atletismo, Helsinki, Finlandia
132		28:25.41	Alejandro Salvador Cruz				110.	VER	México	5-may-00	Cardinal Track & Field Invitational, Palo Alto, Cal, USA
133		28:25.73	Alejandro Suárez Velázquez				70.	QRO	México	20-jul-03	Campeonato Nacional de 10,000m de España, Pontevedra, España
134		28:25.73	David Galván Martínez		INV	6-abr-73	10.	MEX	México	14-abr-06	Mt.SAC Relays, Walnut, California, USA
135		28:25.74	Teodoro Vega Morales				20.	MEX	México	10-jul-01	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada
136		28:26.0	Jesús Herrera Ortíz					UNAM		20-abr-91	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
137		28:26.57	Juan Carlos Romero				290.	ZAC	México	17-ago-08	XXIX Juegos Olímpicos, Beijing, China
138	41	28:27.0	José Luis Chuela			23-oct-60		MICH		26-abr-87	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
139		28:27.5	Carlos Retiz					DF		26-abr-87	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
140		28:28.26	Arturo Barrios	Heat 2			60.		México	1992	XXV Juegos Olímpicos, Barcelona, España
141		28:28.50	José Gómez	Heat			60.		México	4-ago-84	XXIII Juegos Olímpicos, Los Angeles, California, USA
142		28:29.40	Margarito Zamora					DF	México	10-jul-95	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada
143		28:29.52	Salvador Parra Pineda					DF	UNAM	20-jul-91	XVI Universiada Mundial, Sheffield, Inglaterra
144		28:29.55	Pablo Olmedo				180.	DF	México	25-ago-00	Memorial Van Damme, Bruselas, Belgica
145		28:29.6	Rafael Zepeda Martínez					DF		26-abr-87	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
146	42	28:30.80	Jose Antonio Uribe Marino	Section 2		3-ene-86	10.	MEX	México	28-abr-13	Payton Jordan Invitational, Stanford, California, USA
147		28:31.11	Alejandro Suárez Velázquez				30.	QRO	México	10-jul-01	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada
148		28:31.40	Juan Luis Barrios Nieves				180.	MEX	México	17-ago-09	XII Campeonato Mundial de Atletismo, Berlin, Alemania
149		28:31.64	Teodoro Vega Morales	INV			30.	MEX	México	19-abr-02	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
150		28:31.71	Teodoro Vega Morales				150.	MEX	México	24-ago-03	IX Campeonato Mundial de Atletismo, Paris, Francia
151		28:32.60	Martín Pitayo Martínez				30.		México	19-abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
152		28:32.61	Juan Carlos Romero Bernal	F/R 1		15-dic-77	110.	ZAC	México	30-abr-06	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California
153	43	28:32.71	Aido Saul Vega Escobedo	Section 1		26-nov-87	60.	QRO	México	3-abr-15	Stanford Invitational, Stanford, California, USA
154		28:33.00	Germán Silva					VER	Veracruz	8-jul-94	Lausana, Suiza
155		28:33.22	Juan Carlos Romero Bernal	Section 2			90.	ZAC	México-FMAA	2-may-15	Payton Jordan Invitational, Stanford, California, USA
156		28:33.4	Isaac García Robles					DF		20-abr-90	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
157		28:33.40	Andres Espinoza Pérez					COAH	México	10-jul-95	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada
158	44	28:33.47	Isidro Rico Rangel			61		DF	Rodolfo Gómez	31-may-92	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
159		28:33.91	Francisco Pacheco Ramírez					DF		9-jun-88	Prv-Tiv, Bratislava
160		28:34.31	David Galindo Ortiz				50.	MEX	México	7-jul-00	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada
161		28:34.57	Armando Quintanilla	Heat 2			100.		México	20-ago-93	IV Campeonato Mundial de Atletismo, Stuttgart, Alemania
162	45	28:34.6	Pedro Miranda (RM)					SOP		16-jun-72	Seattle, Washington, USA
163		28:34.66	David Galindo Ortiz (RN)				40.	MEX	México	21-ago-96	VI Campeonato Mundial de Atletismo Juvenil Sub 20, Sidney, Australia
164		28:35.25	Pablo Olmedo	INV			30.	DF	México	20-abr-01	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
165		28:35.8	Pedro Miranda				210.		México	31-ago-72	XX Juegos Olímpicos, Munich, Alemania
166		28:35.90	Andrés Espinosa Pérez				60.	COAH	México	7-jul-00	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada
167	46	28:36.0	Maurilio Castillo			1-dic-62		DF		23-abr-88	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
168		28:36.19	Juan Diego Estrada Constantino				210.	MICH	México	4-ago-12	XXX Juegos Olímpicos, Londres Inglaterra
169		28:36.67	Pablo Olmedo				10.	MEX	México	1-dic-02	XIX Juegos Centroamericanos y del Caribe, San Salvador, El Salvador
170		28:36.69	Rafael Zepeda					DF	UNAM	31-may-92	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
171	47	28:37.24	Sergio Pedraza Gonzalez	Section 1		16-nov-81	120.	MEX	México - Marina	3-abr-15	Stanford Invitational, Stanford, California, USA
172		28:37.91	Salvador Parra Pineda				60.		México	19-abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
173	48	28:37.99	Gabino Apolonio Oro			29-ago-71	200.		México	30-may-99	Adriaan Paulen Memorial, Hengelo, Holanda
174		28:38.41	Juan Carlos Romero	Invitational			60.	ZAC	México	13-abr-07	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
175		28:38.5	Carlos Retiz						Martí	21-abr-84	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
176	49	28:39.25	Gerardo Morales Fernández				70.		México	19-abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
177		28:39.25	Isaac García Robles	Open Int.			90.		México	5-jun-99	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
178		28:39.47	Germán Silva				90.		México	22-ago-93	IV Campeonato Mundial de Atletismo, Stuttgart, Alemania



