



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

**10,000 Metros Planos FEMENIL (Sub 38:00.00 - Todos los Tiempos) Actualizado al 31 de diciembre del 2013**

<b>Récord Mexicano :</b>	<b>Adriana Fernández Miranda</b>	31:10.12	4-Abr-71	1o.	DF	México	Rodolfo Gómez	1-Jul-00	New Balance Maine Distance Festival, Brunswick, Maine, USA
<b>Récord Campeonato Nacional :</b>	<b>Madai Pérez Carrillo</b>	32:59.70	2-Feb-80	1o.	TLAX	Tlaxcala	Rafael Martínez	12-Jul-03	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, NL
<b>Récord Mex.Juv.Sub 23:</b>	<b>Madai Pérez Carrillo</b>	32:22.99	2-Feb-80	2o.	TLAX	Tlaxcala	Luis Ordoñez	17-Abr-99	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
<b>Récord Camp.Nal.Sub 23:</b>	<b>Diana Cisneros Hernández</b>	35:40.88	23-May-89	1o.	ZAC	Zacatecas	Jorge Marquez	18-May-11	Olimpiada Nacional, Mérida, Yucatán
<b>Récord Mex.Juv.Sub 20:</b>	<b>Madai Pérez Carrillo</b>	32:22.99	2-Feb-80	2o.	TLAX	Tlaxcala	Luis Ordoñez	17-Abr-99	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA

Nº.	RKG.	MARCA	ATLETA	HEAT	CATEG.	FECHA DE NAC.	POS.	ASOC.	EQUIPO	ENTRENADOR	FECHA	EVENTO
1	1	31:10.12	<b>Adriana Fernández Miranda (RM)</b>			4-Abr-71	1o.	DF	México	Rodolfo Gómez	01-Jul-00	New Balance Maine Distance Festival, Brunswick, Maine, USA
2		31:13.75	Adriana Fernández Miranda				1o.	DF	México		02-May-03	Cardinal Invitational, Stanford, Cal, USA
3	2	31:25.33	<b>Dulce Ma.Rodríguez de la Cruz</b>			14-Ago-72	4o.	MEX	México	Rubén Escobar	01-May-05	Cardinal Invitational, Stanford, Cal, USA
4	3	31:30.23	<b>Madai Pérez Carrillo</b>	Section 1		2-Feb-80	6o.	TLAX	México		04-May-08	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
5		31:39.20	Dulce Ma.Rodríguez de la Cruz	Section 1			10o.	MEX	México		04-May-08	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
6	4	31:46.43	<b>Marisol Guadalupe Romero Rosales</b>		Invitacional	26-Nov-83	5o.	MEX	México	Martín Nuñez	28-Abr-13	Payton Jordan Invitational, Stanford, California, USA
7		31:53.36	Adriana Fernández Miranda (RM)				1o.	DF	México		18-Abr-96	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
8	5	31:56.61	<b>Nora Leticia Rocha de la Cruz</b>			18-Dic-67	5o.	COAH	México		29-Abr-07	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
9		31:57.04	Dulce Ma.Rodríguez de la Cruz				7o.	MEX	México		29-Abr-07	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
10		32:02.32	Adriana Fernández Miranda				1o.	DF	México		10-Jun-07	Lafarge Abbotsford International Track Classic, Abbotsford, Canada
11		32:07.69	Adriana Fernández Miranda	Section 1			11o.	DF	México		04-May-08	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
12		32:08.82	Nora Leticia Rocha de la Cruz				1o.	COAH	México		03-Jun-00	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
13	6	32:09.6	<b>Olga Avalos Tesillo (RM)</b>			63	1o.	DGO	México		17-Abr-92	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
14		32:11.53	Adriana Fernández Miranda				2o.	DF	México		03-Jun-00	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
15		32:16.36	Marisol Guadalupe Romero Rosales				11o.	MEX	México		11-Ago-13	Campeonato Mundial de Atletismo, Moscú, Rusia
16		32:16.98	Nora Leticia Rocha de la Cruz				2o.	COAH	México		08-Jul-00	Reunión Nacional de Fondo, Barakaldo, España
17		32:18.19	Adriana Fernández Miranda				2o.	DF	México	Rodolfo Gómez	01-Jun-02	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
18		32:19.58	Dulce Ma.Rodríguez de la Cruz				1o.	MEX	México		30-Abr-06	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California
19		32:20.50	Nora Leticia Rocha de la Cruz					COAH	Rodolfo Gómez		05-Ago-97	Campeonato Mundial de Atletismo, Atenas, Grecia
20		32:20.60	Nora Leticia Rocha de la Cruz				1o.	México			20-May-97	Victoria Internacional, Victoria, Canada
21		32:22.09	Madai Pérez Carrillo				3o.	TLAX	México		30-Abr-06	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California
22		<b>32:22.99</b>	<b>Madai Pérez Carrillo (RMJ)</b>		INV		2o.	TLAX	México		17-Abr-99	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
23		32:24.57	Nora Leticia Rocha de la Cruz				8o.	México			18-Abr-96	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
24		32:26.37	Dulce Ma.Rodríguez de la Cruz				9o.	MEX	México	Rubén Escobar	30-Abr-04	Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
25		32:27.91	Madai Pérez Carrillo	Section 1		2-Feb-80	15o.	TLAX	México	Odilon Cuahutle	29-Abr-12	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
26	7	32:28.66	<b>Margarita Tapia García</b>			16-Nov-76	1o.	DF	México	Rodolfo Gómez	05-Jun-04	Canadian Championships, Harry Jerome, Burnaby, Canada
27		32:29.46	Nora Leticia Rocha de la Cruz				11o.	México			03-Jul-99	Meeting Gaz de France/St Denis, Francia
28		32:29.57	Adriana Fernández Miranda				23o.	DF	México	Rodolfo Gómez	27-Ago-04	Juegos Olímpicos, Atenas, Grecia
29		32:30.68	Margarita Tapia García				1o.	DQ	DF	México	19-Abr-02	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
30	8	32:32.40	<b>Ma. Luisa Servín Ortiz</b>			25-Ago-62	1o.				31-May-92	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
31		32:32.51	Olga Avalos				14o.	DGO	México		21-Ago-93	Campeonato Mundial de Atletismo, Stuttgart, Alemania
32		32:34.43	Nora Leticia Rocha de la Cruz				1o.	México			05-Jun-99	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
33		32:34.58	Nora Leticia Rocha de la Cruz				11o.	COAH	Rodolfo Gómez		05-Ago-97	Campeonato Mundial de Atletismo, Atenas, Grecia
34		32:35.17	Nora Leticia Rocha de la Cruz				2o.	COAH	México		19-Abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
35		32:35.72	Ma. Luisa Servín (RM)					DF	UNAM		21-Abr-90	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
36	9	32:36.98	<b>Ma. Elena Valencia Jiménez</b>	Section 1		25-May-83	16o.	DF	México		04-May-08	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
37		32:39.05	Adriana Fernández Miranda				1o.	México			13-Jul-99	International de Demin Fond, Quebec, Canada
38		32:39.60	Adriana Fernández Miranda				2o.	México			05-Jun-99	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
39	10	32:39.70	<b>Ma. Isabel Juárez Capilla</b>			10-Sep-66	3o.	TLAX	Tlaxcala		30-May-93	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
40		32:40.58	Ma.Elena Valencia Jiménez		Invitacional		1o.	DF	México		13-Abr-07	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
41	11	32:42.6	<b>Ma. del Carmen Díaz Mancilla (RM)</b>			15-Jul-70	2o.				20-Abr-91	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
42		32:43.43	Olga Avalos	Heat 1			10o.		México		19-Ago-93	Campeonato Mundial de Atletismo, Stuttgart, Alemania
43		32:45.05	Marisol Guadalupe Romero Rosales	Section 1		26-Nov-83	12o.	MEX	México	Martín Nuñez	01-May-11	Payton Jordan Invitational, Stanford, California
44	12	32:46.9	<b>Santa Velázquez Velasco (RM)</b>			2-Nov-66	2o.	DF	Rodolfo Gómez		22-Abr-89	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
45		32:46.96	Nora Leticia Rocha de la Cruz					MEX	México		14-Abr-95	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
46		32:47.25	Dulce Ma.Rodríguez de la Cruz				15o.	MEX	México		12-Jun-08	Zlata Tetra Golden Spike, Ostarav, República Checa
47	13	32:47.31	<b>Zoila Gómez Solís</b>			7-Jun-79	4o.	MX-US	Mexicamericana		19-Abr-02	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
48		32:48.95	Isabel Juárez Capilla				3o.	México			05-Jun-99	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
49		32:50.89	Madai Pérez Carrillo		Invitacional		1o.	TLAX	México	Odilón Cuahutle	17-Abr-03	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
50		32:53.73	Ma. Del Carmen Díaz					E.MEX	Águilas		16-Abr-93	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
51		32:54.63	Olga Avalos	Heat 2			16o.	México			27-Ago-91	Campeonato Mundial de Atletismo, Tokyo,Japón
52		32:55.51	Nora Leticia Rocha de la Cruz				3o.	COAH	México	Rodolfo Gómez	01-Jun-02	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
53		<b>32:55.70</b>	<b>Madai Pérez Carrillo</b>				4o.	México			05-Jun-99	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
54		32:55:10	Isabel Juárez Capilla		INV		9o.	TLAX	México		14-Abr-00	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
55		32:56.51	Nora Leticia Rocha de la Cruz				1o.	México			28-Jul-99	Juegos Panamericanos, Winnipeg '99
56		32:56.75	Dulce Ma.Rodríguez de la Cruz				2o.	MEX	México		23-Jul-07	Juegos Panamericanos, Rio de Janeiro, Brasil
57	14	32:57.3	<b>Paola Cabrera Palafox</b>			17-Jul-72	7o.				20-Abr-91	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
58		32:57.59	Margarita Tapia García				4o.	DF	México	Rodolfo Gómez	01-Jun-02	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
59		32:58.04	Dulce Ma.Rodríguez de la Cruz				27o.	MEX	México		15-Ago-08	Juegos Olímpicos, Beijing, China
60		32:58.16	Marisol Guadalupe Romero Rosales	Section 1		26-Nov-83	23o.	MEX	México	Martín Nuñez	29-Abr-12	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
61		32:59.70	Madai Perez Carrillo (RTN)				1o.	TLAX	Tlaxcala		12-Jul-03	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
62		33:02.40	Paola Cabrera Palafox				8o.		Rodolfo Gómez		19-Abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
63	15	33:02.78	<b>Lucia Mendiola Alvarado</b>			30-Dic-68	6o.	MEX	México		14-Abr-95	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
64	16	33:04.05	<b>Benita Pérez García</b>			66	8o.	MEX	México		14-Abr-95	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
65		33:04.73	Dulce Ma.Rodríguez de la Cruz				24o.	MEX	México		06-Ago-05	Campeonato Mundial de Atletismo, Helsinki, Finlandia
66	17	33:04.98	<b>América Mateos Guzmán</b>			20-Dic-71	5o.	DF	México		03-Jun-00	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
67		33:05.00	Maria Luisa Servín					MEX	México		14-Abr-95	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA



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

68	18	33:05.8	<b>Lucia del Carmen Rendón Vallejo</b>		25-Jun-69	8o.	E.MEX	Estado de México		17-Abr-92	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
69		33:06.51	Santa Velázquez Velasco			10o.		México		18-Abr-96	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
70		33:06.66	Adriana Fernández Miranda				MEX	México		14-Abr-95	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
71	19	33:06.8	<b>Sonia Betancourt Salinas</b>		26-Oct-68		DF	Estrellas		17-Abr-92	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
72		33:07.09	Nora Leticia Rocha de la Cruz	Heat 1		1o.		México		02-Ago-97	Campeonato Mundial de Atletismo, Atenas, Grecia
73		33:09.00	Adriana Fernández Miranda				DF	Rodolfo Gómez		03-May-97	Osaka, Osaka, Japón
74		33:09.07	Margarita Tapia García			6o.		México		05-Jun-99	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
75	20	33:11.8	<b>Martha Jiménez (RM)</b>		19-Ene-65	7o.	UNM	México		23-Abr-88	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
76		33:12.66	Isabel Juárez Capilla			7o.	TLAX	México		03-Jun-00	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
77		33:13.70	Ma. Luisa Servín	Heat 1		22o.		México		27-Ago-91	Campeonato Mundial de Atletismo, Tokyo, Japón
78		33:14.94	Maricarmen Díaz				E.MEX	Estado de México		17-Mar-95	Juegos Panamericanos, Mar del Plata, Argentina
79		33:16.05	Adriana Fernández Miranda			1o.	DF	México		08-Ago-03	Juegos Panamericanos, Santo Domingo, Rep.Dominicana
80		33:16.6	Ma. del Carmen Díaz Mancilla			1o.	MEX	Estado de México		04-Feb-95	Selectivo a Juegos Panamericanos de Mar del Plata, Monterrey, NL
81	21	33:17.16	<b>María Guadalupe Loma Cruz</b>				QRO	Querétaro		15-Abr-94	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
82		33:17.94	Isabel Juárez Capilla	Heat 2		13o.		México		19-Ago-93	Campeonato Mundial de Atletismo, Stuttgart, Alemania
83	22	33:18.61	<b>Kathya Mirelle García Barrios</b>	Section 2	3-Dic-87	6o.	MEX	UTEP		01-May-11	Payton Jordan Invitational, Stanford, California
84		33:19.0	Ma.Luisa Servín			2o.				04-Feb-95	Selectivo a Juegos Panamericanos de Mar del Plata, Monterrey, NL
85		33:19.71	Nora Leticia Rocha de la Cruz			8o.	COAH	México		30-Abr-06	Payton Jordan Cardinal Invitational, Stanford, California
86		33:20.15	Dulce Ma. Rodríguez de la Cruz	Section 1		16o.	MEX	México	Ruben Escobar	01-May-11	Payton Jordan Invitational, Stanford, California
87	23	33:23.6	<b>Genoveva Domínguez (RM)</b>		31-Oct-69	6o.				27-Abr-86	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
88		33:23.94	Sonia Betancourt Salinas				DF	Estrellas		16-Abr-93	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
89		33:24.59	Zoila Gómez			20o.	SLP	Adams State	Damont Martin	30-Abr-04	Cardinal Invitational, Stanford, California, USA
90		33:26.12	Ma. Del Carmen Díaz				E.MEX	Águilas		03-Ago-90	J.AMIST, Seattle, W.
91		33:26.61	Lucía Rendón Vallejo				E.MEX	Naucalpan		16-Abr-93	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
92		33:26.98	Kathya Mirelle García Barrios	Invitational	3-Dic-87	1o.	MEX	México	Benjamin Paredes	18-Abr-13	MT SAC Relays, Walnut, California, USA
93		33:28.13	Paola Cabrera Palafox				DF	NEMER'S		29-Jun-94	Montreal, Canadá
94		33:28.18	Marisol Guadalupe Romero Rosales			12o.	MEX	México	Martín Nuñez	01-May-10	Payton Jordan Invitational, Stanford, California
95		33:28.47	Isabel Juárez Capilla			20o.		México		21-Ago-93	Campeonato Mundial de Atletismo, Stuttgart, Alemania
96		33:28.48	Ma.Elena Valencia Jiménez			1o.	DF	Distrito Federal		27-May-07	Campeonato Nacional de 10,000m, León, Guanajuato
97	24	33:30.84	<b>Karina Pérez Delgado</b>	O/D	4-Oct-82	1o.	TLAX	México	Luis Ordoñez	15-Abr-10	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
98		33:32.20	Zoila Gómez			4o.	SLP	Adams State	Damont Martin	15-Abr-05	Mt. SAC Relays, Walnut, California, USA
99		33:32.78	Nora Leticia Rocha de la Cruz			14o.	COAH	México	Rodolfo Gómez	01-May-10	Payton Jordan Invitational, Stanford, California
100		33:33.72	Nora Leticia Rocha de la Cruz			4o.	COAH	México		23-Jul-07	Juegos Panamericanos, Rio de Janeiro, Brasil
101		33:34.1	Genoveva Domínguez				DF	Rodolfo Gómez		23-Abr-88	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
102		33:34.7	Ma. Luisa Servín				UNM	Derecho		23-Abr-88	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
103		33:34.82	Karina Pérez Delgado	Invitational	4-Oct-82	2o.	TLAX	México	Luis Ordoñez	19-Abr-12	MT SAC Relays, Walnut, California, USA
104		33:36.03	Karina Pérez Delgado			3o.	TLAX	México		10-Jun-07	Lafarge Abbotsford International Track Classic, Abbotsford, Canada
105	25	33:36.09	<b>Angelica Sánchez Ibarra</b>		11-Dic-75	14o.	TLAX	México	Bernardo García	01-May-05	Cardinal Invitational, Stanford, Cal, USA
106		33:37.4	Paola Cabrera Palafox			3o.	HGO	Hidalgo		04-Feb-95	Selectivo a Juegos Panamericanos de Mar del Plata, Monterrey, NL
107		33:37.5	Adriana Fernández Miranda			4o.	DF	Distrito Federal		04-Feb-95	Selectivo a Juegos Panamericanos de Mar del Plata, Monterrey, NL
108	26	33:38.38	<b>Fabiola Fernández Miranda</b>		1-Feb-82	17o.	MEX	México	Rodolfo Gómez	01-May-10	Payton Jordan Invitational, Stanford, California
109		33:40.0	Guadalupe Loma Cruz			5o.	QRO	Querétaro		04-Feb-95	Selectivo a Juegos Panamericanos de Mar del Plata, Monterrey, NL
110		33:40.09	Adriana Fernández Miranda	Heat 2		14o.	DF	México		02-Ago-97	Campeonato Mundial de Atletismo, Atenas, Grecia
111		33:40.20	Margarita Tapia García			2o.	DF	Distrito Federal	Rodolfo Gómez	12-Jul-03	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
112		33:42.18	Paola Cabrera Palafox				DF	NEMER'S		16-Abr-93	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
113		33:45.0	Marisol Guadalupe Romero Rosales			1o.	MEX	Estado de México		30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
114	27	33:45.62	<b>Sara Cedillo Sánchez (RN)</b>		20-Sep-76	1o.	COAH	Coahuila	Carlos Martínez	23-Ago-02	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
115	28	33:45.8	<b>Ana María Mejía Sánchez</b>			6o.	DF	Distrito Federal		04-Feb-95	Selectivo a Juegos Panamericanos de Mar del Plata, Monterrey, NL
116		33:46.24	Ma. Del Carmen Díaz	Heat 2		20o.		México		27-Ago-91	Campeonato Mundial de Atletismo, Tokyo, Japón
117		33:46.25	Madai Pérez Carrillo			2o.	TLAX	Tlaxcala		23-Ago-02	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
118		33:49.37	Paola Cabrera Palafox				DF	Nemer's		19-Jun-92	Montreal, Canadá
119		33:50.9	Olga Avalos Tesillo (RN)			1o.	DGO	Durango		06-Jul-91	Jalapa, Veracruz
120		33:52.95	Paola Cabrera Palafox			19o.		México		18-Abr-96	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
121	29	33:52.95	<b>Emma Cabrera Palafox</b>		5-May-64	19o.				20-Abr-96	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
122		33:53.08	María Guadalupe Loma Cruz			20o.		México		18-Abr-96	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
123	30	33:57.5	<b>Blanca Silvia Jaime</b>		3-Nov-65		E.MEX	S. Miguel		23-Abr-88	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
124	31	33:59.90	<b>Leticia Martínez</b>				GTO	S. Miguel		17-Abr-92	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
125		34:00.08	Ma. Del Carmen Díaz				E.MEX	Águilas		17-Jul-92	Ibero, Sevilla
126		34:01.49	América Mateos Guzmán			1o.	MEX	ESTADO DE MEXICO		10-Abr-05	Relevos TEC, ITESM, Monterrey, NL
127	32	34:02.6	<b>Ma. Luisa Ronquillo</b>		13-Dic-56	13o.				25-Abr-87	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
128	33	34:03.3	<b>Ma. Elena Reyna Díaz</b>		18-Jul-61					22-Abr-89	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
129		34:06.16	Adriana Fernández Miranda			1o.		México		16-Ago-88	Juegos Centroamericanos, Maracaibo, VEN.
130		34:06.8	Nora Leticia Rocha de la Cruz			7o.	COAH	Coahuila		04-Feb-95	Selectivo a Juegos Panamericanos de Mar del Plata, Monterrey, NL
131		34:07.24	Marisol Guadalupe Romero Rosales			1o.	MEX	México		24-Oct-11	Juegos Panamericanos, Guadalajara, Jalisco, México
132	34	34:08.65	<b>Trinidad Galeana Durán</b>		64		E.MEX	Estado de México		16-Abr-93	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
133		34:08.79	Santa Velázquez Velasco				DF	DF		16-Abr-93	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
134	35	34:14.8	<b>Claudia Corona</b>		66		DF	Nemer's		17-Abr-92	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
135		34:15.00	Lucía Rendón Vallejo				E.MEX	Estado de México		07-Jul-95	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
136	36	34:18.19	<b>Susana López Malvaez</b>				MEX	México		14-Abr-95	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
137		34:18.36	Isabel Juárez Capilla				PUÉ			23-Abr-88	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
138	37	34:18.42	<b>Violeta Rene Gómez Mayoral</b>		6-Sep-84	1o.	JAL	México	Omar Argel Gomez	19-Abr-12	MT SAC Relays, Walnut, California, USA
139		34:19.26	Kathya Mirelle García Barrios	Section 1	3-Dic-87	34o.	MEX	UTEP	Paul Ereng	06-Abr-12	Stanford Invitational, Stanford, California, USA
140		34:19.49	Kathya Mirelle García Barrios			1o.	MEX	Benjamin Paredes		23-Mar-13	Selectivo a MT SAC de Medio Fondo y Fondo, Acapulco, Guerrero
141	38	34:22.28	<b>Mayra Sanchez Vidal</b>		6-May-91	2o.	MEX	Estado de México	Martin Sanchez Ponce	23-Mar-13	Selectivo a MT SAC de Medio Fondo y Fondo, Acapulco, Guerrero
142		34:22.83	Ma. Del Carmen Díaz				E.MEX	Estado de México		26-Jun-89	Santa Fe, Argentina
143		34:23.38	Maricarmen Díaz				E.MEX	Águilas		29-Jul-88	Campeonato Mundial Juvenil, Sudbury, Canadá
144		34:23.78	Nora Leticia Rocha de la Cruz	Heat 1		15o.		México		06-Ago-95	Campeonato Mundial de Atletismo, Gotemburgo, Suecia



