

VII PONFERRADA SIN MI COCHE



Ponferrada, 20 de septiembre de 2009
 Organiza: Concejalía de Medio Ambiente
 Cronometra: CRONOTEC
 Sistema: CRONCHIP
 Clasificacions: www.cronotec.es

Clasificación Absoluta

1500m

1,5 Km.

Pos.	Dor.	Nombre	Club	Categoría/Pos.	Tiempo	T/Km.
1	43	Prieto Fernandez, Pablo	Independiente	1K5M 1	03:05.67	02:04
2	154	Capelo Botas, Nicolas	Independiente	1K5M 2	03:08.08	02:05
3	46	Capelo Botas, Adrian	Independiente	1K5M 3	03:42.42	02:28
4	123	Mañá Mesas, Nacho	Independiente	1K5M 4	04:25.68	02:57
5	1	Ximenez Mendez, Pelayo		1K5M 5	04:29.11	02:59
6	122	Mañá González, Manuel	Independiente	1K5M 6	04:40.88	03:07
7	2	Fernandez Pardo, Juan J.		1K5M 7	04:46.16	03:11
8	172	Rodriguez Herran, Boris		1K5M 8	04:46.31	03:11
9	3	Fernandez Garcia, Juan J.		1K5M 9	04:46.40	03:11
10	76	Santamarina López, Juan	Independiente	1K5M 10	04:46.41	03:11
11	7	Pantoja Pascual, Antonio	Independiente	1K5M 11	05:02.51	03:22
12	148	Velasco García, Miguel Angel	Independiente	1K5M 12	05:08.44	03:26
13	63	Martinez Moran, Adrian	Independiente	1K5M 13	05:08.59	03:26
14	127	Merayo Carracedo, Roberto	Independiente	1K5M 14	06:07.23	04:05
15	161	Ortega Ramos, Victor	Independiente	1K5M 15	06:07.89	04:05
16	156	Aragon Cuadra, Alejandra	Independiente	1k5F 1	06:11.25	04:07
17	129	Merayo Orallo, Rubén	Independiente	1K5M 16	06:12.97	04:09
18	56	García Casas, Miguel	Independiente	1K5M 17	06:39.84	04:27
19	206	Crespo Perez (166), Nerea		1k5F 2	06:45.91	04:31
20	128	Merayo Orallo, Carla	Independiente	1k5F 3	07:03.88	04:43
21	132	Orallo Sánchez, Mª Sonia	Independiente	1k5F 4	07:04.30	04:43
22	136	Pérez Ares, Carlos	Independiente	1K5M 18	07:04.80	04:43
23	137	Pérez Hernández, Carla	Independiente	1k5F 5	07:05.03	04:43
24	210	Moyano Fernandez (170), Jaime		1K5M 19	07:48.09	05:12
25	8	Pantoja Pascual, Jimena	Independiente	1k5F 7	08:29.23	05:39
26	9	Pascual Rojo, Maria Luisa	Independiente	1k5F 6	08:29.23	05:39
27	14	Alvarez Garcia, Maria Antonia	Independiente	1k5F 8	08:29.33	05:40
28	10	De La Viuda Campesino, Alvaro		1K5M 20	09:46.39	06:31
29	165	Martinez Matilla, Marco	Independiente	1K5M 21	09:47.73	06:32
30	164	Martinez Matilla, Sergio	Independiente	1K5M 22	10:09.59	06:46
31	42	Mendez Seoane, Aitor	Independiente	1K5M 23	10:10.06	06:47
32	40	Biforcós Gonzalez, Raul	Independiente	1K5M 24	10:26.13	06:57
33	167	Garcia Retamal, Blanca E.		1k5F 9	10:43.87	07:09
34	107	Gómez Helguera, Sandra	aentrenar.com	1k5F 10	11:24.43	07:36
35	108	Gómez Ruiz, Jose Luis	aentrenar.com	1K5M 25	11:37.48	07:45
36	106	Gómez Helguera, Alejandro	aentrenar.com	1K5M 26	11:37.90	07:45
37	82	Alfonso González, Lucía	Independiente	1k5F 11	11:50.66	07:54
38	81	Alfonso Escuredo, Nicolás	Independiente	1K5M 27	11:53.91	07:56
39	83	Alfonso González, Rosendo	Independiente	1K5M 28	11:54.29	07:56
40	169	Cruces Lopez, Nayaret		1k5F 12	11:56.34	07:58
41	157	Aragon Cuadra, Alba	Independiente	1k5F 13	11:59.92	08:00
42	13	Martinez Alvarez, Tina		1k5F 14	12:00.20	08:00
43	163	Ramos Carbajo, Maria J.	Independiente	1k5F 15	12:03.31	08:02
44	162	Ortega Ramos, Blanca	Independiente	1k5F 16	12:03.36	08:02

Clasificación Absoluta

10000m

10,0 Km.

