

SM/VSM/JSM/USM i terräng

Resultatlista för lördagen

Datum	16 april 2011
Tävlingsplats	Uppsala Slott, Uppsala
Arrangör	Uppsala IF Friidrott
Tävlingsledare	Mats R. G. Andersson
Väder	Soligt och lite blåsig, 10-15 grader

M 4000m

1	Adil Bouafif	78	Hässelby SK	11.40
2	Andreas Åhwall	89	Hässelby SK	11.45
3	Eric Senorski	89	Örgryte IS	11.49
4	Joel Bodén	83	IFK Umeå	12.00
5	Mathias Borg	85	Ullevi FK	12.03
6	Mikael Ekvall	89	Strömstad LK	12.06
7	Brandon Bartholomew	82	FK Studenterna	12.10
8	Kalle Johansson	89	Hässelby SK	12.10
9	Rashid Benjira	74	Hässelby SK	12.11
10	Oskar Landin	87	Spårvägens FK	12.17
11	Lars Södergård	83	Vallentuna FK	12.19
12	Patrik Andersson	86	Hälle IF	12.22
13	Andreas Svensson	81	FK Studenterna	12.25
14	Tobias Lustig	88	IFK Umeå	12.27
15	Johan Hydén	89	IK Akele	12.30
16	Anton Wåhlin	91	Malmö AI	12.30
17	Johan Bagge	84	Ume Friidrott	12.33
18	Elmar Engholm	92	Hässelby SK	12.36
19	Per Sjögren	79	KFUM Örebro Friidrott	12.36
20	Erik Svahn	83	Ärla IF	12.37
21	Karim Mohammadi	89	Spårvägens FK	12.37
22	Jan Westerberg	80	IFK Umeå	12.38
23	Oskar Danielson	88	IK Norrköping Friidrott	12.38
24	Marcus Gustafsson	88	Spårvägens FK	12.38
25	Johan Walldén	87	Gefle IF	12.49
26	Karl Borgö	80	Hälle IF	12.51
27	Viktor Ekelund	89	Malmö AI	12.53
28	Peter Gross	85	Hässelby SK	12.56
29	Niklas Berglund	79	IFK Umeå	13.03
30	Johan Arnqvist	85	IF Göta (Karlstad)	13.06
31	Johan Svensson	89	Spårvägens FK	13.07
32	Daniel Norberg	78	Spårvägens FK	13.10
33	Daniel Lund	83	Hälle IF	13.12
34	Henrik Jakobsson	88	Spårvägens FK	13.16
35	Daniel Berggren	87	Trollhättans IF	13.17
36	Fredrik Björklund	86	Hälle IF	13.24
37	Anders Hallberg	81	Hemlingby LK	13.29
38	Mirza Nalic	80	Gillberga-Lista IF	13.31
39	Mika Sällinen	83	Ununge IF	13.33
40	Martin Ronnerstedt	85	FK Studenterna	13.36
41	Hugo Hultqvist	84	Sundbybergs IK	13.48
42	Niklas Hansson	77	IK Hakarpspojarna	13.52
43	Gustav Laggren	81	Alingsås IF	14.01
44	Erik Östblom	90	Uppsala LK	14.22
45	Joakim Axelsson	78	Trollhättans IF	14.25
46	Oskar Djärv	90	Uppsala LK	14.33
47	Gustav Eskhult	84	IK Fyris Triathlon	15.48
48	Victor Cederholm	90	Upsala IF	20.28

M 4000m Lag

1	Hässelby SK 1	35.35
	Adil Bouafif	11.40
	Andreas Åhwall	11.45
	Kalle Johansson	12.10
2	IFK Umeå	37.05
	Joel Bodén	12.00
	Tobias Lustig	12.27
	Jan Westerberg	12.38
3	Spårvägens FK 1	37.32
	Oskar Landin	12.17
	Karim Mohammadi	12.37
	Marcus Gustafsson	12.38
4	Hässelby SK 2	37.43
	Rashid Benjira	12.11
	Elmar Engholm	12.36
	Peter Gross	12.56
5	FK Studenterna	38.11
	Brandon Bartholomew	12.10
	Andreas Svensson	12.25
	Martin Ronnerstedt	13.36
6	Hälle IF	38.25
	Patrik Andersson	12.22
	Karl Borgö	12.51
	Daniel Lund	13.12
7	Spårvägens FK 2	39.33
	Johan Svensson	13.07
	Daniel Norberg	13.10
	Henrik Jakobsson	13.16