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

145		34:25.3	Susana López				DF	Nemer's		17-Abr-92	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
146		34:26.16	Adriana Fernández Miranda			10.	DF	Distrito Federal		19-Jun-98	Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
147	39	34:27.11	<b>Adriana Sánchez Ruiz</b>	5-May-73	20.	DF	Distrito Federal			27-May-07	Campeonato Nacional de 10,000m, León, Guanajuato
148		34:27.71	Madai Perez Carrillo		50.	TLAX	México			08-Ago-03	Juegos Panamericanos, Santo Domingo, Rep.Dominicana
149	40	34:27.76	<b>Rosa Ma.Salinas Sánchez</b>		150.	DF				19-Abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
150		34:28.30	Dulce Ma.Rodríguez de la Cruz		10.	MEX	Estado de México	Rubén Escobar		10-Jul-09	Campeonato Nacional de Atletismo, Guanajuato, Guanajuato
151		34:29.0	Karina Pérez Delgado		20.	TLAX	Tlaxcala	Luis Ordoñez		30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
152		34:29.25	Santa Velázquez Velasco		20.	MEX	México			10-May-96	Campeonato Iberoamericano de Atletismo, Medellín, Colombia
153		34:32.76	Violeta Rene Gómez Mayoral	Invitational	6-Sep-84	120.	JAL	México	Omar Argel Gomez	18-Abr-13	MT SAC Relays, Walnut, California, USA
154		34:33.69	Sonia Betancourt Salinas		160.	DF				19-Abr-97	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
155		34:33.99	Margarita Tapia García		150.	DF	México			03-Jun-00	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
156	41	34:34.30	<b>Lourdes López Carmona</b>			CHIH	ITCJ			16-Ago-97	Universiada Nacional, Monterrey, Nuevo León
157		34:35.67	Sara Cedillo Sánchez	Invitational		40.	COAH	México		13-Abr-07	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
158		34:37.03	Isabel Juárez Capilla		20.	TLAX	México			21-May-00	Iberoamericano de Atletismo, Rio de Janeiro, Brasil
159		34:37.05	América Mateos Guzmán		10.	MEX	Estado de México	Carlos Ortega		06-Jul-01	Campeonato Nacional de Atletismo, Morelia, Michoacán
160		34:37.63	Adriana Fernández Miranda		20.	MEX	Estado de México	Rodolfo Gómez		10-Jul-09	Campeonato Nacional de Atletismo, Guanajuato, Guanajuato
161		34:37.71	América Mateos Guzmán		30.	MEX	Estado De Mexico			23-Ago-02	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
162		34:37.84	Nora Leticia Rocha de la Cruz	H1		180.	COAH	México		27-Sep-00	Juegos Olímpicos, Sidney, Australia
163		34:37.85	Madai Perez Carrillo		10.	TLAX	Tlaxcala	Germán Silva		08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
164		34:39.01	Violeta Rene Gómez Mayoral	O/D	6-Sep-84	30.	JAL	México	Luis Ordoñez	15-Abr-10	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
165	42	34:40.0	<b>Petra Guevara Portugues</b>							06-Jul-91	Xalapa
166	43	34:40.82	<b>Karina Lizett Garcia Barrios</b>	Section 2	3-Dic-87	250.	MEX	UTEP	Paul Ereng	06-Abr-12	Stanford Invitational, Stanford, California, USA
167		34:41.10	Paola Cabrera Palafox				DF	Rodolfo Gómez		21-Abr-90	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
168	44	34:42.90	<b>Nora Leticia Jiménez Rocha</b>	Section 2		170.	COAH	C. R. Gomez	Rodolfo Gomez	28-Abr-13	Payton Jordan Invitational, Stanford, California, USA
169		34:42.91	América Mateos Guzmán		10.	MEX	México			20-Jul-01	Campeonato Centroamericano y del Caribe de Atletismo, Guatemala
170		34:43.30	Petra Guevara				DF	Rodolfo Gómez		21-Abr-90	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
171		34:44.73	Angelica Sánchez Ibarra		10.	TLAX	Tlaxcala	Luis Ordoñez		03-Abr-04	Encuentro Atlético Xalapa 2004, Xalapa, Veracruz
172	45	34:45.82	<b>Judith Ramirez Hernández</b>		27-Sep-74	20.	VER	Xalapa Veracruz	Humberto Vargas Cruz	08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
173		34:46.22	Angelica Sánchez Ibarra		10.	TLAX	Tlaxcala			24-Jun-05	Campeonato Nacional de Atletismo, Chihuahua, Chihuahua
174	46	34:47.23	<b>Alicia Rodriguez Saldivar</b>		12-Jun-68	20.	MEX	Edomex		24-Jun-05	Campeonato Nacional de Atletismo, Chihuahua, Chihuahua
175	47	34:47.98	<b>Brenda Eunice Flores Muñoz</b>	Section 1	4-Sep-91	360.	UNAM	Corre, AC	Juan Luis Nemer	06-Abr-12	Stanford Invitational, Stanford, California, USA
176		34:50.00	Sonia Betancourt Salinas				DF	DF		07-Jul-95	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
177		34:52.66	Ma. Elena Valencia Jimenez		20.	MEX	México	Tadeusz Kepka		25-Jul-10	Juegos Centroamericanos y del Caribe, Mayagüez, Puerto Rico
178		34:55.02	Lucía Rendón Vallejo				E.MEX	Estado de México		05-Ago-94	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
179		34:56.46	Ma. Elena Reyna Díaz				E.MEX	Estado de México		16-Abr-93	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
180		34:57.05	Madai Perez Carrillo			30.	TLAX	México		25-Jul-10	Juegos Centroamericanos y del Caribe, Mayagüez, Puerto Rico
181	48	34:57.28	<b>Paula Apolonio Juárez</b>		27-Abr-78	50.	GTO	México		04-May-06	Olimpiada Cubana, La Habana, Cuba
182		34:59.00	Santa Velázquez Velasco				DF	Rodolfo Gómez		28-Oct-90	SELECE, México, DF
183		35:00.29	Lucía Mendiola			20.		Estado de Mexico		19-Jun-98	Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
184	49	35:00.31	<b>Beatriz Stepanny Hernandez Callejas</b>	Open A	8-Nov-88	10.	VER	México	Alejandro Salvador	18-Abr-13	MT SAC Relays, Walnut, California, USA
185	50	35:01.10	<b>Guadalupe Román Miranda</b>		62		E.MEX	A.EFIC		03-Jul-92	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterey, Nuevo León
186		35:01.11	Kathya Mirelle Garcia Barrios			10.	MEX	Estado de México		21-Jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
187		35:02.0	Benita Pérez García			80.	DF	Distrito Federal		04-Feb-95	Selectivo a Juegos Panamericanos de Mar del Plata, Monterrey, NL
188		35:02.0	Ma. Elena Valencia Jiménez			30.	MEX	Estado de México		30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
189	51	35:02.36	<b>Daniela Alejandra Alonso Arreola</b>		4-Ene-81	20.	MICH	Michoacan	Jaime Muñoz	21-Jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
190	52	35:04.70	<b>Karla Guerrero</b>				ZAC	Zacatecas	Leonel Avalos	03-Jul-92	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterey, Nuevo León
191		35:04.85	<b>Mayra Sanchez Vidal</b>			30.	MEX	Estado de México		21-Jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
192	53	35:05.13	<b>Patricia Jardón Garcia</b>		67	50.		México		13-Jul-99	International de Demin Fond, Quebec, Canada
193		35:06.91	Madai Perez Carrillo			10.	TLAX	Tlaxcala		22-May-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
194		35:07.0	Kathya Mirelle Garcia Barrios			40.	MEX	Estado de México		30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
195	54	35:07.72	<b>Gloria Mera Ortiz</b>		13-Abr-74	40.	HGO	Hidalgo		23-Ago-02	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
196	55	35:10.52	<b>Maria Isabel Carreño Luz</b>		62		E.MEX	Estado de México		16-Abr-93	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
197	56	35:12.58	<b>Ma. Dolores Valencia Jiménez</b>		6-Sep-75	30.	DF	Distrito Federal		12-Jul-03	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
198		35:13.94	Karina Lizett Garcia Barrios		3-Dic-87	30.	MEX	UTEP		27-Abr-11	Drake Relays, USA
199	57	35:15.44	<b>Margarita Colin Trejo</b>			40.	QRO	Queretaro	Isidro Rico	12-Jul-03	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
200		35:15.52	Karina Perez Delgado			30.	TLAX	Tlaxcala		27-May-07	Campeonato Nacional de 10,000m, León, Guanajuato
201		35:15.55	Karina Perez Delgado			30.	TLAX	Tlaxcala	Luis Ordoñez	10-Jul-09	Campeonato Nacional de Atletismo, Guanajuato, Guanajuato
202	58	35:15.85	<b>Estela Xolatlenco Atlatenco</b>		12-Sep-76	20.	PUE	Puebla	Carlos Martínez	06-Jul-01	Campeonato Nacional de Atletismo, Morelia, Michoacán
203	59	35:15.90	<b>Araceli Salas</b>				DF	Rodolfo Gómez		28-Jul-89	San Juan, Puerto Rico
204	60	35:16.0	<b>Margarita Hernández Flores</b>		3-Dic-85	50.	MEX	Estado de México		30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
205		35:16.77	América Mateos Guzmán			10.	MEX	Libre		19-Mar-05	Encuentro Atlético Relevos ESEF, México, DF
206	61	35:17.52	<b>Vianey de la Rosa Rojas</b>		4-Ago-86	30.	DF	Wanda Panfil	Wanda Panfil	23-Mar-13	Selectivo a MT SAC de Medio Fondo y Fondo, Acapulco, Guerrero
207		35:17.66	Beatriz Stepanny Hernandez Callejas	Open "B"	8-Nov-88	30.	VER	México	Alejandro Salvador	19-Abr-12	MT SAC Relays, Walnut, California, USA
208	62	35:18.80	<b>Aurelia de Jesús Bernabe</b>		67		DF	Nemer's		03-Jul-92	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterey, Nuevo León
209		35:19.18	Margarita Hernandez Flores	Universitario	3-Dic-85	10.	MEX	Uaemex	José Socorro Neri	28-Abr-12	Universiada Nacional, Xalapa, Veracruz
210		35:19.40	Violeta Rene Gómez Mayoral	U/O		20.	JAL	Mexico Team		16-Abr-09	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
211		35:19.92	Kathya Mirelle Garcia Barrios			10.	MEX	México		6-Jul-13	XXIV Campeonato Centroamericano y del Caribe, Morelia, Michoacán
212	63	35:20.07	<b>Martha Iris Vazquez Becerra</b>		22-Nov-88	10.	AGS	Aguaascalientes	Juan Luis Delgado Durán	16-Mar-12	60o. Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León
213		35:21.11	Violeta Rene Gomez Mayoral	Invite Elite		200.	JAL	México		14-Abr-11	MT.SAC Relays, Walnut, California, USA
214		35:22.72	Nora Leticia Rocha de la Cruz			10.	COAH	Coahuila		22-Jun-08	Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
215		35:23.33	Gloria Mera Ortiz			50.	HGO	Hidalgo	Gildardo Benitez	12-Jul-03	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
216		35:23.66	Martha Iris Vazquez Becerra		22-Nov-88	40.	AGS	Aguaascalientes	Juan Luis Delgado	21-Jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
217		35:24.91	Ma. Elena Valencia Jimenez			20.	MEX	Estado Mexico		22-May-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
218		35:24.13	Madai Pérez Carrillo	INV		290.	TLAX	México		14-Abr-00	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
219	64	35:26.16	<b>Mónica Martell Olguin</b>				DF	UNAM		07-Jul-95	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
220		35:27.63	Lucia Mendiola			20.		México		16-Ago-98	Juegos Centroamericanos, Maracaibo, VEN.
221		35:28.22	Ana María Mejía Sánchez				DF	DF		07-Jul-95	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas



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

222		35:28.81	Vianney de la Rosa Rojas			50.	MEX	Estado de México			21-Jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
223	65	35:31.04	<b>Jessica Patricia Rodríguez Galván</b>	16-Sep-76	10.	GTO	Guanajuato				09-Jun-06	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
224		35:32.88	Marisol Guadalupe Romero Rosales		30.	MEX	Estado Mexico				22-May-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
225		35:33.30	Isabel Juárez Capilla			TLAX	Tlaxcala				03-Jul-92	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
226		35:33.75	Angelica Sanchez Ibarra	11-Dic-75	10.	TLAX	Tlaxcala	Sixto Briones			11-May-12	92o. Campeonato Nacional de Atletismo, C.U. México, DF
227		35:33.77	Marisol Guadalupe Romero Rosales		10.	IPN	Ipn				17-Mar-07	Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León
228	66	35:33.88	<b>Ma. Guadalupe Santana Marín</b>		20.	JAL	Jalisco				22-Jun-08	Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
229		35:34.0	Marisol Gpe.Romero		40.	IPN	Ipn				27-May-07	Campeonato Nacional de 10,000m, León, Guanajuato
230		35:35.85	Ana María Mejía Sánchez	64		DF	DF				05-Ago-94	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
231	67	35:36.0	<b>Esthela Chávez Chávez</b>	73	10.	NL	Nuevo León				13-Jul-00	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
232	68	35:36.50	<b>Guadalupe García González</b>	U/O	12-Dic-77	200.	MEX	México	Rodolfo Arteaga		20-Abr-01	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
233		35:37.00	Ana María Mejía Sánchez			DF	NEMER'S				29-Oct-93	Ev. Oficial, Villahermosa
234	69	35:37.00	<b>Esmeralda Guillén</b>			E.MEX	Estado de México				07-Jul-95	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
235		35:37.10	Esthela Chávez Chávez		50.	NL	Nuevo Leon				23-Ago-02	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
236	70	35:37.44	<b>Isabel Jacqueline Orellana Sánchez</b>	7-Mar-73	60.	DF	Distrito Federal				23-Ago-02	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
237	71	35:37.60	<b>Liliana Merlo Fernández</b>	16-Feb-71	150.	DF	México				01-Jun-02	Harry Jerome Classic, Vancouver, Canada
238		35:37.61	Guadalupe García González		70.	MEX	Estado De Mexico				23-Ago-02	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
239		35:38.0	Dulce Ma.Rodríguez de la Cruz		60.	MEX	Estado de México				30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
240		35:38.31	Adriana Sánchez Ruiz		10.	DF	Alberto Vargas				31-Mar-07	Encuentro Atlético Relevos ESEF, México, DF
241		35:38.44	América Mateos Guzmán		10.	MEX	MG				20-Mar-04	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
242		35:38.69	Vianey de la Rosa Rojas	4-Ago-86	10.	DF	Wanda Panfil	Wanda Panfil			30-Abr-11	Encuentro Atlético Misión 2010, Xalapa, Veracruz
243		35:38.80	Ma. Elena Reyna Díaz		60.	México	México				10-May-96	Campeonato Iberoamericano de Atletismo, Medellín, Colombia
244		35:40.12	Nora Leticia Rocha de la Cruz +40		40.	COAH	Coahuila	Rodolfo Gómez			10-Jul-09	Campeonato Nacional de Atletismo, Guanajuato, Guanajuato
245	72	35:40.88	<b>Diana Cisneros Hernández</b>	Juvenil Superior	23-May-89	10.	ZAC	Zacatecas	Jorge Marquez		18-May-11	Olimpiada Nacional, Mérida, Yucatán
246		35:41.18	Martha Iris Vazquez Becerra		20.	AGS	Aguascalientes				11-May-12	92o. Campeonato Nacional de Atletismo, C.U. México, DF
247		35:44.23	Margarita Tapia García		30.	MEX	Estado de México				22-Jun-08	Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
248		35:45.0	Violeta Rene Gomez Mayoral		70.	JAL	Jalisco				30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
249		35:45.00	Trinidad Galeana			E.MEX	INJUDEM				28-Oct-90	SELEC, México, DF
250	73	35:46.98	<b>Teresa Bárcenas Barreto</b>			DF	UNAM				07-Jul-95	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
251		35:47.0	Martha Iris Vazquez Becerra	22-Nov-88	80.	AGS	Aguascalientes				30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
252	74	35:47.88	<b>Flora Moreno López</b>			GTO	León				15-Jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
253		35:48.11	Marisol Gpe.Romero Rosales		10.	IMSS	IMSS				14-Mar-08	Relevos TEC Monterrey, Nuevo León
254		35:48.14	Aurelia de Jesús B.			DF	Rodolfo Gómez				15-Jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
255	75	35:48.31	<b>Gloria Corona</b>			DF	Rodolfo Gómez				15-Jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
256		35:49.00	<b>Beatriz Steppanny Hernandez Callejas</b>	8-Nov-88	10.	DF	Alejandro Salvador	Alejandro Salvador			12-Mar-10	LVII Relevos TEC 2010, Monterrey, Nuevo León
257		35:49.23	Martha Iris Vazquez Becerra		Exh.	AGS	México				6-Jul-13	XXIV Campeonato Centroamericano y del Caribe, Morelia, Michoacán
258		35:50.02	<b>Diana Cisneros Hernández</b>		20.	ZAC	Jorge Marquez	Jorge Marquez			12-Mar-10	LVII Relevos TEC 2010, Monterrey, Nuevo León
259		35:51.39	Martha Iris Vazquez Becerra	Universitario	20.	AGS	U A Aguascalientes				28-Abr-12	Universiada Nacional, Xalapa, Veracruz
260		35:52.43	Martha Iris Vazquez Becerra	22-Nov-88	40.	AGS	Aguascalientes	Juan Luis Delgado			23-Mar-13	Selectivo a MT SAC de Medio Fondo y Fondo, Acapulco, Guerrero
261	76	35:53.79	<b>Yuliana Navarro Rosales</b>		10.	MEX	Uaemex				11-Mar-11	LIX Relevos TEC de Monterrey, Nuevo León
262		35:55.50	Fabiola Fernandez Miranda		40.	MEX	Estado México				22-May-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
263	77	35:55.96	<b>Leticia Reyes Polo</b>			DF	Distrito Federal				23-Ago-02	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
264		35:56.93	Fabiola Fernández Miranda	17-Jun-74	80.	DF	Distrito Federal				10-Jul-09	Campeonato Nacional de Atletismo, Guanajuato, Guanajuato
265		35:57.52	Martha Iris Vazquez Becerra		50.	MEX	Estado de México	Rodolfo Gómez			11-Mar-11	LIX Relevos TEC de Monterrey, Nuevo León
266		35:58.74	Ma.Guadalupe Santana Marín		20.	AGS	U.Autonoma de Ag				09-Jun-06	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
267		35:58.95	<b>Mayra Sanchez Vidal</b>		10.	MEX	Edo. Mexico				16-May-13	Olimpiada Nacional, Tijuana, Baja California
268		35:59.06	Karina Perez Delgado		20.	TLAX	UNIV AUT DE TLAXCALA				10-Abr-05	Relevos TEC, ITESM, Monterrey, NL
269	78	36:00.18	<b>Maria Reyna Mota Lopez</b>	9-Jun-89	30.	QRO	Queretaro	Demian Mota			08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
270		36:00.32	<b>Dulce Yadira Torres González</b>	3-Mar-88	20.	MEX	Rodolfo Gomez	Rodolfo Gomez			16-Mar-12	60o. Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León
271		36:00.62	Jessica Rodríguez		40.	GTO	Guanajuato				22-Jun-08	Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
272	80	36:00.77	<b>Dulce Liliana Torres Gonzalez</b>	3-Mar-88	30.	MEX	Rodolfo Gomez	Rodolfo Gomez			16-Mar-12	60o. Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León
273		36:01.0	Paula Apolonio Juárez		50.	GTO	Guanajuato				27-May-07	Campeonato Nacional de 10,000m, León, Guanajuato
274		36:01.82	<b>Diana Cisneros Hernández</b>		40.	ZAC	Zacatecas				08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
275		36:02.07	Judith Ramirez Hernandez		60.	VER	Veracruz	Humberto Vargas			10-Jul-09	Campeonato Nacional de Atletismo, Guanajuato, Guanajuato
276		36:03.38	<b>Madai Pérez Carrillo</b>		30.	TLAX	Tlaxcala				19-Jun-98	Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
277		36:04.18	<b>Mayra Sanchez Vidal</b>	6-May-91	10.	MEX	Edo.México	Martin Sanchez Ponce			23-May-12	Olimpiada Nacional, Puebla, Puebla
278		36:04.70	<b>Mayra Sanchez Vidal</b>		10.	MEX	Estado de México				17-Feb-12	Regional Olimpiada Nacional, Región 5, Guanajuato, Guanajuato
279		36:05.13	Paola Cabrera Palafox		30.	HGO	Hidalgo	Juan Luis Nemer			06-Jul-01	Campeonato Nacional de Atletismo, Morelia, Michoacán
280		36:06.8	<b>Maricela Hurtado (RM)</b>				Totocani				24-Jun-84	México, DF
281	81	36:07.59	Violeta Rene Gómez Mayoral		60.	JAL	Jalisco				21-Jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
282		36:07.69	<b>Mayra Sanchez Vidal</b>		20.	MEX	México				07-Jul-12	VII Campeonato NACAC Sub 23 de Atletismo, Irapuato, México
283		36:07.77	María Isabel Carreño Luz			E.MEX	Estado de México				05-Ago-94	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
284		36:08.0	<b>Karina Perez Delgado</b>		10.	TLAX	U A Tlaxcala	Luis Ordoñez			21-Mar-04	Encuentro Atlético Relevos ITESM, Monterrey, NL
285		36:09.0	Margarita Colín Trejo		20.	QRO	Club Isidro Rico	Isidro Rico			21-Mar-04	Encuentro Atlético Relevos ITESM, Monterrey, NL
286		36:10.0	Karina Garcia Barrios		90.	MEX	Estado de México				30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
287		36:10.66	Paula Apolonio Juarez	27-Abr-78	70.	GTO	Guanajuato	Juan Camacho			21-Jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
288		36:12.94	Leticia Reyes Polo		10.	DF	UAM	Juan Hernández			14-May-01	Universiada Nacional, Boca del Rio, Veracruz
289		36:13.62	Karina Perez Delgado		10.	TLAX	Tlaxcala				29-Abr-06	Encuentro Atlético Fidelidad Xalapa, Veracruz
290		36:13.79	Beatriz Steppanny Hernandez Callejas		10.	VER	Alejandro Salvador				15-Mar-13	61o. Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León
291		36:14.12	Beatriz Steppanny Hernandez Callejas		40.		Alejandro Salvad				16-Mar-12	60o. Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León
292	82	36:14.26	<b>Ma. de la Luz Villanueva</b>	73		E.MEX	Águilas				16-Abr-93	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
293		36:17.0	Judith Ramirez Hernández		100.	VER	Veracruz	Humberto Vargas			30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
294	83	36:17.12	<b>Diana Isabel Nicolas Armenta</b>	3-Dic-90	30.	UNAM	Alejandro Salvad	Alejandro Salvador			12-Mar-10	LVII Relevos TEC 2010, Monterrey, Nuevo León
295	84	36:18.0	<b>Adriana Medel Ramirez</b>		110.	TLAX	Tlaxcala				30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
296	85	36:18.84	<b>Irma Carina Sánchez Moctezuma</b>	24-Dic-76	10.	DF	Alberto Vargas				21-May-05	Encuentro Atlético de Primavera, México, DF
297	86	36:19.74	<b>Teresa Mendieta Cid de León</b>		10.	TLAX	Tlaxcala	Luis Ordoñez			03-Jul-04	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
298	87	36:20.26	<b>Erika Guevara Sanchez</b>	23-Ene-76	50.	MEX	Edo Mex				08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz



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

299	36:20.50	Ma. De la Luz Villanueva				E.MEX	Águilas		15-Jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
300	36:22.28	Martha Iris Vazquez Becerra			4o.	AGS	Asoc Aguascalent	Juan Luis Delgado	12-Mar-10	LVII Relevos TEC 2010, Monterrey, Nuevo León
301	36:22.35	Sara Cedillo Sánchez			3o.	COAH	Coahuila		09-Jun-06	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
302	88 36:23.50	<b>Gloria Ramirez Avila</b>				DF	Rodolfo Gómez		15-Jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
303	36:23.80	Araceli Salas				DF	Rodolfo Gómez		15-Jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
304	36:24.00	Rosa Salinas S.				DF	Rodolfo Gómez		10-Abr-95	XXVII R Cd M, México, DF
305	36:24.25	Martha Iris Vazquez Becerra			2o.	AGS	Aguascalientes		30-Abr-11	Encuentro Atlético Misión 2010, Xalapa, Veracruz
306	89 36:24.30	<b>Gisel Monserrat Bautista Escobedo</b>		1-Sep-78	1o.	ZAC	UAZ	Gabriel Duarte	25-Abr-03	Regional Universiada, Durango, Durango
307	36:24.41	Estela Xolaltenco Atlatenco			1o.	PUE	Rodolfo Gomez	Carlos Martínez	31-Mar-01	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
308	36:24.59	Isabel Orellana Sanchez			2o.	DF	Distrito Federal	Angeles Gómez	03-Jul-04	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
309	36:24.91	Beatriz Steppanny Hernandez Callejas			3o.	DF	Alejandro Salvador	Alejandro Salvador	11-Mar-11	LIX Relevos TEC de Monterrey, Nuevo León
310	90 36:24.93	<b>Erica Julian L.</b>			6o.	OAX	JM aquino		08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
311	36:25.00	Leticia Martínez				GTO	Guanajuato		07-Jul-95	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
312	36:25.98	Liliana Merlo			9o.	DF	Distrito Federal		23-Ago-02	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
313	91 36:27.26	<b>Ana María Carrillo</b>			75	E.MEX	Águilas		15-Abr-94	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
314	36:27.81	Ma. Reyna Mota López			7o.	QRO	Queretaro	Demian Mota	10-Jul-09	Campeonato Nacional de Atletismo, Guanajuato, Guanajuato
315	36:29.00	María Elena Reyna				DF	S.S.A.		14-May-88	Encuentro Wilfrido Massieu, México, DF
316	36:29.99	Paula Apolonio Juarez			5o.	GTO	Guanajuato	Juan Camacho	22-May-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
317	36:31.00	Daniela Alejandra Alonso Arreola		4-Ene-81	12o.	JAL	Jalisco		30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
318	92 36:31.14	<b>Rosarely Correa</b>	U/O		10o.	MEX	México		17-Abr-98	Mount SAC Relays, Walnut, California, USA
319	93 36:31.30	<b>Ma. Soledad Palacios</b>				DF	IPN		15-Jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
320	36:31.70	Leticia Reyes Polo			1o.		UAM Panteras Negras			Universiada Nacional Colima '99
321	36:32.90	Karla Guerrero				ZAC	UAZ		15-Jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
322	36:33.50	Ma. De la Luz Villanueva				E.MEX	Águilas		16-May-92	Festival Olímpico Mexicano, México, DF
323	94 36:34.00	<b>Leticia Valenzuela Maldonado</b>		23-Jul-60		JAL	Euzkadi		15-Jul-90	ENC. JAL. Guadalupe
324	95 36:34.10	<b>María Lilia Torres Piña</b>				DF	Sirpiri		15-Jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
325	96 36:34.33	<b>Carolina Macias Jasso</b>	Sub 23	6-May-92	2o.	ZAC	Zacatecas	José Macias Quiroz	23-May-12	Olimpiada Nacional, Puebla, Puebla
326	36:35.14	Karina Perez Delgado	Univ.		2o.	TLAX	UAT	Luis Ordoñez	14-May-01	Universiada Nacional, Boca del Rio, Veracruz
327	36:36.79	Angelica Sánchez Ibarra			3o.	TLAX	México		11-Jul-05	Campeonato Centroamericano de Atletismo, Nassau, Bahamas
328	97 36:37.46	<b>Cristina Muñoz Vargas</b>		30-Jul-89	5o.	ZAC	Coyotes Fresnillo	Luis Jesús Perez Medina	12-Mar-10	LVII Relevos TEC 2010, Monterrey, Nuevo León
329	98 36:37.90	<b>Angelina Tellez Solis</b>				DF	Sirpiri		15-Jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
330	36:38.00	Ana María Mejía Sánchez				DF	NEMER'S		10-Abr-95	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
331	36:39.1	Gloria Ramirez				DF	Pontones		09-Jul-88	Campeonato Nacional de Atletismo, Ciudad Victoria, Tamaulipas
332	99 36:39.18	<b>Cindy Meza Dominguez</b>	Sub 23	22-Mar-92	2o.	SLP	San Luis Potosi		16-May-13	Olimpiada Nacional, Tijuana, Baja California
333	36:39.87	Ma. Guadalupe Santana Marin			7o.	JAL	Jalisco	Benjamin Becerril	08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
334	36:40.43	Emma Cabrera Palafox				TLAX	Atletae		19-Mar-94	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
335	100 36:40.91	<b>Carmen Trinidad Ramiro Allende</b>	Sub 23	7-Mar-91	3o.	PUE	Puebla	Hector Manuel Villanueva	16-May-13	Olimpiada Nacional, Tijuana, Baja California
336	36:41.25	Angelica Sánchez Ibarra			8o.	TLAX	Tlaxcala	Sixto Briones	21-Jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
337	101 36:42.00	<b>Jazmin Aguilar Corona</b>			13o.	JAL	Jalisco		30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
338	36:42.05	Margarita Hernández Flores			6o.	MEX	Estado Mexico		22-May-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
339	102 36:43.00	<b>Adela Robles Martínez</b>				ZAC	Zacatecas		07-Jul-95	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
340	36:43.42	Violeta René Gómez Mayoral			2o.	JAL	FAJ		14-Mar-08	Relevos TEC Monterrey, Nuevo León
341	36:43.77	Beatriz Steppanny Hernandez Callejas			3o.	VER	Veracruz		11-May-12	92o. Campeonato Nacional de Atletismo, C.U, México, DF
342	36:43.80	Reyna Mota L.			7o.	QRO	Queretaro		22-May-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
343	36:43.90	Flora Moreno				GTO	León, Guanajuato		21-May-89	C.D.O.M, México, DF
344	36:44.00	Araceli Salas				DF	Ejército		09-Jul-88	Campeonato Nacional de Atletismo, Ciudad Victoria, Tamaulipas
345	36:44.12	Karina Perez Delgado			2o.	TLAX	Tlaxcala		03-Abr-04	Encuentro Atlético Xalapa 2004, Xalapa, Veracruz
346	36:45.40	Jessica Patricia Rodríguez Galvan			8o.	GTO	Guanajuato	Pedro Silva	10-Jul-09	Campeonato Nacional de Atletismo, Guanajuato, Guanajuato
347	103 36:45.90	<b>Brenda Reyna Barcelo</b>			1o.	SON	Centro Est Sup Edo Son		21-Mar-06	Regional Universiada, Hermosillo, Sonora
348	36:46.50	Carolina Macias Jasso	Sub 23		1o.	ZAC	Zacatecas		13-Feb-12	Regional Olimpiada Nacional, Región 2, Chihuahua, Chihuahua
349	36:47.87	Emma Cabrera Palafox +40			3o.	TLAX	ATLETAE		10-Abr-05	Relevos TEC, ITESM, Monterrey, NL
350	36:48.21	Nora Leticia Jiménez Rocha			9o.	COAH	Coahuila		21-Jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
351	36:48.91	Adriana Medel Ramirez			1o.	TLAX	Tlaxcala		21-Mar-09	Relevos del Tec, Monterrey, NL
352	104 36:49.35	<b>Karla Guadalupe Reyes de Luna</b>	Sub 23	21-Sep-90	3o.	CHIH	Chihuahua	José Miguel Solis	23-May-12	Olimpiada Nacional, Puebla, Puebla
353	105 36:49.93	<b>Sheyla Gabriela Alcantara Castañeda</b>		10-Jul-89	9o.	MEX	Estado de México		10-Jul-09	Campeonato Nacional de Atletismo, Guanajuato, Guanajuato
354	36:50.61	Giselle Bautista			1o.	ZAC	UAZ		16-May-03	Universiada Nacional, Saltillo, Coahuila
355	36:51.33	Diana Cisneros Hernández			5o.	ZAC	Jorge Marquez	Jorge Marquez	23-Mar-13	Selectivo a MT SAC de Medio Fondo y Fondo, Acapulco, Guerrero
356	36:52.22	Guadalupe Román		23-May-89		E.MEX	Estado de México		09-Jul-93	Campeonato Nacional de Atletismo, México, DF
357	36:52.28	Leticia Reyes Polo			1o.	DF	UAM		08-May-02	Universiada Nacional, Mexicali, BC
358	36:53.00	Karina Perez Delgado			1o.	TLAX	UAT Tlax.		14-Mar-05	Regional CONDD, Oaxaca, Oaxaca
359	106 36:53.00	<b>Anabel Martínez López</b>		7-Dic-87	14o.	MEX	Estado de México	Luis Salinas	30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
360	107 36:53.42	<b>Veronica Estrada Breña</b>		29-Oct-79	1o.	QRO	Univ. Aut. DE Queretaro		16-Mar-03	Relevos Tec de Monterrey, NL
361	36:54.00	Leticia Reyes Polo			2o.	DF	Distrito Federal		13-Jul-00	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
362	36:54.00	Adriana Sánchez Ruyal			15o.	MEX	Estado de México		30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
363	36:54.57	Violeta Rene Gómez Mayoral			4o.	JAL	Jalisco		11-May-12	92o. Campeonato Nacional de Atletismo, C.U, México, DF
364	36:56.08	Veronica Estrada			6o.	QRO	Queretaro		12-Jul-03	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
365	108 36:56.18	<b>Erica Jimenez</b>		26-Oct-81	1o.	CHIH	U.Autonoma de Cd. Ju Emilio Bravo		02-Abr-04	Regional Universiada, Chihuahua, Chihuahua
366	36:56.21	Leticia Reyes Polo			4o.	DF	Distrito Federal		06-Jul-01	Campeonato Nacional de Atletismo, Morelia, Michoacán
367	36:58.24	Rosa Ma.Salinas Sánchez			1o.	DF	Teiki 1		11-Mar-00	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
368	109 36:58.25	<b>Liliana García Piña</b>			1o.	MICH	Michoacan		28-Abr-07	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
369	36:58.54	Beatriz Steppanny Hernandez Callejas	Juvenil Superior		1o.	DF	Distrito Federal		20-Feb-10	Regional Olimpiada Nacional, Región 6, Acapulco, Guerrero
370	36:58.68	Karla Guadalupe Reyes de Luna	Universitario		3o.	CHIH	Uach		28-Abr-12	Universiada Nacional, Xalapa, Veracruz
371	36:59.00	Guadalupe García González			1o.	MEX	RODOLFO GOMEZ		27-May-01	Festival Olímpico Mexicano, Acapulco, Guerrero
372	36:59.22	Violeta Rene Gómez Mayoral			2o.	JAL	Jalisco		21-Mar-09	Relevos del Tec, Monterrey, NL
373	36:59.66	Diana Cisneros Hernández	Sub 23		2o.	ZAC	México		09-Jul-10	VI Campeonato NACAC de Atletismo Sub 23, Miramar, Florida, USA
374	36:69.32	Ma. Elena Reyna Díaz							15-Jul-90	BARR., La Habana
375	37:00.58	Martha Iris Vazquez Becerra	Universitario		1o.	AGS	Uaa		09-Mar-13	Regional Universiada Nacional, Región 5, Guanajuato, Guanajuato



