

# Allerød Atletik og Motion

Samlet serieudskrift af løb 1 - 5 19-11-2017 - 18-03-2018

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

## 3 km piger

### 11-12 år

7	Sofie Boas Olsen	Hørsholm	1	21,40	1	20,16	1	20,03	2	20,48	1	19,26
24	Emilie Beck	Fredensborg A	0	0,00	2	24,06	2	20,34	0	0,00	2	20,44
33	Frida Grooss	Allerød OK	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	14,56	0	0,00

### 13-14 år

26	Hannah T Mikkelsen	Allerød AM	0	0,00	1	14,15	2	14,01	1	14,04	1	14,10
18	Afina Sama Elshan	Allerød AM	1	14,40	2	14,17	1	13,53	0	0,00	0	0,00
17	Asta Exner Jensen	Allerød AM	2	14,55	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
34	Hedda Grooss	Blovstrødløver	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	14,21	0	0,00
16	Clara Amalie Dalgaard	Fredensborg A	3	15,11	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
9	Anemone Liv Stabell	HVAM	4	20,23	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00

### 15-99 år

11	Emilie Hagedorn Gessø	Hansenklanen	2	19,08	1	21,27	1	21,06	0	0,00	1	19,23
21	Nikoline Alnøe	SIGMATRI	1	14,01	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
32	Lærke Worsaae Rask	Holte	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	17,10	0	0,00
31	Birgitte Weisbjerg	Allerød	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	22,28	0	0,00
37	Tania Randrup	Vipperød	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	30,35
1	Trine Borst	Allerød	3	28,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00

## 3 km drenge

### 0-10 år

13	Nor Lindhart	Allerød	2	17,33	1	17,22	0	0,00	1	16,34	1	16,02
15	Emil Præst Pedersen	Allerød OK	1	17,30	2	17,33	1	18,46	2	16,48	3	17,12
10	Marcus Weisbjerg	Allerød	3	20,02	0	0,00	3	23,14	3	17,53	2	16,51
4	Viktor Pedersen	Allerød OK	4	25,11	4	48,09	0	0,00	0	0,00	5	38,04
29	Oskar Laursen	Allerød	0	0,00	0	0,00	2	20,15	0	0,00	0	0,00
25	Emil Kundal	BAC	0	0,00	3	18,16	0	0,00	0	0,00	0	0,00
38	William Huss Randrup	Vipperød	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00	4	30,34
3	Kasper Jacobsen	Allerød	5	25,15	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
2	Malthe H Borst	Allerød	6	28,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00

### 11-12 år

23	Gustav Gessø	Hansenklanen	1	9,07	1	17,14	2	18,18	0	0,00	1	14,34
6	Magnus Nyrop Ellingsøe	Allerød	4	22,53	2	22,27	0	0,00	1	21,52	2	21,17
14	Johannes Jacobsen	Allerød AM	2	17,32	0	0,00	1	17,33	0	0,00	0	0,00
12	Noa Mose Thomsen	Allerød	3	17,58	3	22,56	0	0,00	0	0,00	0	0,00

### 13-14 år

20	Johannes Stenberg	Allerød AM	1	14,15	1	15,01	1	15,26	2	15,28	0	0,00
19	Lucas Spuur	HVAM	2	14,26	2	15,29	2	15,30	0	0,00	1	14,18
35	Nichlas Dissing	Team Mors	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	13,50	0	0,00
36	Benjamin Beck	Becksrund	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	14,54

### 15-99 år

22	Gustav Dalsgaard	SIGMATRI	1	12,58	1	13,05	0	0,00	1	13,00	3	31,02
5	Morten Nyrop Ellingsøe	Allerød	3	22,59	2	22,32	0	0,00	2	22,01	2	21,25
39	Kim Plambech Larsen	Ølstykke cykelk	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	14,23

28	Jakob Laursen	Allerød	0	0,00	0	0,00	1	20,16	0	0,00	0	0,00
8	Bubby Stabel	Hvidovre	2	20,25	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
27	Jakob Bonne Weisbjerg	Allerød	0	0,00	0	0,00	2	23,16	0	0,00	0	0,00
30	Palle Pedersen	Helsingør	0	0,00	0	0,00	0	0,00	3	28,06	0	0,00

