

АЛЕКСАНДРОВА ДИНА ГРИГОРЬЕВНА**ЛИЧНЫЕ ДАННЫЕ**

Дата рождения	09.08.1992
Пол	Женский
Рост	160
Вес	45
Разряд	МС
ID	1242

СПОРТИВНЫЕ ДАННЫЕ

Организация: ОБУ СШОР "Урожай", ОБУ ЦСП "ШВСМ"
ДСО:
Состав:
Субъекты: Курская область
Тренеры: Осипов Сергей Александрович, Руденко Валерий Дмитриевич, Ляликов Николай Владиславович, Захаров Николай Александрович

ДИСЦИПЛИНЫ

Бег 800 м	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд	2:01.96	Чемпионат России 2017 30.07.2017
	Лучший результат сезона		
Бег 1000 м	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд	02:36.07	Звезды 2016 28.07.2016
	Лучший результат сезона		
Бег 1500 м	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд	4:07.25	100-й Чемпионат России 27.07.2019
	Лучший результат сезона		
Бег 1 миля	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд	4:36.75	Чемпионат России по бегу на 1 милю 03.02.2019
	Лучший результат сезона		
Бег 3 000 м	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд	9:11.55	Всероссийские соревнования "Кубок подмосковья" 11.06.2019
	Лучший результат сезона		

Бег 5 000 м	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд	16:46.20	National Championships 2013-07-22 24.07.2013
	Лучший результат сезона		
Бег 2000 м	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд	5:57.29	Всероссийские соревнования в помещении «Кубок Москвы - Рождественский Кубок» 09.01.2020
	Лучший результат сезона	5:57.29	Всероссийские соревнования в помещении «Кубок Москвы - Рождественский Кубок» 09.01.2020
Эстафетный бег 4 x 400 м	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд		
	Лучший результат сезона		
Эстафетный бег 4 x 800 м	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд	8:41.09	Чемпионат и первенство России по эстафетному бегу 11.09.2016
	Лучший результат сезона		
Эстафетный бег 4 x1500 м	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд	19:13.59	Чемпионат и первенство России по эстафетному бегу 11.09.2016
	Лучший результат сезона		
Эстафетный бег 100м - 200м - 300м - 400м	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд		
	Лучший результат сезона		
Эстафетный бег 100м - 200м - 400м - 800м	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд	3:33.36	Чемпионат России по эстафетному бегу. Командный Чемпионат России по многоборьям. 04.09.2017
	Лучший результат сезона		

Кросс 5 км	Рекорды	Показатель	Место и дата установления
	Личный рекорд		
	Лучший результат сезона		

РЕЗУЛЬТАТЫ Бег 800 м

Место	Результат	Соревнование	Дата
6	2:05.14	Командный Чемпионат России	06.09.2019
3	2:03.27	Всероссийские (международные) соревнования «Мемориал Знаменских»	06.07.2019
7	2:03.88	Чемпионат России	20.07.2018
7	2:03.54	Чемпионат России	19.07.2018
5	2:05.53	Всероссийские соревнования «Мемориал Знаменских»	01.07.2018
3	2:05.95	Командный чемпионат России	31.05.2018
5	2:05.87	Чемпионат России в помещении 2018	13.02.2018
5	2:05.65	Чемпионат России в помещении 2018	12.02.2018
2	2:06.31	Кубок Главы Чувашской Республики М.В.Игнатьева	14.01.2018
7	2:01.96	Чемпионат России 2017	30.07.2017
10	2:03.96	Кубок России 2017	15.07.2017
2	2:07.93	Чемпионат ЦФО России	05.06.2017
8	2:04.28	Чемпионат России в помещении	19.02.2017
9	02:03.17	Кубок России 2016, Жуковский	21.07.2016
1	02:03.33	Чемпионат России 2016	20.06.2016
4	02:02.49	Командный чемпионат России	27.05.2016
13	02:05.32	Чемпионат России 2016 года в помещении	24.02.2016
13	02:05.32	Чемпионат России 2016 года в помещении	23.02.2016
2	2:05.80	Кубок Белогорья 2016	31.01.2016