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

376		37:00.7	Gloria Corona				DF			09-Jul-88	Campeonato Nacional de Atletismo, Ciudad Victoria, Tamaulipas
377	110	37:00.86	<b>Faviola Sarai Perez Igarí</b>	8-Oct-88	50.	UNAM	Unam			16-Mar-12	60o. Relevos TEC, Monterrey, Nuevo León
378	111	37:01.5	<b>Maria Trujillo</b>			MICH	Michoacán			24-Jun-84	México, DF
379		37:01.98	Ma.Dolores Valencia			10.	DF	Sirpiri		08-Mar-03	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
380		37:02.11	Karina Perez Delgado			80.	TLAX	Tlaxcala		22-May-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
381		37:02.64	América Mateos Guzmán			10.	DF	Esef		28-Mar-09	39o. Encuentro Relevos de la ESEF, México, DF
382		37:03.41	<b>Diana Cisneros</b>	Juvenil Superior		10.	ZAC	Zacatecas		28-Feb-10	Regional Olimpiada Nacional, Región 2. Aguascalientes, Aguascalientes
383		37:04.03	Karla Guerrero			40.	Zacatecas	Zacatecas		19-Jun-98	Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
384	112	37:05.1	<b>Rosario Avalos</b>				IPN			06-Jul-85	México, DF
385	113	37:05.26	<b>Maria del Rocío García García</b>	19-Ago-91	100.	SLP	San Luis Potosí			21-Jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
386		37:05.41	Yuliana Navarro Rosales	13-Nov-85	50.	MEX	Edo.de México	Alfredo Peñaloza		11-May-12	92o. Campeonato Nacional de Atletismo, C.U, México, DF
387		37:05.51	Beatriz Stepany Hernandez Callejas			110.	VER	Veracruz		21-Jun-13	93o. Campeonato Nacional de Atletismo, Zapopan, Jalisco
388		37:05.96	Benita Pérez				DF	DF		09-Jul-93	Campeonato Nacional de Atletismo, México, DF
389	114	37:06.20	<b>Guadalupe Mendoza</b>				DF	UNAM		15-Jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
390		37:06.53	Anabel Martínez López			80.	MEX	Edo Mex		08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
391	115	37:07.35	<b>Mirna Nohemi Ramírez Martínez</b>	24-Mar-83	10.	CHIH	Univ.Aut. De Chihuahua Gustavo Alvarez			14-Feb-04	Dia del Estudiante UANL, Monterrey, NL
392		37:09.35	Sheyla Gabriela Alcantara Castañeda	Juvenil Superior		10.	MEX	Estado de México		29-May-09	Olimpiada Nacional, Hermosillo, Sonora
393		37:09.48	Guadalupe García González			50.	MEX	Estado de México		06-Jul-01	Campeonato Nacional de Atletismo, Morelia, Michoacán
394	116	37:09.87	<b>Talis Apud Martínez</b>	5-Ene-82	70.	NL	Nuevo León			06-Abr-02	Austin, Texas, USA
395		37:10.01	<b>Carolina Macías Jasso</b>	Universitario		10.	ZAC	UAZ		16-Mar-12	Regional Universiada Nacional, Región 2. Durango, Durango
396		37:11.67	Margarita Hernandez			10.	MEX	UAEMEX		02-May-10	Universiada Nacional, Chihuahua, Chihuahua
397		37:11.7	Mariluz Villanueva				E.MEX	Águilas		25-Jun-88	Santiago Nakazawa, Guadalajara, Jalisco
398		37:11.86	Nora Leticia Rocha de la Cruz +40			30.	COAH	Paredes Pro	Benjamin Paredes	30-Abr-11	Encuentro Atlético Misión 2010, Xalapa, Veracruz
399		37:12.10	Emma Cabrera Palafox				TLAX	Tlaxcala		02-May-92	W. Massieu, México, DF
400		37:12.20	Leticia Reyes Polo				DF	UAM		16-Abr-97	Universiada Nacional, Monterrey, Nuevo León
401		37:12.56	Margarita Colin Trejo			10.	QRO	ISIDRO RICO		12-Mar-06	Relevos TEC, Monterrey, NL
402	117	37:12.74	<b>Verónica Torres Albino</b>	74			ZAC	Zacatecas		05-Ago-94	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
403		37:13.56	Leticia Reyes Polo	Univ.		10.	Univ. Aut. Metropolitana			23-Abr-01	Regional Atletismo Universitario, CU, México, DF
404	118	37:13.82	<b>Hassel Morales Barrera</b>	27-Oct-90	90.	MEX	Aadf	Gerardo Morales		08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
405		37:13.93	Emma Cabrera Palafox				TLAX	Tlaxcala		12-Jun-93	Rel.Mex, México, DF
406		37:13.99	<b>Reyna Mota L.</b>	Juvenil Superior		10.	QRO	Querétaro		21-Feb-10	Regional Olimpiada Nacional, Región 5. Guanajuato, Guanajuato
407		37:14.57	Violeta Rene Gómez Mayoral			Exh.	JAL	México		6-Jul-13	XXIV Campeonato Centroamericano y del Caribe, Morelia, Michoacán
408		37:15.02	Sheyla Gabriela Alcantara Castañeda	Juvenil Superior		10.	MEX	Estado de México		12-Mar-09	Regional Olimpiada Nacional, Región 5. Toluca, Estado de México
409		37:15.80	Karla Guadalupe Reyes de Luna	Sub 23		20.	CHIH	Chihuahua		13-Feb-12	Regional Olimpiada Nacional, Región 2. Chihuahua, Chihuahua
410		37:16.34	<b>Hassel Morales Barrera</b>	Juvenil Superior		20.	DF	Distrito Federal		20-Feb-10	Regional Olimpiada Nacional, Región 6. Acapulco, Guerrero
411		37:16.5	Leticia Reyes Polo					Ejercito y FA		14-Mar-98	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
412	119	37:18.66	<b>Lucia del Carmen Montes</b>			10.		Ejercito Mexicano		16-May-09	Encuentro Atlético Fidelidad, Xalapa, Veracruz
413	120	37:19.0	<b>Alejandra Jacobo Laríos</b>			160.	JAL	Jalisco		30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
414	121	37:19.00	<b>Anette Espinoza Vallejo</b>				E.MEX	Estado de México		07-Jul-95	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
