

RM Dag + Till Skogs med Roslagens Sparbank, Sträcktidresultatlista

2010-06-15

D10		1830 m 19 anmälda								
1	Agnes Broman OK Roslagen	17:02	3:35	2:32	3:56	3:12	1:40	1:53	0:14	
			3:35	6:07	10:03	13:15	14:55	16:48	17:02	
2	Tilda Jansson OK Roslagen	20:11	4:36	3:07	3:42	3:25	2:38	2:26	0:17	
			4:36	7:43	11:25	14:50	17:28	19:54	20:11	
3	Sara Edenhalm Länna IF	25:49	4:49	3:51	6:45	4:56	2:24	2:48	0:16	
			4:49	8:40	15:25	20:21	22:45	25:33	25:49	
4	Anna Söderbärg OK Roslagen	26:23	7:16	4:22	5:24	3:58	1:58	3:12	0:13	
			7:16	11:38	17:02	21:00	22:58	26:10	26:23	
5	Eleanore Nealis Länna IF	28:01	6:04	5:20	6:35	4:56	2:25	2:21	0:20	
			6:04	11:24	17:59	22:55	25:20	27:41	28:01	
6	Linn Lindersson Vallentuna-Össeby OL	30:45	8:04	4:39	4:55	5:48	2:37	4:26	0:16	
			8:04	12:43	17:38	23:26	26:03	30:29	30:45	
7	Felicia Cedstedt Vallentuna-Össeby OL	35:20	8:06	2:59	10:38	8:45	1:58	2:34	0:20	
			8:06	11:05	21:43	30:28	32:26	35:00	35:20	
8	Astrid Stark OK Roslagen	36:39	6:47	4:47	6:38	7:50	5:47	4:33	0:17	
			6:47	11:34	18:12	26:02	31:49	36:22	36:39	
9	Lina Breitholtz Vallentuna-Össeby OL	41:11	16:02	4:21	7:31	6:09	2:52	3:57	0:19	
			16:02	20:23	27:54	34:03	36:55	40:52	41:11	
10	Sofia Giding Vallentuna-Össeby OL	41:50	16:45	4:21	7:30	6:14	2:45	3:53	0:22	
			16:45	21:06	28:36	34:50	37:35	41:28	41:50	
11	Vendela Jonsell Vallentuna-Össeby OL	47:54	8:52	5:24	8:08	16:07	6:29	2:36	0:18	
			8:52	14:16	22:24	38:31	45:00	47:36	47:54	
12	Alva Jonsson Långhundra IF	48:21	6:24	7:32	19:37	8:51	2:52	2:48	0:17	
			6:24	13:56	33:33	42:24	45:16	48:04	48:21	
	Hanna Karlsson Länna IF	Ej godk.	6:36	4:34	10:33			3:00	0:22	
			6:36	11:10	21:43		32:22	35:22	35:44	

D12		2100 m 12 anmälda									
1	Ellen Broman OK Roslagen	20:05	3:21	3:16	2:08	2:13	1:43	4:57	1:10	1:03	0:14
			3:21	6:37	8:45	10:58	12:41	17:38	18:48	19:51	20:05
2	Eugenia Arksand Vallentuna-Össeby OL	22:52	4:01	3:41	3:18	2:15	1:34	5:02	1:25	1:19	0:17
			4:01	7:42	11:00	13:15	14:49	19:51	21:16	22:35	22:52
3	Selma Gumaelius Waxholms OK	23:55	4:05	4:09	3:24	2:23	1:36	5:36	1:07	1:20	0:15
			4:05	8:14	11:38	14:01	15:37	21:13	22:20	23:40	23:55
4	Anna Jansson OK Roslagen	24:47	3:50	3:42	2:54	2:02	1:50	6:13	2:39	1:21	0:16
			3:50	7:32	10:26	12:28	14:18	20:31	23:10	24:31	24:47
5	Wilma Gille OK Roslagen	26:04	4:39	5:48	4:12	2:55	1:28	4:36	0:59	1:12	0:15
			4:39	10:27	14:39	17:34	19:02	23:38	24:37	25:49	26:04
6	Ellen Frost OK Roslagen	27:59	3:29	2:54	11:22	1:44	1:15	4:52	1:04	1:06	0:13
			3:29	6:23	17:45	19:29	20:44	25:36	26:40	27:46	27:59
7	Cecilia Kraft Vallentuna-Össeby OL	29:30	8:04	4:03	4:19	2:15	6:31	3:00	1:03	0:15	
			8:04	12:07	16:26	18:41	25:12	28:12	29:15	29:30	
8	Julia Andersson Länna IF	32:15	5:30	5:46	2:41	3:02	1:34	11:23	0:52	1:12	0:15
			5:30	11:16	13:57	16:59	18:33	29:56	30:48	32:00	32:15

9	Carolina Jonsell Vallentuna-Össeby OL	33:56	10:36	6:43	2:29	2:53	2:02	6:07	1:39	1:10	0:17
			10:36	17:19	19:48	22:41	24:43	30:50	32:29	33:39	33:56
10	Jenny Edlund Rånäs OK	65:08	5:32	20:05	15:43	3:16	8:36	8:42	1:29	1:26	0:19
			5:32	25:37	41:20	44:36	53:12	61:54	63:23	64:49	65:08

D14 2600 m 10 anmälda

1	Alice Frost OK Roslagen	21:54	2:06	3:38	3:28	2:22	6:06	3:02	0:59	0:13
			2:06	5:44	9:12	11:34	17:40	20:42	21:41	21:54
2	Sara Brolin OK Roslagen	25:35	2:26	3:39	3:56	2:25	7:38	4:18	0:58	0:15
			2:26	6:05	10:01	12:26	20:04	24:22	25:20	25:35
3	Caroline Løchting Thunberg OK Roslagen	26:06	2:52	3:52	3:45	2:32	7:44	4:17	0:51	0:13
			2:52	6:44	10:29	13:01	20:45	25:02	25:53	26:06
4	Linda Brolin OK Roslagen	26:53	2:43	4:06	3:33	2:25	9:15	3:27	1:10	0:14
			2:43	6:49	10:22	12:47	22:02	25:29	26:39	26:53
5	Emilia Kaufeldt Rånäs OK	27:42	3:13	6:42	3:52	2:20	6:30	3:39	1:10	0:16
			3:13	9:55	13:47	16:07	22:37	26:16	27:26	27:42
6	Fanny Rostö Rånäs OK	28:28	3:08	4:32	4:32	2:48	8:34	3:21	1:16	0:17
			3:08	7:40	12:12	15:00	23:34	26:55	28:11	28:28
7	Carolina Nealis Länna IF	29:19	3:57	4:12	5:16	2:33	7:40	4:10	1:18	0:13
			3:57	8:09	13:25	15:58	23:38	27:48	29:06	29:19

D16 3720 m 6 anmälda

1	Annika Carlberg Vallentuna-Össeby OL	30:28	2:14	2:42	3:24	7:27	4:39	3:07	3:14	2:31	0:56	0:14
			2:14	4:56	8:20	15:47	20:26	23:33	26:47	29:18	30:14	30:28
2	Charlotte Sandberg OK Roslagen	31:05	2:20	3:00	3:26	7:34	4:53	2:58	3:07	2:41	0:53	0:13
			2:20	5:20	8:46	16:20	21:13	24:11	27:18	29:59	30:52	31:05
3	Mathilda Karlsson OK Rodhen	35:13	2:39	3:22	3:28	8:56	6:50	2:58	3:16	2:31	1:00	0:13
			2:39	6:01	9:29	18:25	25:15	28:13	31:29	34:00	35:00	35:13