FEDERACION MEXICANA DE ASOCIACIONES DE ATLETISMO, AC
DIRECCION TECNICA
RANKING MEXICANO DE TODOS LOS TIEMPOS

179	28:39.76	Julio César Perez Morales	Invite Elite	20.	PUE	México	14-abr-11	Mt.SAC Relays, Walnut, California, USA	
180	28:41.13	Martín Pitayo Martínez		20.		México	7-jul-97	Mc.Gill International, Distance, Classic, Montreal, Canada	
181	28:41.22	Erick Israel Pérez Huerta	Invite Elite	17-nov-83	30.	DF	México	14-abr-11	Mt.SAC Relays, Walnut, California, USA
182	28:41.40	Joel Hernández Lozano		1973	110.	SLP	México	8-jul-00	Reunión Nacional de Fondo, Barakaldo, España
183	28:42.61	José Gómez			160.		México	9-ago-83	I Campeonato Mundial de Atletismo, Helsinki, Finlandia
184	28:42.86	Teodoro Vega Morales			20.	MEX	México	1-dic-02	XIX Juegos Centroamericanos y del Caribe, San Salvador, El Salvador
185	28:43.1	Manuel Vera Canelo					Martí	27-abr-85	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
186	28:43.7	Carlos Retiz				DF		27-abr-86	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
187	28:44.0	Benjamín Paredes Martínez		7-ago-61		MEX	México	10-jul-95	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada
188	28:44.03	David Galván Martínez			20.		México	27-jul-99	XIII Juegos Panamericanos, Winnipeg, Canada
189	28:44.17	Luis Hernández Morales				VER	México	1976	XXI Juegos Olímpicos, Montreal, Canada
190	28:44.22	Julio César Valle Vázquez	INV		90.	PUE	México	14-abr-00	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
191	28:44.39	David Galván Martínez	"A"		80.	COAH	México	1-jun-02	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
192	28:44.95	David Galindo Ortiz	INV.		10.		México	17-abr-99	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
193	28:45.09	Rafael Sánchez Torres	Sección 1	3-ene-80	60.	MEX	México	5-jun-04	Canadian Championships, Harry Jerome, Burnaby, Canada
194	28:45.20	Alejandro Salvador Cruz	INV		100.	VER	México	14-abr-00	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
195	28:45.49	Teodoro Vega Morales	Invitational	14-jul-76	190.	MEX	NY Road	24-abr-09	Brutus Hamilton Invitational, Berkeley, California, USA
196	28:45.5	Rodolfo Gomez Orozco			50.		América	2-sep-77	I Copa Mundial de Atletismo, Duseldorf, Alemania
197	28:45.52	Benjamín Paredes Martínez	Final "A"		90.	MEX	México	3-jun-00	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
198	28:46.12	Gerardo Alcalá García				DF		6-jun-87	Eugene, Oregon, USA
199	28:46.72	Aldo Saúl Vega Escobedo	Section 1		30.	QRO	México	29-mar-13	Stanford Invitational, Stanford, CA, USA
200	28:47.22	Arturo Barrios					Rodolfo Gómez	25-abr-85	Des Moines, USA
201	28:47.34	Aldo Saúl Vega Escobedo	Section 1		150.	QRO	Marina Mexico	4-abr-14	Stanford Invitational, Satnford, California, USA
202	28:47.5	Rafael Zepeda					New Balance	27-abr-85	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
203	28:48.05	Armando Quintanilla			160.	SLP	México	3-ago-92	XXV Juegos Olimpicos, Barcelona, España
204	28:48.31	Jonnatán Morales Serrano	Invitational	22-ene-80	10.	DF	México	17-abr-03	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
205	28:48.53	Gabino Apolonio Oro				MEX		18-jul-97	Canada Champions, Vancouver, Canada
206	28:48.7	Adrián Gutiérrez					UNAM	27-abr-85	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
207	28:49.10	Isaac Garcia Robles			10.		México	20-may-97	Victoria Internacional, Victoria, Canada
208	28:49.38	Teodoro Vega Morales			10.	MEX	México	7-ago-03	XIV Juegos Panamericanos, Santo Domingo, Rep.Dominicana
209	28:49.96	Isaac Garcia Robles (RN)			10.	JAL	Jalisco	13-jul-90	70o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
210	28:50.00	José Gómez					México	1984	XXIII Juegos Olimpicos, Los Angeles, CA, USA
211	28:50.1	Carlos Victorino					UNAM	4-abr-80	Austin, Texas, USA
212	28:50.18	Juan Carlos Romero Bernal			10.	ZAC	Zacatecas	21-may-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
213	28:50.25	Salvador Parra Pineda				DF	UNAM	31-may-92	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
214	28:50.45	Juan Carlos Romero Bernal		15-dic-77	20.	ZAC	México	17-jun-05	Canadian Championships, Abbotsford, Canada
215	28:50.6	Antonio Villanueva Osorio					Veracruz	16-jun-72	Seattle, Washington, USA
216	28:50.70	Martín Pitayo Martínez				DF	Rodolfo Gómez	5-jul-91	71o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
217	28:50.8	José Duarte Esquivel		67		MEX		17-abr-92	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
218	28:51.57	Erick Israel Pérez Huerta	O/D		20.	IMSS	México	15-abr-10	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
219	28:51.57	Juan Luis Barrios Nieves			30.	MEX	México	21-jul-15	XVII Juegos Panamericanos, Toronto, Canada
220	28:51.6	José Luis Chuela					Ejército	21-abr-84	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
221	28:51.74	Joel Hernández Lozano	Final "A"		130.	SLP	México	3-jun-00	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
222	28:51.88	Oscar Reyes Ramírez			90.		México	19-abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
223	28:52.17	Jesús Herrera Ortíz				DF	Rodolfo Gómez	13-jul-90	70o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
224	28:52.18	Jonnatan Morales Serrano	INV		50.	DF	México	16-abr-04	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
225	28:52.19	Alejandro Suárez Velázquez			140.	QRO	México	27-ago-07	XI Campeonato Mundial de Atletismo, Osaka, Japón
226	28:52.20	Julio César Valle Vazquez	INV		80.	PUE	México	19-abr-02	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
227	28:52.73	Juan Diego Estrada Constantino	Section 1	19-dic-89	40.	MICH	Northern Arizona	29-mar-13	Stanford Invitational, Stanford, CA, USA
228	28:53.01	Teodoro Vega Morales	Section 2		250.	MEX	México	1-may-11	Payton Jordan Invitational, Stanford, California
229	28:53.02	Jorge Marquez Orozco	Heat 2		140.		México	5-ago-95	V Campeonato Mundial de Atletismo, Gotemburgo, Suecia
230	28:53.34	Salvador Parra Pineda				DF	UNAM	7-jul-89	XV Universiada Mundial, Duisburg, Alemania
231	28:53.85	José Uribe			80.		Idaho International	18-abr-98	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
232	28:54.06	Juan Carlos Romero Bernal			10.	ZAC	México	15-jul-11	XXIII Campeonato Centroamericano y del Caribe de Atletismo, Mayaguez, Puerto Rico
233	28:54.23	Martín Pitayo Martínez	Heat 2		120.		México	20-ago-93	IV Campeonato Mundial de Atletismo, Stuttgart, Alemania
234	28:54.59	Juan Carlos Romero Bernal	Section 1	15-dic-77	270.	ZAC	México	29-abr-12	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
235	28:55.91	Jorge Marquez Orozco				ZAC	Zacatecas	13-jul-90	70o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
236	28:55.91	Julio César Valle Vazquez			60.	PUE	México	3-jun-01	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
237	28:55.98	Julio Cesar Perez Morales			10.	PUE	IPD	14-mar-08	Relevos TEC Monterrey, Nuevo León
238	28:56.0	Joel Hernández Lozano				ZAC		23-abr-88	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
239	28:56.29	Jonnatan Morales Serrano			80.	DF	México	3-jun-01	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
240	28:56.44	Andrés Espinosa Pérez			90.	COAH	México	3-jun-01	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
241	28:56.7	Faustino Reynoso Hernández	Open Int.		100.		México	5-jun-99	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada



