

RAC Milen 2010 *alle løbere og tider efter 8 løb*

	Piger 15-19 år	4,706 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Julia Nilsson	IK Pallas	18:05								1	18:05,0
2	Camilla Wischmann	Herlevløberne						26:38			1	26:38,0
3	Katrine Collin									27:22	1	27:22,0
4	Sofie Jaqué	Herlevløberne						27:49			1	27:49,0
5	Karoline Kildelund Hänsch						35:08	33:07			2	34:07,5
6	Kamilla Mist						35:08	33:08			2	34:08,0
7	Cecilie N Helmersen	Rødovre AC				39:15	39:57	32:19			3	37:10,3

	Kvinder 20-29 år	4,706 km										
1	Nina Wassmann	HVAM					19:33				1	19:33,0
2	Ann Lyngberg Mortensen				23:44	23:17	22:34				3	23:11,7
3	Louise Kildelund Hänsch					24:25	26:59				2	25:42,0
4	Janni Dam-Nielsen	Rødovre AC		25:58							1	25:58,0
5	Marianne Ravn	AAM					28:28	25:46		25:45	3	26:39,7
6	Ellen Engsted	Herlevløberne	27:47								1	27:47,0
7	Jannie Christensen	Herlevløberne		26:52	30:26	26:19					3	27:52,3
8	Nanna Borén	Herlevløberne						28:26			1	28:26,0
9	Jannie M. Petersen	Rødovre AC						29:12			1	29:12,0
10	Tammie Stabell	SAS Løbeklub					30:12				1	30:12,0
11	Tine Larsen	Rødovre AC				31:23					1	31:23,0
12	Maria Lund-Albresen	Rødovre AC				31:42					1	31:42,0

	Kvinder 30-39 år	4,706 km										
1	Tine Kragh Nielsen	Herlevløberne			20:01	19:35	18:58		18:44	18:49	5	19:13,4
2	Pernille Hansen			19:38							1	19:38,0
3	Rikke Mattsson			24:49	25:12						2	25:00,5
4	Anne Lau Bøg	Herlevløberne			25:15						1	25:15,0
5	Ellen Engsted	Herlevløberne				25:25					1	25:25,0
6	Jannie Dalgaard Jensen							25:41			1	25:41,0

7	Majbritt Framke	Rødovre AC				26:50				1	26:50,0
8	Tanja Gjerlufsen			27:21		26:52				2	27:06,5
9	Daniela Lewin-Skjønnemann	Herlevløberne		27:25						1	27:25,0
10	Lykke Zangenberg	Rødovre AC	29:02	28:19	28:04					3	28:28,3
11	Lene Iwersen					28:38				1	28:38,0
12	Anni Fruergaard Jacobsen	Herlevløberne		28:55						1	28:55,0
13	Frederikke Lüneborg-Nielsen	Rødovre AC				29:00				1	29:00,0
14	Lotte Forfs	Rødovre AC				30:17		29:00		2	29:38,5
15	Jeanette Sla	Rødovre AC		30:40						1	30:40,0
16	Stine Frørup Persson	Rødovre AC				32:31	29:13			2	30:52,0
17	Marie-Louise Møller				31:37					1	31:37,0
18	Susanne Skinnebale		35:16							1	35:16,0

