

Allerød Atletik og Motion

Løb	Dato		Antal
3 km piger			
15-99 år			
281	Winnie Bügel	Sigma tri	20,52
7	Lone Østergård	Sigma Tri	21,54
3 km drenge			
0-10 år			
4	Asger Normann Andersson	Birkerød	19,00
13-14 år			
5	Nikolaj Graves	Smidstrup	15,43
5 km damer			
30-39 år			
231	Gitte Hansen	Nybølle IF	25,41
223	Marie Nielsen	Allerød	27,14
221	Mette Schwartzlose	Hørsholm	27,40
278	Bettina Sørensen	Sigma tri	28,17
277	Marianne Ravn	Allerød AM	29,23
40-49 år			
244	Kirstine Dahl	Sigma TRI	21,41
243	Maja Vej	LFL Roskilde	23,01
240	Anita Thoning	SIGMA Tri	23,48
260	Hanne B Rasmussen	Allerød	24,28
228	Helle Friberg	SigamaTRI	25,05
216	Solveig Mikkelsen	Sigma-TRI	27,51
210	Susanne Knudsen	Allerød	27,53
258	Kristina Ravn	AAM	29,35
50-59 år			
235	Helle Holm-Nielsen	Sigma TRI	23,53
208	Jytte Wamberg	Tisvildeleje	30,25
60-69 år			
275	Nina Madsen	Allerød AM	32,44
203	Lene Kamstrup-Larsen	Blovstrødløverne	34,25
5 km mænd			
0-16 år			
242	Jeppe B Pedersen	Jyllinge	21,20
272	Lauritz Lund		37,47
17-29 år			
251	Simon Frederiksen	Sigma TRI	20,49
30-39 år			
271	Morten Lund		37,50
40-49 år			
268	Ole Stilling	FIF Hillerød	18,11
255	Johnny Bayer	Sigma TRI	18,53
256	Thomas Laybourn	Allerød	19,07
250	Kasper Ladefoged	Allerød AM	19,49
253	Christian Nanni	Sigma TRI	21,06
280	Thomas Ørum	Sigma Tri	22,05
239	Jens V Nielsen	Allerød AM	23,30
207	Henrik Petersen	Fredensborg AK	33,27
50-59 år			

265	John Jacobsen	SNIK	19,53
241	Jens Bille Meldgaard	Fredensborg AK	22,17
227	Benny Ravn	Allerød AM	24,30
276	Peter Petersen	TREYSTI	30,14
274	Jonatan Sydenham	City Løberne	33,13
213	Johnny Petræus	SIGMA Tri	34,43
60-69 år			
279	Ove Dam-Sørensen	Karise	23,39
262	Mogens Olsen	Allerød AM	24,23
230	Peter Andersen	Langgarverne	26,01
226	Olav Holst	Allerød AM	26,02
220	Flemming Aanæs	Allerød AM	29,22
70-79 år			
211	Andy Sundstrøm	Allerød AM	30,15

10 km damer

30-39 år			
519	Henriette Johansen	AK73	46,46
40-49 år			
502	Jeanette Wærn	Novo Nordisk	57,16
50-59 år			
515	Kathe Japp Andersen	Allerød	51,24

10 km mænd

17-29 år			
521	Søren Bo Hansen	Allerød	47,35
501	Emil Jørgensen	Søborg	55,31
30-39 år			
539	Claus Ankjærgaard	Veddelev	37,55
40-49 år			
535	Niels Hannibalsen	Fredensborg AK	41,04
545	Lars Ravn	SDC Athletics	42,27
518	Steffen Møller		49,17
522	Lars Funk	Allerød	49,46
559	Dan Wærn	Coop Idræt	55,54
50-59 år			
546	Torben Karlshøj	Løb for livet	45,15
561	Svend Bøger	Padderne	47,12
527	Ole Tidemann	AK 73	47,18
528	Per Breum	Jyllinge	48,37
512	Benny Schjøtt	Gentofte	50,32
60-69 år			
525	Frans Andersen	Langgarverne	46,34
509	Carsten Jensen	Allerød AM	51,17
560	Elo Jacobsen	BlovstrødLøverne	55,32
70-79 år			
508	John E. Hansen	Langgarverne	54,10