FEDERACION MEXICANA DE ASOCIACIONES DE ATLETISMO, AC
DIRECCION TECNICA
RANKING MEXICANO DE TODOS LOS TIEMPOS

242	28:57.28	Isaac García Robles				DF	Rodolfo Gómez	5-jul-93	Dn Galan, Estocolmo, Suecia	
243	28:57.41	Armando Quintanilla		10.	SLP	México	México	18-mar-95	XII Juegos Panamericanos, Mar del Plata, Argentina	
244	28:57.41	Gerardo Morales			MEX	México	México	19-abr-96	Mount SAC Relays, Walnut California, USA	
245	61	28:57.61	Francisco Mondragón Caballero	20-feb-77	90.	MEX	México	21-ago-96	VI Campeonato Mundial de Atletismo Juvenil Sub 20, Sidney, Australia	
246	28:58.11	Dionicio Cerón Bizarro			MEX	Estado de México	México	24-nov-93	XVII Juegos Centroamericanos y del Caribe, Ponce, Puerto Rico	
247	28:58.26	Martín Pitayo Martínez						16-may-98	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada	
248	28:58.30	Pablo Olmedo			DF	México		10-jul-95	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada	
249	28:58.30	Sergio Jiménez Cancino						20-abr-96	Mount SAC Relays, Walnut California, USA	
250	28:58.41	Juan Carlos Romero Bernal	Invitational A		20.	ZAC	México-FMAA	16-abr-15	Mt SAC Relays, Walnut, California, USA	
251	62	28:58.90	Fidencio Torres Trejo	Final "A"	1973	160.	QRO	México	3-jun-00	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
252	28:59.19	Martín Pitayo Martínez						4-ago-84	XXIII Juegos Olímpicos, Los Angeles, California, USA	
253	28:59.22	Jesús Herrera Ortiz	Heat 2			120.	México	24-ago-91	III Campeonato Mundial de Atletismo, Tokyo, Japón	
254	63	28:59.4	Sergio González				UNAM	18-ago-73	VII Universiada Mundial, Moscú, URSS	
255	28:59.68	Isaac García Robles			30.	JAL	México	20-may-00	IX Campeonato Iberoamericano de Atletismo, Rio de Janeiro, Brasil	
256	64	28:59.73	Marcelino Crisanto Cuarto		65		MEX	16-abr-93	Mount SAC Relays, Walnut California, USA	
257	65	28:59.95	Graciano González Ríos			OAX	Ejército	13-jul-90	70o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas	
258	66	29:24.11	Jesús Armando Torres Barrón		25-dic-81	10.	GTO	Guanajuato	22-jun-08	88o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
259	29:00.17	Sergio Jiménez Cancino				120.	México	19-abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA	
260	67	29:00.60	Daniel de Jesús Vargas Sánchez	Invitational A	6-mar-84	30.	GTO	México-FMAA	16-abr-15	Mt SAC Relays, Walnut, California, USA
261	29:00.64	Germán Silva				40.	México	21-jul-98	Good Will Games, NUEVA YORK	
262	29:00.9	Fidencio Torres	Open Int.			140.	México	5-jun-99	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada	
263	29:01.03	Erick Israel Pérez Huerta	Section 2		17-nov-83	280.	MEX	México	29-abr-12	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
264	68	29:01.16	Eduardo Rojas Puga		28-ene-69	30.	MEX	México	7-jun-03	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
265	29:02.2	Maurilio Castillo					DF	26-abr-87	Mount SAC Relays, Walnut California, USA	
266	29:02.4	Rodolfo Gomez Orozco				10.	México	1979	VIII Juegos Panamericanos, San Juan Puerto Rico	
267	29:02.50	Juan Carlos Romero Bernal			70.	ZAC	México	22-jun-12	Aviva 2012 Trials, Birmingham, Inglaterra	
268	29:02.93	Juan Carlos Romero	INV		60.	ZAC	México	14-abr-06	Mt.SAC Relays, Walnut, California, USA	
269	69	29:03.06	Rafael Tadeo Palomares				México	2-jun-76	Bratislava, Checoeslovaquia	
270	29:03.9	Enrique Aquino				20.	México	1979	VIII Juegos Panamericanos, San Juan Puerto Rico	
271	70	29:04.02	Tomas Luna Domínguez		9-mar-75	20.	VER	Veracruz	21-may-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
272	29:04.64	Juan Luis Barrios Nieves				10.	MEX	Edo.de México	31-ago-14	Campeonato Nacional de Atletismo de 1a.Fuerza, Xalapa, Veracruz
273	29:05.2	Juan Máximo Martínez (RM)				20.	México	1971	VI Juegos Panamericanos, Cali, Colombia	
274	29:05.53	Erick Israel Pérez Huerta	Invitational			30.	DF	México	19-abr-12	MT SAC Relays, Walnut, California, USA
275	71	29:05.64	Pablo Cerón López		59		MEX	Estado de México	25-jun-91	Hengelo, Holanda
276	29:06.05	Sergio Pedraza González	OD			10.	MEX	México	17-abr-14	MT SAC Relays, Walnut, California, USA
277	29:06.31	Martín Pitayo Martínez					DF	Rodolfo Gómez	5-ago-94	74o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
278	29:06.55	Teodoro Vega Morales				200.	MEX	México	20-ago-04	XXVIII Juegos Olímpicos, Atenas, Grecia
279	29:06.56	Salvador Parra Pineda					DF	UNAM	14-jun-90	Malinuw, Polonia
280	72	29:06.70	Juan Gualberto Vargas Sánchez		12-jul-77	30.	GTO	México	17-jun-05	Canadian Championships, Abbotsford, Canada
281	73	29:06.85	Jonathan Castañeda López			30.	PUE	Puebla	21-may-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
282	29:07.01	Juan Carlos Romero Bernal				20.	ZAC	Zacatecas	31-ago-14	Campeonato Nacional de Atletismo de 1a.Fuerza, Xalapa, Veracruz
283	29:07.20	Pablo Olmedo			8-may-75	10.	MEX	México	4-jun-06	Lafarge Abbotsford Int.Track Classic, Abbotsford, canada
284	74	29:07.27	Saby Luna Aburto		6-feb-90	30.	VER	Veracruz	31-ago-14	Campeonato Nacional de Atletismo de 1a.Fuerza, Xalapa, Veracruz
285	29:07.41	Isidro Rico Rangel					QRO		14-jun-90	Malinuw, Polonia
286	29:07.5	Benjamín Paredes Martínez	Open Int.			170.	México		5-jun-99	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
287	29:07.95	Gabino Apolonio Oro					MEX	Estado de México	2-sep-95	XVIII Universiada Mundial, Fukuoka, Japón
288	29:08.09	Isaac Garcia Robles				20.	México		16-may-98	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
289	75	29:08.33	Juan Pablo Miramontes		26-ene-79	90.	MX-US	Mexicoamericano	19-abr-02	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
290	29:08.69	Jorge Marquez Orozco				40.	ZAC	México	18-mar-95	XII Juegos Panamericanos, Mar del Plata, Argentina
291	76	29:08.70	Rafael Muñoz Sánchez		64		DF	Albatros	5-jul-93	Montreal, Canadá
292	29:09.51	Jonnatán Morales Serrano	INV			80.	DF	México	20-abr-01	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
293	29:09.52	Sergio Pedraza Gonzalez				40.	MEX	Edo.de México	31-ago-14	Campeonato Nacional de Atletismo de 1a.Fuerza, Xalapa, Veracruz
294	29:09.54	Alejandro Suárez Velázquez			30-nov-80	40.	QRO	Queretaro	21-may-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
295	29:09.77	Pablo Olmedo	F/R 1			170.	MEX	México	30-abr-06	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California
296	77	29:10.8	Martín Rodríguez Flores			20.			4-feb-95	Selectivo a Juegos Panamericanos de Mar del Plata, Monterrey, NL
297	29:11.40	Joel Hernández Lozano					ZAC	Zacatecas	20-abr-91	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
298	29:11.5	Francisco Pacheco Ramírez				10.	UNAM	UNAM	7-ago-85	Chequeo de Evaluación, FMA, CU, México, DF
299	29:11.63	Juan Carlos Romero Bernal	Invitational			200.	ZAC	Nike	24-abr-09	Brutus Hamilton Invitational, Berkeley, California, USA
300	29:11.71	Jesús Herrera				20.	IPN	México	1985	XIII Universiada Mundial, Kobe, Japón
301	29:12.5	Sergio Jimenez Cansino	Open Int.			180.	México		5-jun-99	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
302	29:12.8	Dionicio Cerón Bizarro				20.	México		1993	XIV Campeonato Centroamericano y del Caribe, Cali, Colombia
303	29:13.0	Juan Carlos Romero Bernal				10.	ZAC	Zacatecas	30-jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
304	29:13.10	Julio César Valle Vázquez				20.	PUE	Puebla	23-ago-02	82o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz



