



Rødovre AC løb og atletik

RAC

RAC Milen 2015 *alle løbere og tider efter 8 løb*

	Piger -14 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Andrea Erbs Ledet	Degnemoseløberen								29:57	1	29:57,0	06:21,9
2	Anna Johansson									32:34	1	32:34,0	06:55,2
3	Liva Johansson									35:16	1	35:16,0	07:29,6

	Kvinder 15-19 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Mathilde Riis	BAK								20:58	1	20:58,0	04:27,3
2	Louise Jensen	Stevns Løbeklub	27:44								1	27:44,0	05:53,6
3	Sara Hemmingsen	Natteravnene Rødovre				28:04					1	28:04,0	05:57,8
4	Marie E Hansen	Herlevløberne		38:00		33:23					2	35:41,5	07:35,1

	Kvinder 20-29 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Kirstine Severinsen	Natteravnene Rødovre				28:31					1	28:31,0	06:03,6
2	Trine Bahrt Andersen	Herlevløberne				28:51					1	28:51,0	06:07,8

	Kvinder 30-39 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Anja Lau Schiöppfe	Rødovre AC		21:19	20:29	21:03	20:14		20:49	20:11	6	20:40,8	04:23,7
2	Rikke Alber	Islev TRI		23:35							1	23:35,0	05:00,7
3	Margit Aagaard Jensen	Herlevløberne		25:23							1	25:23,0	05:23,6
4	Emilie Forfs		25:45								1	25:45,0	05:28,3
5	Maria Carron					28:18			27:42		2	28:00,0	05:57,0
6	Nadja S Olsen	Herlevløberne	29:27	28:27	28:54	28:18	29:17				5	28:52,6	06:08,2
7	Kamilla Lilhammer	Herlevløberne				31:06	30:08				2	30:37,0	06:30,4
8	Julie Folting									32:10	1	32:10,0	06:50,1
9	Signe Andersen									32:10	1	32:10,0	06:50,1
10	Camilla Kyndesen									32:15	1	32:15,0	06:51,2
11	Stine Aarøe		32:32								1	32:32,0	06:54,8
12	Sarah Erbs Ledet	Degnemoseløberen								32:36	1	32:36,0	06:55,6

	Kvinder 40-49 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Mette Riis	Rødovre AC		19:16							1	19:16,0	04:05,6
2	Jeanett Kiel Rasmussen	Herlevløberne		21:15	20:34	20:31		20:18	20:15		5	20:34,6	04:22,3
3	Mette Buntzen	Islev TRI	22:07		21:40	21:25	22:06	21:43	22:16		6	21:52,8	04:39,0
4	Nina Tingman		22:43								1	22:43,0	04:49,6
5	Lise Jæger	Rødovre AC	24:33	25:01	24:24	25:01				26:02	5	25:00,2	05:18,8
6	Pernille Hauxner	Herlevløberne	26:12	26:10	25:33	25:04	24:55		25:20		6	25:32,3	05:25,6
7	Mette Høgh Sørensen	Islev TRI				26:02					1	26:02,0	05:31,9
8	Linda Wind	Herlevløberne	26:35	26:26	25:34						3	26:11,7	05:34,0
9	Annette Errington	Herlevløberne		26:42							1	26:42,0	05:40,4
10	Martina M Holst	Herlevløberne							27:18		1	27:18,0	05:48,1
11	Charlotte Lindahl				27:54						1	27:54,0	05:55,7
12	Pia Halldorsson	Islev TRI	28:54	29:08	27:21						3	28:27,7	06:02,9
13	Heidi Parsberg Wagner	Herlevløberne	30:10				28:08	27:58	28:44	28:12	5	28:38,4	06:05,2
14	Tine Jensen	Stevns Løbeklub	30:23					27:44			2	29:03,5	06:10,5
15	Maja Nielsen			30:43	29:19						2	30:01,0	06:22,7
16	Lone Rasmussen	Herlevløberne				33:54	30:27	29:50	28:44	28:14	5	30:13,8	06:25,4
17	Maria Hovmøller	Herlevløberne	30:48	32:55	32:34	32:03	30:46	27:42	30:01		7	30:58,4	06:34,9
18	Susanne Karll									31:24	1	31:24,0	06:40,3
19	Anette Nielsen	Herlevløberne			32:17						1	32:17,0	06:51,6
20	Lene Colding	Herlevløberne			32:25						1	32:25,0	06:53,3

