

RESULTADOS OFICIAIS
SUB 16 E SUB 18
10:00

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
1	717	MIGUEL BENASACH	2012	07:32	03:46	07:31	32740781	ATLETISMO NARON	M-1	Sub 16-1
2	702	SANTIAGO DIAZ CONDE	2009	08:05	04:02	08:04	AG2026746	MARINEDA ATLETICO	M-2	Sub 18-1
3	715	ITZIAR FERNÁNDEZ RIVAS	2012	08:15	04:07	08:14		A.D. NAUTICO NARÓN	F-1	Sub 16-1
4	711	AMAYA VEREZ GARRIDO	2012	08:50	04:25	08:50	AG1970	CLUB ATLETISMO CORUÑA CO	F-2	Sub 16-2
5	713	CANDELA CASTELO SANCHEZ	2012	08:50	04:25	08:50	AG2181	CLUB ATLETISMO CORUÑA CO	F-3	Sub 16-3
6	710	CANDELA VEREZ GARRIDO	2012	08:50	04:25	08:50	AG1872	CLUB ATLETISMO CORUÑA CO	F-4	Sub 16-4
7	716	LEO ÁLVAREZ	2012	09:16	04:38	09:15		RIA FERROL-CONCEPCION ARE	M-3	Sub 16-2
8	714	CANDELA SERANTES BOUZA	2012	10:34	05:17	10:34		ATLETISMO NARON	F-5	Sub 16-5
9	712	SARA MAURIZ BARRO	2012	10:34	05:17	10:34	AG15001	ATLETISMO NARON	F-6	Sub 16-6

Chegados: 9

SUB 12 E SUB 14
10:15

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
1	601	NOA VILLOTA PERNAS	2013	03:49	03:49	03:48	GA3782204A	MADERAS BARCIA LOURENZA	F-1	Sub 14-1
2	633	DYLAN ALARCÓN POSE	2015	03:52	03:52	03:52	AG20123	OLYMPO AS PONTES	M-1	Sub 12-1
3	624	OLIVER HALLETT ROIZ	2015	03:54	03:54	03:53	AG19627	ATLETISMO RIAZOR CORUÑA	M-2	Sub 12-2
4	606	ANTON GARCIA GOMEZ	2013	03:54	03:54	03:54		CLUB TRIATLON CORUÑA	M-3	Sub 14-1
5	635	ROI SEOANE ARES	2016	03:59	03:59	03:57			M-4	Sub 12-3
6	630	M.GERARD MIRABAL MUÑOZ	2015	04:00	04:00	03:59			M-5	Sub 12-4
7	632	GAEL SEIJIDO FERNÁNDEZ	2015	04:00	04:00	03:59		ATLETISMO NARON	M-6	Sub 12-5
8	616	CECILIA BENASACH LOPEZ	2014	04:00	04:00	03:59	32918284V	EQUILIBRIO FERROL	F-2	Sub 14-2
9	609	ANTÓN DIEZ ÁLVAREZ	2013	04:07	04:07	04:06		CLUB TRIATLON INFORHOUSE	M-7	Sub 14-2
10	626	DANIEL CORRAL GOMEZ	2015	04:09	04:09	04:07	AG17872	ATLETISMO NARON	M-8	Sub 12-6
11	628	AINARA RIVAS GRUEIRO	2015	04:09	04:09	04:08		OLYMPO	F-3	Sub 12-1
12	602	IRIA PERNAS NÚÑEZ	2013	04:14	04:14	04:13		CLUB ATLÁNTICO	F-4	Sub 14-3
13	627	IAGO PERNAS NÚÑEZ	2015	04:14	04:14	04:14		CLUB TRIATLON CORUÑA	M-9	Sub 12-7
14	614	IAGO GOIRIZ BRAÑAS	2013	04:16	04:16	04:15		TRIATLON FERROL	M-10	Sub 14-3
15	611	ROI CREGO FILGUEIRAS	2013	04:18	04:18	04:16	TRIATLONFER	TRIATLON FERROL	M-11	Sub 14-4
16	610	NEREA RAMOS LOPEZ	2013	04:18	04:18	04:18		TRIATLON FERROL	F-5	Sub 14-4
17	604	ALMA GARCIA GARCIA	2013	04:18	04:18	04:17			F-6	Sub 14-5
18	603	VEGA YAÑEZ AMENEIRO	2013	04:19	04:19	04:18		ATLETISMO NARON	F-7	Sub 14-6
19	608	LEO FONTEROSA PICO	2013	04:25	04:25	04:24		TRIATLÓN FERROL	M-12	Sub 14-5
20	605	IRENE RIOSECO CUERPO	2013	04:26	04:26	04:24			F-8	Sub 14-7
21	617	XANDRE DOPICO MARTÍNEZ	2015	04:29	04:29	04:28			M-13	Sub 12-8
22	612	LAURA FERNÁNDEZ PÉREZ	2013	04:32	04:32	04:32	AG7361	RIA FERROL-CONCEPCION ARE	F-9	Sub 14-8
23	639	XANDRE PERILLE LLAGO	2016	04:37	04:37	04:36	GA3854185A	TRIA FERROL-CONCEPCION ARE	M-14	Sub 12-9
24	620	LUCÍA VILAR TEJEIRO	2015	04:49	04:49	04:47	GA3687488	RIA FERROL-CONCEPCION ARE	F-10	Sub 12-2
25	634	PABLO BARRIO LEIRA	2015	04:53	04:53	04:51	32925596S	CLUB FERROL ATLETISMO	M-15	Sub 12-10
26	641	MARIO GOMEZ GARCIA	2016	04:57	04:57	04:55			M-16	Sub 12-11
27	607	AINHOA DINIZ LÓPEZ	2013	04:59	04:59	04:57	GA3810717	ATLETISMO NARON	F-11	Sub 14-9
28	645	AINA ENCINAS VELLON	2016	05:00	05:00	04:58			F-12	Sub 12-3
29	625	LAURA TORRECILLA CASTRO	2015	05:00	05:00	04:59			F-13	Sub 12-4
30	643	PAULA RILO ALLEGUE	2016	05:47	05:47	05:46			F-14	Sub 12-5
31	638	ANTÍA OLIVEIRA ÁLVAREZ	2016	05:47	05:47	05:46		TRIATHLON FERROL	F-15	Sub 12-6
32	642	GUSTAVO RECAREY ANEIROS	2016	08:07	08:07	08:04			M-17	Sub 12-12

Chegados: 32

SUB 10
10:30

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
1	515	ADRIÁN ALARCÓN POSE	2017	01:58	03:56	01:58	GA3786945	OLYMPO AS PONTES	M-1	Sub 10-1
2	522	JIMENA CAL MENDEZ	2017	02:03	04:06	02:03	AG20048	CLUB FERROL ATLETISMO	F-1	Sub 10-1
3	530	HUGO ALAGE GARCÍA	2018	02:04	04:08	02:03		A.D. NAUTICO NARÓN	M-2	Sub 10-2
4	507	ALOIA VIGO AMENEIRO	2017	02:06	04:12	02:06	GA3837683A	TATLETISMO EQUILIBRIO	F-2	Sub 10-2
5	547	ANTÓN ENCINAS VELLON	2018	02:07	04:14	02:07			M-3	Sub 10-3
6	516	INÉS MIRABAL MUÑOZ	2017	02:07	04:14	02:07			F-3	Sub 10-3
7	518	ESTELA SEIJIDO FERNÁNDEZ	2017	02:07	04:14	02:07		ATLETISMO NARON	F-4	Sub 10-4