FEDERACION MEXICANA DE ASOCIACIONES DE ATLETISMO, AC
DIRECCION TECNICA
RANKING MEXICANO DE TODOS LOS TIEMPOS

305	29:13.63	Juan Luis Barrios Nieves	10.	MEX	México	27-nov-14	XXII Juegos Centroamericanos y del Caribe, Xalapa, Veracruz, México			
306	29:13.71	Juan Carlos Romero Bernal	10.	ZAC	México	26-jul-10	XXI Juegos Centroamericanos y del Caribe, Mayagüez, Puerto Rico			
307	29:14.15	Tomas Luna Domínguez	20.	VER	México	26-jul-10	XXI Juegos Centroamericanos y del Caribe, Mayagüez, Puerto Rico			
308	29:14.3	José Duarte Esquivel		MEX	Estado de México	20-abr-91	Mount SAC Relays, Walnut California, USA			
309	29:14.75	José Gómez	10.		México	1983	IX Juegos Panamericanos, Caracas, Venezuela			
310	29:15.24	Martín Pitayo Martínez	10.		México	20-sep-85	III Copa de las Americas, San Juan, Puerto Rico			
311	29:15.3	Rafael Zepeda Martínez		UNAM		5-jul-91	71o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz			
312	29:15.49	Alejandro Suárez Velázquez	20.	QRO	México	15-jul-11	XXIII Campeonato Centroamericano y del Caribe de Atletismo, Mayaguez, Puerto Rico			
313	29:15.57	Aldo Saúl Vega Escobedo	180.	QRO	Colorado	26-mar-10	Stanford University Invitational, Stanford, California, USA			
314	29:15.9	Gerardo Alcalá García		DF	Unicomio	23-abr-88	Mount SAC Relays, Walnut California, USA			
315	29:16.31	Manuel Vera Canelo		DF	SSA	13-jul-90	70o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas			
316	29:17.0	Julio César Perez Morales	20.	PUE	Puebla	30-jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato			
317	78 29:17.31	Carlos Cordero Gómez	7-ene-77	50.	GTO	Guanajuato	Pedro Silva	21-may-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS	
318	79 29:17.85	Maximino Ayala Márquez		DF	Sta. Rosa	13-jul-90	70o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas			
319	29:18.14	Marcos Barreto			México	1988	XXIV Juegos Olímpicos, Seul, Corea			
320	29:18.22	Julio César Perez Morales	10.	PUE	Club Zatopek	11-mar-11	LIX Relevos TEC de Monterrey, Nuevo León			
321	29:18.76	Aldo Saúl Vega Escobedo	20.	QRO	Itesm Qro	11-mar-11	LIX Relevos TEC de Monterrey, Nuevo León			
322	80 29:19.08	Alejandro Arroyo Yamin	Section 1	26-sep-91	340.	GTO	Princeton	4-abr-14	Stanford Invitational, Satnford, California, USA	
323	81 29:19.12	Ricardo Amezcua	U/O	20.	Univ. Of Kansas	17-abr-98	Mount SAC Relays, Walnut California, USA			
324	82 29:19.23	Jose Alberto Madera Vega	Section 2	23-sep-91	80.	MX-USA	San Francisco	4-abr-14	Stanford Invitational, Satnford, California, USA	
325	29:19.25	Sergio Jiménez Cancino	Final "B"	20.	PUE	México		3-jun-00	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada	
326	29:19.28	Luis Hernández Morales		10.	VER	México		17-oct-75	VII Juegos Panamericanos, México, DF	
327	29:19.39	Pablo Cerón López			MEX			9-jun-88	Prv-Tiv, Bratislavia	
328	29:19.65	Andrés Espinosa Pérez +40	Sección 1	4-feb-63	70.	COAH	México	Rodolfo Gómez	5-jun-04	Canadian Championships, Harry Jerome, Burnaby, Canada
329	29:19.78	Alejandro Salvador Cruz	Final "A"		170.	VER	México		3-jun-00	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
330	29:20.09	Julio Cesar Perez Morales		20.	PUE	Puebla			25-mar-11	1er. Festival Atlético de Pista y Campo Mexicali, Baja California
331	29:20.12	Erick Israel Perez Huerta	Section 2		350.	DF	México		1-may-11	Payton Jordan Invitational, Stanford, California
332	29:20.31	Gabino Apolonio Oro		20.	MEX	Estado de México			20-nov-01	Carrera Tv Azteca Powerade, México, DF
333	29:20.51	Gabino Apolonio Oro			MEX	Estado de México			16-abr-93	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
334	83 29:20.86	Ismael Apolo Mondragón Escalona		10-nov-88	60.	DF	Distrito Federal	Pablo Garrido	21-may-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
335	29:21.04	Armando Quintanilla		50.		América			25-sep-92	VI Copa Mundial de Atletismo, La Habana, Cuba
336	29:21.22	Rodolfo Gomez Orozco		20.		México			17-oct-75	VII Juegos Panamericanos, México, DF
337	29:21.3	Enrique Aquino				México			1980	XXII Juegos Olímpicos, Moscu, URSS
338	29:21.40	Margarito Zamora			DF	México			20-abr-96	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
339	29:21.99	José Uribe		210.					19-abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
340	84 29:22.11	Francisco Bautista Cuamatzi	"B"	17-sep-72	10.	TLAX	México	Luis Ordoñez	1-jun-02	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
341	29:22.23	Aldo Saul Vega Escobedo		50.	QRO	Queretaro			31-ago-14	Campeonato Nacional de Atletismo de 1a.Fuerza, Xalapa, Veracruz
342	29:22.81	Dionicio Cerón Bizarro		10.		México			1991	XIII Campeonato Centroamericano y del Caribe, Xalapa, Veracruz
343	85 29:22.98	Marco Tardelly Flores Partida		25-abr-80	10.	DF	CLUB SECT.7 ATZCAPOT		10-abr-05	Relevos TEC, ITESM, Monterey, NL
344	86 29:23.0	Jaime Apolonio Cerro		30.	MEX	Estado de México	Rafael Martínez		30-jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
345	29:23.11	Sergio Jiménez Cancino			PUE	Puebla			5-ago-94	74o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
346	87 29:23.33	Diego Alberto Borrego Moreira	Section 2	9-ene-88	100.	ZAC	México	Jorge Marquez	28-abr-13	Payton Jordan Invitational, Stanford, California, USA
347	88 29:23.38	Alejandro Villanueva Martínez (RN)	O/U	22-abr-70		MEX	Estado de México		26-may-89	Campeonato Nacional Juvenil, Cd.Victoria, Tamaulipas
348	29:23.88	Alejandro Salvador Cruz		10.	VER	México		Rodolfo Gómez	19-abr-02	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
349	89 29:24.37	Victor Rodríguez Frausto		230.		México			19-abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
350	29:24.60	Julio César Valle Vazquez		70.		México			17-jul-98	VIII Campeonato Iberoamericano de Atletismo, Lisboa, Portugal
351	29:24.78	Alejandro Suárez Velázquez		350.	QRO	México			17-ago-08	XXIX Juegos Olímpicos, Beijing, China
352	90 29:25.05	Ismael Andrade Vazquez		70.	MEX	Estado Mexico	Tadeusz Kepka		21-may-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
353	29:25.07	Faustino Reynoso Hernández			MEX	Estado de México			5-ago-94	74o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
354	29:25.27	Julio César Pérez Morales		26-may-82	20.	PUE	México		10-jun-07	Lafarge Abbotsford International Track Classic, Abbotsford, Canada
355	29:25.42	Aldo Saúl Vega Escobedo		50.	QRO	México			8-jul-13	XXVII Universiada Mundial, Kazan, Rusia
356	91 29:25.58	Edher Cortés Martínez		21-mar-82	20.	DF	CLUB SECT.7 ATZCAPOT		10-abr-05	Relevos TEC, ITESM, Monterey, NL
357	29:25.7	Rodolfo Gomez Orozco				México			1980	XXII Juegos Olímpicos, Moscu, URSS
358	92 29:25.73	Miguel Angel Hernandez Rubio		26-sep-85	30.	ZAC	Zacatecas		25-mar-11	1er. Festival Atlético de Pista y Campo Mexicali, Baja California
359	29:25.97	Miguel Angel Hernandez Rubio		30.	ZAC	Club Zatopek			11-mar-11	LIX Relevos TEC de Monterrey, Nuevo León
360	29:26.2	Isaac Garcia		30.	JAL	Jalisco			4-feb-95	Selectivo a Juegos Panamericanos de Mar del Plata, Monterrey, NL
361	29:26.30	Erick Israel Perez Huerta		40.	IMSS	Baja California			25-mar-11	1er. Festival Atlético de Pista y Campo Mexicali, Baja California
362	29:26.4	Benjamín Paredes Martínez		10.		ROD. GOMEZ			21-mar-99	Selectivo para Mount Sac, Xalapa, Veracruz
363	93 29:26.5	Daviano Aviles Sanchez		1973	20.		ROD. GOMEZ		21-mar-99	Selectivo para Mount Sac, Xalapa, Veracruz
364	29:26.77	David Galván Martínez		10.	COAH	Coahuila			27-may-07	87o. Campeonato Nacional de 10.000m, León, Guanajuato
365	29:26.77	Carlos Cordero Gomez		40.	GTO	Estado de Guanaj			11-mar-11	LIX Relevos TEC de Monterrey, Nuevo León
366	29:26.8	Gabino Apolonio Oro		30.		México			1993	XIV Campeonato Centroamericano y del Caribe, Cali, Colombia
367	29:26.87	Victor Rodríguez Frausto		10.	DF	Distrito Federal			9-jul-95	75o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas



FEDERACION MEXICANA DE ASOCIACIONES DE ATLETISMO, AC
DIRECCION TECNICA
RANKING MEXICANO DE TODOS LOS TIEMPOS

368		29:27.00	Alejandro Arroyo Yamin		1o.	GTO	Princeton	Federico Villanueva	6-abr-12	Sam Howell Invitation, Princeton University, NJ, USA
369	94	29:27.09	Oscar Franco	"B"	12-jun-79	5o.	MX-US	Mexicoamericano	29-mar-02	Stanford, California, USA
370		29:27.2	Juan Máximo Martínez (RM)			4o.		México	1967	V Juegos Panamericanos, Winnipeg, Canada
371		29:27.23	Arturo Barrios					R. Gomez	12-may-84	Austin, Texas, USA
372	95	29:27.49	Octavio Escamilla	INV		17o.	DF	México	20-abr-01	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
373	96	29:27.99	Isaac Gómez Sánchez		19-jun-79	14o.	QRO	México	3-jun-01	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
374		29:28.32	Juan Carlos Romero Bernal			2o.	ZAC	México	27-jun-14	XXII Juegos Centroamericanos y del Caribe, Xalapa, Veracruz, México
375		29:28.6	Alejandro Villanueva Martínez			1o.	MEX	México	1989	V Campeonato Panamericano Juvenil, Santa Fe, Argentina
376		29:28.63	Isidro Rico Rangel				QRO	Querétaro	5-ago-94	74o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
377	97	29:28.68	Arturo Garcés		1977		MEX	México	19-abr-96	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
378	98	29:28.99	Hugo Romero Mendez		4-ene-79	3o.	TLAX	BENJAMIN PAREDES	10-abr-05	Relevos TEC, ITESM, Monterey, NL
379		29:29.08	Marco Tardelly Flores Partida	F/R	25-abr-80	1o.	SLP	Equipo Eduardo Cas Eduardo Castro	12-mar-10	LVII Relevos TEC 2010, Monterrey, Nuevo León
380		29:29.54	Pablo Olmedo		8-may-75	6o.	MEX	México	17-jun-05	Canadian Championships, Abbotsford, Canada
381	99	29:29.55	Jose Luis Duarte Bustillos		19-may-89	7o.	CHIH	México	8-jul-13	XXVII Universiada Mundial, Kazan, Rusia
382		29:29.73	Salvador Parra Pineda			1o.		México	27-jun-89	XII Centroamericano y del Caribe de Atletismo, San Juan Puerto Rico
383	100	29:29.79	Fabian Guerrero Sanchez		17-may-81	1o.	DF	Albatros Atletismo	30-may-15	63o. Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León
384		29:30.0	Miguel Angel Hernandez Rubio			4o.	ZAC	Zacatecas	30-jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
385	101	29:30.11	Daniel Martínez	U/O		6o.		Gardena Valley	17-abr-98	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
386		29:30.31	Jose Alberto Madera Vega	Section 2		24o.	MX-USA	San Francisco	3-abr-15	Stanford Invitational, Stanford, California, USA
387	102	29:30.32	Rodrigo Romero				MEX		13-jul-90	70o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
388		29:30.34	Martín Rodríguez Flores				ZAC	Zacatecas	5-ago-94	74o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
389	103	29:30.6	Mario Cuevas					México	12-jun-76	Bratislava, Checoslovaquia
390		29:30.6	Eduardo Rojas Puga			1o.	MEX	Edo Mexico	11-jul-03	83o. Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, NL
391		29:30.79	Oscar Reyes Ramírez			4o.		México	7-jul-97	Mc.Gill International, Distance, Classic, Montreal, Canada
392		29:30.89	Sergio Pedraza González			5o.	MEX	Paredes Pro	11-mar-11	LIX Relevos TEC de Monterrey, Nuevo León
393		29:31.0	Andrés Espinosa Pérez	Final "A"		18o.	COAH	México	3-jun-00	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
394		29:31.0	Tomas Luna Domínguez		9-mar-75	5o.	MEX	Estado de México	30-jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
395	104	29:31.06	Jorge Cuatepitzi Juárez			4o.	TLAX	UNIV AUT DE TLAXCALA	10-abr-05	Relevos TEC, ITESM, Monterey, NL
396	105	29:31.36	Procopio Franco Hernández		8-jul-70	3o.	MEX	Estado De Mexico	23-ago-02	82o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
397		29:32.17	José Duarte Esquivel				MEX	Estado de México	5-ago-94	74o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
398		29:32.24	Gabino Apolinio Oro			1o.	MEX	Estado de México	19-jun-98	78o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
399		29:32.34	Armando Quintanilla			14o.		México	22-ago-93	IV Campeonato Mundial de Atletismo, Stuttgart, Alemania
400		29:32.6	Salvador García Melchor				MEX	México	19-abr-96	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
401		29:32.79	Sergio Pedraza González		16-nov-81	8o.	MEX	Estado Mexico	21-may-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
402		29:33.37	Tomas Luna Domínguez		9-mar-75	6o.	VER	Veracruz	25-mar-11	1er. Festival Atlético de Pista y Campo Mexicali, Baja California
403	106	29:33.60	Eduardo Fierro		66		MEX	Estado de México	17-abr-92	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
404		29:33.60	Isidro Rico Rangel				QRO	México	10-jul-95	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada
405		29:33.81	Jonnatan Morales Serrano			4o.	DF	Distrito Federal	23-ago-02	82o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
406		29:34.08	Fabian Guerrero Sanchez	F/R		1o.	DF	Albatros Atletis	21-mar-14	62o. Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León
407		29:34.14	Julio César Valle Vazquez	Final "A"		19o.	PUE	México	3-jun-00	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
408		29:34.37	Ismael Apolo Mondragón Escalona			1o.	DF	Aadf	8-may-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
409		29:34.44	Sergio Pedraza González		16-nov-81	2o.	MEX	EMPP	14-mar-08	Relevos TEC Monterrey, Nuevo León
410		29:34.64	Rodolfo Gomez Orozco			1o.		México	15-jul-78	XIII Juegos Centroamericanos y del Caribe, Medellín, Colombia
411		29:35.0	Juan Máximo Martínez			4o.		México	1968	XIX Juegos Olímpicos, México, DF
412		29:35.35	Alejandro Suárez Velázquez			2o.	QRO	Queretaro	22-jun-08	88o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
413		29:35.4	Dionicio Cerón Bizarro			1o.	MEX	Estado de México	19-oct-90	Selectivo para Juegos Centroamericanos, CDOM, México, DF
414		29:35.40	Faustino Reynoso Hernández				DF	México	10-jul-95	Mc Gill International Track & Field, Montreal, Canada
415		29:35.78	Erick Israel Pérez Huerta		17-nov-83	3o.	IMSS	IMSS	14-mar-08	Relevos TEC Monterrey, Nuevo León
416		29:35.85	Martín Pitayo Martínez			4o.		América	4-oct-85	4a. Copa Mundial de Atletismo, Canberra, Australia
417		29:36.14	José Luis Chuela			6o.		México	1987	X Juegos Panamericanos, Indianapolis, USA
418	107	29:36.24	Andrés Mendoza López		9-oct-79	5o.	MEX	Estado De Mexico	23-ago-02	82o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
419	108	29:36.29	Martín Rojas Campanur			6o.	MICH	Michoacan	23-ago-02	82o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
420		29:36.51	Jonnatán Morales Serrano	INV		14o.	DF	México	19-abr-02	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
421		29:36.58	Alejandro Salvador Cruz			24o.		México	24-ago-99	Campeonato Mundial de Atletismo, Sevilla, España
422		29:36.61	Miguel Angel Hernandez Rubio			4o.	ZAC	JMO	14-mar-08	Relevos TEC Monterrey, Nuevo León
423		29:36.89	Pablo Olmedo			31o.	MEX	México	29-abr-07	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
424	109	29:37.0	Héctor Pérez				DF		1990	San Francisco, California, USA
425		29:37.08	Eduardo Rojas Puga			1o.	MEX	México	5-jul-03	XIX Campeonato Centroamericano y del Caribe de Atletismo, St.Georges, Granada
426	110	29:37.09	José Ernani Palalia Ramírez	Sección 2	12-mar-72	2o.	PUE	México	5-jun-04	Canadian Championships, Harry Jerome, Burnaby, Canada
427		29:37.25	Ismael Apolo Mondragón Escalona	Open A	10-nov-88	4o.	DF	México	18-abr-13	MT SAC Relays, Walnut, California, USA
428		29:37.72	Juan Carlos Romero			2o.	ZAC	México	4-jun-06	Lafarge Abbotsford Int.Track Classic, Abbotsford, Canada
429		29:37.78	Carlos Cordero Gómez			3o.	GTO	Guanajuato	22-jun-08	88o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
430		29:38.05	David Galván Martínez			21o.	COAH	México	20-ago-04	XXVIII Juegos Olímpicos, Atenas, Grecia



