

# RAC Milen

onsdag den 12. august 2009

Øvelsestekst	Placering	Navn	Klub	Tid
Piger -14 år - 4,706 km	1	Helena Ring	Ballerup AK	27:04
Kvinder 20-29 år - 4,706 km	1	Mathilde Neldeborg		26:07
	2	Stine Larsen		26:24
	3	Ellen Engsted	Herlevløberne	26:46
	4	Line Birch		27:56
Kvinder 30-39 år - 4,706 km	1	Jane Andersen	Herlevløberne	21:38
	2	Anne H. Fordsmann	Herlevløberne	22:34
Kvinder 40-49 år - 4,706 km	1	Tina Gudmark		21:47
	2	Pernille Saabye	Herlevløberne	24:38
	3	Hanne Lyngbak Nielsen	Herlevløberne	24:59
	4	Marianne Jacobsen	Herlevløberne	26:45
	5	Gitte Grøndahl	Herlevløberne	26:47
	6	Lisa Häggqvist		26:49
	7	Melanie Mendt	Herlevløberne	26:58
	8	Helene Lindquist	Herlevløberne	29:49
Kvinder 50-59 år - 4,706 km	9	Charlotte Frederichsen	Rødovre AC	32:47
	1	Marianne Flindt	Herlevløberne	22:08
	2	Hanne Falkenberg	Herlevløberne	23:17
	3	Minna Basbøll	Herlevløberne	23:28
	4	Anny Høj Larsen	Herlevløberne	24:41
	5	Randi Olsen	Herlevløberne	27:10
	6	Randi Nielsen	Herlevløberne	29:45
	7	Mariann Jeppesen	Rødovre AC	29:59
	8	Birgitte Pedersen	Rødovre AC	31:38
	9	Lise Lindemann Olsen	Rødovre AC	34:05
Drenge -14 år - 4,706 km	10	Anne Christiansen	Rødovre AC	34:09
	1	Buster Antvorskov		19:41
	2	Oliver Fjellander		21:33
Mænd 20-29 år - 4,706 km	3	Andreas Henriksen	Herlevløberne	25:45
	1	Johnny Larsen		20:48
Mænd 30-39 år - 4,706 km	1	Ernst Doets	FIF	17:29
	2	Riccardo Biondi		18:17
	3	Mark Fordsmann	Herlevløberne	18:54
	4	Martin Bergholt	OST	20:26
	5	Kristian Dahl		20:35
Mænd 40-49 år - 4,706 km	1	Allan Thorsgaard	Rødovre AC	15:42
	2	Johnny Grasø		18:53
	3	Johnny Maxsø	Rødovre AC	20:11
	4	Hans Lehmann	Rødovre AC	21:24
	5	Torben Baltzersen		22:03
	6	Kim Brandt	Herlevløberne	26:20
	7	Henning Ring	Rødovre AC	27:06
	8	Jesper Bramming	BAK	28:14
Mænd 50-59 år - 4,706 km	1	Francis Gonzalez	Herlevløberne	18:09
	2	Kenneth Ljungman	Herlevløberne	19:03
	3	Per Falkenberg	Herlevløberne	19:21
	4	Henrik Egede	FIF	19:34
	5	René Rasmussen	Herlevløberne	21:22
	6	Jens Havmand	Herlevløberne	21:47
	7	René Brohammer	Herlevløberne	25:31
	8	Morten Yding	Herlevløberne	25:38

