



## V CROS MONDEGO-SADA 30/11/19



### Xeral Feminina 4800 mts (Sub18 2750 mts)

Posto	Post/Cat	Dorsal	Tempo	Nome	Apelidos	Club
1	1SUB18-F	355	12:15	Lucía	Acebrás Suárez	Club Atletismo Sada
2	1SENIOR-F	55	21:23	Inés	Bereijo Albo	Ria Ferrol
3	1MASTER A-F	272	22:11	Noelia	Papín Estévez	Club Atletismo Sada
4	1MASTER B-F	271	22:28	Ines	Papin Estévez	Club Atletismo Sada
5	2MASTER A-F	267	23:06	Cristina	Loeda Soto	
6	2SENIOR-F	273	23:32	Tere	Parrado Pinaque	Club Atlético O Pino
7	3MASTER A-F	42	23:45	Raquel	Armesto Pinedo	Club Atletismo Sada
8	4MASTER A-F	269	24:07	Laura	Núñez Naveira	
9	2MASTER B-F	71	24:16	Lina	García Portas	Club Atletismo Sada
10	3MASTER B-F	256	24:37	M <sup>a</sup> Dolores	González Fernández	La Mochila del Deporte
11	4MASTER B-F	286	24:47	Helen	Sanderson	Club Atletismo Sada
12	3SENIOR-F	64	26:35	Maria	Carregal Sömme	Club Marineda Atlético
13	4SENIOR-F	265	27:22	Sara	Gutiérrez	
14	5SENIOR-F	284	27:24	Alba	Rubial	
15	5MASTER A-F	266	28:53	Ana Belen	Hermida Carballo	La Mochila del Deporte
16	5MASTER B-F	274	29:13	Lola	Pazos Mallo	Club Atletismo Sada
17	6MASTER A-F	270	29:26	Carolina	Papin Estevez	Club Atletismo Sada
18	6SENIOR-F	51	29:47	Lorena	Arruñada Rico	NOSPORTLIMIT
19	7MASTER A-F	283	30:38	Marisa	Rúa Prieto	Club Atletismo Sada
20	7SENIOR-F	279	31:54	Raluca Mihaela	Poelar	NOSPORTLIMIT
21	6MASTER B-F	65	32:12	Natalia	Garcia Feijoo De Sotomayo	La Mochila del Deporte



# V CROS MONDEGO-SADA 30/11/19



## Xeral Masculina 4.800 mts (Sub18 2750 mts)

Posto	Post/Cat	Dorsal	Tempo	Nome	Apelidos	Club
1	1SUB18-M	365	09:00	Mario	García Papín	Club Atletismo Sada
2	2SUB18-M	376	09:03	Roi	Soto González	Club Atletismo Sada
3	3SUB18-M	378	09:16	Tomas	López Vizcaino	Club Atletismo Sada
4	4SUB18-M	371	09:22	Ivan	Maroño Pascalin	Compañía De Maria
5	5SUB18-M	363	09:51	Javier	Galán Méndez	Club Atletismo Sada
6	6SUB18-M	373	09:53	Tomas	Prada Maroño	Compañía de Maria
7	7SUB18-M	375	09:57	José Guillermo	Sánchez Ruiz	Riazor Coruña
8	8SUB18-M	367	10:30	Manuel	Hermida Chouza	Riazor Coruña
9	9SUB18-M	362	10:37	Ismael	Díaz Sánchez	Club Atletismo Sada
10	10SUB18-M	377	11:58	Miguel	Ledo Fernández	Riazor Coruña
11	1SENIOR-M	346	18:26	David	Fernández Argul	Club Marinada Atlético
12	1MASTER A-M	620	18:30	Luis	Pinedo	Club Atletismo Sada
13	2SENIOR-M	336	18:30	Xan	Collazo Areosa	CA O Pino
14	1MASTER B-M	631	18:31	Ramón	Serantes Gómez	Club Marinada Atlético
15	3SENIOR-M	381	18:49	Jacobo	Gesto Lago	Verxel nutricion
16	2MASTER B-M	301	18:52	Jose Antonio	Abuin	Club Atletismo Sada
17	4SENIOR-M	318	18:55	Nicolás Fernando	Bas Roth	Club Atletismo Sada
18	5SENIOR-M	614	19:15	Moncho	Muiños Cotelo	
19	3MASTER B-M	619	19:30	Manuel Oliver	Pérez López	club atletismo sar vermu petroni
20	6SENIOR-M	628	19:38	Sergio	Roriguez Quintana	Club Atletismo Sada
21	2MASTER A-M	390	19:50	Adrian	Gomez Fernandez	Club Atletismo O Pino
22	3MASTER A-M	621	20:08	Edu	Pinedo Armesto	
23	4MASTER A-M	329	20:22	Juan Carlos	Castro Fernandez	Running oleiros
24	4MASTER B-M	610	20:31	Xosé Manuel	Meizoso Vilasuso	
25	7SENIOR-M	632	21:18	Héctor	Simón Martínez	NOSPORTLIMIT
26	5MASTER A-M	400	21:27	Pablo	González Montero	
27	5MASTER B-M	639	21:30	Manuel	Vázquez Ramos	Verxel nutricion deportiva
28	8SENIOR-M	616	21:33	Iván	Pardal Coca	Club Atletismo O Pino
29	6MASTER B-M	320	21:36	Fernando	Bouzon Otero	TRISADA
30	9SENIOR-M	635	21:40	Fernando José	Varela Castro	
31	7MASTER B-M	359	21:43	Alfonso	Garcia Bello	
32	10SENIOR-M	607	21:58	Daniel	López García	Kurai
33	8MASTER B-M	611	22:02	Juan	Méndez López	Club Atletismo Sada
34	6MASTER A-M	316	22:05	Oscar	Amado Fonseca	
35	7MASTER A-M	606	23:04	Guillermo	Liaño Vidal	Triatlón Oleiros
36	8MASTER A-M	325	23:30	Carlos	Casás Fernández	Triatlón Oleiros
37	9MASTER A-M	638	23:55	Miguel Angel	Vázquez González	La Mochila del Deporte
38	10MASTER A-M	343	24:05	Joaquín	Docampo Garcia	