M35 8000m

1	Rubin McRae	73	Hässelby SK	27.07
2	Mikael Zetterberg	76	GoIF Tjalve	27.30
3	Erik Framme	73	Hälle IF	27.52
4	Tommy Olofsson	76	Björnstorps IF	28.10
5	Christian Dahlmann	75	Uppsala LK	28.37
6	Anders Soovik	76	Kongahälla AIK	28.54
7	Anders Herrmann	76	Rånäs 4H	28.54
8	Robert Engqvist	75	Enhörna IF	28.55
9	Fritjof Fagerlund	74	Rånäs 4H	28.55
10	Fredrik Sohlberg	72	Vallentuna FK	29.00
11	Jan Svensson	75	Trollhättans IF	29.13
12	Johan Sand	72	Huddinge AIS	29.14
13	Henrik Östling	76	Enhörna IF	29.24
14	Magnus Mattsson	73	IS Göta (Helsingborg)	29.27
15	Jari Repo	76	Trollhättans IF	29.28
16	Stefan Carlsson	72	IS Göta (Helsingborg)	29.30
17	Kenneth Boman	76	Lulekamraternas MLK	29.32
18	Tobias Ingvarsson	76	Högby IF	30.08
19	Ulf Eriksson	74	Huddinge AIS	30.18
20	Ola Åkerlund	75	Ununge IF	30.54
21	Martin Holm	73	IS Göta (Helsingborg)	31.58
22	Robert Holmgren	72	Huddinge AIS	31.59
23	Magnus Jansson	72	Uppsala LK	33.09
-	Jens Svensson	74	Uppsala LK	Bröt

M40 8000m

1	Fernando Dinis	71	Hälle IF	27.47
2	Thomas Carlsson	68	Sävedalens AIK	27.55
3	Staffan Johansson	68	IK Akele	28.11
4	Niclas Sjögren	71	Enhörna IF	28.41
5	Magnus Andersson	69	Ystads IF	28.43
6	Per Åsberg	68	Rånäs 4H	28.49
7	Stefan Pettersson	69	Ystads IF	29.01
8	Jonas Almarsson	71	SK Graal	29.58
9	Per Jemth	71	Rånäs 4H	30.01
10	Jörgen Lindh	69	Rånäs 4H	30.03
11	Per Berg	68	Uppsala LK	30.09
12	Jens Persson	70	Ystads IF	30.13
13	Mattias Ganslandt	70	IFK Lidingö	30.42
14	Fredrik Wachsner	70	Vallentuna FK	32.56
15	Amir Putrus	71	IK Akele	33.18
16	Erik Månsson	68	Heleneholms IF	33.36
17	Jonas Karlsson	69	Ununge IF	33.40
18	Mounir Touzani	69	Hemlingby LK	34.00
19	Martin Larsson	71	Huddinge AIS	36.26
-	Ulf Domanders	68	Hemlingby LK	Bröt