RESULTADOS OFICIAIS
SUB 10
10:30

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
8	509	RAÚL VÁZQUEZ CARRACEDO	2017	02:10	04:20	02:08			M-4	Sub 10-4
9	510	BLANCA BARRIO LEIRA	2017	02:11	04:22	02:11	32928241S	CLUB FERROL ATLETISMO	F-5	Sub 10-5
10	520	LEO GARCIA GOMEZ	2017	02:13	04:26	02:13		CLUB TRIATLON CORUÑA	M-5	Sub 10-5
11	534	XABI FERNANDEZ BECEIRO	2018	02:15	04:30	02:14			M-6	Sub 10-6
12	533	MARIO BENASACH LOPEZ	2018	02:19	04:38	02:19		TRIATLÓN FERROL	M-7	Sub 10-7
13	532	MARTIN DOCAMPO TORRALBA	2018	02:20	04:40	02:18			M-8	Sub 10-8
14	529	LOLA PEDRE LÓPEZ	2018	02:20	04:40	02:20	GA3854202	RIA FERROL-CONCEPCION ARE	F-6	Sub 10-6
15	531	LEIRE RAMOS LOPEZ	2018	02:21	04:42	02:20		TRIATLON FERROL	F-7	Sub 10-7
16	528	MANUEL SANTOS GARCIA	2018	02:21	04:42	02:20			M-9	Sub 10-9
17	525	ANTIA PAREDES SANMARTIN	2018	02:22	04:44	02:22			F-8	Sub 10-8
18	503	OLIVER POUPARIÑA RIVAS	2017	02:22	04:44	02:21			M-10	Sub 10-10
19	541	LIA NEIRA ABAD	2018	02:23	04:46	02:22			F-9	Sub 10-9
20	546	GABRIEL ENCINAS VELLON	2018	02:23	04:46	02:23			M-11	Sub 10-11
21	511	TEO TORRALBA PRIETO	2017	02:24	04:48	02:24			M-12	Sub 10-12
22	523	IRENE CEREZO ÁLVAREZ	2018	02:24	04:48	02:24		ATLETISMO NARON	F-10	Sub 10-10
23	538	FABIO FREIRE COSTA	2018	02:26	04:52	02:25			M-13	Sub 10-13
24	524	MARK REGO BOUZA	2018	02:27	04:54	02:27	12488718	A.D. NAUTICO NARÓN	M-14	Sub 10-14
25	501	LEO SANMARTÍN PORTO	2017	02:28	04:56	02:27			M-15	Sub 10-15
26	504	ÁLVARO TENREIRO MEIZOSO	2017	02:28	04:56	02:28			M-16	Sub 10-16
27	542	MATÍAS SALUTREGUI LÓPEZ	2018	02:30	05:00	02:30			M-17	Sub 10-17
28	502	ROSALÍA REY BÉRTALO	2017	02:34	05:08	02:34			F-11	Sub 10-11
29	519	NAIA RODRÍGUEZ PENAS	2017	02:34	05:08	02:34			F-12	Sub 10-12
30	527	MARTINA BARRO VÁZQUEZ	2018	02:34	05:08	02:34	GA3854197	RIA FERROL-CONCEPCION ARE	F-13	Sub 10-13
31	512	NICOLÁS TORRALBA PRIETO	2017	02:37	05:14	02:35			M-18	Sub 10-18
32	537	ANTÓN VILAR TEJEIRO	2018	02:37	05:14	02:37	GA3950191	RIA FERROL-CONCEPCION ARE	M-19	Sub 10-19
33	506	ICIA CABARCOS NIETO	2017	02:38	05:16	02:38	32927438	A.D. NAUTICO NARÓN	F-14	Sub 10-14
34	545	LUCA GABARRES RODRÍGUEZ	2018	02:49	05:38	02:49			M-20	Sub 10-20
35	517	ALBA CANOSA AGULLÓ	2017	02:51	05:42	02:51	GA3827930AT	CLUB FERROL ATLETISMO	F-15	Sub 10-15
36	536	VEGA MARTÍNEZ PRIETO	2018	02:58	05:56	02:57			F-16	Sub 10-16
37	544	CLAUDIA AHEDO SOTO	2018	03:12	06:24	03:11			F-17	Sub 10-17
38	508	MENCÍA VIGO AMENEIRO	2017	03:47	07:34	03:47	GA3771189AT		F-18	Sub 10-18

Chegados: 38

DNS	505	MARCOS GÓMEZ PAZOS	2017					PASA OU ENTORNA	M	Sub 10
------------	-----	--------------------	------	--	--	--	--	-----------------	---	--------

Non presentados: 1
ABSOLUTA 5K
11:00

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
1	203	ANTONIO TEIJIDO LÓPEZ	1986	14:04	02:48	14:04	GA5824	CCA ATLETISMO RIA DE FOZ	M-1	Absoluta-1
2	430	ELOY BREGÁN VILLANUEVA RICO	2000	14:33	02:54	14:32		A.D. NAUTICO NARÓN	M-2	Absoluta-2
3	223	DANIEL GÓMEZ RAMOS	1987	14:45	02:57	14:44		ATLETICO CASTRO	M-3	Absoluta-3
4	231	JONATHAN FERNÁNDEZ RIOS	1988	15:06	03:01	15:05		A.D. NAUTICO NARÓN	M-4	Absoluta-4
5	127	DANIEL MARTINEZ RIVERA	1979	15:19	03:03	15:19		FIGA CROSSFIT	M-5	Absoluta-5
6	279	XABIER RODRIGUEZ MARTINEZ	1992	15:29	03:05	15:28			M-6	Absoluta-6
7	398	JAVIER REY CASTRO	1999	15:46	03:09	15:44			M-7	Absoluta-7
8	259	MARTÍN BELLAS GÓMEZ	1991	15:49	03:09	15:48		TRIATLÓN FERROL	M-8	Absoluta-8
9	41	MIGUEL FREIRE VÁZQUEZ	1970	16:25	03:17	16:22		PASA OU ENTORNA	M-9	Absoluta-9
10	175	ESTEBAN TRILLO POUSA	1983	16:25	03:17	16:21			M-10	Absoluta-10
11	113	AGUSTÍN HERMIDA RODRÍGUEZ	1978	16:27	03:17	16:25	AG20454	A.D. NAUTICO NARÓN	M-11	Absoluta-11
12	45	MARCELO VÁZQUEZ CORTÉS	1971	16:28	03:17	16:26		EGOVARRROS DE VIVEIRO	M-12	Absoluta-12
13	133	MARIO LÓPEZ PAZ	1980	16:29	03:17	16:27		TRIATLÓN FERROL	M-13	Absoluta-13
14	193	RAFA POUPARIÑA CASTRO	1985	16:31	03:18	16:29		PASA OU ENTORNA	M-14	Absoluta-14
15	411	ANTONIO SOUTO PRIETO	1999	16:31	03:18	16:30			M-15	Absoluta-15
16	187	DAVID AHIJADO FERNANDEZ	1984	16:32	03:18	16:29			M-16	Absoluta-16
17	202	VICTOR BALADO	1985	16:32	03:18	16:31		LA RATA RUNNING	M-17	Absoluta-17
18	140	MARIANO CASÁIS GONZÁLEZ	1980	16:39	03:19	16:36	GA3781258AT	ASOCIACION DEPORTIVA OLIN	M-18	Absoluta-18
19	88	JESÚS BECEIRO NOVO	1976	16:41	03:20	16:40			M-19	Absoluta-19
20	137	JOSE CHUECOS	1980	16:41	03:20	16:40		PASA OU ENTORNA	M-20	Absoluta-20

