

# Allerød Atletik og Motion

Samlet serieudskrift af løb 1 - 5 20-11-2016 - 19-03-2017

Serieplacering er beregnet ud fra placeringer og tider i de 3 bedste løb

## 3 km piger

### 0-10 år

7	Aline Bruhn	FIF Hillerød	1	15,34	0	0,00	1	14,57	1	14,58	0	0,00
10	Kamma Andersen	OK Øst	0	0,00	1	17,43	2	17,24	0	0,00	0	0,00
2	Molly Huber	Allerød	2	29,34	0	0,00	3	35,54	0	0,00	0	0,00
24	Anna Foss	Egedal Løbeklu	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	24,14	0	0,00
23	Sofie Foss	Egedal Løbeklu	0	0,00	0	0,00	0	0,00	3	24,16	0	0,00
20	Liva M Larsen	Gentofte	0	0,00	0	0,00	0	0,00	4	30,14	0	0,00

### 11-12 år

4	Sofie Boas Olsen	Hørsholm	2	21,39	1	20,43	0	0,00	2	20,16	0	0,00
17	Asta Exner Jensen	Allerød AM	0	0,00	0	0,00	1	17,28	1	19,45	0	0,00
5	Ellen Christensen	Søborg	1	20,30	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
9	Ida Sofie Winter	Hørsholm	0	0,00	2	20,44	0	0,00	0	0,00	0	0,00

### 13-14 år

8	Josefine Petersen	SIGMATRI	1	15,06	0	0,00	1	14,46	1	16,16	0	0,00
6	Astrid Christensen	Søborg	2	17,54	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
14	Andrea Hern	Allerød AM	0	0,00	0	0,00	2	18,47	0	0,00	0	0,00

### 15-99 år

1	Marie Huber	Allerød	1	29,35	0	0,00	2	35,55	0	0,00	0	0,00
15	Astrid Christensen		0	0,00	0	0,00	1	18,30	0	0,00	0	0,00
19	Jeanette Nielsen	Gentofte	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	30,15	0	0,00

## 3 km drenge

### 0-10 år

16	Nor Lindhart	Allerød	0	0,00	0	0,00	1	18,06	1	17,35	0	0,00
3	Carl Huber	Allerød	1	28,19	0	0,00	3	35,48	0	0,00	0	0,00
12	Johannes Jacobsen	Allerød AM	0	0,00	0	0,00	2	22,45	0	0,00	0	0,00
22	Simon Vegeberg	Egedal Løbeklu	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	24,25	0	0,00
11	Karl Oskar	Hellerup	0	0,00	0	0,00	4	35,50	0	0,00	0	0,00

### 11-12 år

21	William Larsen	Gentofte	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	29,03	0	0,00
----	----------------	----------	---	------	---	------	---	------	---	-------	---	------

### 13-14 år

18	Johannes Rolin	Allerød AM	0	0,00	0	0,00	1	14,29	1	14,23	0	0,00
13	Noah Kosack	Allerød AM	0	0,00	0	0,00	2	21,12	2	22,38	0	0,00
25	Rasmus N Vegeberg	Egedal Løbeklu	0	0,00	0	0,00	0	0,00	3	23,02	0	0,00

## 5 km damer

### 0-16 år

220	Eline Laanstra	Hillerød	1	27,15	1	29,18	0	0,00	0	0,00	0	0,00
263	Linnea Roos	SIGMATRI	0	0,00	0	0,00	1	29,04	0	0,00	0	0,00
271	Anemone Liv Stabell	HVAM	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	37,38	0	0,00

### 17-29 år

213	Line Trolle	Novo Nordisk	1	28,50	0	0,00	1	29,23	1	29,56	0	0,00
208	Runa Rask	SIGMATRI	2	30,55	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00

### 30-39 år

225	Gitte Hansen	Allerød AM	1	24,57	0	0,00	1	25,10	1	25,36	0	0,00
-----	--------------	------------	---	-------	---	------	---	-------	---	-------	---	------

