

X Carreira Popular de Xermade

Concello de Xermade, Domingo 13 de outubro de 2019



CONCELLO DE
XERMADE



Carreira Adultos (9700m aprox)

| POSTO | TEMPO | NOME | APELIDOS | LOCALIDADE | CATEGORÍA | SEXO | CLUBE |
|-------|--------|----------------|--------------------------|-------------|-------------|-----------|-----------------------------------|
| 1 | 33'38" | Victor | Alonso Ares | As Pontes | Senior | Masculino | TRIEUME AS PONTES |
| 2 | 34'21" | José Manuel | Corral López | Lugo | Máster B | Masculino | VERXEL NUTRICION DEPORTIVA |
| 3 | 35'37" | Marcos | Conde Llenderrosos | Ribadeo | Máster A | Masculino | CLUB ATLETISMO RIBADEO |
| 4 | 36'22" | Iván | Manso-pedrosa García | Lugo | Sub 20 - 23 | Masculino | LUGO RUNNING CLUB BY RAMOS LOURES |
| 5 | 36'31" | Edelmiro | Martinez Roca | Vilalba | Máster A | Masculino | CLUB ATLETISMO VILALBA |
| 6 | 36'41" | Matías | Garcia-anllo Reinoso | Vilalba | Máster B | Masculino | CLUB ATLETISMO VILALBA |
| 7 | 36'46" | Jorge | Carballeira Amarelojorge | As Pontes | Senior | Masculino | TRIEUME AS PONTES |
| 8 | 37'11" | Henrique | Télo Fernández | Chantada | Senior | Masculino | A.C.E.D.O. CARBALLO (TABOADA) |
| 9 | 37'38" | Ruben | Garcia Piñeiroa | Lourenzá | Máster B | Masculino | CLUB ATLETISMO LOURENZA |
| 10 | 37'38" | Juan Luis | Mendez Paz | Mondoñedo | Máster A | Masculino | CLUB ATLETISMO LOURENZA |
| 11 | 37'45" | Víctor | López Bello | Guitiriz | Senior | Masculino | VERXEL NUTRICION DEPORTIVA |
| 12 | 37'52" | Saul | Valcarce Novo | Castroverde | Máster B | Masculino | VERXEL NUTRICION DEPORTIVA |
| 13 | 38'11" | Diego | Yañez | Cospeito | Senior | Masculino | CORRE POR BEGONTE |
| 14 | 38'12" | Juan | Rey Pena | Xermade | Senior | Masculino | |
| 15 | 38'27" | Luis | Vilasuso Pita | Xermade | Máster A | Masculino | TRIEUME AS PONTES |
| 16 | 38'33" | Jesús | Cañizares Sánchez | As Pontes | Senior | Masculino | |
| 17 | 38'42" | Angel | Cañizares Sánchez | As Pontes | Senior | Masculino | TRIEUME AS PONTES |
| 18 | 38'48" | Javier | Cendán Martínez | Vilalba | Máster B | Masculino | CLUB ATLETISMO VILALBA |
| 19 | 39'06" | José Antonio | Purriños González | As Pontes | Máster B | Masculino | TRIEUME AS PONTES |
| 20 | 39'09" | Ana Belen | González Margaride | A Pontenova | Máster A | Femenino | FLUVIAL DE LUGO |
| 21 | 39'13" | César | Ramil Ferreiro | As Pontes | Máster A | Masculino | TRIEUME AS PONTES |
| 22 | 39'33" | Venancio | Zamora Rodriguez | Vilalba | Máster A | Masculino | A.P SAN RAMÓN DE VILLABA |
| 23 | 40'07" | Alberto | Lopez Prado | Rábade | Máster B | Masculino | CORRE POR BEGONTE |
| 24 | 40'20" | Roberto Carlos | Lago Fernández | Narón | Máster A | Masculino | PASA OU ENTORNA |
| 25 | 40'31" | Hugo | Cascudo Fojo | A Coruña | Senior | Masculino | |

