

# Allerød Atletik og Motion

## Kondiløb 2

18-12-2011

Ialt 128 deltagere.

### 3 km piger

0-10 år

15	Frida Brøndal Grünfeld	Allerød	17,38	1
2	Jasmine H Werner	Allerød	25,33	2

11-12 år

3	Anna B Laybourn		17,32	1
11	Cecilie Roepstorff	Holte	30,36	2

13-14 år

18	Sofie B Grünfeld	Allerød	15,04	1
17	Alba Linnea Hintz	Allerød AM	15,04	2
16	Emma Holst Mørch	Allerød AM	15,04	3
6	Caroline B Layborn		16,14	4

15-99 år

1	Cecilia Holming Werner	Allerød	25,35	1
10	Marianne Roepsstorff	Holte	30,40	2

### 3 km drenge

0-10 år

7	William H Werner	Allerød	16,01	1
8	Asger Normann Andersson	Birkerød	16,50	2
13	Benjamin Beck	Fredensborg AK	26,34	3
12	Alfred Roepstorff	Holte	26,35	4

11-12 år

5	Magnus Mandal Sørensen	Allerød	16,09	1
---	------------------------	---------	-------	---

15-99 år

14	Poul Brøndal	Blovstrødløverne	17,39	1
----	--------------	------------------	-------	---

### 5 km damer

0-16 år

282	Emilia Lüders	sigma Tri	24,28	1
276	Mahalakshmi Wamberg	THOK	27,36	6

17-29 år

295	Dagmar Fæster Olsen	AAM	19,26	1
294	Marie Mørch	Allerød AM	19,36	2
209	Johanna Lind	Sigma Tri	27,24	3
274	Pauline Ravn	Allerød AM	28,23	4
273	Ida Strange	Vallensbæk	29,26	5
268	Mia Kure	Brøndby	34,41	6

30-39 år

291	Karina Sørensen	Blovstrødløverne	21,28	1
236	Tine Fischer-Nielsen	SIGMA Tri	23,18	2
212	Marie Nielsen	Furesøløberne	27,04	3
277	Lene Voermann	SIGMA Tri	27,26	4
213	Mette Schwartzlose	Hørsholm	27,29	5

40-49 år

233	Lene Skov Andersson	Birkerødderne	22,55	1
237	Anita Thoning	SIGMA Tri	23,04	2
220	Monica Neesgaard	Sigma Tri	25,23	3
217	Kirsten Adamsen		26,26	4
211	Dorte Serup	SIGMA Tri	27,20	5

	272	Jeanette Wærn	Novo Nordisk	30,57	6
	265	Charlotte Klausen	Roskilde	32,21	7
	266	Pia Blaaberg	Allerød	32,26	8
50-59 år					
	239	Helle Holm-Nielsen	Sigma TRI	22,02	1
	275	Lene Jørgensen	AOK	28,15	2
	208	Jytte Wamberg	Tisvildeleje	29,25	3
	204	Karin Thoms Rasmussen	Langgarverne	31,54	4
	264	Susanne Mansdal	Allerød	32,01	5
60-69 år					
	215	Nina Madsen	Allerød AM	28,05	1
	267	Lene Kamstrup-Larsen	Blovstrødløverne	35,37	2
<b>5 km mænd</b>					
0-16 år					
	298	Emil Øbro	Tisvilde OK	17,57	1
	259	Viktor Hastrup	Blovstrødløverne	18,23	2
	297	Johan Roepstorff	Holte	18,55	3
	290	Christian Olsen	SNIK	21,34	4
	287	Claus Thykjær		22,36	5
17-29 år					
	258	Kasper Larsen	Sigma Tri	18,32	1
	260	Simon Frederiksen	Sigma TRI	18,32	2
	256	Nicholas Busk	Blovstrødløverne	19,24	3
	249	Vinoth August Wamberg	Tisvilde OK	20,43	4
30-39 år					
	285	Thomas S. Hansen	Birkerød	23,15	1
40-49 år					
	255	Johnny Bay	Sigma TRI	18,39	1
	254	Gorm Alex Petersen	Sigma Tri	19,04	2
	296	Steffen Lüders	Sigma Tri	19,19	3
	247	Marius Poulsen	Sigma Tri	20,12	4
	245	Christian Nanni	Sigma TRI	20,36	5
	292	Thomas Ørum	Sigma Tri	21,14	6
	235	Søren Houmøller	Sigma Tri	22,17	7
	286	Thomas Mørch	Allerød AM	22,51	8
	224	Erling Jensen	FAK	24,56	9
	225	Lars Heide Sørensen		25,02	10
	281	Søren Roepstorff	Holte	25,08	11
	279	Jens V Nielsen	Allerød AM	26,06	12
	205	Dan Wærn	Coop Idræt	28,46	13
50-59 år					
	262	Ole Stilling	FIF Hillerød	18,09	1
	250	John Jacobsen	SNIK	20,32	2
	248	Emmanovil Psaradakis	Chania R C	20,34	3
	289	Henrik Otterstrøm Hastrup	Birkerødderne	21,46	5
	241	Carsten Dysted	Sigma Tri	21,58	4
	288	Lars Seier Petersen	Sigma Tri	22,20	5
	284	Lars Ravn	SDC Athletic	23,51	6
	283	Jens B Meldgaard	Fredensborg AK	24,01	7
	222	Benny Ravn	Allerød AM	26,04	8