RESULTADOS OFICIAIS
ABSOLUTA 5K
11:00

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
21	493	ANDREA DÍAZ IGLESIAS	2007	16:53	03:22	16:51	GA995	RIA FERROL-CONCEPCION ARE	F-1	Absoluta-1
22	118	JOSE SAEZ	1979	17:09	03:25	17:07			M-21	Absoluta-21
23	372	ANGEL MARTÍNEZ PÉREZ	1997	17:13	03:26	17:10			M-22	Absoluta-22
24	129	PASCUAL FERNÁNDEZ ALBORNOS	1979	17:15	03:27	17:13		A.D. NAUTICO NARÓN	M-23	Absoluta-23
25	371	PABLO PEDROSA PAZ	1997	17:17	03:27	17:16		TRIATLON FERROL	M-24	Absoluta-24
26	35	LUIS ANGEL CASTELO SANCHEZ	1969	17:22	03:28	17:18			M-25	Absoluta-25
27	78	CARLOS CANOSA CASTRO	1976	17:31	03:30	17:28			M-26	Absoluta-26
28	468	JAVIER VAAMONDE RÚA	2004	17:31	03:30	17:26			M-27	Absoluta-27
29	396	JULIAN DOPICO CASTELEIRO	1999	17:32	03:30	17:30			M-28	Absoluta-28
30	457	JESÚS PÉREZ CAMINO	2002	17:36	03:31	17:30			M-29	Absoluta-29
31	101	JOSE FONTICOPA VILLARNOVO	1977	17:36	03:31	17:33			M-30	Absoluta-30
32	498	HUGO ALONSO LÓPEZ	2008	17:36	03:31	17:34	GA3815849	A.D. NAUTICO NARÓN	M-31	Absoluta-31
33	213	PABLO LÓPEZ BARBEITO	1986	17:42	03:32	17:36			M-32	Absoluta-32
34	154	MIGUEL LOZANO IGLESIAS	1981	17:44	03:32	17:38			M-33	Absoluta-33
35	107	FRANCISCO FERNÁNDEZ BOUZA	1978	17:44	03:32	17:39			M-34	Absoluta-34
36	194	JAVIER POUPARIÑA CASTRO	1985	17:47	03:33	17:45			M-35	Absoluta-35
37	445	MARTÍN VILLAR LÓPEZ	2001	17:48	03:33	17:46	GA3867885A	CLUB FERROL ATLETISMO	M-36	Absoluta-36
38	801	ISABEL NAVARRO	2004	17:51	03:34	17:50			F-2	Absoluta-2
39	289	VICTOR NOVO GARCIA	1993	17:54	03:34	17:46			M-37	Absoluta-37
40	439	SERGIO PINEDA REIRIZ	2001	17:56	03:35	17:53			M-38	Absoluta-38
41	400	MIGUEL RODRÍGUEZ PÉREZ	1999	17:59	03:35	17:59			M-39	Absoluta-39
42	135	RAMON LOUREIRO	1980	17:59	03:35	17:52		CLUB DALLE GAS RUNNING TE	M-40	Absoluta-40
43	363	CHRISTIAN DOCAL FERNÁNDEZ	1997	18:01	03:36	17:59			M-41	Absoluta-41
44	452	MARCOS JUSTO MARTINEZ	2002	18:02	03:36	17:59			M-42	Absoluta-42
45	325	FRANCISCO JAVIER CASTRO SEQUEIR	1995	18:02	03:36	17:56			M-43	Absoluta-43
46	286	ALBERTO SALGADO MORADO	1993	18:06	03:37	17:53			M-44	Absoluta-44
47	126	DANIEL JOVE MARTINEZ	1979	18:09	03:37	18:03			M-45	Absoluta-45
48	361	INÉS SANTIAGO	1997	18:10	03:38	17:58			F-3	Absoluta-3
49	305	DIEGO ESPADA PENA	1994	18:10	03:38	18:00			M-46	Absoluta-46
50	95	NOE TEJEIRO FERNANDEZ	1977	18:11	03:38	18:09		NOETRAINERS FERROL	M-47	Absoluta-47
51	55	RAÚL LARANJEIRA LORENZO	1973	18:15	03:39	18:11		PASA OU ENTORNA	M-48	Absoluta-48
52	106	JOSÉ MANUEL CASÁS CASÁS	1978	18:18	03:39	18:15			M-49	Absoluta-49
53	329	ELOY OTERO ABAD	1995	18:22	03:40	18:12			M-50	Absoluta-50
54	486	ANGEL CAGIGAO VÁZQUEZ	2006	18:22	03:40	18:16			M-51	Absoluta-51
55	208	FERNANDO PENA DURÁN	1986	18:23	03:40	18:21			M-52	Absoluta-52
56	79	REBECA SOTO VIÑAS	1976	18:31	03:42	18:29	2019794	CLUB ATLETISMO SADA	F-4	Absoluta-4
57	422	ADRIÁN BAO LÓPEZ	2000	18:40	03:44	18:36		ACEA DE AMA TRI ARTEIXO	M-53	Absoluta-53
58	87	PABLO GARCIA BARBEIRA	1976	18:43	03:44	18:36			M-54	Absoluta-54
59	93	ROBERTO CARLOS LAGO FERNANDEZ	1977	18:45	03:45	18:41		C.D. BEATTRAINING	M-55	Absoluta-55
60	14	JUAN JOSÉ FERNANDEZ LEIRA	1961	18:45	03:45	18:41			M-56	Absoluta-56
61	308	IVÁN PÉREZ RODRÍGUEZ	1994	18:45	03:45	18:35			M-57	Absoluta-57
62	238	MARTA REAL VALIÑO	1990	18:48	03:45	18:47			F-5	Absoluta-5
63	22	JERO LOPEZ PRIETO	1964	18:53	03:46	18:45		PASA OU ENTORNA	M-58	Absoluta-58
64	309	BRAIS PICO VENTUREIRA	1994	19:04	03:48	19:00			M-59	Absoluta-59
65	28	RAFAEL SABIO FERNÁNDEZ	1966	19:04	03:48	18:59	TGAL130	OS CORZOS DO ORTEGAL	M-60	Absoluta-60
66	434	ALEJANDRO RODRIGUEZ PEREZ	2001	19:16	03:51	19:06			M-61	Absoluta-61
67	105	IGNACIO GONZÁLEZ PÉREZ	1978	19:16	03:51	19:11			M-62	Absoluta-62
68	320	AITOR DIA	1995	19:21	03:52	19:17			M-63	Absoluta-63
69	111	IGNACIO FERREÑO MERLÁN	1978	19:22	03:52	19:16			M-64	Absoluta-64
70	165	MANUEL AYOSE MIRABAL HERNAND	1982	19:27	03:53	19:23			M-65	Absoluta-65
71	404	DAVID DÍAZ-ROBLES DÍAZ	1999	19:33	03:54	19:07			M-66	Absoluta-66
72	77	JORGE SUÁREZ FERNÁNDEZ	1975	19:33	03:54	19:26			M-67	Absoluta-67
73	409	ANTÓN KALINDA MARTÍNEZ DÍAZ	1999	19:33	03:54	19:07			M-68	Absoluta-68
74	123	CAMILO CANOSA CASTRO	1979	19:34	03:54	19:30			M-69	Absoluta-69
75	255	BORJA PÉREZ VEIGA	1991	19:36	03:55	19:33			M-70	Absoluta-70
76	224	ANGEL PEREZ VAZQUEZ	1987	19:41	03:56	19:06			M-71	Absoluta-71
77	66	JOSE MANUEL TEJEIRO IGLESIAS	1975	19:41	03:56	19:36			M-72	Absoluta-72
78	163	LUIS PENABAD PENABAD	1982	19:43	03:56	19:26			M-73	Absoluta-73
79	248	ALEJANDRO YÁÑEZ CASTRO	1990	19:44	03:56	19:25			M-74	Absoluta-74
80	239	CRISTIAN CALVO GONZÁLEZ	1990	19:47	03:57	19:35		CLUBE ATLETISMO FENE	M-75	Absoluta-75