	Kvinder 50-59 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Tina Gudmark	Rødovre AC	22:33		21:40	21:39	21:54	21:36	21:22		6	21:47,3	04:37,8
2	Lotte Mejer Jensen	Herlevløberne	23:33	23:13	23:16	23:34					4	23:24,0	04:58,3
3	Helene Kemp	Rødovre AC					25:38				1	25:38,0	05:26,8
4	Joan M Petersen	Rødovre AC	26:27	25:44	25:28	25:59	25:51				5	25:53,8	05:30,2
5	Birgitte Pedersen	Rødovre AC		25:49	26:09	26:04					3	26:00,7	05:31,6
6	Merete Addis	Herlevløberne						26:02			1	26:02,0	05:31,9
7	Susanne Larsen				25:32	25:59	26:55		26:27		4	26:13,3	05:34,3
8	Brigitte Bøtker	Herlevløberne						27:12			1	27:12,0	05:46,8
9	Pia Kousholt	Herlevløberne						26:04	28:36		2	27:20,0	05:48,5
10	Marie Rasmussen	Rødovre AC				27:16		27:31			2	27:23,5	05:49,2
11	Ingelise Dam	Herlevløberne	26:08		31:37	27:05	25:49	27:39	27:00	26:49	7	27:26,7	05:49,9
12	Anny Høj Larsen	Herlevløberne				28:39					1	28:39,0	06:05,3
13	Maiken Christensen	Herlevløberne		28:39				28:43			2	28:41,0	06:05,7
14	Tina Schøller								28:50		1	28:50,0	06:07,6
15	Joan Jaque	Herlevløberne				29:50		29:20			2	29:35,0	06:17,2
16	Henriette Christensen				30:07						1	30:07,0	06:24,0
17	Mona Andersen	Herlevløberne	30:51		29:45	31:05	30:16				4	30:29,3	06:28,7
18	Pia Hviid Lüthcke	Herlevløberne	30:48								1	30:48,0	06:32,7
19	Hanny Søs Madsen	Herlevløberne			37:59	33:20	30:27	29:50			4	32:54,0	06:59,5

	Kvinder 60-69 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Marianne Flindt	Herlevløberne			25:22	24:50		24:30	24:46	24:51	5	24:51,8	05:17,0
2	Randi Nielsen	Herlevløberne				26:36					1	26:36,0	05:39,1
3	Randi Olsen	Herlevløberne	27:47	27:13	27:43	27:37	27:55	27:44			6	27:39,8	05:52,7
4	Jannili Winge	Herlevløberne			28:39	27:16					2	27:57,5	05:56,5
5	Karin Pagaard	Rødovre AC	30:24	30:16	29:45	30:21	29:20	28:55	29:32		7	29:47,6	06:19,8
6	Maj-Britt Nygaard	Herlevløberne	30:20	32:51	32:08	31:46	30:45		30:02	31:27	7	31:19,9	06:39,5
7	Britt Mulbjerg	Herlevløberne	30:46	32:57		32:03				31:27	4	31:48,2	06:45,5
8	Vivian Boldt Hansen						32:13				1	32:13,0	06:50,8
9	Marianne V Møller	Herlevløberne	32:10	32:04	32:29	32:12		38:19	34:10	32:41	7	33:26,4	07:06,4

	Kvinder 70-79 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Inge Stampe	BAC Got	33:39	34:10	34:06	32:48	34:10		31:09	31:47	7	33:07,0	07:02,2

	Drenge -14 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Sune Kristiansen	Rødovre AC				23:25	22:30	21:49	24:28	23:26	5	23:07,6	04:54,9
2	Ludvig Jæger Glifberg	Rødovre AC	24:17	24:54	28:36	23:30	29:17			22:58	6	25:35,3	05:26,3
3	Casper Svensson	Rødovre Håndbold							27:48		1	27:48,0	05:54,4
4	Kristian Mossner	Herlevløberne		30:20							1	30:20,0	06:26,7
5	Sylvester Erbs Ledet	Degnemoseløberen								30:56	1	30:56,0	06:34,4

	Mænd 20-29 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Michael Forfs		22:01								1	22:01,0	04:40,7
2	Philip Lyngbak Nielsen	Herlevløberne				24:56	24:00				2	24:28,0	05:11,9

	Mænd 30-39 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Henrik Gregersen		15:51								1	15:51,0	03:22,1
2	Morten V Laustsen	Lars Boss Brolægger		17:55							1	17:55,0	03:48,4
3	Jesper Mølgaard			18:07							1	18:07,0	03:51,0
4	Rasmus Bøje	Herlevløberne					18:35	18:03			2	18:19,0	03:53,5
5	Kim Nikolajsen	Rødovre AC								19:05	1	19:05,0	04:03,3
6	Daniel Grove						25:39				1	25:39,0	05:27,0
7	Kristian Larsen							29:40			1	29:40,0	06:18,2