D18 4010 m 2 anmälda

1	Sara Bengtsson Långhundra IF	35:06	4:28	2:36	2:09	5:42	7:08	2:51	2:33	3:50	2:19	1:16	0:14
			4:28	7:04	9:13	14:55	22:03	24:54	27:27	31:17	33:36	34:52	35:06

D20 4010 m 4 anmälda

1	Amanda Eklund Rånäs OK	32:45	4:37	2:21	2:02	4:21	7:01	2:46	2:50	2:47	2:29	1:17	0:14
			4:37	6:58	9:00	13:21	20:22	23:08	25:58	28:45	31:14	32:31	32:45
2	Emma Jonsson OK Rodhen	33:19	4:58	2:22	2:08	4:25	6:39	3:01	2:36	2:49	2:54	1:13	0:14
			4:58	7:20	9:28	13:53	20:32	23:33	26:09	28:58	31:52	33:05	33:19
	Malin Jacobsson OK Rodhen	Ej godk.	5:37	2:43	1:45	4:55					1:12	0:14	
			5:37	8:20	10:05	15:00					31:53	33:05	33:19

D21 4010 m 3 anmälda

1	Elin Sjölander OK Rodhen	28:58	4:29	2:15	1:52	4:36	4:43	2:28	2:20	2:47	2:04	1:10	0:14
			4:29	6:44	8:36	13:12	17:55	20:23	22:43	25:30	27:34	28:44	28:58
2	Astrid Larsson Länna IF	41:29	5:26	2:45	2:20	5:44	9:02	3:33	3:18	4:49	3:06	1:11	0:15
			5:26	8:11	10:31	16:15	25:17	28:50	32:08	36:57	40:03	41:14	41:29
3	Marica Tynell Rånäs OK	44:38	6:22	2:34	2:31	5:33	7:57	6:59	4:52	3:39	2:29	1:24	0:18
			6:22	8:56	11:27	17:00	24:57	31:56	36:48	40:27	42:56	44:20	44:38

D45 3720 m 13 anmälda

1	Annika Ardell OK Rodhen	30:27	2:43	2:58	3:22	7:00	4:29	3:11	2:51	2:40	0:58	0:15
			2:43	5:41	9:03	16:03	20:32	23:43	26:34	29:14	30:12	30:27
2	Marianne Carlberg Vallentuna-Össeby OL	32:18	2:38	3:01	3:30	7:18	5:36	3:05	3:07	2:42	1:06	0:15
			2:38	5:39	9:09	16:27	22:03	25:08	28:15	30:57	32:03	32:18
3	Carina Nyström Länna IF	34:39	3:19	3:20	3:53	8:43	5:32	2:53	3:02	2:40	1:01	0:16
			3:19	6:39	10:32	19:15	24:47	27:40	30:42	33:22	34:23	34:39
4	Ann-Christin Pousette Rånäs OK	37:08	2:58	3:39	4:09	7:55	7:42	3:20	3:19	2:48	1:03	0:15
			2:58	6:37	10:46	18:41	26:23	29:43	33:02	35:50	36:53	37:08
5	Agneta Karlsson Rånäs OK	38:20	3:26	4:19	4:19	9:22	5:36	3:26	3:37	2:56	1:02	0:17
			3:26	7:45	12:04	21:26	27:02	30:28	34:05	37:01	38:03	38:20
6	Åsa Pettersson Vallentuna-Össeby OL	39:55	3:33	4:20	4:23	10:13	5:43	3:35	3:55	3:03	0:55	0:15
			3:33	7:53	12:16	22:29	28:12	31:47	35:42	38:45	39:40	39:55
7	Anette Arksand Vallentuna-Össeby OL	42:09	3:40	4:17	4:09	8:43	9:02	3:44	4:03	3:04	1:07	0:20
			3:40	7:57	12:06	20:49	29:51	33:35	37:38	40:42	41:49	42:09
8	Carina Jacobsson OK Rodhen	43:32	5:44	3:54	4:30	8:09	9:08	3:49	3:23	3:26	1:13	0:16
			5:44	9:38	14:08	22:17	31:25	35:14	38:37	42:03	43:16	43:32
9	Ewa Sturk Waxholms OK	49:11	4:09	5:19	5:08	11:19	10:15	4:04	4:24	3:07	1:09	0:17
			4:09	9:28	14:36	25:55	36:10	40:14	44:38	47:45	48:54	49:11
10	Marie Öhman Vallentuna-Össeby OL	55:02	5:03	5:04	6:59	12:14	7:20	4:37	5:43	5:06	2:16	0:40
			5:03	10:07	17:06	29:20	36:40	41:17	47:00	52:06	54:22	55:02
11	Monica Rostö Rånäs OK	57:34	4:35	4:58	4:19	15:49	13:22	4:06	5:31	3:18	1:16	0:20
			4:35	9:33	13:52	29:41	43:03	47:09	52:40	55:58	57:14	57:34
12	Ingela Alness Långhundra IF	61:46	4:35	4:50	4:15	7:53	9:20	22:02	3:53	3:41	1:00	0:17
			4:35	9:25	13:40	21:33	30:53	52:55	56:48	60:29	61:29	61:46

D50 3230 m 4 anmälda

1	Karin Jansson OK Rodhen	31:39	3:08	3:09	4:06	5:08	6:02	2:04	4:11	2:37	0:58	0:16
			3:08	6:17	10:23	15:31	21:33	23:37	27:48	30:25	31:23	31:39
2	Inger Skantz Länna IF	34:14	2:29	3:41	4:31	5:32	5:51	2:19	4:32	3:41	1:19	0:19
			2:29	6:10	10:41	16:13	22:04	24:23	28:55	32:36	33:55	34:14
3	Monica Ohlin Rånäs OK	48:37	4:22	4:13	5:47	13:29	7:05	2:43	5:20	3:53	1:23	0:22
			4:22	8:35	14:22	27:51	34:56	37:39	42:59	46:52	48:15	48:37
4	Lise-Lott Almgren OK Rodhen	57:35	3:57	5:29	6:21	12:13	8:47	3:44	9:38	4:59	1:59	0:28
			3:57	9:26	15:47	28:00	36:47	40:31	50:09	55:08	57:07	57:35

D55 3230 m 3 anmälda

1	Elisabeth Hedlöf	28:05	2:21	3:47	3:46	4:18	5:02	1:38	3:28	2:31	0:59	0:15
	Rånäs OK		2:21	6:08	9:54	14:12	19:14	20:52	24:20	26:51	27:50	28:05
2	Britt Larsson	39:10	3:58	4:37	4:34	5:58	8:17	2:28	4:38	3:16	1:05	0:19
	Länna IF		3:58	8:35	13:09	19:07	27:24	29:52	34:30	37:46	38:51	39:10
3	Ingrid Andersson	45:25	2:32	6:20	5:16	8:30	7:44	3:32	5:48	3:51	1:29	0:23
	OK Österåker		2:32	8:52	14:08	22:38	30:22	33:54	39:42	43:33	45:02	45:25

