

RESULTADOS OFICIAIS
ABSOLUTA 7K
11:30

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
1	67	ESTEBAN IGLESIA VILA	1995	22:12	03:10	22:11		CLUB ATLETISMO LUCUS CAIXA	M-1	Senior-1
2	75	ÁLEX IGLESIA VILA	2005	24:39	03:31	24:38			M-2	Sub 20 - 23-1
3	28	RAMIRO CHAVES MON	1983	25:42	03:40	25:42	33997329V	ESCOLAS DEPORTIVAS LOURENZA	M-3	Máster A-1
4	30	ANDRÉS ALBERTO PÉREZ MARTÍNEZ	1986	25:44	03:40	25:42			M-4	Máster A-2
5	61	OSCAR MURADO EXPOSITO	1977	26:04	03:43	26:04			M-5	Máster B-1
6	44	ADRIAN PAZ CASTRO	1997	26:18	03:45	26:17			M-6	Senior-2
7	35	JESÚS G SOTO GÓMEZ	1975	27:01	03:51	27:00		CLUB ATLETISMO LOURENZA	M-7	Máster B-2
8	55	CARMELO BESTEIRO GÓMEZ	2004	27:35	03:56	27:32			M-8	Sub 20 - 23-2
9	40	JOSE ANTONIO OROZCO VÁZQUEZ	1970	28:06	04:00	28:05		A GÁNDARA	M-9	Máster B-3
10	32	DIEGO YAÑEZ LAMAS	1985	28:22	04:03	28:19		CORRE POR BEGONTE	M-10	Máster A-3
11	79	JOSÉ MANUEL CASÁS CASÁS	1978	28:49	04:07	28:47			M-11	Máster B-4
12	71	SAUL VALCARCE NOVO	1968	29:06	04:09	29:04		CLUBE DE ATLETISMO VERXEL	M-12	Máster C-1
13	37	IAGO RODRÍGUEZ CARBALLO	1985	29:19	04:11	29:17			M-13	Máster A-4
14	60	JOSE MANUEL GONZALEZ DIAZ	1966	29:26	04:12	29:23			M-14	Máster C-2
15	27	ALBERTO CELA PENELO	1978	29:42	04:14	29:40			M-15	Máster B-5
16	83	MARTÍN GONZÁLEZ FOLGUEIRS	2001	30:08	04:18	30:05		CLUB ATLETISMO VELEIRO DO	M-16	Senior-3
17	73	JOSÉ MANUEL MARTÍNEZ LEMA	1978	30:32	04:21	30:27			M-17	Máster B-6
18	54	JUAN CARLOS YAÑEZ LAMAS	1969	31:00	04:25	30:57		CORRE POR BEGONTE	M-18	Máster B-7
19	63	CÉSAR PORTAS MUINELO	1978	31:10	04:27	31:07			M-19	Máster B-8
20	64	JUAN JOSE FERNÁNDEZ RODIL	1968	31:11	04:27	31:07			M-20	Máster C-3
21	45	GONZALO CUESTA BENITO	1979	31:18	04:28	31:14		VALDERUNNERS	M-21	Máster A-5
22	1	ELENA GONZÁLEZ FERNÁNDEZ	1974	31:19	04:28	31:14	AG2017736	LA MOCHILA DEL DEPORTE	F-1	Máster B-1
23	34	IVÁN GONZÁLEZ VÁZQUEZ	1983	31:24	04:29	31:21			M-22	Máster A-6
24	49	PATRICIO FARIAS FORNEIRO	1977	31:30	04:30	31:26	A10052	CLUB DEPORTIVO AURUM	M-23	Máster B-9
25	85	DIEGO SECO BARREIRA	2003	31:42	04:31	31:38			M-24	Sub 20 - 23-3
26	81	XOSÉ REGUEIRO YAÑEZ	1979	31:56	04:33	31:48			M-25	Máster A-7
27	8	VANESA LÓPEZ VÁZQUEZ	1980	32:10	04:35	32:09	TGAL611	LUGO RUNNING CLUB	F-2	Máster A-1
28	74	SERGIO MORAL ALVITE	1997	32:16	04:36	32:11			M-26	Senior-4
