

Atleta
SILVANA BENEDETTI 1960



Record Personali

<u>400 m</u>	1'13"	Arezzo 2016
<u>800 m</u>	2'49"	Arezzo 2016
<u>1500 m</u>	5'55"	Castiglione 2017
<u>10 km</u>	48'12"	Grosseto 2017
<u>21,097 km</u>	1h46'56"	Verona 2017
<u>42,195 km</u>	4h33'05"	Firenze 2015

Palmares

EAA MASTER

1 argento europeo: F-55 Staffetta Cross (Grosseto) 2015
1 bronzo europeo: F-55 Cross a squadre (Madrid) 2018

FIDAL MASTER

3 volte Campionessa nazionale: F-55 4 x 400 (Cassino) 2015, Staffetta Cross (Gubbio) 2017,
Staffetta di Cross (Gubbio) 2018
1 argento nazionale: F-55 800 m (Cassino) 2015
3 bronzi nazionali: F-50 4 x 1500 (Desenzano Del Garda) 2014, F-55 800 m (Arezzo) 2016
F-55 1500 indoor (Ancona) 2017
5 volte Campionessa regionale: F-55 Cross (Empoli) 2015, F-55 800 m (Piombino) 2015,
F-55 4 x 400 (Piombino) 2015, F-55 800 m (Castiglione) 2016,
F-55 Mezza Maratona (Pisa) 2016
6 argenti regionali: F-50 1500 m (Firenze) 2014, F-55 1500 m (Castiglione) 2016,
F-55 4 x 100 (Castiglione) 2016, F-55 4 x 400 (Castiglione) 2016,
F-55 Cross (Filecchio) 2017, F-55 Cross (Marina di Massa) 2018

UISP

2 bronzi regionali: F-50 Mezza Maratona (Orbetello) 2014, F-55 Corsa su strada (Arcidosso) 2016

MARATONA

Maratone disputate: 1

CORRI NELLA MAREMMA

Miglior classifica generale: 28[^] (2016)

Ranking: 144[°]

Punti Ranking: 3

Gare disputate: 65

Miglior assoluta: 5[^]

Vittorie categoria: 2

ALTRE VITTORIE

2013: Memorial Silvano Frigola (Porto Santo Stefano)

2014: Memorial Silvano Frigola (Porto Santo Stefano)

2018: Classifica a squadre Maratonina di (Montalto)