

## CLASIFICACION CATEGORIAS ABSOLUTA

PTO	DOR	NOMBRE	EQUIPO	T_OFI	RITMO	T_NET	LOCAL
-----	-----	--------	--------	-------	-------	-------	-------

## ABSOLUTA

## SUB 20\_FEM

1	194	AINOA GONTAN IGLESIAS	SD COMPOSTELA ATLETISMO	33:46	3:55 min/Km	33:44	
2	191	VALERIA BATIRE GURIDI DIÉGUEZ	SD COMPOSTELA ATLETISMO	37:43	4:23 min/Km	37:40	
3	193	ENMA ARGIBAY DOMÍNGUEZ	CLUB ATLETISMO SAR_FEM	53:29	6:13 min/Km	53:22	
DNS	190	ANDREA SEOANE GARCÍA	NINGUNO		min/Km		

## SUB 20\_MAS

1	195	GONZALO CAO BLANCO	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	30:56	3:35 min/Km	30:54	
2	188	YAGO DANIEL RÍO PEREIRA	NINGUNO	34:56	4:03 min/Km	34:53	
3	192	XOEL MEIJIDE	NINGUNO	40:46	4:44 min/Km	40:37	(5)
DNF	189	SAMUEL FARIÑAS FERNANDEZ	NINGUNO		min/Km		

## SUB 23\_FEM

1	144	MENCÍA REBORIDO FUENTES	SD COMPOSTELA ATLETISMO	37:23	4:20 min/Km	37:19	
2	147	MARTA CALVO NOYA	NINGUNO	45:44	5:19 min/Km	45:36	

## SUB 23\_MAS

1	145	HUGO GARCIA SOUTO	CELTA ATLETISMO	26:59	3:08 min/Km	26:58	
2	146	PEDRO LISTE MONTEAGUDO	CLUB ATLETISMO TAMBRE	27:35	3:12 min/Km	27:34	

## SENIOR\_MAS

1	24	PABLO BOCELO BELLAS	SOCIEDAD GIMNASTICA DE PONTEVEDRA	26:57	3:08 min/Km	26:57	
2	1	JORGE PUIG MALVAR	CLUB ATLETISMO SANTIAGO	27:35	3:12 min/Km	27:19	
3	34	GERMÁN LÓPEZ VÁZQUEZ	NINGUNO	28:02	3:15 min/Km	28:01	
4	7	ALEJANDRO MONTERO LÓPEZ	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	29:49	3:27 min/Km	29:48	
5	17	ADRIAN GARABATO LAGARES	CLUB ATLETISMO SANTIAGO	30:37	3:33 min/Km	30:36	(1)
6	31	BRAIS OTERO LESTÓN	CLUB ATLETISMO TAMBRE	30:50	3:35 min/Km	30:49	
7	30	FRANCISCO VARELA RAMOS	NINGUNO	30:51	3:35 min/Km	30:49	