| | | | | | | | |
|----|--------|----------------|---------------------|----------------|-------------|-----------|-----------------------------------|
| 26 | 40'33" | Marcos | Lage Ares | Friol | Máster A | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 27 | 40'43" | Jose Manuel | Carreira Nuñez | Outeiro De Rei | Máster B | Masculino | CLUB ATLETISMO LOURENZA |
| 28 | 40'48" | Jorge | Suárez Fernández | Ferrol | Máster A | Masculino | PASA OU ENTORNA |
| 29 | 41'06" | Jose Eduardo | Basanta Montenegro | Vilalba | Máster A | Masculino | CLUBE ATLETISMO VILALBA |
| 30 | 41'13" | Antonio | Souto Prieto | Vilalba | Sub 20 - 23 | Masculino | |
| 31 | 41'17" | Jesús | Blanco Montero | As Pontes | Máster B | Masculino | TRIEUME AS PONTES |
| 32 | 41'28" | Raúl | Rojo Martínez | Vilalba | Senior | Masculino | CLUBE ATLETISMO VILALBA |
| 33 | 41'35" | Juan Carlos | Yañez Lamas | Cospeito | Máster B | Masculino | VERXEL NUTRICION DEPORTIVA |
| 34 | 41'51" | José Luis | Diaz Diaz | Lugo | Máster A | Masculino | ZEPPELIN |
| 35 | 41'53" | Jesús | Rivas Prado | Lugo | Máster A | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 36 | 42'17" | Adrian | Paz Castro | Cospeito | Sub 20 - 23 | Masculino | BTT LAGOA DE COSPEITO |
| 37 | 42'28" | Manu | Bouza Arias | As Pontes | Máster A | Masculino | OLYMPO AS PONTES |
| 38 | 42'51" | Ubaldo | Balseiro Reigosa | Burela | Máster A | Masculino | CLUB ATLETISMO LOURENZA |
| 39 | 43'08" | Francisco Xosé | Candia Durán | Lugo | Máster B | Masculino | Campus TERRA da USC |
| 40 | 43'44" | Carlos | Díaz Corral | Ferrol | Máster B | Masculino | |
| 41 | 43'53" | José Miguel | Varela Lamigueiro | As Pontes | Máster B | Masculino | OLYMPO AS PONTES |
| 42 | 44'27" | Yago | Seijas López | Lugo | Máster A | Masculino | ABRENTE LUGO |
| 43 | 44'50" | Rocio | Díaz Mesa | Ribadeo | Máster B | Femenino | CLUB ATLETISMO RIBADEO |
| 44 | 45'14" | Iban | Arias Franco | Lugo | Senior | Masculino | |
| 45 | 45'31" | Isa | Díaz Perez | As Pontes | Máster A | Femenino | TRIEUME AS PONTES |
| 46 | 45'32" | Amancio | Pérez Corral | Xermade | Máster A | Masculino | TRIEUME AS PONTES |
| 47 | 45'39" | Jesús | Rodríguez | Xermade | Máster B | Masculino | |
| 48 | 46'11" | Oscar | Pena Rivera | Monfero | Máster A | Masculino | OLYMPO AS PONTES |
| 49 | 46'13" | Xabier | Pena Rivera | Monfero | Máster A | Masculino | |
| 50 | 46'32" | Virginia | Polo Campello | Xermade | Máster A | Femenino | TRIEUME AS PONTES |
| 51 | 46'40" | Emilio | Fernandez Rodriguez | Ribadeo | Máster B | Masculino | CLUB ATLETISMO RIBADEO |
| 52 | 46'57" | Santiago | Silva Guizán | Xermade | Máster C | Masculino | |
| 53 | 47'11" | Raul | Meizoso Sardiña | As Pontes | Máster B | Masculino | OLYMPO AS PONTES |
| 54 | 47'51" | Blanca | Cañamás Catalá | Oliva | Senior | Femenino | TRIEUME AS PONTES |
| 55 | 48'01" | Manuel | Ceide Santos | Friol | Máster C | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 56 | 48'20" | Rosalía | López López | Lugo | Senior | Femenino | LUGO RUNNING CLUB BY RAMOS LOURES |
| 57 | 48'24" | Rocío | García Felpeto | As Pontes | Máster A | Femenino | OLYMPO AS PONTES |
| 58 | 49'01" | María Luisa | Lopez Garcia | A Coruña | Máster B | Femenino | www.robertopico.com |