Pos.	Dor.	Nombre	Club	Categoría/Pos.	Tiempo	T/Km.
1	18	Silvan Silvan, Gustavo		10KM 1	32:42.18	03:16
2	68	Alonso Prieto, Jesus	Sport Life	10KM 2	33:13.56	03:19
3	110	González Pascual, Roberto	Independiente	10KM 3	33:17.73	03:20
4	160	Calvo Alvarez, Jose M.	Independiente	10KM 4	35:27.04	03:33
5	77	Santin, Toño	MAKYKAYAKRUNNER	10KM 5	36:37.97	03:40
6	48	Capelo Pérez, José Antonio	Independiente	10KM 6	37:10.05	03:43
7	50	Contreras Cuadro, Juan Carlos	COPYCENTRO	10KM 7	37:30.52	03:45
8	208	García Nieto(168), Jorge		10KM 8	37:57.00	03:48
9	171	Guerrero Garcia, Marcos		10KM 9	38:35.76	03:52
10	104	García Vázquez, Pablo	aentrenar.com	10KM 10	39:27.27	03:57
11	70	Crespo Rubio, Jose Manuel	Independiente	10KM 11	39:41.06	03:58
12	174	Blanco Mancebo, Faustino		10KM 12	39:57.99	04:00
13	73	Lopez Pereira, Eloy	Independiente	10KM 13	40:06.56	04:01
14	67	Santamarina López, Daniel	Independiente	10KM 14	40:08.68	04:01
15	25	Gavela Rodríguez, Francisco Javier	SA	10KM 15	40:37.39	04:04
16	52	Fernandez abella, Jorge	Independiente	10KM 16	40:38.00	04:04
17	60	Lopez Marques, John	Independiente	10KM 17	40:38.62	04:04
18	24	Gil Valle, Tino	Independiente	10KM 18	40:42.92	04:04
19	41	Martinez Baro, Mª Victoria	Independiente	10KF 1	40:53.99	04:05
20	142	Sánchez Ingelmo, Pedro	Independiente	10KM 19	40:58.85	04:06
21	75	Navas Haro, Luis	Independiente	10KM 20	40:59.33	04:06
22	112	Helguera Bautista, Vanessa	aentrenar.com	10KF 2	41:11.45	04:07
23	26	Guapo Rafael, Jose Miguel	Independiente	10KM 21	42:00.07	04:12
24	16	Vega Cadórniga, Roberto	Independiente	10KM 22	42:44.00	04:16
25	39	Bermejo Martínez, Sergio	Independiente	10KM 23	43:50.86	04:23
26	78	Soto Fernandez, Isidro	Independiente	10KM 24	44:44.50	04:28
27	119	López Lanzon, Alicia	Independiente	10KF 3	45:16.25	04:32
28	23	Soto Linares, Sergio	Independiente	10KM 25	45:58.42	04:36
29	80	Alfonso Álvarez, Elias	Independiente	10KM 26	45:59.77	04:36
30	155	Orallo Reguero, Francisco Antonio	Independiente	10KM 27	46:03.00	04:36
31	51	Cortes Goncalves, Aitor	Independiente	10KM 28	46:07.78	04:37
32	91	Bellido Villalba, José Manuel	Independiente	10KM 29	46:18.82	04:38
33	79	Alfonso Álvarez, Carlos	Independiente	10KM 30	46:29.75	04:39
34	5	Ovalle Fierro, Roberto		10KM 31	46:37.87	04:40
35	12	Villanueva De La Fuente, Javier	Independiente	10KM 32	47:32.86	04:45
36	58	Garnelo Cano, Francoise	Independiente	10KM 33	47:35.72	04:46
37	15	Carro Feás, Francisco Javier	Independiente	10KM 34	47:39.85	04:46
38	140	Rodríguez Huerga, Moises	Independiente	10KM 35	47:47.92	04:47
39	6	Pantoja Camacho, Antonio Jesus	Independiente	10KM 36	47:49.58	04:47
40	38	Fra Lopez, Antonio Miguel	Independiente	10KM 37	47:49.59	04:47
41	37	Fernandea Guarido, Jose Ignacio	Independiente	10KM 38	47:49.75	04:47
42	33	Fernandez Alvarez, Javier	Independiente	10KM 39	48:22.83	04:50
43	125	Maya Trujillo, Nazareh	Independiente	10KF 4	48:38.00	04:52
44	61	Lopez Marques, Pablo	Independiente	10KM 40	48:39.00	04:52
45	95	De La Villa Requejo, Jose Manuel	Independiente	10KM 41	49:11.47	04:55
46	116	Jordán, David	Independiente	10KM 42	49:23.49	04:56
47	149	Velasco Rodríguez, Miguel Angel	Independiente	10KM 43	49:49.73	04:59
48	21	Carballo Rodríguez, Silvia	Independiente	10KF 5	50:04.86	05:00
49	31	Canedo Franco, Luis Miguel	Independiente	10KM 44	51:25.88	05:09
50	109	González Cea, Arancha	Independiente	10KF 6	52:25.58	05:15
51	120	López Melón, Francisco Javier	Independiente	10KM 45	53:35.99	05:22
52	17	Villanueva De La Fuente, Miguel A	Independiente	10KM 46	53:42.85	05:22
53	45	Prieto Taladriz, Andres	Independiente	10KM 47	54:14.52	05:25
54	69	Constenla Villanueva, Pilar	C.C. villanueva	10KF 7	54:18.92	05:26
55	98	Egea Arias, Pedro Javier	Independiente	10KM 48	54:46.80	05:29
56	64	Pinhal, Oscar Jaime	Independiente	10KM 49	55:28.32	05:33
57	72	Linares Merayo, Chiki	Independiente	10KF 8	56:27.78	05:39
58	100	Egea Cárceles, Pedro	Independiente	10KM 50	58:43.55	05:52
59	153	Egea Arias, Pilar	Independiente	10KF 9	1:02:08.47	06:13

Clasificación Absoluta**10000m****10,0 Km.**

Pos.	Dor.	Nombre	Club	Categoría/Pos.		Tiempo	T/Km.
60	173	Gancero Mendez, Alba		10KF	10	1:02:08.97	06:13
61	55	García Casas, Francisco	Independiente	10KM	51	1:02:33.74	06:15
62	159	Moyano Gaztelumendi, Juan	Independiente	10KM	52	1:02:41.73	06:16
63	57	García Diaz, Rafael	Independiente	10KM	53	1:03:01.86	06:18
64	158	Gaztelumendi Arias, Natividad	Independiente	10KF	11	1:03:03.00	06:18