29	5	ROMINA REIMONDO GASALLA	1987	32:28	04:38	32:27			F-3	Máster A-2
30	33	RAMON LANZOS PIÑEIROA	1981	32:29	04:38	32:25			M-27	Máster A-8
31	39	VÍCTOR MANUEL LÓPEZ GAGO	1980	32:46	04:40	32:45	TGAL613	LUGO RUNNING CLUB	M-28	Máster A-9
32	29	MICHAEL SORDO SEIJO	1994	32:51	04:41	32:44			M-29	Senior-5
33	47	MARTÍN ANDIÓN COSTA	1993	32:52	04:41	32:44			M-30	Senior-6
34	69	DIEGO GARCÍA TEIXEIRA	1993	32:53	04:41	32:45			M-31	Senior-7
35	25	ELVA MÉNDEZ LÓPEZ	1967	33:31	04:47	33:30		MULLER EN FORMA	F-4	Máster C-1
36	13	MIRIAM FOLGUEIRA RICO	1994	33:38	04:48	33:36			F-5	Senior-1
37	62	MIGUEL BARRO MUIÑO	1980	33:52	04:50	33:51			M-32	Máster A-10
38	51	SERVANDO SECO CORNIDE	1967	34:01	04:51	33:55			M-33	Máster C-4
39	65	DAVID OTERO PÉREZ	1995	34:01	04:51	33:57			M-34	Senior-8
40	31	JESUS SANTAYA ARUFE	1969	34:22	04:54	34:17		CLUB ATLETISMO SADA	M-35	Máster C-5
41	24	SUSANA ABELLEIRA VARELA	1992	34:22	04:54	34:17			F-6	Senior-2
42	16	SONIA GONZÁLEZ VALEA	1976	34:37	04:56	34:35	GA803	CLUB ATLETISMO RIBADEO	F-7	Máster B-2
43	68	ENRIQUE LÓPEZ FOLGUEIRAS	1956	34:50	04:58	34:46			M-36	Máster D-1
44	48	YAGO GARCIA LOPEZ	1990	34:56	04:59	34:53			M-37	Senior-9
45	14	ARACELI LOSADA VIAN	1988	35:19	05:02	35:16			F-8	Máster A-3
46	4	PATRICIA GALDÓN RODRÍGUEZ	1975	35:23	05:03	35:21			F-9	Máster B-3
47	42	DIEGO BARREIRO BLANCO	1986	35:39	05:05	35:33		ÓXIDO ZERO TRAINING CLUB	M-38	Máster A-11
48	41	JAVIER IRIMIA	1971	35:55	05:07	35:47			M-39	Máster B-10
49	78	SANTIAGO PACIOS VARELA	1976	36:14	05:10	36:09			M-40	Máster B-11
50	6	MARÍA SOUTO PRIETO	1991	36:29	05:12	36:27			F-10	Senior-3
51	57	CELERINO PEDREIRA COROAS	1950	37:38	05:22	37:34	AG2022916	CLUB ATLETISMO LOURENZA	M-41	Máster D-2
52	21	MERYSELL LEGASPI BARCIA	1994	37:39	05:22	37:34			F-11	Senior-4
53	10	BEGO SÁNCHEZ FOLE	1975	37:44	05:23	37:42		MULLER EN FORMA	F-12	Máster B-4
54	11	IRINA ELENA MINEA	1985	37:44	05:23	37:42		MULLER EN FORMA	F-13	Máster A-4
55	36	MANUEL FERREIRO OROSA	1984	38:06	05:26	38:00			M-42	Máster A-12
56	72	MANUEL GONZALEZ FOLGUEIRA	1999	38:40	05:31	38:31			M-43	Senior-10
57	23	ELVIRA CEREIJO ARIAS	1970	38:42	05:31	38:38			F-14	Máster B-5
58	84	JOSÉ MARÍA ANDIÓN RODRÍGUEZ	1958	38:43	05:31	38:37			M-44	Máster D-3
59	80	LUIS PÉREZ CAPÓN	1960	38:48	05:32	38:44			M-45	Máster C-6
60	17	MARTA PORTELA ÓNEGA	1978	38:49	05:32	38:42		LUGO RUNNING CLUB	F-15	Máster B-6

