

**RESULTADOS OFICIAIS**
**ABSOLUTA 10K**
**09:30**

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
1	37	JONATHAN FERNÁNDEZ RÍOS	1988	<b>34:53</b>	03:29	34:52		A.D. NAUTICO NARÓN	M-1	Máster 1-1
2	25	GONZALO LOSADA ORTIZ	1975	<b>36:00</b>	03:36	35:59			M-2	Máster 2-1
3	33	ANTONINO MÉNDEZ SÁNCHEZ	1984	<b>36:18</b>	03:37	36:17		CLUB DALLE GAS RUNNING TE/	M-3	Máster 1-2
4	72	PABLO SEOANE AMOR	1982	<b>36:46</b>	03:40	36:46		BRUTANZOS TEAM	M-4	Máster 2-2
5	31	AGUSTIN P. HERMIDA RODRÍGUEZ	1978	<b>37:29</b>	03:44	37:28	AG-20454	A.D. NAUTICO NARÓN	M-5	Máster 2-3
6	23	JOSÉ LUIS ROIBÁS FERNÁNDEZ	1971	<b>38:45</b>	03:52	38:43	AG 2024018	ATLETAS DE ACEA DE AMA	M-6	Máster 3-1
7	54	RICARDO COSTA CAMBEIRO	1987	<b>39:11</b>	03:55	39:10		ALEJANDRO GOMEZ	M-7	Máster 1-3
8	52	MIGUEL GARCIA MARTIN	1998	<b>39:21</b>	03:56	39:20			M-8	Senior-1
9	34	PEPE MANSILLA BARREIRO	1988	<b>39:45</b>	03:58	39:43		CLUB DEPORTIVO INCLUSIVO E	M-9	Máster 1-4
10	48	JULIÁN PÉREZ DURÁN	1971	<b>40:06</b>	04:00	40:05		SIGUEME SI PUEDES	M-10	Máster 3-2
11	67	J.MIGUEL ALONSO RODRÍGUEZ	1983	<b>40:39</b>	04:03	40:37			M-11	Máster 2-4
12	59	MIGUEL ANGEL GÓMEZ SENÍN	1976	<b>40:50</b>	04:05	40:48		RUNNING OLEIROS	M-12	Máster 2-5
13	60	ADRIAN PARGA BLANCO	1997	<b>41:56</b>	04:11	41:55			M-13	Senior-2
14	61	JUAN JOSE VIEITES PONTE	1975	<b>42:53</b>	04:17	42:51		SIGUEME SI PUEDES	M-14	Máster 2-6
15	62	BERTO BAZ RODRIGUEZ	1971	<b>42:58</b>	04:17	42:56		SIGUEME SI PUEDES	M-15	Máster 3-3
16	30	PASCUAL FERNÁNDEZ ALBORNOS	1979	<b>43:08</b>	04:18	43:07			M-16	Máster 2-7
17	76	JOSÉ LUIS AMADO RODRÍGUEZ	1976	<b>43:13</b>	04:19	43:06		CLUBE ATLETISMO FENE	M-17	Máster 2-8
18	50	DARIO NOYA CEREIJO	1988	<b>43:23</b>	04:20	43:21			M-18	Máster 1-5
19	8	JOSÉ MANUEL INSUA RODRÍGUEZ	1958	<b>43:29</b>	04:20	43:28	AG2019299	RIA FERROL-CONCEPCION AREI	M-19	Máster 4-1
20	14	PABLO MOSQUERA GARCÍA	1993	<b>43:57</b>	04:23	43:56			M-20	Senior-3
21	28	JOSE LUIS BOUZA FREIRE	1959	<b>44:20</b>	04:26	44:20			M-21	Máster 4-2
22	56	DIEGO URIA REY	1984	<b>44:22</b>	04:26	44:22		CLUB DALLE GAS RUNNING TE/	M-22	Máster 1-6
23	16	JUAN ANTONIO DOCE SERRANO	1990	<b>44:29</b>	04:26	44:26			M-23	Senior-4
24	20	DANIEL YAÑEZ LOPEZ	1978	<b>45:00</b>	04:30	44:56		A.D. NAUTICO NARÓN	M-24	Máster 2-9
25	71	XAIRO MOSQUERA VILA	1992	<b>45:07</b>	04:30	45:02			M-25	Senior-5
26	26	MANUEL FONTENLA MUIÑO	1963	<b>45:12</b>	04:31	45:11		ATLETAS DE ACEA DE AMA	M-26	Máster 4-3
27	10	MANUEL RODRÍGUEZ FERNÁNDEZ	1983	<b>45:25</b>	04:32	45:23		KURAI	M-27	Máster 2-10