M45 8000m

1	Anders Dahl	64	Högbo AIK	27.29
2	Sören Persson	65	IF Göta (Karlstad)	28.18
3	Gunnar Durén	63	Hässelby SK	28.40
4	Niklas Wikner	64	Tranås AIF	29.15
5	Johan Engholm	62	Hässelby SK	29.16
6	Lorenzo Nesi	65	FK Studenterna	29.16
7	BG Nilensjö	63	IS Göta (Helsingborg)	29.33
8	Mikael Forsling	66	Järvsö IF	29.52
9	Magnus Almén	65	Ryda SK	29.55
10	Tommy Nordsten	63	Fredrikshofs FIF	30.12
11	Johan Malmberg	65	Fredrikshofs FIF	30.13
12	Bernt Otterström	65	Rånäs 4H	30.57
13	Asko Sarja	62	Mariestads AIF	30.59
14	Jan-Olof Andersson	65	Roslagsbro IF	31.00
15	Lars Olandersson	65	Ryda SK	31.11
16	Per Persson	62	Bålsta IK	31.18
17	Lennart Eriksson	66	IF Göta (Karlstad)	31.41
18	Stefan Marklund	64	Rånäs 4H	31.44
19	Roger Sernemyr	65	Uppsala LK	31.55
20	Anders Hansson	63	Solvikingarna	31.56
21	Roland Lycksell	64	IFK Lidingö	32.08
22	Lars Lundegård	65	IF Göta (Karlstad)	32.15
23	Patrick Broberg	63	Borlänge LK	32.54
24	Pierre Ekvall	64	Strömstad LK	34.15
25	Thomas Hanson	64	Akademiskahus IF	34.41
26	Leif Jaederfeldt	64	Bålsta IK	36.03
27	Tomas Thim	63	Uppsala LK	38.36

M50 8000m

1	Martti Mustonen	60	Rånäs 4H	29.18
2	Sune Södergrann	60	Huddinge AIS	29.19
3	Stefano Testi	61	Boo IF	29.41
4	Lars-Erik Liljebäck	58	Hammarby IF	30.13
5	Per-Anders Ottersten	61	IF Göta (Karlstad)	30.34
6	Christer Skoog	59	Kils OK	30.39
7	Mårten Westberg	61	Fredrikshofs FIF	31.17
8	Jonas Hellström	61	Danderyds SK	31.46
9	Jörgen Åkesson	60	Tjust Bike & Running Club	32.25
10	Ove Sääf	61	Bålsta IK	32.30
11	Torbjörn Lännevall	61	Rånäs 4H	32.54
12	Svante Carlsson	57	Sigtuna OK	33.14
13	Bo Sandström	57	Gävle BoFF	33.32
14	Ghazi Putrus	57	IK Akele	34.09
15	Per Strömberg	57	Trollhättans IF	34.28
16	Anders Toll	61	Uppsala LK	34.56
17	Kenneth Nyberg	58	Hemlingby LK	37.13
18	Kalle Svensson	59	Uppsala LK	37.24
19	Torbjörn Hagelin	61	Bålsta IK	38.06
-	Pontus Aspenström	61	Uppsala LK	Bröt

M55 8000m

1	Tauno Mertala	53	IF Start	31.49
2	Peter Jaktlund	55	Borlänge LK	32.21
3	Arne Lundell	53	Uppsala LK	33.31
4	Ove Martinsson	54	Trollhättans IF	33.32
5	Bo Andersson	52	Björnstorps IF	34.29
6	Hans Kåsjö	55	Team Skavsåret IF	35.11
7	Thomas Johansson	53	Almby IK	37.01
8	Mats Hallqvist	55	Uppsala LK	37.10
-	Steffen Weckner	53	Uppsala LK	Bröt

M35-55 8000m Lag

1	Hässelby SK	85.03
	Rubin McRae	27.07
	Gunnar Durén	28.40
	Johan Engholm	29.16
2	Rånäs 4H 1	86.38
	Per Åsberg	28.49
	Anders Herrmann	28.54
	Fritjof Fagerlund	28.55
3	Enhörna IF	87.00
	Niclas Sjögren	28.41
	Robert Engqvist	28.55
	Henrik Östling	29.24
4	Ystads IF	87.57
	Magnus Andersson	28.43
	Stefan Pettersson	29.01
	Jens Persson	30.13
5	IS Göta (Helsingborg)	88.30
	Magnus Mattsson	29.27
	Stefan Carlsson	29.30
	BG Nilensjö	29.33
6	Huddinge AIS	88.51
	Johan Sand	29.14
	Sune Södergrann	29.19
	Ulf Eriksson	30.18
7	Rånäs 4H 2	89.22
	Martti Mustonen	29.18
	Per Jemth	30.01
	Jörgen Lindh	30.03
8	IF Göta (Karlstad)	90.33
	Sören Persson	28.18
	Per-Anders Ottersten	30.34
	Lennart Eriksson	31.41
9	Uppsala LK 1	90.41
	Christian Dahlmann	28.37
	Per Berg	30.09
	Roger Sernemyr	31.55
10	Fredrikshofs FIF	91.42
	Tommy Nordsten	30.12
	Johan Malmberg	30.13
	Mårten Westberg	31.17

(forts.)