## CLASIFICACION CATEGORIAS ABSOLUTA

PTO	DOR	NOMBRE	EQUIPO	T_OFI	RITMO	T_NET	LOCAL
8	25	ALEXANDRE FERNANDEZ TOJO	CLUB ATLETISMO TAMBRE	30:53	3:35 min/Km	30:51	
9	8	MARTÍN CASAL MOURELOS	CLUB ATLETISMO TAMBRE	31:27	3:39 min/Km	31:26	
10	15	DAVID SENRA MARTINEZ	CLUB ATLETISMO TAMBRE	32:09	3:44 min/Km	32:07	
11	13	MANUEL MATO COUSO	A.D CERNE	32:33	3:47 min/Km	32:33	
12	14	ROBERTO PEREZ CASTRO	A.D CERNE	35:48	4:09 min/Km	35:42	
13	11	ALEJANDRO QUINTAS CRESPO	NINGUNO	37:14	4:19 min/Km	37:09	
14	6	ALBERTO VIGO SÁNCHEZ	NINGUNO	37:18	4:20 min/Km	37:14	
15	19	PABLO NOVO MATO	CUB ATLETISMO BOIMORTO	37:51	4:24 min/Km	37:45	
16	29	DANIEL CURROS	NINGUNO	37:54	4:24 min/Km	37:43	
17	33	ALEJANDRO GARCÍA LOSAS	NINGUNO	38:34	4:28 min/Km	38:30	
18	12	MARCOS SÁNCHEZ LAGARES	CD MESOIRO	39:07	4:32 min/Km	38:59	(3)
19	37	BRAIS PÉREZ FERNÁNDEZ	CLUB ATLETISMO O PINO	42:21	4:55 min/Km	42:12	
20	10	DAVID PAZ RAMA	NINGUNO	44:58	5:13 min/Km	44:47	
21	20	DAMIÁN MOAR BOTANA	NINGUNO	53:28	6:12 min/Km	53:18	
DNS	9	EDUARDO REGALADO FUENTES	NINGUNO		min/Km		
DNS	16	JESÚS SAINZ TRESGUERRAS	CLUB ATLETISMO SAR_MAS		min/Km		
DNS	23	AMADEO ABAL CHAVES	PLAYAS DE CASTELLÓN		min/Km		
DNS	35	THOMAS AFONSO LÓPEZ	CLUB ATLETISMO TAMBRE		min/Km		

## SENIOR\_FEM

1	36	SANDRA MOSQUERA LOSADA	COMESAÑA SPORTING CLUB	32:19	3:45 min/Km	32:18	
2	26	ELENA VERES OJEA	SD COMPOSTELA ATLETISMO	33:58	3:56 min/Km	33:55	
3	32	ALEJANDRA NUÑEZ AMADO	CLUB ATLETISMO TAMBRE	38:00	4:25 min/Km	37:55	
4	5	NURIA MEJUTO	SD COMPOSTELA ATLETISMO	38:10	4:26 min/Km	38:06	
5	27	LAURA BOTANA MOSQUERA	SD COMPOSTELA ATLETISMO	43:20	5:02 min/Km	43:14	
6	18	LAURA MOSQUERA LÓPEZ	NINGUNO	44:19	5:09 min/Km	44:12	
7	22	LUCÍA PIÑEIRO BEN	SD COMPOSTELA ATLETISMO	46:27	5:24 min/Km	46:17	
8	21	ALBA GÓMEZ RODRÍGUEZ	NINGUNO	49:27	5:44 min/Km	49:17	
9	28	ANTÍA BOTANA MOSQUERA	SD COMPOSTELA ATLETISMO	52:32	6:06 min/Km	52:24	
10	38	MARIÑA GARCIA MENDEZ	NINGUNO	1:02:51	7:18 min/Km	1:02:38	(1)

## MASTER 1\_FEM

1	3	TINA FERNANDEZ BARREIROS	CLUB ATLETISMO SAR_FEM	32:31	3:46 min/Km	32:29	
---	---	--------------------------	------------------------	-------	-------------	-------	--

## CLASIFICACION CATEGORIAS ABSOLUTA

PTO	DOR	NOMBRE	EQUIPO	T_OFI	RITMO	T_NET	LOCAL
2	55	SILVIA GARCIA LORENZO	CLUB ATLETISMO SAR_FEM	34:56	4:03 min/Km	34:54	
3	59	CLARA MARÍA MILLARES SIEIRA	EL CANARIO	41:01	4:46 min/Km	40:59	
4	52	CHUS GARCIA PENA	CLUB ATLETISMO TAMBRE	43:43	5:04 min/Km	43:32	
5	54	SILVIA FERNANDEZ BLANCO	SD COMPOSTELA ATLETISMO	44:23	5:09 min/Km	44:17	
DNS	64	PATRICIA ABAD	NINGUNO		min/Km		

