



Pos	Nombre	Tiempo											
M55 (7)			3,0 km	140 m	12 C	(cont.)							
			1(39) Meta	2(35)	3(40)	4(31)	5(55)	6(41)	7(57)	8(40)	9(54)	10(59)	11(60) 12(100)
4	Ramiro Perez Dominguez COCAN	1:27:17	5:10 5:10 1:27:17 0:52	14:20 9:10	21:18 6:58	29:02 7:44	34:03 5:01	52:21 18:18	55:02 2:41	1:02:33 7:31	1:10:57 8:24	1:19:18 8:21	1:24:09 4:51 1:26:25 2:16
5	Juan Carlos Hernandez Garcia COCAN	2:02:14	15:05 15:05 2:02:14 0:53	32:46 17:41	35:48 3:02	1:09:22 33:34	1:13:43 4:21	1:27:13 13:30	1:30:12 2:59	1:37:39 7:27	1:45:07 7:28	1:54:14 9:07	1:59:05 4:51 2:01:21 2:16
	Ramon Suarez Negrin COCAN	andona	5:49 5:49 2:24:54 1:26	31:27 25:38	37:48 6:21	1:08:17 30:29	1:17:58 9:41	2:03:15 45:17	2:10:06 6:51	----	----	----	---- 2:23:28 13:22
	Arturo Manchado Torres COCAN	andona	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----
M45 (7)			3,4 km	125 m	13 C								
			1(41) 13(100) Meta	2(34)	3(55)	4(48)	5(38)	6(43)	7(31)	8(33)	9(40)	10(35)	11(59) 12(60)
1	David Sánchez García COCAN	52:01	6:22 6:22 51:32 1:22 0:29	9:25 3:03	11:06 1:41	19:40 8:34	21:37 1:57	26:48 5:11	32:29 5:41	37:10 4:41	39:10 2:00	43:14 4:04	47:57 4:43 50:10 2:13
2	Antonio González García O-RIÉNTATE	52:21	7:03 7:03 51:09 2:23 1:12	11:16 4:13	13:06 1:50	17:21 4:15	19:01 1:40	23:02 4:01	28:28 5:26	34:54 6:26	37:50 2:56	41:18 3:28	46:48 5:30 48:46 1:58
3	Roberto Rosquete Delgado COCAN	1:00:47	6:59 6:59 1:00:25 1:51 0:22	16:17 9:18	18:06 1:49	23:45 5:39	25:21 1:36	30:01 4:40	35:59 5:58	41:17 5:18	45:00 3:43	49:11 4:11	55:47 6:36 58:34 2:47
4	Teobaldo Cairós Herrera COCAN	1:01:01	7:29 7:29 1:00:30 2:07	16:30 9:01	18:10 1:40	25:03 6:53	27:12 2:09	32:41 5:29	38:25 5:44	43:52 5:27	46:27 2:35	48:58 2:31	55:24 6:26 58:23 2:59



Pos	Nombre	Tiempo												
M45 (7)		3,4 km 125 m		13 C		(cont.)								
		1(41) 13(100)	2(34) Meta	3(55)	4(48)	5(38)	6(43)	7(31)	8(33)	9(40)	10(35)	11(59)	12(60)	
5	Juan Antonio Delgado Fariña COCAN	1:21:28	11:12 11:12 1:21:02 2:24	24:48 13:36 1:21:28 0:26	27:27 2:39	31:41 4:14	34:43 3:02	41:03 6:20	48:16 7:13	58:48 10:32	1:03:10 4:22	1:06:53 3:43	1:15:04 8:11	1:18:38 3:34
6	Mario Betancor Perez COCAN	1:43:01	32:24 32:24 1:42:15 2:17	37:47 5:23 1:43:01 0:46	40:28 2:41	46:21 5:53	48:21 2:00	57:29 9:08	1:05:26 7:57	1:15:49 10:23	1:21:58 6:09	1:25:36 3:38	1:35:46 10:10	1:39:58 4:12
7	Javier Fernandez Rodriguez COCAN	1:43:24	13:19 13:19 1:42:55 1:50	22:38 9:19 1:43:24 0:29	25:25 2:47	31:45 6:20	34:34 2:49	41:03 6:29	50:05 9:02	57:24 7:19	1:05:41 8:17	1:18:24 12:43	1:38:32 20:08	1:41:05 2:33
M35 (7)		4,2 km 175 m		19 C										
		1(57) 13(54)	2(41) 14(53)	3(32) 15(36)	4(38) 16(40)	5(48) 17(59)	6(55) 18(60)	7(34) 19(100)	8(31) Meta	9(47)	10(33)	11(40)	12(35)	
1	Alejandro Barreda Delgado COCAN	1:04:14	3:55 3:55 46:05 7:19	6:02 2:07 48:56 2:51	9:03 3:01 51:07 2:11	11:52 2:49 54:38 3:31	14:05 2:13 1:00:12 5:34	19:28 5:23 1:02:25 2:13	22:11 2:43 1:03:53 1:28	25:22 3:11 1:04:14 0:21	31:53 6:31 33:50 1:57	35:47 1:57	38:46 2:59	