	Mænd 40-49 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Per Alex Christensen	Rødovre AC		17:31	17:44	18:06		17:48		18:14	5	17:52,6	03:47,9
2	Michael Rasmussen	Rødovre AC				18:21		18:21			2	18:21,0	03:54,0
3	Henrik Karlsen	Hare TRI				18:31					1	18:31,0	03:56,1
4	Roberto Schmidt	Herlevløberne		19:13	18:43	18:57			18:47		4	18:55,0	04:01,2
5	Morten Flotin Jensen	Herlevløberne		19:12	19:30	18:35	20:00	18:44		18:56	6	19:09,5	04:04,3
6	Lars Boss	Herlevløberne	19:09	19:02	19:06	20:26	19:05				5	19:21,6	04:06,8
7	Anders Pedersen		22:00								1	22:00,0	04:40,5
8	Carsten Wagner	Herlevløberne					23:16	22:18	22:14		3	22:36,0	04:48,1

9	Thomas E Andersen	Herlevløberne	24:01	22:56	22:48	22:59	22:12		21:05		6	22:40,2	04:49,0
10	Mikael Pedersen	Rødovre AC						22:51			1	22:51,0	04:51,3
11	Dennis Madsen	Rødovre AC								22:56	1	22:56,0	04:52,4
12	Truels Schmidt	Herlevløberne				23:19					1	23:19,0	04:57,3
13	Allan Møller Amundsen	Herlevløberne	24:04	23:29		23:17	24:02	24:11	25:20		6	24:03,8	05:06,8
14	Boris Madsen	Islev TRI					24:37				1	24:37,0	05:13,9
15	Dennis Pedersen	Herlevløberne			24:05		25:11				2	24:38,0	05:14,1
16	Jesper Madsen	Herlevløberne				27:25	26:37				2	27:01,0	05:44,5
17	Allan Pedersen	Herlevløberne		30:24	25:30						2	27:57,0	05:56,4
18	Jonas Johansson	Degnemoseløberen								35:16	1	35:16,0	07:29,6

	Mænd 50-59 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Bent Bindner	Rødovre AC	18:20	18:20	18:36	18:25	18:45				5	18:29,2	03:55,7
2	Frank Immersen								18:58		1	18:58,0	04:01,8
3	Jan Wischmann	Herlevløberne	19:21		19:08	19:19					3	19:16,0	04:05,6
4	Gert Helmersen	Rødovre AC						19:52	19:25		2	19:38,5	04:10,4
5	Søren Erik Larsen	Herlevløberne		20:03							1	20:03,0	04:15,6
6	Michael Ansbak	Rødovre AC								20:12	1	20:12,0	04:17,5
7	Henrik Kousholt	Herlevløberne				20:31					1	20:31,0	04:21,6
8	Claus Christensson	Herlevløberne		21:01	21:00		21:37				3	21:12,7	04:30,4
9	Ole Kristoffersen	Rødovre AC							21:39		1	21:39,0	04:36,0
10	René Brohammer	Herlevløberne	22:18	22:19	22:00	21:49	21:18				5	21:56,8	04:39,8
11	René Rosfeldt	Rødovre AC			23:01		21:31		21:25		3	21:59,0	04:40,3
12	Henning Ring	Amager AC							22:03		1	22:03,0	04:41,1
13	Axel Lauridsen	Herlevløberne							22:10		1	22:10,0	04:42,6
14	Troels Koch					22:29					1	22:29,0	04:46,7
15	Jan Vinther	Herlevløberne							22:56		1	22:56,0	04:52,4
16	Carsten Nørremark Larsen	Valbyløberne			23:13	22:41					2	22:57,0	04:52,6
17	Francis Gonzales	Herlevløberne		20:31	19:53	19:50	32:15				4	23:07,3	04:54,8
18	Hans Lehmann	Rødovre AC	23:23				23:23		23:09		3	23:18,3	04:57,1
19	Lars Traberg	Furesø Løbeklub				23:48					1	23:48,0	05:03,4
20	Stig Kongsborg	Rødovre AC		24:24		24:01				23:41	3	24:02,0	05:06,4
21	Henrik Egede Hansen	Herlevløberne	24:20		24:01	22:59	23:26			28:18	5	24:36,8	05:13,8
22	Johnny Hundt	Rødovre AC/ Natteravnene Rødovre			22:43	28:31					2	25:37,0	05:26,6
23	Erik Paludan Nielsen	Rødovre AC			26:16	25:57		25:11			3	25:48,0	05:28,9
24	Per B Nielsen	Herlevløberne	25:49	28:25	31:35	26:19	25:18	26:42	25:10		7	27:02,6	05:44,8
25	Arnt Winge	Herlevløberne			27:11	27:26					2	27:18,5	05:48,2
26	Henrik Lüthcke	Herlevløberne	27:36								1	27:36,0	05:51,9
27	Troels Dybro	Herlevløberne					27:47				1	27:47,0	05:54,2
28	Per Seestedt						30:10				1	30:10,0	06:24,6
29	Jan M Andersen	Herlevløberne	32:04		29:45	29:08	30:12				4	30:17,2	06:26,2
30	Benny Kanstrup Nielsen	Herlevløberne			31:40						1	31:40,0	06:43,7

