



Pos	Nombre	Tiempo										
ELITE (6)												
		5,3 km 135 m		20 C								
		1(31)	2(32)	3(47)	4(33)	5(34)	6(35)	7(36)	8(37)	9(31)	10(38)	
		11(39)	12(40)	13(41)	14(42)	15(48)	16(43)	17(44)	18(45)	19(46)	20(100)	
		Meta										
1	Yediel Calvo Perez COCAN	58:26	3:38	6:00	11:03	12:47	14:04	15:25	18:26	25:07	26:10	36:15
			3:38	2:22	5:03	1:44	1:17	1:21	3:01	6:41	1:03	10:05
			38:54	40:14	41:04	43:17	45:24	49:25	53:19	54:38	56:38	58:04
			2:39	1:20	0:50	2:13	2:07	4:01	3:54	1:19	2:00	1:26
			58:26									
			0:22									
2	Víctor Díaz Trujillo COCAN	1:05:08	9:39	10:59	15:01	18:33	21:53	24:12	26:29	31:51	32:24	42:45
			9:39	1:20	4:02	3:32	3:20	2:19	2:17	5:22	0:33	10:21
			44:58	46:34	47:35	50:26	51:45	56:15	1:00:30	1:01:39	1:03:25	1:04:46
			2:13	1:36	1:01	2:51	1:19	4:30	4:15	1:09	1:46	1:21
			1:05:08									
			0:22									
3	Ricardo Jesus Diaz Armas COCAN	1:05:10	4:52	6:48	12:39	14:19	15:26	17:10	19:29	23:41	24:39	35:41
			4:52	1:56	5:51	1:40	1:07	1:44	2:19	4:12	0:58	11:02
			42:14	45:02	45:44	47:37	49:43	54:20	58:46	1:00:03	1:03:19	1:04:49
			6:33	2:48	0:42	1:53	2:06	4:37	4:26	1:17	3:16	1:30
			1:05:10									
			0:21									
4	Lisardo Mendo Velázquez INDEPENDIENTE	1:17:36	4:25	6:40	12:34	14:36	15:56	17:30	22:39	27:19	27:59	43:43
			4:25	2:15	5:54	2:02	1:20	1:34	5:09	4:40	0:40	15:44
			47:45	52:26	53:17	55:01	58:02	1:02:57	1:07:35	1:13:32	1:15:30	1:17:02
			4:02	4:41	0:51	1:44	3:01	4:55	4:38	5:57	1:58	1:32
			1:17:36		42:18							
			0:34		*41							
5	Tegaday Cordobés Suárez COCAN	1:20:34	11:33	13:27	18:53	20:51	24:16	27:13	29:19	41:31	42:23	51:56
			11:33	1:54	5:26	1:58	3:25	2:57	2:06	12:12	0:52	9:33
			54:00	56:30	57:15	59:48	1:01:42	1:06:30	1:12:25	1:13:40	1:18:37	1:20:09
			2:04	2:30	0:45	2:33	1:54	4:48	5:55	1:15	4:57	1:32
			1:20:34		1:11:12							
			0:25		*45							
	David Sánchez García COCAN	Abandona	5:38	8:09	12:51	15:03	16:36	18:11	21:12	27:02	28:11	-----
			5:38	2:31	4:42	2:12	1:33	1:35	3:01	5:50	1:09	-----
			-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----
M55 (4)												
		3,1 km 70 m		14 C								
		1(32)	2(35)	3(47)	4(33)	5(34)	6(36)	7(37)	8(31)	9(44)	10(43)	
		11(49)	12(46)	13(45)	14(100)	Meta						
1	Ramiro Perez Dominguez COCAN	1:10:20	6:05	13:16	19:23	22:24	31:50	35:54	43:12	45:04	50:48	55:53
			6:05	7:11	6:07	3:01	9:26	4:04	7:18	1:52	5:44	5:05
			59:10	1:02:26	1:06:49	1:09:37	1:10:20					
			3:17	3:16	4:23	2:48	0:43					



Pos	Nombre	Tiempo	3,1 km 70 m		14 C		(cont.)					