415		37:19.33	Sheyla Gabriela Alcantara Castañeda	Sub 23		10.	MEX	Jaguare		19-Abr-08	Prenacional de Atletismo Sub 23, Toluca, Estado de México
416		37:19.38	Diana Cisneros Hernández	Universitario		10.	ZAC	UA Zacatecas		24-Abr-13	Universiada Nacional, Culiacan, Sinaloa
417	122	37:19.42	<b>Elva Karina Estrada Hernandez</b>	16-Feb-80	100.	MEX	Estado de México			10-Jul-09	Campeonato Nacional de Atletismo, Guanajuato, Guanajuato
418		37:20.3	Karina Perez Delgado			10.	TLAX	U A de Tlaxcala	Luis Ordoñez	02-Abr-03	Regional Universiada, Xalapa, Veracruz
419		37:20.43	Faviola Pérez Igarí	Universitario		40.	UNAM	Unam		28-Abr-12	Universiada Nacional, Xalapa, Veracruz
420		37:21.24	Adriana Medel Ramirez			110.	TLAX	Tlaxcala		10-Jul-09	Campeonato Nacional de Atletismo, Guanajuato, Guanajuato
421		37:21.61	Mirna Ramirez Martínez			10.	CHIH	Univ.Aut. DE Chihuahua Gustavo Alvarez		14-Feb-03	Dia del Estudiante UANL, Monterrey, NL
422		37:21.80	Dulce Ma.Rodríguez de la Cruz			10.		Estado de México		02-Jul-99	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
423	123	37:22.19	<b>Liliana Cruz Valdez</b>	9-Abr-82	40.	VER	Tihuatlan			30-Abr-11	Encuentro Atlético Misión 2010, Xalapa, Veracruz
424	124	37:22.30	<b>Patricia Pérez</b>				E.MEX	Águilas		15-Jul-90	Campeonato Nacional de Atletismo, Cd.Victoria, Tamaulipas
425	125	37:22.53	<b>Elvira Villanueva Zamitis</b>	28-Dic-71	100.	MOR	Morelos			23-Ago-02	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
426		37:24.33	<b>Maria Reyna Mota Lopez</b>	Juvenil Superior		20.	QRO	Querétaro	Demian Mota	18-May-11	Olimpiada Nacional, Mérida, Yucatán
427		37:24.44	Leticia Reyes Polo			10.		UAM Panteras Negras		13-Mar-99	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
428	126	37:25.0	<b>Corina Aldaba Guzmán</b>			170.	DF	Distrito Federal		30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
429	127	37:25.08	<b>Claudia Juárez León</b>			60.	TLAX	Luis Ordoñez Valdez	Luis Ordoñez	23-Mar-13	Selectivo a MT SAC de Medio Fondo y Fondo, Acapulco, Guerrero
430		37:25.25	<b>Mirna Ramirez Martínez</b>			20.	CHIH	U. A. de Chihuahua		02-Abr-04	Regional Universiada, Chihuahua, Chihuahua
431		37:25.82	Martha Iris Vazquez Becerra	Universitario		10.	AGS	UAA		10-Mar-12	Regional Universiada Nacional, Región 5. Aguascalientes, Aguascalientes
432		37:28.00	Ma. De la Luz Villanueva				E.MEX	Estado de México		21-May-89	C.D.O.M, México, DF
433		37:28.05	<b>Karla Guadalupe Reyes de Luna</b>	Universitario		20.	CHIH	UACH		16-Mar-12	Regional Universiada Nacional, Región 2. Durango, Durango
434		37:29.63	Angelica Sánchez Ibarra			60.	TLAX	Tlaxcala	Luis Ordoñez	06-Jul-01	Campeonato Nacional de Atletismo, Morelia, Michoacán
435	128	37:29.96	<b>Priscila Lohmann Quiroz</b>			20.	DF	UNIV. IBEROAMERICANA		12-Mar-06	Relevos TEC, Monterrey, NL
436	129	37:30.0	<b>Nora Liliana Flores Sois</b>			180.	COAH	Coahuila		30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
437		37:30.00	Ma. Isabel Carreño				E.MEX	Estado de México		16-May-92	Festival Olímpico Mexicano, México, DF
438	130	37:31.35	<b>Adriana Reyes L.</b>	Universitario		10.	SLP	UASLP		03-Feb-13	45° Evento Atletico UANL 2013, Monterrey, Nuevo León
439	131	37:31.52	<b>Blanca López Malvaez</b>	61			DF	UDRAM		14-Mar-93	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
440		37:31.72	Margarita Hernandez Flores			10.	MEX	UAEMEX		01-Sep-09	Universiada Nacional, Cuernavaca, Morelos
441		37:32.04	Guadalupe García González	Sub 23		20.		Estado de México		12-Jun-99	Cam. Nal. Sub 23 "Alvaro Nakazawa Rudamas"
442		37:32.83	Violeta Rene Gómez Mayoral			10.	JAL	UDG		02-May-10	Universiada Nacional, Chihuahua, Chihuahua
443		37:32.87	<b>Cindy Meza Dominguez</b>	Universitario		20.	SLP	UA SLP		22-Abr-13	Universiada Nacional, Culiacan, Sinaloa
444		37:33.76	Nora Leticia Rocha de la Cruz			90.	COAH	Coahuila		22-May-10	90o. Campeonato Nacional de Atletismo, San José del Cabo, BCS
445	132	37:33.90	<b>Daniela de Jesús Perez Cruz</b>	Juvenil Superior	24-Dic-90	10.	TAMPS	Tamaulipas	Alejandro Salvador	25-Feb-10	Regional Olimpiada Nacional, Región 3. Cd.Victoria, Tamaulipas
446	133	37:33.91	<b>Elisa Contreras</b>			100.	DF	Anbar		08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
447		37:34.0	Claudia Corona				DF	Venados		20-Mar-88	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
448		37:34.10	Lucía Rendón Vallejo			20.		Estado de México		02-Jul-99	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
449	134	37:34.31	<b>Carolina Merlo Fernández</b>			70.	DF	Distrito Federal	Martín Nuñez	06-Jul-01	Campeonato Nacional de Atletismo, Morelia, Michoacán
450		37:34.90	Adriana Medel Ramirez			110.	TLAX	Tlaxcala C.	Luis Ordoñez	08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
451		37:35.10	Ma. Soledad Palacios				DF	IPN		21-May-89	C.D.O.M, México, DF
452		37:35.20	Dulce Yadira Torres González			60.	MEX	Edo.de México		11-May-12	92o. Campeonato Nacional de Atletismo, C.U, México, DF