FEDERACION MEXICANA DE ASOCIACIONES DE ATLETISMO, AC
DIRECCION TECNICA
RANKING MEXICANO DE TODOS LOS TIEMPOS

431	111	29:38.07	Hector Hernandez			28o.	BC	Western State		19-abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
432		29:38.31	Julio Cesar Perez Morales			1o.	PUE	México		14-jul-07	I Campeonato NACAC de Atletismo, San Salvador, El Salvador
433		29:38.33	Julio Cesar Perez Morales			2o.	PUE	Puebla		27-may-07	87o. Campeonato Nacional de 10,000m, León, Guanajuato
434		29:38.40	Isaac Gómez Sánchez			7o.	QRO	Querétaro		23-ago-02	82o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
435	112	29:38.5	Gerardo Miranda					Rodolfo Gómez		27-abr-85	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
436		29:38.75	Francisco Bautista Cuamatzi		17-sep-72	6o.	TLAX	México		10-jun-07	Lafarge Abbotsford International Track Classic, Abbotsford, Canada
437		29:38:38	Juan Carlos Romero Bernal			16o.	ZAC	México		28-ago-11	XIII Campeonato Mundial de Atletismo, Daegu, Korea
438		29:39.56	Edher Cortés Martínez	"B"	21-mar-82	3o.	DF	México	Gutiérrez/Bravo	1-jun-02	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
439		29:39.7	Francisco Bautista Cuamatzi			2o.	TLAX	Tlaxcala	Luis Ordoñez	11-jul-03	83o. Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, NL
440		29:39.97	Daviano Aviles Sanchez	U/O		1o.		México		16-abr-99	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
441		29:40.08	David Galván Martínez			1o.	MEX	México		27-jul-06	XX Juegos Centroamericanos y del Caribe, Cartagena, Colombia
442		29:40.4	Benjamín Paredes Martínez +40			3o.	MEX	Edo Mexico	Rodolfo Gómez	11-jul-03	83o. Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, NL
443		29:40.45	Erick Israel Pérez Huerta	F/R		2o.	IMSS	Mn-21		12-mar-10	LVII Relevos TEC 2010, Monterrey, Nuevo León
444		29:40.53	Jesus Herrera			3o.		México		20-sep-85	III Copa de las Americas, San Juan, Puerto Rico
445	113	29:40.6	Mario Pérez Saldivar					SOP		23-abr-71	Xalapa, Veracruz
446	114	29:40.75	Marcos Villasusano					MEX	Estado de México	9-jul-95	75o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
447		29:40.83	José Antonio Uribe Marino	Section 2	3-ene-86	21o.	MEX	México	Wanda Panfil	4-may-14	Payton Jordan Invitational, Stanford, California, USA
448		29:41.00	Juan Carlos Romero Bernal			2o.	ZAC	México		27-oct-11	XVI Juegos Panamericanos, Guadalajara, Jalisco
449		29:41.31	Pablo Olmedo			4o.	MEX	México	Rafael Martínez	7-ago-03	XIV Juegos Panamericanos, Santo Domingo, Rep.Dominicana
450	115	29:41.33	Jose Guadalupe Mireles Flores	Open	27-dic-88	2o.	DF	México		14-abr-11	Mt.SAC Relays, Walnut, California, USA
451		29:41.36	Francisco Bautista Cuamatzi			2o.	TLAX	México		28-may-03	Copa Cuba de Atletismo, Cuba
452		29:41.47	Rafael Sánchez			1o.	MEX	Estado DE Mexico		4-jul-04	84o. Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
453		29:41.55	Teodoro Vega Morales	INV	14-jul-76	15o.	MEX	México		14-abr-06	Mt.SAC Relays, Walnut, California, USA
454		29:41.83	Rodolfo Gomez Orozco			6o.		México		1983	IX Juegos Panamericanos, Caracas, Venezuela
455	116	29:42.00	Juan Carlos Chávez Chávez			1o.	GTO	ENEF		14-abr-97	Universiada Nacional, Monterrey, Nuevo León
456		29:42.05	David Galvan Martínez			4o.	COAH	Coahuila		22-jun-08	88o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
457	117	29:42.05	Giovanni Gonzalez Popoca	Open	4-dic-82	3o.	DF	México		14-abr-11	Mt.SAC Relays, Walnut, California, USA
458	118	29:42.23	Mario Macias Raygoza		20-dic-80	32o.	ZAC	México		29-abr-07	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
459		29:42.40	Julio César Valle Vazquez			1o.	PUE	Puebla		2-jul-99	79o. Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, NL.
460		29:42.65	Isaac Garcia Robles			30o.	JAL	México		19-abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
461	119	29:42.68	Isidoro Martínez Martínez		16-feb-75	1o.	TAMPS	Seleccion Tamaulipas		13-abr-02	Encuentro Atletico Relevos Tec, Monterrey, NL
462		29:43.2	Andres Espinosa Pérez			4o.	COAH	Coahuila	Rodolfo Gómez	11-jul-03	83o. Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, NL
463	120	29:43.50	Oscar Mateo Ceron Santos		19-oct-83	1o.	HGO	Paredes Pro		30-abr-11	Encuentro Atlético Misión 2010, Xalapa, Veracruz
464		29:43.65	Alejandro Suárez Velázquez			3o.	QRO	Querétaro		27-may-07	87o. Campeonato Nacional de 10,000m, León, Guanajuato
465		29:43.81	Benjamín Paredes Martínez +40			8o.	MEX	Estado De Mexico		23-ago-02	82o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
466		29:43.9	Jesús Herrera Ortiz					R. Gomez		23-jun-84	64o. Campeonato Nacional de Atletismo, CU, México, DF
467		29:43.94	Julio César Valle Vazquez			2o.	PUE	Puebla		19-jun-98	78o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
468		29:44.0	Gerardo Alcalá García					UNAM		23-jun-84	64o. Campeonato Nacional de Atletismo, CU, México, DF
469	121	29:44.0	Santiago Guzmán Melo		66		MEX	Estado de México		17-abr-92	Mount SAC Relays, Walnut California, USA
470		29:44.16	Marcos Villasusano			1o.		México		1995	XV Campeonato Centroamericano y del Caribe de Atletismo, Guatemala, Guatemala
471		29:44.43	Oscar Reyes Ramírez				DF	UNAM		13-jul-90	70o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
472		29:44.75	Erick Israel Pérez Huerta	Open A	O/U	2o.	DF	México		17-abr-14	MT SAC Relays, Walnut, California, USA
473	122	29:45.00	Raúl Ramírez					UNAM		14-abr-97	Universiada Nacional, Monterrey, Nuevo León
474		29:45.31	Salvador Parra Pineda			4o.		México		16-may-98	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada
475		29:46.07	Isidoro Martínez Martínez			1o.	TAMPS	Inst.Tec.Madero		17-mar-01	XLIX Relevos del Tec. de Monterrey, NL
476		29:46.09	Dionicio Cerón Bizarro			1o.	MEX	México		1990	XVI Juegos Centroamericanos y del Caribe, México, DF
477		29:46.25	Marcelino Crisanto				MEX	Estado de México		3-jul-92	72o. Campeonato Nacional de Atletismo, Monterey, Nuevo León
478		29:46.33	Sergio Pedraza Gonzalez	F/R		2o.	MEX	Secretaria de Marina		21-mar-14	62o. Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León
479		29:46.43	Miguel Angel Hernandez Rubio	F/R		3o.	ZAC	Club Zatopek		21-mar-14	62o. Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León
480		29:46.47	Marco Tardelly Flores Partida			5o.	SLP	San Luis Potosí		22-jun-08	88o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
481	123	29:46.50	Horacio Salgado					MICH	Michoacán	3-jul-92	72o. Campeonato Nacional de Atletismo, Monterey, Nuevo León
482		29:46.50	Martín Rojas Campanur					MICH	T. Mor	14-abr-97	Universiada Nacional, Monterrey, Nuevo León
483		29:46.62	Rafael Zepeda			1o.		México		1987	XI Campeonato Centroamericano y del Caribe, Caracas, Venezuela
484		29:46.7	Pablo Cerón López			2o.	MEX	E.MEX		19-oct-90	Selectivo para Juegos Centroamericanos, CDOM, México, DF
485		29:46.72	David Galindo Ortiz			1o.	MEX	México		1995	VIII Campeonato Panamericano Juvenil, Santiago de Chile
486		29:47.29	Marcelino Crisanto					MEX	Estado de México	5-ago-94	74o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
487		29:47.44	Juan Gualberto Vargas Sánchez		12-jul-77	1o.	GTO	Guanajuato		10-jun-06	86o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
488		29:47.66	Alejandro Arroyo Yamin		26-sep-91	4o.	GTO	Princeton	Federico Villanueva	4-may-13	Ivy League Outdoor Track & Field Championships, Princeton, NJ, USA
489		29:48.00	Miguel Angel Hernandez Rubio	Open A		9o.	ZAC	México	Ramon Diaz	18-abr-13	MT SAC Relays, Walnut, California, USA
490		29:48.07	Jonnatan Morales Serrano		22-ene-80	10o.	DF	México		16-ago-05	XXII Universiada Mundial, Izmir, Turquia
491		29:48.1	Francisco Mondragon Caballero			5o.	MEX	Edo Mexico	Rodolfo Gómez	11-jul-03	83o. Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, NL
492		29:48.37	Marco Tardelly Flores Partida		25-abr-80	2o.	DF	Distrito Federal	A.Gutiérrez / A.Bravo	4-jul-04	84o. Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
493		29:48.46	Procopio Franco Hernández			2o.	MEX	Asoc. Edo. De Méx.		17-mar-01	XLIX Relevos del Tec. de Monterrey, NL