243	Gunver Justesen	Albertslund	0	0,00	2	49,52	2	49,52	0	0,00	0	0,00
246	Camilla Riel	København	0	0,00	1	31,38	0	0,00	0	0,00	0	0,00
274	Jane Sepstrup	København	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	30,55	0	0,00
201	Maj-Britt Garbers	Allerød	2	35,28	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>40-49 år</b>												
224	Charlotte Bjørlig	SIGMATRI	1	25,21	0	0,00	1	24,36	2	25,28	0	0,00
252	Malene Barrè Pedersen	Hillerød	0	0,00	1	25,40	0	0,00	3	26,28	0	0,00
251	Mette Schwartzlose	Hørsholm	0	0,00	2	28,21	0	0,00	4	28,57	0	0,00
275	Christina Sørensen	Tisvilde OK	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	24,38	0	0,00
264	Christina Snedker	Farum OK	0	0,00	0	0,00	2	27,06	0	0,00	0	0,00
261	Maria Wernevi	Hellerup	0	0,00	0	0,00	3	29,13	0	0,00	0	0,00
260	Dorthe Richards	Solrød	0	0,00	0	0,00	4	29,41	0	0,00	0	0,00
272	Dorthe Grankvist	Frontrunners	0	0,00	0	0,00	0	0,00	5	36,53	0	0,00
268	Lotte L Vegberg	Egedal Løbeklu	0	0,00	0	0,00	0	0,00	6	38,26	0	0,00
266	Bodil Fos	Egedal Løbeklu	0	0,00	0	0,00	0	0,00	7	38,29	0	0,00
<b>50-59 år</b>												
227	Sanne Lassen	SIGMATRI	1	24,38	2	23,47	2	25,01	0	0,00	0	0,00
210	Jytte Wamberg	Tisvildeleje	4	30,04	3	29,32	4	29,18	1	30,36	0	0,00
255	Helle Holm-Nielsen	SIGMATRI	0	0,00	1	23,09	1	23,20	0	0,00	0	0,00
223	Maja Vej	LFL Roskilde	2	25,27	0	0,00	3	25,37	0	0,00	0	0,00
211	Marianne Trolle	Blovstrødløver	3	29,11	0	0,00	5	30,14	0	0,00	0	0,00
270	Judith Stabell	Hvidovre	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	37,43	0	0,00
269	Tin Mogensbæk	Frontrunner	0	0,00	0	0,00	0	0,00	3	37,56	0	0,00
245	Marianne Røepsstorff	Holte	0	0,00	4	32,31	0	0,00	0	0,00	0	0,00
267	Susanne Westphalen	Egedal Løbeklu	0	0,00	0	0,00	0	0,00	4	38,27	0	0,00
203	Hanne Tynell	Novo Nordisk	5	32,18	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>60-69 år</b>												
215	Nina Madsen	Blovstrødløver	1	28,39	1	27,54	1	31,13	1	30,19	0	0,00
244	Karin Thoms Rasmussen	Langgarverne	0	0,00	3	36,16	2	35,41	0	0,00	0	0,00
247	Lillian Møller	Allerød	0	0,00	2	30,49	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>70-79 år</b>												
221	Esther Jørgensen	Fredensborg A	1	26,58	1	26,25	1	27,39	0	0,00	0	0,00
<b>5 km mænd</b>												
<b>0-16 år</b>												
240	Elias B Pedersen	Hillerød Atletik	1	20,47	1	22,57	0	0,00	3	24,49	0	0,00
209	Alfred Roepstorff	Holte	5	30,53	2	30,25	0	0,00	0	0,00	0	0,00
202	Thijs Laanstra	Hillerød	7	34,05	3	32,29	0	0,00	0	0,00	0	0,00
279	Valdemar Solok	SIGMATRI	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	18,15	0	0,00
262	Axel Wernevi	Hellerup	0	0,00	0	0,00	1	29,11	0	0,00	0	0,00
278	Tobias Olloz	Tisvilde OK	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	21,34	0	0,00
236	Leon Hamann	A C Pain	2	22,16	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
231	Rasmus Friis Preisler		3	24,15	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
230	Oscar Tingager	Allerød	4	24,15	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
206	Felix Bayer	Allerød	6	31,41	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>17-29 år</b>												
242	KasperHenrik Pedersen	SIGMATRI	1	20,02	1	19,13	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>30-39 år</b>												
241	Nickolai Thoms Christens	Langgarverne	1	20,37	1	20,35	0	0,00	0	0,00	0	0,00

