



## RAC Milen 2016 *serieløbet efter 8 løb*

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	Kvinder 30-39 år	4,706 km	marts	april	maj	juni	aug.	sept.	okt.	nov.	Løb	Gnm.snit	tider	Hast.
1	Mette Bendix Müller	Herlevløberne		19.27	19.02	18.33	18.19	18.34	19.25	19.22	7	18.57,4	1.33.50	04.01,7

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	Kvinder 40-49 år	4,706 km	marts	april	maj	juni	aug.	sept.	okt.	nov.	Løb	Gnm.snit	tider	Hast.
1	Charlotte Dohn	Herlevløberne	21.31	21.44	21.16	20.41	21.21			22.36	6	21.31,5	1.46.33	04.34,4
2	Pernille Hauxner	Herlevløberne				27.48	25.56	25.32	29.09	28.54	5	27.27,8	2.17.19	05.50,1

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	Kvinder 50-59 år	4,706 km	marts	april	maj	juni	aug.	sept.	okt.	nov.	Løb	Gnm.snit	tider	Hast.
1	Tina Gudmark	Rødovre AC	22.34		21.19	21.05	21.11	21.36			5	21.33,0	1.47.45	04.34,8
2	Ingelise Dam	Herlevløberne	26.44		28.40	27.22	27.47	28.08		28.58	6	27.56,5	2.18.41	05.56,2

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	Kvinder 60-69 år	4,706 km	marts	april	maj	juni	aug.	sept.	okt.	nov.	Løb	Gnm.snit	tider	Hast.
1	Karen-Lis Rygaard	Herlevløberne			30.08	23.22	22.25	22.32		23.03	5	24.18,0	2.01.30	05.09,8
2	Karin Pagaard	Rødovre AC		32.36	31.44	30.31	39.11	35.09	34.29		6	33.56,7	2.44.29	07.12,8

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	Kvinder 70-79 år	4,706 km	marts	april	maj	juni	aug.	sept.	okt.	nov.	Løb	Gnm.snit	tider	Hast.
1	Inge Stampe	BAC Got	34.20	34.36	34.26	32.08	31.58	32.51		32.26	7	33.15,0	2.43.43	07.03,9

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	Drenge -14 år	4,706 km	marts	april	maj	juni	aug.	sept.	okt.	nov.	Løb	Gnm.snit	tider	Hast.
1	Ludvig Jæger Glifberg	Rødovre AC	24.54	27.19	24.54	23.07				25.56	5	25.14,0	2.06.10	05.21,7

	<b>Mænd 20-29 år</b>	<b>4,706 km</b>	<b>12. marts</b>	<b>6. april</b>	<b>11. maj</b>	<b>8. juni</b>	<b>10. aug.</b>	<b>7. sept.</b>	<b>15. okt.</b>	<b>5. nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>5 hurtigste tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Martin Häggqvist	Herlevløberne	26.38	20.47	21.40	20.58		22.04	21.52		6	22.19,8	1.47.21	04.44,7

	<b>Mænd 30-39 år</b>	<b>4,706 km</b>	<b>12. marts</b>	<b>6. april</b>	<b>11. maj</b>	<b>8. juni</b>	<b>10. aug.</b>	<b>7. sept.</b>	<b>15. okt.</b>	<b>5. nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>5 hurtigste tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Rasmus Bøje	Herlevløberne		18.50	18.30	18.23	17.51	18.09	19.12		6	18.29,2	1.31.43	03.55,7

	<b>Mænd 40-49 år</b>	<b>4,706 km</b>	<b>12. marts</b>	<b>6. april</b>	<b>11. maj</b>	<b>8. juni</b>	<b>10. aug.</b>	<b>7. sept.</b>	<b>15. okt.</b>	<b>5. nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>5 hurtigste tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Thomas E Andersen	Herlevløberne			21.29	20.07	20.27	20.26	20.33	21.24	6	20.44,3	1.42.57	04.24,4

	<b>Mænd 50-59 år</b>	<b>4,706 km</b>	<b>12. marts</b>	<b>6. april</b>	<b>11. maj</b>	<b>8. juni</b>	<b>10. aug.</b>	<b>7. sept.</b>	<b>15. okt.</b>	<b>5. nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>5 hurtigste tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Roberto Schmidt	Herlevløberne	19.19	19.05	18.45	18.26			19.18	19.23	6	19.02,7	1.34.53	04.02,8
2	René Rosfeldt	Rødovre AC	26.46		22.40		24.09		27.28	22.23	5	24.41,2	2.03.26	05.14,7
3	Birger Häggqvist	Herlevløberne	26.39	27.46	26.16			28.02	26.31		5	27.02,8	2.15.14	05.44,8