| | | | | | | | |
|----|----------|------------|--------------------|----------------|----------|-----------|-------------------|
| 59 | 49'02" | Roberto | Pico Pouso | A Coruña | Máster B | Masculino | EGOVARROS VIVEIRO |
| 60 | 49'22" | Antonio | Souto Rego | Vilalba | Máster C | Masculino | LUCUS CAIXA RURAL |
| 61 | 50'46" | Oscar B. | Caramés Gil | Friol | Senior | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 62 | 51'34" | Angel | Blanco Moran | Outeiro De Rei | Máster C | Masculino | |
| 63 | 54'19" | Nacho | Argüelles Méndez | Siero | Máster B | Masculino | |
| 64 | 56'37" | Manuela | Figueiras Barro | Culleredo | Máster B | Femenino | |
| 65 | 56'37" | José Ramón | Riveira Banobre | As Pontes | Máster C | Masculino | |
| 66 | 57'48" | Francisco | Pellon Augusto | As Pontes | Máster C | Masculino | TRIEUME AS PONTES |
| 67 | 1:05'31" | Ester | Mourenza Fernandez | Lugo | Máster A | Femenino | ATLETISMO FRIOL |

X Carreira Popular de Xermade

Concello de Xermade, Domingo 13 de outubro de 2019



Carreira Sub 14-16/18 (2km aprox)

| POSTO | DORSAL | TEMPO | NOME | APELIDOS | LOCALIDADE | CATEGORÍA | SEXO | CLUBE |
|-------|--------|--------|-----------|--------------------|------------|-------------------------|-----------|--------------------------|
| 1 | 79 | 7'52" | Pablo | Fernandez Diaz | Ribadeo | Sub 16 - 18 (1M S16-18) | Masculino | CLUB ATLETISMO RIBADEO |
| 2 | 80 | 8'04" | Marcos | Rivas Sobrado | Lourenzá | Sub 16 - 18 (2M S16-18) | Masculino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 3 | 92 | 8'42" | Estela | Diaz Diaz | Lugo | Sub 14 (1F S14) | Femenino | LUCUS CAIXA RURAL GALEGA |
| 4 | 81 | 8'57" | Ana | Vallines Fernandez | Lourenzá | Sub 16 - 18 (1F S16-18) | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 5 | 90 | 9'06" | Ian | Mendez Piñeiro | Lourenzá | Sub 14 (1M S14) | Masculino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 6 | 89 | 9'26" | Carmen | Garcia Vazquez | Lourenzá | Sub 14 (2F S14) | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 7 | 97 | 9'33" | Mateo | Aguiar Del Rio | Friol | Sub 14 (2M S14) | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 8 | 87 | 9'34" | Iria | Otero Vazquez | Lourenzá | Sub 16 - 18 (2F S16-18) | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 9 | 85 | 10'20" | Jonathan | Rivas Rivas | Lourenzá | Sub 16 - 18 (3M S16-18) | Masculino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 10 | 95 | 10'20" | Marta | Rivas Cabanas | Lourenzá | Sub 14 (3F S14) | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 11 | 96 | 9'36" | Andrea | Vivero Álvarez | Vilalba | Sub 14 (4F S14) | Femenino | AD SAN RAMÓN VILALBA |
| 12 | 91 | 10'44" | Xiao | Seoane Vázquez | Vilalba | Sub 14 (3M S14) | Masculino | AD SAN RAMÓN VILALBA |
| 13 | 86 | 10'47" | Guadalupe | Martínez González | Vilalba | Sub 16 - 18 (3F S16-18) | Femenino | CLUB ATLETISMO VILALBA |
| 14 | 93 | 10'48" | Antonio | Graña Montero | As Pontes | Sub 14 (4M S14) | Masculino | TRIEUME |