M35-55 8000m Lag (forts.)

11	Trollhättans IF	92.13
	Jan Svensson	29.13
	Jari Repo	29.28
	Ove Martinsson	33.32
12	Rånäs 4H 3	95.35
	Bernt Otterström	30.57
	Stefan Marklund	31.44
	Torbjörn Lännevall	32.54
13	IK Akele	95.38
	Staffan Johansson	28.11
	Amir Putrus	33.18
	Ghazi Putrus	34.09
14	Bålsta IK	99.51
	Per Persson	31.18
	Ove Sääf	32.30
	Leif Jaederfeldt	36.03
15	Uppsala LK 2	101.36
	Magnus Jansson	33.09
	Arne Lundell	33.31
	Anders Toll	34.56
16	Uppsala LK 3	113.10
	Mats Hallqvist	37.10
	Kalle Svensson	37.24
	Tomas Thim	38.36

M60 4000m

1	Alex Bonn	51	Vallentuna FK	15.29
2	Lars-Eric Sellberg	49	Stångenäs AIS	15.41
3	Ingemar Löfgren	50	IS Göta (Helsingborg)	15.59
4	Bo Larsson	51	Järvsö IF	16.31
5	Ingemar Lemel	47	Tibro AIK	17.27
6	Stefan Zickerman	51	IFK Lidingö	17.53
7	Magnus Bergh	49	Heleneholms IF	18.10
8	Ulf Karlström	47	Heleneholms IF	18.11
9	Jan-Olov Andersson	51	LK Nyköpings Runners	18.31
10	Hans-Ove Lindström	47	Uppsala LK	18.41
11	Bo Jönsson	49	Heleneholms IF	23.37

M65 4000m

1	Åke Palmqvist	46	IK Akele	16.32
2	Kjell Björk	46	Hemlingby LK	16.42
3	Lasse Swidén	45	Hammarby IF	16.55
4	Jack Grönroos	46	OK Alehof	17.19
5	Lars Dennevi	42	LK Nyköpings Runners	18.08
6	Ingemar Kroon	43	Växjö Löparklubb	20.02
7	Sven-Göran Persson	43	Heleneholms IF	26.05

M70 4000m

1	Miles Fleetwood	41	Uppsala LK	17.02
2	Ingvar Olausson	40	Heleneholms IF	17.35
3	Åke Leverin	39	Väsby IK	18.10
4	Jan Myrtorp	41	Brohyttans IF	19.07
5	Lennart Kjellin	41	Rånäs 4H	19.37
6	Ulf Agrell	39	Heleneholms IF	23.40

M75 4000m

1	Gunnar Nilsson	33	Heleneholms IF	19.31
2	Tord Johansson	36	Filipstads IF	20.22
3	Bernt Magnusson	33	IK Akele	22.05
-	Arne Pettersson	33	Hemlingby LK	Bröt

M80 4000m

1	Gert-Arne Åkerberg	31	Laholms IF	23.11
---	--------------------	----	------------	-------

M60-80 4000m Lag

1	Heleneholms IF 1	53.56
	Ingvar Olausson	17.35
	Magnus Bergh	18.10
	Ulf Karlström	18.11
2	Heleneholms IF 2	66.48
	Gunnar Nilsson	19.31
	Bo Jönsson	23.37
	Ulf Agrell	23.40

