

ENRIQUES INES

01 - 05 - 1980



Personal Best

5.000 mt.	<i>(track)</i>	21:32.08	Abrantes (Por)	10.06.2014
5 km.	<i>(road)</i>	21:43	Olhão (Por)	26.04.2014
10.000 mt.	<i>(track)</i>	43:19.30	Leiria (Por)	07.07.2018
10 km.	<i>(road)</i>	43:09	Beijing (Chn)	18.09.2011
20.000 mt.	<i>(track)</i>	1:34:46.50	Lisboa (Por)	13.07.2002
20 km.	<i>(road)</i>	1:29:00	Rome (Ita)	07.05.2016
35 km.	<i>(road)</i>	2:45:51	Porto de Mos (Por)	07.01.2018
50 km.	<i>(road)</i>	4:05.56	London (Gbr)	13.08.2017

Ranking 10 km. & 10.000 mt. track (average = 43:27.40)

01	43:09	Beijing	18.09.2011	01	1:29:00	Rome	07.05.2016
02	<i>(t)</i> 43:19.30	Leiria	07.07.2018	02	1:29:14	Rio Maior	09.04.2016
03	43:22	Seixal	19.07.2008	03	1:29:15	Rio Maior	07.04.2018
04	<i>(t)</i> 43:31.29	Leiria	27.07.2013	04	1:29:28	La Coruña	28.05.2016
05	<i>(t)</i> 43:38.64	Leiria	17.07.2010	05	1:29:30	La Coruña	01.06.2013
06	<i>(t)</i> 43:40.68	Leiria	25.07.2015	06	1:29:33	Taicang	03.05.2014
07	<i>(t)</i> 43:44.03	Cartaxo	22.03.2014	07	1:29:36	La Coruña	19.06.2010
08	<i>(t)</i> 43:44.65	Seia	22.07.2006	08	1:29:52	Rio Maior	18.04.2015
09	43:52	Barrosas	28.03.2015	09	1:29:54	London	11.08.2012
10	<i>(t)</i> 43:52.80	Vagos	15.03.2016	10	1:29:56	Rio Maior	06.04.2013

Career Hihlights

20 km.

Olympic Games	World Championships	World Cup	European Championships	European Cup	European Under 23
2004 = 25° 2012 = 14° 2016 = 12°	2001 = Dq. 2005 = 27° 2007 = 7° 2009 = 10° 2011 = 9° 2013 = 11° 2015 = 23°	2002 = 23° 2004 = 34° 2006 = 13° 2008 = 19° 2010 = 3° 2012 = 9° 2014 = 22° 2016 = 8°	2002 = 15° 2006 = 12° 2010 = 8° 2014 = 13°	2003 = 32° 2005 = 17° 2007 = 7° 2009 = Dq. 2011 = 13° 2013 = 8° 2015 = 16° 2017 = Dq.	2001 = 10°

50 km.

10 km.

5 km.

World Champion.	European Champion.	World Cup	European Cup	European Cup	World Champ. Under 20	European Ch. Under 20
2017 = 1° 2019 = Dnf.	2018 = 1°	2018 = Dnf.	2019 = 3°	1998 = 51° 2000 = 42° 2001 = 25°	1996 = 22° 1998 = 24°	1997 = 21° 1999 = 12°
35 km. 2021 = Dnf.						

* update at 31 December 2021



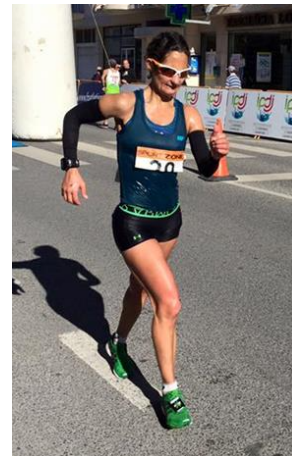
Others Results 20 km.

