

# CASIRAGHI MARTINA

27 - 04 - 2020

<b>3.000 Mt.</b> (indoor)	<b>14:22.85</b>	09.02.2019		Presenze Nazionale	===
<b>5.000 Mt.</b> (pista)	<b>22:43.62</b>	11.09.2021			
<b>5 km.</b> (strada)	<b>24:05</b>	28.10.2018			
<b>10.000 Mt.</b> (pista)	<b>47:08.27</b>	15.07.2021		Titoli Italiani	===
<b>10 km.</b> (strada)	<b>48:24</b>	18.10.2020			
<b>15 km.</b> (strada)	<b>1:13:19</b>	24.10.2021			
<b>Le migliori prestazioni sui 5.000 Mt. pista</b> (media = 24:13.55)			<b>Le 10 migliori prestazioni sui 10 km. strada</b> (media = 51:09)		
01	<b>22:43.62</b>	Bergamo	11.09.2021	01	<b>48:24</b> Modena 18.10.2020
02	<b>23:32.43</b>	Mantova	23.08.2020	02	<b>48:57</b> Reggio Emilia 21.10.2018
03	<b>24:18.27</b>	Mariano C.	11.05.2019	03	<b>50:12</b> Pescara 07.09.2018
04	<b>24:18.82</b>	Saronno	14.09.2019	04	<b>50:21</b> Rovereto 25.06.2021
05	<b>24:19.72</b>	Cinisello B.	24.09.2018	05	<b>50:26</b> Cassino 24.03.2019
06	<b>24:23.50</b>	Chiari	15.09.2018	06	<b>50:58</b> Roma 04.03.2018
07	<b>24:36:18</b>	Bergamo	24.09.2019	07	<b>51:18</b> Grottamare 20.10.2019
08	<b>24:36.86</b>	Baku	26.07.2019	08	<b>52:45</b> Poděbrady 06.04.2019
09	<b>24:39.89</b>	Bergamo	01.06.2019	09	<b>54:00</b> Gioiosa Marea 27.01.2019
10	<b>24:48.17</b>	Chiuro	16.05.2021	10	<b>54:09</b> Poděbrady 07.04.2018

## Migliori Prestazioni sui 10.000 Mt. pista

1	<b>47:08.27</b>	Tallin	15.07.2021	3	<b>49:24.18</b>	Bergamo	10.09.2020
2	<b>48:18.21</b>	Nairobi	21.08.2021	4	<b>49:44.50</b>	Grosseto	13.06.2021

## Risultati Internazionali

<i>.10.000 Mt.</i>		<i>.5.000 Mt.</i>	
<b>Campionati Mondiali Under 20</b>	<b>Campionati Europei Under 20</b>	<b>European Youth Olympic Festival</b>	
2021 = 5°	2021 = 5°	2019 = 7°	

## Campionati Italiani

<b>10 km.</b>
2018 = 8°
2021 = 9°

\*Aggiornato al 31 dicembre 2021

