



Pto	Dorsal	Nombre	Equipo	T Oficial	Rtimo	T Neto	CONTROL
-----	--------	--------	--------	-----------	-------	--------	---------

ABSOLUTA**SUB 18_FEM**

1	149	ARARAT PAZOS MEIXUS	SAN MIGUEL DE MARIN	42:56	4:17 min/Km	42:55	21:16 (83.
2	147	ALEJANDRA FORMOSO RECAREY	NINGUNO	43:35	4:21 min/Km	43:34	21:57 (97.
3	292	JULIA SALVADO DIEGUEZ	SD COMPOSTELA ATLETISMO	46:51	4:41 min/Km	46:44	23:47 (138.
DNS	151	MARIÑA REY MIGUENS	CLUB ATLETISMO SAR		min/Km		(

SUB 18_MAS

1	148	VICTOR RAMOS SAMBADE	TRIKI TEAM	32:22	3:14 min/Km	32:22	16:22 (6.
2	150	FERNANDO OTERO LADO	TRIKI TEAM	37:15	3:43 min/Km	37:15	19:04 (36.
3	153	ALEX AYASO PARADA	SANTA UXIA ATLETISMO	38:47	3:52 min/Km	38:47	19:42 (50.
4	146	LEO RIAL SIEIRA	NATACIÓN RIBEIRA	44:26	4:26 min/Km	44:23	22:18 (100.
DNS	152	HUGO GONZALEZ LESTON	NINGUNO		min/Km		(

SUB 20_MAS

-1	190	HUGO GARCIA SOUTO	REAL CLUB CELTA DE ATLETISMO	30:44	3:04 min/Km	30:44	16:20 (3.
DNS	145	DIEGO ARGIBAY ROMERO	EL CANARIO		min/Km		(

SUB 23_FEM

1	271	LIDIA GARCÍA REGUEIRA	EL CANARIO	1:12:14	7:13 min/Km	1:12:01	34:33 (217.
---	-----	-----------------------	------------	---------	-------------	---------	-------------

SUB 23_MAS

1	270	BRAIS GONZÁLEZ CIMADEVILLA	EL CANARIO	57:44	5:46 min/Km	57:32	28:37 (203.
---	-----	----------------------------	------------	-------	-------------	-------	-------------

SENIOR_FEM

-1	172	LAURA SANTOS DOMINGUEZ	LUCUS CAIXA RURAL GALEGA	34:15	3:25 min/Km	34:14	17:36 (15.
-1	25	SANDRA MOSQUERA LOSADA	COMESAÑA SPORTING CLUB	38:11	3:49 min/Km	38:11	19:35 (45.
1	21	ELENA VERES OJEA	SD COMPOSTELA ATLETISMO	44:29	4:26 min/Km	44:23	22:02 (98.

Pto	Dorsal	Nombre	Equipo	T Oficial	Rtimo	T Neto	CONTROL
2	208	LARA SALGADO SANTOS	SD COMPOSTELA ATLETISMO	46:09	4:36 min/Km	46:01	23:46 (137.
3	8	CRISTINA CASTRO TORRADO	ATLETISMO PORRIÑO	49:12	4:55 min/Km	49:06	25:23 (174.
4	14	NOELIA LOJO LÓPEZ	S.D. BARBANTIA RODA	49:32	4:57 min/Km	49:23	25:04 (163.
5	175	CAROLINA MARTÍNEZ CÁNIBE	NINGUNO	57:50	5:46 min/Km	57:42	29:50 (208.