RESULTADOS OFICIAIS
ABSOLUTA 5K
11:00

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
81	10	JOSE ANDRES FREIRE GATO	1958	19:50	03:58	19:45			M-76	Absoluta-76
82	92	JUAN CARLOS DE LA VIÑA PITA	1976	19:51	03:58	19:40	CA3931911ATXABARÍS ÁRTABROS		M-77	Absoluta-77
83	161	CARLOS MARTINEZ LOURO	1982	19:57	03:59	19:55			M-78	Absoluta-78
84	91	JOSÉ LUIS AMADO RODRÍGUEZ	1976	19:58	03:59	19:22		SOCIEDAD GIMNASTICA DE PC	M-79	Absoluta-79
85	340	ANDRED COSTA PARDAVILA	1996	20:00	04:00	19:50			M-80	Absoluta-80
86	485	DIEGO ARIAS PIÑÓN	2006	20:00	04:00	19:55			M-81	Absoluta-81
87	282	JULIÁN GARCÍA RODRÍGUEZ	1992	20:02	04:00	19:37			M-82	Absoluta-82
88	204	BORJA IRAGO TIZÓN	1986	20:06	04:01	19:36			M-83	Absoluta-83
89	188	MARÍA CARPENTE BOSCH	1984	20:07	04:01	20:01			F-6	Absoluta-6
90	84	AURORA CARRACEDO ALBACETE	1976	20:07	04:01	20:02			F-7	Absoluta-7
91	186	IVAN GOMEZ RIVERA	1984	20:20	04:04	20:14			M-84	Absoluta-84
92	228	ADRIÁN TEMPRANO BLANCO	1988	20:21	04:04	20:11			M-85	Absoluta-85
93	392	PAULA SALUTREGUI LÓPEZ	1999	20:30	04:06	20:26			F-8	Absoluta-8
94	221	ALBERTO CORRAL BAHAMONDE	1987	20:31	04:06	20:13			M-86	Absoluta-86
95	225	MANUEL CASTRO	1988	20:31	04:06	20:25			M-87	Absoluta-87
96	119	MANUEL BARCIA MARTÍNEZ	1979	20:31	04:06	20:25		OS CORZOS DO ORTEGAL	M-88	Absoluta-88
97	150	LUIS ENRIQUE TEJEIRO CASTRO	1981	20:32	04:06	20:25			M-89	Absoluta-89
98	268	JONATAN CREGO GONZÁLEZ	1992	20:38	04:07	20:38			M-90	Absoluta-90
99	183	LUIS ERNESTO TORRICO CABRERA	1984	20:39	04:07	20:33			M-91	Absoluta-91
100	60	MARÍA TERESA CASTRILLÓN DÍAZ	1974	20:40	04:08	20:35			F-9	Absoluta-9
101	128	CESAR TORRECILLA MARTÍNEZ	1979	20:42	04:08	20:25			M-92	Absoluta-92
102	353	FRAN YAÑEZ	1997	20:43	04:08	20:28			M-93	Absoluta-93
103	251	OSCAR LAGARES REAL	1990	20:45	04:09	20:23			M-94	Absoluta-94
104	291	RAQUEL TRIÑANES CALVO	1993	20:46	04:09	20:39		CLUB DALLE GAS RUNNING TE	F-10	Absoluta-10
105	401	MANUEL OLIVA ARROJO	1999	20:46	04:09	20:18			M-95	Absoluta-95
106	284	SERGIO ALVARIÑO PENA	1992	20:47	04:09	20:40		ATLETISMO NARON	M-96	Absoluta-96
107	314	DANIEL IGLESIAS GIAO	1994	20:48	04:09	20:41			M-97	Absoluta-97
108	342	BLANCA DÍAZ-PACHE DEVESA	1996	20:49	04:09	20:44			F-11	Absoluta-11
109	328	SERGIO BARREIRO GONZÁLEZ	1995	20:49	04:09	20:48		A.D. NAUTICO NARÓN	M-98	Absoluta-98
110	265	RICARDO ANDRÉS GARCÍA COLMENA	1991	20:50	04:10	20:40		A.D. NAUTICO NARÓN	M-99	Absoluta-99
111	321	ALEJANDRO GONZÁLEZ JANEIRO	1995	20:52	04:10	20:42			M-100	Absoluta-100
112	143	REBECA PORTA DE LA VIÑA	1981	20:55	04:11	20:40			F-12	Absoluta-12
113	310	ANA LOSADA ABALO	1994	20:56	04:11	20:49			F-13	Absoluta-13
114	355	ORLANDO BLANCO MUNIN	1997	20:57	04:11	20:53			M-101	Absoluta-101
115	391	CELIA MEIZOSO	1999	20:57	04:11	20:37			F-14	Absoluta-14
116	158	CHRISTIAN RAMOS GONZÁLEZ	1982	20:59	04:11	20:45			M-102	Absoluta-102
117	207	CLAUDIA MACNORI RODRÍGUEZ HER	1986	21:06	04:13	20:59			F-15	Absoluta-15
118	102	OSCAR CEBREIRO DURAN	1977	21:16	04:15	21:13			M-103	Absoluta-103
119	469	YADIRA CHÁVEZ QUILICHE	2004	21:18	04:15	21:12			F-16	Absoluta-16
120	56	PEDRO DOMENECH GONZÁLEZ	1973	21:20	04:16	21:15			M-104	Absoluta-104
121	264	JAVIER HERNANDEZ PEREZ	1991	21:21	04:16	21:12			M-105	Absoluta-105
122	172	JUAN PABLO PIDAL LÓPEZ	1983	21:22	04:16	21:04			M-106	Absoluta-106
123	232	ANTONIO JOVE SAAVEDRA	1989	21:24	04:16	21:15			M-107	Absoluta-107
124	167	MARCOS MARTÍNEZ	1982	21:25	04:17	21:23			M-108	Absoluta-108
125	258	ISABEL GRUEIRO ACCIÓN	1991	21:26	04:17	21:16		PASA OU ENTORNA	F-17	Absoluta-17
126	277	ADRIAN CORRAL RODRÍGUEZ	1992	21:27	04:17	21:12			M-109	Absoluta-109
127	110	CARLOS GONZALEZ CALVO	1978	21:29	04:17	21:18		CLUB BENI GYM SPORT	M-110	Absoluta-110
128	483	MARIA GARCIA VIRUES	2005	21:30	04:18	21:20			F-18	Absoluta-18
129	463	MARTA REY CASTRO	2003	21:31	04:18	21:28			F-19	Absoluta-19
130	86	ANGEL VÁZQUEZ IZAGUIRRE	1976	21:32	04:18	21:19		XABARÍS ÁRTABROS	M-111	Absoluta-111
131	442	LEIRE DÍAZ GRAÑA	2001	21:35	04:19	21:25	AG13952	CLUB OURENSE ATLETISMO	F-20	Absoluta-20
132	315	ÁLIDA YAGO MENA	1995	21:35	04:19	21:28			F-21	Absoluta-21
133	112	ROMAN BOUZA	1978	21:36	04:19	21:31			M-112	Absoluta-112
134	312	ALEJANDRO VIDAL PRIMYO	1994	21:36	04:19	21:29			M-113	Absoluta-113
135	368	ANDREA PIÑEIRO VALES	1997	21:38	04:19	21:25			F-22	Absoluta-22
136	478	AROJA TEJEIRO SEVILLA	2005	21:40	04:20	21:35		NOETRAINERS FERROL	F-23	Absoluta-23
137	389	AUGUSTO DA SILVA BARBADAES	1998	21:42	04:20	21:20			M-114	Absoluta-114
138	270	JOSE ANTONIO ROMAN PRADO	1992	21:42	04:20	21:21			M-115	Absoluta-115
139	216	MERCEDES PÉREZ VARELA	1987	21:48	04:21	21:45			F-24	Absoluta-24
140	290	JOSÉ ADRIÁN PUENTES TORRENTE	1993	21:53	04:22	21:33			M-116	Absoluta-116