28	11	JULIA LÓPEZ REBOLLIDO	1995	<b>45:25</b>	04:32	45:22		KURAI	F-1	Senior-1
29	21	MIGUEL GRUEIRO MENDEZ	1980	<b>46:52</b>	04:41	46:48			M-28	Máster 2-11
30	66	FABIÁN RODRIGUEZ IGLESIAS	1991	<b>47:11</b>	04:43	47:08			M-29	Senior-6
31	45	ALFREDO TORREIRO LOPEZ	1965	<b>47:16</b>	04:43	47:13			M-30	Máster 3-4
32	43	MIGUEL ANGEL COUTO AMADO	1985	<b>47:20</b>	04:44	47:12			M-31	Máster 1-7
33	36	RAFAEL GARCÍA POUSO	1980	<b>48:14</b>	04:49	48:11		TRAIL RUNNING GALEA SPORT	M-32	Máster 2-12
34	74	HUGO FILGUEIRAS	1988	<b>48:41</b>	04:52	48:33			M-33	Máster 1-8
35	39	LOLI SEÑOR	1965	<b>48:58</b>	04:53	48:56		CLUB BENI GYM SPORT	F-2	Máster 3-1
36	64	PABLO IGLESIAS FREIRE	1979	<b>49:24</b>	04:56	49:16			M-34	Máster 2-13
37	1	RAMIRO COUCE VELLON	1957	<b>49:32</b>	04:57	49:29			M-35	Máster 4-4
38	75	PABLO VARGAS GÓMEZ	1997	<b>49:38</b>	04:57	49:30			M-36	Senior-7
39	58	SERVANDO OTERO PUENTE	1966	<b>49:46</b>	04:58	49:41		CLUB ATLETISMO SADA	M-37	Máster 3-5
40	32	FRANCISCO JAVIER GARCIA VILLAAM	1981	<b>50:08</b>	05:00	50:03			M-38	Máster 2-14
41	35	JOSE BOUZA HERVA	1982	<b>50:28</b>	05:02	50:22			M-39	Máster 2-15
42	15	ANDRÉS GONZÁLEZ GARCÍA	1961	<b>50:59</b>	05:05	50:55		CLUB CASTRO DE LOBADIZ	M-40	Máster 4-5
43	7	XOÁN TOJEIRO FERNÁNDEZ	1981	<b>51:21</b>	05:08	51:18			M-41	Máster 2-16
44	17	RICARDO RUBIO ALAMEDA	1965	<b>51:32</b>	05:09	51:29			M-42	Máster 3-6
45	22	ABEL BARCIA CAMPAÑA	2000	<b>51:48</b>	05:10	51:43			M-43	Senior-8
46	24	SEILA BLANCO VARELA	1978	<b>51:55</b>	05:11	51:51			F-3	Máster 2-1
47	57	JOSÉ JUAN VIDELA RODRÍGUEZ	1963	<b>52:18</b>	05:13	52:14			M-44	Máster 4-6
48	70	ROMÁN ABELLA BOUZA	1978	<b>52:50</b>	05:17	52:48			M-45	Máster 2-17
49	55	JOSE MARIA VARA RODRIGUEZ	1971	<b>53:07</b>	05:18	53:03			M-46	Máster 3-7
50	13	ANDREA SEOANE AGUIAR	1995	<b>53:48</b>	05:22	53:43			F-4	Senior-2
51	2	MARYEM SALI DUQUE	1980	<b>54:00</b>	05:24	53:51			F-5	Máster 2-2
52	44	ISMAEL CARREIRA	1982	<b>56:56</b>	05:41	56:50			M-47	Máster 2-18
53	40	DAMIÁN FERNÁNDEZ FERNÁNDEZ	1980	<b>57:04</b>	05:42	56:16			M-48	Máster 2-19
54	18	GABRIEL TAIBO PIÑEIRO	1989	<b>57:11</b>	05:43	57:08			M-49	Máster 1-9
55	9	LORENA GOMEZ ROMERO	1993	<b>57:19</b>	05:43	57:18			F-6	Senior-3
56	12	JOSE LOPEZ ANEIROS	1961	<b>57:21</b>	05:44	57:15			M-50	Máster 4-7
57	65	CLARA VIDAL BLANCO	1998	<b>57:22</b>	05:44	57:17			F-7	Senior-4
58	63	EUGENIA MENDEZ DÍAZ	1978	<b>57:36</b>	05:45	57:34			F-8	Máster 2-3
59	27	ALBERTO FERNÁNDEZ PÉREZ	1973	<b>58:01</b>	05:48	57:55			M-51	Máster 3-8
60	47	ISABEL GRUEIRO ACCIÓN	1991	<b>58:23</b>	05:50	58:20		PASA OU ENTORNA	F-9	Senior-5