	Kvinder 40-49 år	4,706 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Mette Riis	Rødovre AC	19:59								1	19:59,0
2	Tina Gudmark	Rødovre AC			21:42	21:37	21:32	21:28	22:03	21:47	6	21:41,5
3	Pernille Saabye	Herlevløberne		23:09	22:51	22:50		23:23			4	23:03,2
4	Christel Baastrup Andersen	Herlevløberne					23:38	23:30			2	23:34,0
5	Annette Snitkjær	Rødovre AC				23:49	24:04	23:55		24:07	4	23:58,7
6	Judith Stabell	SAS Løbeklub					24:02				1	24:02,0
7	Hanne Lyngbak Nielsen	Herlevløberne			24:07	23:51	24:31				3	24:09,7
8	Gitte Elkjær	Herlevløberne	23:38		24:22					26:12	3	24:44,0
9	Lisa Häggqvist	Herlevløberne	27:04	24:56							2	26:00,0
10	Melanie Mendt	Herlevløberne			26:47			26:11			2	26:29,0
11	Helle Dams Nielsen	Herlevløberne			27:03						1	27:03,0
12	Tina Mouritsen				27:14						1	27:14,0
13	Tina Wiese	Herlevløberne		27:22							1	27:22,0
14	Susanne Vodstrup	Herlevløberne	28:10	27:14				27:26			3	27:36,7
15	Birgitte Wegeberg	Herlevløberne				27:13		28:13			2	27:43,0
16	Helle Høvelskov									27:51	1	27:51,0
17	Pernille Lemvig	Herlevløberne			28:06						1	28:06,0
18	Berit Habel	Herlevløberne		28:22	27:59						2	28:10,5
19	Karin Jensen	Herlevløberne					28:24				1	28:24,0
20	Tina Bjørn Nielsen	Rødovre AC				28:24					1	28:24,0
21	Anne-Mette Østerholt	Herlevløberne		28:40	28:08						2	28:24,0
22	Anne Handberg	Rødovre AC				29:43	29:11		27:06		3	28:40,0
23	Mai-Britt Dupont Larsen	Herlevløberne		29:54	28:14						2	29:04,0
24	Lene Jespersgaard	Herlevløberne		29:13							1	29:13,0
25	Kirsten B. Venbjerg	Herlevløberne	30:59	29:42	28:10						3	29:37,0
26	Pia Nissum	Herlevløberne						29:47			1	29:47,0
27	Birgit Lindholm Petersen	Rødovre AC				30:15	30:07				2	30:11,0
28	Pia Nissum	Herlevløberne					30:33				1	30:33,0
29	Elisabeth Harrild	Herlevløberne		30:39							1	30:39,0
30	Charlotte T Frederichsen	Rødovre AC				32:32	30:36		30:17		3	31:08,3
31	Irene Tarp Jørgensen	Rødovre AC				32:00					1	32:00,0

32	Dorthe Larsen	Rødovre AC				32:13				1	32:13,0
33	Mette Tronøe	Rødovre AC				32:37	31:52			2	32:14,5
34	Lene Blicher Pedersen	Rødovre AC				32:31				1	32:31,0
35	Susanne Hansen	Rødovre AC				33:27				1	33:27,0
36	Hanne Thorup	Rødovre AC				34:23	34:08			2	34:15,5
37	Mette Maschmann	Herlevløberne				34:32				1	34:32,0
38	Anne Høy	Rødovre AC				33:02	36:46			2	34:54,0
39	Tina Halberg	Rødovre AC				33:44	36:46			2	35:15,0
40	Karin Andersen					36:12				1	36:12,0
41	Charlotte E Sørensen	Rødovre AC				37:04		36:42		2	36:53,0
42	Eva Maria Németh	Rødovre AC				39:15	40:42	36:32	36:14	4	38:10,7

	Kvinder 50-59 år	4,706 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Marianne Flindt	Herlevløberne	22:56	22:14	21:44		21:41	21:32		22:05	6	22:02,0
2	Mette Buch	Hjertefor/Dyrehaven						22:16			1	22:16,0
3	Lotte Mejer Jensen	Herlevløberne		23:19			24:20	23:27		22:45	4	23:27,8
4	Joan M. Petersen	Rødovre AC			24:50	24:13	24:23	24:25	24:25	24:46	6	24:30,3
5	Pia Kousholt	Herlevløberne		24:39			24:34				2	24:36,5
6	Jannili Winge	Herlevløberne						25:25			1	25:25,0
7	Anny Høj Larsen	Herlevløberne		26:54	25:41	25:07		26:12			4	25:58,5
8	Nini Vilhelmsen	Herlevløberne			25:59						1	25:59,0
9	Marie Rasmussen	Rødovre AC			24:28			28:17			2	26:22,5
10	Randi Olsen	Herlevløberne			26:38						1	26:38,0
11	Ea Wie	Rødovre AC				26:41					1	26:41,0
12	Minna Basbøll	Herlevløberne	30:58	23:03							2	27:00,5
13	Susanne Overgaard	Herlevløberne		27:17							1	27:17,0
14	Eva Bak-Jensen	Herlevløberne			27:31						1	27:31,0
15	Joan Jaqué	Herlevløberne	27:56	27:32	27:28		28:56	26:51			5	27:44,6
16	Hanny Søs Madsen	Herlevløberne				28:01					1	28:01,0
17	Britta Hansen	Herlevløberne			28:16						1	28:16,0
18	Anita Lilliebjerg	Rødovre AC				29:27			27:14		2	28:20,5
19	Helle T. Johnsen	Herlevløberne		28:42		28:04					2	28:23,0
20	Kirsten Lysemose	Herlevløberne			28:31						1	28:31,0
21	Lene Skads			28:42							1	28:42,0
22	Birgitte Pedersen	Rødovre AC					28:43	28:18		29:12	3	28:44,3
23	Bente Wischmann	Herlevløberne						29:01			1	29:01,0
24	Hanne Simoni	Herlevløberne						29:21			1	29:21,0
25	Ellen Alvang	Rødovre AC					29:48	29:17			2	29:32,5
26	Lone Svendsen	Rødovre AC	32:14	29:39	30:53		28:51	28:46		29:19	6	29:57,0
27	Karin Rungsted	Rødovre AC					30:34				1	30:34,0
28	Gitte Møller	Rødovre AC				31:52	31:14	30:49			3	31:18,3
29	Helle Christensen	Rødovre AC				32:02					1	32:02,0
30	Birthe Hemmingsen	Rødovre AC				33:19					1	33:19,0
31	Pia Rasmussen	Herlevløberne			36:37		30:56				2	33:46,5
32	Karin Jess Nielsen	Rødovre AC				34:23					1	34:23,0

