

RAC Milen onsdag den 11. maj 2011

Øvelsestekst	Plac	Startnr	Navn	Klub	Tid	Hast. min/km
Piger 15-19 år - 4,706 km	1	449	Line H. Corneliussen		28:16	6:00
	2	448	Karoline K. Hänsch		30:45	6:32
Kvinder 20-29 år - 4,706 km	1	447	Louise K. Hänsch		24:10	5:08
Kvinder 30-39 år - 4,706 km	1	470	Lene Kølbæk Pilgaard		19:26	4:08
	2	474	Tinne S. Jensen	AK 73	21:07	4:29
Kvinder 40-49 år - 4,706 km	1	442	Mette Riis	Rødovre AC	18:14	3:52
	2	409	Tina Gudmark	Rødovre AC	20:27	4:21
	3	412	Dorte Skovby	Rødovre AC	21:46	4:38
	4	473	Birgitte Andersen		22:18	4:44
	5	478	Hanne Thorsgaard	Rødovre AC	23:15	4:56
	6	425	Melanie Mendt	Herlevløberne	26:11	5:34
	7	417	Anne Handberg	Rødovre AC	26:34	5:39
	8	375	Berit Hobel	Herlevløberne	27:29	5:50
	9	362	Pia Nissen	Herlevløberne	30:04	6:23
	Kvinder 50-59 år - 4,706 km	1	444	Marianne Flindt	Herlevløberne	20:44
2		437	Pernille Saaby	Herlevløberne	22:17	4:44
3		463	Anni Langholz	Herlevløberne	22:46	4:50
4		354	Marie Rasmussen	Rødovre AC	23:24	4:58
5		368	Jannili Winge	Herlevløberne	23:26	4:59
6		433	Anny Høj Larsen	Herlevløberne	23:31	5:00
7		339	Birgitte Pedersen	Rødovre AC	25:29	5:25
8		377	Randi Olsen	Herlevløberne	25:37	5:27
9		479	Anita Lilliebjerg	Rødovre AC	26:33	5:39
10		430	Lone Svendsen	Rødovre AC	27:16	5:48
11		389	Gitte Pryds	Topotarget	27:39	5:53
Kvinder 60-69 år - 4,706 km	1	342	Karin Pagaard	Rødovre AC	24:23	5:11
	2	491	Aud Nørgaard	Rødovre AC	34:37	7:21
Drenge -14 år - 4,706 km	1	371	Jacob Bach Hobel	Herlevløberne	26:05	5:33
Mænd 20-29 år - 4,706 km	1	446	Danny Krøll	Herlevløberne	18:53	4:01
	2	450	Tim M. Petersen		24:52	5:17
Mænd 30-39 år - 4,706 km	1	304	Brian Køster		16:07	3:25
	2	452	Ernst Doets	Rødovre AC	16:23	3:29
	3	380	Jakob Bjerregaard	Herlevløberne	16:54	3:35
	4	471	Claus Fromberg	Team Fromberg	16:54	3:35
	5	385	Asger Holm Pedersen	Herlevløberne	17:28	3:43
	6	372	Carsten Woss Clemensen	Herlevløberne	20:52	4:26
	7	485	Christopher Hofman		30:00	6:22
Mænd 40-49 år - 4,706 km	1	472	Steffen Fjellander	Bagsværd AC	16:00	3:24
	2	303	Sukil Fernando	TRI4	17:31	3:43
	3	476	Dennis Madsen	Rødovre AC	17:31	3:43
	4	416	Johnny Maxsø	Rødovre AC	18:06	3:51
	5	460	Dan Havmand	Herlevløberne	18:54	4:01
	6	461	Carsten Lauridsen	Herlevløberne	19:22	4:07
	7	376	Henrik Sloth	Herlevløberne	23:51	5:04
	8	370	Henrik Hobel	Herlevløberne	26:05	5:33
Mænd 50-59 år - 4,706 km	9	383	Peter Laustsen	Herlevløberne	27:12	5:47
	1	438	Jens Skov	Rødovre AC	18:29	3:56
	2	456	Erik Christensen	Rødovre AC	19:18	4:06
	3	360	Per Falkenberg	Herlevløberne	20:15	4:18
	4	458	René Brohammer	Herlevløberne	20:33	4:22
5	343	Hans Lehmann	Rødovre AC	21:25	4:33	