X Carreira Popular de Xermade

Concello de Xermade, Domingo 13 de outubro de 2019

Carreira Sub 10-12 (900m aprox)



CONCELLO DE
XERMADE



Carreiras Galegas

| POSTO | DORSAL | TEMPO | NOME | APELIDOS | LOCALIDADE | CATEGORÍA | SEXO | CLUBE |
|-------|--------|-------|---------|--------------------|------------|------------------|-----------|--------------------------|
| 1 | 99 | 2'47" | Ramón | Loureiro Fraga | Friol | Sub 12 (1M S12) | Masculino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 2 | 119 | 2'48" | Mateo | Villar Miragaya | Friol | Sub 12 (2M S12) | Masculino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 3 | 104 | 2'50" | Aldara | Ceide Couce | Friol | Sub 12 (1F S12) | Femenino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 4 | 101 | 2'51" | Paula | Conde Carrelo | Ribadeo | Sub 12 (2F S12) | Femenino | CLUB ATLETISMO RIBADEO |
| 5 | 108 | 2'51" | Ilse | Prado Camba | Lugo | Sub 12 (3F S12) | Femenino | |
| 6 | 121 | 2'52" | Lidia | Balseiro Rodriguez | Lourenzá | Sub 10 (1F S10) | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 7 | 106 | 2'58" | Henar | Mendez Piñeiro | Lourenzá | Sub 12 (4F S12) | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 8 | 102 | 3'01" | Samuel | Villar Miragaya | Friol | Sub 12 (3M S12) | Masculino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 9 | 113 | 3'05" | Sara | Basanta Paz | Vilalba | Sub 12 (5F S12) | Femenino | |
| 10 | 100 | 3'10" | Noa | Mouriz Pena | Friol | Sub 12 (6F S12) | Femenino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 11 | 109 | 3'11" | Emma | Garcia Vazquez | Lourenzá | Sub 12 (7F S12) | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 12 | 107 | 3'19" | Emma | Garcia Vazquez | Lourenzá | Sub 12 (8F S12) | Femenino | |
| 13 | 127 | 3'19" | Rebeca | Vaz | Friol | Sub 10 (2F S10) | Femenino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 14 | 128 | 3'20" | Aroa | Ferreiro Gonzalez | Lourenzá | Sub 10 (3F S10) | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 15 | 123 | 3'24" | Silvia | Conde Carrelo | Ribadeo | Sub 10 (4F S10) | Femenino | CLUB ATLETISMO RIBADEO |
| 16 | 125 | 3'27" | Borja | Arias Modia | Friol | Sub 10 (1M S10) | Masculino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 17 | 112 | 3'32" | Nerea | Guerra Iglesias | Vilalba | Sub 12 (9F S12) | Femenino | |
| 18 | 122 | 3'40" | Alba | Menán Quiñoá | Friol | Sub 10 (5F S10) | Femenino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 19 | 133 | 3'41" | Ainara | Romero Baamonde | Xermade | Sub 10 (6F S10) | Femenino | |
| 20 | 130 | 3'42" | Claudia | Vivero Álvarez | Vilalba | Sub 10 (7F S10) | Femenino | A.P SAN RAMÓN DE VILALBA |
| 21 | 115 | 3'45" | Martina | Fraga Diaz | As Pontes | Sub 12 (10F S12) | Femenino | TRIEUME |
| 22 | 124 | 3'48" | Samuel | Iglesias Barrio | Xermade | Sub 10 (2M S10) | Masculino | CLUB ATLETISMO VILALBA |
| 23 | 120 | 3'49" | Diego | Rodríguez Díaz | Xermade | Sub 10 (3M S10) | Masculino | |
| 24 | 126 | 3'50" | Uxía | Díaz Saavedra | Ribadeo | Sub 10 (8F S10) | Femenino | CLUB ATLETISMO RIBADEO |
| 25 | 132 | 3'52" | Mariña | Aguiar Del Rio | Friol | Sub 10 (9F S10) | Femenino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 26 | 135 | 4'05" | Paula | Prieto Rego | Meira | Sub 10 (10F S10) | Femenino | |

