

PTO	DORSAL	NOMBRE	APELLIDOS	EQUIPO	TIEMO OFICIAL	RITMO	TIEMPO NETO
7	14	Ruben	Caamaño Nieto	Atletismo Sar Vermú Petroni	33:50	3:23	33:50
9	29	Juan Carlos	Mosquera Dopazo	Atletismo Sar Vermú Petroni	34:13	3:25	34:13
11	134	Enrique	Goce Pereira	Atletismo Sar Vermú Petroni	34:21	3:26	34:21
16	121	Angel	Maceiras Lago	Atletismo Sar Vermú Petroni	34:56	3:29	34:56
17	57	Ramon	Maceiras Lago	Atletismo Sar Vermú Petroni	34:58	3:30	34:58
19	24	Ruben	Insua Diaz	Atletismo Sar Vermú Petroni	35:10	3:31	35:08
20	63	Roberto C.	Agrelo Gómez	Atletismo Sar Vermú Petroni	35:13	3:31	35:12
28	153	Jose	Suarez Leis	Atletismo Sar Vermú Petroni	35:43	3:34	35:42
38	101	Alberto	Rodríguez Pérez	Atletismo Sar Vermú Petroni	36:13	3:37	36:12
46	108	José Manuel	Lago Ces	Atletismo Sar Vermú Petroni	36:42	3:40	36:39

TOTAL PUNTOS 211

PTO	DORSAL	NOMBRE	APELLIDOS	EQUIPO	TIEMO OFICIAL	RITMO	TIEMPO NETO
24	156	Samuel	Veiga Iglesias	Atletismo Milladoiro	35:31	3:33	35:29
29	27	Francisco	Cendan Llorens	Atletismo Milladoiro	35:44	3:34	35:44
31	99	Miguel	Cabo Villaverde	Atletismo Milladoiro	35:48	3:34	35:47
48	109	Arturo	Ramos Ferrol	Atletismo Milladoiro	36:44	3:40	36:42
60	182	César	Vázquez Agra	Atletismo Milladoiro	37:01	3:42	37:01
102	164	Antonio	Fraga Méndez	Atletismo Milladoiro	38:53	3:53	38:52
106	102	Marcos	Tarrio Martínez	Atletismo Milladoiro	39:11	3:55	39:10
111	114	Jose Manuel	Martinez Otero	Atletismo Milladoiro	39:22	3:56	39:19
115	111	Jose Manuel	Pajaro Salagre	Atletismo Milladoiro	39:33	3:57	39:30
179	247	Alberto	Varela Nuñez	Atletismo Milladoiro	41:58	4:11	41:50

TOTAL PUNTOS 805

PTO	DORSAL	NOMBRE	APELLIDOS	EQUIPO	TIEMO OFICIAL	RITMO	TIEMPO NETO
6	26	Cristian	Muiño Varela	Atletismo O Pino	33:45	3:23	33:45
22	80	David	Landeira Castro	Atletismo O Pino	35:16	3:31	35:13
30	46	Richard Daniel	Oliva Denis	Atletismo O Pino	35:45	3:34	35:45
65	112	Juan	Elosua Capellan	Atletismo O Pino	37:30	3:45	37:29
75	9	Adrián	Souto Iglesias	Atletismo O Pino	37:44	3:46	37:41
96	69	Víctor	Maneiro Freire	Atletismo O Pino	38:33	3:51	38:30
100	85	Adrián	Gómez Fernández	Atletismo O Pino	38:47	3:52	38:44
120	143	Cesar	Taboada Millan	Atletismo O Pino	39:43	3:58	39:39
135	97	Iván Pablo	Sanmartín Carreira	Atletismo O Pino	40:18	4:02	40:16
177	159	Jesus	Uzal Miramontes	Atletismo O Pino	41:49	4:10	41:44

TOTAL PUNTOS 826

PTO	DORSAL	NOMBRE	APELLIDOS	EQUIPO	TIEMO OFICIAL	RITMO	TIEMPO NETO
42	42	Jose Manuel	Iglesias Torres	Noitebra F.C.	36:25	3:38	36:24
47	103	Jorge	Garcia Rodriguez	Noitebra F.C.	36:43	3:40	36:41
49	71	Santiago	Cid García	Noitebra F.C.	36:45	3:40	36:43
57	152	Daniel	Becerra Rodríguez	Noitebra F.C.	36:54	3:41	36:51
84	135	Oscar	Valle López	Noitebra F.C.	37:54	3:47	37:51
87	151	Rafael	Cabo	Noitebra F.C.	37:59	3:47	37:56
113	447	Francisco Javier	Cepeda Gacio	Noitebra F.C.	39:23	3:56	39:20
203	209	Juan	Rivas Alende	Noitebra F.C.	43:02	4:17	42:51
226	60	Ricardo	Iglesias Casal	Noitebra F.C.	44:09	4:25	44:06
278	189	Maite	Couto Mendoza	Noitebra F.C.	46:05	4:36	45:58

TOTAL PUNTOS 1186

PTO	DORSAL	NOMBRE	APELLIDOS	EQUIPO	TIEMPO OFICIAL	RITMO	TIEMPO NETO
5	126	Nemesio	Lopez Fernandez	Atletismo Fontes Do Sar	33:35	3:21	33:35
15	87	Carlos	Juanatey García	Atletismo Fontes Do Sar	34:54	3:29	34:53
79	129	Roger	Suarez Dosil	Atletismo Fontes Do Sar	37:47	3:46	37:45
129	141	Juan Jesús	Tajes Mayo	Atletismo Fontes Do Sar	40:00	3:59	39:55
153	124	Carlos	Becerra Do Ejo	Atletismo Fontes Do Sar	41:08	4:07	41:05
258	248	Ruben	Diaz Valcarcel	Atletismo Fontes Do Sar	45:25	4:32	45:13
306	541	Jose Manuel	Liste Barreiro	Atletismo Fontes Do Sar	47:49	4:46	47:37
327	224	Alfonso	Arias Garcia	Atletismo Fontes Do Sar	48:51	4:51	48:26
349	268	Isabel	García Fernández	Atletismo Fontes Do Sar	49:34	4:56	49:22
389	452	Manuel Angel	Cobas Otero	Atletismo Fontes Do Sar	51:41	5:09	51:26

TOTAL PUNTOS

2010

PTO	DORSAL	NOMBRE	APELLIDOS	EQUIPO	TIEMPO OFICIAL	RITMO	TIEMPO NETO
95	526	Ana Isabel	Vidal Varela	Atletismo Millaraio	38:32	3:49	38:09
150	147	Antonio	Fernandez Cabezas	Atletismo Millaraio	41:02	4:05	40:51
236	271	Javier	García Galdo	Atletismo Millaraio	44:24	4:25	44:13
267	305	Miguel Angel	Díaz Morán	Atletismo Millaraio	45:35	4:32	45:25
354	245	Dolores	Rey Da Silva	Atletismo Millaraio	49:45	4:57	49:30
380	397	Puri	Cariñena Amigo	Atletismo Millaraio	51:18	5:06	51:03
442	445	Bernice	Finn Kieran	Atletismo Millaraio	57:38	5:44	57:24
455	412	Eva	Pereiro Gómez	Atletismo Millaraio	59:32	5:56	59:19
456	423	Saleta	Alberti Pulet	Atletismo Millaraio	59:33	5:56	59:20
470	453	Ana	Fernández González	Atletismo Millaraio	1:02:53	6:15	1:02:33

TOTAL PUNTOS

3305