226	Dan Nielsen	Allerød AM	26,22	9
242	Johnny Petræus	SIGMA Tri	27,27	10
263	Søren Klausen	Gundsømagle	27,32	11
270	Henrik Petersen	Humblebæk	32,17	12
60-69 år				
299	Leif Vincentsen	SNIK	22,28	1
230	Mogens Olsen	Allerød AM	23,30	2
228	Kjeld Beck	FAK	25,09	3
280	Poul Møller Hansen	BlovstrødLøverne	26,02	4
218	Mogens Winkler	Allerød AM	26,11	5
221	Olav Holst	Allerød AM	26,54	6
278	Ole Nederschier	BlovstrødLøverne	26,59	7
271	Poul Erik Christiansen	Fredensborg AK	31,23	8
70-79 år				
269	Bjarne Petersen	Humblebæk	32,44	1

#### 10 km damer

17-29 år				
544	Anita Riis Madsen	AK 73	47,57	1
40-49 år				
502	Lisbet Jensen	København	40,13	1
540	Hanne Rasmussen	Allerød	50,32	2
50-59 år				
549	Bente Riis	FAK	45,30	1
546	Nini Soja	SNIK	46,41	2
543	Nina Kriegbaum	Birkerødderne	48,02	3
516	May-Britt Hansen	Birkerødderne	50,14	4
514	Kathe Japp Andersen	Allerød	51,29	5
512	Anne T. Hartkopf	Birkerød	54,06	6
60-69 år				
541	Esther Jørgensen	Langgarverne	49,36	1

#### 10 km mænd

17-29 år				
551	Johann Emil Otto Ais	Fredensborg AK	41,38	1
518	Søren Hansen	Østerbro IF	47,31	2
539	Oliver S Rasmussen	Lynge	51,20	3
30-39 år				
536	Nickolai Thoms	Langgarverne	38,51	1
530	Frederik Storgaard		42,58	2
548	Michael B Christensen	Langgarverne	45,44	3
505	Gorm Priem	Kalebo	57,26	4
40-49 år				
553	Per le Fevre Hansen	BlovstrødLøverne	36,31	1
552	Claus Ankjærgaard	Veddelev	38,12	2
533	Lars Erichsen	Fredensborg AK	40,19	3
550	Kasper Ladefoged	Allerød AM	45,26	4
520	Lars Bergelius	Langgarverne	46,45	5
521	Carsten Adamsen	Allerød	47,13	6
538	Claus Elvar Jensen	Lynge	51,28	7
50-59 år				
535	Henrik Jacobsen	Rødovre AC	39,28	1
503	Kaj Rasmussen	København	39,56	2

534	Henrik Andersen	Birkerød	42,06	3
524	Bjarne Rasmussen	Langgarverne	45,15	4
547	Bent Andersen	SNIK	45,47	5
522	Erik Christensen	RAC	46,44	6
509	Jesper Løwert	Fredensborg AK	51,38	7
515	Bo Lyngbye		53,27	8
537	Søren Ballerup Hansen	Hare Tri	59,01	9
60-69 år				
545	Henrik S Christensen	Blovstrødløverne	46,50	1
542	Niels Hansen	Fredensborg AK	49,21	2
517	Ib Hansen	Allerød AM	52,13	3
504	Ejvind Tarp	Allerød AM	56,26	4
506	Elo Jacobsen	BlovstrødLøverne	59,52	5
70-79 år				
507	John E. Hansen	Langgarverne	56,53	1