



II CARREIRA PEDESTRE POPULAR CONCELLO DE FRADES

VENRES
1
MAIO

Resultados Carrera Absoluta

PTO	DOR	NOMBRE	APELLIDOS	SEXO	PTO SEXO	CLUB	POBLACIÓN	TIEMPO OFICIAL	RITMO	TIEMPO NETO	CATEGORÍA	PTO CAT
1	118	Hassan	Lekhili	M	1	Ourenrunning	Ourense	26:56	3:08	26:56	Veteranos/as 2	N/D
2	16	Nuno	Costa	M	2	Independiente	Porto	27:07	3:09	27:06	Sénior	N/D
3	80	Akka	Essaadaoui	M	3	Dareb Club Corredores Pedro Ni	Salceda De Caselas	27:27	3:11	27:27	Veteranos/as 1	N/D
4	52	David	Santos Dominguez	M	4	Independiente	Ordes	27:27	3:11	27:27	Promesa	N/D
5	97	Abdelkader	Bouguerroudj	M	5	Club Atletismo Sada	A Coruña	28:30	3:19	28:30	Veteranos/as 1	1
6	65	Javier	Touris Fornos	M	6	Coruña Comarca	Arteixo	28:34	3:19	28:34	Veteranos/as 1	2
7	55	Youssef	Kouaou	M	7	Atletismo Negreira	Negreira	29:13	3:24	29:13	Promesa	1
8	45	Amador	Pena Torreira	M	8	Noitebra FC *	Santiago De Composte	29:23	3:25	29:23	Sénior	1
9	67	Alberto	Alvarez Bendaña	M	9	Sar Vermu Petroni *	Padron	29:36	3:26	29:36	Veteranos/as 1	3
10	105	Felipe	Miguens Gasamanes	M	10	Sar Vermu Petroni *	Pontecesures	29:37	3:26	29:37	Veteranos/as 2	1
11	18	Anxo	Ruanova Fernandez	M	11	Sar Vermu Petroni *	Santiago De Composte	29:50	3:28	29:50	Sénior	2
12	79	Roberto C.	Agrelo Gomez	M	12	Sar Vermu Petroni *	Padron	29:55	3:29	29:55	Veteranos/as 1	4
13	130	Enrique	Goce Pereira	M	13	Sar Vermu Petroni *	Padron	30:06	3:30	30:06	Veteranos/as 2	2
14	90	Gustavo	Rios Sanchez	M	14	Usc	Santiago De Composte	30:28	3:33	30:27	Veteranos/as 1	5
15	146	Ramiro	Perez Pereira	M	15	Sar Vermu Petroni *	Sollans Teo	30:52	3:35	30:51	Veteranos/as 3	1
16	141	Ricardo	Villar Rodriguez	M	16	Noitebra FC *	Santa Comba	30:52	3:35	30:51	Veteranos/as 2	3