D60 2600 m 7 anmälda

1	Ingrid Sjölander	26:27	3:10	3:48	4:21	2:45	7:04	3:37	1:22	0:20
	OK Rodhen		3:10	6:58	11:19	14:04	21:08	24:45	26:07	26:27
2	Ewa Nordlund	32:07	3:43	4:59	5:00	3:20	9:32	3:53	1:21	0:19
	Länna IF		3:43	8:42	13:42	17:02	26:34	30:27	31:48	32:07
3	Ylva Nilsson	32:57	4:05	6:54	5:22	2:53	8:25	3:38	1:19	0:21
	Vallentuna-Össeby OL		4:05	10:59	16:21	19:14	27:39	31:17	32:36	32:57
4	Birgitta Norlin	34:27	3:01	4:39	5:04	2:44	13:37	3:43	1:18	0:21
	Rimbo SOK		3:01	7:40	12:44	15:28	29:05	32:48	34:06	34:27
5	Marianne Åhlén	34:50	3:59	4:31	5:55	3:09	10:21	4:53	1:41	0:21
	OK Österåker		3:59	8:30	14:25	17:34	27:55	32:48	34:29	34:50
6	Gun Inger Sahlberg	34:56	3:40	5:15	5:36	3:39	10:03	4:36	1:40	0:27
	Långhundra IF		3:40	8:55	14:31	18:10	28:13	32:49	34:29	34:56

D65 2600 m 4 anmälda

1	Birgitta Klang	27:26	2:32	3:37	4:39	2:54	8:17	3:44	1:21	0:22
	Långhundra IF		2:32	6:09	10:48	13:42	21:59	25:43	27:04	27:26
2	Anna-Stina Nyström	34:13	4:05	4:02	5:05	3:00	12:21	4:06	1:13	0:21
	Länna IF		4:05	8:07	13:12	16:12	28:33	32:39	33:52	34:13
3	Margaretha Nyström	42:03	4:47	6:22	7:17	4:18	11:14	5:23	2:08	0:34
	Länna IF		4:47	11:09	18:26	22:44	33:58	39:21	41:29	42:03
4	Gunnela Gustafson	50:01	14:13	5:53	10:38	3:07	9:56	4:16	1:34	0:24
	Länna IF		14:13	20:06	30:44	33:51	43:47	48:03	49:37	50:01

D70 2600 m 4 anmälda

1	Irma Andersson	29:32	2:53	3:48	5:13	3:09	8:43	4:01	1:22	0:23
	Rimbo SOK		2:53	6:41	11:54	15:03	23:46	27:47	29:09	29:32
2	Margareta Wallén	30:15	2:33	6:28	4:57	2:55	7:49	3:47	1:23	0:23
	Täby OK		2:33	9:01	13:58	16:53	24:42	28:29	29:52	30:15
3	Birgitta Eriksson	36:14	3:35	5:46	5:35	3:17	11:33	4:40	1:23	0:25
	Länna IF		3:35	9:21	14:56	18:13	29:46	34:26	35:49	36:14
4	Carin Pettersson	38:17	3:45	5:50	6:35	4:39	10:26	4:47	1:49	0:26
	Vallentuna-Össeby OL		3:45	9:35	16:10	20:49	31:15	36:02	37:51	38:17

H10 1830 m 7 anmälda

1	Joel Wahlqvist	18:48	3:00	5:40	3:07	3:17	1:35	1:53	0:16
	OK Roslagen		3:00	8:40	11:47	15:04	16:39	18:32	18:48

2	Axel Leijon Thorell	32:05	3:23	8:45	12:21	3:27	2:07	1:48	0:14		
	Långhundra IF		3:23	12:08	24:29	27:56	30:03	31:51	32:05		
3	Wilhelm Alness	47:17	7:03	7:06	6:15	8:57	7:26	10:10	0:20		
	Långhundra IF		7:03	14:09	20:24	29:21	36:47	46:57	47:17		
	David Avellan	Ej godk.	6:08					3:50	0:18		
	OK Roslagen		6:08				40:08	43:58	44:16		

H12 2100 m 7 anmälda

1	Johan Edenhamn	20:16	3:27	4:07	1:54	2:04	1:31	4:40	1:07	1:11	0:15
	Länna IF		3:27	7:34	9:28	11:32	13:03	17:43	18:50	20:01	20:16
2	Pontus Thörn	21:26	3:23	3:25	5:08	1:39	1:15	4:30	0:51	1:02	0:13
	Rånäs OK		3:23	6:48	11:56	13:35	14:50	19:20	20:11	21:13	21:26
3	Alexander Alness	23:40	3:21	3:17	1:48	6:53	1:31	4:43	0:55	0:57	0:15
	Långhundra IF		3:21	6:38	8:26	15:19	16:50	21:33	22:28	23:25	23:40
4	John Larsson	25:38	3:56	4:56	4:33	3:08	1:38	4:54	1:08	1:07	0:18
	Rånäs OK		3:56	8:52	13:25	16:33	18:11	23:05	24:13	25:20	25:38
5	Edvin Ekman-Svahn	35:25	7:40	4:39	3:54	4:27	2:02	7:12	3:35	1:36	0:20
	Rånäs OK		7:40	12:19	16:13	20:40	22:42	29:54	33:29	35:05	35:25
6	Jakob Näslund	63:08	5:38	7:24	17:44	13:30	5:43	8:08	3:05	1:41	0:15
	OK Roslagen		5:38	13:02	30:46	44:16	49:59	58:07	61:12	62:53	63:08

H14 3230 m 20 anmälda

1	Nils Gumaelius	22:10	1:13	2:21	2:49	4:59	3:26	1:19	2:42	2:13	0:52	0:16
	Waxholms OK		1:13	3:34	6:23	11:22	14:48	16:07	18:49	21:02	21:54	22:10
2	Anton Gumaelius	26:38	2:01	2:44	3:11	4:02	4:31	1:39	5:12	2:14	0:54	0:10
	Waxholms OK		2:01	4:45	7:56	11:58	16:29	18:08	23:20	25:34	26:28	26:38
3	Michael Andersson	28:59	1:49	3:42	3:48	4:56	5:46	1:37	3:48	2:29	0:50	0:14
	Rånäs OK		1:49	5:31	9:19	14:15	20:01	21:38	25:26	27:55	28:45	28:59
4	Felix Classon	30:14	1:42	4:03	3:49	5:54	4:21	2:06	4:26	2:40	0:59	0:14
	Rånäs OK		1:42	5:45	9:34	15:28	19:49	21:55	26:21	29:01	30:00	30:14
5	Anton Gille	33:27	3:14	2:47	3:42	8:47	4:40	1:39	3:53	3:36	0:55	0:14
	OK Roslagen		3:14	6:01	9:43	18:30	23:10	24:49	28:42	32:18	33:13	33:27
6	Mårten Rostö	33:39	2:26	4:29	4:56	4:42	7:26	1:33	3:49	2:55	1:08	0:15
	Rånäs OK		2:26	6:55	11:51	16:33	23:59	25:32	29:21	32:16	33:24	33:39
7	Gustav Stark	35:58	2:31	2:58	4:33	10:18	5:36	2:45	3:42	2:32	0:51	0:12
	OK Roslagen		2:31	5:29	10:02	20:20	25:56	28:41	32:23	34:55	35:46	35:58
8	Oscar Sturk	40:13	1:56	3:41	4:09	6:53	6:47	2:11	5:15	8:00	1:09	0:12
	Waxholms OK		1:56	5:37	9:46	16:39	23:26	25:37	30:52	38:52	40:01	40:13
9	Viktor Lund	41:32	2:43	5:10	5:56	7:31	6:43	3:12	4:59	3:45	1:18	0:15
	OK Roslagen		2:43	7:53	13:49	21:20	28:03	31:15	36:14	39:59	41:17	41:32
10	Viktor Andersson	45:07	2:28	5:04	5:46	6:57	10:38	3:29	5:56	3:33	1:03	0:13
	Länna IF		2:28	7:32	13:18	20:15	30:53	34:22	40:18	43:51	44:54	45:07
11	Nicklas DeWitt	55:48	5:02	13:40	5:13	7:05	10:37	3:36	5:40	3:33	1:06	0:16
	Länna IF		5:02	18:42	23:55	31:00	41:37	45:13	50:53	54:26	55:32	55:48
12	Jonathan Östman	63:41	7:42	9:11	7:23	8:03	11:13	5:05	8:11	4:50	1:47	0:16
	Länna IF		7:42	16:53	24:16	32:19	43:32	48:37	56:48	61:38	63:25	63:41
	Martin Jonsson	Ej godk.	3:08			6:50	6:20	3:09	5:05	4:03	1:08	0:14
	Länna IF		3:08		18:59	25:49	32:09	35:18	40:23	44:26	45:34	45:48