## 5 km damer

### 0-16 år

123	Linnea Funk Larsen	Allerød	1	25,17	2	25,18	0	0,00	1	24,15	1	25,07
139	Laura Stenderup	Holte Atletik	0	0,00	1	24,48	0	0,00	0	0,00	0	0,00
111	Amalie Nikoline Larsen	Hansenklanen	2	29,18	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00

### 17-29 år

105	Nadia Lundgren	Allerød	2	32,02	1	32,50	0	0,00	1	29,45	1	30,14
110	Runa Rask	SIGMATRI	1	29,20	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00

### 30-39 år

119	Gitte Hansen	Allerød AM	1	26,22	1	25,39	1	26,03	1	25,49	1	24,31
-----	--------------	------------	---	-------	---	-------	---	-------	---	-------	---	-------

### 40-49 år

124	Charlotte Bjørlig	SIGMATRI	1	25,16	0	0,00	1	25,24	1	24,35	0	0,00
109	Mette Schwartzlose	Hørsholm	4	29,53	1	30,15	2	28,15	2	27,55	1	27,48
112	Signe Hagedorn Gessø	Langgarverne	3	29,16	2	30,30	3	28,56	0	0,00	2	29,27
121	Gry Bandholm	SIGMATRI	2	26,04	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
153	Christina Espersen	Team Mor	0	0,00	0	0,00	0	0,00	3	29,49	0	0,00
159	Lotte Tørholm	Virum	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00	3	33,56
146	Rose Larsen	Hansenklanen	0	0,00	0	0,00	4	40,16	0	0,00	0	0,00

### 50-59 år

113	Anne V Hansen	Degnemoseløb	1	28,52	1	28,23	1	28,16	1	27,59	1	27,39
132	Marianne Røpsstorff	Becksrunn	0	0,00	2	33,21	3	32,10	0	0,00	0	0,00
147	Hanne Clausen	Allerød	0	0,00	0	0,00	2	29,53	0	0,00	0	0,00
107	Dorte Serop	Birkerødderne	2	31,07	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
160	Hanne Randrup	Vipperød	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	34,54
106	Helle Friberg	SigamaTRI	3	31,09	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
104	Judith Stabell	Hvidovre	4	32,12	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00

### 60-69 år

149	Kathe Japp	Allerød	0	0,00	0	0,00	1	28,11	1	27,46	1	30,36
134	Nina Madsen	Blovstrødløver	0	0,00	2	30,05	2	30,43	2	30,08	2	30,37
101	Karin Thoms Rasmussen	Langgarverne	1	36,28	0	0,00	3	37,30	3	40,12	3	37,58
144	Hanne Tynell	Novo løbeklub	0	0,00	1	29,44	0	0,00	0	0,00	0	0,00

### 70-79 år

115	Esther Jørgensen	Fredensborg A	1	28,27	0	0,00	1	29,03	0	0,00	0	0,00
-----	------------------	---------------	---	-------	---	------	---	-------	---	------	---	------

## 5 km mænd

### 0-16 år

140	Elias B Pedersen	Hillerød Atletik	0	0,00	1	24,01	0	0,00	1	23,41	1	22,54
133	Alfred Roepstorff	Becksrunn	0	0,00	4	33,20	1	26,44	0	0,00	0	0,00
122	Noah Anker-Møller	SIGMATRI	1	26,03	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
137	Tobias Stederup	SIGMATRI	0	0,00	2	25,17	0	0,00	0	0,00	0	0,00
161	Noah Andersen	Fredensborg A	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	31,01
136	Benjamin Beck	Becksrunn	0	0,00	3	27,54	0	0,00	0	0,00	0	0,00

### 17-29 år

114	Martin A Nielsen	Allerød	1	28,33	1	28,55	0	0,00	1	25,37	1	24,19
-----	------------------	---------	---	-------	---	-------	---	------	---	-------	---	-------