6	02:04.07	Чемпионат России по легкой атлетике 2015	04.08.2015
1	02:02.84	Чемпионат России по легкой атлетике 2015	03.08.2015
12	02:05.72	Russian Cup 2015-07-09	10.07.2015
3	02:04.89	National Indoor Championships, CSKA Indoor Arena 2015-02-17	17.02.2015
2	02:04.74	National Indoor Championships 2014-02-17	17.02.2014
1	02:05.38	Moscow Indoor Championships 2014-01-23	24.01.2014
4	02:04.13	National U23 Championships Age 22 2013-06-24	25.06.2013
1	02:04.62	National U23 Championships Age 22 2013-06-24	24.06.2013
2	02:04.30	Rus Cup 2013-06-15	16.06.2013
7	02:03.86	Russian Team Championships 2013-05-25	26.05.2013
	02:09.05	NC-j Age 22 2012-07-20	20.07.2012
4	02:03.57	National Championships 2012-07-03	03.07.2012
1	02:08.25	Volga Ch Age 19 2011-06-01	02.06.2011
4	02:05.91	NC 2010-07-12	12.07.2010
2	02:03.25	NC-j Age 22 2010-07-02	02.07.2010

РЕЗУЛЬТАТЫ Бег 1000 м

Место	Результат	Соревнование	Дата
4	2:43.47	Всероссийские соревнования «Оренбургская миля» на призы губернатора Оренбургской области	20.01.2018
3	2:47.38	Всероссийские соревнования «Рождественские старты. Мемориал Э.С.Яламова»	07.01.2018
2	02:36.07	Звезды 2016	28.07.2016
1	02:47.25	Student Stars Competitions 2014-12-20	21.12.2014

РЕЗУЛЬТАТЫ Бег 1500 м

Место	Результат	Соревнование	Дата
--------------	------------------	---------------------	-------------

2	4:11.72	Командный Чемпионат России	06.09.2019
2	4:07.25	100-й Чемпионат России	27.07.2019
2	4:09.63	100-й Чемпионат России	26.07.2019
1	4:13.02	Кубок России	29.05.2019
2	4:14.51	Чемпионат России в помещении	15.02.2019
13	4:16.41	Чемпионат России	21.07.2018
7	4:18.42	Всероссийские соревнования «Мемориал Знаменских»	01.07.2018
3	4:14.40	Всероссийские соревнования	13.06.2018
2	4:12.63	Командный чемпионат России	31.05.2018
4	4:14.41	Чемпионат России в помещении 2018	14.02.2018
6	4:19.22	Всероссийские (международные) соревнования «Русская зима»	04.02.2018
8	4:14.06	Чемпионат России 2017	30.07.2017
3	4:16.48	Кубок России 2017	14.07.2017
7	4:10.89	Международные соревнования "Мемориал Знаменских"	02.07.2017
1	4:30.34	Чемпионат ЦФО России	05.06.2017
5	4:14.65	Чемпионат России в помещении	21.02.2017
7	4:17.45	"Русская зима" 2017	04.02.2017
5	4:13.88	Кубок России 2016, Жуковский	20.07.2016
5	4:10.83	Чемпионат России 2016	23.06.2016
3	4:13.05	Чемпионат России 2016	22.06.2016
6	4:16.07	Всероссийские соревнования по легкой атлетике «Мемориал Знаменских»	05.06.2016
3	4:13.82	Командный чемпионат России	26.05.2016
6	04:18.18	Чемпионат России 2016 года в помещении	25.02.2016

