

Stno	Time	Rank	Cat Rank	Surname	First name	Cat	Total Time	Club	km	Stage 1 Full Gas	Stage 2 Gods & Gain	Stage 3 MD Traverse	Stage 4 Dark Blast	Stage 5 The Gully	Stage 6 Moel y Gaer	Stage 7 Gaer's Nose	Stage 8 Buteo Buteo	Stage 9 The Sting	Stage 10 No Brakes
22	0:35:26	1	1	Eccles	Lawrence	M40	4:08:41	DEE SM	17.0	0:02:32	0:06:39	0:02:56	0:02:14	0:05:16	0:03:31	0:03:00	0:03:40	0:03:46	00:01:52
12	0:41:28	2	2	Thomas	Andrew	M40	3:01:25	Denbigh harriers	15.8	0:02:19	0:07:55	0:02:52	0:02:28	0:06:43	0:04:16	0:04:37	0:03:56	0:04:20	00:02:02
25	0:41:50	3	1	Aron	Henry	M	2:24:39		15.9	0:02:57	0:07:31	0:03:02	0:02:21	0:06:32	0:03:37	0:03:35	0:04:45	0:05:32	00:01:58
18	0:41:53	4	2	Jenkins	Tom	M	3:06:37			0:03:06	0:07:32	0:02:45	0:02:15	0:06:59	0:03:15	0:03:48	0:04:20	0:05:35	00:02:18
20	0:42:10	5	3	Bayford	James	M	2:24:13		16.1	0:02:55	0:07:34	0:03:08	0:02:30	0:06:35	0:03:40	0:03:56	0:04:45	0:05:28	00:01:39
10	0:44:30	6	1	Baugh	Katy	F	3:01:57	Denbigh harriers	15.9	0:03:08	0:07:42	0:03:09	0:03:05	0:07:53	0:04:07	0:04:13	0:04:10	0:04:43	00:02:20
26	0:44:54	7	3	Angell	Joe	M40	3:01:17		15	0:03:16	0:07:51	0:03:38	0:02:48	0:07:22	0:04:35	0:03:32	0:04:38	0:05:27	00:01:47
15	0:45:53	8	2	Retallick	Emily	F	3:02:13	UG	15.1	0:03:17	0:07:47	0:03:38	0:02:37	0:08:00	0:04:07	0:03:31	0:04:44	0:05:28	00:02:44
24	0:50:33	9	4	McAulay	Jake	M	4:08:19		16.0	0:03:02	0:08:03	0:02:55	0:02:27	0:06:39	0:04:11	0:03:41	0:12:32	0:05:09	00:01:54
6	0:56:21	10	1	Peffers	Mandy	F50	2:38:12	Clwydian Range Runners	15.3	0:03:39	0:10:01	0:03:48	0:03:14	0:08:59	0:05:07	0:05:17	0:05:55	0:07:11	00:03:10
17	0:56:58	11	1	Peacock	Graeme	M50	3:20:22	Clwydian Range Runners	17.1	0:04:15	0:09:54	0:03:56	0:03:00	0:09:42	0:04:53	0:04:15	0:07:21	0:07:21	00:02:21
19	1:00:43	12	5	Caps	Simo	M	2:39:01		14.5	0:03:50	0:10:43	0:04:12	0:03:20	0:09:16	0:05:31	0:06:31	0:07:15	0:07:09	00:02:56
3	1:04:35	13	2	Hop	Mr	M50	2:48:55	Clwydian Range Runners	16.0	0:04:59	0:11:32	0:05:22	0:04:22	0:10:09	0:06:30	0:05:12	0:05:51	0:07:46	00:02:52
13	1:08:35	14	3	Evans	Rachael	F	3:02:46	Denbigh harriers	15.4	0:04:28	0:13:38	0:03:51	0:03:21	0:09:59	0:07:59	0:07:34	0:07:19	0:07:13	00:03:13
16	1:10:08	15	4	Tomlinson	Hannah	F	3:13:32	Clwydian Range Runners	16.0	0:03:45	0:14:55	0:04:30	0:03:59	0:07:39	0:07:51	0:08:36	0:08:44	0:05:36	00:04:33
7	1:11:31	16	4	Fitzsimmons	Paul	M40	2:46:32	Clwydian Range Runners	16.3	0:04:49	0:10:36	0:05:18	0:03:39	0:09:56	0:10:21	0:05:19	0:10:26	0:07:56	00:03:11
21	1:20:12	17	5	Malone	Kev	M40	3:27:15		15.7	0:04:27	0:15:13	0:03:50	0:04:38	0:11:26	0:06:24	0:08:10	0:12:40	0:10:02	00:03:22
23	1:33:34	18	5	Buckley	Laura-k	F	4:09:41		17.3	0:04:42	0:20:35	0:04:38	0:04:29	0:11:25	0:05:17	0:06:57	0:21:48	0:10:27	00:03:16