	6	410	Jens Havmand	Herlevløberne	21:54	4:39
	7	441	Per Bjørn Nielsen	Herlevløberne	24:31	5:13
	8	378	Palle Holmberg	Herlevløberne	27:15	5:47
Mænd 60-69 år - 4,706 km	1	454	Kenneth Ljungman	Herlevløberne	17:56	3:49
	2	338	Bo Tidman	Heleneholms IF	18:06	3:51
	3	345	Mogens M. Jensen	Rødovre AC	19:36	4:10
	4	393	John Møller Nielsen	Rødovre AC	25:12	5:21
	5	364	Helge Tolmark	BSF	32:19	6:52
Mænd 70-79 år - 4,706 km	1	394	Haig Yerzingatzian	Rødovre AC	21:42	4:37
Mænd 80-89 år - 4,706 km	1	467	Alex Bech	KS	31:40	6:44
	2	387	Flemming Gudmark	Rødovre AC	37:21	7:56
Piger 15-19 år - 7,532 km	1	396	Pernille Havmand	Herlevløberne	39:16	5:13
Kvinder 20-29 år - 7,532 km	1	318	Mia Borst	TRI4	36:25	4:50
	2	333	Mette Ringsmose	TRI4	41:12	5:28
Kvinder 30-39 år - 7,532 km	1	319	Teresa Holmberg	TRI4	38:05	5:03
	2	477	Majbritt Framke	Rødovre AC	43:53	5:50
	3	484	Christina Grauballe		47:16	6:17
Kvinder 40-49 år - 7,532 km	1	344	Sandra Miran	Rødovre AC	34:47	4:37
	2	493	Mette Maschmann	Herlevløberne	35:33	4:43
	3	312	Emma Laudrup	TRI4	36:06	4:48
	4	490	Helene Kemp	Rødovre AC	36:14	4:49
	5	309	Brit Kongstad	TRI4	36:56	4:54
	6	349	Christel Baastrup Andersen	Herlevløberne	37:22	4:58
	7	475	Susanne Vorup	Herlevløberne	37:22	4:58
	8	462	Annette Schäfer	Rødovre AC	38:27	5:06
	9	390	Charlotte Langer	Topotarget	39:51	5:17
Kvinder 50-59 år - 7,532 km	1	334	Inger Plum	TRI4	31:42	4:13
	2	366	Helle Nygaard	Herlevløberne	34:31	4:35
	3	443	Karen-Lis Rygaard	Herlevløberne	34:36	4:36
	4	453	Mette Buch	sportsaktiviteter.dk	35:25	4:42
	5	445	Hanne Jensen	Herlevløberne	36:48	4:53
	6	451	Joan M. Petersen	Rødovre AC	39:54	5:18
	7	439	Solvej Dürke Bloch		43:13	5:44
	8	465	Kirsten Rasmussen	Rødovre AC	43:26	5:46
Drenge -14 år - 7,532 km	1	346	Daniel Baastrup Andersen	Herlevløberne	35:19	4:41
Mænd 20-29 år - 7,532 km	1	329	Casper Skovgaard	TRI4	25:49	3:26
	2	331	Marco Paoli	TRI4	28:33	3:47
Mænd 30-39 år - 7,532 km	1	308	Morten Rasmussen	TRI4	26:01	3:27
	2	315	Anders Götze	TRI4	26:23	3:30
	3	324	Jesper Bjerrum	TRI4	26:59	3:35
	4	306	Kasper Broeng	TRI4	27:05	3:36
	5	325	Morten Richardt	TRI4	28:00	3:43
	6	320	Tom Friis	TRI4	30:29	4:03
	7	483	Kenneth Larsen	Herlevløberne	30:34	4:03
	8	335	Jesper Krog	TRI4	32:12	4:17
	9	415	Thomas Michael Nielsen		32:28	4:19
	10	382	Anders Madsen		35:03	4:39
Mænd 40-49 år - 7,532 km	1	428	Torben Riis	Team Riis	27:16	3:37
	2	326	Lars Kroman	TRI4	27:53	3:42
	3	379	Henrik Jacobsen	Rødovre AC	28:47	3:49
	4	374	Michael Rasmussen	Rødovre AC	28:49	3:50
	5	411	Jens M Jensen	Lynkineserne	29:05	3:52
	6	386	Svend Bradtberg	Rødovre AC	29:44	3:57
	7	358	Jesper Nielsen	Herlevløberne	30:10	4:00
	8	307	Erik Schack	TRI4	30:27	4:03
	9	414	Allan G. Varbæk	Rødovre AC	31:55	4:14
	10	455	Jørgen Nielsen	FIF	32:29	4:19
	11	469	Allan Pedersen	Herlevløberne	33:47	4:29
	12	381	Claus Christensson	Herlevløberne	34:20	4:33
	13	487	Ole Kristoffersen	Rødovre AC	34:26	4:34
	14	353	Johnny Baastrup Andersen	Herlevløberne	35:25	4:42
	15	494	Jesper Bundgaard	Herlevløberne	35:34	4:43
	16	391	Kaj Nicolaisen	Topotarget	36:05	4:47

Mænd 50-59 år - 7,532 km	1	363	Jan-Erik Arvidsson	Ik Dallas	26:08	3:28
	2	488	Bo Antvorskov	AAC	27:03	3:35
	3	392	Henrik Madsen	SAS Løbeklub	28:03	3:43
	4	316	Steffen Lochmann	TRI4	31:36	4:12
	5	464	Mike Kandi	Herlevløberne	32:03	4:15
	6	486	Steen Bondum	Rødovre AC	32:14	4:17
	7	481	Henrik Egede	FIF Atletik	32:28	4:19
	8	468	Jack Cowland	Herlevløberne	34:06	4:32
	9	330	Morten Anker Jørgensen	TRI4	34:12	4:32
	10	489	Steen Mogensen	Rødovre AC	34:15	4:33
	11	388	Henrik Kousholt	Herlevløberne	34:46	4:37
	12	432	Michael Jaqué	Herlevløberne	35:00	4:39
	13	322	Per Lyngbak Nielsen	Herlevløberne	35:01	4:39
	14	395	Stig Kongsborg	Rødovre AC	36:26	4:50
	15	459	Carsten Hendriksen	Herlevløberne	40:29	5:22
	16	480	Thomas Lilliebjerg	Rødovre AC	41:49	5:33
	17	482	Bent Rask Hansen	Rødovre AC	42:12	5:36
	18	492	Ole Andersen	Herlevløberne	42:55	5:42
Mænd 60-69 år - 7,532 km	1	367	Mogens Bertram-Nielsen	Herlevløberne	32:23	4:18
	2	466	Allan Hansen	Herlevløberne	34:05	4:32
	3	440	Jørgen Grann	ik Olympia	35:55	4:46
Mænd 70-79 år - 7,532 km	4	341	Jens Rasmussen	Rødovre AC	46:01	6:07
	1	384	John Christoffersen		45:31	6:03