

# Allerød Atletik og Motion

SuperBest-løbet

11-06-2011

Ialt 197 deltagere.

## 3 km piger

0-8 år

862	Mille Pedersen	Allerød	16,59	1
864	Julie Krogh	AHK	17,32	2
894	Hannah T Mikkelsen	AHK	17,34	3
898	Frida Brøndal Grünfeld	Allerød	17,36	4
897	Sara Lenstrup	Allerød	17,49	5
896	Anne Lenstrup	Allerød	17,51	6
858	Nikoline Rath Nielsen	Allerød	17,57	7
870	Ea Marie Odgaard Jochumsen	AHK	18,59	8
891	Kira Persson	Blovstrødløverne	19,59	9
903	Jasmine Holming Werner	Allerød	21,43	10
865	Therese Lindhardt Christensen	AHK	23,59	11
874	Nora Armstrong	AHK	24,04	12
868	Nikoline J Pedersen	AHK	24,49	13

9-10 år

861	Lærke Lund	SPARTA	12,23	1
866	Helena Ring	Amager AC	13,27	2

11-12 år

860	Josefine Frederiksen	Allerød	16,38	1
856	Maria Ravn	Allerød	17,57	2
855	Julie Ørnstrøm	Mundelstrup	18,00	3

13-14 år

851	Chrisina N. Kruse		17,33	1
-----	-------------------	--	-------	---

15-99 år

883	Mette Mau	Allerød	16,09	1
887	Lisbeth Christensen	AHK	17,10	2
863	Anne Krogh	AHK	17,30	3
895	Laura T Clausen	AHK	17,45	4
879	Christina Spangsberg	Allerød	18,01	5
875	Rachel Odgard Jochumsen		19,07	6
893	Jette Persson	Allerød	20,00	7
828	Pia Poulsen	Allerød	20,01	8
889	Mette Larsen	Allerød	20,33	9
901	Cecilia Holming Werner	Allerød	21,44	10
859	Mathilde Dyrfeldt	Allerød	24,50	11

## 3 km drenge

0-8 år

899	Oscar David B Jensen	Allerød	14,37	1
888	Benjamin Larsen	Allerød	14,38	2
885	Mads-Peter Mau	Allerød	15,32	3
878	Oscar Spangsberg	Allerød	16,00	4
882	Nicklas Renne	Blovstrødløverne	16,02	5
884	Julian Holboll	Allerød	16,09	6
867	Magnus J Pedersen	AHK	16,57	7
871	Lukas Fauriskov		19,07	8
830	Jonas Poulsen	Allerød	20,10	9
869	Mads Jelbo	AHK	21,16	10

9-10 år

872	William Elmer	Greve Atletik	12,22	1
881	Rasmus Renne	Blovstrødløverne	13,24	2

900	Theis Munktvad	AOK	14,29	3
880	William Spangsberg	Allerød	15,57	4
877	Victor Yde Larsen	Allerød	16,00	5
890	Emil Yde Larsen	Allerød	17,36	6
829	Jesper Poulsen	Allerød	18,14	7
11-12 år				
873	Henning Elmer	Greve Atletik	12,06	1
832	Nikolaj Bruun_Nielsen	Allerød	13,10	2
876	Rasmus Fogh - Andersen	Allerød	13,32	3
892	Michael S Petersen	Allerød	15,21	4
13-14 år				
826	Jonas Gram Nielsen	Blovstrødløverne	11,26	1
904	Alex Ravn	Allerød	21,57	2
15-99 år				
886	Kjeld Juhl	AHK	17,09	1
831	Stig Poulsen	Allerød	18,58	2