## RESULTADOS OFICIAIS

## ABSOLUTA 10K

09:30

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
61	19	LÁZARO DORADO TRRILLO	1989	59:25	05:56	59:18			M-52	Máster 1-10
62	126	JOSÉ VICENTE GÓMEZ POISA	1972	59:26	05:56	59:21			M-53	Máster 3-9
63	29	MÓNICA FERNÁNDEZ ALBORNOS	1973	01:05:02	06:30	01:04:58			F-10	Máster 3-2
64	68	MARCOS MUIÑO	1982	01:05:04	06:30	01:04:55			M-54	Máster 2-20
65	41	NATALIA MARCELA PANSUS	1981	01:07:34	06:45	01:07:29			F-11	Máster 2-4
66	42	TOMAS DÍAZ FERNÁNDEZ	1978	01:07:34	06:45	01:07:31			M-55	Máster 2-21
67	46	SIMONE CARRO ERIAS	1970	01:07:34	06:45	01:07:32			F-12	Máster 3-3
68	69	JOSÉ LUIS FACHAL ALDREY	2003	01:10:59	07:05	01:10:52			M-56	Sub 23-1
69	4	MELY MEIJIDE MARTINEZ	1963	01:12:15	07:13	01:12:09	AG9411	CLUB ATLETISMO SADA	F-13	Máster 4-1
70	38	HUGO FERNÁNDEZ PÉREZ	1981	01:12:41	07:16	01:12:34			M-57	Máster 2-22
71	51	ELENA MASSA TEJEIRO	1999	01:13:04	07:18	01:12:58			F-14	Senior-6
72	5	SARA LÓPEZ YÁÑEZ	2002	01:25:48	08:34	01:25:41			F-15	Sub 23-1

Llegados: 72

## RESULTADOS OFICIAIS

## SUB 18 E SUB 16

11:00

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
1	121	ÁNGELA GÓMEZ CANDEDO	2010	13:39	04:33	13:39			F-1	Sub 16-1
2	122	BRAIS PEÑA FERNÁNDEZ	2009	13:55	04:38	13:55			M-1	Sub 16-1
3	124	TEO ATIYAT ABELLEIRA	2010	14:00	04:40	13:59			M-2	Sub 16-2
4	123	GABRIEL BUSTABAD ORDÓÑEZ	2010	15:59	05:19	15:59			M-3	Sub 16-3
5	125	JONATHAN LOUREIRO BAZO	2008	23:22	07:47	23:22			M-4	Sub 18-1

Llegados: 5

## RESULTADOS OFICIAIS

## SUB 14

11:20

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
1	113	JORGE GARCÍA FERNÁNDEZ	2012	<b>07:48</b>	03:54	07:48	AG18348	ATLETISMO NARON	M-1	Sub 14-1
2	114	LEO ÁLVAREZ VÁZQUEZ	2012	<b>07:58</b>	03:59	07:57		RIA FERROL-CONCEPCION AREI	M-2	Sub 14-2
3	115	CLOE YAÑEZ AMENEIRO	2011	<b>08:02</b>	04:01	08:02		A.D. NAUTICO NARÓN	F-1	Sub 14-1
4	117	AGUSTÍN FERNÁNDEZ-ALBOR VALDÉ	2012	<b>08:21</b>	04:10	08:21			M-3	Sub 14-3
5	116	ARÓN COUCE SEIVANE	2011	<b>08:28</b>	04:14	08:28			M-4	Sub 14-4
6	120	ITZIAR FERNÁNDEZ RIVAS	2012	<b>08:33</b>	04:16	08:33		A.D. NAUTICO NARÓN	F-2	Sub 14-2
7	118	ENRIQUE FERNÁNDEZ-ALBOR VALDÉ	2012	<b>08:35</b>	04:17	08:34			M-5	Sub 14-5
8	111	DENÍS CLARO CARBALLEIRA	2012	<b>09:28</b>	04:44	09:28			M-6	Sub 14-6
9	119	ANDREA GARCÍA VILELA	2011	<b>09:54</b>	04:57	09:53		TRAIL RUNNING GALEA SPORT	F-3	Sub 14-3