RESULTADOS OFICIAIS
ABSOLUTA 5K
11:00

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
141	134	JOSÉ CARLOS TEIJEIRO LÓPEZ	1980	21:53	04:22	21:36			M-117	Absoluta-117
142	181	LAURA PICO PICO	1984	21:54	04:22	21:37			F-25	Absoluta-25
143	141	ISABEL CORTIZAS DIAZ	1980	21:54	04:22	21:38			F-26	Absoluta-26
144	218	JORGE CASAL PENA	1987	21:55	04:23	21:39			M-118	Absoluta-118
145	125	ANGEL DE LA HUERTA FERNANDEZ	1979	21:56	04:23	21:39		DALLE GAS RUNNING TEAM	M-119	Absoluta-119
146	72	FERNANDO DE LA PUENTE LÓPEZ	1975	21:56	04:23	21:30			M-120	Absoluta-120
147	81	ALBERTO SUÁREZ QUINTÍA	1976	21:56	04:23	21:29			M-121	Absoluta-121
148	815	RAMIRO COUCE VELLÓN	1957	21:57	04:23	21:51			M-122	Absoluta-122
149	108	DANIEL YAÑEZ LOPEZ	1978	21:58	04:23	21:48		A.D. NAUTICO NARÓN	M-123	Absoluta-123
150	169	ALEJANDRO ALARCÓN GIRALDO	1983	21:59	04:23	21:50		OLYMPO	M-124	Absoluta-124
151	378	JOSEPH SANJURJO	1998	22:02	04:24	21:55			M-125	Absoluta-125
152	444	RAUL GONZALEZ	2001	22:08	04:25	21:45			M-126	Absoluta-126
153	410	JAVIER AULET MARTÍNEZ-ESPARZA	1999	22:08	04:25	21:45			M-127	Absoluta-127
154	397	ALEXANDER PEREZ RODRIGUEZ	1999	22:11	04:26	21:39			M-128	Absoluta-128
155	59	ALFONSO GONZÁLEZ PENDÁS	1974	22:16	04:27	22:11	AG17143	ATLETISMO NARON	M-129	Absoluta-129
156	240	LARA LOUZÁN QUINTELA	1990	22:16	04:27	22:07			F-27	Absoluta-27
157	433	SANDRA MIRAZ FERNÁNDEZ	2001	22:18	04:27	22:09			F-28	Absoluta-28
158	481	LAURA CASAL MONTES	2005	22:27	04:29	22:16		CLUB BENI GYM SPORT	F-29	Absoluta-29
159	62	PABLO CASAL LAMAS	1974	22:27	04:29	22:15		CLUB BENI GYM SPORT	M-130	Absoluta-130
160	49	MIGUEL ANGEL CEBREIRO DURÁN	1972	22:28	04:29	22:26			M-131	Absoluta-131
161	155	IAGO SEIJO RAMOS	1981	22:29	04:29	21:54			M-132	Absoluta-132
162	471	DANIEL MARIÑO DÍAZ	2004	22:30	04:30	22:21			M-133	Absoluta-133
163	146	XOÁN TOJEIRO FERNÁNDEZ	1981	22:31	04:30	22:22			M-134	Absoluta-134
164	341	ANDREA NAVARRO GONZÁLEZ	1996	22:32	04:30	22:17			F-30	Absoluta-30
165	423	JOSE MANUEL MORALES GOMEZ	2000	22:32	04:30	22:17			M-135	Absoluta-135
166	177	LUCIA TORRALBA REGOS	1983	22:33	04:30	22:24			F-31	Absoluta-31
167	440	NEREA FERNÁNDEZ LÓPEZ	2001	22:33	04:30	22:29			F-32	Absoluta-32
168	266	MARTA SIXTO NEIRA	1991	22:36	04:31	22:11			F-33	Absoluta-33
169	287	DAVID CABELLO OQUENDO	1993	22:36	04:31	22:28			M-136	Absoluta-136
170	94	MÓNICA BENASACH GARCÍA	1977	22:38	04:31	22:27			F-34	Absoluta-34
171	132	PABLO CORDAL SANCHEZ	1980	22:39	04:31	22:09			M-137	Absoluta-137
172	11	MONCHO COBAS	1958	22:40	04:32	22:31		CLUB CASTRO DE LOBADIZ	M-138	Absoluta-138
173	222	ANGEL PENABAD PENABAD	1987	22:43	04:32	22:26			M-139	Absoluta-139
174	212	JORDI PUIG MATEO	1986	22:45	04:33	22:37			M-140	Absoluta-140
175	388	CARLOS JIMENEZ DELGADO	1998	22:46	04:33	22:12			M-141	Absoluta-141
176	51	JOSÉ ANTONIO LÓPEZ RODRÍGUEZ	1973	22:50	04:34	22:23			M-142	Absoluta-142
177	214	DIEGO LORENZO	1986	22:50	04:34	22:12			M-143	Absoluta-143
178	205	ABEL MUÍÑO PIÑEIRO	1986	22:50	04:34	22:15			M-144	Absoluta-144
179	241	NATALIA BLAS HERNANDEZ	1990	22:52	04:34	22:45			F-35	Absoluta-35
180	484	SARA VILARO GUTIÉRREZ	2005	22:54	04:34	22:41			F-36	Absoluta-36
181	145	RESTITUTO SIMÓN LAGO	1981	22:55	04:35	22:21			M-145	Absoluta-145
182	9	JOSE MANUEL DEL TORO MINGUEZ	1957	22:56	04:35	22:50			M-146	Absoluta-146
183	152	MARIA VANESSA ABEAL FREIJOMIL	1981	23:07	04:37	22:46			F-37	Absoluta-37
184	276	ALEJANDRO MANSO LOUREIRO	1992	23:07	04:37	22:55			M-147	Absoluta-147
185	285	MARTA FERNÁNDEZ REY	1993	23:09	04:37	22:53			F-38	Absoluta-38
186	476	AINHITZE BARANDIARAN ZUBELDIA	2005	23:09	04:37	23:04			F-39	Absoluta-39
187	263	ANTÓN BELLAS LÓPEZ	1991	23:09	04:37	22:53			M-148	Absoluta-148
188	479	ANE ZUBELZU ERRONDOSORO	2005	23:10	04:38	23:05			F-40	Absoluta-40
189	178	MIGUEL MARTÍN LÓPEZ	1983	23:10	04:38	22:34			M-149	Absoluta-149
190	97	MARCOS A. CASTRO VIGO	1977	23:10	04:38	22:36			M-150	Absoluta-150
191	192	GONZALO CASÁS CORBELLE	1985	23:12	04:38	23:01			M-151	Absoluta-151
192	299	SONIA DURÁN SIERRA	1993	23:13	04:38	23:01			F-41	Absoluta-41
193	317	ANDREA VÁZQUEZ LÓPEZ	1995	23:13	04:38	23:03			F-42	Absoluta-42
194	40	MANEL PALENCIA CALVO	1970	23:13	04:38	23:04			M-152	Absoluta-152
195	319	CARMEN GALLARDO FORERO	1995	23:15	04:39	23:07			F-43	Absoluta-43
196	459	PEDRO JOSÉ MACÍAS MÁRQUEZ	2002	23:15	04:39	23:06			M-153	Absoluta-153
197	43	JUAN CARLOS HERMIDA MERA	1971	23:19	04:39	22:53		CLUB CASTRO DE LOBADIZ	M-154	Absoluta-154
198	313	CLARA HERRERO FREIRE	1994	23:22	04:40	23:08			F-44	Absoluta-44
199	98	PABLO BARRIO VILAR	1977	23:23	04:40	23:18		CLUBE ATLETISMO FENE	M-155	Absoluta-155
200	100	VICKY LEIRA MARTÍN	1977	23:23	04:40	23:18		CLUBE ATLETISMO FENE	F-45	Absoluta-45

RESULTADOS OFICIAIS
ABSOLUTA 5K
11:00

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
201	441	MICHELLE GONZALEZ FREIRE	2001	23:24	04:40	23:12		A.D. NAUTICO NARÓN	F-46	Absoluta-46
202	27	ANTONIO FERNÁNDEZ CARREIRA	1966	23:25	04:41	22:51			M-156	Absoluta-156
203	395	PABLO ESPÍNEIRA RODRÍGUEZ	1999	23:26	04:41	22:54			M-157	Absoluta-157
204	37	GUILLERMO RAMON LAGO BREJO	1969	23:26	04:41	23:26		CLUBE ATLETISMO FENE	M-158	Absoluta-158
205	347	INES MARTÍNEZ FRAGA	1996	23:28	04:41	23:17			F-47	Absoluta-47
206	33	JUAN CARLOS PORTO LÓPEZ	1969	23:38	04:43	23:08			M-159	Absoluta-159
207	34	JOSÉ ÁNGEL BORREGÁN TARANILLA	1969	23:42	04:44	23:21			M-160	Absoluta-160
208	306	ANDREA PARDO BECEIRO	1994	23:45	04:45	23:30			F-48	Absoluta-48
209	413	MARÍA MADUEÑO JIMÉNEZ	1999	23:49	04:45	23:40			F-49	Absoluta-49
210	16	ANDRÉS GONZÁLEZ GARCÍA	1961	23:50	04:46	23:42			M-161	Absoluta-161
211	370	MOISES LISTAN GARCIA	1997	23:50	04:46	23:39			M-162	Absoluta-162
212	416	ROI DÍAZ RODRÍGUEZ	2000	23:50	04:46	23:19			M-163	Absoluta-163
213	42	ANTONIO CASTRO LAMAS	1970	23:54	04:46	23:31			M-164	Absoluta-164
214	437	RAÚL LARANJEIRA VARELA	2001	23:55	04:47	23:35		PASA OU ENTORNA	M-165	Absoluta-165
215	4	ALBERTO CALVO FERNÁNDEZ	1950	23:57	04:47	23:50			M-166	Absoluta-166
216	8	CARLOS ANDRES VERDES ARES	1957	23:57	04:47	23:51			M-167	Absoluta-167
217	120	FRANCISCO CASTIÑEIRA VEIGA	1979	23:58	04:47	23:30			M-168	Absoluta-168
218	58	ALBERTO GÓMEZ GARCÍA	1974	23:58	04:47	23:36			M-169	Absoluta-169
219	311	IGNACIO MARTÍNEZ CASTRO	1994	24:02	04:48	23:50			M-170	Absoluta-170
220	234	EMILIO JOSE BUGALLO AYERBE	1989	24:04	04:48	23:38			M-171	Absoluta-171
221	443	CEO RODRÍGUEZ TEJEIRO	2001	24:04	04:48	23:37			M-172	Absoluta-172
222	307	VERÓNICA CASTRILLON FREJEIRO	1994	24:06	04:49	23:51			F-50	Absoluta-50
223	283	DAVID SANCHEZ BUYO	1992	24:07	04:49	23:39			M-173	Absoluta-173
224	387	SARA GALLEGRO LÓPEZ	1998	24:08	04:49	23:57			F-51	Absoluta-51
225	89	CARLOS RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ	1976	24:10	04:50	24:07			M-174	Absoluta-174
226	67	JOSÉ MANUEL ANEIROS LANDROVE	1975	24:10	04:50	23:44			M-175	Absoluta-175
227	480	CLAUDIA FONTE RODRÍGUEZ	2005	24:13	04:50	23:41			F-52	Absoluta-52
228	348	YOLANDA HERMIDA GÓMEZ	1996	24:15	04:51	24:04			F-53	Absoluta-53
229	425	SARA PICO TROITIÑO	2000	24:16	04:51	24:05			F-54	Absoluta-54
230	403	ALBERTO GRANDAL RIVERA	1999	24:16	04:51	24:05			M-176	Absoluta-176
231	73	CLARA MARÍA GABEIRAS PIÑEIRO	1975	24:21	04:52	24:03			F-55	Absoluta-55
232	71	ISABEL VARELA PEREIRA	1975	24:21	04:52	24:01		PASA OU ENTORNA	F-56	Absoluta-56
233	281	ANA VARELA	1992	24:23	04:52	23:59			F-57	Absoluta-57
234	344	SILVIA GORDILLO VAN GILS	1996	24:24	04:52	24:13			F-58	Absoluta-58
235	75	VIRGINIA TORRES CARBALLAL	1975	24:24	04:52	23:50		SEMOS OU NON?!	F-59	Absoluta-59
236	15	ANTONIO SOUTO REGO	1961	24:24	04:52	24:15			M-177	Absoluta-177
237	385	GARA CASTILLO GONZÁLEZ	1998	24:24	04:52	24:17			F-60	Absoluta-60
238	345	PALOMA PELÁEZ ROMÁN	1996	24:25	04:53	24:18			F-61	Absoluta-61
239	359	JAVIERA BRAVO	1997	24:25	04:53	24:21			F-62	Absoluta-62
240	339	IRENE CANEIRO GÓMEZ	1996	24:28	04:53	24:04			F-63	Absoluta-63
241	318	MIGUEL OTERO	1995	24:28	04:53	24:04			M-178	Absoluta-178
242	267	TANIA SÁNCHEZ RODRÍGUEZ	1992	24:28	04:53	23:58		FIGA CROSSFIT	F-64	Absoluta-64
243	148	ROCIO VARELA FRANCO	1981	24:28	04:53	23:58		FIGA CROSSFIT	F-65	Absoluta-65
244	156	NATALIA PENAS BLANCO	1981	24:29	04:53	23:59		FIGA CROSSFIT	F-66	Absoluta-66
245	124	VÍCTOR GARCÍA CASTRO	1979	24:29	04:53	23:54			M-179	Absoluta-179
246	195	LUZ MARÍA FREIRE VARELA	1985	24:29	04:53	24:20			F-67	Absoluta-67
247	366	JULIO MAÍZ DÍAZ	1997	24:30	04:54	24:17			M-180	Absoluta-180
248	352	VICTORIA BOADO ANTÓN	1997	24:30	04:54	24:16			F-68	Absoluta-68
249	324	GUILLERMO CHAMORRO LÓPEZ	1995	24:31	04:54	23:59			M-181	Absoluta-181
250	379	NATALIA PIZARRO FIJO	1998	24:32	04:54	24:17			F-69	Absoluta-69
251	12	JOSÉ MARÍA CASTELEIRO DANS	1959	24:34	04:54	24:22			M-182	Absoluta-182
252	331	LUCÍA FEIJOO DÍAZ	1996	24:35	04:55	24:08			F-70	Absoluta-70
253	330	ROCÍO FEIJOO DÍAZ	1996	24:35	04:55	24:09			F-71	Absoluta-71
254	435	MAR VIVAS TORRES	2001	24:36	04:55	24:28			F-72	Absoluta-72
255	364	Mª SOLEDAD BENITO LESMES	1997	24:36	04:55	24:28			F-73	Absoluta-73
256	376	MIRIAM LINARES HIGUERAS	1998	24:36	04:55	24:29			F-74	Absoluta-74
257	490	MARCOS BLANCO LOPEZ	2006	24:37	04:55	24:03			M-183	Absoluta-183
258	382	MARÍA SOLER ASENSIO	1998	24:37	04:55	24:23			F-75	Absoluta-75
259	488	JACOBO PÍCALLO PLAZA	2006	24:38	04:55	24:03			M-184	Absoluta-184
260	280	PAULA MARTÍNEZ CALERA	1992	24:38	04:55	24:05			F-76	Absoluta-76