17	103	Arturo	Ramos Ferrol	M	17	Atletismo Milladoiro *	Santa Comba	30:52	3:35	30:51	Veteranos/as 2	4
18	11	Julio	Vázquez Enjamio	M	18	Clube Atletismo Boimorto	Boimorto	30:58	3:36	30:57	Sénior	3
19	81	Mario	Lago Blanco	M	19	Atletismo Milladoiro *	Ames	31:01	3:36	30:59	Veteranos/as 1	6
20	133	Carlos	Busto Lobato	M	20	Sar Vermu Petroni *	Catoira	31:04	3:36	31:03	Veteranos/as 2	5
21	2	Manuel	Ces Cristobo	M	21	Sar Vermu Petroni *	Rois	31:07	3:37	31:07	Sénior	4
22	19	Paula	Mayobre González	F	1	Escola De Atletismo Paula Mayo	Ares	31:12	3:37	31:12	Sénior	N/D
23	87	Cristóbal	Dafonte Dieguez	M	22	Atletismo Deza	Lalin	31:14	3:37	31:13	Veteranos/as 1	7
24	92	Manuel	Garea Vazquez	M	23	Independiente	O Pino	31:24	3:39	31:23	Veteranos/as 1	8
25	111	Carlos	Fernandez Villaverde	M	24	Independiente	Ordes	31:35	3:40	31:34	Veteranos/as 2	6
26	96	Oscar	Valle Lopez	M	25	Noitebra FC *	Teo	31:40	3:41	31:39	Veteranos/as 1	9
27	56	Adrián	Garabato Lagares	M	26	Independiente	Frades	31:58	3:43	31:57	Promesa	2
28	43	Luis	Pinedo Armesto	M	27	Club Atletismo Sada *	A Coruña	32:04	3:44	32:02	Sénior	5
29	159	José Antonio	Martínez García	M	28	Club Atletismo Sada *	Oleiros	32:11	3:44	32:10	Veteranos/as 3	2
30	28	Manuel	Rey Valladares	M	29	Independiente	A Estrada	32:20	3:45	32:15	Sénior	6
31	46	Damian	Felpeto Rouco	M	30	Escola De Atletismo Paula Mayo	As Pontes	32:25	3:46	32:24	Sénior	7
31	119	Ramon	Rey Miguens	M	125	Sar Vermu Petroni *	Padron	48:55	5:41	48:51	Veteranos/as 2	31
32	5	Raquel	Suarez Pedrosa	F	2	Ria De Ferrol	Santiago De Composte	32:35	3:47	32:34	Sénior	N/D
33	25	Borja	Conde Figueroa	M	31	Independiente	Porriño	32:36	3:47	32:31	Sénior	8
34	94	Miguel Anxo	Nogueira Perez	M	32	Noitebra FC *	Santiago De Composte	32:41	3:48	32:39	Veteranos/as 1	10



