

# Hälleforsterrängen Hällefors 2026-05-16 Resultat

Klass	Antal resultat
5 km	17
10 km	36
Motion 10 km	5
<b>Totalt</b>	<b>58</b>

## 5 km Södra Svealands Löparserie

Distans: 5 000 m

Plac	Ålder	Namn	Resultat	Mellantider
1	M: 1	24 Vilgot Gullstrand -12 Mälärhöjden-Hägersten FF	26:41 5:20 min/km	Berg 1,9 km 10:07 Förvarning 13:31 23:38 Mål 3:02 26:41
2	M: 2	40 Joakim Oskarsson -61 IFK Nora Serie	28:35 5:43 min/km	Berg 1,9 km 11:38 Förvarning 13:47 25:25 Mål 3:09 28:35
3	K: 1	8 Maria Borg -73 IF Start	28:41 5:44 min/km	Berg 1,9 km 11:33 Förvarning 13:54 25:26 Mål 3:14 28:41
4	K: 2	1 Hilma Berglez -16 KFUM Örebro Friidrott Serie	29:07 5:49 min/km	Berg 1,9 km 11:48 Förvarning 14:46 26:34 Mål 2:32 29:07
5	M: 3	22 Alvar Gullstrand -16 Mälärhöjden-Hägersten FF	29:24 5:52 min/km	Berg 1,9 km 11:49 Förvarning 14:46 26:35 Mål 2:49 29:24
6	M: 4	55 Wille Grip -18 Hällefors LK Serie	29:32 5:54 min/km	Berg 1,9 km 11:09 Förvarning 15:08 26:17 Mål 3:15 29:32
7	M: 5	10 Per Börjesson -54 Östansjö SK Serie	32:45 6:33 min/km	Berg 1,9 km 13:07 Förvarning 15:38 28:45 Mål 4:00 32:45
8	M: 6	37 Janove Lämgren -56 Kils OK Serie	34:58 6:59 min/km	Berg 1,9 km 13:57 Förvarning 17:23 31:20 Mål 3:37 34:58
9	K: 3	23 Anna Gullstrand -81 IK Sätra	35:47 7:09 min/km	Berg 1,9 km 14:44 Förvarning 17:26 32:10 Mål 3:37 35:47
10	M: 7	26 Robert Hallgren -82 Hällefors LK	36:14 7:14 min/km	Berg 1,9 km 14:25 Förvarning 18:06 32:31 Mål 3:43 36:14
11	M: 8	11 Peter Comét -56 IFK Nora Serie	37:21 7:28 min/km	Berg 1,9 km 14:54 Förvarning 18:16 33:10 Mål 4:11 37:21
12	K: 4	5 Rosa Björk -17 Örebro	38:27 7:41 min/km	Berg 1,9 km 15:23 Förvarning 19:52 35:14 Mål 3:12 38:27
13	M: 9	57 Gabriel Nilsson -04 Hällefors LK	40:58 8:11 min/km	Berg 1,9 km 16:10 Förvarning 21:04 37:14 Mål 3:43 40:58
14	K: 5	39 Viola Nilsson -16 Hällefors	41:02 8:12 min/km	Berg 1,9 km 16:10 Förvarning 21:03 37:13 Mål 3:48 41:02
15	M: 10	13 Sven-Olov Dahlgren -44 Kopparbergs IF Serie	43:52 8:46 min/km	Berg 1,9 km 17:36 Förvarning 21:53 39:28 Mål 4:23 43:52
16	K: 6	3 Kata Björk -14 Örebro	1:04:03 12:48 min/km	Berg 1,9 km 23:42 Förvarning 33:15 56:57 Mål 7:05 1:04:03
		47 Erik Ragnar Swedlund -91 Billerud Frövi	DNS	

## M 5 km

Plac	Namn	Resultat
1	24 Vilgot Gullstrand -12 Mälärhöjden-Hägersten FF	26:41 5:20 min/km
2	40 Joakim Oskarsson -61 IFK Nora Serie	28:35 5:43 min/km
3	22 Alvar Gullstrand -16 Mälärhöjden-Hägersten FF	29:24 5:52 min/km

4	55 Wille Grip -18 Hällefors LK Serie	29:32 5:54 min/km
5	10 Per Börjesson -54 Östansjö SK Serie	32:45 6:33 min/km
6	37 Janove Lämngren -56 Kils OK Serie	34:58 6:59 min/km
7	26 Robert Hallgren -82 Hällefors LK	36:14 7:14 min/km
8	11 Peter Comét -56 IFK Nora Serie	37:21 7:28 min/km
9	57 Gabriel Nilsson -04 Hällefors LK	40:58 8:11 min/km
10	13 Sven-Olov Dahlgren -44 Kopparbergs IF Serie	43:52 8:46 min/km