<b>Posto</b>	<b>Post/Cat</b>	<b>Dorsal</b>	<b>Tempo</b>	<b>Nome</b>	<b>Apelidos</b>	<b>Club</b>
<b>39</b>	9MASTER B-M	<b>368</b>	<b>24:10</b>	<b>Antonio</b>	<b>Garcia Bello</b>	<b>Atletas acea de ama</b>
<b>40</b>	10MASTER B-M	<b>334</b>	<b>24:12</b>	<b>Marcos</b>	<b>Cenamor Fandiño</b>	<b>Club Atletismo Sada</b>
<b>41</b>	11MASTER B-M	<b>489</b>	<b>26:15</b>	<b>Ángel</b>	<b>Juviño Prego</b>	
<b>42</b>	12MASTER B-M	<b>311</b>	<b>27:27</b>	<b>Pablo</b>	<b>Alvarez Soaz</b>	<b>Club Atletismo Sada</b>
<b>43</b>	13MASTER B-M	<b>649</b>	<b>27:30</b>	<b>Celerino</b>	<b>Pedreira Coroas</b>	<b>As Pontes</b>
<b>44</b>	11MASTER A-M	<b>323</b>	<b>28:55</b>	<b>Gabriel</b>	<b>Cao Sanchez</b>	



## V CROS MONDEGO-SADA 30/11/19



### Categoría SUB18 Femenino

Posto	Pos/Carr	Dorsal	Tempo	Nome	Apelidos	Club
1	11	1355	12:15	Lucía	Acebrás Suárez	Club Atletismo Sada

### Categoría SUB18 Masculino

Posto	Pos/Carr	Dorsal	Tempo	Nome	Apelidos	Club
1	1	1365	09:00	Mario	García Papín	Club Atletismo Sada
2	2	1376	09:03	Roi	Soto González	Club Atletismo Sada
3	3	1378	09:16	Tomas	López Vizcaino	Club Atletismo Sada
4	4	1371	09:22	Ivan	Maroño Pascalin	Compañía De Maria
5	5	1363	09:51	Javier	Galán Méndez	Club Atletismo Sada
6	6	1373	09:53	Tomas	Prada Maroño	Compañía de Maria
7	7	1375	09:57	José Guillermo	Sánchez Ruiz	Riazor Coruña
8	8	1367	10:30	Manuel	Hermida Chouza	Riazor Coruña
9	9	1362	10:37	Ismael	Díaz Sánchez	Club Atletismo Sada
10	10	1377	11:58	Miguel	Ledo Fernández	Riazor Coruña



## V CROS MONDEGO-SADA 30/11/19



### Categoría Senior Femenino

Posto	Pos/Carr	Dorsal	Tempo	Nome	Apelidos	Club
1	28	1055	21:23	Inés	Bereijo Albo	Ria Ferrol
2	43	1273	23:32	Tere	Parrado Pinaque	Club Atletismo O Pino
3	54	1064	26:35	Maria	Carregal Sömmе	Club Marineda Atlético
4	55	1265	27:22	Sara	Gutiérrez	
5	56	1284	27:24	Alba	Rubial	
6	63	1051	29:47	Lorena	Arruñada Rico	NOSPORTLIMIT
7	65	1279	31:54	Raluca Mihaela	Poenar	NOSPORTLIMIT

