

Allerød Atletik og Motion

Kondiløb 5

20-03-2011

Ialt 74 deltagere.

3 km piger

0-10 år

| | | | | |
|----|---------------|---------|-------|---|
| 10 | Anna Laybourn | Allerød | 16,39 | 1 |
|----|---------------|---------|-------|---|

3 km drenge

0-10 år

| | | | | |
|---|-------------------------|----------|-------|---|
| 4 | Asger Normann Andersson | Birkerød | 17,35 | 1 |
|---|-------------------------|----------|-------|---|

5 km damer

17-29 år

| | | | | |
|-----|-----------------|------|-------|---|
| 287 | Karina Sørensen | SNIK | 21,11 | 1 |
|-----|-----------------|------|-------|---|

30-39 år

| | | | | |
|-----|----------------------|-----------|-------|---|
| 285 | Tine Fischer-Nielsen | SIGMA Tri | 21,41 | 1 |
|-----|----------------------|-----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|---------------|-----------|-------|---|
| 215 | Lene Voermann | SIGMA Tri | 24,56 | 2 |
|-----|---------------|-----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|---------------|---------|-------|---|
| 223 | Marie Nielsen | Allerød | 26,57 | 3 |
|-----|---------------|---------|-------|---|

| | | | | |
|-----|----------------------|----------|-------|---|
| 204 | Mette Frimodt Hansen | Hillerød | 30,11 | 4 |
|-----|----------------------|----------|-------|---|

40-49 år

| | | | | |
|-----|---------------|-----------|-------|---|
| 244 | Kirstine Dahl | Sigma TRI | 21,32 | 1 |
|-----|---------------|-----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|---------------|-----------|-------|---|
| 238 | Christa Bülow | Sigma Tri | 22,45 | 2 |
|-----|---------------|-----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|------------------|-----------|-------|---|
| 233 | Janne Rath Bruun | Sigma TRI | 23,18 | 3 |
|-----|------------------|-----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|---------------|-----------|-------|---|
| 240 | Anita Thoning | SIGMA Tri | 23,27 | 4 |
|-----|---------------|-----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|-------------------|---------|-------|---|
| 260 | Hanne B Rasmussen | Allerød | 23,51 | 5 |
|-----|-------------------|---------|-------|---|

| | | | | |
|-----|----------------|------------|-------|---|
| 225 | Lene Jørgensen | Allerød OK | 25,49 | 6 |
|-----|----------------|------------|-------|---|

| | | | | |
|-----|-------------------|-----------|-------|---|
| 216 | Solveig Mikkelsen | Sigma-TRI | 26,56 | 7 |
|-----|-------------------|-----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|-------------|-----------|-------|---|
| 222 | Karin Sonne | Sigma TRI | 27,09 | 8 |
|-----|-------------|-----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|-----------------|---------|-------|---|
| 210 | Susanne Knudsen | Allerød | 28,16 | 9 |
|-----|-----------------|---------|-------|---|

| | | | | |
|-----|------------------------|----------|-------|----|
| 290 | Hanne Gosvig Ladegaard | Hørsholm | 28,35 | 10 |
|-----|------------------------|----------|-------|----|

| | | | | |
|-----|-------------|-----------|-------|----|
| 219 | Dorte Serup | SIGMA Tri | 29,01 | 11 |
|-----|-------------|-----------|-------|----|

| | | | | |
|-----|---------------|-----|-------|----|
| 258 | Kristina Ravn | AAM | 30,06 | 12 |
|-----|---------------|-----|-------|----|

| | | | | |
|-----|----------------|----------|-------|----|
| 289 | Helle Bundgård | Rungsted | 30,49 | 13 |
|-----|----------------|----------|-------|----|

50-59 år

| | | | | |
|-----|--------------------|-----------|-------|---|
| 235 | Helle Holm-Nielsen | Sigma TRI | 23,10 | 1 |
|-----|--------------------|-----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|-----------------------|--------------|-------|---|
| 261 | Karin Thoms Rasmussen | Langgarverne | 28,46 | 2 |
|-----|-----------------------|--------------|-------|---|

| | | | | |
|-----|---------------|--------------|-------|---|
| 208 | Jytte Wamberg | Tisvildeleje | 28,54 | 3 |
|-----|---------------|--------------|-------|---|

60-69 år

| | | | | |
|-----|-------------|------------|-------|---|
| 275 | Nina Madsen | Allerød AM | 27,08 | 1 |
|-----|-------------|------------|-------|---|

| | | | | |
|-----|----------------------|------------------|-------|---|
| 203 | Lene Kamstrup-Larsen | Blovstrødløverne | 34,16 | 2 |
|-----|----------------------|------------------|-------|---|

5 km mænd

17-29 år

| | | | | |
|-----|-------------------|-----------|-------|---|
| 251 | Simon Frederiksen | Sigma TRI | 19,10 | 1 |
|-----|-------------------|-----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|---------------|------------------|-------|---|
| 254 | Nicholas Busk | Blovstrødløverne | 21,01 | 2 |
|-----|---------------|------------------|-------|---|