## MASTER 1\_MAS

1	57	ALBERTO PARRAS	CLUB DEPORTIVO BRIÓN HYUPERSA SANTIAGO	30:06	3:29 min/Km	30:05	
2	58	NICOLÁS BAS ROTH	CLUB ATLETISMO SADA	30:11	3:30 min/Km	30:09	
3	43	MANUEL GAREA SUAREZ	NOSPORTLIMIT	32:16	3:45 min/Km	32:14	
4	49	AMANCIO RAÑA RECOUSO	CLUB ATLETISMO TAMBRE	33:50	3:55 min/Km	33:47	
5	44	FRANCISCO JOSE CUENCA GARCIA	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	34:01	3:57 min/Km	33:58	
6	42	DAVID CEPEDA	NINGUNO	34:36	4:01 min/Km	34:32	(2)
7	48	DANIEL GARCÍA CABEZA	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	34:49	4:02 min/Km	34:45	
8	39	DARIO NOYA CEREIJO	NINGUNO	36:20	4:13 min/Km	36:15	
9	51	MARCOS GARCÍA SÓÑORA	CLUB ATLETISMO NOIA	37:13	4:19 min/Km	37:07	
10	61	MANUEL BASOA RODRIGUEZ	ESCOLA DE ATLETISMO PAULA MAYOBRE	39:44	4:37 min/Km	39:40	
11	46	ADRIAN VAZQUEZ FORJAN	NINGUNO	40:38	4:43 min/Km	40:26	
12	62	PABLO VIDAL RÍOS	NINGUNO	40:57	4:45 min/Km	40:50	
13	56	JUAN JOSE CANCELO ALFONSO	CLUB DEPORTIVO BRIÓN HYUPERSA SANTIAGO	41:58	4:52 min/Km	41:50	
14	47	RODRIGO GONZALEZ VALCARCE	ANICIU-TRIATLONALTONALON	41:59	4:52 min/Km	41:46	
15	65	MIGUEL CARREIRA PARRADO	NINGUNO	43:04	5:00 min/Km	42:49	
16	50	CARLOS REY QUINTELA	NINGUNO	43:22	5:02 min/Km	43:06	
17	53	PABLO GARCÍA BERMÚDEZ	NINGUNO	46:22	5:23 min/Km	46:09	(7)
18	40	MIGUEL GARCÍA CODESIDO	CLUBE DEPORTIVO ARZÚA	46:27	5:23 min/Km	46:17	
19	45	LEANDRO EIRAS LUEIRO	OS CLÁSICOS DE FRADES	55:12	6:25 min/Km	55:01	
DNS	41	DAMIAN ARAUJO PEREZ	NINGUNO		min/Km		
DNS	60	ANXO CASTRO VARELA	VICKY FOODS ATHLETICS		min/Km		
DNS	63	ANDRÉS PAZOS TRONCEDA	NINGUNO		min/Km		

## MASTER 2\_FEM

1	131	BEATRIZ BARROSO PEREZ	CLUB ATLETISMO NOIA	34:23	3:59 min/Km	34:20	
2	107	NOELIA PAPÍN ESTÉVEZ	CLUB ATLETISMO SADA	35:58	4:10 min/Km	35:56	