X Carreira Popular de Xermade

Concello de Xermade, Domingo 13 de outubro de 2019



Carreira Pitufos (participativa)

| DORSAL | NOME | APELIDOS | LOCALIDADE | CATEGORÍA | SEXO | CLUB |
|--------|----------|---------------------|------------|-----------|-----------|------------------------|
| 156 | Carmen | Caramés Serén | Friol | Pitufo | Femenino | ATLETISMO FRIOL |
| 158 | Noe | Guizan Ares | As Pontes | Pitufo | Masculino | |
| 159 | Raúl | Pérez Amarelo | Xermade | Pitufo | Masculino | Triume |
| 161 | Mateo | Lage Villamor | Friol | Pitufo | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 162 | Lucas | Lage Villamor | Friol | Pitufo | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 163 | Samuel | Romero Baamonde | Xermade | Pitufo | Masculino | |
| 164 | Breixo | Pernas Infante | Vilalba | Pitufo | Masculino | |
| 165 | Anxo | Rodríguez Rama | Vilalba | Pitufo | Masculino | |
| 167 | Manuel | Prieto Rego | Meira | Pitufo | Masculino | |
| 168 | Virginia | Vilasuso Polo | Xermade | Pitufo | Femenino | Triume as Pontes |
| 169 | Asier | Cabarcos Balsa | Xermade | Pitufo | Masculino | |
| 170 | Jorge | Marqués Méndez | Friol | Pitufo | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 171 | Abby | Otero Gómez | Xermade | Pitufo | Femenino | |
| 172 | Xandre | Formoso Carballeira | As Pontes | Pitufo | Masculino | TRIEUME |
| 173 | Maré | Ramos Saavedra | Ribadeo | Pitufo | Femenino | CLUB ATLETISMO RIBADEO |
| 174 | Erea | Díaz Guizan | Lugo | Pitufo | Femenino | |
| 178 | Luka | Otero Gómez | Xermade | Pitufo | Masculino | |
| 179 | Alba | Pérez Piñeiro | Vilalba | Pitufo | Femenino | |

Carreira Promoción (Participativa)

| DORSAL | NOME | APELIDOS | LOCALIDADE | CATEGORÍA | SEXO | CLUB |
|--------|-----------|-------------------|------------|-----------|-----------|---------------------------|
| 136 | Mateo | Cupeiro López | Vilalba | Promoción | Masculino | |
| 137 | Manuel | Lage Villamor | Friol | Promoción | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 139 | Uxía | Martínez Gonzalez | Vilalba | Promoción | Femenino | Clube Atletismo Vilalba |
| 140 | Valeria | Fraga Diaz | As Pontes | Promoción | Femenino | Triume as Pontes |
| 141 | Noelia | Vilasuso Lopez | Xermade | Promoción | Femenino | Triume as Pontes |
| 142 | Adrián | Marqués Méndez | Friol | Promoción | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 143 | Carla | Guerra Iglesias | Vilalba | Promoción | Femenino | |
| 144 | Ian | Caramés Serén | Friol | Promoción | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 145 | Javier | Ferreiro Gonzalez | Lourenzá | Promoción | Masculino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 146 | David | Viña Sánchez | Friol | Promoción | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 147 | Aldara | Iglesias Barrio | Xermade | Promoción | Femenino | Club de Atletismo Vilalba |
| 148 | Lois | Iglesias Carreira | Xermade | Promoción | Masculino | |
| 151 | Dana | Paz Díaz | Xermade | Promoción | Femenino | |
| 152 | Gael | Otero Gómez | Xermade | Promoción | Masculino | |
| 153 | Sabela | Menán Quiñoá | Friol | Promoción | Femenino | ATLETISMO FRIOL |
| 154 | Enma | Cancelo Cabaleiro | Sober | Promoción | Femenino | |
| 155 | Alexandra | Pita Guizán | Xermade | Promoción | Femenino | |