**40-49 år**

239	Kasper Ladefoged	Blovstrødløver	1	21,48	1	21,39	1	21,40	0	0,00	0	0,00
238	Jesper Lorenzen	Tri Nord	2	21,56	0	0,00	2	21,52	1	22,20	0	0,00
226	Peter Rask Møller	SIGMATRI	5	24,52	2	24,34	0	0,00	0	0,00	0	0,00
219	Reinout Laanstra	Novo løbeklub	6	27,16	4	29,20	0	0,00	0	0,00	0	0,00
276	Kian R Stenberg	Allerød AM	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	23,46	0	0,00
237	Martin Christensen	Novo Nordisk	3	22,10	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
265	Rolf Christiansen	Langgarverne	0	0,00	0	0,00	3	22,20	0	0,00	0	0,00
249	Ib H Trobjerg	Allerød	0	0,00	3	29,05	0	0,00	0	0,00	0	0,00
273	Jan Vegeberg	Egedal løbeklu	0	0,00	0	0,00	0	0,00	3	34,56	0	0,00
234	Steffen Hamann	A C Pain	4	23,15	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
205	Bjørn Bayer	Novo Nordisk	7	31,42	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00

**50-59 år**

256	Marius Ejby Poulsen	SIGMATRI	0	0,00	2	20,19	2	21,03	1	21,19	0	0,00
233	Peter Høst	Hillerød	1	23,20	0	0,00	3	22,48	2	23,22	0	0,00
232	Carsten Dysted	SIGMATRI	2	23,30	3	22,38	4	23,06	0	0,00	0	0,00
229	Christian Nanni	SIGMATRI	3	24,23	6	24,06	5	24,01	3	23,55	0	0,00
222	Hans Egon Møller	Langgarverne	4	25,42	0	0,00	7	25,46	4	26,43	0	0,00
257	Torben Bille	Run4all	0	0,00	1	19,47	1	20,28	0	0,00	0	0,00
253	Jens V Nielsen	Allerød AM	0	0,00	5	23,50	6	24,10	0	0,00	0	0,00
207	Søren Roepstorff	Holte	5	30,55	8	30,26	0	0,00	0	0,00	0	0,00
254	Peer Kromann Nilsen	Græsted	0	0,00	4	23,29	10	32,00	0	0,00	0	0,00
250	Jan Schjøtt	Allerød	0	0,00	7	29,01	0	0,00	0	0,00	0	0,00
259	Kim Lindberg	Slangerup	0	0,00	0	0,00	8	30,46	0	0,00	0	0,00
258	Jon Kosack	Allerød AM	0	0,00	0	0,00	9	31,25	0	0,00	0	0,00

**60-69 år**

235	Carsten Buhl	Allerød AM	1	22,31	1	21,44	1	22,46	1	22,56	0	0,00
217	Dan Nielsen	Allerød AM	3	27,38	0	0,00	2	27,21	2	29,15	0	0,00
228	Bjarne Rasmussen	Langgarverne	2	24,33	2	24,04	4	48,28	0	0,00	0	0,00
212	Olav Holst	Allerød AM	4	29,08	3	28,43	0	0,00	0	0,00	0	0,00
204	Poul Møller Hansen	Blovstrødløver	5	32,06	0	0,00	3	30,55	0	0,00	0	0,00
248	Peter T. Christensen	Allerød	0	0,00	4	29,25	0	0,00	0	0,00	0	0,00

**70-79 år**

218	Mogens Olsen	Allerød AM	1	27,20	1	26,39	0	0,00	1	26,59	0	0,00
216	Kjeld Beck	FAK	2	28,22	2	27,00	0	0,00	2	28,52	0	0,00
214	Mogens Winkler	Allerød AM	3	28,46	3	27,37	1	27,46	3	29,55	0	0,00
200	Elo Jacobsen	Blovstrødløver	4	39,03	0	0,00	2	40,19	4	45,35	0	0,00

**90-100 år**

277	N n	Ukendt klub	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	23,38	0	0,00
-----	-----	-------------	---	------	---	------	---	------	---	-------	---	------

**10 km damer****0-16 år**

501	Linnea Roos	Allerød	1	60,33	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
-----	-------------	---------	---	-------	---	------	---	------	---	------	---	------