## CLASIFICACION CATEGORIAS ABSOLUTA

PTO	DOR	NOMBRE	EQUIPO	T_OFI	RITMO	T_NET	LOCAL
3	100	MARÍA TARRIO MARTÍNEZ	SD COMPOSTELA ATLETISMO	36:02	4:11 min/Km	35:58	
4	67	FINA BLANCO PENA	C.D. 21 LEGUAS	39:24	4:34 min/Km	39:21	
5	74	CRISTINA CARRIL BOO	CLUB ATLETISMO O PINO	39:24	4:34 min/Km	39:16	
6	4	SONIA AGRASAR BARRAL	CLUB ATLETISMO SAR_FEM	39:30	4:35 min/Km	39:24	
7	126	SILVIA MARIÑO REY	CLUB ATLETISMO SAR_FEM	42:45	4:58 min/Km	42:37	
8	102	MARGARITA BLANCO DIEGUEZ	GTR GALAICO TRAIL RUN	42:52	4:59 min/Km	42:43	
9	69	BELI BERMÚDEZ RIOS	SD COMPOSTELA ATLETISMO	42:57	4:59 min/Km	42:51	
10	71	VERÓNICA CORTÉS TERNANDE	NINGUNO	44:22	5:09 min/Km	44:17	
11	123	JOSEFINA RIBER RUEDA	NINGUNO	44:46	5:12 min/Km	44:39	
12	119	GELY LEÓN VIÑAS	CLUB ATLETISMO NOIA	45:01	5:14 min/Km	44:53	
13	73	CARMEN CASTRO CORES	CLUB ATLETISMO O PINO	48:27	5:37 min/Km	48:17	
14	114	PATRICIA FERNANDEZ DOPAZO	CLUBE DEPORTIVO ARZÚA	50:04	5:49 min/Km	49:56	
15	111	MARÍA VANESSA LEON VIÑAS	CLUB ATLETISMO SAR_FEM	51:21	5:58 min/Km	51:13	
16	142	ANDREA COSTOYA	NINGUNO	53:19	6:11 min/Km	53:04	
17	125	MARÍA MAROÑAS	SD COMPOSTELA ATLETISMO	55:12	6:25 min/Km	55:01	
18	137	OLIVIA GARCIA MENDEZ	NINGUNO	1:02:51	7:18 min/Km	1:02:38	(2)
DNS	94	ROCIO ALVITE FERREIRO	CLUB ATLETISMO SAR_FEM		min/Km		

## MASTER 2\_MAS

1	2	ALEJANDRO PESADO FERNÁNDEZ	CLUB ATLETISMO O PINO	28:11	3:16 min/Km	28:10	
2	122	AMADOR PENA TORREIRA	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	29:10	3:23 min/Km	29:09	
3	117	DANIEL PAZ PARDO	CLUB DEPORTIVO BRIÓN HYUPERSA SANTIAGO	29:11	3:23 min/Km	29:10	
4	106	MARCOS LADO PÉREZ	CLUB ATLETISMO SAR_MAS	30:54	3:35 min/Km	30:52	
5	135	ALBERTO MARIÑO RIAL	NINGUNO	30:56	3:35 min/Km	30:53	
6	91	JOSÉ SANDÁ ARES	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	30:58	3:36 min/Km	30:56	
7	84	SINDO GONZALEZ CASTRO	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	31:56	3:42 min/Km	31:53	
8	108	ESTEBAN GARCIA GOMEZ	CLUB DEPORTIVO BRIÓN HYUPERSA SANTIAGO	32:06	3:43 min/Km	32:05	
9	85	MANUEL CASTIÑEIRAS PORTOS	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	32:12	3:44 min/Km	32:09	
10	115	JOSÉ ANTONIO VIDAL GONZÁLEZ	CLUB DEPORTIVO BRIÓN HYUPERSA SANTIAGO	32:22	3:45 min/Km	32:17	
11	121	JAVIER GUIMAREY SENIN	CLUB ATLETISMO SAR_MAS	32:24	3:45 min/Km	32:21	
12	78	PABLO IGLESIAS COMOJO	CLUB DEPORTIVO BRIÓN HYUPERSA SANTIAGO	32:37	3:47 min/Km	32:30	
13	89	RUBÉN PENAS GARCÍA	CLUB ATLETISMO TAMBRE	33:12	3:51 min/Km	33:12	
14	87	ALBERTO MOURE ANDRADE	NINGUNO	33:18	3:52 min/Km	33:16	