P17 4000m

1	Napoleon Solomon	94	Fredrikshofs FIF	12.16
2	Jens Petrusson	94	Ullevi FK	12.53
3	Alexander Holmblad	94	Spårvägens FK	13.00
4	Oliver Lämber	94	Hälle IF	13.16
5	Hampus Börjesson	94	Ullevi FK	13.19
6	Joel Durén	94	Hässelby SK	13.23
7	Pontus Johansson	94	IFK Växjö	13.32
8	Jesper Bokefors	94	Upsala IF	13.35
9	Joel Zachrisson	94	Ullevi FK	13.43
10	Simon Spencer	94	Strömstad LK	13.48
11	Otto Kingstedt	94	Huddinge AIS	13.49
12	Alex Torgersson	94	Hammarby IF	14.01
13	Anton Nilsson	94	Kils OK	14.04
14	Gabriel Eriksson	94	Ullevi FK	14.04
15	Filemon Mihreteab	94	Hässelby SK	14.06
16	Gunnar Grimsdal	94	IK Akele	14.08
17	Petter Berner-Wiik	94	Upsala IF	14.20
18	Emil Särnehed	94	Motala AIF	14.21
19	Sam Salehian	94	Hammarby IF	14.25
20	Jakob Fogelklou	94	Sävedalens AIK	14.30
21	Jonathan Järvelä	94	IK Akele	14.40
22	Patrik Claesson	94	Enhörna IF	14.45
23	Noah Berhane	94	Fredrikshofs FIF	14.58
24	Mattias Ohlsson	94	Öresund FK	15.10
25	Rickard Carlsson	94	Trollhättans IF	15.10
26	Morgan Grass	94	Enhörna IF	16.34
27	Jimmy Karlsson	94	IK Akele	16.44
-	Erik Laggren	94	Alingsås IF	Bröt

P16 4000m

1	Daniel Strandberg	95	Malmö AI	13.08
2	Alexander Nilsson	95	Mölnåls AIK	13.17
3	Hugo Lindell	95	Rånäs 4H	13.27
4	Nigusu Solomon	95	Huddinge AIS	13.44
5	Samuel Lundell Vakkuri	95	Enhörna IF	13.47
6	Johan Sandsten	95	Oskarhamns SK	13.51
7	Ken Slättengren	95	Högby IF	13.57
8	Gustaf Lidfeldt	95	Hammarby IF	14.03
9	Arvid Henriksson	95	Järla Orientering	14.16
10	Martin Hammar	95	Rånäs 4H	14.17
11	Elliot Fransson	95	IF Hagen FIK	14.23
12	Axel Lewen-Broberg	95	Ystads IF	14.29
13	Tobias Karlsson	95	Sävedalens AIK	14.29
14	Ludvig Danielson	95	IK Norrköping Friidrott	14.46
15	Adam Andersson	95	Villstads GIF	15.06
16	Hampus Balkåsen	95	IF Göta (Karlstad)	15.14
17	Marcus Eriksson	95	Hammarby IF	15.32
18	Yahye Khalif	95	IFK Linköping	15.58
19	Nicklas Arvidsson	95	IK Westmannia	16.02
-	Joakim Rosenqvist	95	Sävedalens AIK	Bröt

P16+17 4000m Lag

1	Ullevi FK	39.55
	Jens Petrusson	12.53
	Hampus Börjesson	13.19
	Joel Zachrisson	13.43
2	Hammarby IF	42.29
	Alex Torgersson	14.01
	Gustaf Lidfeldt	14.03
	Sam Salehian	14.25
3	Enhörna IF	45.06
	Samuel Lundell Vakkuri	13.47
	Patrik Claesson	14.45
	Morgan Grass	16.34
4	IK Akele	45.32
	Gunnar Grimsdal	14.08
	Jonathan Järvelä	14.40
	Jimmy Karlsson	16.44