#### 5 km damer

1154	Masha Semak	Blovstrødløverne	18,46
1150	Tine Broksø	Blovstrødløverne	18,54
1237	Katrine Dannemand	Allerød	19,56
1216	Gitte Hansen	Nybølle IF	22,24
1236	Kathe Japp Andersen	Allerød	22,45
1220	Mette F Hansen		23,08
1141	Anne Pedersen	Langgarverne	23,22
1176	Karoline Harbis	Blovstrødløverne	23,24
1202	Ulla Bruus	Allerød	23,32
1161	Anne Sofie Andersen	Blovstrødløverne	23,40
1165	Emma Mørk	Blovstrødløverne	24,24
1230	Lisbeth Jensen	Måløv	25,06
1162	Stine Øberg Nielsen	Blovstrødløverne	25,11
1226	Lene Jørgensen	Allerød OK	25,21
1131	Kirsten Helgason	Langgarverne	25,22
1214	Vibeke Arndt Skak Jensen	Allerød	26,01
1196	Lise Krühøffer	SuperBest	26,03
1211	Nina Madsen	Allerød AM	26,11
1132	Dorthe Thilde Petersen	Langgarverne	26,13
1163	Dagmar Bondo	Blovstrødløverne	26,57
1167	Ida Bech Sørensen	Blovstrødløverne	26,58
1143	Lise Stentoft	Langgarverne	27,13
1188	Annette Lyngby	Allerød	27,23
1169	Cille Hvass Holm	Blovstrødløverne	27,43
1195	Jeanette Wærn	Novo Nordisk	28,03
1201	Dorthe Svarrer	Allerød	28,16
1179	Maria Præstholt	Blovstrødløverne	28,20
1134	Tine Reztig	Langgarverne	28,34
1140	Gitte Jørgensen	Langgarverne	28,40
1128	Margrethe Krebs	Langgarverne	29,10
1158	Julie Ladefoged	Blovstrødløverne	29,24
1157	Mira Rønne	Blovstrødløverne	29,39
1182	Henriette Hansen	Blovstrødløverne	29,42
1207	Pia Blaaberg	Allerød	29,44
1135	Hanne Mørck	Langgarverne	30,28
1233	Charlotte Lichtenberg	Allerød	30,43

1187	Karna Warniem	Allerød	31,44
1209	Caroline Burlin - Ihler	Allerød	31,54
1174	Line Lauersen	Blovstrødløverne	31,55
1133	Bente Boye	Langgarverne	32,16
1212	Mille Graasbøll	Allerød	32,44
1145	Gerda Jensen	Langgarverne	32,59
1193	Julie Rønne	Blovstrødløverne	33,10
1166	Maria Ravn	Blovstrødløverne	34,11
1129	Zita Christensen	Langgarverne	35,20
1225	Camilla Jakobsen	Farum	37,09
1127	Merete Christensen	Langgarverne	37,09
1180	Helle Matzen	Blovstrødløverne	37,10

#### 5 km mænd

1153	Steffen Falck Larsen	Blovstrødløverne	15,19
1151	Kasper Hartlev	Blovstrødløverne	15,49
1155	Michael Sørensen	Blovstrødløverne	16,25
1204	Mads Unger Mikkelsen	Blovstrødløverne	17,10
1148	Casper Sørensen	Blovstrødløverne	18,12
1156	Sebastin Terp	Blovstrødløverne	18,15
1191	Kasper Petersen	SuperBest/Bløverne	19,12
1149	Bikham Singh	Blovstrødløverne	19,14
1152	Nicholas Busk	Blovstrødløverne	19,42
1210	Johnny Lehmann	Blovstrødløverne	19,47
1227	Tomas Laursen	Blovstrødløverne	19,56
1198	Kasper Ladefoged	Allerød AM	20,21
1218	Kjeld Aunstrup		20,49
1231	Jesper Nyberg Thomsen	Allerød	21,42
1142	Kim Lunding	Langgarverne	22,03
1232	Carsten Helbo	Allerød	22,40
1194	Magnus Mikkelsen	Allerød	22,44
1228	Mogens Olsen	Allerød AM	23,14
1213	Søren V Larsen	Allerød	23,17
1185	Lars Conrad Nielsen	RBK Allerød	23,39
1136	Peter Andersen	Langgarverne	23,59
1164	Jakob Wied	Blovstrødløverne	24,03
1172	Andreas Simonsen	Blovstrødløverne	24,04
1197	Dan Nielsen	Allerød AM	24,17
1235	Søren Jensen	Allerød	24,27
1160	Emil Carlsson	Blovstrødløverne	24,37
1170	Mikkel Præstholt	Blovstrødløverne	24,52
1130	Benjamin Demsitz	Langgarverne	24,58
1215	Jakob SV Larsen	Allerød AM	25,38
1219	Mikkel Aunstrup		25,57
1229	KasperHolm Møller	Allerød	25,59
1192	Martin Friis Sunesen	skævinge	26,00
1205	Jakob	Allerød	26,28
1146	Boris Hansen	Langgarverne	26,29
1234	Andy Sundstrøm	Allerød AM	26,33
1217	Niclas Lykke	Allerød	26,35
1171	Frederik Ulrich	Blovstrødløverne	26,57
1184	Torben Mørch	Blovstrødløverne	27,01
1181	Thomas Ulrich	Blovstrødløverne	27,02