31	Per G Lauritsen	Herlevløberne				33:55						1	33:55,0	07:12,4
----	-----------------	---------------	--	--	--	-------	--	--	--	--	--	---	---------	---------

	Mænd 60-69 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Per Falkenberg	Herlevløberne		21:05	20:55	21:44	20:53	21:40			5	21:15,4	04:31,0
2	Erik Christensen	Rødovre AC	21:47		23:22						2	22:34,5	04:47,8
3	Mogens Bertram-Nielsen	Herlevløberne	22:35		25:09	23:16	23:08	23:55			5	23:36,6	05:01,0
4	Bent Andreasen	Rødovre AC			23:57						1	23:57,0	05:05,4
5	Jørgen Grann	IK Olympia Maribo	25:40								1	25:40,0	05:27,2
6	John M Nielsen	Rødovre AC	28:13	27:43	27:00	27:24	27:21	26:27			6	27:21,3	05:48,8
7	Jan Glifberg	Rødovre AC			28:37						1	28:37,0	06:04,9
8	Søren Danielsen	Sparta					29:12				1	29:12,0	06:12,3
9	Jens Rasmussen	Rødovre AC	36:15	36:48	34:26	34:29	34:39	33:59	37:05	38:24	8	35:45,6	07:35,9

	Mænd 70-79 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Mogens M Jensen	Rødovre AC	23:07	23:00	22:55		22:50	22:40		23:47	6	23:03,2	04:53,9
2	Haig Yerzingatzian	Rødovre AC		25:30	25:59	25:11	25:03	24:39			5	25:16,4	05:22,2
3	Jens Hansen			25:32							1	25:32,0	05:25,5
4	Allan Hansen	Herlevløberne			25:23		26:43				2	26:03,0	05:32,1
5	John Christoffersen		31:45	32:42	32:26	31:54	33:10	32:19	32:01	34:08	8	32:33,1	06:55,0
6	Helge Tolmark	BSF	34:44		33:54	34:07	34:07		33:25		5	34:03,4	07:14,2

	Mænd 80-89 år	4,706 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Alex Beck	KS								36:50	1	36:50,0	07:49,6

	Kvinder 20-29 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Vivi Kofod Funch		36:00								1	36:00,0	04:46,8
2	Kirsten Maracussen		37:33								1	37:33,0	04:59,1
3	Amanda Jacobsen			44:44	44:09						2	44:26,5	05:54,0
4	Kimie Stelzner	Herlevløberne	47:08	48:05		46:24	48:31				4	47:32,0	06:18,7
5	Christine Légaré Holm	Team Holm							49:09		1	49:09,0	06:31,5

	Kvinder 30-39 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Sarah Erbs Ledet	Degnemoseløberen		29:27	29:43	29:54		29:15	28:52		5	29:26,2	03:54,5
2	Julia Kjær Hansen		32:32	32:28		31:53			32:08		4	32:15,3	04:16,9
3	Sandra Konggaard	Herlevløberne		34:02							1	34:02,0	04:31,1
4	Nathalie Charnalia				38:22						1	38:22,0	05:05,6
5	Signe Andersen				38:58						1	38:58,0	05:10,4
6	Heidi Filtenborg		39:38	40:46							2	40:12,0	05:20,2
7	Merete Marslev Jensen		41:40		41:04	40:57	39:12				4	40:43,3	05:24,4
8	Gitte S Sørensen			44:47							1	44:47,0	05:56,7
8	Maria Carron						48:39				1	48:39,0	06:27,5
9	Katja Termote	Islev TRI	48:50	48:22	55:20	50:35	46:15	43:48			6	48:51,7	06:29,2
10	Camilla Kyndesen					52:08					1	52:08,0	06:55,3