SENIOR_MAS

-1	23	PABLO OTERO FARIÑA	SOCIEDAD GIMNÁSTICA PONTEVEDRA	30:53	3:05 min/Km	30:53	16:20 (1.
-1	203	ANXO CASTRO VARELA	VICKY FOODS ATHLETICS	31:05	3:06 min/Km	31:05	16:20 (2.
1	205	JESSE CORRO ROUFETT	ATLETISMO ARENTEIRO	31:29	3:08 min/Km	31:29	16:20 (4.
2	9	XACOBÉ FONTÁN MARTÍNEZ	S.D. BARBANTIA RODA	33:36	3:21 min/Km	33:35	17:26 (10.
3	18	MANUEL PIÑEIRO FIEL	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL	33:40	3:21 min/Km	33:39	17:08 (7.
4	11	RICARDO LEÓN VIÑAS	CLUB ATLETISMO SAR	33:53	3:23 min/Km	33:52	17:26 (12.
5	13	MICHEL FERNÁNDEZ GARCÍA	S.D. BARBANTIA RODA	34:38	3:27 min/Km	34:37	17:36 (13.
6	207	RUBEN INSUA DIAZ	CLUB ATLETISMO SAR	35:16	3:31 min/Km	35:15	18:14 (20.
7	201	EDUARDO BARREIRO IGLESIAS	ATLETISMO BAIONA	36:50	3:40 min/Km	36:50	19:03 (35.
8	174	MIGUEL IGLESIAS AMORES	ATLETISMO ARENTEIRO	37:07	3:42 min/Km	37:03	18:43 (29.
9	7	ERIC MARTÍNEZ IGLESIAS	NINGUNO	38:08	3:48 min/Km	38:00	19:35 (44.
10	211	XABI AGRASO ALONSO	SAUDE SPORT BARBANZA	38:54	3:53 min/Km	38:51	19:17 (40.
11	202	IVÁN OUTÓN BESADA	NINGUNO	39:24	3:56 min/Km	39:19	20:26 (63.
12	12	JUAN FERNÁNDEZ ROSALES	POR AMOR AL ARTE	42:02	4:12 min/Km	41:59	20:59 (79.
13	19	RICARDO TORRESCUSA MOURIÑO	NINGUNO	42:15	4:13 min/Km	42:10	21:38 (90.
14	204	ALBERTO REBOREDO DURÁN	CLUB ATLETISMO SAR	42:53	4:17 min/Km	42:47	21:36 (89.
15	15	IVÁN LÓPEZ OUJO	POR AMOR AL ARTE	43:59	4:23 min/Km	43:54	22:31 (107.
16	20	PEDRO TEMBRA CESPON	NINGUNO	44:35	4:27 min/Km	44:26	23:10 (125.
17	206	FRAN SANTOS ROJAS	NINGUNO	45:45	4:34 min/Km	45:40	22:57 (122.
18	16	MIGUEL FERNÁNDEZ ROSALES	POR AMOR AL ARTE	45:50	4:34 min/Km	45:44	23:52 (145.
19	173	ROBERTO JOSE JIMENEZ MICOLA	NINGUNO	47:47	4:46 min/Km	47:38	23:49 (141.
20	171	IVAN COELLO CAMIÑA	NINGUNO	49:59	4:59 min/Km	49:47	25:28 (180.
21	210	DANIEL CASTELAO PEREIRA	NINGUNO	50:32	5:03 min/Km	50:16	26:06 (185.
22	209	ALEJANDRO GÓMEZ IZQUIERDO	NINGUNO	53:29	5:20 min/Km	53:18	28:20 (202.
DNS	10	KEVIN ARMAS WALDOMAR	TRIATLÓN RIANXO		min/Km		(
DNS	17	IVÁN SEGADÉ DAVILA	TRIATLÓN RIANXO		min/Km		(
DNS	22	JOSEMI PAZ PÉREZ	NINGUNO		min/Km		(



Pto	Dorsal	Nombre	Equipo	T Oficial	Rtimo	T Neto	CONTROL
DNS	24	JUAN LUIS GARCIA MENIÑO	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL		min/Km		(

MASTER 1_FEM

1	176	ARIANA GONZALEZ VERDE	S.A.TREGA-TOMIÑO	39:51	3:59 min/Km	39:49	20:31 (67.
2	220	BELÉN BASCOY CAO	ADN RÍAS BAIXAS	43:19	4:19 min/Km	43:17	21:49 (92.
3	27	CLARA MARÍA MILLARES SIEIRA	EL CANARIO	44:38	4:27 min/Km	44:37	22:25 (104.
4	41	ANA MARRINEZ MARTINEZ	SERRES RUNNERS	49:43	4:58 min/Km	49:37	25:22 (167.
DNS	6	VICKY LOSADA PEREZ	OURENSE ATLETISMO		min/Km		(
DNS	31	SILVIA GARCÍA LORENZO	CLUB ATLETISMO SAR		min/Km		(
DNS	47	TINA FERNÁNDEZ BARREIROS	CLUB ATLETISMO SAR		min/Km		(
DNS	49	PAULA RIVADENEIRA PÉREZ	NINGUNO		min/Km		(
DNS	178	SOFIA FREAZA OTERO	COMESAÑA SPORTING CLUB		min/Km		(