H16		4010 m 13 anmälda											
1	Simon Andersson OK Rodhen	28:26	3:39	2:13	1:50	4:28	5:06	2:43	2:23	2:37	2:06	1:08	0:13
			3:39	5:52	7:42	12:10	17:16	19:59	22:22	24:59	27:05	28:13	28:26
2	André Eklund Rånäs OK	31:23	3:43	2:07	1:44	6:11	6:55	2:22	2:15	2:25	2:17	1:10	0:14
			3:43	5:50	7:34	13:45	20:40	23:02	25:17	27:42	29:59	31:09	31:23
3	Kalle Söderbärg OK Roslagen	34:34	4:05	2:32	2:03	5:12	7:42	2:57	3:33	2:54	2:19	1:04	0:13
			4:05	6:37	8:40	13:52	21:34	24:31	28:04	30:58	33:17	34:21	34:34
4	Martin Smedmark OK Roslagen	35:43	3:20	1:56	1:58	7:58	5:44	5:27	2:36	3:25	1:55	1:12	0:12
			3:20	5:16	7:14	15:12	20:56	26:23	28:59	32:24	34:19	35:31	35:43
5	Simon Bohman Rånäs OK	36:12	3:42	2:25	1:47	4:57	7:39	6:00	2:49	3:21	2:09	1:13	0:10
			3:42	6:07	7:54	12:51	20:30	26:30	29:19	32:40	34:49	36:02	36:12
6	Daniel Elfström Långhundra IF	41:16	3:59	2:36	2:11	6:56	7:35	3:34	5:59	3:48	2:53	1:28	0:17
			3:59	6:35	8:46	15:42	23:17	26:51	32:50	36:38	39:31	40:59	41:16
7	Felix Alsén OK Roslagen	41:22	3:53	2:13	1:55	12:22	5:35	5:17	2:47	3:32	2:27	1:10	0:11
			3:53	6:06	8:01	20:23	25:58	31:15	34:02	37:34	40:01	41:11	41:22
8	Daniel Bengtsson Långhundra IF	45:52	5:13	3:19	2:46	7:57	10:51	3:23	3:38	4:44	2:27	1:18	0:16
			5:13	8:32	11:18	19:15	30:06	33:29	37:07	41:51	44:18	45:36	45:52
9	Elias Sjöström Länna IF	46:20	4:04	2:55	3:22	8:01	12:38	3:20	3:32	4:41	2:22	1:14	0:11
			4:04	6:59	10:21	18:22	31:00	34:20	37:52	42:33	44:55	46:09	46:20
10	Christian Løchting Thunberg OK Roslagen	58:12	4:21	2:32	2:00	7:59	16:59	8:26	2:50	3:33	5:44	3:01	0:47
			4:21	6:53	8:53	16:52	33:51	42:17	45:07	48:40	54:24	57:25	58:12
11	Marcus Hammarström Waxholms OK	70:00	5:51	17:12	3:26	10:00	13:43	3:39	5:13	4:42	4:14	1:39	0:21
			5:51	23:03	26:29	36:29	50:12	53:51	59:04	63:46	68:00	69:39	70:00

H18		5160 m 7 anmälda												
1	Robin Pousette Rånäs OK	34:21	2:05	2:24	2:59	1:28	3:13	2:23	2:41	4:42	3:46	3:10	2:28	2:06
			2:05	4:29	7:28	8:56	12:09	14:32	17:13	21:55	25:41	28:51	31:19	33:25
			0:44	0:12										
			34:09	34:21										
2	Martin Jansson OK Rodhen	34:44	1:47	2:31	2:59	1:37	3:47	2:36	2:30	4:55	3:12	3:11	2:28	2:09
			1:47	4:18	7:17	8:54	12:41	15:17	17:47	22:42	25:54	29:05	31:33	33:42
			0:50	0:12										
			34:32	34:44										
3	Anton Sundgren Vallentuna-Össeby OL	37:44	2:20	2:41	3:26	1:43	3:50	2:31	2:49	5:34	3:49	3:28	2:26	2:04
			2:20	5:01	8:27	10:10	14:00	16:31	19:20	24:54	28:43	32:11	34:37	36:41
			0:49	0:14										
			37:30	37:44										
4	Henrik Jonsson OK Rodhen	41:19	1:37	4:07	3:20	1:32	3:27	2:34	2:55	9:02	3:28	3:31	2:30	2:08
			1:37	5:44	9:04	10:36	14:03	16:37	19:32	28:34	32:02	35:33	38:03	40:11
			0:53	0:15										
			41:04	41:19										
5	Adam Eklund Rånäs OK	41:35	1:40	3:50	3:40	1:51	3:52	4:43	2:59	4:53	3:33	3:49	2:56	2:39
			1:40	5:30	9:10	11:01	14:53	19:36	22:35	27:28	31:01	34:50	37:46	40:25
			0:56	0:14										
			41:21	41:35										
6	Torbjörn Jacobsson OK Rodhen	42:06	2:32	3:05	3:20	1:38	3:39	2:57	2:47	8:11	3:58	3:20	3:29	2:15
			2:32	5:37	8:57	10:35	14:14	17:11	19:58	28:09	32:07	35:27	38:56	41:11
			0:44	0:11										
			41:55	42:06										

7	Marcus Andersson Rånäs OK	64:41	3:09 3:09 1:00 64:25	2:46 5:55 0:16 64:41	3:47 9:42	1:57 11:39	5:01 16:40	12:56 29:36	4:29 34:05	12:50 46:55	4:04 50:59	5:14 56:13	3:21 59:34	3:51 63:25
---	------------------------------	-------	-------------------------------	-------------------------------	--------------	---------------	---------------	----------------	---------------	----------------	---------------	---------------	---------------	---------------

H20 6740 m 3 anmälda

1	Mikael Anttila-Eriksson OK Linné	59:57	2:25 2:25 6:03 50:51	3:23 5:48 5:03 55:54	2:28 8:16 2:24 58:18	6:06 14:22 1:23 59:41	2:50 17:12 0:16 59:57	1:24 18:36 3:54 6:30	3:23 21:59 4:22 6:52	3:53 25:52 7:39 6:30	2:56 33:31 8:51 6:30	2:43 36:27 9:09 2:26	5:38 39:10 9:09 9:09	5:38 44:48 9:09 9:09
2	Mattias Pousette Rånäs OK	69:09	1:53 1:53 6:08 60:03	3:28 5:21 4:50 64:53	2:38 7:59 2:42 67:35	7:10 15:09 1:15 68:50	3:22 18:31 0:19 69:09	1:19 19:50 3:54 7:30	4:22 24:12 7:43 9:09	4:46 28:58 4:15 12:37	6:52 35:50 12:37 3:43	6:30 42:20 2:52 6:16	2:26 44:46 59:21 6:16	9:09 53:55 59:21 6:16
3	Emil Jansson OK Rodhen	73:47	2:18 2:18 6:17 65:38	4:08 6:26 4:29 70:07	2:20 8:46 2:17 72:24	5:50 14:36 1:08 73:32	3:25 18:01 0:15 73:47	3:54 21:55 29:38 73:47	7:43 33:53 46:30 73:47	4:15 33:53 50:13 73:47	12:37 46:30 50:13 73:47	3:43 53:05 59:21 73:47	2:52 59:21 6:16 73:47	6:16 59:21 6:16 73:47