33	Hanne Gregersen	Rødovre AC				34:25					1	34:25,0
34	Irene Hindsberg	Rødovre AC				34:28					1	34:28,0
35	Hanne Kvorning	Rødovre AC				35:06					1	35:06,0
36	Elsebeth Søbjerg	Rødovre AC				35:14					1	35:14,0
37	Aud Nørgaard	Rødovre AC				38:14		34:03			2	36:08,5
38	Hanne Lindhard	Rødovre AC				36:25					1	36:25,0

	Kvinder 60-69 år	4,706 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Karin Pagaard	Rødovre AC		25:05	24:51	24:30	24:35	24:47	23:53	24:51	7	24:38,9
2	Annette Hove	Rødovre AC			25:30	25:59					2	25:44,5
3	Kirsten Asholt	Herlevløberne		28:41							1	28:41,0
4	Yvonne Larsen	Herlevløberne		31:05	30:26		30:55				3	30:48,7

	Dreng -14 år	4,706 km										
1	Shaun Rasmussen	Herlevløberne							19:35		1	19:35,0
2	Daniel Baastrup Andersen	Herlevløberne		24:23	22:52	21:57	22:12	20:53		21:29	6	22:17,7
3	Jacob Habel	Herlevløberne		25:57							1	25:57,0
4	Carl Dreslet	Herlevløberne		30:44	26:00	28:17	28:25	27:54			5	28:16,0

	Dreng 15-19 år	4,706 km										
1	Christian Snitkjær	TRI4								16:44	1	16:44,0
2	Tim M. Petersen	Rødovre AC		26:04							1	26:04,0
3	Yonas Malecha Mahmoud	Rødovre AC				28:32					1	28:32,0

	Mænd 20-29 år	4,706 km										
1	Stefan Johansson	IK Pallas	18:42								1	18:42,0
2	Asger Holm Pedersen	Herlevløberne			19:38	19:24		18:53	18:22		4	19:04,2
3	Rasmus Jaqué	Herlevløberne						20:37			1	20:37,0
4	Mikkel Helmersen									21:43	1	21:43,0
5	Danny Krøll	Herlevløberne						22:40	21:16	21:23	3	21:46,3
6	Henrik Danmark	Rødovre AC				22:23					1	22:23,0
7	Jeppe Jaqué			24:26							1	24:26,0
8	Martin Hæggqvist	Herlevløberne	25:16								1	25:16,0
9	Jesper Madsen			28:25							1	28:25,0

	Mænd 30-39 år	4,706 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Søren Kell	Sparta		16:23							1	16:23,0
2	Ernst Doets	Rødovre AC	18:22		17:40	17:31	17:30	17:12		17:07	6	17:33,7
3	Brian Køster	Sparta		17:20	17:03			17:31	17:32	18:48	5	17:38,8
4	Nicolai Gøtze Wachmann	IF	22:11								1	22:11,0
5	Lars Henriksen	Herlevløberne						23:14			1	23:14,0
6	Truels Schmidt	Herlevløberne					24:01				1	24:01,0
7	Alex D. Hansen							24:02			1	24:02,0
8	Steen Grønfeldt	PINT				24:02					1	24:02,0
9	Jesper Madsen	Herlevløberne			27:22	26:49					2	27:05,5

10	Rasmus Bøg	Herlevløberne			27:54						1	27:54,0
-----------	------------	---------------	--	--	-------	--	--	--	--	--	---	---------