1203	Mikael Frederiksen	Allerød AM	27,05
1206	Tom Christensen	AHK	27,09
1223	Henrik Holm	Blovstrødløverne	27,44
1200	Mikkel Berggreen	Allerød	27,56
1199	Peter Berggreen		27,57
1144	Bjørn Lindstrøm	Langgarverne	28,20
1186	Carl-Erik Østberg	Allerød	28,48
1224	William Holming Werner	Allerød	28,59
1139	Kim Jensen	Langgarverne	29,29
1208	Torben Kristensen	Allerød	29,37
1222	Vagn Jensen	Allerød	30,15
1173	Emil Koch Kronil	Blovstrødløverne	30,20
1190	David Clifford Hermansen		31,25
1189	Christopher Hermansen		31,25
1159	Magnus Emil	Blovstrødløverne	33,35
1177	Owen K Murphy	Blovstrødløverne	33,36
1183	Frederik Foldager	Blovstrødløverne	34,10
1168	Oscar Frederiksen	Blovstrødløverne	35,37
1175	Ulrik Specht	Blovstrødløverne	36,19

#### 10 km damer

1583	Dorte Dahl	Blovstrødløverne	39,55
1588	Ditte Rust	Allerød	44,34
1584	Jette Schmidt	Blovstrødløverne	46,34
1580	Esther Jørgensen	Langgarverne	47,31
1604	Helle Friberg	SigamaTRI	49,35
1581	Helle Rejkjær	Langgarverne	53,26
1606	Tine Kobs	Allerød	57,51
1572	Margit Ulmer	Langgarverne	61,01

#### 10 km mænd

1582	Lasse S Jacobsen	Blovstrødløverne	32,21
1585	Per le Fevre Hansen	Blovstrødløverne	35,24
1611	Peter Sandvang	Hillerød	37,46
1603	Dan Bodal		38,40
1610	Mikkel Kelstrup		39,50
1599	Bo Schmidt Mikkelsen	Blovstrødløverne	39,57
1592	Hans Elmer	Greve Trim	40,54
1573	Allan Nielsen	Langgarverne	43,38
1594	Lars Ravn	SDC Athletic	44,22
1571	Leif Jensen	Langgarverne	44,24
1579	Thomas Iversen	Langgarverne	45,59
1578	Erik Petersen	Langgarverne	47,00
1589	Erik Rust	Allerød	47,10
1605	Carsten Kruse Adamsen		47,58
1596	Niels Villumsen	Blovstrødløverne	48,00
1591	Carsten Jensen	Allerød AM	49,53
1574	Claus Petersen	Langgarverne	51,22
1600	Gustav Helms	Lyngø	51,46
1570	Henning Coff	Langgarverne	51,50
1598	Olav Holst	Allerød AM	52,23
1593	Tobias Graasbøll	Allerød	52,57
1576	Leif Pedersen	Langgarverne	55,03

1597	Jeppe Sørensen	Brøndby Tri	56,58
1608	Pascal Kobs	Allerød	57,52
1590	Dan Wærn	Coop Idræt	58,27
1575	Christian Hansen	Langgarverne	62,13
1601	Aksel Helms	Lynge	74,39
1602	Erik K Helms	Lynge	74,40