40-49 år

| | | | | |
|-----|--------------|--------------|-------|---|
| 268 | Ole Stilling | FIF Hillerød | 17,43 | 1 |
|-----|--------------|--------------|-------|---|

| | | | | |
|-----|--------------|-----------|-------|---|
| 255 | Johnny Bayer | Sigma TRI | 18,39 | 2 |
|-----|--------------|-----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|-----------------|---------|-------|---|
| 256 | Thomas Laybourn | Allerød | 19,08 | 3 |
|-----|-----------------|---------|-------|---|

| | | | | |
|-----|------------------|------------|-------|---|
| 250 | Kasper Ladefoged | Allerød AM | 19,57 | 4 |
|-----|------------------|------------|-------|---|

| | | | | |
|-----|------------------|----------|-------|---|
| 291 | Anders Ladegaard | Hørsholm | 20,53 | 5 |
|-----|------------------|----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|-----------------|-----------|-------|---|
| 253 | Christian Nanni | Sigma TRI | 21,17 | 6 |
|-----|-----------------|-----------|-------|---|

| | | | | |
|-----|----------------|------------|-------|---|
| 239 | Jens V Nielsen | Allerød AM | 24,23 | 7 |
|-----|----------------|------------|-------|---|

| | | | | |
|-----|-----------------|-----|-------|---|
| 292 | Morten Petersen | FAK | 26,18 | 8 |
|-----|-----------------|-----|-------|---|

| | | | | | |
|--------------------|-----|----------------------|------------------|-------|----|
| | 207 | Henrik Petersen | Fredensborg AK | 30,24 | 9 |
| 50-59 år | 265 | John Jacobsen | SNIK | 19,38 | 1 |
| | 264 | Carsten Buhl | Allerød AM | 20,18 | 2 |
| | 213 | Johnny Peträus | SIGMA Tri | 21,41 | 3 |
| | 241 | Jens Bille Meldgaard | Fredensborg AK | 22,50 | 4 |
| | 276 | Peter Petersen | TREYSTI | 29,04 | 5 |
| 60-69 år | 279 | Ove Dam-Sørensen | Karise | 23,53 | 1 |
| | 230 | Peter Andersen | Langgarverne | 24,51 | 2 |
| | 226 | Olav Holst | Allerød AM | 25,50 | 3 |
| 10 km damer | | | | | |
| 17-29 år | 500 | Camilla Schjøtt | Søborg | 59,36 | 1 |
| 30-39 år | 519 | Henriette Johansen | AK73 | 56,00 | 1 |
| 40-49 år | 502 | Jeanette Wærn | Novo Nordisk | 57,48 | 1 |
| 50-59 år | 573 | Nini Soja | Vedbæk | 45,52 | 1 |
| 10 km mænd | | | | | |
| 17-29 år | 521 | Søren Bo Hansen | Allerød | 48,47 | 1 |
| | 501 | Emil Jørgensen | Søborg | 58,06 | 2 |
| 30-39 år | 539 | Claus Ankjærgaard | Veddelev | 39,11 | 1 |
| | 568 | Morten Lund | | 45,32 | 2 |
| 40-49 år | 534 | Dan Bodal | | 40,13 | 1 |
| | 535 | Niels Hannibalsen | Fredensborg AK | 43,11 | 2 |
| | 575 | Claus Mørk | Lørdagsklubben | 43,26 | 3 |
| | 576 | Kim Kristoffersen | Lørdagsklubben | 44,11 | 4 |
| | 577 | Henrik Praetorius | SNIK | 44,25 | 5 |
| | 545 | Lars Ravn | SDC Athletics | 45,02 | 6 |
| | 526 | Lars Bergelius | LB-Facebook | 46,45 | 7 |
| | 523 | Dino De Marco | Virum | 47,28 | 8 |
| | 518 | Steffen Møller | | 50,50 | 9 |
| | 559 | Dan Wærn | Coop Idræt | 57,41 | 10 |
| 50-59 år | 537 | Henrik Andersen | Birkerød | 38,49 | 1 |
| | 574 | Jens Dienstrup | Codan Sport | 40,09 | 2 |
| | 532 | Bjarne Rasmussen | Langgarverne | 43,30 | 3 |
| | 546 | Torben Karlshøj | Løb for livet | 43,42 | 4 |
| | 572 | Bent Andersen | SNIK | 44,46 | 5 |
| | 530 | Erik Christensen | RAC | 49,58 | 6 |
| | 512 | Benny Schjøtt | Gentofte | 52,10 | 7 |
| 60-69 år | 524 | Niels Villumsen | BlovstrødLøverne | 46,44 | 1 |
| | 525 | Frans Andersen | Langgarverne | 48,32 | 2 |
| | 509 | Carsten Jensen | Allerød AM | 52,36 | 3 |
| | 510 | Ejvind Tarp | Allerød AM | 55,18 | 4 |
| | 560 | Elo Jacobsen | BlovstrødLøverne | 58,45 | 5 |