FEDERACION MEXICANA DE ASOCIACIONES DE ATLETISMO, AC
DIRECCION TECNICA
RANKING MEXICANO DE TODOS LOS TIEMPOS

494	29:48.46	José Alberto Madera Vega	Open A	100.	MEX-USA	San Francisco	18-abr-13	MT SAC Relays, Walnut, California, USA	
495	29:48.73	Erick Israel Perez Huerta		60.	DF	Equipo Mn-21	11-mar-11	LIX Relevos TEC de Monterrey, Nuevo León	
496	29:49.12	Edson Ramirez		75	MEX	Estado de México	15-abr-94	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA	
497	29:49.72	Armando Quintanilla		70.	SLP	San Luis Potosí	20-nov-01	Carrera Tv Azteca Powerade, México, DF	
498	29:49.75	Jonnatan Morales Serrano	H1	50.		México	5-jun-99	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada	
499	29:50.34	Dionicio Cerón Bizarro		10.	MEX	NIKE	20-mar-94	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF	
500	29:50.7	Benedicto Nuñez Jiménez			DF	Ejército	68o. Campeonato Nacional de Atletismo, Ciudad Victoria, Tamaulipas		
501	29:50.70	Horacio Cabrera		60	DF	DF	3-jul-92	72o. Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León	
502	29:51.09	Pablo Castillo			DF	Ejército	13-jul-90	70o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas	
503	29:51.1	Jesús Herrera Ortíz		10.	DF	México	1988	III Campeonato Iberoamericano de Atletismo, México, DF	
504	29:51.25	Julio César Valle Vazquez		30.	PUE	Puebla	4-jul-04	84o. Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León	
505	29:51.77	Marco Antonio Venancio Mancilla	Invitational	21o.	BC	Cocordia California	13-abr-07	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA	
506	29:51.88	Edilberto Mendez Hernández		24-feb-83	10.	TLAX	Tlaxcala	25-ago-01	Evento Atletico Tecnologico "Prof. Gonzalo Troncoso", Durango
507	29:52.0	Marcos Barreto		30.	MEX	E.MEX	19-oct-90	Selectivo para Juegos Centroamericanos, CDOM, México, DF	
508	29:52.03	Margarito Zamora	Heat 2	15o.		México	3-ago-97	VI Campeonato Mundial de Atletismo, Atenas, Grecia	
509	29:52.20	Santos Ortega Rosario			MEX	Estado de México	9-jul-95	75o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas	
510	29:52.23	Oscar Mateo Cerón Santos		10.	HGO	México	17-abr-14	MT SAC Relays, Walnut, California, USA	
511	29:52.34	Alberto Tello Luna			DF	DF	9-jul-95	75o. Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas	
512	29:52.47	Jonnatan Morales Serrano		10.	DF	Distrito Federal	14-may-05	Encuentro Atlético Xalapa 2005, Xalapa, Veracruz	
513	29:52.59	Isaac Garcia Robles		20.		México	1991	XIII Campeonato Centroamericano y del Caribe, Xalapa, Veracruz	
514	29:52.7	Sergio Jiménez Cancino		30.		ROD. GOMEZ	21-mar-99	Selectivo para Mount Sac, Xalapa, Veracruz	
515	29:53.0	Gabino Apolonio Oro		20.	MEX	Estado De Mexico	20-nov-02	Carrera TV Azteca, México, DF	
516	29:53.1	Martín Mondragón Avila		40.	MEX		19-oct-90	Selectivo para Juegos Centroamericanos, CDOM, México, DF	
517	29:53.2	Vicente Méndez				UNAM	27-abr-85	Mount SAC Relays, Walnut California, USA	
518	29:53.40	Julio César Valle Vazquez		20.		México	15-ago-98	XVIII Juegos Centroamericanos y del Caribe, Maracaibo, Venezuela	
519	29:53.6	José Gómez				México	1980	XXII Juegos Olímpicos, Moscu, URSS	
520	29:53.83	Marco Tardelly Flores Partida		25-abr-80	10.	DF	SECTOR 7 AZCAPOTZALCO	12-mar-06	Relevos TEC, Monterrey, NL
521	29:54.0	Jesus Primo Capula Torres		10.	MEX	Estado de México	13-jul-00	80o. Campeonato Nacional de Atletismo, Boca del Río, Veracruz	
522	29:54.0	Carlos Cordero Gomez		60.	GTO	Guanajuato	30-jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato	
523	29:54.10	Sergio Pedraza González		16-nov-81	20.	IPN	I.P.N.	12-mar-06	Relevos TEC, Monterrey, NL
524	29:54.36	Jonathan Castañeda		20.	PUE	Talentos Puebla	8-may-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz	
525	29:54.40	Juan Carlos Chávez			GTO	Guanajuato	5-ago-94	74o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz	
526	29:54.53	Jonnatan Morales Serrano	Final "B"	40.	DF	México	3-jun-00	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada	
527	29:54.77	Jesús Armando Torres Barrón		10.	GTO	Guanajuato	10-may-08	Encuentro Fidelidad MEXVI 2008, Xalapa, Veracruz	