H21 6740 m 6 anmälda

1	Pontus Bergström OK Österåker	48:30	1:26 1:26 5:57 41:40	2:36 4:02 3:35 45:15	1:55 5:57 1:58 47:13	4:45 10:42 1:05 48:18	2:35 13:17 0:12 48:30	1:20 14:37 3:29 4:17	4:17 18:54 3:36 5:40	3:18 22:12 22:57 2:16	4:45 26:57 28:37 4:35	2:18 29:15 30:53 2:20	2:08 31:23 33:13 2:15	4:20 35:43 37:54 4:22
2	Tomas Albinsson OK Österåker	50:01	1:28 1:28 4:56 42:56	2:59 4:27 3:30 46:26	2:37 7:04 2:13 48:39	4:39 11:43 1:08 49:47	2:44 14:27 0:14 50:01	1:08 15:35 3:29 4:31	4:31 20:06 19:21 3:35	3:35 23:41 22:57 5:38	5:38 29:19 28:37 2:18	2:18 31:37 30:53 2:05	4:18 33:42 33:13 2:05	4:18 38:00 37:54 4:22
3	Krister Gumaelius Waxholms OK	50:41	1:40 1:40 5:19 43:13	2:44 4:24 3:44 46:57	2:05 6:29 2:18 49:15	5:08 11:37 1:10 50:25	2:47 14:24 0:16 50:41	1:28 15:52 19:21 2:56	3:29 19:21 22:57 3:05	3:36 22:57 28:37 4:35	5:40 30:53 28:37 2:20	2:16 33:13 33:13 2:15	2:20 33:13 37:54 2:15	4:41 37:54 50:41 4:22
4	Kent Lundvall Vallentuna-Össeby OL	57:46	1:30 1:30 7:02 49:42	5:40 7:10 4:47 54:29	2:00 9:10 1:54 56:23	4:23 13:33 1:08 57:31	8:07 21:40 0:15 57:46	1:27 23:07 26:03 57:46	2:56 26:03 29:08 57:46	3:05 33:43 29:08 57:46	4:35 36:03 29:08 57:46	2:20 36:03 38:18 57:46	2:15 38:18 42:40 57:46	4:22 42:40 57:46 57:46

H35 5160 m 5 anmälda

1	Henrik Sundblom Rånäs OK	37:45	1:20 1:20 0:53 37:32	3:55 5:15 0:13 37:45	3:14 8:29 10:11 37:45	1:42 10:11 13:48 37:45	3:37 13:48 16:44 37:45	2:32 19:16 24:53 37:45	5:37 28:25 31:50 37:45	3:32 28:25 31:50 37:45	3:25 34:17 36:39 37:45	2:27 36:39 37:45 37:45	2:22 36:39 37:45 37:45	2:22 37:45 37:45 37:45
2	Roger Andersson Rånäs OK	39:52	1:34 1:34 0:59 39:36	2:39 4:13 0:16 39:52	3:52 8:05 9:53 39:52	1:48 9:53 14:33 39:52	4:40 14:33 17:42 39:52	3:09 20:29 25:59 39:52	2:47 25:59 29:42 39:52	5:30 33:35 36:12 39:52	3:43 36:12 38:37 39:52	3:53 36:12 38:37 39:52	2:37 38:37 39:52 39:52	2:25 39:52 39:52 39:52

3	Gunnar Åhlén Rånäs OK	40:42	2:10 2:10 0:47 40:27	2:37 4:47 0:15 40:42	3:31 8:18	1:44 10:02	6:00 16:02	3:10 19:12	2:25 21:37	6:08 27:45	3:37 31:22	3:35 34:57	2:29 37:26	2:14 39:40
4	Jonas Karlsson Rånäs OK	43:42	2:12 2:12 0:58 43:26	2:42 4:54 0:16 43:42	3:39 8:33	2:00 10:33	4:07 14:40	5:13 19:53	3:13 23:06	5:46 28:52	3:49 32:41	3:51 36:32	3:12 39:44	2:44 42:28
5	Erik Jonsson Långhundra IF	72:38	3:11 3:11 1:06 72:19	4:58 8:09 0:19 72:38	4:38 12:47	2:38 15:25	8:34 23:59	9:00 32:59	3:58 36:57	14:56 51:53	6:08 58:01	5:53 63:54	4:04 67:58	3:15 71:13

H40 5160 m 4 anmälda

1	Christer Arksand Vallentuna-Össeby OL	48:03	2:23 2:23 0:59 47:46	2:59 5:22 0:17 48:03	3:46 9:08	1:39 10:47	7:08 17:55	2:49 20:44	3:06 23:50	5:13 29:03	8:41 37:44	3:28 41:12	3:11 44:23	2:24 46:47
2	Svante Jonsell Vallentuna-Össeby OL	49:32	1:50 1:50 0:59 49:18	6:20 8:10 0:14 49:32	3:43 11:53	1:49 13:42	4:32 18:14	3:36 21:50	4:04 25:54	7:02 32:56	4:36 37:32	4:33 42:05	3:31 45:36	2:43 48:19

H45 5160 m 7 anmälda

1	Jonas Giding Vallentuna-Össeby OL	36:22	1:53 1:53 0:48 36:09	2:30 4:23 0:13 36:22	3:23 7:46	1:31 9:17	3:51 13:08	2:57 16:05	4:01 20:06	4:52 24:58	3:08 28:06	2:55 31:01	2:15 33:16	2:05 35:21
2	Per Carlberg Vallentuna-Össeby OL	39:18	1:54 1:54 0:56 39:03	2:14 4:08 0:15 39:18	3:16 7:24	1:38 9:02	3:48 12:50	2:32 15:22	4:19 19:41	6:12 25:53	3:35 29:28	3:41 33:09	2:40 35:49	2:18 38:07
3	Christer Karlsson OK Rodhen	42:44	3:09 3:09 0:51 42:29	3:01 6:10 0:15 42:44	3:27 9:37	2:04 11:41	4:07 15:48	4:21 20:09	2:50 22:59	5:46 28:45	4:06 32:51	3:37 36:28	2:37 39:05	2:33 41:38
4	Erik Andersson OK Österåker	43:36	2:44 2:44 1:02 43:19	2:38 5:22 0:17 43:36	4:02 9:24	1:49 11:13	4:04 15:17	3:15 18:32	3:00 21:32	6:36 28:08	4:09 32:17	4:12 36:29	3:00 39:29	2:48 42:17
5	Per Edenharn Länna IF	52:53	2:58 2:58 0:59 52:38	6:49 9:47 0:15 52:53	3:44 13:31	1:51 15:22	6:26 21:48	4:04 25:52	3:05 28:57	6:48 35:45	5:42 41:27	4:16 45:43	2:59 48:42	2:57 51:39
6	Håkan Rostö Rånäs OK	56:08	3:04 3:04 0:54 55:52	3:43 6:47 0:16 56:08	4:19 11:06	2:22 13:28	5:58 19:26	7:09 26:35	3:51 30:26	7:15 37:41	5:26 43:07	4:52 47:59	3:54 51:53	3:05 54:58