11	Signe Erne					52:08					1	52:08,0	06:55,3
----	------------	--	--	--	--	-------	--	--	--	--	---	---------	---------

	Kvinder 40-49 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Susanne Vorup	Herlevløberne	33:48	33:06	33:12	34:27		35:26			5	33:59,8	04:30,8
2	Sandra Miran	Herlevløberne		34:58	35:42		36:41	36:01			4	35:50,5	04:45,5
3	Gitte Bjørlig	Islev TRI	37:16		36:24					36:13	3	36:37,7	04:51,8
4	Nina Tingman	Novogruppens Løbeklub		38:00	36:52	37:48					3	37:33,3	04:59,2
5	Mette Høgh Sørensen	Islev TRI	38:08	37:59	37:47		37:53	36:47			5	37:42,8	05:00,4
6	Kirsten Gerholt	Herlevløberne				38:04					1	38:04,0	05:03,2
7	Helena Larsen	Rødovre AC	40:02	38:56	38:30	41:09	38:35			38:39	6	39:18,5	05:13,1
8	Lotta Schmidt					39:51					1	39:51,0	05:17,4
9	Bente Faber								41:23		1	41:23,0	05:29,7
10	Majbritt Framke	Rødovre AC	42:32		41:27	41:09	42:09		40:31	41:56	6	41:37,3	05:31,6
11	Karen Bøtkjær				43:01	43:40					2	43:20,5	05:45,3
12	Anna Fenger-Grøn				43:03	43:39					2	43:21,0	05:45,3
13	Lotte Holmen	Herlevløberne		43:58	43:22	43:49					3	43:43,0	05:48,2
14	Ann Mølskov Pagh	Herlevløberne				43:51					1	43:51,0	05:49,3
15	Gitte Drøger	Islev TRI	44:28	44:48	44:45	44:39	46:06				5	44:57,2	05:58,1
16	Ann Ottesen			48:22	44:10						2	46:16,0	06:08,6
17	Katarina Johannessen		46:25								1	46:25,0	06:09,8
18	Charlotte Frederichsen	Islev TRI	47:44	47:17	47:35						3	47:32,0	06:18,7
19	Martina M Holst	Herlevløberne	47:37	47:54			48:12				3	47:54,3	06:21,6
20	Susanne Reimann	Herlevløberne				48:29					1	48:29,0	06:26,2
21	Dorte Borggreen	Herlevløberne				48:31					1	48:31,0	06:26,5
22	Dorthe Christensen		50:22								1	50:22,0	06:41,2
23	Jeanne Dam-Nielsen								56:48		1	56:48,0	07:32,5
24	Lotte Holm	Team Holm							56:48		1	56:48,0	07:32,5

	Kvinder 50-59 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Lene Ude Jørgensen	Herlevløberne			33:39	34:20					2	33:59,5	04:30,8
2	Helene Voss	Islev TRI			34:54						1	34:54,0	04:38,0
3	Dorte Skovby	Rødovre AC			34:38	34:57	35:54		35:28		4	35:14,2	04:40,7
4	Helle Nygaard	Herlevløberne	35:21	36:10	35:45	36:09					4	35:51,3	04:45,6
5	Helene Kemp	Rødovre AC	38:44	38:04		36:53					3	37:53,7	05:01,9
6	Liese Eick	Rødovre AC		39:26	38:16	37:49		36:55			4	38:06,5	05:03,6
7	Lene Geisler		41:06								1	41:06,0	05:27,4
8	Helle Dams Nielsen	Herlevløberne				42:02					1	42:02,0	05:34,8
9	Signe Kristensen	Herlevløberne				42:51					1	42:51,0	05:41,3
10	Lillian Guldmann		43:05								1	43:05,0	05:43,2
11	Brigitte Bøtker	Herlevløberne	41:59	43:55	43:13	43:47					4	43:13,5	05:44,3
12	Henriette Christensen		47:55								1	47:55,0	06:21,7
13	Dorrit Lieberkind	Facebook løbeklub	48:37								1	48:37,0	06:27,3

	Kvinder 60-69 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Hanne Jensen	Herlevløberne		37:16			37:07	36:18			3	36:53,7	04:53,9
2	Birgit Rødgaard-Jessen Lund	Herlevløberne	36:56	36:47			39:54				3	37:52,3	05:01,7
4	Randi Nielsen	Herlevløberne	48:01	42:49			42:20	41:27	43:08		5	43:33,0	05:46,9

	Drenge -14 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Oscar Riis	BAK	29:44	29:50	29:09	29:29		29:35		29:30	6	29:32,8	03:55,4
2	David Lauridsen	Herlevløberne	35:11	35:58	35:37	36:01		35:26	36:24		6	35:46,2	04:44,9
3	Jonathan Johannessen		36:13								1	36:13,0	04:48,5
4	Mikkel Faber								39:32		1	39:32,0	05:14,9

	Drenge 15-19 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Frederik Walther					38:25					1	38:25,0	05:06,0

	Mænd 20-29 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Thomas Lorentzen						25:06				1	25:06,0	03:19,9
2	Emil Kristensen	NBRO						28:18			1	28:18,0	03:45,4
3	Søren Hermansen			29:16							1	29:16,0	03:53,1
4	Martin Olsson	Ernst & Young	32:09								1	32:09,0	04:16,1
5	Troels Christensen	Rødovre AC		37:01	36:32		37:28		36:20	36:05	5	36:41,2	04:52,2
6	Michael Pagh	Herlevløberne				43:46					1	43:46,0	05:48,6