II CARREIRA PEDESTRE POPULAR CONCELLO DE FRADES

VENRES
1
MAIO

Resultados Carrera Absoluta

PTO	DOR	NOMBRE	APELLIDOS	SEXO	PTO SEXO	CLUB	POBLACIÓN	TIEMPO OFICIAL	RITMO	TIEMPO NETO	CATEGORÍA	PTO CAT
35	104	Miguel	Gafanha	M	33	Independiente	Frades	32:48	3:49	32:45	Veteranos/as 2	7
36	17	Martin	Espiñeira Vilariño	M	34	Independiente	Pontecarreira	32:49	3:48	32:42	Sénior	9
37	122	Daniel	Becerra Rodriguez	M	35	Noitebra FC *	Santiago De Composte	32:50	3:49	32:48	Veteranos/as 2	8
38	106	Héctor	Cajaraville Araújo	M	36	Independiente	Santiago De Composte	33:06	3:51	33:04	Veteranos/as 2	9
39	78	Luis Alfonso	Novo Veiga	M	37	Clube Atletismo Boimorto	Boimorto	33:21	3:52	33:20	Veteranos/as 1	11
40	54	Carlos	Candano	M	38	Independiente	Naron	33:24	3:53	33:23	Promesa	3
41	150	Xoán Ramón	Fernández Garrido	M	39	Atletismo Milladoiro *	Vimianzo	33:26	3:53	33:24	Veteranos/as 3	3
42	98	Bruno Manuel	Gomes Roça	M	40	Montaevai O Pino	O Pino	33:30	3:54	33:27	Veteranos/as 1	12
43	13	Amancio	Raña Recouso	M	41	C.D. San Paio	Oroso	33:36	3:54	33:34	Sénior	10
44	51	Adrián	Iglesias Penido	M	42	C.D. San Paio	Oroso	33:36	3:54	33:34	Promesa	4
45	117	Manuel	Figueira Perez	M	43	Sar Vermu Petroni *	Pontecesures	33:39	3:54	33:37	Veteranos/as 2	10
46	68	Javier	Guimarey Senin	M	44	Sar Vermu Petroni *	Valga	33:39	3:55	33:38	Veteranos/as 1	13
47	129	Alfonso	Toimil Castro	M	45	Atletismo Milladoiro *	Santiago De Composte	33:45	3:55	33:43	Veteranos/as 2	11
48	69	José Luis	Fernández Carbajales	M	46	Club Atletismo Boimorto	Boimorto	33:56	3:56	33:54	Veteranos/as 1	14
49	89	Santiago	Ramos Iglesias	M	47	Urban Runners Club Santiago	Santiago De Composte	33:59	3:57	33:57	Veteranos/as 1	15
50	64	José Manuel	Gómez Taibo	M	48	Independiente	Frades	34:07	3:57	34:01	Veteranos/as 1	16
51	91	Maria Carmen	Penas Blanco	F	3	Club Universidade De Santiago	Arzúa	34:11	3:59	34:10	Veteranos/as 1	N/D
52	110	Alberto	Varela	M	49	Atletismo Milladoiro *	Santiago De Composte	34:22	3:59	34:20	Veteranos/as 2	12
53	112	José Carlos	Reboreda Fraga	M	50	Independiente	Deixebre	34:26	4:00	34:24	Veteranos/as 2	13
54	151	Francisco	Sanmarco Santos	M	51	Sar Vermu Petroni *	Pontecesures	34:30	4:00	34:30	Veteranos/as 3	4
55	4	Adrián	Vives Reino	M	52	Miler Running Club	Marín	34:31	4:00	34:26	Sénior	11
56	109	Miguel	Abel Souto	M	53	C	Santiago De Composte	34:33	4:00	34:30	Veteranos/as 2	14
57	3	Santiago	Mandayo González	M	54	Independiente	Frades	34:34	4:01	34:33	Sénior	12
58	32	Alberto	Rey Blanco	M	55	Independiente	Teo	34:35	4:01	34:32	Sénior	13
59	29	Rodrigo	Méndez Casas	M	56	Coruña Comarca	A Coruña	34:40	4:02	34:37	Sénior	14
60	147	Antonio	Rey Graña	M	57	Independiente	Teixeiro-curtis	34:43	4:01	34:36	Veteranos/as 3	5
61	145	Moncho	Arufe Vidal	M	58	Atletismo Milladoiro *	O Milladoiro-ames	34:47	4:02	34:44	Veteranos/as 3	6
62	149	Esther	Pedrosa	F	4	Urban Runners Club Santiago	Santiago De Composte	34:47	4:02	34:45	Veteranos/as 3	N/D
63	155	Jose Ramon	Abel Suarez	M	59	Noitebra FC *	Tilos-teo	35:15	4:05	35:12	Veteranos/as 3	7
64	59	David	Patiño Grobas	M	60	Independiente	Ponte Carreira	35:27	4:07	35:21	Veteranos/as 1	17
65	41	Sergio	Sanjurjo Gonzalez	M	61	Independiente	Mesia	35:50	4:09	35:42	Sénior	15
66	27	Cristian	Carnota Costoya	M	62	Independiente	Oroso	36:02	4:11	35:58	Sénior	16
67	83	Roberto Carlos	Vales López	M	63	Club Coruña Comarca	Bergondo	36:14	4:12	36:03	Veteranos/as 1	18
68	53	Iván	Chekhov	M	64	Independiente	Santiago De Composte	36:15	4:13	36:14	Promesa	5
69	114	Juan Santiago	Lorenzo Saborido	M	65	Independiente	Ames	36:15	4:13	36:13	Veteranos/as 2	15