M55 (4)			1(32) 11(49)	2(35) 12(46)	3(47) 13(45)	4(33) 14(100)	5(34) Meta	6(36)	7(37)	8(31)	9(44)	10(43)
2	Juan Carlos Hernandez Garcia COCAN	1:13:09	5:26 5:26	13:03 7:37	22:10 9:07	25:27 3:17	27:30 2:03	31:54 4:24	42:03 10:09	43:40 1:37	52:33 8:53	58:27 5:54
3	Manuel Vilar Mesa COCAN	1:29:17	1:03:16 4:49	1:05:36 2:20	1:08:59 3:23	1:12:41 3:42	1:13:09 0:28	33:53 38:17	50:01 11:44	51:57 1:56	58:28 6:31	1:11:53 13:25
	Ramon Suarez Negrin COCAN	rror en tarj.	1:15:46 3:53	1:18:44 2:58	1:23:59 5:15	1:28:38 4:39	1:29:17 0:39	32:56 38:05	5:09 -----	45:48 7:43	1:17:47 31:59	1:25:05 7:18
M45 (9)			3,5 km 65 m		15 C							
			1(37) 11(39)	2(31) 12(42)	3(32) 13(48)	4(35) 14(43)	5(34) 15(100)	6(33) Meta	7(45)	8(44)	9(46)	10(40)
1	Óscar Carlos Reyes INDEPENDIENTE	1:11:56	15:23 15:23	16:23 1:00	19:15 2:52	25:47 6:32	28:32 2:45	34:09 5:37	40:51 6:42	42:10 1:19	52:45 10:35	56:26 3:41
2	Mario Betancor Pérez COCAN	1:13:31	58:01 1:35	58:47 0:46	1:00:39 1:52	1:08:12 7:33	1:11:17 3:05	1:11:56 0:39	35:18 38:16	44:52 6:36	50:11 5:19	
3	Teobaldo Cairós Herrera COCAN	1:16:16	7:10 7:10	8:54 1:44	12:59 4:05	17:19 4:20	20:19 3:00	22:23 2:04	35:18 12:55	38:16 2:58	44:52 6:36	50:11 5:19
4	Antonio Reche Pérez COCAN	1:17:18	54:01 3:50	55:46 1:45	58:26 2:40	1:07:37 9:11	1:12:57 5:20	1:13:31 0:34	39:54 10:30	41:50 1:56	53:34 11:44	57:41 4:07
5	Alberto Figueredo Muñoz INDEPENDIENTE	1:29:34	15:34 15:34	17:08 1:34	21:38 4:30	25:06 3:28	27:25 2:19	29:24 1:59	39:54 10:30	41:50 1:56	53:34 11:44	57:41 4:07
6	Jesús Amador Betancor COCAN	1:30:43	59:20 1:39	1:01:16 1:56	1:04:13 2:57	1:11:23 7:10	1:15:41 4:18	1:16:16 0:35	20:59 38:27	21:51 40:07	24:53 44:21	27:16 48:30
7	Roberto Rosquete Delgado COCAN	1:32:06	20:59 52:59	21:51 56:50	3:02 59:21	2:23 1:12:09	2:14 1:16:52	1:44 1:17:18	7:13 9:24	1:40 2:32	4:14 7:19	4:09 7:29
			4:29 15:38	3:51 2:19	2:31 9:01	12:48 4:34	4:43 4:10	0:26 3:06	48:12 9:24	50:44 2:32	58:03 7:19	1:05:32 7:29
			1:09:56 4:24	1:12:11 2:15	1:15:59 3:48	1:24:44 8:45	1:29:00 4:16	1:29:34 0:34	29:05 31:50	31:50 2:45	45:40 13:50	50:32 4:52
			54:59 4:27	56:18 1:19	1:02:37 6:19	1:15:00 12:23	1:30:10 15:10	1:30:43 0:33	51:50 14:08	53:45 1:55	1:03:45 10:00	1:08:48 5:03



Pos	Nombre	Tiempo										
M45 (9)		3,5 km	65 m	15 C	<i>(cont.)</i>							
		1(37)	2(31)	3(32)	4(35)	5(34)	6(33)	7(45)	8(44)	9(46)	10(40)	
		11(39)	12(42)	13(48)	14(43)	15(100)	Meta					