**17-29 år**

563	Lise V Hansen	København	0	0,00	0	0,00	1	46,51	0	0,00	0	0,00
549	Katrine Hauberg	Novo løbeklub	0	0,00	0	0,00	2	58,17	0	0,00	0	0,00

**30-39 år**

546	Katia k Nielsen	København	0	0,00	0	0,00	2	60,43	1	62,55	0	0,00
537	Lena L. Tynell	Allerød	0	0,00	1	50,25	0	0,00	0	0,00	0	0,00

553	Anne Linnea Lindberg	København	0	0,00	0	0,00	1	54,05	0	0,00	0	0,00
529	Karina Kromann Nielsen	København	0	0,00	2	58,26	0	0,00	0	0,00	0	0,00
547	Camilla Riel	København	0	0,00	0	0,00	3	62,39	0	0,00	0	0,00
<b>40-49 år</b>												
518	Magdalena Kott	Blovstrødløver	1	45,28	1	44,14	0	0,00	2	45,35	0	0,00
541	Tine Broksø	Blovstrødløver	0	0,00	2	46,19	1	43,34	0	0,00	0	0,00
513	Camilla Grün	#TRIX-14	2	47,15	0	0,00	0	0,00	3	49,00	0	0,00
506	Hanne B Rasmussen	Allerød	3	52,24	4	50,08	0	0,00	0	0,00	0	0,00
533	Rikke Niebuhr	Novo løbeklub	0	0,00	5	54,02	0	0,00	4	52,18	0	0,00
502	Sanne Hundborg	TRI-EX 14	4	59,21	0	0,00	0	0,00	6	65,10	0	0,00
572	Gitte Holst Christensen	Farum	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	38,54	0	0,00
557	Inge Christensen	Tåstrup	0	0,00	0	0,00	2	50,29	0	0,00	0	0,00
539	Birgit Holm	Langgarverne	0	0,00	3	49,19	0	0,00	0	0,00	0	0,00
567	Sanne Vinten	Hividovre	0	0,00	0	0,00	0	0,00	5	65,00	0	0,00
<b>50-59 år</b>												
509	Carina Møller	SIGMATRI	1	51,32	1	52,50	0	0,00	1	54,07	0	0,00
530	Hanne Tynell	Novo løbeklub	0	0,00	3	58,19	2	57,52	2	58,02	0	0,00
554	Trine Danvold	Ninjas	0	0,00	0	0,00	1	53,41	0	0,00	0	0,00
531	Hanne Nyling	Fredensborg A	0	0,00	2	57,25	0	0,00	0	0,00	0	0,00
526	Pernille Svane	Søborg	0	0,00	4	59,30	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>60-69 år</b>												
504	Kathe Japp	Allerød	1	55,19	0	0,00	1	55,42	1	57,05	0	0,00
<b>70-79 år</b>												
570	Esther Jørgensen	Fredensborg A	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	58,03	0	0,00
<b>10 km mænd</b>												
<b>0-16 år</b>												
568	Daniel Larsen	Gentofte	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	64,58	0	0,00
<b>30-39 år</b>												
503	Søren Bo Hansen	Allerød	1	55,48	2	49,42	4	47,07	0	0,00	0	0,00
542	Christian Andetsen	OK øst	0	0,00	1	45,15	1	43,45	0	0,00	0	0,00
500	Henrik H- Roos	Allerød	2	60,34	0	0,00	3	46,58	0	0,00	0	0,00
564	Martin Petzold	Novo løbeklub	0	0,00	0	0,00	2	45,05	0	0,00	0	0,00
535	John Andersen	SIGMATRI	0	0,00	3	51,17	0	0,00	0	0,00	0	0,00
558	Anders Winsrøm	Allerød	0	0,00	0	0,00	5	49,20	0	0,00	0	0,00
555	Nikolaj Kjær	Charlottenlund	0	0,00	0	0,00	6	51,25	0	0,00	0	0,00
550	Rune Sandberg	København	0	0,00	0	0,00	7	56,22	0	0,00	0	0,00
<b>40-49 år</b>												
522	Allan Thorsen	Novo løbeklub	3	41,55	2	39,57	2	40,21	1	41,05	0	0,00
521	Jan Wodschow	SIGMATRI	4	42,50	4	41,07	3	42,27	0	0,00	0	0,00
519	Frederik Storgaard		5	44,05	0	0,00	4	42,38	2	45,11	0	0,00
512	Henrik Husum Nielsen	Valby runners	7	47,26	7	48,25	0	0,00	4	47,29	0	0,00
505	Mogens Andersen	Allerød	10	55,16	11	53,48	12	53,08	5	55,01	0	0,00
507	Anders Spaabæk		9	52,11	8	49,23	11	50,44	0	0,00	0	0,00
525	Thomas Laybourn	Blovstrødløver	1	39,52	1	38,36	0	0,00	0	0,00	0	0,00
524	Nikolaj Mathiesen	Langgarverne	2	41,00	3	40,11	0	0,00	0	0,00	0	0,00
543	Martin Christensen	Novo løbeklub	0	0,00	6	43,50	5	43,48	0	0,00	0	0,00
544	Christian Thodsen	Blovstrødløver	0	0,00	5	43,25	6	44,06	0	0,00	0	0,00
515	Martin Hansen	Løb for livet	6	46,56	0	0,00	7	46,38	0	0,00	0	0,00