RESULTADOS OFICIAIS
ABSOLUTA 5K
11:00

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
261	47	JUAN MANUEL VÁZQUEZ NEIRA	1971	24:41	04:56	24:23			M-185	Absoluta-185
262	464	ANDREA HERRERA MARTÍNEZ	2003	24:46	04:57	24:35			F-77	Absoluta-77
263	467	LORE LÓPEZ RODRÍGUEZ	2003	24:46	04:57	24:33			F-78	Absoluta-78
264	332	SARA VILLARREAL PENA	1996	24:46	04:57	24:19			F-79	Absoluta-79
265	46	MONICA ABAD NAVEIRAS	1971	24:46	04:57	24:31		CLUB CASTRO DE LOBADIZ	F-80	Absoluta-80
266	39	JUAN EMILIO REJAS JIMENEZ	1970	24:49	04:57	24:30			M-186	Absoluta-186
267	298	ALBERTO BASOA MONTERO	1993	24:50	04:58	24:20			M-187	Absoluta-187
268	475	BLANCA MÉNDEZ LEAL	2005	24:55	04:59	24:46			F-81	Absoluta-81
269	474	MARINA PAJÓN AREA	2005	24:55	04:59	24:47			F-82	Absoluta-82
270	65	TONI FERRERO REY	1974	25:02	05:00	24:27		SEMOS OU NON?!	M-188	Absoluta-188
271	235	ANTONIO NOGALES GORDON	1989	25:05	05:01	24:32			M-189	Absoluta-189
272	390	PABLO SÁNCHEZ DE BUSTAMANTE A	1998	25:05	05:01	24:44			M-190	Absoluta-190
273	303	MARTA GÓMEZ MORA	1993	25:07	05:01	24:34			F-83	Absoluta-83
274	482	MARTINA SOTO FIDALGO	2005	25:08	05:01	24:59			F-84	Absoluta-84
275	3	MIGUEL PEDREIRA	1950	25:10	05:02	24:51	AG2022916	CLUB ATLETISMO LOURENZA	M-191	Absoluta-191
276	189	ROCIO NOVO MARTINEZ	1984	25:11	05:02	24:53			F-85	Absoluta-85
277	153	DAVID CAINZOS CAGIAO	1981	25:11	05:02	24:37		SEMOS OU NON?!	M-192	Absoluta-192
278	304	MARTA PINILLA LOPEZ	1994	25:12	05:02	25:04			F-86	Absoluta-86
279	424	VANESA MORENO CANO	2000	25:12	05:02	25:02			F-87	Absoluta-87
280	402	LAURA PAZOS FERNÁNDEZ	1999	25:15	05:03	24:46			F-88	Absoluta-88
281	185	SANDRA CASTELOS DÍAZ	1984	25:19	05:03	25:06		CLUB BENI GYM SPORT	F-89	Absoluta-89
282	200	TAMARA LÓPEZ DIAZ	1985	25:19	05:03	25:05		CLUB BENI GYM SPORT	F-90	Absoluta-90
283	24	LOLI SEÑOR GONZÁLEZ	1965	25:19	05:03	25:07		CLUB BENI GYM SPORT	F-91	Absoluta-91
284	83	MARÍA LORENA RODRÍGUEZ FERNÁN	1976	25:19	05:03	24:47			F-92	Absoluta-92
285	85	JOSÉ RAMÓN RAMOS VÁZQUEZ	1976	25:23	05:04	25:15			M-193	Absoluta-193
286	349	NOELIA BATISTA FERREIRA	1996	25:23	05:04	25:01			F-93	Absoluta-93
287	275	CARLOTA GRILLO GONZÁLEZ	1992	25:23	05:04	25:01			F-94	Absoluta-94
288	227	CINTIA VILLAR DIAZ	1988	25:25	05:05	25:12			F-95	Absoluta-95
289	121	ROCIO LLAO ACEBES	1979	25:25	05:05	25:12			F-96	Absoluta-96
290	367	JENNIFER GARCIA ROMALDE	1997	25:31	05:06	25:07			F-97	Absoluta-97
291	250	FERNANDO LUNA	1990	25:35	05:07	24:56			M-194	Absoluta-194
292	492	GUILLERMO CUNHA GARCIA	2006	25:40	05:08	25:06			M-195	Absoluta-195
293	115	EUGENIA MÉNDEZ DÍAZ	1978	25:41	05:08	25:25			F-98	Absoluta-98
294	31	ANA SABÍN VILARIÑO	1968	25:47	05:09	25:32		CLUB CASTRO DE LOBADIZ	F-99	Absoluta-99
295	196	ANA FERNANDEZ CANTO	1985	25:50	05:10	25:30			F-100	Absoluta-100
296	1	ANTONIO CABANA OROSA	1940	25:52	05:10	25:20			M-196	Absoluta-196
297	5	XESÚS ANXO LÓPEZ PINTOS	1955	25:52	05:10	25:19		PASA OU ENTORNA	M-197	Absoluta-197
298	269	CRISTINA FONTELA SAAVEDRA	1992	25:54	05:10	25:29			F-101	Absoluta-101
299	393	BRUNO MOURIZ	1999	25:55	05:11	25:27		CLUB BENI GYM SPORT	M-198	Absoluta-198
300	369	ANDREA DE PAZ	1997	25:55	05:11	25:27		CLUB BENI GYM SPORT	F-102	Absoluta-102
301	57	MÓNICA FERNÁNDEZ ALBORNOS	1973	25:57	05:11	25:42			F-103	Absoluta-103
302	19	XOSÉ LUÍS RIVAS FERNÁNDEZ	1964	25:57	05:11	25:33			M-199	Absoluta-199
303	103	CARLOS VILLARES PRADO	1977	25:57	05:11	25:33			M-200	Absoluta-200
304	122	PAZ CUERPO GARCÍA DE LOS REYES	1979	25:58	05:11	25:41			F-104	Absoluta-104
305	343	TANIA ABELLEIRA PÉREZ	1996	26:01	05:12	25:31			F-105	Absoluta-105
306	233	ISABEL ESCUDERO GONZÁLEZ	1989	26:03	05:12	25:48			F-106	Absoluta-106
307	429	MARÍA PLAZA CARAZO	2000	26:04	05:12	25:50			F-107	Absoluta-107
308	460	NAYHARA PLAZA GARCÍA	2002	26:10	05:14	25:56			F-108	Absoluta-108
309	261	ÁNGEL DÍAZ CHEDA	1991	26:12	05:14	25:45			M-201	Absoluta-201
310	170	ARACELI GIL BRAGE	1983	26:16	05:15	25:55			F-109	Absoluta-109
311	114	BELÉN GARCÍA HIDALGO	1978	26:20	05:16	26:01			F-110	Absoluta-110
312	13	ALVARO PEREZ DEL VALLE	1959	26:21	05:16	26:01			M-202	Absoluta-202
313	454	EVA CASTRO VILABOY	2002	26:21	05:16	26:04			F-111	Absoluta-111
314	272	IVAN FERNÁNDEZ BELLON	1992	26:22	05:16	26:04			M-203	Absoluta-203
315	414	RAMÓN SALGADO ALCALDE	1999	26:22	05:16	26:04			M-204	Absoluta-204
316	29	VIRGINIA VILA MARTÍNEZ	1967	26:28	05:17	26:12		CLUB CASTRO DE LOBADIZ	F-112	Absoluta-112
317	254	LAURA ANEIROS COUCE	1990	26:29	05:17	25:55			F-113	Absoluta-113
318	360	ADRIÁN CALVO ALVARIÑO	1997	26:29	05:17	25:55			M-205	Absoluta-205
319	32	TERESA REY RODRÍGUEZ	1968	26:31	05:18	26:08		OS CORZOS DO ORTEGAL	F-114	Absoluta-114
320	377	FRANCISCO JAVIER TENREIRO SOTO	1998	26:34	05:18	26:30			M-206	Absoluta-206