	Mænd 40-49 år	4,706 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Steffen Fjellander	Bagsværd AC	18:02		17:33		17:43		17:22	17:26	5	17:37,2
2	Michael Rasmussen	Rødovre AC			18:19						1	18:19,0
3	Johnny Grasø		19:16			18:22					2	18:49,0
4	Johnny Maxsø	Rødovre AC	19:52	18:40	18:35	18:35	18:42				5	18:52,8
5	Jørgen Matz	BAK					19:17				1	19:17,0
6	René Frederiksen	Rødovre AC		19:28							1	19:28,0
7	Steen Grønfeldt	PINT							21:23	20:32	2	20:57,5
8	Benny Jensen							21:05			1	21:05,0
9	Claus Vorup	Herlevløberne							21:07	22:44	2	21:55,5
10	Hans Lehmann	Rødovre AC	22:33	21:34							2	22:03,5
11	Johnny Baastrup Andersen	Herlevløberne		24:25	22:53	22:00	22:13	20:53		21:29	6	22:18,8
12	Lars Andersen	Herlevløberne					23:36	23:26			2	23:31,0
13	Jesper Gideon						24:09	24:01			2	24:05,0
14	Henrik Sloth	Herlevløberne		28:28	23:37		23:23	22:44		22:31	5	24:08,6
15	Niels Clausen	Herlevløberne						24:28			1	24:28,0
16	Kim Vodstrup	Herlevløberne	25:36	24:20	23:42			24:22			4	24:30,0
17	Flemming A. Nielsen	Herlevløberne						25:22	24:27		2	24:54,5
18	Kim Brandt	Herlevløberne			26:26						1	26:26,0
19	Jesper Madsen	Herlevløberne					27:35	25:30			2	26:32,5
20	Henrik Wiese	Herlevløberne		27:22		25:45					2	26:33,5
21	Bjarne Schmidt	Herlevløberne		30:02							1	30:02,0
22	Peter Laustsen	Herlevløberne					31:15	29:54			2	30:34,5
23	Henrik Wochner	Herlevløberne			31:37						1	31:37,0
24	Stig Kongsborg	Rødovre AC				32:47					1	32:47,0

	Mænd 50-59 år	4,706 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Francis Gonzalez	Herlevløberne			18:12	18:12		18:26	18:44	19:07	5	18:32,2
2	Johnny Grasø						18:47				1	18:47,0
3	John Kinzi Hansen							18:57			1	18:57,0
4	Per Falkenberg	Herlevløberne		19:35	19:08	19:30					3	19:24,3
5	Jens Skov	Rødovre AC		20:25	19:07		19:13				3	19:35,0
6	Arnt Winge	Herlevløberne						21:49			1	21:49,0
7	René Brohammer	Herlevløberne			23:21	22:17		21:25	21:47	21:41	5	22:06,2
8	René Rasmussen	Herlevløberne						22:11			1	22:11,0
9	Hans Lehmann	Rødovre AC			21:32	22:47	22:23	23:50	22:35	23:07	6	22:42,3
10	Henrik Kousholt	Herlevløberne		23:02							1	23:02,0
11	Per Lyngbak Nielsen	Herlevløberne		23:04							1	23:04,0
12	Michael Søbjerg					23:09					1	23:09,0
13	René Petersen	Rødovre AC		23:51							1	23:51,0
14	Claus Dreslet	Herlevløberne		25:08	24:43	23:59	24:17	24:01			5	24:25,6
15	Morten Yding	Herlevløberne		23:57	23:36	24:14	24:06	24:26	24:53	26:12	7	24:29,1
16	René Hartvigsen	Rødovre AC		24:30							1	24:30,0

17	Birger Håggqvist	Herlevløberne	25:17	24:13						2	24:45,0
18	Benny Ravn	AAM						25:47		1	25:47,0
19	John Møller Nielsen	Rødovre AC		25:54	25:49	26:15				3	25:59,3
20	Peter Petersen	FAK					26:37			1	26:37,0
21	Thomas Lilliebjerg	Rødovre AC				26:51				1	26:51,0
22	Erik Heino Rasmussen	Herlevløberne		28:43	27:33	26:46	27:35			4	27:39,3
23	Erik Andersen	Herlevløberne		27:44	27:45	28:14	28:39	28:08	28:07	6	28:06,2
24	Sune Christensen	Rødovre AC				31:42				1	31:42,0
25	Erik Vinkel Prip		32:53							1	32:53,0
26	Helge Tolmark	SIF		33:09						1	33:09,0
27	Per Busk Petersen	Rødovre AC				33:38				1	33:38,0
28	Hardy Vie	Rødovre AC				34:36				1	34:36,0
29	Bent Rask Hansen	Rødovre AC				30:58		46:31		2	38:44,5