H50		4010 m 5 anmälda												
1	Roine Andersson Rånäs OK	26:29	3:32	2:02	1:44	4:06	4:51	2:14	2:20	2:21	1:58	1:08	0:13	
			3:32	5:34	7:18	11:24	16:15	18:29	20:49	23:10	25:08	26:16	26:29	
2	Thomas Johansson Rånäs OK	26:46	3:26	1:56	1:47	4:18	5:19	2:14	1:54	2:30	2:00	1:07	0:15	
			3:26	5:22	7:09	11:27	16:46	19:00	20:54	23:24	25:24	26:31	26:46	
3	Göran Andersson OK Rodhen	40:15	4:43	2:55	5:14	5:51	6:51	3:22	3:29	3:08	2:50	1:33	0:19	
			4:43	7:38	12:52	18:43	25:34	28:56	32:25	35:33	38:23	39:56	40:15	
4	Claes Landqvist Vallentuna-Össeby OL	41:39	5:04	2:52	2:17	5:39	9:48	3:29	3:45	3:48	3:04	1:33	0:20	
			5:04	7:56	10:13	15:52	25:40	29:09	32:54	36:42	39:46	41:19	41:39	

H55		4010 m 8 anmälda												
1	Lars Landström Långhundra IF	32:49	3:54	2:14	2:01	5:48	5:52	3:04	2:36	3:10	2:46	1:09	0:15	
			3:54	6:08	8:09	13:57	19:49	22:53	25:29	28:39	31:25	32:34	32:49	
2	Peter Sundgren Vallentuna-Össeby OL	33:51	4:19	2:17	1:56	5:14	6:45	3:45	2:41	3:16	2:19	1:06	0:13	
			4:19	6:36	8:32	13:46	20:31	24:16	26:57	30:13	32:32	33:38	33:51	
3	Hans Ohlin Rånäs OK	35:30	4:26	2:47	2:09	5:07	8:57	2:49	2:28	2:53	2:22	1:16	0:16	
			4:26	7:13	9:22	14:29	23:26	26:15	28:43	31:36	33:58	35:14	35:30	
4	Anders Eriksson Vallentuna-Össeby OL	36:36	4:49	3:30	2:15	6:09	6:06	3:20	3:10	2:58	2:39	1:22	0:18	
			4:49	8:19	10:34	16:43	22:49	26:09	29:19	32:17	34:56	36:18	36:36	
5	Robert Alm Länna IF	40:09	4:29	2:37	2:05	5:48	11:01	3:21	3:01	2:52	3:21	1:17	0:17	
			4:29	7:06	9:11	14:59	26:00	29:21	32:22	35:14	38:35	39:52	40:09	
6	Sture Larsson Länna IF	43:20	4:58	2:53	2:24	8:41	8:07	4:08	3:40	3:43	3:05	1:23	0:18	
			4:58	7:51	10:15	18:56	27:03	31:11	34:51	38:34	41:39	43:02	43:20	
7	Claes Thorell Långhundra IF	60:42	4:56	5:35	2:27	16:11	13:50	5:26	3:38	4:00	2:56	1:23	0:20	
			4:56	10:31	12:58	29:09	42:59	48:25	52:03	56:03	58:59	60:22	60:42	

H60		3720 m 5 anmälda												
1	Jan Åsberg Häverödals SK	34:21	3:05	4:09	4:02	7:04	6:05	2:55	3:01	2:45	1:01	0:14		
			3:05	7:14	11:16	18:20	24:25	27:20	30:21	33:06	34:07	34:21		
2	Lars Westin Vallentuna-Össeby OL	43:14	3:29	3:24	4:18	9:50	8:42	3:39	4:52	3:24	1:15	0:21		
			3:29	6:53	11:11	21:01	29:43	33:22	38:14	41:38	42:53	43:14		

H65		3720 m 14 anmälda												
1	Leif Nordlund Länna IF	34:37	3:29	3:29	3:46	7:32	5:34	3:32	3:03	2:55	1:02	0:15		
			3:29	6:58	10:44	18:16	23:50	27:22	30:25	33:20	34:22	34:37		
2	Sören Eriksson Länna IF	37:48	3:31	3:19	4:15	8:21	5:49	4:00	3:58	3:14	1:04	0:17		
			3:31	6:50	11:05	19:26	25:15	29:15	33:13	36:27	37:31	37:48		
3	Evert Karlsson Rimbo SOK	38:58	3:16	3:23	4:54	8:11	6:34	3:22	3:59	3:45	1:15	0:19		
			3:16	6:39	11:33	19:44	26:18	29:40	33:39	37:24	38:39	38:58		
4	Sven-Olof Norlin Rimbo SOK	39:57	3:22	3:28	4:24	8:56	5:46	3:55	4:55	3:41	1:10	0:20		
			3:22	6:50	11:14	20:10	25:56	29:51	34:46	38:27	39:37	39:57		
5	Christer Solbreck Långhundra IF	41:02	3:24	3:47	4:26	9:53	6:21	4:02	3:58	3:37	1:15	0:19		
			3:24	7:11	11:37	21:30	27:51	31:53	35:51	39:28	40:43	41:02		
6	Hans Sahlberg Långhundra IF	43:47	3:56	4:23	4:29	9:54	6:14	4:09	4:10	4:58	1:12	0:22		
			3:56	8:19	12:48	22:42	28:56	33:05	37:15	42:13	43:25	43:47		

7	Karl Olof Uno Karlsson Häverödals SK	44:42	11:01	3:14	4:01	8:40	6:59	3:16	3:23	2:44	1:04	0:20
			11:01	14:15	18:16	26:56	33:55	37:11	40:34	43:18	44:22	44:42
8	Bo Lindberg Rånäs OK	44:52	4:07	4:10	5:21	10:03	7:22	4:15	4:00	3:48	1:24	0:22
			4:07	8:17	13:38	23:41	31:03	35:18	39:18	43:06	44:30	44:52
9	Boris Andersson Rånäs OK	48:53	4:03	4:47	5:35	11:01	8:28	4:25	4:55	3:56	1:21	0:22
			4:03	8:50	14:25	25:26	33:54	38:19	43:14	47:10	48:31	48:53
10	Bo Westling Häverödals SK	49:27										
11	Lennart Jansson Häverödals SK	50:00	3:52	6:01	4:31	11:58	8:26	5:49	4:19	3:32	1:14	0:18
			3:52	9:53	14:24	26:22	34:48	40:37	44:56	48:28	49:42	50:00
12	Hans Holmberg Vallentuna-Össeby OL	50:01	4:08	4:52	5:24	12:10	6:45	5:16	4:49	4:38	1:33	0:26
			4:08	9:00	14:24	26:34	33:19	38:35	43:24	48:02	49:35	50:01
13	Olow Jansson Häverödals SK	52:07	4:06	5:06	5:59	11:34	9:14	4:44	5:12	4:07	1:41	0:24
			4:06	9:12	15:11	26:45	35:59	40:43	45:55	50:02	51:43	52:07
14	Bernt Johansson Häverödals SK	53:34	3:40	3:40	4:32	13:05	15:57	3:35	4:20	3:33	0:56	0:16
			3:40	7:20	11:52	24:57	40:54	44:29	48:49	52:22	53:18	53:34

H70 3230 m 4 anmälda

1	Roine Mattsson Häverödals SK	37:33	2:52	4:00	5:21	6:36	6:18	2:15	4:54	3:43	1:13	0:21
			2:52	6:52	12:13	18:49	25:07	27:22	32:16	35:59	37:12	37:33
2	Carl Lang OK Österåker	45:24	3:48	4:09	6:42	8:06	7:32	3:00	6:01	4:18	1:25	0:23
			3:48	7:57	14:39	22:45	30:17	33:17	39:18	43:36	45:01	45:24
3	Lennart Rådberg Häverödals SK	53:19	3:14	4:35	6:28	8:26	11:23	3:39	7:48	5:14	2:07	0:25
			3:14	7:49	14:17	22:43	34:06	37:45	45:33	50:47	52:54	53:19