RESULTADOS OFICIAIS
ABSOLUTA 7K
11:30

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
61	53	JOSE MANUEL VARELA MARTINEZ	1966	38:58	05:34	38:54			M-46	Máster C-7
62	52	TOMAS DIAZ FERNANDEZ	1978	39:32	05:38	39:25			M-47	Máster B-12
63	15	NATALIA MARCELA PANTUS	1981	39:32	05:38	39:26			F-16	Máster A-5
64	82	MANUEL HUERTA LEJO	1981	39:55	05:42	39:49			M-48	Máster A-13
65	50	NOEL SEIVANE ROZAS	2003	40:39	05:48	40:34			M-49	Sub 20 - 23-4
66	18	NOELIA VÁZQUEZ CALVO	1975	41:26	05:55	41:21	AG10425	CLUB ATLETICO BERGONDO	F-17	Máster B-7
67	2	MARIA DEL MAR BARCON SANCHEZ	1963	41:27	05:55	41:21	AG2026204	LA MOCHILA DEL DEPORTE	F-18	Máster C-2
68	9	VICENTA ORTEGA BARRETO	1975	42:04	06:00	41:58		A GÁNDARA	F-19	Máster B-8
69	3	ADRIANA OTERO RODRÍGUEZ	1978	42:35	06:05	42:29		LA MOCHILA DEL DEPORTE	F-20	Máster B-9
70	12	ANA MARÍA RONCERO MEDINA	1981	44:12	06:18	44:06		VALDERUNNERS	F-21	Máster A-6
71	7	NEREA MAGIDE PASARO	1999	44:26	06:20	44:19			F-22	Senior-5
72	43	ANGEL BLANCO MORAN	1963	45:54	06:33	45:47			M-50	Máster C-8
73	19	SUSANA MONTERO FACAL	1978	46:57	06:42	46:52	AG10114	CLUB ATLETICO BERGONDO	F-23	Máster B-10
74	66	JOSÉ RAMÓN MÉNDEZ MOIRÓN	1978	48:14	06:53	48:06			M-51	Máster B-13

Llegados: 74
SUB 12+SUB 14+SUB16/18
11:10

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
1	226	BRAIS GARCÍA GONZÁLEZ	2010	04:12	02:48	04:07	817	CLUB ATLETISMO RIBADEO	M-1	Sub 16 - 18-1
2	223	CÉSAR FOUCE LÓPEZ	2007	04:21	02:54	04:21	AG9113	CLUB ATLETISMO LUCUS CAIXA	M-2	Sub 16 - 18-2
3	230	FRAN MIRAGAYA ASCARIZ	2012	05:00	03:20	05:00			M-3	Sub 14-1
4	229	MATEO CUPEIRO LÓPEZ	2012	05:01	03:20	05:01			M-4	Sub 14-2
5	213	HELIA GARCÍA GONZÁLEZ	2010	05:02	03:21	05:02	816	CLUB ATLETISMO RIBADEO	F-1	Sub 16 - 18-1
6	211	ALBA FILGUEIRA RASCADO	2012	05:09	03:26	05:09	AG17058	CLUB FERROL ATLETISMO	F-2	Sub 14-1
7	202	GISELA GONZÁLEZ DE ALMEIDA	2012	05:27	03:38	05:26	GGDA261212	CLUB ATLETISMO LUCUS CAIXA	F-3	Sub 14-2
8	204	UXÍA CELA CARNERO	2012	05:32	03:41	05:32	AG10519		F-4	Sub 14-3
9	216	NOA CUPEIRO CASTRO	2010	05:35	03:43	05:35	AG14663	CLUB POLIDEPORTIVO LUCENS	F-5	Sub 16 - 18-2
10	221	CIDRE SANTAMARINA CABANA	2010	05:38	03:45	05:37			M-5	Sub 16 - 18-3
11	219	LUCAS FERNANDEZ CANDAL	2014	05:40	03:46	05:40	AG 14342	ESCOLA ATLETICA LUCENSE	M-6	Sub 12-1
12	214	MARIÑA PORTAS DÍAZ	2014	05:41	03:47	05:41		CLUB POLIDEPORTIVO LUCENS	F-6	Sub 12-1
13	222	LEO ÁLVAREZ VÁZQUEZ	2012	05:46	03:50	05:46		RIA FERROL-CONCEPCION ARE	M-7	Sub 14-3
14	217	NEREA BRAÑA MANTEIGA	2010	05:48	03:52	05:48		CLUB POLIDEPORTIVO MARIST	F-7	Sub 16 - 18-3
15	218	MATÍAS ANDIÓN OTERO	2012	05:52	03:54	05:52			M-8	Sub 14-4
16	207	XIANA FARIAS NOVOA	2011	05:55	03:56	05:55	AG2025997	CLUB ATLETISMO LUCUS CAIXA	F-8	Sub 14-4
17	227	LUCAS SAAVEDRA LÓPEZ	2009	05:59	03:59	05:59			M-9	Sub 16 - 18-4
18	220	ADRIÁN LÓPEZ ANDRADE	2014	06:09	04:06	06:09			M-10	Sub 12-2
19	201	DANIELA GONZÁLEZ DE ALMEIDA	2010	06:17	04:11	06:17	DGDA240910	CLUB ATLETISMO LUCUS CAIXA	F-9	Sub 16 - 18-4
20	209	ALEJANDRA VALLE LIS	2012	06:24	04:16	06:24	AG20427	CLUBE ATLETISMO VILALBA	F-10	Sub 14-5
21	210	VIOLETA LEMA PRADO	2013	06:29	04:19	06:28			F-11	Sub 12-2
22	224	BRAIS DÍAZ SILVA	2014	06:42	04:28	06:42			M-11	Sub 12-3
23	203	ADRIANA GOMEZ SAAVEDRA	2012	06:59	04:39	06:58			F-12	Sub 14-6
24	215	ANTÍA DÍAZ CORBELLE	2011	07:00	04:40	06:59			F-13	Sub 14-7
25	208	NOA ABELLA SAAVEDRA	2014	07:03	04:42	07:03	NAS060414		F-14	Sub 12-3
26	225	PAULO HUERTA MIRANDA	2013	07:19	04:52	07:19			M-12	Sub 12-4
27	212	CARMEN MARTÍNEZ TELLA	2013	07:49	05:12	07:48			F-15	Sub 12-4
28	205	LUCÍA CUESTA RONCERO	2012	08:31	05:40	08:30		VALDERUNNERS	F-16	Sub 14-8