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

453	37:35.42	América Mateos Guzmán		2o.	JAL	Iztapalapa		13-Mar-99	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
454	37:36.45	Violeta Rene Gómez Mayoral		2o.	JAL	U de Guadalajara		01-Sep-09	Universiada Nacional, Cuernavaca, Morelos
455	37:36.92	Brenda Flores	Sub 23	4o.	UNAM	Univ.Nal.Aut.Mexico		23-May-12	Olimpiada Nacional, Puebla, Puebla
456	37:36.95	<b>Maria Luisa Madueño</b>						05-Ago-94	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
457	37:39.21	Diana Cisneros Hernández	Juvenil Superior	1o.	ZAC	Zacatecas		27-Feb-11	Regional Olimpiada Nacional, Región 2, Durango, Durango
458	37:40.0	Daniela Alonso Arreola		6o.	MICH	Michoacan		27-May-07	Campeonato Nacional de 10,000m, León, Guanajuato
459	37:40.0	<b>Aidorin Segura Sara</b>		19o.	MEX	Estado de México	Luis Salinas	30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
460	37:40.08	Aidorin Segura Sara		4o.	MEX	Club Luis Salina	Luis Salinas	11-Mar-11	LIX Relevos TEC de Monterrey, Nuevo León
461	37:41.20	Margarita Hernandez Flores	Universitario	1o.	MEX	UAEM		14-Mar-12	Regional Universiada Nacional, Región 6, C.U., México, DF
462	37:41.78	<b>Estela López Escorcía</b>		2o.	DF	Marina		08-Mar-03	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
463	37:42.11	<b>Ma. de Lourdes Iniestra</b>		68	E.MEX	Estado de México		09-Jul-93	Campeonato Nacional de Atletismo, México, DF
464	37:42.18	<b>Ma. Felix Polo Hernández</b>		14-Jun-75	4o.	TLAX	ATLETAE	10-Abr-05	Relevos TEC, ITESM, Monterrey, NL
465	37:42.40	Karina Perez Delgado		1o.	TLAX	UAT		29-Mar-04	Regional Universiada, Puebla, Puebla
466	37:42.81	Cristina Muñoz Vargas	Juvenil Superior	2o.	ZAC	Zacatecas		28-Feb-10	Regional Olimpiada Nacional, Región 2, Aguascalientes, Aguascalientes
467	37:42.97	Esthela Chavez Chavez		3o.		Nuevo Leon		02-Jul-99	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
468	37:42.97	<b>Silvia Mota Lopez</b>	Sub 23	23-Mar-93	4o.	GTO	Guanajuato	16-May-13	Olimpiada Nacional, Tijuana, Baja California
469	37:43.09	<b>Yabeth Rocha</b>		2o.	TAMPS	Club Correcaminos		14-Feb-03	Día del Estudiante UANL, Monterrey, NL
470	37:43.92	<b>Veronica Gutiérrez Martínez</b>	Elite	3-Feb-84	1o.	MEX	Edo De Mexico	06-Mar-06	Regional Olimpiada, Querétaro, Querétaro
471	37:44.0	<b>Ma. de Lourdes Flores Figueroa</b>		20o.	AGS	Aguascalientes		30-Jul-11	91o. Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
472	37:44.10	Lucia Mendiola				DF	IPN	21-Jun-92	M.CELIS, México DF
473	37:44.37	Karina Perez Delgado		2o.	TLAX	U AT		16-May-03	Universiada Nacional, Saltillo, Coahuila
474	37:45.50	<b>Miriam Delgado</b>				TLAX	UAT	14-Abr-97	Universiada Nacional, Monterrey, Nuevo León
475	37:45.54	Judith Ramirez Hernandez		5o.		Veracruz		19-Jun-98	Campeonato Nacional de Atletismo, León, Guanajuato
476	37:46.01	Brenda Flores	Sub 23	1o.	UNAM	UNAM		06-Feb-12	Regional Olimpiada Nacional, Región 7, UNAM, Distrito Federal
477	37:46.10	Beatriz Stepanny Hernandez Callejas		7o.	VER	Club Alejandro S		23-Mar-13	Selectivo a MT SAC de Medio Fondo y Fondo, Acapulco, Guerrero
478	37:46.54	Ma. Guadalupe Santana Marín		5o.	JAL	RODOLFO GOMEZ CLUB		10-Abr-05	Relevos TEC, ITESM, Monterrey, NL
479	37:46.60	Martha Iris Vazquez Becerra	Universitario	1o.	AGS	UAguascalientes		09-Abr-11	Regional Universiada Nacional, Región 5, San Luis Potosí, SLP
480	37:46.73	<b>Monica Agustina Piña Medina</b>		12o.	MEX	Edo Mex		08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
481	37:47.02	Angelina Téllez				DF	Sirpiri	14-Mar-93	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
482	37:47.28	Karla Guerrero		2o.	ZAC	Asociacion DE Zacatecas		11-Mar-00	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
483	37:48.75	Gloria Mera Ortiz		3o.	HGO	Hidalgo	Gildardo Benitez	03-Jul-04	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
484	37:48.82	<b>Judith Noyola</b>		13o.	JAL	Faternidad Atletica Jalisco		08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
485	37:49.00	<b>Gisela Vallejo</b>				DF	Sirpiri	19-Mar-89	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
486	37:49.50	Karina Perez Delgado		4o.	TLAX	Tlaxcala		03-Jul-04	Campeonato Nacional de Atletismo, Monterrey, Nuevo León
487	37:49.64	Fabiola Fernandez Miranda		1o.	MEX	Coach Arteaga		09-Jul-11	Festival Mexiquense Eureka 2011, Toluca, Estado de México
488	37:50.08	<b>Yenni Susano</b>		14o.	MEX	Ejercito Mexicano		08-May-10	Encuentro Fidelidad, Xalapa, Veracruz
489	37:50.14	Martha Iris Vazquez Becerra		3o.	AGS	UAAGS		02-May-10	Universiada Nacional, Chihuahua, Chihuahua
490	37:51.22	Elva Karina Estrada		1o.		Wanda Panfil		27-Mar-10	40o. Encuentro Atlético Relevos ESEF, México, DF
491	37:52.28	Esthela Chavez Chavez		8o.	NL	Nuevo León	Eduardo Menendez	06-Jul-01	Campeonato Nacional de Atletismo, Morelia, Michoacán
492	37:52.28	<b>Karina Pérez Delgado</b>		9o.	TLAX	Tlaxcala		06-Jul-01	Campeonato Nacional de Atletismo, Morelia, Michoacán
493	37:52.78	<b>Jessica Y. Cortes O.</b>	Sub 23	5o.	DF	Distrito Federal		16-May-13	Olimpiada Nacional, Tijuana, Baja California
494	37:53.1	<b>Rosa Ma. Muñoz</b>				DF	Venados	14-May-88	Encuentro Wilfrido Massieu, México, DF
495	37:53.30	Leticia Reyes Polo		1o.	DF	UAM		08-May-00	Universiada Nacional 2000, Tampico, Tamaulipas
496	37:54.50	<b>Virginia Ambrosio</b>				DF	EHECATL	15-Mar-92	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
497	37:54.94	Rosa Ma.Salinas Sánchez		3o.	DF	Rodolfo Gomez		08-Mar-03	Encuentro Atlético Relevos de la ESEF, México, DF
498	37:55.20	Gloria Ramirez				DF	Rodolfo Gómez	13-Jun-92	Rel.Mex, México, DF
499	37:55.75	Ma. Elena Reyna Díaz				DF	DF	16-Jul-89	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
500	37:55.80	Violeta Rene Gómez Mayoral		1o.	JAL	U de G		29-Mar-09	Regional Universiada, Región 4, Morelia, Michoacan
501	37:55.83	Soledad Palacios				IPN	Zacatenco	25-Jun-88	Encuentro IMSS, México, DF
502	37:58.07	Beatriz Stepanny Hernandez Callejas		5o.		Alejandro Salvador		30-Abr-11	Encuentro Atlético Misión 2010, Xalapa, Veracruz
503	37:59.05	<b>Alicia Villa Alcalá</b>		66	JAL	Jalisco		05-Ago-94	Campeonato Nacional de Atletismo, Xalapa, Veracruz
504	37:59.29	Faviola Sarai Perez Igari	Universitario	8-Oct-88	3o.	UNAM	UNAM	24-Abr-13	Universiada Nacional, Culiacan, Sinaloa
505	38:00.00	<b>Marisol Vargas Rosales</b>		70		HDG	UAH	08-Jun-94	Nal. Superior, México, DF
506	38:00.00	Emma Cabrera Palafox		1o.	TLAX	Tlaxcala		12-Jul-97	Campeonato Nacional de Atletismo, Toluca, Edo.de México

**Nota:** El Ranking Mexicano de todos los Tiempos, esta actualizado, tomando como referencia la versión de todos los tiempos hasta 1985 de la FMA y los Rankings Anuales oficiales de la FMA de 1986 a 1997 en los que se elaboró tomando en cuenta sólo la mejor marca de cada atleta. De 1998 a la fecha, el Ranking de la FMA, esta elaborado tomando como referencia las mejores marcas de todos los atletas durante cada año. Cualquier duda o comentario, favor de escribir a Lpinedar@yahoo.com