## CLASIFICACION CATEGORIAS ABSOLUTA

PTO	DOR	NOMBRE	EQUIPO	T_OFI	RITMO	T_NET	LOCAL
15	124	MANUEL COSTA CASTRO	CLUB ATLETISMO TAMBRE	33:37	3:54 min/Km	33:33	
16	139	SERGIO NOGUEIRA MIÑAN	NINGUNO	34:05	3:57 min/Km	34:00	
17	76	JÓSE MONTERO PAMPÍN	K2ORDES	34:09	3:58 min/Km	34:06	
18	104	HÉCTOR CAJARAVILLE ARAÚJO	NINGUNO	34:13	3:58 min/Km	34:08	
19	70	MIGUEL GARCÍA DURO	NINGUNO	34:28	4:00 min/Km	34:23	
20	113	ANTONIO CARNEIRO GARCÍA	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	34:50	4:02 min/Km	34:46	
21	101	LUIS ROSENDE	CLUB ATLETISMO TAMBRE	34:54	4:03 min/Km	34:51	
22	109	IGNACIO DEVESA	CLUB DEPORTIVO BRIÓN HYUPERSA SANTIAGO	35:06	4:04 min/Km	35:04	
23	68	VICTOR SOUTO CARRERA	NINGUNO	35:07	4:04 min/Km	34:59	
24	98	JAPI BAAMONDE ARUFE	CLUB ATLETISMO SAR_MAS	35:12	4:05 min/Km	35:08	
25	136	PABLO LUENGO DELGADO	NINGUNO	36:00	4:11 min/Km	35:55	
26	138	VICENTE SANMARTÍN VIGO	RÍA DE FOZ ATLETISMO	36:02	4:11 min/Km	35:57	
27	140	JUAN ENRIQUE LÓPEZ VÁZQUEZ	NINGUNO	36:06	4:11 min/Km	36:00	
28	127	XABIER CASTRO FERNÁNDEZ	CLUB ATLETISMO TAMBRE	36:06	4:11 min/Km	35:59	
29	96	JOSÉ RAMÓN PUGA GARCIA	NINGUNO	36:11	4:12 min/Km	36:04	
30	66	ABEL BARREIRO FERREIRO	NINGUNO	36:15	4:12 min/Km	36:10	
31	93	CESAR COSTOYA PRADO	NINGUNO	36:38	4:15 min/Km	36:33	
32	116	JORGE CASTRO MAROÑO	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	36:59	4:17 min/Km	36:53	
33	134	ÓSCAR MARTÍNEZ IGLESIAS	NINGUNO	37:07	4:18 min/Km	37:00	
34	130	DANIEL LAREO CREO	CLUB ATLETISMO NOIA	37:21	4:20 min/Km	37:15	
35	81	DAVID PONTE IGLESIAS	MARRANERS-EN BOAS MANS	37:27	4:21 min/Km	37:17	
36	99	DANIEL CASTRO MOSCOSO	CLUB ATLETISMO O PINO	37:41	4:22 min/Km	37:34	
37	196	Marcos Fontan Sedes	NINGUNO	37:42	4:22 min/Km	37:34	
38	118	TOÑO MATALOBOS BUSTELO	CLUB DEPORTIVO BRIÓN HYUPERSA SANTIAGO	37:59	4:24 min/Km	37:56	
39	92	JESÚS GARCÍA PENA	NINGUNO	38:02	4:25 min/Km	37:57	
40	90	LAUREANO VARELA ALVAREZ	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	38:10	4:26 min/Km	38:05	
41	95	BORJA COLLAR AMADO	OS CLÁSICOS DE FRADES	38:31	4:28 min/Km	38:19	
42	82	CÉSAR SUÁREZ SUÁREZ	OS CLÁSICOS DE FRADES	39:05	4:32 min/Km	38:53	
43	75	JESUS SANCHEZ DURO	CLUB ATLETISMO O PINO	39:28	4:35 min/Km	39:20	
44	132	BORJA SUÁREZ FUENTES	NINGUNO	39:45	4:37 min/Km	39:37	
45	97	CARLOS RIVERA JARAZO	NINGUNO	40:28	4:42 min/Km	40:19	(4)
46	128	ISRAEL BENÍTEZ SOMOZA	EL CANARIO	41:02	4:46 min/Km	40:59	
47	103	PABLO RAÑA DIEZ	NINGUNO	42:44	4:58 min/Km	42:35	
48	129	GONZALO CARNOTA COSTOYA	NINGUNO	42:55	4:59 min/Km	42:44	