MASTER 1_MAS

1	48	VICTOR GONZÁLEZ HORTA	COMESAÑA SPORTING CLUB	33:43	3:22 min/Km	33:42	17:26 (11.
2	43	MAXI OUBIÑA	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL	34:59	3:29 min/Km	34:58	17:40 (16.
3	33	MANUEL SOBRAL GONZALEZ	CLUB DEPORTIVO PINARIUM	35:31	3:33 min/Km	35:30	18:05 (17.
4	44	VICTOR LAIÑO SILVA	SAN MIGUEL DE MARIN	36:39	3:39 min/Km	36:37	18:36 (25.
5	36	LUIS MIGUEL FEITO MIRÁS	ENTRENARUNNING	37:24	3:44 min/Km	37:22	18:32 (24.
6	28	SERGIO SANCHEZ FERNANDEZ	ATLETISMO PORRIÑO	37:27	3:44 min/Km	37:26	18:44 (30.
7	216	FRAN OVIEDO BOUZAS	DESGUACES FERREIRO	37:37	3:45 min/Km	37:35	19:08 (37.
8	222	SALVA RIAL CASTAÑO	TRIBU TRAIL	37:49	3:46 min/Km	37:45	19:19 (41.
9	46	RICARDO ROMAY RODRÍGUEZ	CLUB ATLETISMO SAR	38:53	3:53 min/Km	38:48	20:34 (70.
10	26	JUANKY AGEITOS SAMPEDRO	EL CANARIO	39:18	3:55 min/Km	39:16	19:31 (42.
11	32	MARCOS FERNANDEZ CASAL	CLUB ATLETISMO SAR	41:02	4:06 min/Km	40:58	20:40 (74.
12	37	FRANCISCO JOSÉ CUENCA GARCIA	CLUB ATLETISMO O PINO	41:07	4:06 min/Km	41:03	21:18 (85.
13	218	ANXO ORELLAN FERNANDEZ	NINGUNO	41:11	4:07 min/Km	41:08	21:02 (80.
14	223	QUIQUE PENA CANEDA	NINGUNO	42:29	4:14 min/Km	42:25	20:48 (76.
15	227	PABLO POLO FISSGUS	NINGUNO	42:35	4:15 min/Km	42:30	21:53 (95.
16	39	MARCOS GARCÍA SÓÑORA	NINGUNO	42:43	4:16 min/Km	42:39	21:54 (96.
17	42	BASILIO CAMIÑA	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL	43:10	4:18 min/Km	43:04	22:41 (109.
18	231	DIEGO BELLO GRAIÑO	NINGUNO	43:11	4:19 min/Km	42:53	22:16 (99.



Pto	Dorsal	Nombre	Equipo	T Oficial	Rtimo	T Neto	CONTROL
19	228	ISMAEL PENA MANEIRO	NINGUNO	43:34	4:21 min/Km	43:30	22:19 (101.
20	51	JORGE PAZ CALO	NINGUNO	44:22	4:26 min/Km	44:16	22:42 (111.
21	219	PABLO FERNANDEZ BREA	NINGUNO	44:34	4:27 min/Km	44:18	22:22 (102.
22	217	MARIO JIMENEZ LOPEZ	NINGUNO	44:37	4:27 min/Km	44:28	22:34 (108.
23	224	JUAN PABLO FELTES BENÍTEZ	NINGUNO	45:13	4:31 min/Km	45:09	23:14 (127.
24	212	DAVID PARRADO MAQUIEIRA	NINGUNO	45:13	4:31 min/Km	45:07	23:12 (126.
25	214	JOSE EDUARDO RODRÍGUEZ ALONSO	NINGUNO	45:44	4:34 min/Km	45:35	23:27 (130.
26	221	JOSE GARCÍA ROMERO	TABEIRÓN DEPORTIVO BAIO	45:49	4:34 min/Km	45:42	23:31 (131.
27	226	JAVIER BAS	NINGUNO	47:02	4:42 min/Km	46:49	24:09 (150.
28	230	ADRIÁN CASTRO ABUCIDE	NINGUNO	48:24	4:50 min/Km	48:08	25:24 (176.
29	213	MANUEL CORREDOIRA SANTOS	NINGUNO	48:25	4:50 min/Km	48:09	24:32 (157.
30	179	VÍCTOR CASTROGUDÍN RODRÍGUEZ	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL	48:47	4:52 min/Km	48:39	24:38 (159.
31	225	DANI CALVO	NINGUNO	48:50	4:52 min/Km	48:36	25:36 (181.
32	38	DIEGO GARCIA LORENZO	CLUB ATLETISMO FONTES DO SAR	49:10	4:54 min/Km	49:00	25:09 (164.
33	215	DAVID GRILLE RIAL	NINGUNO	50:21	5:02 min/Km	50:02	25:25 (177.
34	229	JOSÉ MANUEL RIVAS GARCÍA	NINGUNO	53:05	5:18 min/Km	52:51	26:34 (188.
DNF	177	IVÁN PARADA NOVO	KEMPO BARBANZA		min/Km		27:31 (198.
DNS	29	RICARDO RIAL	A.C. A ESTORNELA		min/Km		(
DNS	30	PABLO HERMO VILLAR	CLUB ATLETISMO SAR		min/Km		(
DNS	34	SERGIO RODRÍGUEZ JUSTO	NINGUNO		min/Km		(
DNS	35	ROBERTO VIDELA OUTEIRAL	MILER RUNNING CLUB		min/Km		(
DNS	40	RUBEN NÚÑEZ MOSTEIRO	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL		min/Km		(
DNS	45	RUBEN CAAMAÑO NIETO	CLUB ATLETISMO SAR		min/Km		(
DNS	50	JOSE MANUEL BARGO PEREZ	ATLETISMO LOUSAME		min/Km		(
DNS	52	JACOBO CREGO FERNÁNDEZ	AXESTION		min/Km		(

MASTER 2_FEM

-1	3	ROCIO ALVITE FERREIRO	CLUB ATLETISMO SAR	39:32	3:57 min/Km	39:31	20:16 (58.
1	80	BEATRIZ BARROSO PEREZ	CLUB ATLETISMO NOIA	40:42	4:04 min/Km	40:41	20:29 (65.
2	235	SHAILA MUÑIZ PÉREZ	SD COMPOSTELA ATLETISMO	43:41	4:22 min/Km	43:37	22:25 (103.
3	68	ELENA MIGUENS OTERO	CLUB ATLETISMO SAR	44:52	4:29 min/Km	44:50	22:41 (110.
4	86	LORETO SAMBADE LESTÓN	TRIKI TEAM	46:24	4:38 min/Km	46:18	23:47 (139.
5	58	MARÍA TERESA CIMADEVILLA CRUJEIRAS	EL CANARIO	48:16	4:49 min/Km	48:04	24:21 (155.