528	29:55.0	Erick Israel Perez Huerta		70.	IMSS	IMSS	30-jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato	
529	29:55.15	Juan Carlos Romero Bernal		15-dic-77	10.	ZAC	Zacatecas	21-jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
530	29:55.34	Víctor Rodríguez Frausto		20.		México	1995	XV Campeonato Centroamericano y del Caribe de Atletismo, Guatemala, Guatemala	
531	29:55.40	Héctor Rodríguez			DF		5-ago-94	74o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz	
532	29:55.51	Sergio Pedraza Gonzalez		16-nov-81	20.	MEX	Estado de México	21-jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
533	29:55.51	Juan Carlos Carera Casas		22-ene-88	60.	QRO	Queretaro	31-ago-14	Campeonato Nacional de Atletismo de 1a.Fuerza, Xalapa, Veracruz
534	29:55.74	Sergio Jiménez Cancino		10.		Puebla		Nacional de Nuevos Valores, Xalapa	
535	29:55.88	Jose Antonio Uribe Marino		20.	MEX	Wanda Panfil	30-abr-11	Encuentro Atlético Misión 2010, Xalapa, Veracruz	
536	29:56.15	Edilberto Mendez Hernández		24-feb-83	50.	TLAX	UNIV AUT DE TLAXCALA	10-abr-05	Relevos TEC, ITESM, Monterrey, NL
537	29:56.2	Francisco Mondragon Caballero		40.		German Silva	21-mar-99	Selectivo para Mount Sac, Xalapa, Veracruz	
538	29:56.3	Jesús Herrera Ortíz		10.		México	1985	X Campeonato Centroamericano y del Caribe, Nassau, Bahamas	
539	29:56.40	Isaul Hernandez Escalante		11-jul-86	50.	ZAC	JMO	14-mar-08	Relevos TEC Monterrey, Nuevo León
540	29:56.6	Pedro Miranda		20.		México	1973	IV Campeonato Centroamericano y del Caribe, Maracaibo, Venezuela	
541	29:57.0	Pablo Olmedo		40.	MEX	Estado de México	27-may-07	87o. Campeonato Nacional de 10,000m, León, Guanajuato	
542	29:57.26	Pablo Castillo			DF	Ejército	20-abr-91	Mount SAC Relays, Walnut California, USA	
543	29:58.2	Luis Manuel Haro Flores		21-jun-49	30.		México	1973	IV Campeonato Centroamericano y del Caribe, Maracaibo, Venezuela
544	29:58.2	Martín Pitayo Martínez		20.		México	1985	X Campeonato Centroamericano y del Caribe, Nassau, Bahamas	
545	29:58.5	Marcelino Crisanto			MEX	Estado de México	5-jul-91	71o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz	
546	29:58.55	José Ernani Palalia Ramírez		80.	PUE	México	7-jun-03	Harry Jerome Classic, Burnaby, BC, Canada	
547	29:58.57	Daniel de Jesus Vargas Sanchez		30.	GTO	Guanajuato	21-jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco	
548	29:58.79	Margarito Zamora			DF	Rodolfo Gómez	5-ago-94	74o. Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz	
549	29:58.90	Jupiter Carrera Casas	F/R	16-ene-94	40.	QRO	Asociación Queretán Ivan C. Carera Casas	21-mar-14	62o. Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León
550	29:59.0	Julio Cesar Valle Vazquez		20.	PUE	Puebla	13-jul-00	80o. Campeonato Nacional de Atletismo, Boca del Río, Veracruz	
551	29:59.0	Teodoro Vega Morales		30.	MEX	Estado De Mexico	20-nov-02	Carrera TV Azteca, México, DF	
552	29:59.00	David Galindo Ortiz		10.	MEX	México	1996	XII Campeonato Centroamericano Juvenil de Atletismo, El Salvador, San Salvador	
553	29:59.15	Oscar Mateo Cerón Santos		19-oct-83	60.	HGO	EMPP	14-mar-08	Relevos TEC Monterrey, Nuevo León
554	29:59.15	Sergio Pedraza Gonzalez		30.	MEX	Ejercito Mexicano	8-may-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz	
555	29:59.29	Alejandro Suárez Velázquez		80.	QRO	Queretaro	20-nov-01	Carrera Tv Azteca Powerade, México, DF	
556	29:59.45	José Antonio Uribe Marino		3-ene-86	20.	MEX	Estado de Mexico	30-may-15	63o. Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León



FEDERACION MEXICANA DE ASOCIACIONES DE ATLETISMO, AC
DIRECCION TECNICA
RANKING MEXICANO DE TODOS LOS TIEMPOS

557		29:59.75	Procopio Franco Hernández
558		30:00.0	Salvador Parra Pineda
559	140	30:00.0	Enrique Montiel Piña
560		30:00.0	Jonnatán Morales Serrano

2o.	MEX	Caballero Jaguar	Bernardo García
	UNAM		
3o.	PUE	Puebla	
4o.	DF	Distrito Federal	

13-abr-02	Encuentro Atletico Relevos Tec, Monterrey, NL
8-jul-88	68o. Campeonato Nacional de Atletismo, Ciudad Victoria, Tamaulipas
13-jul-00	80o. Campeonato Nacional de Atletismo, Boca del Río, Veracruz
20-nov-02	Carrera TV Azteca, México, DF