II CARREIRA PEDESTRE POPULAR CONCELLO DE FRADES

VENRES
1
MAIO

Resultados Carrera Absoluta

PTO	DOR	NOMBRE	APELLIDOS	SEXO	PTO SEXO	CLUB	POBLACIÓN	TIEMPO OFICIAL	RITMO	TIEMPO NETO	CATEGORÍA	PTO CAT
70	152	Camilo	Iglesias Lopez	M	66	Atletismo Milladoiro *	Teo	36:17	4:13	36:14	Veteranos/as 3	8
71	131	Ines	Papin Estevez	F	5	Club Atletismo Sada	Cambre	36:24	4:14	36:20	Veteranos/as 2	1
72	9	Adrian	Castro Mosquera	M	67	Independiente	Arzua	36:27	4:13	36:18	Sénior	17
73	153	Manuel	Vigo Mourullo	M	68	Atletismo Milladoiro *	A Coruña	36:28	4:14	36:25	Veteranos/as 3	9
74	77	Marinela	Mayo Caamaño	F	6	Atletismo Sar - Vermu Petroni	Bertamirans	36:31	4:14	36:28	Veteranos/as 1	1
75	76	Cesar	Costoya Prado	M	69	Montaevai O Pino	Frades	36:32	4:14	36:25	Veteranos/as 1	19
76	14	David	Cepeda Pita	M	70	Independiente	Santiago De Composte	36:37	4:15	36:33	Sénior	18
77	34	Gonzalo	Carnota Costoya	M	71	Independiente	Oroso	36:37	4:15	36:33	Sénior	19
78	31	Marcial	Fernandez Reino	M	72	Miler Running Club	Ourense	36:42	4:15	36:36	Sénior	20
79	139	Fernando	Miguez Sanchez	M	73	Club Atletismo Sada *	Sada	36:48	4:16	36:44	Veteranos/as 2	16
80	44	Raúl	Iglesias Duro	M	74	Noitebra Fc	O Pino	36:56	4:17	36:49	Sénior	21
81	84	Eusebia	Maldonado	F	7	Independiente	A Coruña	36:58	4:18	36:56	Veteranos/as 1	2
82	12	Rubén	Correa Astray	M	75	Independiente	O Pino	37:22	4:20	37:18	Sénior	22
83	36	Bruno	Porto Calvelo	M	76	Praia De Carnota Runners	Ames	37:32	4:20	37:22	Sénior	23
84	167	Eduardo Miguel	Pinedo Iglesias	M	77	Club Atletismo Sada	Oleiros	37:44	4:23	37:42	Veteranos/as 4	1
85	20	Juan Alberto	Sánchez Iñiguez	M	78	Clube Atletismo Boimorto	Boimorto	37:48	4:23	37:44	Sénior	24
86	48	Joel	López Pereiro	M	79	Edm Frades	Frades	37:57	4:23	37:48	Junior	1
87	134	Luis Alberto	Martinez Ares	M	80	Independiente	Neda	38:12	4:26	38:09	Veteranos/as 2	17
88	160	Moncho	Ferraces Vazquez	M	81	Independiente	Teo	38:36	4:29	38:34	Veteranos/as 3	10
89	73	Guadalupe	Lodeiro	F	8	Club Atletismo Sar - Vermú Pet	Vilanova De Arousa	38:39	4:29	38:35	Veteranos/as 1	3
90	93	Javier	Pazos Recarey	M	82	Terra De Xallas	Santa Comba	38:40	4:29	38:35	Veteranos/as 1	20
91	164	Jesus	Raña Platas	M	83	Club Usc Universidad Santiago	Santiago De Composte	38:49	4:30	38:48	Veteranos/as 4	2
92	37	Miguel Angel	Candal	M	84	Independiente	Ordes	38:54	4:31	38:49	Sénior	25
93	63	Marco	Castro Costoya	M	85	Independiente	A Coruña	38:55	4:31	38:51	Veteranos/as 1	21
94	116	Elena	Miguens Otero	F	9	Atletismo Sar-vermú Petroni	Padron	39:05	4:32	39:03	Veteranos/as 2	2
95	148	Adolfo Omar	Ríos Giménez	M	86	Clube Atletismo Boimorto	O Milladoiro (Ames	39:05	4:32	39:02	Veteranos/as 3	11
96	61	Esteban	Castromil Suarez	M	87	Independiente	Oroso	39:12	4:33	39:06	Veteranos/as 1	22
97	50	Moisés	Del Puerto Capelo	M	88	Noitebra FC *	Santiago De Composte	39:12	4:33	39:09	Junior	2
98	49	David	Souto Sanjurjo	M	89	Edm Frades	Frades	39:30	4:35	39:30	Junior	3
99	101	José Manuel	Bello Castro	M	90	Club Atletismo Sada *	A Coruña	39:36	4:36	39:31	Veteranos/as 2	18
100	100	Juan Manuel	Taboada Barreiro	M	91	Independiente	Curtis	39:37	4:36	39:35	Veteranos/as 2	19
101	132	Eliseo	Garcia Cristobal	M	92	Club Atletismo Sada *	Cambre	39:39	4:37	39:36	Veteranos/as 2	20
102	75	Raquel	Armesto Pinedo	F	10	Club Atletismo Sada	Oleiros	39:39	4:36	39:35	Veteranos/as 1	4
103	136	Montse	Fernandez Ramos	F	11	Club Atletismo Sada	Sada	39:40	4:36	39:34	Veteranos/as 2	3
104	82	David	Fernández Taboada	M	93	Independiente	Santiago De Composte	39:40	4:36	39:33	Veteranos/as 1	23