H75 2600 m 6 anmälda

1	Sten Larsson Häverödals SK	24:33	2:18	3:26	4:20	2:28	6:53	3:40	1:09	0:19		
			2:18	5:44	10:04	12:32	19:25	23:05	24:14	24:33		
2	Rolf Andersson Rimbo SOK	24:35	2:23	2:59	4:08	2:14	6:44	4:38	1:10	0:19		
			2:23	5:22	9:30	11:44	18:28	23:06	24:16	24:35		
3	Sigurd Wallén Täby OK	33:28	3:22	6:37	5:56	3:21	8:20	3:53	1:33	0:26		
			3:22	9:59	15:55	19:16	27:36	31:29	33:02	33:28		
4	Nils Eriksson Länna IF	37:05	4:20	5:37	5:30	3:27	11:11	4:55	1:41	0:24		
			4:20	9:57	15:27	18:54	30:05	35:00	36:41	37:05		
5	Alf Persson OK Österåker	38:44	3:25	4:55	7:06	3:32	12:21	5:11	1:47	0:27		
			3:25	8:20	15:26	18:58	31:19	36:30	38:17	38:44		

H80 2600 m 4 anmälda

1	Tage Abrahamsson Rånäs OK	30:20	3:36	4:18	5:08	3:00	8:33	4:00	1:20	0:25		
			3:36	7:54	13:02	16:02	24:35	28:35	29:55	30:20		
2	Lennart Nordström Rimbo SOK	35:32	3:13	4:41	6:18	3:50	10:59	4:28	1:38	0:25		
			3:13	7:54	14:12	18:02	29:01	33:29	35:07	35:32		
	Börje Lindman Vallentuna-Össeby OL	Ej godk.	4:08	6:30	7:23			5:35	1:47	0:32		
			4:08	10:38	18:01		33:38	39:13	41:00	41:32		
	Berndt Gustavsson Rånäs OK	Ej godk.	3:13	5:10	6:32	3:20				0:26		
			3:13	8:23	14:55	18:15			36:31	36:57		

INSKOLNING		1350 m 41 anmälda							
1	Linnea Smedmark OK Roslagen	11:40	2:22	1:37	1:01	2:19	1:58	2:05	0:18
			2:22	3:59	5:00	7:19	9:17	11:22	11:40
2	Eric Björfors OK Roslagen	13:25	2:42	2:21	1:03	2:25	2:11	2:26	0:17
			2:42	5:03	6:06	8:31	10:42	13:08	13:25
3	Kim McVey Vallentuna-Össeby OL	15:25	2:41	2:13	1:50	2:45	2:38	2:48	0:30
			2:41	4:54	6:44	9:29	12:07	14:55	15:25
4	Tony Edlund Rånäs OK	15:44	3:18	1:58	1:36	3:00	2:49	2:39	0:24
			3:18	5:16	6:52	9:52	12:41	15:20	15:44
5	Anton Karlsson Länna IF	15:47	4:40	2:22	1:49	2:27	2:00	2:09	0:20
			4:40	7:02	8:51	11:18	13:18	15:27	15:47
6	Weronika Rydz Vallentuna-Össeby OL	15:48	3:10	2:28	1:22	3:07	2:31	2:51	0:19
			3:10	5:38	7:00	10:07	12:38	15:29	15:48
7	Alina Gyllner Länna IF	17:29	3:09	2:49	2:09	3:28	2:49	2:45	0:20
			3:09	5:58	8:07	11:35	14:24	17:09	17:29
8	Caroline Kraft Vallentuna-Össeby OL	18:03	3:55	2:09	1:47	4:07	3:03	2:41	0:21
			3:55	6:04	7:51	11:58	15:01	17:42	18:03
9	Ina Storm Vallentuna-Össeby OL	18:26	3:17	2:43	1:41	4:47	2:50	2:46	0:22
			3:17	6:00	7:41	12:28	15:18	18:04	18:26
10	Lowe Ytterman Länna IF	18:56	3:30	3:06	1:57	3:54	2:39	3:27	0:23
			3:30	6:36	8:33	12:27	15:06	18:33	18:56
11	Jacob Henriksson Rånäs OK	19:10	3:38	2:32	1:15	3:25	3:04	4:50	0:26
			3:38	6:10	7:25	10:50	13:54	18:44	19:10
12	Emma Palm OK Roslagen	19:42	3:28	3:27	1:27	3:59	4:06	2:56	0:19
			3:28	6:55	8:22	12:21	16:27	19:23	19:42
13	Joakim Åhlen Länna IF	19:53	3:25	3:04	1:22	4:04	3:48	3:48	0:22
			3:25	6:29	7:51	11:55	15:43	19:31	19:53
14	Linus Karlsson Länna IF	20:30	4:58	3:15	1:59	4:11	2:05	3:42	0:20
			4:58	8:13	10:12	14:23	16:28	20:10	20:30
15	Lova Åhlén Rånäs OK	21:39	3:30	3:25	1:32	4:55	4:12	3:29	0:36
			3:30	6:55	8:27	13:22	17:34	21:03	21:39
16	Elin Wahlqvist OK Roslagen	22:54	4:12	3:57	2:04	4:55	2:55	4:20	0:31
			4:12	8:09	10:13	15:08	18:03	22:23	22:54
17	August Stark OK Roslagen	23:10	3:48	4:06	2:15	4:12	4:24	4:04	0:21
			3:48	7:54	10:09	14:21	18:45	22:49	23:10
18	David Näslund OK Roslagen	23:17	3:58	3:55	2:24	4:17	4:20	4:03	0:20
			3:58	7:53	10:17	14:34	18:54	22:57	23:17
19	Einar Lundkvist Länna IF	23:57	4:08	3:36	1:58	5:58	3:46	4:06	0:25
			4:08	7:44	9:42	15:40	19:26	23:32	23:57
20	Alicia McCauley OK Roslagen	24:58	5:37	3:03	2:00	4:59	4:01	4:56	0:22
			5:37	8:40	10:40	15:39	19:40	24:36	24:58
21	Myrna Avellan OK Roslagen	25:21	5:50	3:31	1:56	4:26	4:30	4:46	0:22
			5:50	9:21	11:17	15:43	20:13	24:59	25:21
22	Lukas Carlsson Länna IF	29:04	4:59	3:49	1:50	6:17	6:38	5:04	0:27
			4:59	8:48	10:38	16:55	23:33	28:37	29:04
23	Alva Sundblom Rånäs OK	29:34	5:13	4:26	3:13	6:15	4:46	5:12	0:29
			5:13	9:39	12:52	19:07	23:53	29:05	29:34