RESULTADOS OFICIAIS
ABSOLUTA 5K
11:00

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
321	466	LIDIA PONCE MORADO	2003	26:36	05:19	26:14			F-115	Absoluta-115
322	171	JESUS FALCÓN CAZÁS	1983	26:37	05:19	26:00			M-207	Absoluta-207
323	209	PAÚL CAAVEIRO	1986	26:37	05:19	26:07			M-208	Absoluta-208
324	296	MARTA TORRES GARCÍA	1993	26:37	05:19	26:07			F-116	Absoluta-116
325	453	NEREA LOPEZ REY	2002	26:39	05:19	26:19		PASA OU ENTORNA	F-117	Absoluta-117
326	336	NATALIA LÓPEZ SANDE	1996	26:40	05:20	26:09			F-118	Absoluta-118
327	380	LAURA GALÁN ROCA	1998	26:42	05:20	26:21			F-119	Absoluta-119
328	406	MAHI-NAST QUINTANA MACIAS	1999	26:49	05:21	26:17			M-209	Absoluta-209
329	451	INÉS GARCÍA NOVOA	2002	26:49	05:21	26:17			F-120	Absoluta-120
330	497	ALICIA ISABELLY JESÚS PORTELA	2008	26:52	05:22	26:49			F-121	Absoluta-121
331	449	ZAIRA GARCÍA YEPES	2001	26:54	05:22	26:18			F-122	Absoluta-122
332	394	DANIEL GARCÍA VENTOSO	1999	26:54	05:22	26:18			M-210	Absoluta-210
333	230	OLALLA PADÍN MÉNDEZ	1988	26:56	05:23	26:32			F-123	Absoluta-123
334	215	EVA LOPEZ MOURON	1986	26:58	05:23	26:41			F-124	Absoluta-124
335	201	MILLAN PITA BARROS	1985	27:04	05:24	26:33			M-211	Absoluta-211
336	346	DORA AMENEIRO HERMIDA	1996	27:05	05:25	26:40			F-125	Absoluta-125
337	354	NAOMI PIÑEIRO AVENDAÑO	1997	27:05	05:25	26:41			F-126	Absoluta-126
338	70	CRISTINA GARRIDO FRANCISCO	1975	27:10	05:26	26:48			F-127	Absoluta-127
339	38	NATALIA CRISTINA SANCHEZ DOMIN	1970	27:10	05:26	26:48			F-128	Absoluta-128
340	427	ANDREA BROZOS CONDE	2000	27:10	05:26	27:01			F-129	Absoluta-129
341	246	ALBA RODRÍGUEZ PIÑEIRO	1990	27:11	05:26	27:03			F-130	Absoluta-130
342	253	GONZALO GONZÁLEZ ALMERIA	1990	27:13	05:26	26:57			M-212	Absoluta-212
343	242	PATRICIA PÉREZ SABATER	1990	27:13	05:26	26:58			F-131	Absoluta-131
344	30	PILAR CHARLÓN REDONDO	1967	27:16	05:27	27:00		CLUB CASTRO DE LOBADIZ	F-132	Absoluta-132
345	407	SERGIO CASTELEIRO MENO	1999	27:17	05:27	26:50			M-213	Absoluta-213
346	278	LETICIA CASAL GUDIN	1992	27:29	05:29	27:10			F-133	Absoluta-133
347	198	LIDIA PITA GARCIA	1985	27:44	05:32	27:32			F-134	Absoluta-134
348	294	LAURA GÓMEZ SORIANO	1993	27:45	05:33	27:31			F-135	Absoluta-135
349	249	PATRICIA GONZÁLEZ GRANDAL	1990	27:47	05:33	27:29			F-136	Absoluta-136
350	36	ANA MARÍA FELPETO CALVO	1969	27:54	05:34	27:41			F-137	Absoluta-137
351	116	LAURA MEIZOSO FERNÁNDEZ	1978	27:56	05:35	27:43			F-138	Absoluta-138
352	417	ELENA TORRADO PORTA	2000	28:06	05:37	27:33			F-139	Absoluta-139
353	301	EVA ALEXANDRA FERNÁNDEZ CÁMA	1993	28:08	05:37	27:33			F-140	Absoluta-140
354	260	JULIO SANTIAGO AUGUSTO	1991	28:08	05:37	27:34			M-214	Absoluta-214
355	477	PAULA DÍAZ VARELA	2005	28:15	05:39	27:53			F-141	Absoluta-141
356	436	ANA LEIRA	2001	28:15	05:39	27:53			F-142	Absoluta-142
357	458	PAULA PADÍN FERNÁNDEZ	2002	28:16	05:39	27:43			F-143	Absoluta-143
358	117	DAVID TEIJO LISTA	1979	28:19	05:39	27:53		CLUB DO MAR DE MUGARDOS	M-215	Absoluta-215
359	491	LUCAS FILGUEIRA MARTÍNEZ	2006	28:25	05:41	28:14			M-216	Absoluta-216
360	350	ANABEL FERNÁNDEZ RODRÍGUEZ	1996	28:26	05:41	28:18			F-144	Absoluta-144
361	61	BEATRIZ MARTÍNEZ DÍAZ	1974	28:26	05:41	28:14			F-145	Absoluta-145
362	2	JOSÉ PANTÍN LÓPEZ	1946	28:28	05:41	28:14	AG20081	ATLETISMO NARON	M-217	Absoluta-217
363	271	RUBÉN FERNÁNDEZ PARDO	1992	28:31	05:42	28:12		NOETRAINERS	M-218	Absoluta-218
364	191	DANIA CALVO RODRÍGUEZ	1985	28:31	05:42	28:13		NOETRAINERS	F-146	Absoluta-146
365	333	EREA PÉREZ PLACER	1996	28:33	05:42	28:17			F-147	Absoluta-147
366	337	JAVIER ARMESTO LILLO	1996	28:36	05:43	28:20			M-219	Absoluta-219
367	99	MARTA Mª BOGA ARES	1977	28:36	05:43	28:05			F-148	Absoluta-148
368	362	CARLOTA DAVILA LOPEZ	1997	28:40	05:44	28:11			F-149	Absoluta-149
369	496	NADIA BRAÑAS VILLAR	2008	28:40	05:44	28:11			F-150	Absoluta-150
370	236	OLALLA VILLAR DOPICO	1989	28:41	05:44	28:11			F-151	Absoluta-151
371	297	ROCÍO MANDAYO	1993	28:45	05:45	28:21			F-152	Absoluta-152
372	104	SANDRA GÓMEZ CANOSA	1978	28:52	05:46	28:39			F-153	Absoluta-153
373	7	ANTONIO GARCIA JIMENEZ	1957	28:52	05:46	28:18		MENISKO ROTO	M-220	Absoluta-220
374	168	RAMIRO PÉREZ MACÍAS	1982	28:54	05:46	28:18		SEMOS OU NON?!	M-221	Absoluta-221
375	138	PATRICIO ALEJANDRO ASTUDILLO DC	1980	28:54	05:46	28:20		SEMOS OU NON?!	M-222	Absoluta-222
376	245	LORENA SANTIAGO RODRÍGUEZ	1990	28:55	05:47	28:39			F-154	Absoluta-154
377	322	ANDREA YÁÑEZ LÓPEZ	1995	28:55	05:47	28:43			F-155	Absoluta-155
378	131	EVA TEIJEIRO MARTORELL	1979	28:56	05:47	28:37	GA3950187	RIA FERROL-CONCEPCION ARE	F-156	Absoluta-156
379	420	CARLOTA GOMEZ	2000	28:59	05:47	28:43			F-157	Absoluta-157
380	302	ANDREA TORRECILLA CACHERO	1993	28:59	05:47	28:43			F-158	Absoluta-158