Mænd 60-69 år		4,706 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Kenneth Ljungman	Herlevløberne		18:53	18:46		19:22		19:11	19:20	5	19:06,4
2	Mogens Bertram-Nielsen	Herlevløberne		19:04				20:15			2	19:39,5
3	Mogens M. Jensen	Rødovre AC	20:24	19:43	19:40	19:57			19:58	19:43	6	19:54,2
4	Haig Yerzingatzian	Rødovre AC		21:39							1	21:39,0
5	Bjarne Clausen	Rødovre AC				29:56					1	29:56,0
6	Søren Danielsen			25:43		25:50	42:39			26:23	4	30:08,8
7	Helge Tolmark	SIF	32:54		32:27	32:33	34:02				4	32:59,0

Mænd 70-79 år		4,706 km										
1	Alex Beck	KS								28:59	1	28:59,0
2	John Christoffersen								31:43		1	31:43,0
3	Kaj Klausen	Rødovre AC				38:15					1	38:15,0

Mænd 80-89 år		4,706 km										
1	Flemming Gudmark	Rødovre AC	36:11		33:59	33:58			36:20		4	35:07,0
2	Børge W. Mogensen	OK 73	41:55								1	41:55,0

Piger 15-19 år		7,532 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Pernille Havmand	Herlevløberne	43:26				44:27	41:33			3	43:08,7

Kvinder 20-29 år		7,532 km										
1	Julie Jørgensen						34:02				1	34:02,0
2	Julie Kühn				34:41	33:35					2	34:08,0
3	Ajla Ramadanovic	Ikano Bank					36:56				1	36:56,0
4	Louise Kildelund Hänsch				42:29						1	42:29,0
5	Laura K. Severinsen							44:58			1	44:58,0
6	Sissel Kærsgaard		47:33								1	47:33,0

Kvinder 30-39 år		7,532 km										
1	Kristine Rasmussen						33:42				1	33:42,0

2	Henriette Johansen	AK-73							37:04	39:30	2	38:17,0
3	Hanne Thorsgaard	Rødovre AC		38:39							1	38:39,0
4	Jette Pedersen	Rødovre AC					40:16				1	40:16,0
5	Lise Jæger	Balance Club	41:18								1	41:18,0
6	Christina Grauballe						43:42		43:04		2	43:23,0
7	Anne Lau Bøg	Herlevløberne		45:35							1	45:35,0
8	Frederikke Lüneborg-Nielsen	Rødovre AC					48:16	43:49			2	46:02,5
9	Lotte Forfs	Rødovre AC					48:04				1	48:04,0
10	Tina Nørgaard Hansen						50:07				1	50:07,0
11	Trine Pedersen			51:35							1	51:35,0

	Kvinder 40-49 år	7,532 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Nanna Grundwald	Sparta	32:46								1	32:46,0
2	Sandra Miran	Rødovre AC					36:44		30:16		2	33:30,0
3	Susanne Vorup	Herlevløberne				34:14	34:53	34:23	32:38	33:07	5	33:51,0
4	Dorte Skovby	Rødovre AC					34:03				1	34:03,0
5	Christel Baastrup Andersen	Herlevløberne		33:01						35:20	2	34:10,5
6	Trine Jakobsen	Birkerødde			34:14						1	34:14,0
7	Mette Maschmann	Herlevløberne					34:53	34:22			2	34:37,5
8	Helene Kemp	Rødovre AC	37:11	35:46	35:10	34:59		36:11		37:07	6	36:04,0
9	Hanne Baltzersen	Rødovre AC							36:17		1	36:17,0
10	Winnie Andersen	Rødovre AC	36:27	36:52	36:09	39:49					4	37:19,2
11	Hanne Thorsgaard	Rødovre AC							37:36		1	37:36,0
12	Lena Hjermind	SDCA	38:55								1	38:55,0
13	Annette Schäfer	Rødovre AC		39:29	38:52		40:05		37:50		4	39:04,0
14	Anni Langholz	Herlevløberne						39:21			1	39:21,0
15	Marie Rasmussen	Rødovre AC	40:18	38:56							2	39:37,0
16	Pernille Saabye	Herlevløberne	39:53								1	39:53,0
17	Margit Andreasen					40:28					1	40:28,0
18	Hanne Lyngbak Nielsen	Herlevløberne	40:44								1	40:44,0
19	Tine Galsgaard	Herlevløberne					40:55				1	40:55,0
20	Tania Kristiansen			41:30							1	41:30,0
21	Gitte Nielsen								44:37	47:13	2	45:55,0
22	Joan Kramer	Sparta						46:07			1	46:07,0
23	Helle Andersen	Herlevløberne						49:21		43:33	2	46:27,0
24	Tina Bjørn Nielsen	Rødovre AC					49:28	44:25			2	46:56,5
25	Jette Kærgaard		47:36								1	47:36,0
26	Mette Juul Jensen		47:36								1	47:36,0
27	Charlotte Bove	Rødovre AC				52:12					1	52:12,0
28	Lene Kofoed	Rødovre AC				52:12					1	52:12,0