**CLASIFICACION CATEGORIAS ABSOLUTA**

PTO	DOR	NOMBRE	EQUIPO	T_OFI	RITMO	T_NET	LOCAL
49	83	MARCO CASTRO COSTOYA	NINGUNO	43:38	5:04 min/Km	43:27	
50	143	JOSÉ RAMÓN MIRANDA RAMOS	NINGUNO	43:47	5:05 min/Km	43:31	
51	72	JUAN CARLOS VAZQUEZ GAREA	NINGUNO	44:01	5:06 min/Km	43:47	(6)
52	86	ALBERTO GOMEZ SANCHEZ	NINGUNO	46:22	5:23 min/Km	46:08	(8)
53	120	DAVID LAGO LOUZÁN	OS CLÁSICOS DE FRADES	48:06	5:35 min/Km	47:55	
54	77	BENEDICTO MIRA ROSENDE	NINGUNO	48:59	5:41 min/Km	48:50	
55	88	JOSÉ MANUEL MEIJIDE PAZOS	NINGUNO	49:04	5:42 min/Km	48:55	(9)
56	141	OSCAR MIRANDA	CLUB ATLETISMO BOIMORTO	53:19	6:11 min/Km	53:04	
57	80	PABLO PAIS TRIGO	NINGUNO	55:12	6:25 min/Km	55:00	
58	79	JESUS REY FERREIRO	NINGUNO	55:12	6:25 min/Km	55:02	
59	112	JOSÉ MANUEL MARTÍNEZ REY	NINGUNO	55:12	6:25 min/Km	54:59	(10)
DNS	105	SERGIO ANGEL BALADO MOSQUERA	ARTROGAL TRI498		min/Km		
DNS	110	JOSE ANTONIO GOMEZ RIOS	CLUB ATLETISMO SAR_MAS		min/Km		
DNS	133	ROI GARCIA FUENTES	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS		min/Km		

**MASTER 3\_FEM**

1	152	MERCEDES BLANCO AMBOAGE	CLUB ATLETISMO SAR_FEM	39:14	4:33 min/Km	39:10	
2	150	MALENA AMIGO FERREIRO	SD COMPOSTELA ATLETISMO	49:19	5:43 min/Km	49:14	
3	157	CONCEP NOYA MIRÁS	PASA OU ENTORNA	53:37	6:14 min/Km	53:25	
DNS	149	ANA MARIA ALVAREZ LOPEZ	NINGUNO		min/Km		
DNS	170	BELEN POSE	NINGUNO		min/Km		

**MASTER 3\_MAS**

1	172	JOSE ANTONIO GONTAN CASTRO	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	31:11	3:37 min/Km	31:08	
2	161	ROBERTO SENRA ALVAREZ	CLUB ATLETISMO TAMBRE	33:11	3:51 min/Km	33:08	
3	164	DAVID PÉREZ SANTAMARÍA	CLUB ATLETISMO SAR_MAS	33:31	3:53 min/Km	33:27	
4	153	JESÚS BARRAL SÁNCHEZ	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	33:59	3:57 min/Km	33:56	
5	173	JUAN SICILIA BARCI	NINGUNO	34:08	3:58 min/Km	34:06	
6	167	CESAR TABOADA MILLAN	CLUB ATLETISMO SAR_MAS	34:09	3:58 min/Km	34:06	
7	148	ALFONSO GARCÍA BELLO	NINGUNO	34:42	4:02 min/Km	34:40	
8	171	JOSÉ ANTONIO NOYA PÉREZ	FONTES DO SAR	34:47	4:02 min/Km	34:44	
9	155	CARLOS CABO BLANCO	NINGUNO	35:11	4:05 min/Km	35:04	
10	163	ELOY IGLESIA CRISTOBO	CLUB ATLETISMO SAR_MAS	35:47	4:09 min/Km	35:40	