### Categoría Senior Masculino

Posto	Pos/Carr	Dorsal	Tempo	Nome	Apelidos	Club
1	12	1346	18:26	David	Fernández Argul	Club Marineda Atlético
2	14	1336	18:30	Xan	Collazo Areosa	CA O Pino
3	16	1381	18:49	Jacobo	Gesto Lago	Verxel nutricion
4	18	1318	18:55	Nicolás Fernando	Bas Roth	Club Atletismo Sada
5	19	1614	19:15	Moncho	Muiños Cotelo	
6	21	1628	19:38	Sergio	Roriguez Quintana	Club Atletismo Sada
7	27	1632	21:18	Héctor	Simón Martínez	NOSPORTLIMIT
8	31	1616	21:33	Iván	Pardal Coca	Club Atletismo O Pino
9	33	1635	21:40	Fernando José	Varela Castro	
10	35	1607	21:58	Daniel	López García	Kurai



## V CROS MONDEGO-SADA 30/11/19



### Categoría Master A Feminino

Posto	Pos/Carr	Dorsal	Tempo	Nome	Apelidos	Club
1	38	1272	22:11	Noelia	Papín Estévez	Club Atletismo Sada
2	41	1267	23:06	Cristina	Loeda Soto	
3	44	1042	23:45	Raquel	Armesto Pinedo	Club Atletismo Sada
4	47	1269	24:07	Laura	Núñez Naveira	
5	59	1266	28:53	Ana Belen	Hermida Carballo	La Mochila del Deporte
6	62	1270	29:26	Carolina	Papin Estevez	Club Atletismo Sada
7	64	1283	30:38	Marisa	Rúa Prieto	Club Atletismo Sada

### Categoría Master A Masculino

Posto	Pos/Carr	Dorsal	Tempo	Nome	Apelidos	Club
1	13	1620	18:30	Luis	Pinedo	Club Atletismo Sada
2	22	1390	19:50	Adrian	Gomez Fernandez	Club Atletismo O Pino
3	23	1621	20:08	Edu	Pinedo Armesto	
4	24	1329	20:22	Juan Carlos	Castro Fernandez	Running oleiros
5	29	1400	21:27	Pablo	González Montero	
6	37	1316	22:05	Oscar	Amado Fonseca	
7	40	1606	23:04	Guillermo	Liaño Vidal	Triatlón Oleiros
8	42	1325	23:30	Carlos	Casás Fernández	Triatlón Oleiros
9	45	1638	23:55	Miguel Angel	Vázquez González	La Mochila del Deporte
10	46	1343	24:05	Joaquín	Docampo Garcia	
11	60	1323	28:55	Gabriel	Cao Sanchez	



## V CROS MONDEGO-SADA 30/11/19



### Categoría Master B Feminino

Posto	Pos/Carr	Dorsal	Tempo	Nome	Apelidos	Club
1	39	1271	22:28	Ines	Papin Estévez	Club Atletismo Sada
2	50	1071	24:16	Lina	García Portas	Club Atletismo Sada
3	51	1256	24:37	M <sup>a</sup> Dolores	González Fernández	La Mochila del Deporte
4	52	1286	24:47	Helen	Sanderson	Club Atletismo Sada
5	61	1274	29:13	Lola	Pazos Mallo	Club Atletismo Sada
6	66	1065	32:12	Natalia	García Feijoo De Sotomayo	La Mochila del Deporte

### Categoría Master B Masculino

Posto	Pos/Carr	Dorsal	Tempo	Nome	Apelidos	Club
1	15	1631	18:31	Ramón	Serantes Gómez	Club Marinada Atlético
2	17	1301	18:52	Jose Antonio	Abuin	Club Atletismo Sada
3	20	1619	19:30	Manuel Oliver	Pérez López	club atletismo sar vermu petroni
4	26	1610	20:31	Xosé Manuel	Meizoso Vilasuso	
5	30	1639	21:30	Manuel	Vázquez Ramos	Verxel nutricion deportiva
6	32	1320	21:36	Fernando	Bouzon Otero	TRISADA
7	34	1359	21:43	Alfonso	García Bello	
8	36	1611	22:02	Juan	Méndez López	Club Atletismo Sada
9	48	1368	24:10	Antonio	García Bello	Atletas acea de ama
10	49	1334	24:12	Marcos	Cenamor Fandiño	Club Atletismo Sada
11	53	1489	26:15	Ángel	Juviño Prego	
12	57	1311	27:27	Pablo	Alvarez Soaz	Club Atletismo Sada
13	58	1649	27:30	Celerino	Pedreira Coroas	As Pontes