### 30-39 år

126	Søren Mose Thomsen	Allerød	1	24,45	2	25,14	0	0,00	0	0,00	0	0,00
145	Jonas Bramsted	Blovstrødløver	0	0,00	1	19,20	0	0,00	0	0,00	0	0,00
157	Dennis Lauritzen	Helsingør	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	22,34	0	0,00
156	Jeppe Taunø	Helsingør	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	24,18	0	0,00
<b>40-49 år</b>												
143	Thomas Laybourn	Blovstrødløver	0	0,00	1	20,22	1	19,47	0	0,00	1	20,12
131	Kim Plambech Larsen	Ølstykke cykelk	1	23,13	2	23,38	3	22,29	0	0,00	0	0,00
158	Jesper Grooss	Allerød OK	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	21,38	0	0,00
152	Michael Pedersen skovlu	Tronggården IF	0	0,00	0	0,00	2	20,42	0	0,00	0	0,00
154	Tony Ottenbros	Helsingør	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	28,17	0	0,00
<b>50-59 år</b>												
127	Christian Nanni	SIGMATRI	1	24,24	2	22,35	3	23,14	1	23,29	1	22,11
138	Jens V Nielsen	Allerød AM	0	0,00	3	25,06	0	0,00	2	24,03	2	23,07
135	Per Finderup Sørensen	Degnemoseløb	0	0,00	4	28,30	4	25,47	0	0,00	3	25,25
151	Søren Povlsen	Amager AC	0	0,00	0	0,00	1	20,57	0	0,00	0	0,00
142	Marius Poulsen	SIGMATRI	0	0,00	1	21,37	0	0,00	0	0,00	0	0,00
150	Henrik Lundgren	Blovstrødløver	0	0,00	0	0,00	2	21,15	0	0,00	0	0,00
125	Lars Hasløv	Allerød	2	25,14	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
155	Bent Ottenbos	Helsingør	0	0,00	0	0,00	0	0,00	3	28,10	0	0,00
<b>60-69 år</b>												
130	Carsten Buhl	Allerød AM	1	23,19	1	23,00	1	23,10	0	0,00	1	22,30
129	Carsten Dysted	SIGMATRI	2	24,04	3	23,55	0	0,00	1	24,02	2	23,37
128	Bjarne Rasmussen	Langgarverne	3	24,12	4	24,43	2	24,48	2	24,32	3	23,40
120	Hans Egon Møller	Langgarverne	4	26,20	0	0,00	3	26,43	3	25,51	4	26,03
108	Olav Holst	Allerød AM	5	30,52	5	31,32	0	0,00	0	0,00	0	0,00
141	Mads Andreas Simonsen	Langgarverne	0	0,00	2	23,51	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>70-79 år</b>												
118	Mogens Olsen	Allerød AM	1	26,38	1	26,20	1	26,51	1	26,35	0	0,00
117	Mogens Winkler	Allerød AM	2	27,49	2	28,15	2	27,02	2	27,02	1	26,12
116	Kjeld Beck	FAK	3	28,23	3	28,58	3	28,13	0	0,00	3	34,56
103	Carsten Jensen	Allerød AM	4	32,56	0	0,00	5	32,09	3	31,29	2	31,14
100	Ole Nederschier	Blovstrødløver	6	36,57	5	37,26	6	35,35	0	0,00	0	0,00
102	Poul Møller Hansen	Blovstrødløver	5	34,22	4	35,30	0	0,00	0	0,00	0	0,00
148	Claus Blomhøj	Frederiksværk	0	0,00	0	0,00	4	28,40	0	0,00	0	0,00
<b>10 km damer</b>												
<b>17-29 år</b>												
422	Lise Vallø Hansen	København Ø	1	44,20	1	43,35	0	0,00	0	0,00	1	44,35
<b>40-49 år</b>												
419	Magdalena Kott	Blovstrødløver	1	46,39	1	46,46	0	0,00	1	47,46	1	45,01
415	Helene Lykkegaard	Novo løbeklub	2	49,36	2	52,06	0	0,00	2	49,20	2	48,01
413	Henriette Draborg	Novo løbeklub	3	51,24	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
441	Rikke Niebuhr	Novo løbeklub	0	0,00	0	0,00	0	0,00	3	54,10	0	0,00
400	Rose Larsen	Hansenklanen	4	68,54	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>50-59 år</b>												
409	Hanne Rasmussen	Porsevig IF	1	53,57	1	53,55	1	52,28	2	51,51	1	51,30
406	Carina Møller	SIGMATRI	2	56,25	2	55,54	2	54,35	1	51,16	0	0,00
432	Lotte Friberg	Blovstrødløver	0	0,00	3	56,10	3	56,33	3	55,53	0	0,00
402	Hanne Milling	Fredensborg A	3	59,12	4	56,26	4	57,16	0	0,00	2	60,23

