

Allerød Atletik og Motion

Allerød Cross 3

20-01-2019

Ialt 77 deltagere.

3 km piger

0-10 år

2 Sia Lindhart 20,44 1

13-14 år

10 Laura Galsøe Allerød AM 14,21 1

18 Elvira Kornum Rasmussen AAM 17,01 2

13 Sofie Boas Olsen Hørsholm 19,00 3

3 km drenge

0-10 år

6 Nor Lindhart Allerød 15,35 1

20 Jacob Kornum Rasmussen AAM 16,01 2

5 Tristan S Lund Værløse 16,40 3

12 Eigil Lindhart Allerød 21,45 4

11-12 år

7 Asker Galsøe Allerød AM 15,22 1

19 Adam Kornum Rasmussen AAM 16,14 2

3 Thor Galsøe Allerød AM 18,12 3

13-14 år

9 Lucas Spuur HVAM 15,00 1

5 km damer

0-16 år

324 Hannah Mikkelsen 22,14 1

348 Linnea Funk Larsen Blovstrødløverne 22,16 2

357 Lærke Buhl AAM 23,28 3

337 Marie La Cour Blovstrødløverne 27,07 4

338 Andrea Sofie Pedersen Blovstrødløverne 27,08 5

17-29 år

305 Simone Gramsbergen 28,20 1

354 Maria Lasman Husgard DOCRA 31,57 2

40-49 år

313 Mie Spaabæk 31,44 1

310 Mette Schwartzlose Hørsholm 31,48 2

50-59 år

309 Lotte Sode ALK Run 29,17 1

60-69 år

304 Nina Madsen Blovstrødløverne 29,32 1

308 Kathe Japp Allerød 29,37 2

329 Karin Thoms Rasmussen Langgarverne 37,39 3

70-79 år

332 Esther Jørgensen Langgarverne 29,15 1

5 km mænd

0-16 år

359 Samuel Madsen Blovstrødløverne 21,52 1

342 Carl Bigom Eriksen Blovstrødløverne 23,15 2

336 Stubbe Paltorp Blovstrødløverne 25,58 3

339 Simon Guldberg 26,03 4

17-29 år

317 Martin Atle Nielsen 26,48 1

30-39 år

358	Hans Christian Lund	Værløse	23,26	1
40-49 år				
328	Christian Thodsen	Blovstrødløverne	21,24	1
346	Henrik Husum Nielsen	Valby runners	22,34	2
356	Jesper Lorenzen	Tri Nord	23,47	3
50-59 år				
360	Henrik Lundgren	Blovstrødløverne	20,11	1
347	Kasper Ladefoged	Blovstrødløverne	23,40	2
355	Jens V Nielsen	Allerød AM	23,52	3
60-69 år				
327	Phillip Bøgh		21,55	1
321	Carsten Dysted	SIGMATRI	23,13	2
322	Carsten Buhl	Allerød AM	24,34	3
70-79 år				
340	Henrik S Christensen	Blovstrødløverne	25,03	1
311	Mogens Winkler	Allerød AM	27,40	2

10 km damer

40-49 år				
639	Magdalena Kott	Blovstrødløverne	46,00	1
622	Melissa Jagt	Novo løbeklub	46,44	2
635	Helene Lykkegaard	Novo løbeklub	47,50	3
618	Ane Jensen	Novo løbeklub	49,40	4
612	Charlotte Bruun		51,29	5
50-59 år				
650	Hanne Rasmussen	Porsevej IF	49,33	1
648	Carina Møller	SIGMATRI	51,36	2
60-69 år				
601	Hanne Tynell	Novo løbeklub	57,09	1

10 km mænd

17-29 år				
619	Laith Muala	ALK	46,22	1
30-39 år				
658	Tim Lasman	Apstack running	40,01	1
655	Niels Holm	Fredeiksberg	47,16	2
649	Ulrik Bjerre Holm	Frederiksberg	49,47	3
40-49 år				
627	Benjamin Kjeldsen	Klub 100 Marath	39,30	1
640	Anders Krüger	Hillerød	44,44	2
611	Kian R Stenberg	Allerød	46,31	3
654	Henning Lykke	Blovstrødløverne	47,20	4
653	Rasmus Kampmann	Allerød	48,44	5
652	Peter Schandorph	København	49,06	6
613	Anders Spaabæk	Hillerød	50,44	7
646	Jesper Svendsen	Veksø	59,32	8
50-59 år				
645	Thomas Laybourn	Blovstrødløverne	39,13	1
644	Dan Bodal	Langgarverne	40,16	2
623	Peter Rask Møller	SIGMATRI	42,30	3
657	Michel Møllman	Novo løbeklub	43,00	4
656	Martin Funk Larsen	Blovstrødløverne	44,52	5
638	Lars Ravn	Blovstrødløverne	47,40	6

	605	Brian Nørtoft Berntsen	Hvidovre	54,58	7
	647	Lars Jørgensen	Trinord	56,38	8
60-69 år					
	624	Jens Arne Christiansen	Blovstrødløverne	44,03	1
	637	Bjarne Rasmussen	Langgarverne	47,01	2
	651	Mads A Simonsen	Langgarverne	49,30	3
	604	Erik Gudmand Pedersen	Langgarverne	52,18	4
70-79 år					
	608	Jan N.J. Pedersen	SNIK	56,37	1
90-100 år					
	606	Kim Berggren		54,36	1