	Mænd 30-39 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Niels Ibsen	Sparta							24:52		1	24:52,0	03:18,1
2	Jesper Noer	Tejn IF					25:29				1	25:29,0	03:23,0
3	Jakob Hansen								26:14		1	26:14,0	03:29,0
4	Glenn Engelbrechtsen	Degnemoseløberne		25:42	25:55	26:12		26:24	28:59		5	26:38,4	03:32,2
5	Jens Broberg					28:02					1	28:02,0	03:43,3
6	Lars Madsen (OFS)	OFS		29:05		27:46					2	28:25,5	03:46,4
7	Danilo Óscar Fernandes								29:45		1	29:45,0	03:57,0
8	Christian Rosenberg	OFS		30:30							1	30:30,0	04:03,0
9	Kim Nikolajsen	Rødovre AC	29:46	30:05	31:08		32:28		32:12		5	31:07,8	04:08,0
10	Jonas Bach	Islev TRI					33:38				1	33:38,0	04:27,9
11	Jesper Robin Vendelby	SNIK		39:23			35:00				2	37:11,5	04:56,3
12	Thomas Christensen					38:02			37:06		2	37:34,0	04:59,3
13	Martin Tullin								39:09		1	39:09,0	05:11,9
14	Søren Christensen	Kondi Klubben				41:38	42:09				2	41:53,5	05:33,7

	Mænd 40-49 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Rolf Traberg	Herlevløberne	27:15		26:52						2	27:03,5	03:35,5
2	Tonny Hansen						27:54	26:19			2	27:06,5	03:35,9
3	Leon Skriver Hansen	Tejn IF			27:04			27:42	26:50		3	27:12,0	03:36,7
4	Jesper Halvorsen	Tejn IF						27:23			1	27:23,0	03:38,1

5	Ulrik Kristiansen	Rødovre AC		28:40		27:48	27:27	26:25	26:39	27:27	6	27:24,3	03:38,3
6	Allan Kofoed	Herlevløberne	27:35								1	27:35,0	03:39,7
7	Shane C Kenny	Degnemoseløberen		28:01		28:12					2	28:06,5	03:43,9
8	Jan G Rasmussen	BAK Support								28:18	1	28:18,0	03:45,4
9	Jakob Bjerregaard	Herlevløberne		28:30	28:15	28:16	28:29				4	28:22,5	03:46,0
10	Klaus Dahl Jensen	Degnemoseløberne		28:45	28:24	28:51		28:27	28:36		5	28:36,6	03:47,9
11	Morten Birk Olsen	Degnemoseløberen				28:49					1	28:49,0	03:49,6
12	Kim Lilhammer	Herlevløberne	28:44		28:28	29:03	29:02	29:07	28:46		6	28:51,7	03:49,9
13	Jakob Frederiksen	Degnemoseløberen		29:22	29:09						2	29:15,5	03:53,1
14	André Jensen		29:21								1	29:21,0	03:53,8
15	Dennis Madsen	Rødovre AC	29:57	29:33	29:06	29:21	28:53				5	29:22,0	03:53,9
16	Jan Winther Nielsen	Herlevløberne	29:04	29:38	29:46			30:05	29:05	28:57	6	29:25,8	03:54,4
17	Lars Kroman	Rødovre AC		29:07	28:46	31:52	30:09	28:26			5	29:40,0	03:56,3
18	Torben Riis	BAK	30:48	29:53	29:16	29:32		29:12		29:31	6	29:42,0	03:56,6
19	Jacob Løbner	Nørrebro						30:02			1	30:02,0	03:59,2
20	Kim Malmqvist	Herlevløberne	31:31		29:51	29:42	29:05				4	30:02,2	03:59,3
21	Kenneth Larsen	Herlevløberne	30:49	30:16							2	30:32,5	04:03,3
22	Mark Fordsmann	Herlevløberne					31:40				1	31:40,0	04:12,3
23	Jens Gelbek	Islev TRI			31:48	31:39	31:34				3	31:40,3	04:12,3
24	Jonas Johansson	Degnemoseløberen			31:55						1	31:55,0	04:14,2
25	Jesper Larsen	Herlevløberne			32:24	32:38	32:09	32:25			4	32:24,0	04:18,1
26	Klaus Wøldille	Herlevløberne	32:48								1	32:48,0	04:21,3
27	Morten Bugge	Rødovre AC		32:58	34:15	32:39					3	33:17,3	04:25,2
28	Andreas Aune Hildrum	Islev TRI		34:19	33:03	32:52					3	33:24,7	04:26,2
29	Kenneth Nielsen	Islev Tri	32:49	33:06			34:21				3	33:25,3	04:26,2
30	Tom Rask Gerholt	Herlevløberne		32:50	32:21	33:00	32:28	32:40	37:19		6	33:26,3	04:26,4
31	Kåre Kemp			33:55			33:17				2	33:36,0	04:27,7
32	Kim Gundersen	I-TRI					33:50				1	33:50,0	04:29,5
33	Kim Hansen	Islev TRI	35:06	33:59	32:48						3	33:57,7	04:30,5
34	Jørgen V Jørgensen	Islev TRI		34:34	33:58	33:39		35:35			4	34:26,5	04:34,4
35	Allan Pedersen	Herlevløberne				33:55	35:19				2	34:37,0	04:35,8
36	Henrik Svensson	Rødovre AC						34:46			1	34:46,0	04:37,0
37	Henning Brendstrup	Herlevløberne	35:08								1	35:08,0	04:39,9
38	Niels Carlsen	FIF					35:20				1	35:20,0	04:41,5
39	Tonny Hartvig	Rødovre AC	36:21				34:25				2	35:23,0	04:41,9
40	Jørgen Jørgensen	Islev TRI	35:24								1	35:24,0	04:42,0
41	Christian Larsson	Herlevløberne		37:56	32:59	33:55	36:52				4	35:25,5	04:42,2
42	Søren Madsen	Islev TRI	36:22	35:18	36:19	36:20	35:42	34:02	35:28		7	35:38,7	04:44,0
43	Carsten Nielsen	Rødovre AC					35:46				1	35:46,0	04:44,9
44	Carsten Wagner	Herlevløberne	35:59								1	35:59,0	04:46,6
45	Frank Laustsen	Islev TRI			36:12						1	36:12,0	04:48,4
46	Rune Ledet								36:29		1	36:29,0	04:50,6
47	Kent Procter	Islev TRI	36:43								1	36:43,0	04:52,5