	Kvinder 50-59 år	7,532 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Lillian Rønbirk								29:11		1	29:11,0
2	Mette Buch	Hjertefor/Dyrehaven							34:18		1	34:18,0
3	Karen-Lis Rygaard	Herlevløberne	35:48	35:19	35:22			35:20	34:22	34:59	6	35:11,7

1	Pär-Johan Lif	Rødovre AC	23:52					24:16	2	24:04,0
2	Morten Bokær	Tri4		26:29					1	26:29,0
3	Kenneth Kofod	Køge Atletik		28:32					1	28:32,0
4	Claus Ljungman	Herlevløberne						29:12	1	29:12,0
5	Mickey Haakansson	FIF			30:09	28:42			2	29:25,5
6	Christopher Hofman					29:30		29:27	2	29:28,5
7	Kåre Jørgensen Engsted	Herlevløberne	29:53		29:17				2	29:35,0
8	Kenneth Larsen	Herlevløberne		29:47	29:49				2	29:48,0
9	Mikkel Edlers	Rødovre AC		30:00					1	30:00,0
10	Brian Kuhre		30:11						1	30:11,0
11	Rune L Sørensen	FIH			30:52			29:58	2	30:25,0
12	Lars Nellemann					30:56			1	30:56,0
13	Thomas Michael Nielsen		32:25	31:12	31:33	31:47			4	31:44,2
14	Jacob Baggers Willemoes							32:07	1	32:07,0
15	Damien Grevain		32:48						1	32:48,0
16	Christian Skov-Jensen		33:01						1	33:01,0
17	John Fegar	Vølund		33:15					1	33:15,0
18	Lars Robdrup Rasmussen		34:23	32:47					2	33:35,0
19	Nicklas Smidt-Nielsen	KBH		35:22	32:10				2	33:46,0
20	Morten Ploug	Ballerup	33:55						1	33:55,0
21	Thomas Weber	Ikano Bank				34:29			1	34:29,0
22	Jakob Færgehavn	Ikano Bank				34:49			1	34:49,0
23	Tejs Laustsen Jensen		35:56	34:01					2	34:58,5
24	Simon Bauer		36:10	35:30					2	35:50,0
25	Rasmus Jakobsen	AAC						36:27	2	36:06,5
26	Jesper Ullits		37:25						1	37:25,0
27	Henriette Johansen		37:29						1	37:29,0
28	Alex Hansen							38:01	1	38:01,0
29	Jesper Kallesøe	Herlevløberne	38:05						1	38:05,0
30	Rasmus Bisschop-Larsen		38:34						1	38:34,0
31	Christian Nissen					39:14			1	39:14,0
32	Morten Nordahn		39:57						1	39:57,0
33	Lars Mønster Jørgensen	Rødovre AC	43:00						1	43:00,0

	Mænd 40-49 år	7,532 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Claus Hechmann	Team Hechmann			25:38						1	25:38,0
2	Allan Thorsgaard	Rødovre AC		25:47		25:34					2	25:40,5
3	Lars Kroman	Rødovre AC		26:08	25:44	26:44					3	26:12,0
4	Henrik Volsgaard			26:32							1	26:32,0
5	Bjarne Edske	Blovstrød Løverne		26:12	26:06					27:33	3	26:37,0
6	Torben Riis	Team Riis							27:05	27:24	2	27:14,5
7	Torben Bille	RUN4ALL				27:16					1	27:16,0
8	Bo Antvorskov	AAC		27:28							1	27:28,0
9	Henrik Jacobsen	Rødovre AC		27:07	27:24	30:30		28:22			4	28:20,8
10	Jesper Nielsen	Herlevløberne		28:16	27:43		29:26	28:25	28:04	28:28	6	28:23,7