U2 **1830 m 16 anmälda**

1	Rasmus Eriksson Rånäs OK	25:29	4:56	4:07	4:47	5:25	3:11	2:44	0:19
			4:56	9:03	13:50	19:15	22:26	25:10	25:29
2	Oskar Sundblom Rånäs OK	29:13	5:25	5:43	5:26	6:27	2:43	3:09	0:20
			5:25	11:08	16:34	23:01	25:44	28:53	29:13
3	Linus Åhlén Rånäs OK	30:19	6:06	7:21	5:20	6:45	2:22	2:10	0:15
			6:06	13:27	18:47	25:32	27:54	30:04	30:19
4	Jeff Järlund Rånäs OK	32:14	5:08	5:00	6:47	7:42	3:15	3:59	0:23
			5:08	10:08	16:55	24:37	27:52	31:51	32:14
5	Carl Henriksson Rånäs OK	33:16	7:08	5:50	7:29	5:30	4:14	2:43	0:22
			7:08	12:58	20:27	25:57	30:11	32:54	33:16
6	Amanda Cedstedt Vallentuna-Össeby OL	34:11	5:44	4:28	8:21	7:33	4:19	3:30	0:16
			5:44	10:12	18:33	26:06	30:25	33:55	34:11
7	Ella Andersson Länna IF	34:34	8:04	5:34	5:19	6:48	5:09	3:20	0:20
			8:04	13:38	18:57	25:45	30:54	34:14	34:34
8	Pontus Kragmo Vallentuna-Össeby OL	41:30	7:34	6:35	9:14	9:23	4:15	4:08	0:21
			7:34	14:09	23:23	32:46	37:01	41:09	41:30
9	Samuel Jonsson Länna IF	53:35	8:01	11:45	8:48	14:11	7:05	3:19	0:26
			8:01	19:46	28:34	42:45	49:50	53:09	53:35
10	Simon Kragmo Vallentuna-Össeby OL	59:27	6:55	12:23	13:54	12:49	8:39	4:09	0:38
			6:55	19:18	33:12	46:01	54:40	58:49	59:27

U3 2100 m 14 anmälda

1	Liv Melander Rånäs OK	26:08	4:12	4:52	1:51	2:33	2:15	7:39	1:06	1:14	0:26
			4:12	9:04	10:55	13:28	15:43	23:22	24:28	25:42	26:08
2	Ellen Rosenblad OK Roslagen	33:59	5:34	6:50	4:46	3:23	2:42	7:34	1:41	1:16	0:13
			5:34	12:24	17:10	20:33	23:15	30:49	32:30	33:46	33:59
3	Harald Rosenblad OK Roslagen	34:14	5:44	6:56	4:41	3:37	2:25	7:36	1:42	1:18	0:15
			5:44	12:40	17:21	20:58	23:23	30:59	32:41	33:59	34:14
4	Johanna Bergman Rånäs OK	35:15	4:30	6:20	5:02	4:45	2:49	6:57	2:25	2:07	0:20
			4:30	10:50	15:52	20:37	23:26	30:23	32:48	34:55	35:15
5	Linnéa Melander Rånäs OK	48:54	4:48	7:20	17:18	3:12	2:26	10:28	1:05	1:59	0:18
			4:48	12:08	29:26	32:38	35:04	45:32	46:37	48:36	48:54

U4 2600 m 7 anmälda

1	Caroline Thörn Rånäs OK	34:47	3:28	8:38	9:08	2:31	6:32	3:07	1:08	0:15
			3:28	12:06	21:14	23:45	30:17	33:24	34:32	34:47
2	Kevin Järlund Rånäs OK	36:16	8:19	4:44	5:08	2:29	10:41	3:24	1:12	0:19
			8:19	13:03	18:11	20:40	31:21	34:45	35:57	36:16
3	Oskar Albertsen Rånäs OK	37:45	3:20	6:31	5:20	4:02	12:04	4:37	1:35	0:16
			3:20	9:51	15:11	19:13	31:17	35:54	37:29	37:45
4	Emil Helvinsson OK Roslagen	64:52	20:14	11:23	6:52	5:53	13:34	5:18	1:17	0:21
			20:14	31:37	38:29	44:22	57:56	63:14	64:31	64:52
5	Jesper Rehnfors OK Roslagen	65:07	14:35	16:53	6:51	6:07	13:09	5:37	1:34	0:21
			14:35	31:28	38:19	44:26	57:35	63:12	64:46	65:07

ÖPPEN 2
2100 m 4 anmälda

1	Eva Rosenblad OK Roslagen	28:10	5:17	5:00	4:42	3:01	2:20	4:50	1:24	1:19	0:17
			5:17	10:17	14:59	18:00	20:20	25:10	26:34	27:53	28:10
2	Annika Stark OK Roslagen	28:13	5:16	4:57	4:37	3:17	2:14	4:44	1:28	1:24	0:16
			5:16	10:13	14:50	18:07	20:21	25:05	26:33	27:57	28:13
3	Linnea Hammarström Waxholms OK	50:57	21:35	8:04	4:34	4:43	2:27	6:22	1:28	1:27	0:17
			21:35	29:39	34:13	38:56	41:23	47:45	49:13	50:40	50:57
4	Evelina Rostö Rånäs OK	52:18	30:36	4:14	3:22	2:50	2:05	6:28	1:09	1:20	0:14
			30:36	34:50	38:12	41:02	43:07	49:35	50:44	52:04	52:18

ÖPPEN 4**3230 m 8 anmälda**

1	Per Grundberg Rimbo SOK	28:37	2:15	2:58	3:55	4:55	4:18	1:48	4:07	2:53	1:12	0:16
			2:15	5:13	9:08	14:03	18:21	20:09	24:16	27:09	28:21	28:37
2	Emma Bromark Långhundra IF	30:20	2:17	3:09	3:38	4:48	6:33	2:17	3:53	2:33	0:58	0:14
			2:17	5:26	9:04	13:52	20:25	22:42	26:35	29:08	30:06	30:20
3	Kenneth Öhman Vallentuna-Össeby OL	31:28	2:09	2:53	4:26	5:34	5:00	2:02	4:33	3:21	1:12	0:18
			2:09	5:02	9:28	15:02	20:02	22:04	26:37	29:58	31:10	31:28
4	Åsa Giding Vallentuna-Össeby OL	40:38	2:49	4:57	5:35	6:52	6:27	2:28	5:15	4:25	1:26	0:24
			2:49	7:46	13:21	20:13	26:40	29:08	34:23	38:48	40:14	40:38
5	Karolina Andersson Länna IF	44:10	2:58	3:52	4:56	8:30	10:19	3:43	5:19	3:10	1:08	0:15
			2:58	6:50	11:46	20:16	30:35	34:18	39:37	42:47	43:55	44:10
6	Anneli Svahn Rånäs OK	45:27	2:40	5:38	5:32	8:52	7:57	3:41	5:55	3:40	1:13	0:19
			2:40	8:18	13:50	22:42	30:39	34:20	40:15	43:55	45:08	45:27
7	Tomas Wahlgren OK Roslagen	57:50	4:01	5:14	12:32	15:57	5:19	4:00	6:09	3:29	0:54	0:15
			4:01	9:15	21:47	37:44	43:03	47:03	53:12	56:41	57:35	57:50
8	Roland Lindgren Waxholms OK	85:26	2:41	7:42	12:47	20:59	20:18	10:15	5:30	3:42	1:08	0:24
			2:41	10:23	23:10	44:09	64:27	74:42	80:12	83:54	85:02	85:26

ÖPPEN 8**6740 m 2 anmälda**

1	Fredrik Åkerlind Vallentuna-Össeby OL	47:29	1:49	2:31	1:47	4:21	3:23	1:03	2:30	3:14	5:15	2:14	1:45	3:46
			1:49	4:20	6:07	10:28	13:51	14:54	17:24	20:38	25:53	28:07	29:52	33:38
			5:58	4:01	2:36	1:03	0:13							
			39:36	43:37	46:13	47:16	47:29							
2	Kajsa Falkman Kils OK	73:56	2:04	3:50	3:29	7:22	3:41	1:44	4:23	4:46	8:02	3:19	3:10	8:16
			2:04	5:54	9:23	16:45	20:26	22:10	26:33	31:19	39:21	42:40	45:50	54:06
			8:09	7:08	2:50	1:27	0:16							
			62:15	69:23	72:13	73:40	73:56							

Skapad 2010-06-15 23:41:56 med OLA version 4.1.6