Llegados: 28
DNF 231 MIGUEL MIRAGAYA ASCARIZ 2011
M Sub 14
Abandonos: 1
SUB 10
11:05

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
1	402	MIREIA DÍAZ LÓPEZ	2016	02:44	04:33	02:43			F-1	Sub 10-1
2	414	MANUEL VALLE LIS	2016	02:44	04:33	02:44		CLUBE ATLETISMO VILALBA	M-1	Sub 10-1
3	421	NIKO RILO RODRIGUEZ	2015	02:45	04:35	02:45	AG18360		M-2	Sub 10-2
4	417	PABLO MUINELO LÓPEZ	2015	02:47	04:38	02:47			M-3	Sub 10-3

RESULTADOS OFICIAIS**SUB 10****11:05**

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
5	413	HAMMA CHAIBANI OZMAN	2015	02:52	04:46	02:52			M-4	Sub 10-4
6	411	XIAN SILVA CAAVEIRO	2015	02:57	04:55	02:57			M-5	Sub 10-5
7	415	XOEL BARRO GARCIA	2015	02:57	04:55	02:56			M-6	Sub 10-6
8	416	MARTIÑO SÁNCHEZ OTERO	2016	02:58	04:56	02:57			M-7	Sub 10-7
9	401	AINARA RIVAS GRUEIRO	2015	02:58	04:56	02:58			F-2	Sub 10-2
10	418	DAVID MUINELO LÓPEZ	2015	03:01	05:01	03:01			M-8	Sub 10-8
11	412	BRAIS CELA CARNERO	2015	03:03	05:05	03:03			M-9	Sub 10-9
12	403	SARELA SANTAMARINA CABANA	2015	03:05	05:08	03:05			F-3	Sub 10-3
13	409	MARTINA BRAÑA GONZALEZ	2015	03:05	05:08	03:05	AG3776	LA MOCHILA DEL DEPORTE	F-4	Sub 10-4
14	404	ALICIA CUESTA RONCERO	2015	03:14	05:23	03:13		VALDERUNNERS	F-5	Sub 10-5
15	407	MARTINA ÁLVAREZ SÁNCHEZ	2016	03:14	05:23	03:13	AG17699	CLUB POLIDEPORTIVO LUCENS	F-6	Sub 10-6
16	410	ALEJANDRO GOMEZ SAAVEDRA	2016	03:30	05:50	03:30			M-10	Sub 10-10
Llegados:		16								
DNF	405	LOLA MARTÍNEZ TELLA	2015						F	Sub 10

Abandonos: 1