II CARREIRA PEDESTRE POPULAR CONCELLO DE FRADES

VENRES
1
MAIO

Resultados Carrera Absoluta

PTO	DOR	NOMBRE	APELLIDOS	SEXO	PTO SEXO	CLUB	POBLACIÓN	TIEMPO OFICIAL	RITMO	TIEMPO NETO	CATEGORÍA	PTO CAT
105	137	María José	Grobas Garaboa	F	12	Atletismo Boimorto	Mesía	39:41	4:36	39:32	Veteranos/as 2	4
106	35	David	Paz Rama	M	94	Independiente	Mesia	39:49	4:37	39:41	Sénior	26
107	38	Jorge	Rodriguez Liste	M	95	Independiente	Oroso	39:58	4:38	39:49	Sénior	27
108	154	Xesús	Rodriguez Carril	M	96	Sar Vermu Petroni *	Pontecesures	40:14	4:40	40:11	Veteranos/as 3	12
109	30	David	Suárez Gómez	M	97	Independiente	Oroso	40:14	4:40	40:05	Sénior	28
110	58	Javier	Concheiro Cao	M	98	Independiente	Santiago De Composte	40:23	4:41	40:16	Veteranos/as 1	24
111	42	Yuliya	Nestsiarovich	F	13	Independiente	Coruña	40:35	4:43	40:30	Sénior	1
112	142	Miguel	Gomez Baptista	M	99	Independiente	Oroso	40:41	4:43	40:31	Veteranos/as 2	21
113	86	Claudio	Fernández Barreiros	M	100	Independiente	Ordes	40:43	4:43	40:37	Veteranos/as 1	25
114	138	Mª Beatriz	González Senín	M	101	Club Atletismo Sada	Sada	40:48	4:44	40:43	Veteranos/as 2	22
115	113	Miguel Maria	Mata Rodriguez	M	102	Independiente	Meicende	40:52	4:44	40:45	Veteranos/as 2	23
116	74	Francisco José	Boado Sánchez	M	103	Independiente	Oza Dos Rios	41:11	4:46	41:00	Veteranos/as 1	26
117	95	José Antonio	Bangueses García	M	104	Club Atletismo Sada *	Sada	41:35	4:50	41:31	Veteranos/as 1	27
118	128	Isabel	Carbajales Casal	F	14	Club Atletismo Riazor	Oleiros	41:36	4:50	41:31	Veteranos/as 2	5
119	21	Juan Carlos	Vazquez Garea	M	105	Independiente	Ponte Carreira	41:46	4:50	41:39	Sénior	29
120	62	Miguel	Prado Cea	M	106	Independiente	Santiago De Composte	41:46	4:50	41:39	Veteranos/as 1	28
121	140	Juan Carlos	Mallo Baluja	M	107	Noitebra FC *	Santiago De Composte	41:52	4:51	41:46	Veteranos/as 2	24
122	1	Andrea	Prado Espiñeira	F	15	Nosportlimit	A Coruña	41:56	4:51	41:47	Sénior	2
123	6	Gonzalo	Nuñez Varela	M	108	Independiente	Arzua	42:00	4:52	41:52	Sénior	30
124	102	Beatriz	Saavedra Carro	F	16	Independiente	Oza Dos Rios	42:07	4:53	41:59	Veteranos/as 2	6
125	15	Pablo	García Bermúdez	M	109	Independiente	Frades	42:11	4:53	42:04	Sénior	31
126	60	Dolores	Rey Da Silva	F	17	Club Atletismo Millaraio	Santiago De Composte	42:13	4:54	42:08	Veteranos/as 1	5
127	85	Chema	Bergantiños Lopez	M	110	Independiente	Guitiriz	42:16	4:54	42:09	Veteranos/as 1	29
128	135	Lina	García Portas	F	18	Club Atletismo Sada	Sada	42:17	4:55	42:12	Veteranos/as 2	7
129	66	María Del Pilar	Orgeira Rey	F	19	Atlética A Silva	Tordoia	42:23	4:55	42:14	Veteranos/as 1	6
130	162	Manuel	Moure Sande	M	111	Noitebra FC *	Santiago De Composte	42:37	4:56	42:31	Veteranos/as 3	13
131	115	Antonio	Castro Casal	M	112	Independiente	Santiago De Composte	43:00	4:59	42:49	Veteranos/as 2	25
132	22	Ivan	Mata Gil	M	113	Independiente	Porriño	43:00	4:59	42:51	Sénior	32
133	126	José Ignacio	Liñares Martínez	M	114	Noitebra FC *	Teo	43:15	5:01	43:09	Veteranos/as 2	26
134	127	Jorge	Carreira Nodar	M	115	Club Deportivo San Paio	A Estrada	43:50	5:05	43:43	Veteranos/as 2	27
135	158	Gonzalo	Álvarez Prado	M	116	Correcaminos Coyote Ordes Runn	Ordes	44:01	5:06	43:57	Veteranos/as 3	14
136	169	Lourdes	Prieto Vieitez	F	20	Milladoiro		45:01	5:14	44:57	Veteranos/as 3	1
137	121	Luciano	Mendez Naya	M	117	Independiente	Tordoia	45:12	5:14	45:04	Veteranos/as 2	28
138	170	Diego	Varela Fernandez	M	118	Club Atletismo Boimorto		45:16	5:15	45:08	Veteranos/as 1	30
139	166	María Luisa	Armesto Miguel	F	21	Club Atletismo Sada	Oleiros	45:38	5:18	45:33	Veteranos/as 4	1