11	1:30:08	Algarve	04.02.2018	62	1:33:18	La Coruña	02.06.2007
12	1:30:23	Montemor	08.01.2011	63	1:33:18	Chihuahua	03.03.2012
13	1:30:24	Leamington	20.05.2007	64	1:33:21	Monterrey	19.03.2017
14	1:30:28	La Coruña	13.05.2006	65	1:33:24	Rio Maior	03.04.2004
15	1:30:28	Moskva	13.08.2013	66	1:33:24	Rio Maior	02.04.2005
16	1:30:29	Sesto San Giovanni	01.05.2011	67	1:33:28	Chihuahua	15.05.2010
17	1:30:34	Porto	21.02.2009	68	1:33:31	Fereira de Alentejo	03.03.2007
18	1:30:34	La Coruña	02.06.2018	69	1:33:32	Rio Maior	31.01.2015
19	1:30:38	Batalha	19.02.2011	70	1:33:37	Chihuahua	07.03.2015
20	1:30:40	Naumburg	24.09.2011	71	1:33:45	Viana do Casteio	04.03.2006
21	1:30:44	Murcia	17.05.2015	72	1:33:46	La Coruña	04.06.2005
22	1:30:44	La Coruña	03.06.2017	73	1:33:46	Chihuahua	23.02.2013
23	1:30:49	La Coruña	31.05.2014	74	1:33:47	Olhão	21.02.2010
24	1:30:52	Batalha	27.02.2016	75	1:33:53	Athens	23.08.2004
25	1:30:55	Quarteira	18.03.2012	76	1:34:02	Chihuahua	14.03.2009
26	1:30:59	Rio Maior	09.04.2011	77	1:34:02	Chihuahua	22.02.2014
27	1:31:05	Sesto San Giovanni	01.05.2009	78	1:34:09	Rio Maior	14.04.2007
28	1:31:06	La Coruña	07.06.2008	79	1:34:10	Chihuahua	05.03.2011
29	1:31:21	Sesto San Giovanni	01.05.2007	80	1:34:11	Olhão	21.05.2011
30	1:31:23	Lisboa	31.07.2004	81	1:34:31	Grandola	13.01.2007
31	1:31:25	Momtijo	16.03.2013	82	1:34:45	Grândola	07.01.2006
32	1:31:28	Mealhada	01.03.2008	83	(p)1:34:46	Lisboa	13.02.2007
33	1:31:28	Rio de Janeiro	19.08.2016	84	1:34:47	Beijing	28.08.2015
34	1:31:32	Rio Maior	14.04.2012	85	1:34:49	Amsterdam	15.07.2001
35	1:31:32	Zürich	14.08.2014	86	1:34:50	Beja	21.02.2004
36	1:31:43	La Coruña	05.06.2004	87	1:34:50	La Coruña	05.06.2021
37	1:31:43	Saransk	13.05.2015	88	1:35:07	München	07.08.2002
38	1:31:56	Sesto San Giovanni	01.05.2006	89	1:35:09	Naumburg	05.05.2002
39	1:31:58	Göteborg	09.08.2006	90	1:35:12	Setubal	01.06.2002
40	1:32:03	Rio Maior	05.04.2014	91	1:35:12	Miskolc	21.05.2005
41	1:32:06	Daegu	31.08.2011	92	1:35:20	Leiria	05.01.2020
42	1:32:08	La Coruña	06.06.2015	93	1:35:28	Turin	12.10.2002
43	1:32:08	Monterrey	24.02.2018	94	1:35:44	Helsinki	07.08.2005
44	1:32:10	Quarteira	01.02.2014	95	1:35:46	Valongo	16.02.2002
45	1:32:15	Rio Maior	01.04.2017	96	1:36:03	Cheboksary	18.05.2003
46	1:32:18	Rio Maior	01.04.2006	97	1:36:08	Dudince	19.05.2001
47	1:32:19	Rio Maior	10.04.2010	98	1:36:12	Sesto San Giovanni	30.04.2005
48	1:32:22	Rio Maior	05.04.2008	99	1:36:15	Olhão	20.01.2020
49	1:32:26	Barcelona	28.07.2010	100	1:36:38	S. Joao da Madeira	01.03.2003
50	1:32:28	Murcia	21.09.2008	101	1:36:38	Chihuahua	08.03.2008
51	1:32:28	S. Joao da Madeira	04.03.2017	102	1:36:59	Baixa	26.02.2005
52	1:32:31	Lugano	14.03.2010	103	1:37:50	Montijo	27.04.2002
53	1:32:32	Naumburg	02.05.2004	104	1:38:11	Naucalpan	10.03.2007
54	1:32:34	Ciudad Juárez	12.03.2017	105	1:38:16	Rio Maior	06.04.2019
55	1:32:35	Cheboksary	11.05.2008	106	1:38:40	Montijo	26.04.2003
56	1:32:39	Dudince	19.05.2013	107	1:39:00	Almeirim	10.04.2021
57	1:32:40	Leira	11.12.2016	108	1:39:36	Grandola	10.01.2004
58	1:32:48	Ciudad Juárez	06.03.2016	109	1:41:09	Rio Maior	15.04.2000
59	1:32:51	Berlin	16.08.2009	110	1:41:19	Eisenhüttenstadt	17.06.2000
60	1:33:06	Osaka	31.08.2007	111	1:43:56	Ponte de Sôr	05.05.2000
61	1:33:06	Sesto San Giovanni	01.05.2013	112	1:57:35	Rio Maior	27.03.1999



Results 50 km.

01	4:05.56	London	13.08.2017	03	4:09.21	Berlin	07.08.2018
02	4:08.26	Portos de Mos	15.01.2017	04	4:13.57	Alytus	19.05.2019



Results 35 km.

01	2:45:51	Porto de Mos	07.01.2018	02	2:55:27	Leiria	07.11.2021
----	----------------	--------------	------------	----	----------------	--------	------------