PREMIACIONES

| POSTO | CATEGORÍA | SUB 12 | | | | |
|-------|-----------|--------------------|----------|-----------------|-----------|------------------------|
| 1ª | Lidia | Balseiro Rodriguez | Lourenzá | Sub 10 (1F S10) | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 2ª | Rebeca | Vaz | Friol | Sub 10 (2F S10) | Femenino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 3ª | Aroa | Ferreiro Gonzalez | Lourenzá | Sub 10 (3F S10) | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 1º | Borja | Arias Modia | Friol | Sub 10 (1M S10) | Masculino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 2º | Samuel | Iglesias Barrio | Xermade | Sub 10 (2M S10) | Masculino | CLUB ATLETISMO VILALBA |
| 3º | Diego | Rodríguez Díaz | Xermade | Sub 10 (3M S10) | Masculino | |

| POSTO | CATEGORÍA | SUB 12 | | | | |
|-------|-----------|-----------------|---------|--------|-----------|--------------------------|
| 1ª | Aldara | Ceide Couce | Friol | Sub 12 | Femenino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 2ª | Paula | Conde Carrelo | Ribadeo | Sub 12 | Femenino | CLUB ATLETISMO RIBADEO |
| 3ª | Ilse | Prado Camba | Lugo | Sub 12 | Femenino | LUCUS CAIXA RURAL GALEGA |
| 1º | Ramón | Loureiro Fraga | Friol | Sub 12 | Masculino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 2º | Mateo | Villar Miragaya | Friol | Sub 12 | Masculino | CLUB ATLETISMO FRIOL |
| 3º | Samuel | Villar Miragaya | Friol | Sub 12 | Masculino | CLUB ATLETISMO FRIOL |

| POSTO | CATEGORÍA | SUB 14 | | | | |
|-------|-----------|----------------|----------|--------|-----------|--------------------------|
| 1ª | Estela | Díaz Díaz | Lugo | Sub 14 | Femenino | LUCUS CAIXA RURAL GALEGA |
| 2ª | Carmen | Garcia Vazquez | Lourenzá | Sub 14 | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 3ª | Marta | Rivas Cabanas | Lourenzá | Sub 14 | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 1º | Ian | Mendez Piñeiro | Lourenzá | Sub 14 | Masculino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 2º | Mateo | Aguiar Del Rio | Friol | Sub 14 | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 3º | Xiao | Seoane Vázquez | Vilalba | Sub 14 | Masculino | AD SAN RAMÓN VILALBA |

| POSTO | CATEGORÍA | SUB 16-18 | | | | |
|-------|-----------|--------------------|----------|-------------|-----------|------------------------|
| 1ª | Ana | Vallines Fernandez | Lourenzá | Sub 16 - 18 | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 2ª | Iria | Otero Vazquez | Lourenzá | Sub 16 - 18 | Femenino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
| 3ª | Guadalupe | Martínez González | Vilalba | Sub 16 - 18 | Femenino | CLUB ATLETISMO VILALBA |
| 1º | Pablo | Fernandez Diaz | Ribadeo | Sub 16 - 18 | Masculino | CLUB ATLETISMO RIBADEO |
| 2º | Marcos | Rivas Sobrado | Lourenzá | Sub 16 - 18 | Masculino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |

| | | | | | | |
|----|----------|-------------|----------|-------------|-----------|-----------------------|
| 3º | Jonathan | Rivas Rivas | Lourenzá | Sub 16 - 18 | Masculino | ESCOLAS DEP. LOURENZA |
|----|----------|-------------|----------|-------------|-----------|-----------------------|