Pto	Dorsal	Nombre	Equipo	T Oficial	Rtimo	T Neto	CONTROL
6	103	MAICA OTERO GÓMEZ	NINGUNO	49:54	4:59 min/Km	49:45	25:23 (173.
7	189	MARIA DEL MAR SANCHEZ PAÑOS	NINGUNO	52:34	5:15 min/Km	52:27	26:35 (190.
8	75	BEATRIZ REY	FLOW PILATES & TRAINING	59:33	5:57 min/Km	59:23	30:29 (212.
9	107	PAULA BARCIA LÓPEZ	NINGUNO	59:52	5:59 min/Km	59:42	30:15 (210.
10	104	SALOMÉ MIRAMONTES	NINGUNO	1:13:04	7:18 min/Km	1:12:54	36:53 (218.
DNF	263	ISIS SAINZ TRESGUERRAS	CLUB ATLETISMO SAR		min/Km		33:36 (215.
DNS	70	MARIA TARRIO MARTÍNEZ	SD COMPOSTELA ATLETISMO		min/Km		(
DNS	72	NATALIA LORENZO PÉREZ	NOITEBRA FC		min/Km		(

MASTER 2_MAS

1	1	RUBEN DIZ DIAZ	NINGUNO	31:39	3:09 min/Km	31:39	16:20 (5.
2	111	ALEJANDRO PESADO FERNÁNDEZ	CLUB ATLETISMO SAR	33:28	3:20 min/Km	33:27	17:10 (8.
3	93	CARLOS JUANATEY GARCIA	CLUB ATLETISMO NOIA	34:12	3:25 min/Km	34:11	17:26 (9.
4	69	JUAN FRANCISCO FERNANDEZ LIJÓ	POR AMOR AL ARTE	34:48	3:28 min/Km	34:47	17:36 (14.
5	61	ENRIQUE MORÁN GONZÁLEZ	ATLETISMO LOUSAME	35:25	3:32 min/Km	35:24	18:11 (19.
6	237	JOSECHO GONZÁLEZ REY	PRAIA DE CARNOTA RUNNERS	35:36	3:33 min/Km	35:35	18:27 (21.
7	236	BONI GONZÁLEZ REY	PRAIA DE CARNOTA RUNNERS	35:38	3:33 min/Km	35:38	18:28 (23.
8	269	PEDRO TRABA CAAMAÑO	CAO (CLUBE ATLETISMO OUTES)	36:00	3:35 min/Km	35:56	18:40 (26.
9	73	JOAQUÍN DOSIL	CLUB ATLETISMO SAR	36:19	3:37 min/Km	36:19	18:10 (18.
10	98	ALBERTO VÁZQUEZ TUBIO	S.D. BARBANTIA RODA	36:50	3:40 min/Km	36:48	19:03 (33.
11	67	JOSE MANUEL NIETO GONZALEZ	CLUB ATLETISMO SAR	36:54	3:41 min/Km	36:50	18:50 (31.
12	53	ISRAEL BENÍTEZ SOMOZA	EL CANARIO	37:28	3:44 min/Km	37:26	19:03 (34.
13	78	JOSÉ MANUEL CALERO FERNANDEZ	ATLETISMO LOUSAME	37:35	3:45 min/Km	37:32	19:10 (38.
14	246	BALTASAR FIGUEIRAS MARTÍNEZ	CLUB ATLETISMO SAR	37:48	3:46 min/Km	37:44	19:35 (46.
15	82	AVELINO CAAMAÑO NIETO	CLUB ATLETISMO SAR	37:50	3:46 min/Km	37:48	19:12 (39.
16	94	JUAN CARLOS RODRÍGUEZ TORRES	TRIATLÓN RIANXO	37:52	3:47 min/Km	37:48	19:38 (47.
17	66	LITO RODRIGUEZ POUSO	CLUB DEPORTIVO BRIÓN HYUPERSA SANTIAGO	38:28	3:50 min/Km	38:23	19:40 (48.
18	83	MANUEL CANOURA ABEIJON	PONTETRAIL	38:30	3:50 min/Km	38:28	19:40 (49.
19	105	MANUEL COSTA CASTRO	CLUB ATLETISMO TAMBRE	38:33	3:51 min/Km	38:22	19:53 (53.
20	245	IGNACIO DEVESEA PEQUENO	NINGUNO	38:52	3:53 min/Km	38:50	19:31 (43.
21	90	ALBERTO AGÍS GRAÑA	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL	38:55	3:53 min/Km	38:49	20:21 (60.
22	84	OSCAR GUERRA MAGAN	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL	38:55	3:53 min/Km	38:54	18:57 (32.
23	254	ESTEBAN SUEIRO IGLESIAS	CLUB DEPORTIVO BRIÓN HYUPERSA SANTIAGO	39:04	3:54 min/Km	38:52	20:27 (64.