2	Ramiro Hernández Lorenzo INDEPENDIENTE	1:12:24	13:53 13:53 54:52 7:39	18:26 4:33 57:39 2:47	22:28 4:02 59:17 1:38	25:35 3:07 1:03:06 3:49	28:33 2:58 1:08:04 4:58	32:10 3:37 1:10:37 2:33	34:28 2:18 1:12:05 1:28	36:55 2:27 1:12:24 0:19	38:59 2:04 39:58 3:46	42:33 3:34 44:08 4:06	44:46 2:13 46:08 3:10	47:13 2:27 48:09 3:01
3	Germán Domingo Padilla Hernández COCAN	1:21:27	5:18 5:18 54:52 7:43	7:55 2:37 1:04:14 9:22	11:17 3:22 1:05:58 1:44	17:13 5:56 1:10:23 4:25	19:10 1:57 1:16:57 6:34	23:57 4:47 1:19:38 2:41	26:16 2:19 1:21:06 1:28	30:02 3:46 1:21:27 0:21	36:52 6:50 38:58 4:06	40:58 4:06 42:54 3:10	44:08 3:10	47:09 3:01
4	Pedro Benayas Villar INDEPENDIENTE	1:29:32	12:25 12:25 1:05:10 8:57	14:35 2:10 1:14:10 9:00	17:44 3:09 1:15:57 1:47	20:53 3:09 1:20:02 4:05	22:59 2:06 1:25:31 5:29	26:51 3:52 1:27:36 2:05	28:26 1:35 1:29:10 1:34	30:31 2:05 1:29:32 0:22	32:47 2:16 34:54 3:35	40:38 7:51 42:54 3:07	52:40 12:02 54:54 5:13	56:13 3:33 58:09 2:47
5	Jonathan Hernández Dorta COCAN	1:34:45	6:19 6:19 1:08:40 22:59	9:08 2:49 1:12:00 3:20	12:50 3:42 1:16:18 4:18	15:50 3:00 1:20:33 4:15	19:12 3:22 1:30:26 9:53	25:21 6:09 1:32:43 2:17	27:32 2:11 1:34:11 1:28	30:59 3:27 1:34:45 0:34	34:34 3:35	37:41 3:07	42:54 5:13	45:41 2:47



Pos	Nombre	Tiempo												
M35 (7)		4,2 km 175 m			19 C		(cont.)							
		1(57) 13(54)	2(41) 14(53)	3(32) 15(36)	4(38) 16(40)	5(48) 17(59)	6(55) 18(60)	7(34) 19(100)	8(31) Meta	9(47)	10(33)	11(40)	12(35)	
Hector Gomez Santana O-RIÉNTATE	en tarj.	3:51	12:07	14:23	16:29	18:05	21:29	22:53	25:10	27:11	29:58	31:36	34:35	
		3:51	8:16	2:16	2:06	1:36	3:24	1:24	2:17	2:01	2:47	1:38	2:59	
		41:33	43:45	-----	48:15	53:42	55:25	56:36	57:00					
		6:58	2:12		4:30	5:27	1:43	1:11	0:24					
Alberto Gonzalez Rodriguez COCAN	en tarj.	14:43	17:39	20:57	23:49	26:11	30:47	32:23	41:13	44:46	48:15	50:30	59:05	
		14:43	2:56	3:18	2:52	2:22	4:36	1:36	8:50	3:33	3:29	2:15	8:35	
		1:17:37	1:21:38	-----	1:25:01	1:32:22	1:34:09	1:36:02	1:36:39					
		18:32	4:01		3:23	7:21	1:47	1:53	0:37					
M21 (5)		4,0 km 155 m			19 C									
		1(39) 13(41)	2(44) 14(57)	3(54) 15(35)	4(53) 16(52)	5(33) 17(59)	6(40) 18(60)	7(58) 19(100)	8(31) Meta	9(34)	10(55)	11(38)	12(32)	
1 diego ramos gil COCAN	1:05:06	3:23	4:56	8:51	11:22	21:43	27:09	28:40	30:52	32:11	33:48	36:08	38:58	
		3:23	1:33	3:55	2:31	10:21	5:26	1:31	2:12	1:19	1:37	2:20	2:50	
		44:06	47:45	54:19	55:13	1:00:05	1:03:18	1:04:37	1:05:06					
2 Manuel Delgado Báez COCAN	1:18:50	5:08	3:39	6:34	0:54	4:52	3:13	1:19	0:29					
		4:42	6:58	11:43	24:10	29:03	32:53	35:28	46:11	48:38	50:13	53:12	57:45	
		4:42	2:16	4:45	12:27	4:53	3:50	2:35	10:43	2:27	1:35	2:59	4:33	
3 Gabriell Acosta Jiménez COCAN	1:38:11	1:02:49	1:05:25	1:09:11	1:10:25	1:15:19	1:17:08	1:18:28	1:18:50					
		5:04	2:36	3:46	1:14	4:54	1:49	1:20	0:22					