48	Benny Jensen	Herlevløberne			36:15	37:41	36:39	36:20			4	36:43,7	04:52,6
49	Jesper Ullits		38:33								1	38:33,0	05:07,1
50	Mikael Pedersen	Rødovre AC					38:36				1	38:36,0	05:07,5
51	Kristian Sørensen	Islev TRI		39:19							1	39:19,0	05:13,2
52	Henrik Thyesen		39:41								1	39:41,0	05:16,1
53	Boris Madsen	Islev TRI	41:04	40:53	38:01	39:05		40:18			5	39:52,2	05:17,6
54	Claus Christensen (Sparta)	Sparta	40:00								1	40:00,0	05:18,6
55	Per Mousing	Herlevløberne	47:45								1	47:45,0	06:20,4

	Mænd 50-59 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Bo Antvorskov	Amager AC		27:36	27:22		28:57	28:22	28:09		5	28:05,2	03:43,7
2	Henrik Larsen	Islev TRI	30:04	29:49	29:36	29:33	29:13		29:19	29:51	7	29:37,9	03:56,0
3	Henrik Jacobsen	Rødovre AC	29:36	32:13	30:48	30:13	30:29	29:50		29:24	7	30:21,9	04:01,9
4	Claus Steen	Rødovre AC			30:50						1	30:50,0	04:05,6
5	Tommy Geisler		31:00								1	31:00,0	04:06,9
6	Bent Bindner	Rødovre AC							31:14	30:49	2	31:01,5	04:07,1
7	Bo Lindgren							31:06			1	31:06,0	04:07,7
8	Frank Immersen					30:55	31:20				2	31:07,5	04:07,9
9	René E Hansen	Rødovre AC	32:25	31:02	31:17	31:25					4	31:32,3	04:11,2
10	Jan Wischmann	Herlevløberne					31:46				1	31:46,0	04:13,1
11	Michael Ansbak	Rødovre AC			32:43						1	32:43,0	04:20,6
12	Bjarne Edske	Herlevløberne								32:45	1	32:45,0	04:20,9
13	Erik Haahr	Rødovre AC		33:02	32:48						2	32:55,0	04:22,2
14	Jørgen Nielsen	FIF	32:57	32:44	32:16	34:33	32:47	33:50	32:41	33:14	8	33:07,8	04:23,9
15	Carsten Renneberg	Degnemoseløberen		32:51	32:48	34:23			32:45		4	33:11,7	04:24,4
16	Claus Vorup	Herlevløberne		30:47	33:12			35:40			3	33:13,0	04:24,6
17	Mike Kandi	Herlevløberne	33:34	33:17	32:29			32:58	34:26		5	33:20,8	04:25,6
18	Carsten Lauridsen	Herlevløberne			33:32	33:25	33:37				3	33:31,3	04:27,0
19	Jens Skou	Rødovre AC		33:12	34:19		33:41	32:46	33:45		5	33:32,6	04:27,2
20	Dan Havmand	Herlevløberne		34:19	32:51						2	33:35,0	04:27,5
21	René Petersen	Rødovre AC							34:04		1	34:04,0	04:31,4
22	Henrik Parbst			33:49	33:08	33:54		36:18			4	34:17,2	04:33,1
23	Henrik Hobel	Herlevløberne	33:34		33:19		36:01				3	34:18,0	04:33,2
24	Steen Bondum	Rødovre AC	33:44							34:52	2	34:18,0	04:33,2
25	Gert Helmersen	Rødovre AC					34:25				1	34:25,0	04:34,2
26	Marius M Madsen	Rødovre AC		34:41							1	34:41,0	04:36,3
27	Ole Kristoffersen	Rødovre AC			34:49		35:16	34:43			3	34:56,0	04:38,3
28	Eli Henriksen	Herlevløberne	33:17	36:10	32:29	38:05					4	35:00,3	04:38,8
29	Lars Bertholdt	Herlevløberne	34:22	34:27		36:55	35:28	35:43			5	35:23,0	04:41,9
30	Zouhaur Krifa						35:30				1	35:30,0	04:42,8
31	Henrik Kousholt	Herlevløberne		34:58	35:48		36:40	36:00	37:25		5	36:10,2	04:48,1
32	Steen Mogensen	Rødovre AC	35:41	39:46	35:14	34:36	35:45	35:12	36:15	37:11	8	36:12,5	04:48,4
33	Axel Lauridsen	Herlevløberne						36:17			1	36:17,0	04:49,0