Pto	Dorsal	Nombre	Equipo	T Oficial	Rtimo	T Neto	CONTROL
24	261	OSCAR FERNÁNDEZ PAZ	AVELAIÑAS	39:06	3:54 min/Km	39:03	19:42 (51.
25	102	MIGUEL ÁNGEL MARTÍNEZ NIETO	NINGUNO	39:15	3:55 min/Km	39:11	19:51 (52.
26	186	CARLOS FERNANDEZ ALVAREZ	S.A.TREGA-TOMIÑO	39:27	3:56 min/Km	39:24	20:12 (57.
27	257	JAVI DOSIL RIVAS	NINGUNO	39:43	3:58 min/Km	39:41	20:25 (62.
28	81	JOSÉ BUJÁN GONZÁLEZ	CAO (CLUBE ATLETISMO OUTES)	39:47	3:58 min/Km	39:42	20:16 (59.
29	238	ALBERTO TOJO MOLEDO	NINGUNO	40:11	4:01 min/Km	40:09	20:22 (61.
30	95	MANUEL FIGUEIRA PEREZ	CLUB ATLETISMO SAR	40:27	4:02 min/Km	40:22	20:34 (71.
31	77	RAMIRO REY AGRELO	ATLETISMO LOUSAME	40:32	4:03 min/Km	40:26	20:34 (72.
32	97	EMILIO SABORIDO FERNANDEZ	S.D. BARBANTIA RODA	40:50	4:04 min/Km	40:43	20:59 (78.
33	88	ALBERTO ESTÉVEZ MANEIRO	EL CANARIO	41:12	4:07 min/Km	41:10	20:41 (75.
34	264	JOSE LUIS GONZALEZ FERNANDEZ	ESPRINTES OURENSE	41:15	4:07 min/Km	41:11	21:12 (82.
35	267	ALBERTO MARTÍNEZ MANEIRO	INCOR AUTOVIDRIO	41:36	4:09 min/Km	41:32	20:56 (77.
36	242	ROBERTO CAMEAN CAMEAN	INCOR AUTOVIDRIO	41:42	4:10 min/Km	41:38	21:05 (81.
37	255	ABEL BARREIRO FERREIRO	NINGUNO	42:01	4:12 min/Km	41:54	21:17 (84.
38	76	SERGIO SOTO BUCETA	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL	42:18	4:13 min/Km	42:14	21:40 (91.
39	265	JESUS MANUEL OLIVEIRA CASAIS	NINGUNO	42:29	4:14 min/Km	42:26	21:28 (88.
40	109	ALFONSO RODRIGUEZ FRAMIL	NOITEBRA FC	42:44	4:16 min/Km	42:39	21:53 (94.
41	240	ANGEL LORENZO SILVA	NINGUNO	43:11	4:19 min/Km	43:01	22:31 (106.
42	233	MARCOS FONTANS SEBE	NINGUNO	43:36	4:21 min/Km	43:30	22:31 (105.
43	250	JUAN MANUEL BAUTIS OTERO	NINGUNO	43:57	4:23 min/Km	43:51	22:42 (113.
44	244	ESTEBAN MIGUENS	NINGUNO	43:58	4:23 min/Km	43:50	22:49 (119.
45	252	MANUEL TRIGO BAO	NINGUNO	43:59	4:23 min/Km	43:53	22:48 (118.
46	260	VICENTE JAVIER MIGUÉNS SÁNCHEZ	NINGUNO	44:22	4:26 min/Km	44:10	22:42 (114.
47	62	SIMON REGO VILAR	NINGUNO	44:46	4:28 min/Km	44:36	22:46 (115.
48	183	JORGE COSTOYA	ATLETISMO LOUSAME	44:56	4:29 min/Km	44:49	22:52 (121.
49	262	JESUS EDUARDO PÉREZ RODRÍGUEZ	NINGUNO	45:04	4:30 min/Km	44:53	23:42 (136.
50	187	JUAN JOSE ALVARELLOS BARREIRO	SD COMPOSTELA ATLETISMO	45:33	4:33 min/Km	45:26	24:02 (148.
51	91	JOSÉ RAMÓN SANTOS SANTAMARIA	NINGUNO	45:36	4:33 min/Km	45:29	23:04 (124.
52	266	JOSE LUIS GONZALEZ NOVOA	S.D. BARBANTIA RODA	45:53	4:35 min/Km	45:41	23:51 (144.
53	55	JESÚS MANUEL SAMPEDRO QUEIRUGA	EL CANARIO	45:55	4:35 min/Km	45:42	23:55 (147.
54	54	ABRAHAM BENÍTEZ SOMOZA	EL CANARIO	46:00	4:35 min/Km	45:46	30:24 (211.
55	71	BENI FIDALGO GONZALEZ	NINGUNO	46:02	4:36 min/Km	45:56	22:58 (123.
56	268	MANUEL FANDIÑO RODRÍGUEZ	NINGUNO	46:03	4:36 min/Km	45:56	22:50 (120.