		3:33	5:31	9:34	36:34	41:09	56:48	1:00:07	1:05:19	1:07:08	1:08:55	1:11:23	1:13:51	
Moises Perez Ramos COCAN	lacionada	3:33	1:58	4:03	27:00	4:35	15:39	3:19	5:12	1:49	1:47	2:28	2:28	
		1:17:20	1:19:50	1:29:15	1:30:30	1:34:05	1:36:12	1:37:46	1:38:11					
		3:29	2:30	9:25	1:15	3:35	2:07	1:34	0:25					
Ángel Saúl Queiruga Rodríguez COCAN	lacionada	4:18	6:35	1:16:50	1:46:55	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	
		4:18	2:17	1:10:15	30:05	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	
		-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	2:07:08					
									20:13					
Ángel Saúl Queiruga Rodríguez COCAN	lacionada	6:23	14:07	24:51	51:01	1:01:29	1:11:02	1:16:32	-----	1:37:09	1:42:00	-----	-----	
		6:23	7:44	10:44	26:10	10:28	9:33	5:30	-----	20:37	4:51	-----	-----	
		-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----					



Pos	Nombre	Tiempo											
M18 (2)		2,9 km	115 m		14 C								
		1(51)	2(57)	3(41)	4(32)	5(38)	6(48)	7(55)	8(34)	9(58)	10(33)	11(45)	12(35)
		13(37)	14(100)	Meta									
1	mikel martin linares	57:30	1:46	16:39	18:52	22:50	25:23	27:28	31:38	33:37	38:21	43:43	49:12
	COCAN		1:46	14:53	2:13	3:58	2:33	2:05	4:10	1:59	4:44	5:22	5:29
			56:05	57:09	57:30								3:15
			3:38	1:04	0:21								
	Anxo Betancor Quintás	No sale											
	COCAN												
M16 (2)		2,7 km	140 m		12 C								
		1(49)	2(32)	3(43)	4(41)	5(47)	6(42)	7(36)	8(45)	9(35)	10(52)	11(37)	12(100)
		Meta											
1	Sergio Santana Hernández	33:47	3:44	7:27	9:54	11:29	14:22	18:47	22:15	24:46	29:21	30:35	32:28
	INDEPENDIENTE		3:44	3:43	2:27	1:35	2:53	4:25	3:28	2:31	4:35	1:14	1:53
			33:47										0:57
2	Rubén Brito Rosquete	1:23:07	4:27	6:48	10:53	15:45	21:20	28:35	31:46	34:53	1:17:53	1:19:16	1:21:38
	COCAN		4:27	2:21	4:05	4:52	5:35	7:15	3:11	3:07	43:00	1:23	2:22
			1:23:07										1:04
			0:25										
F45 (1)		2,5 km	125 m		12 C								
		1(50)	2(57)	3(41)	4(58)	5(47)	6(33)	7(42)	8(53)	9(35)	10(44)	11(37)	12(100)
		Meta											
1	Rosi Santana Martel	1:29:45	7:06	10:51	26:31	30:32	34:08	39:27	43:22	51:04	1:13:41	1:22:27	1:26:46
	O-RIÉNTATE		7:06	3:45	15:40	4:01	3:36	5:19	3:55	7:42	22:37	8:46	4:19
			1:29:45										2:20
			0:39										
F35 (3)		2,7 km	135 m		13 C								
		1(39)	2(35)	3(40)	4(45)	5(33)	6(47)	7(58)	8(41)	9(57)	10(40)	11(54)	12(37)
		13(100)	Meta										
1	Maria Candelaria Delgado Luis	1:23:21	3:41	9:13	15:38	18:32	23:45	35:28	43:03	46:18	52:09	1:10:06	1:16:06
	INDEPENDIENTE		3:41	5:32	6:25	2:54	5:13	11:43	7:35	3:15	5:51	17:57	6:00
			1:22:48	1:23:21									4:54
			1:48	0:33									
2	Ifara Rodríguez Hernández	1:26:29	6:39	10:35	15:46	17:53	23:38	26:48	28:32	32:41	37:49	----	55:38
	COCAN		6:39	3:56	5:11	2:07	5:45	3:10	1:44	4:09	5:08		17:49
			1:03:00	1:26:29		1:15:30	1:21:46	1:25:10	1:26:07				5:06
			2:16	23:29		*40	*54	*37	*100				



Pos	Nombre	Tiempo												
OPEN AVANZADO (15)			3,0 km	140 m	13 C	(cont.)								