34	Karsten Jensen	Herlevløberne	36:18									1	36:18,0	04:49,2
35	Johnny Hundt	Rødovre AC					36:44	35:59				2	36:21,5	04:49,6
36	Michael Jaqué	Herlevløberne							37:25	36:02		2	36:43,5	04:52,6
37	Kim Garsdal Nielsen		36:48									1	36:48,0	04:53,1
38	Jack Cowland	Herlevløberne		37:55		37:01						2	37:28,0	04:58,5
39	Carsten Nørreremark Larsen	Valbyløberne	38:03				37:10					2	37:36,5	04:59,6
40	Per Lyngbak Nielsen	Herlevløberne		37:50	39:56		38:28	37:28	37:26			5	38:13,6	05:04,5
41	Lars Traberg	Furesø Løbeklub					39:00					1	39:00,0	05:10,7
42	Henrik Olsson	Axa Power	40:05									1	40:05,0	05:19,3
43	Lars Hansen (I-Tri)	Islev TRI	40:48									1	40:48,0	05:25,0
44	Carsten Jacobsen								41:24			1	41:24,0	05:29,8
45	Ulf Kelund	Herlevløberne	40:36		41:27	41:59			42:53	42:17		5	41:50,4	05:33,3
46	Ole Andersen	Herlevløberne	41:42	47:56	43:04	42:49	45:03	40:45	42:55	42:13		8	43:18,4	05:45,0
47	Per Guldmann		46:42									1	46:42,0	06:12,0

	Mænd 60-69 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Lars Juel Jensen	Ben Hur	29:25								1	29:25,0	03:54,3
2	Gert Kærln	Herlevløberne			32:51	33:40	34:27		33:26		4	33:36,0	04:27,7
3	Erik Christensen	Rødovre AC				34:48	33:53	33:19	33:35	34:25	5	34:00,0	04:30,8
4	Per Glassau	Vejle IF					34:09				1	34:09,0	04:32,0
5	Klaus Iversen	Degnemoseløberne			36:27						1	36:27,0	04:50,4
6	Sven Åge Jørgensen	Herlevløberne	36:04		35:42	36:28			40:29	38:17	5	37:24,0	04:57,9
7	Bent Andreasen	Rødovre AC				39:55	38:38				2	39:16,5	05:12,9
8	Niels Munk	Rødovre AC			41:14	39:34		40:57			3	40:35,0	05:23,3
9	Niels Jespersen				42:06	41:01		39:15			3	40:47,3	05:24,9
10	Jørgen Grann	IK Olympia Maribo		41:38	40:58	41:23	41:55		40:54		5	41:21,6	05:29,5
11	Glyn S Hansen						42:51	41:40			2	42:15,5	05:36,6

	Mænd 70-79 år	7,532 km	7. marts	8. april	6. maj	10. juni	12. aug.	9. sept.	10. okt.	14. nov.	Løb	Gnm.snit	Hast.
1	Søren Traberg	Herlevløberne	33:56	34:02	33:52	34:01	33:58	33:03	34:02	35:23	8	34:02,1	04:31,1
2	Jens Hansen		40:10		42:13						2	41:11,5	05:28,1