Pto	Dorsal	Nombre	Equipo	T Oficial	Rtimo	T Neto	CONTROL
57	92	RUBÉN JOSÉ CARRACEDO POSE	NINGUNO	46:13	4:37 min/Km	46:06	23:51 (143.
58	99	HÉCTOR JOSÉ SANISIDRO CALO	NINGUNO	46:32	4:39 min/Km	46:23	23:52 (146.
59	106	JOSE RODRÍGUEZ IGLESIAS	NINGUNO	46:37	4:39 min/Km	46:29	24:12 (152.
60	101	JOSE MANUEL BUSTO GALLARDO	ATLETISMO LOUSAME	46:48	4:40 min/Km	46:40	23:36 (133.
61	182	ÁNGEL RAMÓN CARIÑO FANDIÑO	TRIBU TRAIL	47:05	4:42 min/Km	46:57	24:09 (151.
62	232	GABRIEL JOSE RAMOS ALONSO	NINGUNO	47:21	4:44 min/Km	47:11	25:23 (169.
63	247	DAVID NOVO MARTÍNEZ	NINGUNO	47:22	4:44 min/Km	47:12	25:23 (171.
64	180	HUMBERTO AGEITOS GUDE	NATACIÓN RIBEIRA	47:26	4:44 min/Km	47:16	25:23 (172.
65	108	EDUARDO SÁNCHEZ MOSTEIRO	NINGUNO	48:01	4:48 min/Km	47:51	24:51 (161.
66	239	MANUEL MARTIS MIRANDA	NINGUNO	48:01	4:48 min/Km	47:48	25:24 (175.
67	248	FERNANDO BLANCO SILVA	CABE	48:53	4:53 min/Km	48:42	25:02 (162.
68	87	JULIÁN RAMOS ARCOS	TRIKI TEAM	48:58	4:53 min/Km	48:53	25:21 (166.
69	243	AITOR ARREGUI LARRAÑAGA	NINGUNO	49:04	4:54 min/Km	48:54	26:39 (193.
70	234	HECTOR PIÑEIRO GARCÍA	CLUB ATLETISMO LOUSAME	49:34	4:57 min/Km	49:20	25:36 (182.
71	59	FERNANDO CACERES GIL	NINGUNO	49:43	4:58 min/Km	49:32	25:23 (170.
72	185	FERNANDO CASTRO CASTRO	CAO (CLUBE ATLETISMO OUTES)	49:45	4:58 min/Km	49:32	25:26 (178.
73	188	JOSÉ LUIS PANIAGUA FERNÁNDEZ	CLUB ATLETISMO FONTES DO SAR	49:54	4:59 min/Km	49:44	25:23 (168.
74	241	JUAN JOSÉ CIMADEVILLA	NINGUNO	50:12	5:01 min/Km	50:00	24:36 (158.
75	256	MIGUEL ALAMANCOS	NINGUNO	50:34	5:03 min/Km	50:24	26:38 (191.
76	249	JORGE OTERO MARTÍNEZ	NINGUNO	50:34	5:03 min/Km	50:24	26:38 (192.
77	258	JESUS MIGUEL SAENZ MORRAS	CDE LOS FLIPAOS SON LOS DE AL LAO	51:08	5:06 min/Km	50:55	25:27 (179.
78	259	CÉSAR OSORIO DIÉGUEZ	BEKELE RUNNING TEAM	53:06	5:18 min/Km	52:51	26:34 (189.
79	253	IGNACIO MANUEL AGEITOS GARCÍA	CLUB LOUSAME DEPORTE	57:47	5:46 min/Km	57:44	28:55 (205.
DNF	57	LUIS MIGUEL PARADA GARCÍA	EL CANARIO		min/Km		20:03 (55.
DNF	184	A. EMILIO GONZÁLEZ FERNÁNDEZ	NINGUNO		min/Km		58:20 (219.
DNS	2	AMADOR PENA TORREIRA	SD COMPOSTELA ATLETISMO		min/Km		(
DNS	5	JOSE ANTONIO GOMEZ RIOS	CLUB ATLETISMO SAR		min/Km		(
DNS	56	ALEJANDRO PÉREZ HERMO	EL CANARIO		min/Km		(
DNS	60	JOSÉ JOAQUÍN DIOS MARTÍNEZ	EL CANARIO		min/Km		(
DNS	63	JOSE NAVARRO ANTON	S.D. BARBANTIA RODA		min/Km		(
DNS	64	MIGUEL BATALLA RIVEIRO	A.C. A ESTORNELA		min/Km		(
DNS	65	DAVID FERREIROS	NINGUNO		min/Km		(
DNS	74	ÁLVARO CAROU GARCÍA	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL		min/Km		(