<b>60-69 år</b>												
437	Hanne Tynell	Novo løbeklub	0	0,00	0	0,00	1	57,29	1	58,03	1	56,16
<b>10 km mænd</b>												
<b>0-16 år</b>												
434	Emil Kildahl Døssing	SIGMATRI	0	0,00	1	55,09	0	0,00	0	0,00	0	0,00
433	Sebastian Staal	SIGMATRI	0	0,00	2	55,17	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>17-29 år</b>												
420	Lukas Storgaard	SIGMATRI	1	46,34	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>30-39 år</b>												
414	Søren Bo Hansen	Allerød	1	50,42	0	0,00	1	49,37	1	50,23	0	0,00
446	Martin Randrup	Vipperød	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	47,46
<b>40-49 år</b>												
426	Thomas Gessø	Langgarverne	3	43,26	1	43,15	3	42,18	2	45,19	1	44,26
417	Kian R Stenberg	Allerød AM	5	47,31	4	47,22	0	0,00	3	45,55	2	45,23
416	Peter Rask Møller	SIGMATRI	6	49,13	0	0,00	4	47,17	4	47,20	0	0,00
408	Anders Spaabæk		7	54,06	5	54,28	6	53,50	0	0,00	7	57,12
431	Mogen Henrik Andersen		0	0,00	8	57,05	0	0,00	6	53,50	5	52,46
404	Brian Nørtoft Bentsen	Hvidovre	9	56,50	7	56,36	7	56,14	8	59,45	6	54,20
405	Søren Norup	Fredensborg A	8	56,27	6	55,51	0	0,00	7	57,01	8	67,00
440	Guillermo Salinas Ortega	Langgarverne	0	0,00	0	0,00	1	38,14	1	36,26	0	0,00
429	Jonas Brandsbjerg	Langgarverne	1	38,36	0	0,00	2	39,47	0	0,00	0	0,00
421	Nikolaj Mathiesen	Langgarverne	4	46,24	2	44,54	0	0,00	0	0,00	0	0,00
438	B.Risum	Novo løbeklub	0	0,00	0	0,00	5	50,47	0	0,00	3	49,31
428	Thomas Laybourn	Blovstrødløver	2	41,30	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
436	Klaus Johansen	Hvidovre	0	0,00	3	46,36	0	0,00	0	0,00	0	0,00
445	Mikkel Schwartz	Hillerød	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00	4	50,05
442	Hårek Sande	Ålesund	0	0,00	0	0,00	0	0,00	5	52,51	0	0,00
<b>50-59 år</b>												
427	Dan Bodal	Langgarverne	1	41,41	0	0,00	1	41,31	1	40,51	1	40,44
424	Lars Ravn	Blovstrødløver	3	43,30	1	43,17	2	41,56	0	0,00	0	0,00
425	Henrik Lundgren	Blovstrødløver	2	43,30	2	43,33	0	0,00	2	42,09	0	0,00
418	Martin Funk Larsen	Blovstrødløver	4	46,55	3	47,33	0	0,00	3	45,38	2	44,49
401	Peter Hansen	Hansenklanen	6	62,13	0	0,00	5	60,58	4	59,08	0	0,00
435	Søren Roepstorff	Holte	0	0,00	4	52,37	4	52,26	0	0,00	0	0,00
439	Rolf Graae	SPARTA	0	0,00	0	0,00	3	47,42	0	0,00	0	0,00
403	Henrik Storegaard	Virum	5	58,13	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
<b>60-69 år</b>												
423	Jens Arne Christiansen	Blovstrødløver	1	44,09	0	0,00	0	0,00	1	46,04	1	46,36
412	Erik Christensen	RAC	2	52,15	1	53,27	0	0,00	3	51,02	2	51,39
410	René Petersen	Rødovre	3	52,27	3	54,37	0	0,00	0	0,00	0	0,00
407	Henrik Saabye	Blovstrødløver	4	54,15	2	54,12	0	0,00	0	0,00	0	0,00
444	Carsten Buhl	Allerød AM	0	0,00	0	0,00	0	0,00	2	46,33	0	0,00
<b>70-79 år</b>												
411	Jan N.J. Pedersen	SNIK	1	52,22	1	51,26	1	50,41	0	0,00	0	0,00
<b>90-100 år</b>												
430	Niels Peter Hansen	Hansenklanen	0	0,00	1	59,50	0	0,00	0	0,00	0	0,00