II CARREIRA PEDESTRE POPULAR CONCELLO DE FRADES

VENRES
1
MAIO

Resultados Carrera Absoluta

PTO	DOR	NOMBRE	APELLIDOS	SEXO	PTO SEXO	CLUB	POBLACIÓN	TIEMPO OFICIAL	RITMO	TIEMPO NETO	CATEGORÍA	PTO CAT
140	157	Marina	Cajuso Barbazan	F	22	Club Atletismo Negreira	Negreira	45:48	5:18	45:39	Veteranos/as 3	2
141	24	Lorena	Mata Gil	F	23	Independiente	Porriño	45:50	5:19	45:43	Sénior	3
142	163	Jesús	Bernal Gómez	M	119	Independiente	Ferrol	45:51	5:19	45:48	Veteranos/as 4	3
143	168	José Luis	López Carro	M	120	Independiente	Betanzos	45:56	5:19	45:44	Veteranos/as 1	31
144	125	Silvia Isabel	Mahia Pena	F	24	Independiente	Ares	46:10	5:22	46:08	Veteranos/as 2	8
145	47	Xoán	Vites Cajuso	M	121	Atletismo Negreira	Negreira	46:10	5:21	46:01	Junior	4
146	88	María José	Senande Méijome	F	25	Atletismo Deza	Lalin	46:36	5:24	46:31	Veteranos/as 1	7
147	108	Carmela	Becerra Vázquez	F	26	Independiente	Ordes	46:45	5:25	46:36	Veteranos/as 2	9
148	107	Julio	Moure Pampin	M	122	Independiente	Ordes	46:46	5:25	46:36	Veteranos/as 2	29
149	120	Manuela	Dos Santos Fernandez	F	27	Sada	La Coruña	47:28	5:31	47:23	Veteranos/as 2	10
150	156	Chefa	Cajuso Barbazan	F	28	Club Atletismo Negreira	Negreira	47:46	5:32	47:36	Veteranos/as 3	3
151	23	Oscar	Mata Gil	M	123	Independiente	Porriño	48:24	5:37	48:16	Sénior	33
152	10	María	Gómez Rivadulla	F	29	Independiente	Frades	48:27	5:37	48:22	Sénior	4
153	99	Pablo Antonio	Rodríguez Rey	M	124	Independiente	Santiago De Composte	48:48	5:39	48:37	Veteranos/as 2	30
155	7	Miguel	García Codesido	M	126	Independiente	Santiso	48:58	5:41	48:49	Sénior	34
156	161	Juan Tomás	Del Puerto Vilas	M	127	Noitebra FC *	Santiago De Composte	49:19	5:43	49:09	Veteranos/as 3	15
157	26	Alberto	Gómez Sánchez	M	128	Independiente	Frades	49:29	5:44	49:22	Sénior	35
158	71	Carolina	González García	F	30	Club Atletismo Sar - Vermú Pet	Boiro	49:39	5:46	49:35	Veteranos/as 1	8
159	72	Xaiño	Méndez Froján	M	129	Sar Vermu Petroni *	Boiro	49:39	5:46	49:35	Veteranos/as 1	32
160	143	Álvaro	Uzal Míguez	M	130	Independiente	Frades	49:42	5:45	49:34	Veteranos/as 3	16
161	165	Antonio	Espiñeira Pardo	M	131	Independiente	Ponte Carreira	49:42	5:46	49:36	Veteranos/as 4	4
162	144	Jesús Manuel	Iglesias Vilariño	M	132	Independiente	Frades	50:22	5:51	50:19	Veteranos/as 3	17
163	33	María	Anidos Caaveiro	F	31	Escola De Atletismo Paula Mayo	As Pontes	54:14	6:18	54:12	Sénior	5
164	124	José Manuel	Cuiña Pérez	M	133	Independiente	Ordes	54:43	6:20	54:31	Veteranos/as 2	32
165	123	Francisco Javier	Barallobre Moar	M	134	Independiente	Abegondo	54:44	6:20	54:32	Veteranos/as 2	33