

Atleta
MARIKA DI BENEDETTO 1986



Record personali

| | | |
|------------------|------------|---------------|
| <u>3000 mt</u> | 12'14" | Siena 2013 |
| <u>5 km</u> | 22'18" | Viterbo 2010 |
| <u>10 km</u> | 41'01" | Grosseto 2016 |
| <u>21,097 km</u> | 1h 32' 02" | Pisa 2018 |
| <u>42,195 km</u> | 3h 18' 21" | Firenze 2018 |

Palmares

UISP

2 volte Campionessa Nazionale: F-25 Corsa in salita (Monte Amiata) 2009 e 2010
1 argento nazionale: F-25 Corsa in salita (Monte Amiata) 2012
1 bronzo nazionale: F-25 Corsa campestre (Montalto di Castro) 2012
4 volte Campionessa regionale: F-20 Corsa in salita (Monte Amiata) 2008 e 2010,
F-25 Mezza Maratona (Orbetello) 2014, F-30 Corsa in Salita (Monte Amiata) 2018
3 Argenti regionali: F-25 Corsa Campestre (Chianciano Terme) 2013, F-25 Corsa in salita
(Monte Amiata) 2013 e 2015

MARATONA

Maratone disputate: 3

MEZZA MARATONA

Vittorie: 1 (Orbetello 2011)

CORRI NELLA MAREMMA

Miglior classifica generale: 2^ (2009,2016)

Ranking: 2^

Punti Ranking: 376

Vittorie Classifica Categorie: 3 (2008,2009,2016)

Gare disputate 113

Vittorie: 13 (Monterotondo M. 2009, Grosseto 2011, Giro Laguna 2011, Porto Santo Stefano 2012,
Argentario Tour 2016, Roccastrada 2016, Monterotondo M. 2017, Travale 2017,
Convento Argentario 2017, Parco della Maremma 2017, Travale 2018,
Convento Argentario 2018, Parco della Maremma 2018)

Podi: 45

Vittorie categoria: 54

CORRI IN TUSCIA

Vittorie: 3 (Gradoli 2016, Vulci 2016, Civitavecchia 2018)

Podi: 6

ALTRE VITTORIE

2009: Trofeo Croce Verde (Chianciano Terme)

2010: Orbetello Night Run (Orbetello), Cross Universitario Tor Vergata (Roma),
Marcia del Capercio (Arcidosso)

2012: Memorial Silvano Frigola (P.S.Stefano), Classifica individuale Staffetta (Grosseto),

Corri nel Parco (Alberese)

2016: Osa-Albegna (Albinia)

2018: Scarpinata di (Siena), Badesse (Monteriggioni)
Classifica a squadre Maratonina di (Montalto)