P15 4000m

1	Gustaf Stensjö	96	Sävedalens AIK	13.09
2	Andreas Jansson	96	SLK Oxelösund	13.38
3	Daniel Bucht	96	Sävedalens AIK	13.42
4	Oskar Lindqvist	96	Sävedalens AIK	13.58
5	Joakim Ekström	96	Ärla IF	14.07
6	Filip Artursson	96	Bromma IF	14.21
7	Martin Herbert	96	Hässelby SK	14.24
8	Daniel Tapia	96	Hässelby SK	14.28
9	Maximilian Markl	96	IK Westmannia	14.31
10	Axel Ohlson	96	Hässelby SK	14.42
11	Philip Wackendahl	96	Huddinge AIS	14.47
12	Gabriel Steffensen	96	Sävedalens AIK	14.50
13	Oscar Carlsson	96	Ullevi FK	14.57
14	Archie Casteel	96	SoIK Hellas	15.00
15	Samuel Hedlund	96	IK Westmannia	15.39
16	Melker Broomé	96	IK Akele	15.46
17	Isak Hampel Klang	96	Hässelby SK	15.52
18	Sven Engström	96	IK Akele	15.52
19	Anton Persson	96	Hässelby SK	15.57
20	Isak Andersson	96	Upsala IF	16.09
21	Erik Lundmark	96	Turebergs FK	16.14
22	Oskar Franzén	96	Hässelby SK	16.21
23	Arvid Angelsten Sederholm	96	Upsala IF	16.44
24	Björn Seifert	96	Upsala IF	17.24
25	Anton Wijk	96	Upsala IF	18.33

P15 4000m Lag

1	Sävedalens AIK	40.49
	Gustaf Stensjö	13.09
	Daniel Bucht	13.42
	Oskar Lindqvist	13.58
2	Hässelby SK 1	43.34
	Martin Herbert	14.24
	Daniel Tapia	14.28
	Axel Ohlson	14.42
3	Hässelby SK 2	48.10
	Isak Hampel Klang	15.52
	Anton Persson	15.57
	Oskar Franzén	16.21
4	Upsala IF	50.17
	Isak Andersson	16.09
	Arvid Angelsten Sederholm	16.44
	Björn Seifert	17.24

K 4000m

1	Charlotte Schönbeck	84	IFK Lidingö	13.44
2	Malin Liljestedt	80	Spårvägens FK	13.46
3	Louise Wiker	79	Hässelby SK	13.48
4	Meraf Bahta	89	Hälle IF	13.51
5	Charlotta Fougberg	85	Ullevi FK	13.53
6	Lena Örn	88	Spårvägens FK	14.14
7	Frida Lundén	84	FK Studenterna	14.16
8	Cecilia Kleist	82	IK Akele	14.24
9	Fanny Ek	82	Tjust Bike & Running Club	14.33
10	Elin Borglund	91	Sävedalens AIK	14.34
11	Sara Sjökvist	89	Spårvägens FK	14.37
12	Sara Holmgren	90	Sävedalens AIK	14.40
13	Maria Borglund	91	Sävedalens AIK	14.48
14	Inga Kazlauskaitė	77	Rånäs 4H	14.51
15	Jenny Jansson	76	IFK Umeå	14.57
16	Frida Flodström	87	Turebergs FK	15.01
17	Helene Söderlund	87	IFK Moras FIK	15.04
18	Therese Nordström	77	Ullevi FK	15.09
19	Malin Skoog	88	IFK Umeå	15.10
20	Emma Belförth	85	Ullevi FK	15.13
21	Cecilia Norrbom	88	Spårvägens FK	15.19
22	Sandra Nilsson	88	Åhus FIK	15.20
23	Linnea Smeds	85	Spårvägens FK	15.24
24	Magdalena Ottersten	85	Hässelby SK	15.34
25	Erika Fyrvall	87	Hässelby SK	15.47
26	Susanne Sjöstrand	86	FK Studenterna	16.14
27	Louise Wistrand	85	Hässelby SK	16.35
-	Matilda Häggström	88	IF Göta (Karlstad)	Bröt
-	Sofie Ljungberg	88	KFUM Örebro Friidrott	Bröt

K 4000m Lag

1	Spårvägens FK	42.37
	Malin Liljestedt	13.46
	Lena Örn	14.14
	Sara Sjökvist	14.37
2	Sävedalens AIK	44.02
	Elin Borglund	14.34
	Sara Holmgren	14.40
	Maria Borglund	14.48
3	Ullevi FK	44.15
	Charlotta Fougberg	13.53
	Therese Nordström	15.09
	Emma Belforth	15.13
4	Hässelby SK	45.09
	Louise Wiker	13.48
	Magdalena Ottersten	15.34
	Erika Fyrvall	15.47