Pto	Dorsal	Nombre	Equipo	T Oficial	Rtimo	T Neto	CONTROL
DNS	79	IVÁN CORDAL BARREIRO	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL		min/Km		(
DNS	85	LUCAS POUSO VIDAL	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL		min/Km		(
DNS	89	BENITO PIÑEIRO ABEIJON	NINGUNO		min/Km		(
DNS	96	EMILIO GARCIA VAZQUEZ	SD COMPOSTELA ATLETISMO		min/Km		(
DNS	100	DANIEL RAMA GARCÍA	NINGUNO		min/Km		(
DNS	110	RAMÓN DOMÍNGUEZ CASTRO	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL		min/Km		(
DNS	181	PABLO FERNANDEZ VILLAMARIN	NINGUNO		min/Km		(
DNS	251	JULIO MUÑOZ ESPASANDIN	NINGUNO		min/Km		(

MASTER 3_FEM

1	125	MERCEDES BLANCO AMBOAGE	NINGUNO	44:46	4:28 min/Km	44:44	22:42 (112.
2	112	MADA GARCÍA ABALO	CAO (CLUBE ATLETISMO OUTES)	47:42	4:46 min/Km	47:37	24:07 (149.
3	275	MALENA AMIGO FERREIRO	SD COMPOSTELA ATLETISMO	59:01	5:54 min/Km	58:53	29:57 (209.
4	272	MJOSE PACHECO ETCHEVERS	FLOW PILATES & TRAINING	1:02:13	6:13 min/Km	1:02:03	31:04 (213.
5	129	LUCÍA ANSEDES DOMÍNGUEZ	NOITEBRA FC	1:04:35	6:27 min/Km	1:04:22	32:32 (214.

MASTER 3_MAS

1	130	JOSE SUAREZ LEIS	CLUB ATLETISMO SAR	36:11	3:37 min/Km	36:10	18:27 (22.
2	131	CARLOS BUSTO LOBATO	CLUB ATLETISMO SAR	36:47	3:40 min/Km	36:44	18:40 (27.
3	4	ERNESTO BUCETA POUSO	NINGUNO	37:02	3:42 min/Km	37:01	18:41 (28.
4	115	SALVADOR BOO FARIÑA	TRIBU TRAIL	39:11	3:55 min/Km	39:08	20:03 (54.
5	279	PEDRO PAZOS CARBÓN	SD COMPOSTELA ATLETISMO	39:20	3:55 min/Km	39:17	20:06 (56.
6	119	ELOY IGLESIAS CRISTOBO	CLUB ATLETISMO SAR	40:27	4:02 min/Km	40:22	20:34 (69.
7	132	MANUEL PAREDES PARADA	ATLETISMO BARBANZA	40:48	4:04 min/Km	40:45	20:39 (73.
8	277	MODESTO MARIÑO CASAS	NINGUNO	40:58	4:05 min/Km	40:55	20:30 (66.
9	191	CESAR TABOADA MILLAN	CLUB ATLETISMO SAR	41:31	4:09 min/Km	41:25	21:23 (86.
10	120	JUANMA MATA	CLUB ATLETISMO FONTES DO SAR	41:58	4:11 min/Km	41:50	21:25 (87.
11	284	JOSE CARLOS LOPEZ OUTEIRAL	S.D. BARBANTIA RODA	44:51	4:29 min/Km	44:44	22:47 (117.
12	113	CLAUDIO VERA SANMARTIN	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL	45:22	4:32 min/Km	45:14	23:34 (132.
13	286	FRANCISCO JAVIER BLANCO PIAS	OS RAPOSOS	45:48	4:34 min/Km	45:41	23:25 (129.
14	114	ANGEL CONDE PEREIRA	NINGUNO	46:18	4:37 min/Km	46:16	23:22 (128.
15	281	JUAN CARLOS FERNANDEZ OLIVEIRA	NINGUNO	46:42	4:40 min/Km	46:35	23:50 (142.