| POSTO | CATEGORÍA | SUB 20-23 | | | | |
|-------|-----------|----------------------|----------|-------------|-----------|-----------------------------------|
| 1º | Iván | Manso-pedrosa García | Lugo | Sub 20 - 23 | Masculino | LUGO RUNNING CLUB BY RAMOS LOURES |
| 2º | Antonio | Souto Prieto | Vilalba | Sub 20 - 23 | Masculino | |
| 3º | Adrian | Paz Castro | Cospeito | Sub 20 - 23 | Masculino | BTT LAGOA DE COSPEITO |

| POSTO | CATEGORÍA | SENIOR | | | | |
|-------|-----------|--------------------------|-----------|--------|-----------|-----------------------------------|
| 1ª | Blanca | Cañamás Catalá | Oliva | Senior | Femenino | TRIEUME AS PONTES |
| 2ª | Rosalía | López López | Lugo | Senior | Femenino | LUGO RUNNING CLUB BY RAMOS LOURES |
| 1º | Victor | Alonso Ares | As Pontes | Senior | Masculino | TRIEUME AS PONTES |
| 2º | Jorge | Carballeira Amarelojorge | As Pontes | Senior | Masculino | TRIEUME AS PONTES |
| 3º | Henrique | Tëlo Fernández | Chantada | Senior | Masculino | A.C.E.D.O. CARBALLO (TABOADA) |

| POSTO | CATEGORÍA | MÁSTER A | | | | |
|-------|-----------|--------------------|------------|----------|-----------|-------------------------|
| 1ª | Ana Belen | González Margaride | A Pontenov | Máster A | Femenino | FLUVIAL DE LUGO |
| 2ª | Isa | Díaz Perez | As Pontes | Máster A | Femenino | TRIEUME AS PONTES |
| 3ª | Virginia | Polo Campello | Xermade | Máster A | Femenino | TRIEUME AS PONTES |
| 1º | Marcos | Conde Llenderozos | Ribadeo | Máster A | Masculino | CLUB ATLETISMO RIBADEO |
| 2º | Edelmiro | Martinez Roca | Vilalba | Máster A | Masculino | CLUB ATLETISMO VILALBA |
| 3º | Juan Luis | Mendez Paz | Mondoñedo | Máster A | Masculino | CLUB ATLETISMO LOURENZA |

| POSTO | CATEGORÍA | MÁSTER B | | | | |
|-------|-------------|----------------------|-----------|----------|-----------|----------------------------|
| 1ª | Rocio | Diaz Mesa | Ribadeo | Máster B | Femenino | CLUB ATLETISMO RIBADEO |
| 2ª | Maria Luisa | Lopez Garcia | A Coruña | Máster B | Femenino | www.robertopico.com |
| 3ª | Manuela | Filgueiras Barro | Culleredo | Máster B | Femenino | |
| 1º | José Manuel | Corral López | Lugo | Máster B | Masculino | VERXEL NUTRICION DEPORTIVA |
| 2º | Matías | Garcia-anllo Reinoso | Vilalba | Máster B | Masculino | CLUB ATLETISMO VILALBA |
| 3º | Ruben | Garcia Piñeiroa | Lourenzá | Máster B | Masculino | CLUB ATLETISMO LOURENZA |

| POSTO | CATEGORÍA | MÁSTER C | | | | |
|-------|-----------|--------------|---------|----------|-----------|--|
| 1º | Santiago | Silva Guizán | Xermade | Máster C | Masculino | |

| | | | | | | |
|----|---------|--------------|---------|----------|-----------|-------------------|
| 2º | Manuel | Ceide Santos | Friol | Máster C | Masculino | ATLETISMO FRIOL |
| 3º | Antonio | Souto Rego | Vilalba | Máster C | Masculino | LUCUS CAIXA RURAL |