11	Klaus Galsgaard	Herlevløberne					28:39	28:48			2	28:43,5	
12	Lars Bak Frederiksen		29:35	28:48		28:27					3	28:56,7	
13	Lars Geisler	Sparta						29:14			1	29:14,0	
14	Niels Thomsen	AK 73							29:23		1	29:23,0	
15	Michael Rasmussen	Rødovre AC	30:23	29:30			29:52	29:43		29:49	5	29:51,4	
16	Svend Bradtberg	Rødovre AC			30:19	30:18	31:04			29:29	4	30:17,5	
17	Peder Skov-Hansen	Rødovre AC				30:43			30:18	29:49	30:30	4	30:20,0
18	Jørgen Nielsen	FIF	30:37	30:37	29:38	30:33	30:34	31:33	30:21	30:14	8	30:30,9	
19	Bo Lindgren	FIF		30:32							1	30:32,0	
20	Søren Kani Andersen			30:58	30:40	30:51					3	30:49,7	
21	Kim Lilhammer	Herlevløberne	28:58					32:28		31:05	3	30:50,3	
22	Kuno Koch	Rødovre AC				32:03	31:36		31:12		3	31:37,0	
23	René E. Hansen	Rødovre AC			31:28	31:06	31:33	30:44	37:49	31:30	6	32:21,7	
24	Steen Bondum	Rødovre AC	32:39	32:36	32:13	32:07		32:31			5	32:25,2	
25	Dennis Madsen	Rødovre AC	38:28		33:26	33:32	30:37	29:51	30:01	31:04	7	32:25,6	
26	Claus Hasle	Rødovre AC					32:26				1	32:26,0	
27	Stig Bille Johansen	Rødovre AC				32:33					1	32:33,0	
28	Bent Bindner	Rødovre AC	35:09	33:23	31:54	32:43	33:29	31:59	31:28	32:25	8	32:48,7	
29	Carsten Lauridsen	Herlevløberne			34:13	31:25					2	32:49,0	
30	Allan Pedersen	Herlevløberne	33:09	33:03			34:41	32:29		33:05	5	33:17,4	
31	Mike Kandi	Herlevløberne	34:19	32:40	33:01	34:04					4	33:31,0	
32	Johnny Maxsø	Rødovre AC						33:57			1	33:57,0	
33	Henrik Hobel	Herlevløberne						33:58			1	33:58,0	
34	Lau Lorenzen	Herlevløberne		33:57		34:11					2	34:04,0	
35	Ole Kristoffersen	Rødovre AC	35:20		33:49	34:07			33:42		4	34:14,5	
36	Frank Rosendahl	Herlevløberne		38:23	37:46	26:43					3	34:17,3	
37	Jesper Bundgaard	Herlevløberne					34:55	34:23			2	34:39,0	
38	Michael Ansbak				35:09						1	35:09,0	
39	Henrik Parbst	Sincorp						35:12			1	35:12,0	
40	Claus Christensen	Herlevløberne		35:18							1	35:18,0	
41	Jan Kellmann Hansen									35:51	1	35:51,0	
42	René Frederichsen	Rødovre AC				35:04	36:45				2	35:54,5	
43	Lars Lysgaard		36:40		35:37						2	36:08,5	
44	Jesper Høvelskov									36:32	1	36:32,0	
45	Jan Lauritzen	Rødovre AC	37:02	36:10	35:53	36:01	37:41				5	36:33,4	
46	Kent Meiling Sørensen	SDCA							36:56	36:11	2	36:33,5	
47	Jørgen Føhns-Greve	Ikano Bank					36:53				1	36:53,0	
48	Bjarne Laustsen	Herlevløberne		45:36	37:05		33:37	32:33			4	37:12,7	
49	Carsten N.Larsen	Valby løberne						37:14			1	37:14,0	
50	Mikael Pedersen	Rødovre AC	40:33	36:02	36:55	36:06	38:15	35:49	37:01		7	37:14,4	
51	Bobby Stabell	SAS Løbeklub					37:46				1	37:46,0	
52	Carsten Nørremark Larsen						37:53				1	37:53,0	
53	Michael Boysen					37:22	38:38				2	38:00,0	
54	Torben Jakobsen					38:04					1	38:04,0	
55	Hans Aagaard		40:25		36:21						2	38:23,0	

56	David Brandt										1	38:41,0
57	Carsten Hendriksen							39:22	38:50		2	39:06,0
58	Flemming Nielsen	RH	39:48								1	39:48,0
59	Steen Ulf Jensen								40:28		1	40:28,0
60	Stig Kongsborg	Rødovre AC	37:56			50:08			36:46	37:53	4	40:40,7
61	Jan Fabricius								44:37		1	44:37,0