Pto	Dorsal	Nombre	Equipo	T Oficial	Rtimo	T Neto	CONTROL
16	128	ANGEL PEREZ SUSAVILA	NINGUNO	47:42	4:46 min/Km	47:30	24:18 (154.
17	285	JOSE LUIS MARTINEZ ROMERO	NINGUNO	52:33	5:15 min/Km	52:20	26:39 (194.
18	116	HERMINIO CAAMAÑO RIVEIRO	CAO (CLUBE ATLETISMO OUTES)	53:00	5:17 min/Km	52:49	26:29 (187.
19	280	RMANUEL LAGO MOLEDO	CAO (CLUBE ATLETISMO OUTES)	53:00	5:17 min/Km	52:49	26:29 (186.
20	118	MANUEL FUENTES MARTÍNEZ	INDALSU	53:04	5:18 min/Km	52:49	27:36 (200.
21	276	GONZALO ALFONSÍN SOLIÑO	NINGUNO	53:05	5:18 min/Km	52:54	27:34 (199.
22	122	JOAQUIN FERNANDEZ MARTINEZ	NINGUNO	53:31	5:21 min/Km	53:20	26:52 (196.
23	283	ANGEL MARTINEZ CALO	NINGUNO	53:32	5:21 min/Km	53:20	26:53 (197.
24	278	JOSÉ MANUEL MAYO CAAMAÑO	VENDAVAL ESTEIRO	56:03	5:36 min/Km	55:50	28:41 (204.
25	274	JOSÉ PÉREZ GONZÁLEZ	NINGUNO	56:11	5:37 min/Km	56:07	27:51 (201.
26	124	JESÚS FRANCO VIDAL	NINGUNO	57:50	5:46 min/Km	57:41	29:18 (206.
DNF	192	ÁLVARO CÉSAR VILA	CLUB ATLETISMO TAMBRE		min/Km		20:31 (68.
DNS	117	CHEMA FERNANDEZ REY	TRIATLÓN VILAGARCIA		min/Km		(
DNS	121	LUIS MARIANO SABORIDO FERNANDEZ	S.D. BARBANTIA RODA		min/Km		(
DNS	123	FERNANDO LOSADA LISTE	NINGUNO		min/Km		(
DNS	126	JESUS GARCIA IGLESIAS	NINGUNO		min/Km		(
DNS	127	SANTIAGO FALCÓN PÉREZ	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL		min/Km		(
DNS	193	JESÚS PÉREZ BALIRAC	NOITEBRA FC		min/Km		(
DNS	273	ARTURO PIÑEIRO REY	S.D. BARBANTIA RODA		min/Km		(
DNS	282	JUAN CARLOS PEREIRA REDONDO	NINGUNO		min/Km		(

MASTER 4_FEM

1	291	SILVIA SÁNCHEZ BASCOY	NINGUNO	53:08	5:18 min/Km	53:01	26:40 (195.
2	136	GUADALUPE VILAR SEREN	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL	57:38	5:45 min/Km	57:38	29:31 (207.
3	138	ELVIRA TRESGUERRAS GONZÁLEZ	CLUB ATLETISMO SAR	1:07:13	6:43 min/Km	1:07:01	34:09 (216.
DNS	144	GRACIA MARÍA FRUTOS MARTÍNEZ	NINGUNO		min/Km		(

MASTER 4_MAS

1	197	JAIME RIVAS POSSE	VINCIT FISIOTERAPIA NOIA	42:40	4:15 min/Km	42:37	21:51 (93.
2	195	JOSE MATIAS REGUEIRA BOO	NINGUNO	44:41	4:28 min/Km	44:38	22:46 (116.
3	137	RAMÓN BARREIRO CERNADAS	CAO (CLUBE ATLETISMO OUTES)	46:06	4:36 min/Km	45:59	23:39 (134.
4	143	TOBIÁS BETANZOS REGO	NINGUNO	46:25	4:38 min/Km	46:16	23:40 (135.



Pto	Dorsal	Nombre	Equipo	T Oficial	Rtimo	T Neto	CONTROL
5	288	JOSE PENA FRANCO	NINGUNO	47:27	4:44 min/Km	47:19	23:48 (140.
6	141	JUAN LUIS BOTANA FERREIRO	SD COMPOSTELA ATLETISMO	48:04	4:48 min/Km	47:56	24:48 (160.
7	194	TOMÁS DIESTE FERNÁNDEZ	NINGUNO	48:23	4:50 min/Km	48:11	25:12 (165.
8	139	FERNANDO SAINZ GARCÍA	CLUB ATLETISMO SAR	48:33	4:51 min/Km	48:29	24:26 (156.
9	140	JOSÉ RIAL PAIS	CAO (CLUBE ATLETISMO OUTES)	49:51	4:59 min/Km	49:46	26:04 (184.
10	135	JESÚS PÉREZ GARCÍA	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL	50:22	5:02 min/Km	50:11	25:52 (183.
DNF	287	JOSE POUSO MANEIRO	NINGUNO		min/Km		24:14 (153.
DNF	290	AGUSTÍN VIDAL PEREZ	NINGUNO		min/Km		(
DNS	133	GERMÁN VILLANUSTRE ABUIN	S.D. BARBANTIA RODA		min/Km		(
DNS	134	JOSE GOMEZ BIOQUE	C. A. CAMBADOS - SEGUROS NOVAL		min/Km		(
DNS	142	RAMIRO PÉREZ. PEREIRA	CLUB ATLETISMO SAR		min/Km		(
DNS	196	FRANCISCO JAVIER CEPEDA GACIO	NOITEBRA FC		min/Km		(
DNS	289	JOSE ANGEL FERNANDEZ GONZALEZ	NINGUNO		min/Km		(