Llegados: 9

**RESULTADOS OFICIAIS**
**SUB 12**
**11:35**

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
1	104	GAEL COUCE JEREZ	2014	<b>03:43</b>	03:43	03:43	AG13063	LA MOCHILA DEL DEPORTE	M-1	Sub 12-1
2	96	VEGA YAÑEZ AMENEIRO	2013	<b>03:45</b>	03:45	03:45		A.D. NAUTICO NARÓN	F-1	Sub 12-1
3	97	XOEL COUCE SEIVANE	2013	<b>04:14</b>	04:14	04:14			M-2	Sub 12-2
4	105	XOSE MANUEL RIVAS ABUIN	2014	<b>04:20</b>	04:20	04:19			M-3	Sub 12-3
5	108	DANIEL MARTINEZ LOPEZ	2013	<b>04:20</b>	04:20	04:20			M-4	Sub 12-4
6	102	BRAIS DÍAZ SILVA	2014	<b>04:23</b>	04:23	04:23		30740 CLUB DEPORTIVO	M-5	Sub 12-5
7	101	IRENE RIOSECO CUERPO	2013	<b>04:23</b>	04:23	04:23			F-2	Sub 12-2
8	107	LUCAS CALVO SANJURJO	2014	<b>04:23</b>	04:23	04:23			M-6	Sub 12-6
9	109	DANIEL REIGOSA CALVO	2013	<b>04:32</b>	04:32	04:32			M-7	Sub 12-7
10	103	DAVID GÓMEZ GARCIA	2014	<b>04:35</b>	04:35	04:35			M-8	Sub 12-8
11	94	HUGO VÁZQUEZ LÓPEZ	2014	<b>04:43</b>	04:43	04:42			M-9	Sub 12-9
12	95	MATEO VÁZQUEZ LÓPEZ	2014	<b>04:48</b>	04:48	04:47			M-10	Sub 12-10
13	100	OLALLA GARCÍA VILELA	2014	<b>04:48</b>	04:48	04:47		TRAIL RUNNING GALEA SPORT	F-3	Sub 12-3
14	98	ROQUE LOSADA FERNANDEZ	2013	<b>04:52</b>	04:52	04:51			M-11	Sub 12-11
15	93	CARLA PEÑA FERNÁNDEZ	2013	<b>04:52</b>	04:52	04:52			F-4	Sub 12-4

**Llegados: 15**

**RESULTADOS OFICIAIS****SUB 10****11:45**

PTO	DOR	NOME	ANO	TEMPO	RITMO	T.NETO	LICENZA	CLUBE	SEXO	CATEGORÍA
1	82	AINARA RIVAS GRUEIRO	2015	<b>02:44</b>	03:54	02:44			F-1	Sub 10-1
2	84	MIREIA DÍAZ LÓPEZ	2016	<b>02:44</b>	03:54	02:44			F-2	Sub 10-2
3	81	DYLAN ALARCÓN POSE	2015	<b>02:45</b>	03:55	02:45	AG20123	OLYMPO	M-1	Sub 10-1
4	88	MIGUEL RIOSECO CUERPO	2015	<b>02:49</b>	04:01	02:49			M-2	Sub 10-2
5	90	ANTON ATIYAT ABELLEIRA	2015	<b>02:57</b>	04:12	02:57			M-3	Sub 10-3
6	78	XANDRE FORMOSO CARBALLEIRA	2016	<b>03:00</b>	04:17	02:59	AG17369	OLYMPO	M-4	Sub 10-4
7	87	GUILLERMO VÁZQUEZ ALONSO	2016	<b>03:00</b>	04:17	03:00			M-5	Sub 10-5
8	83	NORA ROMERO CENDÁN	2016	<b>03:07</b>	04:27	03:06		OLYMPO	F-3	Sub 10-3
9	92	AXEL ALONSO BUSTO	2016	<b>03:12</b>	04:34	03:10			M-6	Sub 10-6
10	80	XIANA ALARCÓN POSE	2015	<b>03:14</b>	04:37	03:14			F-4	Sub 10-4
11	89	IAGO LÊ ANH PRIETO SOUTO	2016	<b>04:15</b>	06:04	04:15			M-7	Sub 10-7
<b>Llegados:</b>		<b>11</b>								
<b>DNF</b>	79	JIMENA DORADO BARROS	2016						F	Sub 10

**Abandonos:** 1