	9	Isa Friden	Rødovre AC	25:47
	10	Birger Hæggqvist	Herlevløberne	26:21
	11	Erik Andersen	Herlevløberne	26:56
	12	Mads Behrendt Petersen	Rødovre AC	30:00
	13	Helge Tolmark	SIF	33:48
	14	Ole Pedersen	Rødovre AC	34:13
Mænd 60-69 år - 4,706 km	1	Mogens M. Jensen	Rødovre AC	19:45
	2	Søren Danielsen		25:53
	3	Preben Buck	Rødovre AC	33:18
Mænd 70-79 år - 4,706 km	1	Flemming Gudmark		32:01
Mænd 80-89 år - 4,706 km	1	Børge W. Mogensen	OK 73	37:12
Piger -14 år - 7,532 km	1	Jeanette Fischer		49:56
Piger 15-19 år - 7,532 km	1	Pernille Havmand	Herlevløberne	45:11
Kvinder 20-29 år - 7,532 km	1	Karen Kirchberg		41:49
Kvinder 30-39 år - 7,532 km	1	Christine Riis		32:57
	2	Carina Andersen	LBK 09	42:58
	3	Karen Juhl Nersten		46:20
	4	Camilla Nielsen		47:05
	5	Lykke Zangenberg	Rødovre AC	49:52
	6	Jeanette Ska	Rødovre AC	51:47
Kvinder 40-49 år - 7,532 km	1	Inge Speiermann		30:06
	2	Dorte Skovby	Rødovre AC	33:05
	3	Susanne Vorup	Herlevløberne	34:26
	4	Trine Ratz-Hansen	FIF	35:31
	5	Anni Langholz	Herlevløberne	37:28
	6	Hanne Baltzersen	Rødovre AC	37:40
	7	Annette Schäfer	Rødovre AC	39:41
	8	Gitte Salomonsson	Rødovre AC	41:42
	9	Dorthe Petersen	Rødovre AC	42:03
	10	Helle Wermuth-Jensen	Rødovre AC	42:04
	11	Birgitte Grenaa	Sparta	42:10
	12	Marie Rasmussen	Rødovre AC	46:13
	13	Inge Speiermann		46:57
Kvinder 50-59 år - 7,532 km	1	Elisabeth Linde Nielsen	Sparta	35:00
	2	Karen-Lis Rygaard	Herlevløberne	35:29
	3	Hanne Jensen	Herlevløberne	36:32
	4	Joan Larsen	Rødovre AC	42:19
	5	Annette Hove	Rødovre AC	42:48
	6	Kit Koefoed	SDCA	44:46
	7	Lone Svendsen	Rødovre AC	50:04
Kvinder 60-69 år - 7,532 km	1	Bente Lauritsen	Haslev Løbeklub	37:58
	2	Karin Pagaard	Rødovre AC	40:14
Drenge -14 år - 7,532 km	1	Samuel Bæk Bramming	BAK	32:34
	2	Joachim Strudsholm		37:53
Drenge 15-19 år - 7,532 km	1	Nicolai Strudsholm	Team Kornerup	37:54
Mænd 20-29 år - 7,532 km	1	Jeppe Basbøll	Herlevløberne	26:46
	2	Lars Kamarainen	LBK 09	29:32
	3	Per Larsen	Herlevløberne	32:35
	4	Christoffer Jacobsen		34:46
	5	Jacob Strudsholm		37:09
	6	Peter Toft		47:05
Mænd 30-39 år - 7,532 km	1	Pär-Johan Lif	Rødovre AC	24:59
	2	Leon S. Hansen	Løberen	26:42
	3	Jonas Brændsbjerg	Fremad Holbæk	26:50
	4	Martin Højgaard	Rødovre AC	27:51
	5	Kåre Jørgensen	Herlevløberne	30:10
	6	Rune Ledgaard Sørensen	Sparta	30:25
	7	Ulrik Olsen		32:40
	8	Kasper Kaaber	Rødovre AC	42:17
Mænd 40-49 år - 7,532 km	1	Bjarne Edske	Rødovre AC	26:37
	2	Henrik Jacobsen	Rødovre AC	26:39
	3	Bo Antvorskov		27:18

	4	Torben Bille	Run4All	27:45
	5	Torben Riis		28:17
	6	Lars Kroman	Rødovre AC	28:23
	7	Michael Jaqué	Herlevløberne	28:46
	8	Kim Lilhammer	Herlevløberne	28:56
	9	Jørgen Nielsen	FIF	29:52
	10	Erik Haahr	Rødovre AC	29:54
	11	Svend Bradtberg	Rødovre AC	30:04
	12	Thomas Børgesen		30:42
	13	Frank Immersen		31:19
	14	Dennis Madsen	Rødovre AC	31:22
	15	Claus Vorup	Herlevløberne	31:24
	16	René E. Hansen	Rødovre AC	31:30
	17	Michael Rasmussen		32:02
	18	Steen Bondum	Rødovre AC	32:16
	19	Carsten Lauridsen	Herlevløberne	32:30
	20	Mike Kandi	Herlevløberne	32:30
	21	Zouhaier Krifa		32:56
	22	Jørgen Matz	Ballerup AK	33:26
	23	Lau Lorenzen	Herlevløberne	34:25
	24	Stig Kongsborg	Rødovre AC	35:24
	25	Claus Rasch		35:50
	26	Jan Lauritzen	Rødovre AC	36:26
	27	Flemming D. Madsen	Herlevløberne	36:50
	28	Bent Bindner	Rødovre AC	37:03
	29	Lars Kibsgaard		39:40
Mænd 50-59 år - 7,532 km	1	Gert Kærln	Herlevløberne	28:37
	2	Gert Helmersen	Rødovre AC	29:07
	3	Eli Henriksen	Herlevløberne	29:52
	4	Per Seestedt		30:07
	5	Per Seestedt		32:24
	6	Jens Skov	Rødovre AC	32:33
	7	Erik Christensen	Rødovre AC	32:41
	8	Jack Cowland	Herlevløberne	34:58
	9	Per Lyngbak Nielsen	Herlevløberne	35:02
	10	Kim Strudsholm	FPP	35:21
	11	Bendt Hansen		38:45
	12	Ole Andersen	Herlevløberne	41:15
	13	Per Seestedt		45:51
Mænd 60-69 år - 7,532 km	1	Allan Hansen	Herlevløberne	32:50
	2	Jørgen Grann	IK Olympia	35:34
	3	Knud Lauritsen	Haslev Løbeklub	38:04
	4	Tom S. Jensen	Rødovre AC	38:22
	5	Jens Rasmussen	Rødovre AC	43:27
Mænd 70-79 år - 7,532 km	1	John Christoffersen		44:20