

# DM+UDM+VDM i terränglöpning

## Uppland

### Resultatlista

Datum: 17 april 2010 (lördag)

Arrangör: Upsala IF Friidrott på uppdrag av Upplands Friidrottsförbund

Tävlingsplats: Uppsala Slott

Tävlingsledare: Per Måwe

Väder: 7-8 grader, mulet men uppehåll

Kommentarer till denna resultatlista kan skickas till följande adress:

[jakob\\_jonsson@yahoo.se](mailto:jakob_jonsson@yahoo.se)

#### F12 2000 meter

1	Sara Mannoun	99	Gottsunda IF	8.45
2	Frida Ahlund	99	Upsala IF	8.48
3	Marie Ebbestad	00	Gottsunda IF	8.54
4	Helena Thim	98	Upsala IF	9.09
5	Frida Lidén	98	Ununge IF	9.10
6	Karin Seifert	00	Gottsunda IF	9.29

#### F13 2000 meter

1	Hanna Johansson	97	Upsala IF	8.20
2	Linda Bokefors	97	Upsala IF	8.42
3	Moa Gålnander	97	Upsala IF	8.43

#### F15 4000 meter

1	Hanna Karlsson	95	Rånäs 4H	17.27
2	Erika Löqvist	95	Hagunda IF	17.42
3	Liza Larsson	96	Hagunda IF	20.26

#### F17 4000 meter

Ingen deltagare.

#### F19 4000 meter

1	Karin Olsson	92	Ludvika FFI (Dalarna)	15.35
2	Erica Wesström	92	Upsala IF	15.55
3	Alva Sandström	92	Upsala IF	17.26
4	Rebecca Hällinder	91	Upsala IF	19.13

#### KS 4000 meter

1	Ulrika Johansson	75	Rånäs 4H	14.16
2	Tarja Karppinen	78	Rånäs 4H	18.08

**KS 8000 meter**

1	Ylva Odemark	81	Uppsala LK	33.59
2	Helena Saarela	80	Uppsala LK	35.14

**K40 4000 meter**

1	Maria Ekblad	70	Upsala IF	17.29
2	Catarina Hillblom	66	Uppsala LK	19.02

**K50 4000 meter**

1	Yvonne Brandberg	59	Rånäs 4H	17.46
2	Anette Grinde	60	Rånäs 4H	18.54

**K65 4000 meter**

1	Anna Lena Hällgren	44	Bälinge IF	22.24
---	--------------------	----	------------	-------

**P12 2000 meter**

1	Jakob Mårtensson	98	Upsala IF	8.08
2	Karl Ingard	98	IK Rex	8.23
3	Olle Grywentz	99	Rånäs 4H	8.58
4	Jon-Kåre Vassvik	98	Gottsunda IF	9.45

**P13 2000 meter**

1	Elias Tholén	97	Ununge IF	7.21
2	Albin Storbacka	97	Bälsta IK	8.02

**P15 4000 meter**

1	Johan Slagbrand	96	IFK Märsta	14.12
2	Hugo Lindell	95	Rånäs 4H	14.15
3	Axel James	95	Upsala IF	16.16
4	Robin Mannoun	96	Gottsunda IF	17.00
5	Martin Hammar	95	Rånäs 4H	17.03
6	Anton Wijk	96	Upsala IF	17.23
7	Björn Seifert	96	Upsala IF	18.09
8	Axel Jonnarth	96	Gottsunda IF	19.19

**P17 4000 meter**

1	Jesper Bokefors	94	Upsala IF	14.08
2	Erik Tholén	94	Ununge IF	14.58
3	Petter Berner-Wik	94	Upsala IF	15.21
4	Rasmus Hartman	94	Upsala IF	16.15
5	Anton Korzhavyi	94	Upsala IF	17.38
-	Albin Sjöblom	93	Rånäs 4H	Bröt

**P19 4000 meter**

1	Joakim Eriksson	92	Estuna IF	13.34
---	-----------------	----	-----------	-------

**MS 4000 meter**

1	Johan Lindberg	80	Uppsala IF	12.30
2	Viktor Hedlöf	86	Rånäs 4H	12.34
3	Daniel Gleimar	92	Ludvika FFI (Dalarna)	13.12
4	Henrik Jacobsson	88	Rånäs 4H	13.19
5	Jonatan Alvaeus	90	Uppsala IF	13.41
6	Daniel Cortobius	88	Rånäs 4H	14.06
7	Patrik Pettersson	90	Rånäs 4H	14.22
8	John Dunell	86	Rånäs 4H	14.24
9	Oskar Djärvi	90	Uppsala LK	15.13

**MS 12000 meter**

1	Janne Holmén	77	Rånäs 4H	40.23
2	Michael Mustaniemi	87	Bålsta IK	43.36
3	Martti Mustonen	60	Rånäs 4H	46.16

**M35 8000 meter**

1	Christian Dahlmann	75	Uppsala LK	29.48
2	Tobias Kristiansson	75	Östhammar FI	34.21
3	Jens Svensson	74	Uppsala LK	35.10

**M40 8000 meter**

1	Jörgen Lindh	69	Rånäs 4H	29.42
2	Andreas Bergman	70	Bålsta IK	32.00
3	Jonas Karlsson	69	Ununge IF	33.10

**M45 8000 meter**

1	Anders Åberg	65	Rånäs 4H	31.32
2	Jan-Olof Andersson	65	Roslagsbro IF	31.47
3	Roger Sernemyr	65	Uppsala LK	32.23
4	Ove Sääf	61	Bålsta IK	32.53
5	Per Persson	62	Bålsta IK	33.03
6	Pontus Aspenström	61	Uppsala LK	35.39
7	Anders Toll	61	Uppsala LK	35.54
8	Tomas Thim	63	Uppsala LK	38.05

**M50 8000 meter**

1	Michael Bromark	60	Uppsala LK	33.17
---	-----------------	----	------------	-------

**M55 8000 meter**

1	Mats Hallqvist	55	Uppsala LK	36.54
2	Sven Molin	55	Uppsala LK	39.41

**M35-55 4000 meter lagtävling**

<b>1</b>	<b>Uppsala LK Lag 1</b>		<b>1.35.28</b>
	Christian Dahlmann	75	29.48
	Roger Sernemyr	65	32.23
	Michael Bromark	60	33.17
<b>2</b>	<b>Bålsta IK</b>		<b>1.37.56</b>
	Andreas Bergman	70	32.00
	Ove Sääf	61	32.53
	Per Persson	62	33.03
<b>3</b>	<b>Uppsala LK Lag 2</b>		<b>1.46.43</b>
	Jens Svensson	74	35.10
	Pontus Aspenström	61	35.39
	Anders Toll	61	35.54
<b>4</b>	<b>Uppsala LK Lag 3</b>		<b>1.54.40</b>
	Mats Hallqvist	55	36.54
	Tomas Thim	63	38.05
	Sven Molin	55	39.41

**M60 4000 meter**

1	Leif Hemlin	49	Rånäs 4H	17.04
2	Hans-Ove Lindström	47	Uppsala LK	18.24
3	Bertil Palmqvist	46	Bälinge IF	21.30

**M65 4000 meter**

M65	Miles Fleetwood	41	Uppsala LK	16.54
-----	-----------------	----	------------	-------