K 5 km

Plac	Namn	Resultat
1	8 Maria Borg -73 IF Start	28:41 5:44 min/km
2	1 Hilma Berglez -16 KFUM Örebro Friidrott Serie	29:07 5:49 min/km
3	23 Anna Gullstrand -81 IK Sätra	35:47 7:09 min/km
4	5 Rosa Björk -17 Örebro	38:27 7:41 min/km
5	39 Viola Nilsson -16 Hällefors	41:02 8:12 min/km
6	3 Kata Björk -14 Örebro	1:04:03 12:48 min/km

10 km Södra Svealands Löparserie

Distans: 10 000 m

Plac	Ålder	Namn	Resultat	Mellantider					
1	M: 1	30 Jimmy Jansson -79 IF Start Serie	42:02 4:12 min/km	Berg 1,9 km 8:14	4,4 km 10:27 18:41	Varv 4,9 km 2:21 21:03	Berg 6,9 km 8:41 29:44	Förvarning 10:08 39:52	Mål 2:09 42:02
2	M: 2	56 Kevin Henriksson -97 Karlsunds IF SF Serie	42:07 4:12 min/km	Berg 1,9 km 8:13	4,4 km 10:14 18:27	Varv 4,9 km 2:18 20:45	Berg 6,9 km 8:49 29:34	Förvarning 10:18 39:52	Mål 2:15 42:07
3	K: 1	51 Mathilda Wiker -05 IF Göta Karlstad Serie	42:18 4:13 min/km	Berg 1,9 km 8:25	4,4 km 10:10 18:35	Varv 4,9 km 2:18 20:52	Berg 6,9 km 8:46 29:38	Förvarning 10:16 39:54	Mål 2:24 42:18
4	M: 3	44 Fredrik Rådström -83 Hällefors LK Serie	42:34 4:15 min/km	Berg 1,9 km 8:12	4,4 km 10:14 18:26	Varv 4,9 km 2:18 20:44	Berg 6,9 km 8:48 29:33	Förvarning 10:31 40:04	Mål 2:30 42:34
5	M: 4	38 Pär Muhr -72 Västerås LK Serie	42:56 4:17 min/km	Berg 1,9 km 8:25	4,4 km 10:15 18:41	Varv 4,9 km 2:28 21:08	Berg 6,9 km 9:00 30:08	Förvarning 10:20 40:28	Mål 2:27 42:56
6	M: 5	27 Tommy Holmberg -88 Hällefors LK Serie	43:29 4:20 min/km	Berg 1,9 km 8:15	4,4 km 10:22 18:37	Varv 4,9 km 2:22 20:59	Berg 6,9 km 9:01 30:00	Förvarning 10:51 40:51	Mål 2:37 43:29
7	M: 6	9 Dan Bäck -75 Kumla SF Serie	43:52 4:23 min/km	Berg 1,9 km 8:36	4,4 km 10:43 19:19	Varv 4,9 km 2:22 21:41	Berg 6,9 km 8:53 30:33	Förvarning 10:49 41:22	Mål 2:29 43:52
8	M: 7	34 Christoffer Kivling -87 Kumla SF Serie	44:44 4:28 min/km	Berg 1,9 km 8:37	4,4 km 10:43 19:20	Varv 4,9 km 2:24 21:44	Berg 6,9 km 9:16 30:59	Förvarning 11:09 42:09	Mål 2:35 44:44
9	M: 8	52 Peter Wiker -72 Hällefors LK Serie	44:54 4:29 min/km	Berg 1,9 km 8:42	4,4 km 10:51 19:32	Varv 4,9 km 2:27 22:00	Berg 6,9 km 9:10 31:10	Förvarning 11:11 42:21	Mål 2:32 44:54
10	M: 9	20 Johan Fredriksson -84 Kumla SF Serie	45:05 4:30 min/km	Berg 1,9 km 8:32	4,4 km 10:49 19:20	Varv 4,9 km 2:25 21:46	Berg 6,9 km 9:38 31:24	Förvarning 11:04 42:28	Mål 2:37 45:05
11	M: 10	54 Johan Ånger -84 Hällefors LK Serie	45:46 4:34 min/km	Berg 1,9 km 9:05	4,4 km 11:10 20:15	Varv 4,9 km 2:30 22:44	Berg 6,9 km 9:27 32:12	Förvarning 11:02 43:14	Mål 2:31 45:46