	<b>Mænd 60-69 år</b>	<b>4,706 km</b>	<b>12. marts</b>	<b>6. april</b>	<b>11. maj</b>	<b>8. juni</b>	<b>10. aug.</b>	<b>7. sept.</b>	<b>15. okt.</b>	<b>5. nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>5 hurtigste tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Francis Gonzales	Herlevløberne			19.52	19.28		19.38	19.41	20.00	5	19.43,8	1.38.39	04.11,6
2	Per Falkenberg	Herlevløberne	21.22		21.23	21.53	21.02	21.03			5	21.20,6	1.46.43	04.32,1
3	René Brohammer	Herlevløberne	22.31	21.05	22.04	21.10		22.22			5	21.50,4	1.49.12	04.38,5
4	Jan Glifberg	Rødovre AC			25.01	20.51	20.15		21.12	25.23	5	22.32,4	1.52.42	04.47,4
5	Per B Nielsen	Herlevløberne		27.05	26.30	30.39	25.34	27.01			5	27.21,8	2.16.49	05.48,9
6	John M Nielsen	Rødovre AC		28.00		28.48		27.39	28.56	29.15	5	28.31,6	2.22.38	06.03,7
7	Jens Rasmussen	Rødovre AC	35.07	36.42	37.12	38.03	36.09	36.18	34.50	36.27	8	36.21,0	2.58.51	07.43,5

	<b>Mænd 70-79 år</b>	<b>4,706 km</b>	<b>12. marts</b>	<b>6. april</b>	<b>11. maj</b>	<b>8. juni</b>	<b>10. aug.</b>	<b>7. sept.</b>	<b>15. okt.</b>	<b>5. nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>5 hurtigste tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Mogens M Jensen	Rødovre AC				25.18	24.17	23.50	24.14	24.03	5	24.20,4	2.01.42	05.10,3
2	John Christoffersen		32.13	32.38	32.39	32.18	32.47	32.11	32.55	33.05	8	32.35,7	2.41.59	06.55,6
3	Helge Tolmark	BSF	33.08	34.04	33.41	32.41	35.25	35.08	33.46	33.44	8	33.57,1	2.47.00	07.12,9

	<b>Piger 15-19 år</b>	<b>7,532 km</b>	<b>12. marts</b>	<b>6. april</b>	<b>11. maj</b>	<b>8. juni</b>	<b>10. aug.</b>	<b>7. sept.</b>	<b>15. okt.</b>	<b>5. nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>5 hurtigste tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Marianne M Madsen	Herlevløberne			33.58	32.07	31.06	30.25	32.10		5	31.57,2	2.39.46	04.14,5

	<b>Kvinder 40-49 år</b>	<b>7,532 km</b>	<b>12. marts</b>	<b>6. april</b>	<b>11. maj</b>	<b>8. juni</b>	<b>10. aug.</b>	<b>7. sept.</b>	<b>15. okt.</b>	<b>5. nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>5 hurtigste tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Helena Larsen	Rødovre AC			41.18	41.23	39.24	39.11		40.21	5	40.19,4	3.21.37	05.21,2
2	Heidi Parsberg Wagner	Herlevløberne		45.35	47.58	51.14	46.13		48.12	47.46	6	47.49,7	3.55.44	06.21,0

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	<b>Kvinder 50-59 år</b>	<b>7,532 km</b>	<b>marts</b>	<b>april</b>	<b>maj</b>	<b>juni</b>	<b>aug.</b>	<b>sept.</b>	<b>okt.</b>	<b>nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Lone Rasmussen	Herlevløberne		45.44	47.59	51.13	46.13		48.11	47.46	6	47.51,0	3.55.53	06.21,2

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	<b>Kvinder 60-69 år</b>	<b>7,532 km</b>	<b>marts</b>	<b>april</b>	<b>maj</b>	<b>juni</b>	<b>aug.</b>	<b>sept.</b>	<b>okt.</b>	<b>nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Hanne Jensen	Herlevløberne	37.11		38.49	38.01	37.37	37.13			5	37.46,2	3.08.51	05.00,9
2	Birgitte Pedersen	Rødovre AC	44.55		45.37		43.06	46.44	45.04		5	45.05,2	3.45.26	05.59,2