8	Javier Fernández Rodríguez COCAN	1:47:40	7:35	9:49	18:40	22:24	28:13	30:33	49:56	52:14	1:02:15	1:08:17
			7:35	2:14	8:51	3:44	5:49	2:20	19:23	2:18	10:01	6:02
			1:14:44	1:17:01	1:30:18	1:42:56	1:47:15	1:47:40				
			6:27	2:17	13:17	12:38	4:19	0:25				
9	Juan Antonio Delgado Fariña COCAN	1:49:37	14:21	15:33	20:37	25:15	29:06	31:28	46:11	48:55	1:08:19	1:12:56
			14:21	1:12	5:04	4:38	3:51	2:22	14:43	2:44	19:24	4:37
			1:15:45	1:18:39	1:22:54	1:37:58	1:48:57	1:49:37				
			2:49	2:54	4:15	15:04	10:59	0:40				
M35 (10)		4,3 km	125 m	17 C								
		1(32)	2(31)	3(37)	4(36)	5(35)	6(33)	7(47)	8(41)	9(38)	10(42)	
		11(39)	12(40)	13(41)	14(48)	15(44)	16(45)	17(100)	Meta			
1	Matias H Leon Estevez COCAN	43:04	2:59	4:57	6:08	10:15	12:50	15:03	16:27	20:16	21:35	23:41
			2:59	1:58	1:11	4:07	2:35	2:13	1:24	3:49	1:19	2:06
			24:30	26:09	27:02	29:48	39:41	40:38	42:46	43:04		
			0:49	1:39	0:53	2:46	9:53	0:57	2:08	0:18		
2	Miguel Angel Calvo Sanz COCAN	48:52	3:15	5:40	7:35	12:11	13:55	16:05	17:28	21:56	25:49	28:15
			3:15	2:25	1:55	4:36	1:44	2:10	1:23	4:28	3:53	2:26
			29:10	31:25	32:25	36:04	45:34	46:46	48:32	48:52		
			0:55	2:15	1:00	3:39	9:30	1:12	1:46	0:20		
3	Manuel Delgado Pérez COCAN	52:21	2:56	4:44	5:43	9:19	11:44	15:27	16:40	20:26	22:00	23:45
			2:56	1:48	0:59	3:36	2:25	3:43	1:13	3:46	1:34	1:45
			24:46	26:41	27:37	32:46	46:38	47:22	51:58	52:21		
			1:01	1:55	0:56	5:09	13:52	0:44	4:36	0:23		
4	Ismael Sanchez-Pajares Gutierrez COCAN	1:01:12	5:03	7:54	9:30	15:17	18:18	20:40	22:36	28:59	31:23	38:08
			5:03	2:51	1:36	5:47	3:01	2:22	1:56	6:23	2:24	6:45
			39:33	42:03	43:00	47:35	57:31	58:50	1:00:54	1:01:12		
			1:25	2:30	0:57	4:35	9:56	1:19	2:04	0:18		
5	Juan Jose Rodríguez Padilla COCAN	1:04:20	4:23	12:58	14:24	19:16	21:07	23:54	25:35	34:52	37:56	41:19
			4:23	8:35	1:26	4:52	1:51	2:47	1:41	9:17	3:04	3:23
			42:37	44:41	45:26	49:19	1:00:42	1:01:39	1:03:54	1:04:20		
			1:18	2:04	0:45	3:53	11:23	0:57	2:15	0:26		
6	Alejandro Barreda Delgado COCAN	1:04:39	6:04	11:29	13:02	18:04	25:05	27:37	29:19	37:23	39:25	41:43
			6:04	5:25	1:33	5:02	7:01	2:32	1:42	8:04	2:02	2:18
			43:02	44:57	45:50	50:06	59:52	1:01:12	1:04:20	1:04:39		
			1:19	1:55	0:53	4:16	9:46	1:20	3:08	0:19		
7	Jesús Jiménez León INDEPENDIENTE	1:07:48	2:55	4:53	5:48	20:42	22:26	24:25	30:07	36:20	37:40	39:25
			2:55	1:58	0:55	14:54	1:44	1:59	5:42	6:13	1:20	1:45
			40:22	42:08	43:00	52:35	1:04:39	1:05:35	1:07:25	1:07:48		1:03:32