## CLASIFICACION CATEGORIAS ABSOLUTA

PTO	DOR	NOMBRE	EQUIPO	T_OFI	RITMO	T_NET	LOCAL
11	174	CALO BUSTO-LOBATO	CLUB ATLETISMO SAR_MAS	35:48	4:09 min/Km	35:42	
12	156	JUAN LUIS AMIGO FERREIRO	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	36:15	4:12 min/Km	36:10	
13	162	FRANCISCO SANMARCO SANTOS	CLUB ATLETISMO SAR_MAS	37:06	4:18 min/Km	37:01	
14	166	SEGUNDO MANUEL RIVEIRO MOLEDO	NINGUNO	37:16	4:19 min/Km	37:10	
15	154	JOSE LUIS PAIS SIEIRA	OS CLÁSICOS DE FRADES	39:49	4:37 min/Km	39:38	
16	165	IIGNACIO SEIJO VÁZQUEZ	CLUB ATLETISMO O PINO	39:49	4:37 min/Km	39:39	
17	159	ANTONIO RIVEIRA MARTINEZ	CLUB ATLETISMO O PINO	42:46	4:58 min/Km	42:37	
18	158	FERNANDO SOUTO MATA	NINGUNO	45:04	5:14 min/Km	44:57	
19	160	VICTOR BLANCO SANTOS	CLUB ATLETISMO O PINO	46:10	5:22 min/Km	45:59	
20	151	VÍCTOR REY CASTELO	NINGUNO	46:16	5:22 min/Km	46:02	
DNS	168	JOSE FRANCISCO SAIZ FERNANDEZ	OPA FERROL TEAM RUNNING		min/Km		
DNS	169	JUAN FERREIRO LÓPEZ	CLUB ATLETISMO TAMBRE		min/Km		

## MASTER 4\_FEM

1	179	ÁNGELES RODRÍGUEZ DEL RÍO	NINGUNO	45:40	5:18 min/Km	45:34	
2	177	ELVIRA TRESGUERRAS GONZÁLEZ	CLUB ATLETISMO SAR_FEM	59:50	6:57 min/Km	59:43	
DNS	181	BERTA RODRÍGUEZ SALGADO	NINGUNO		min/Km		

## MASTER 4\_MAS

1	187	RAMIRO PÉREZ PEREIRA	CLUB ATLETISMO SAR_MAS	34:18	3:59 min/Km	34:13	
2	183	FRANCISCO JAVIER CEPEDA GACIO	NOITEBRA	35:52	4:10 min/Km	35:48	
3	185	LUIS FERNANDEZ VEIGA	VERXEL NUTRICIÓN DEPORTIVA	36:58	4:17 min/Km	36:56	
4	186	JOSÉ RAMÓN ABEL SUÁREZ	NOITEBRA	37:38	4:22 min/Km	37:33	
5	178	FERNANDO SAINZ GARCÍA	CLUB ATLETISMO SAR_MAS	38:50	4:30 min/Km	38:46	
6	180	MONCHO FERRACES VÁZQUEZ	NINGUNO	41:14	4:47 min/Km	41:00	
7	182	JUAN LUIS BOTANA FERREIRO	SD COMPOSTELA ATLETISMO_MAS	43:20	5:02 min/Km	43:14	
8	175	JESUS BERNAL GOMEZ	NINGUNO	1:00:48	7:04 min/Km	1:00:44	
DNS	176	BENITO GONZÁLEZ VARELA	CLUB ATLETISMO TAMBRE		min/Km		
DNS	184	MANUEL COUCEIRO MELLA	NINGUNO		min/Km		