RESULTADOS OFICIAIS
ABSOLUTA 5K
11:00

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
381	50	CONCHI CAMBEIRO LÓPEZ	1972	29:01	05:48	28:42			F-159	Absoluta-159
382	142	LIDIA PENA LEIRA	1980	29:28	05:53	29:02			F-160	Absoluta-160
383	52	MARIA RAMOS SANCHEZ	1973	29:34	05:54	29:22			F-161	Absoluta-161
384	473	PABLO SANTALLA CASTELO	2005	29:35	05:55	29:29			M-223	Absoluta-223
385	472	ALBA FERNÁNDEZ VÁZQUEZ	2005	29:35	05:55	29:29			F-162	Absoluta-162
386	184	ERICA PINTO DE ALMEIDA FORNOS	1984	29:46	05:57	29:19			F-163	Absoluta-163
387	130	ROCIO CASTRO RODRIGUEZ	1979	29:46	05:57	29:18			F-164	Absoluta-164
388	211	DENIA PRIEGUE LOURO	1986	30:06	06:01	29:52			F-165	Absoluta-165
389	109	ELENA RENARD ALCÁZAR	1978	30:09	06:01	29:42			F-166	Absoluta-166
390	147	LUIS DE VICTORIA MARTÍNEZ	1981	30:09	06:01	29:42			M-224	Absoluta-224
391	262	TANIA CALVO IGLESIAS	1991	30:20	06:04	29:53			F-167	Absoluta-167
392	438	AITANA TIZÓN FARIÑA	2001	30:29	06:05	30:01			F-168	Absoluta-168
393	162	TAMARA ARIAS SILVAR	1982	30:30	06:06	29:56			F-169	Absoluta-169
394	136	DAVID VEIGA PITA	1980	30:31	06:06	29:57			M-225	Absoluta-225
395	244	CAROLINA PERNAS VIDAL	1990	30:37	06:07	30:11			F-170	Absoluta-170
396	219	FERNANDO LEON HERMIDA	1987	30:37	06:07	30:12			M-226	Absoluta-226
397	316	ADRIÁN GIL GOROSITO	1995	30:38	06:07	30:07			M-227	Absoluta-227
398	419	EVA ÁLVAREZ PEREIRA	2000	30:52	06:10	30:23			F-171	Absoluta-171
399	21	CRISTINA LÓPEZ SUÁREZ	1964	30:59	06:11	30:47			F-172	Absoluta-172
400	381	SABELA YAÑEZ LÓPEZ	1998	30:59	06:11	30:49			F-173	Absoluta-173
401	421	NATALIA GONZALEZ ALVARIÑO	2000	30:59	06:11	30:38			F-174	Absoluta-174
402	23	LUIS ÁNGEL ALVARIÑO VEIGA	1965	31:01	06:12	30:40			M-228	Absoluta-228
403	44	MARIA DEL PINO VELAZQUEZ MIRAN	1971	31:02	06:12	30:30			F-175	Absoluta-175
404	323	INÉS LÓPEZ LÓPEZ	1995	31:08	06:13	30:36			F-176	Absoluta-176
405	326	MARIA LÓPEZ	1995	31:20	06:16	31:01			F-177	Absoluta-177
406	139	ESTÍBALIZ GRUEIRO TOLEDANO	1980	31:48	06:21	31:24			F-178	Absoluta-178
407	461	IRENE ÁVILA CARREIRA	2002	31:51	06:22	31:19			F-179	Absoluta-179
408	455	ANDREA PAZ DÍAZ	2002	31:52	06:22	31:20			F-180	Absoluta-180
409	293	ICÍA ALONSO CORTABITARTE	1993	32:05	06:25	31:35			F-181	Absoluta-181
410	69	ANABELLA VÁZQUEZ SOBRIDO	1975	32:09	06:25	31:41			F-182	Absoluta-182
411	166	NIEVES ARRIVI RAMIL	1982	32:18	06:27	31:46			F-183	Absoluta-183
412	292	KATHYA CAINZOS	1993	32:19	06:27	31:50			F-184	Absoluta-184
413	295	MIRIAM CASTRO SANDE	1993	32:19	06:27	31:49			F-185	Absoluta-185
414	428	SANDRA SUÑER	2000	32:20	06:28	31:56			F-186	Absoluta-186
415	300	CRISTINA CALVETE	1993	32:21	06:28	31:58			F-187	Absoluta-187
416	335	ALEJANDRA BURGUETE MENDEZ	1996	32:52	06:34	32:28			F-188	Absoluta-188
417	63	FINA MORADO CASTRO	1974	32:55	06:35	32:33			F-189	Absoluta-189
418	357	AINHOA SEJO MARTINEZ	1997	33:43	06:44	33:17			F-190	Absoluta-190
419	426	LUCIA SEJO MARTINEZ	2000	33:43	06:44	33:19			F-191	Absoluta-191
420	338	CRISTINA PEREZ PAZ	1996	33:44	06:44	33:15			F-192	Absoluta-192
421	74	SONIA SEJO NUÑEZ	1975	33:44	06:44	33:17			F-193	Absoluta-193
422	447	NOA GUDIN	2001	33:54	06:46	33:35			F-194	Absoluta-194
423	64	JUANA PITA-ROMERO CAAMAÑO	1974	34:14	06:50	33:45			F-195	Absoluta-195
424	76	PAULA BRAGE RAMOS	1975	34:14	06:50	33:46		CLUB BENI GYM SPORT	F-196	Absoluta-196
425	164	LUCÍA FIDALGO CASTRO	1982	48:13	09:38	48:13			F-197	Absoluta-197
426	226	NOELIA PRIETO SÁNCHEZ	1988	48:19	09:39	46:50			F-198	Absoluta-198
427	179	CRISTINA COSTA GARCÍA	1984	48:22	09:40	48:22			F-199	Absoluta-199
428	252	SILVINA OTERO	1990	50:47	10:09	50:47			F-200	Absoluta-200
429	82	SILVIA MARIA DE ARRIBA FERNANDE	1976	57:45	11:33	57:45			F-201	Absoluta-201
430	247	GUILLERMO VARELA	1990	01:01:05	12:13	01:01:05			M-229	Absoluta-229

Chegados: 430

DNF	18	ANA ISABEL DOMÍNGUEZ PÉREZ	1963						F	Absoluta
DNF	25	MARÍA GINESA DOMINGUEZ PEREZ	1966						F	Absoluta

Abandonos: 2

DNS	408	MARTIN LOPEZ CABANAS	1999						M	Absoluta
------------	-----	----------------------	------	--	--	--	--	--	---	----------

Non presentados: 1