5	04:14.61	Русская Зима 2016	14.02.2016
5	04:22.2	Russian Cup 2015-07-09	09.07.2015
2	04:20.31	National Indoor Championships, CSKA Indoor Arena 2015-02-17	19.02.2015
18	04:25.72	National Indoor Championships 2014-02-17	19.02.2014
7	04:22.76	Moscow Indoor Championships 2014-01-23	23.01.2014
5	04:18.72	National U23 Championships Age 22 2013-06-24	26.06.2013
1	04:17.08	Rus Cup 2013-06-15	15.06.2013
8	04:21.62	Pechonkina Prizes 2013-06-02	02.06.2013
4	04:14.63	Russian Team Championships 2013-05-25	25.05.2013
4	04:24.43	National U23 Indoor Championships Age 22 2013-02-22	24.02.2013
1	04:24.06	Volga FD Indoor Championships Age 22 2013-01-12	12.01.2013
12	04:22.12	NC-j Age 22 2012-07-20	22.07.2012
5	04:20.65	National Championships 2012-07-03	05.07.2012
3	04:21.58	National U23 Indoor Championships Age 22 2012-03-02	04.03.2012
11	04:34.87	21st European Athletics Junior Championships, Kadriorg Stadium Age 19	24.07.2011
1	04:20.43	National Junior Championships, Stadion Olimpiyskiy - translation copyright 2011 Mirko Jalava Age 19	03.07.2011
2	04:21.15	Tatarstan Ch 2011-06-29	30.06.2011
1	04:20.15	Volga Ch Age 19 2011-06-01	02.06.2011
1	04:30.60	National Junior Indoor Championships Age 19 2011-02-04	06.02.2011
11	04:20.89	NC-j Age 22 2010-07-02	04.07.2010
1	04:26.27	NC-j Age 19 2010-06-18	20.06.2010

РЕЗУЛЬТАТЫ Бег 1 миля

Место	Результат	Соревнование	Дата
5	4:39.31	Всероссийские соревнования «Мемориал ЗТ СССР В.И. Алексеева»	17.02.2019
6	4:36.75	Чемпионат России по бегу на 1 милю	03.02.2019
3	4:44.74	Всероссийские соревнования «Мемориал ЗТ СССР В.И.Алексеева»	07.02.2018
2	04:41.94	Мемориал ЗТ СССР В.И. Алексеева 2016	07.02.2016

РЕЗУЛЬТАТЫ Бег 3 000 м

Место	Результат	Соревнование	Дата
5	9:11.55	Всероссийские соревнования "Кубок подмосковья"	11.06.2019
7	9:18.92	Чемпионат России в помещении	15.02.2019
5	09:47.18	National U23 Indoor Championships Age 22 2013-02-22	22.02.2013
1	09:25.4	Volga FD Indoor Championships Age 22 2013-01-12	13.01.2013
5	09:30.93	National U23 Indoor Championships Age 22 2012-03-02	02.03.2012
3	09:51.64	National Junior Indoor Championships Age 19 2011-02-04	04.02.2011
2	09:51.14	NC-j Age 19 2010-06-18	18.06.2010
6	09:51.0	Univ Ch 2010-02-23	24.02.2010
2	09:53.76	National Junior Indoor Championships Age 19 2010-02-05	05.02.2010
1	09:53.98	Volga Ch Age 19 2010-01-15	16.01.2010

РЕЗУЛЬТАТЫ Бег 5 000 м

Место	Результат	Соревнование	Дата
11	16:46.20	National Championships 2013-07-22	24.07.2013
15	16:52.16	National Indoor Championships 2013-02-12	14.02.2013

РЕЗУЛЬТАТЫ Бег 2000 м

Место	Результат	Соревнование	Дата
	6:06.66	Кубок Москвы – «Рождественский Кубок»	10.01.2018
РЕЗУЛЬТАТЫ Эстафетный бег 4 x 800 м			
Место	Результат	Соревнование	Дата
4	8:41.09	Чемпионат и первенство России по эстафетному бегу	11.09.2016
РЕЗУЛЬТАТЫ Эстафетный бег 4 x1500 м			
Место	Результат	Соревнование	Дата
4	19:13.59	Чемпионат и первенство России по эстафетному бегу	11.09.2016
РЕЗУЛЬТАТЫ Эстафетный бег 100м - 200м - 400м - 800м			
Место	Результат	Соревнование	Дата
3	3:38.51	Чемпионат России по эстафетному бегу	09.09.2019
2	3:33.36	Чемпионат России по эстафетному бегу. Командный Чемпионат России по многоборьям.	04.09.2017
4	3:42.15	Чемпионат и первенство России по эстафетному бегу	11.09.2016