			1(51) 13(100)	2(50) Meta	3(32)	4(38)	5(43)	6(58)	7(47)	8(42)	9(36)	10(45)	11(44)	12(37)
11	Nerea Raquel Santana Hernández COCAN	1:22:27	2:52 2:52 1:21:40 2:09	6:01 3:09 1:22:27 0:47	15:51 9:50	21:28 5:37	29:11 7:43	34:05 4:54	36:26 2:21	46:20 9:54	49:42 3:22	54:00 4:18	1:16:40 22:40	1:19:31 2:51
12	Andrés Martín Medina COCAN	1:37:59	3:04 3:04 1:36:39 2:40	10:44 7:40 1:37:59 1:20	20:10 9:26	27:33 7:23	37:42 10:09	43:25 5:43	47:15 3:50	1:02:05 14:50	1:06:12 4:07	1:12:16 6:04	1:29:26 17:10	1:33:59 4:33
13	Jorge Bello Garcia INDEPENDIENTE	1:38:55	11:20 11:20 1:38:23 3:20	16:57 5:37 1:38:55 0:32	25:11 8:14	38:04 12:53	51:43 13:39	55:34 3:51	58:39 3:05	1:08:41 10:02	1:13:18 4:37	1:18:00 4:42	1:32:22 14:22	1:35:03 2:41
14	Jose Luis Gomez Mederos INDEPENDIENTE	1:45:50	2:59 2:59 1:44:18 2:36	9:28 6:29 1:45:50 1:32	16:53 7:25	23:59 7:06	32:58 8:59	38:39 5:41	43:30 4:51	59:15 15:45	1:05:52 6:37	1:20:38 14:46	1:37:40 17:02	1:41:42 4:02
	Héctor Bolaños Bolaños INDEPENDIENTE	No sale												
OPEN FAMILIAS (4)			2,6 km	130 m	11 C									
			1(50)	2(49)	3(32)	4(43)	5(47)	6(46)	7(42)	8(56)	9(52)	10(37)	11(100)	Meta
1	miguel canela garcia COCAN	50:43	8:20 8:20	12:51 4:31	17:51 5:00	22:31 4:40	31:07 8:36	34:38 3:31	37:46 3:08	41:22 3:36	44:30 3:08	48:11 3:41	49:34 1:23	50:43 1:09
2	Dara Cruz García COCAN	1:05:36	10:03 10:03	13:32 3:29	17:09 3:37	22:53 5:44	30:21 7:28	37:10 6:49	49:04 11:54	54:21 5:17	58:33 4:12	1:02:41 4:08	1:05:07 2:26	1:05:36 0:29
3	Agustín Bollo Sáenz INDEPENDIENTE	1:14:14	7:30 7:30	11:38 4:08	15:47 4:09	24:55 9:08	33:23 8:28	43:14 9:51	48:15 5:01	55:26 7:11	1:01:46 6:20	1:08:45 6:59	1:12:37 3:52	1:14:14 1:37
4	Juan Miguel Vizcaíno Díaz COCAN	1:40:48	15:22 15:22	19:50 4:28	26:35 6:45	35:41 9:06	42:25 6:44	51:36 9:11	1:10:17 18:41	1:20:26 10:09	1:26:18 5:52	1:34:20 8:02	1:39:18 4:58	1:40:48 1:30