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	<b>Drenge 15-19 år</b>	<b>7,532 km</b>	<b>marts</b>	<b>april</b>	<b>maj</b>	<b>juni</b>	<b>aug.</b>	<b>sept.</b>	<b>okt.</b>	<b>nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>tider</b>	<b>Hast.</b>
1	David Lauridsen	Herlevløberne			37.38		36.53	33.13	31.59	47.46	5	37.29,8	3.07.29	04.58,7

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	<b>Mænd 20-29 år</b>	<b>7,532 km</b>	<b>marts</b>	<b>april</b>	<b>maj</b>	<b>juni</b>	<b>aug.</b>	<b>sept.</b>	<b>okt.</b>	<b>nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Troels Christensen	Rødovre AC		35.04	35.10		35.37	38.06	36.21		5	36.03,6	3.00.18	04.47,3

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	<b>Mænd 40-49 år</b>	<b>7,532 km</b>	<b>marts</b>	<b>april</b>	<b>maj</b>	<b>juni</b>	<b>aug.</b>	<b>sept.</b>	<b>okt.</b>	<b>nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Ulrik Kristiansen	Rødovre AC			27.59	27.28	27.10	27.32	28.12	27.58	6	27.43,2	2.18.07	03.40,8
2	Lars Kroman	Rødovre AC		29.20	30.24	30.42	31.33		31.49		5	30.45,6	2.33.48	04.05,0
3	Kåre Kemp			33.54	33.24	33.11	32.28	33.12		34.20	6	33.24,8	2.46.09	04.26,2
4	Henrik Svensson	Rødovre AC		35.35		34.08	39.22	34.53		34.36	5	35.42,8	2.58.34	04.44,5

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	<b>Mænd 50-59 år</b>	<b>7,532 km</b>	<b>marts</b>	<b>april</b>	<b>maj</b>	<b>juni</b>	<b>aug.</b>	<b>sept.</b>	<b>okt.</b>	<b>nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Kim Lilhammer	Herlevløberne	30.49			29.47	30.56	30.13	29.25	29.43	6	30.08,8	2.29.57	04.00,2
2	Henrik Larsen	Islev TRI	30.50	29.41		29.19	29.07			31.03	5	30.00,0	2.30.00	03.59,0
3	Mike Kandi	Herlevløberne	31.48	32.26	32.13	32.03	32.02	35.52	33.53	34.01	8	33.02,3	2.40.32	04.23,2
4	Jens Skou	Rødovre AC	34.11	35.25	33.07	33.05	33.52			35.42	6	34.13,7	2.49.40	04.32,7
5	Henrik Parbst			34.54	34.29	34.04	33.51	34.41			5	34.23,8	2.51.59	04.34,0
6	Jørgen Nielsen	FIF	36.35	34.49	34.10	34.26	36.17		38.21	37.06	7	35.57,7	2.56.17	04.46,5
7	René Petersen	Rødovre AC	35.07		35.34		36.44	35.19	34.59		5	35.32,6	2.57.43	04.43,1
8	Steen Mogensen	Rødovre AC	39.26	37.58	38.01	38.08		37.42	37.18	39.19	7	38.16,0	3.09.07	05.04,8
9	Carsten Grinvalds	Team Kleinhaus	38.04	38.59		38.39	38.29	39.09	40.08	37.29	7	38.42,4	3.11.40	05.08,3

			12.	6.	11.	8.	10.	7.	15.	5.			5 hurtigste	
	<b>Mænd 60-69 år</b>	<b>7,532 km</b>	<b>marts</b>	<b>april</b>	<b>maj</b>	<b>juni</b>	<b>aug.</b>	<b>sept.</b>	<b>okt.</b>	<b>nov.</b>	<b>Løb</b>	<b>Gnm.snit</b>	<b>tider</b>	<b>Hast.</b>
1	Erik Christensen	Rødovre AC	34.46	34.16	34.46	42.30	34.11	34.13			6	35.47,0	2.52.12	04.45,1
2	Niels Munk	Rødovre AC	41.56	42.13	42.10	40.49	40.26	42.03			6	41.36,2	3.27.24	05.31,4
3	Jørgen Grann	Maribo	44.38			41.13	41.21	42.18	42.25		5	42.23,0	3.31.55	05.37,6