K35 4000m

1	Lotta Huselius	74	Björnstorps IF	16.03
2	Antje Torstensson	75	KFUM Örebro Friidrott	16.11
3	Matilda Lundmark	72	FK Studenterna	16.32
4	Gabriella Eliasson	75	IF Start	16.38
5	Jenny Lyck	75	Uppsala LK	17.08

K40 4000m

1	Lotta Lennartsson	69	IF Start	15.11
2	Ann Björklund	71	Spårvägens FK	15.39
3	Ann Hellgren	67	IF Kville	15.52
4	Ann-Katrin Nordanstahl	71	Ösmo Nynäs FIK	16.12
5	Susanne Reiman	69	IK Akele	16.16
6	Mia Havinder	69	Björnstorps IF	16.19
7	Åsa Nylander	67	Tullinge-Tumba FF	16.27
8	Camilla Andersson	71	Hässelby SK	16.30
9	Eva Fridman	71	Hälle IF	16.47
10	Frida Säfström	71	Rånäs 4H	17.19
11	Susanne Wahlqvist	69	Rånäs 4H	17.29
12	Carolina Andersson	70	Rånäs 4H	18.01
13	Anna Hull	67	Ystads IF	18.15
14	Jennie Sandberg	70	Rånäs 4H	18.23
15	Eva Annebrant	67	Högbo GIF	20.29
-	Sirpa Felhendler	68	GoIF Tjalve	Bröt

K45 4000m

1	Marie Olsson	63	Björnstorps IF	15.53
2	Ingmarie Nilsson	66	Hässelby SK	15.58
3	Helene Nilsson	66	IF Start	16.06
4	Catharina Sundelöf	66	Huddinge AIS	16.21
5	Marie Delldy	64	Bålsta IK	17.17
6	Mia Edvardsson	66	Hässelby SK	17.34
7	Viveka Lindberg	65	Hemlingby LK	17.39
8	Sussi Danielsson	62	IK Norrköping Friidrott	17.45
9	Carina Lloyd	64	Ystads IF	18.46

K50 4000m

1	Karin Ohrankämnen	61	Sävedalens AIK	15.52
2	Monica Kingstedt	61	Huddinge AIS	15.54
3	Charlotta Frenander	61	Rånäs 4H	17.22
4	Yvonne Brandberg	59	Rånäs 4H	17.37
5	Eva Ek	60	Björnstorps IF	18.29
6	Anna-Karin Delborg	59	Björnstorps IF	18.32
7	Susanne Harke-Söderberg	59	Heleneholms IF	18.35
8	Ann Britt Nilseng	59	IF Skade	19.23
9	Helen Pahverk	58	LK Nyköpings Runners	20.41

K55 4000m

1	Ann-Catrin Jisander	56	IFK Lund	17.31
2	Lubov Pospeshina	53	IFK Skövde	17.50
3	Eva Lönnqvist	56	Ystads IF	17.57
4	Katarina Nilsson	56	Högby IF	19.00
5	Ewa Wahlberg	55	Uppsala LK	19.27

K60 4000m

1	Britt Hellmark	50	Lidköpings IS	19.25
2	Ulla Littenheim	47	Uddevalla IS	19.36

K65 4000m

1	Anna-Lena Hällgren	44	Bälinge IF	22.45
2	Catharina Wahlstedt	44	IF Start	23.09

K35-65 4000m Lag

1	IF Start	47.55
	Lotta Lennartsson	15.11
	Helene Nilsson	16.06
	Gabriella Eliasson	16.38
2	Björnstorps IF	48.15
	Marie Olsson	15.53
	Lotta Huselius	16.03
	Mia Havinder	16.19
3	Hässelby SK	50.02
	Ingmarie Nilsson	15.58
	Camilla Andersson	16.30
	Mia Edvardsson	17.34
4	Rånäs 4H 1	52.10
	Frida Säfström	17.19
	Charlotta Frenander	17.22
	Susanne Wahlqvist	17.29
5	Rånäs 4H 2	54.01
	Yvonne Brandberg	17.37
	Carolina Andersson	18.01
	Jennie Sandberg	18.23
6	Ystads IF	54.58
	Eva Lönnqvist	17.57
	Anna Hull	18.15
	Carina Lloyd	18.46