			0:57	1:46	0:52	9:35	12:04	0:56	1:50	0:23		*45
8	Ibán Hernández Dorta COCAN	1:32:30	4:48	11:11	13:58	19:10	22:24	27:27	29:29	38:17	39:48	1:04:27
			4:48	6:23	2:47	5:12	3:14	5:03	2:02	8:48	1:31	24:39
			1:07:39	1:09:51	1:11:12	1:15:32	1:27:29	1:29:22	1:32:07	1:32:30		
			3:12	2:12	1:21	4:20	11:57	1:53	2:45	0:23		



Pos	Nombre	Tiempo										
F45 (1)		2,4 km 70 m		12 C								
		1(50)	2(45)	3(49)	4(40)	5(41)	6(38)	7(42)	8(39)	9(48)	10(43)	
		11(49)	12(100)	Meta								
1	Fátima Hernández Del Castillo	1:16:25	0:35	10:53	15:24	20:30	21:41	24:58	36:07	41:37	51:02	1:12:02
	INDEPENDIENTE		0:35	10:18	4:31	5:06	1:11	3:17	11:09	5:30	9:25	21:00
		1:13:56	1:15:49	1:16:25								
		1:54	1:53	0:36								
F35 (2)		2,9 km 80 m		14 C								
		1(50)	2(45)	3(46)	4(49)	5(41)	6(38)	7(39)	8(40)	9(38)	10(42)	
		11(48)	12(43)	13(49)	14(100)	Meta						
1	Irina Martín Waló	1:28:10	0:23	13:23	20:01	22:43	27:49	30:12	58:03	1:02:34	1:04:50	1:07:35
	COCAN		0:23	13:00	6:38	2:42	5:06	2:23	27:51	4:31	2:16	2:45
		1:11:55	1:21:38	1:23:53	1:27:34	1:28:10	1:28:10	34:11	34:11			
		4:20	9:43	2:15	3:41	0:36		*40				
	Diana María Pérez Melián	No sale										
	COCAN											
F18 (1)		2,7 km 70 m		17 C								
		1(50)	2(46)	3(51)	4(49)	5(40)	6(55)	7(41)	8(38)	9(42)	10(48)	
		11(56)	12(39)	13(40)	14(52)	15(43)	16(49)	17(100)	Meta			
1	SEGOLENN ARMIJOS	1:02:18	0:30	6:53	7:31	9:08	15:11	17:06	18:41	21:31	34:31	42:47
	COCAN		0:30	6:23	0:38	1:37	6:03	1:55	1:35	2:50	13:00	8:16
		44:14	47:08	49:14	52:50	58:01	59:55	1:01:48	1:02:18	1:02:18		
		1:27	2:54	2:06	3:36	5:11	1:54	1:53	0:30			
F16 (3)		2,4 km 60 m		13 C								
		1(50)	2(46)	3(49)	4(40)	5(41)	6(38)	7(42)	8(48)	9(39)	10(40)	
		11(43)	12(49)	13(100)	Meta							
1	LUCIA CARBALLO	1:25:31	0:07	30:08	33:14	38:26	41:33	45:29	53:42	58:53	1:05:35	1:12:50
	INDEPENDIENTE		0:07	30:01	3:06	5:12	3:07	3:56	8:13	5:11	6:42	7:15
		1:20:43	1:22:37	1:24:57	1:25:31							
		7:53	1:54	2:20	0:34							
2	AROA DURAN	1:26:19	0:11	31:07	34:00	39:20	42:23	46:25	54:31	59:40	1:06:21	1:13:58
	INDEPENDIENTE		0:11	30:56	2:53	5:20	3:03	4:02	8:06	5:09	6:41	7:37
		1:21:39	1:23:19	1:25:40	1:26:19							
		7:41	1:40	2:21	0:39							
3	ANXO BETANCOR	1:27:55	0:27	32:11	34:33	40:59	43:54	48:00	55:53	1:01:16	1:07:58	1:15:30
	INDEPENDIENTE		0:27	31:44	2:22	6:26	2:55	4:06	7:53	5:23	6:42	7:32
		1:23:10	1:24:59	1:27:12	1:27:55							
		7:40	1:49	2:13	0:43							