538	B.Risum	Novo løbeklub	0	0,00	9	49,43	10	50,36	0	0,00	0	0,00
566	Jonas Brandsbjerg	Langgarverne	0	0,00	0	0,00	1	38,29	0	0,00	0	0,00
571	Kasper Ladefoged	Blovstrødløver	0	0,00	0	0,00	0	0,00	3	45,20	0	0,00
562	Kian R Stenberg	Allerød AM	0	0,00	0	0,00	8	46,57	0	0,00	0	0,00
511	Thomas Steenberg	Løb for livet	8	49,41	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
561	Klaus Lanlaoff	Hellerup	0	0,00	0	0,00	9	46,59	0	0,00	0	0,00
536	Morten Olsen	Greve	0	0,00	10	51,03	0	0,00	0	0,00	0	0,00
532	Michael Frederiksen	VRK	0	0,00	12	57,08	0	0,00	0	0,00	0	0,00
551	Jason Richard	Solrød	0	0,00	0	0,00	13	56,01	0	0,00	0	0,00
527	Søren Norup	Fredensborg A	0	0,00	13	59,25	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>50-59 år</b>												
523	Dan Bodal	Langgarverne	1	41,29	1	40,30	1	40,39	1	41,22	0	0,00
520	Lars Erichsen	FAK	2	43,04	3	41,42	3	42,01	0	0,00	0	0,00
517	Martin Funk Larsen	Blovstrødløver	3	45,39	5	44,04	4	45,05	2	45,21	0	0,00
545	Henrik Larsen	Blovstrødløver	0	0,00	2	40,51	2	41,45	0	0,00	0	0,00
516	Lars Ravn	Blovstrødløver	4	45,43	4	43,53	0	0,00	0	0,00	0	0,00
548	Tommy Chistensen	CBS	0	0,00	0	0,00	7	58,41	3	59,22	0	0,00
569	Jan Orla Nielsen	Farum	0	0,00	0	0,00	0	0,00	4	61,09	0	0,00
560	Michael Aistrup	Herlev Løberne	0	0,00	0	0,00	5	48,24	0	0,00	0	0,00
510	Søren Kold Hansen	SIGMATRI	5	51,14	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
540	Jens Berg	Novo løbeklub	0	0,00	6	48,45	0	0,00	0	0,00	0	0,00
552	Gert Sloth Jensen	Solrød	0	0,00	0	0,00	6	54,30	0	0,00	0	0,00
528	Morten Drost	Søborg	0	0,00	7	58,54	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>60-69 år</b>												
514	Torben Karlshøj	Køge Tri	1	47,07	1	46,23	1	47,51	0	0,00	0	0,00
534	Erik Christensen	RAC	0	0,00	2	53,45	4	51,45	2	52,59	0	0,00
508	Erik Pedersen	Langgarverne	2	51,33	0	0,00	5	52,00	3	53,29	0	0,00
559	Mads A Simonsen	Langgarverne	0	0,00	0	0,00	2	48,54	1	49,39	0	0,00
556	René Petersen	Rødovre	0	0,00	0	0,00	3	51,14	0	0,00	0	0,00