F17 4000m

1	Agnes Sjöström	94	IK Westmannia	15.25
2	Isabelle Carlsson-Pallin	94	Mosjö FK	15.37
3	Maria Larsson	94	Ullevi FK	16.04
4	Sophia Geirup	94	Ullevi FK	16.22
5	Evelina Larsson	94	Kvarnsvedens Friidrott	16.55
6	Alice Andersson	94	Sävedalens AIK	16.55
7	Malin Cederqvist	94	Göteborgs KIK	17.32
-	Josefine Malmborg	94	Habo Friidrott 04	Bröt
-	Lovisa Hammarlund	94	Göteborgs KIK	Ej start

F16 4000m

1	Sarah Lahti	95	Klippans FK	15.02
2	Isabell Norstedt	95	IFK Helsingborg	15.27
3	Lisa Bergdahl	95	Glanshammars IF	15.47
4	Siri Ohrankämnen	95	Sävedalens AIK	16.14
5	Jenny Biesert	95	SK Graal	16.28
6	Lisa Jerpenfeldt	95	Sävedalens AIK	16.33
7	Emma Fogelqvist	95	Spårvägens FK	16.39
8	Malin Nyström	95	IFK Moras FIK	16.42
9	Sanna Skoog	95	Kils OK	16.47
10	Hanna Karlsson	95	Rånäs 4H	16.57
11	Sofia Nilsson	95	Linköpings GIF	17.01
12	Jessica Bengtsson	95	Sävedalens AIK	17.07
13	Julia Schytzer	95	IF Göta (Karlstad)	17.13
14	Emilia Elofsson	95	Lidköpings IS	17.14
15	Emelie Svensson	95	IFK Moras FIK	17.44
16	Hanna Eriksson	95	IFK Moras FIK	17.46
17	Nike Alfredsson	95	Rånäs 4H	18.59
18	Sofie Ekvall	95	Strömstad LK	19.12
19	Diana Jacobs	95	Ullevi FK	19.13
20	Evelina Hiltonen	95	Ullevi FK	19.14
21	Frida Andersson	95	IF Göta (Karlstad)	19.34
22	Hanne Gustafsson	95	IF Göta (Karlstad)	19.56
23	Emma Löfqvist	95	IK Akele	20.06

F16+17 4000m Lag

1	Sävedalens AIK	49.42
	Siri Ohrankämnen	16.14
	Lisa Jerpenfeldt	16.33
	Alice Andersson	16.55
2	Ullevi FK	51.39
	Maria Larsson	16.04
	Sophia Geirup	16.22
	Diana Jacobs	19.13
3	IFK Moras FIK	52.12
	Malin Nyström	16.42
	Emelie Svensson	17.44
	Hanna Eriksson	17.46
4	IF Göta (Karlstad)	56.43
	Julia Schytzer	17.13
	Frida Andersson	19.34
	Hanne Gustafsson	19.56

F15 4000m

1	Linn Söderholm	96	Sävedalens AIK	14.56
2	Isabelle Brauer	96	Åkersberga SK	15.19
3	Moa Rothman	96	Västerås FK	15.38
4	Malin Jonson	96	Sävedalens AIK	15.44
5	Matilda Andersson	96	Sävedalens AIK	15.52
6	Kerstin Axelsson	96	Skeninge IK	16.09
7	Julia Ivehammar	96	Linköpings GIF	16.37
8	Lovisa Keterlins	96	SK Granan	17.30
9	Johanna Högardh	96	IFK Halmstad	17.42
10	Ida Jackalin	96	Högbo GIF	17.44
11	Emelie Ring	96	IK Akele	18.08
12	Julia Angelsiöö	96	Storvreta IK	18.27
13	Louise Hellberg	96	Huddinge AIS	20.22
-	Alma Pihlblad	96	Högbo GIF	Bröt