	Mænd 50-59 år	7,532 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Søren Erik Larsen	Herlevløberne							28:57		1	28:57,0
2	Gert Helmersen	Rødovre AC		28:36	29:06	29:34	29:15		29:33	30:21	6	29:24,2
3	Jan Wischmann	Herlevløberne	30:26	29:32	29:33			29:40	30:06		5	29:51,4
4	John Kinzi Hansen									30:30	1	30:30,0
5	René Petersen	Rødovre AC			30:46						1	30:46,0
6	Bjørn Jensen	Brøndby Tri Club							31:18	31:45	2	31:31,5
7	Michael Jaqué	Herlevløberne	36:22		30:29	35:25	29:18	29:15		33:06	6	32:19,2
8	Jens Skou	Rødovre AC						32:47	32:11	33:13	3	32:43,7
9	Francis Gonzalez	Herlevløberne	33:09								1	33:09,0
10	Erik Christensen	Rødovre AC	34:31	32:56	33:35	33:04	32:21	32:11	32:49	34:07	8	33:11,7
11	Kjeld-Ole Munk								33:50		1	33:50,0
12	Lau Lorenzen	Herlevløberne					33:58				1	33:58,0
13	Bjarne Brenøe			34:11							1	34:11,0
14	Mike Kandi	Herlevløberne					36:39	32:05			2	34:22,0
15	Robert Larsen			34:08	34:27	35:15	34:48	34:23			5	34:36,2
16	Henrik Kousholt	Herlevløberne					35:21				1	35:21,0
17	Jack Cowland	Herlevløberne		34:21			36:52			35:12	3	35:28,3
18	Per Lyngbak Nielsen	Herlevløberne	36:23		35:17	35:24	35:22				4	35:36,5
19	Steen Mogensen	Rødovre AC	35:28	33:15	32:25	37:27		36:47	38:23	36:46	7	35:47,3
20	René Hartvigsen	Rødovre AC			38:28	35:38		35:02			3	36:22,7
21	Henning Eriksen	Friserne		37:17							1	37:17,0
22	Arnt Winge	Herlevløberne					37:35				1	37:35,0
23	Svend Erik Sode	Hi							37:55		1	37:55,0
24	Benny Ravn	AAM	38:38				37:13			37:58	3	37:56,3
25	Thomas Lilliebjerg	Rødovre AC					39:02	37:37			2	38:19,5
26	Jens Havmand	Herlevløberne	39:41	37:54	37:35	37:51	40:44	38:43			6	38:44,7
27	Steen Jakobsen						38:48				1	38:48,0
28	Bent Andreasen	Rødovre AC		37:23	36:27	36:29	48:04	36:17			5	38:56,0
29	Niels Bierbum	Løb for Livet						39:06			1	39:06,0
30	John Dietz								39:11		1	39:11,0
31	Kim Strudsholm	Team Kornerup					39:20				1	39:20,0
32	Jørgen W Hansen					39:21					1	39:21,0
33	Bendt Hansen		41:23		38:10						2	39:46,5
34	Freddy Foskjær				40:44						1	40:44,0
35	Ole Andersen	Herlevløberne	43:06	41:19	40:40		43:35	40:00		41:18	6	41:39,7
36	Freddy Torbjørn					42:17					1	42:17,0
37	Per Seestedt			43:38							1	43:38,0

38	Peter Sørensen				45:10						1	45:10,0
39	Hardy Vie	Rødovre AC				53:57	53:56				2	53:56,5

Mænd 60-69 år		7,532 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Gert Kærlin	Herlevløberne		27:15		29:17	28:28				3	28:20,0
2	Allan Hansen	Herlevløberne	36:19		34:55		34:00	33:26	35:26	34:18	6	34:44,0
3	Thorkild Bo Nielsen	Vejle IF			35:00						1	35:00,0
4	Haig Yerzingatzian	Rødovre AC			35:06		35:40				2	35:23,0
5	Jens Hansen									35:59	1	35:59,0
6	Jørgen Grann	IK Olympia		36:32	36:19	35:55	36:08		36:49	36:19	6	36:20,3
7	Niels Jespersen			38:48	37:11	36:59	37:37	36:59			5	37:30,8
8	Tom S. Jensen	Rødovre AC	39:45	37:01	37:04	36:37					4	37:36,7
9	Knud Lauritsen	Haslev Løbeklub	40:13		38:19	38:36				41:07	4	39:33,7
10	Peter Overgaard	SDCA					40:56				1	40:56,0
11	Søren Danielsen				42:49				42:28		2	42:38,5
12	Jens Rasmussen	Rødovre AC	44:30	45:34	48:30	46:22	44:17	43:02	42:42	42:54	8	44:43,9

Mænd 70-79 år		7,532 km										
1	John Christoffersen		43:16	43:03	43:28	43:54				49:11	5	44:34,4

Stavgang		4,706 km	13. marts	14. april	19. maj	9. juni	11. aug.	15. sept.	16. okt.	13. nov.	Løb	Gnm.snit
1	Tommy Petersen				50:42	34:48	42:56	41:23	42:57	41:45	6	42:25,2
2	Vilfred Olsen				50:45	36:41				43:06	3	43:30,7