12	M: 11	28 Rodney Hundermark -69 IFK Nora Serie	46:06 4:36 min/km	Berg 1,9 km 8:58	4,4 km 11:25 20:23	Varv 4,9 km 2:33 22:56	Berg 6,9 km 9:25 32:21	Förvarning 11:22 43:43	Mål 2:22 46:06
13	K: 2	14 Marie Dasler -68 IF Start Serie	46:13 4:37 min/km	Berg 1,9 km 9:07	4,4 km 11:11 20:19	Varv 4,9 km 2:30 22:49	Berg 6,9 km 9:31 32:20	Förvarning 11:13 43:33	Mål 2:39 46:13
14	M: 12	12 Staffan Dahl -78 Örebro AIK Serie	47:33 4:45 min/km	Berg 1,9 km 9:13	4,4 km 11:16 20:29	Varv 4,9 km 2:34 23:03	Berg 6,9 km 10:10 33:12	Förvarning 11:43 44:55	Mål 2:37 47:33
15	M: 13	41 Pontus Pers -90 LK Självdistans	47:52 4:47 min/km	Berg 1,9 km 9:28	4,4 km 11:31 20:59	Varv 4,9 km 2:41 23:40	Berg 6,9 km 10:19 34:00	Förvarning 11:14 45:13	Mål 2:38 47:52
16	M: 14	6 Joel Björk Werner -82 IF Start Serie	48:43 4:52 min/km	Berg 1,9 km 8:46	4,4 km 11:53 20:39	Varv 4,9 km 2:46 23:24	Berg 6,9 km 10:28 33:53	Förvarning 11:58 45:51	Mål 2:52 48:43
17	M: 15	18 Torbjörn Eriksson -66 IF Start Serie	49:26 4:56 min/km	Berg 1,9 km 9:46	4,4 km 11:48 21:34	Varv 4,9 km 2:43 24:18	Berg 6,9 km 10:19 34:36	Förvarning 11:59 46:35	Mål 2:51 49:26
18	K: 3	15 Jenny Døllerup -85 IFK Nora Serie	50:06 5:00 min/km	Berg 1,9 km 9:50	4,4 km 12:06 21:56	Varv 4,9 km 2:43 24:39	Berg 6,9 km 10:23 35:03	Förvarning 12:15 47:17	Mål 2:48 50:06
19	K: 4	53 Antje Wiksten -75 IF Start Serie	50:41 5:04 min/km	Berg 1,9 km 10:06	4,4 km 12:06 22:12	Varv 4,9 km 2:45 24:57	Berg 6,9 km 10:39 35:36	Förvarning 12:14 47:50	Mål 2:51 50:41
20	M: 16	46 Roger Sköldqvist -65 IF Start Serie	52:06 5:12 min/km	Berg 1,9 km 10:13	4,4 km 12:27 22:39	Varv 4,9 km 2:50 25:29	Berg 6,9 km 10:48 36:18	Förvarning 12:52 49:10	Mål 2:56 52:06
21	M: 17	48 Daniel Torége -11 IF Start Serie	52:27 5:14 min/km	Berg 1,9 km 8:24	4,4 km 10:50 19:15	Varv 4,9 km 2:32 21:47	Berg 6,9 km 10:32 32:19	Förvarning 17:15 49:34	Mål 2:52 52:27
22	M: 18	2 Peter Berglez -73 IF Start Serie	52:30 5:15 min/km	Berg 1,9 km 10:35	4,4 km 12:46 23:21	Varv 4,9 km 2:51 26:12	Berg 6,9 km 10:46 36:58	Förvarning 12:38 49:36	Mål 2:54 52:30
23	K: 5	29 Jessica Jansson -73 Hällefors LK Serie	54:17 5:25 min/km	Berg 1,9 km 10:05	4,4 km 13:08 23:14	Varv 4,9 km 2:49 26:03	Berg 6,9 km 11:29 37:31	Förvarning 13:40 51:12	Mål 3:05 54:17
24	M: 19	7 Daniel Borg -74 IFK Nora Serie	56:47 5:40 min/km	Berg 1,9 km 11:00	4,4 km 13:57 24:57	Varv 4,9 km 3:09 28:06	Berg 6,9 km 11:42 39:49	Förvarning 13:52 53:41	Mål 3:06 56:47
25	K: 6	17 Ella Eriksson -93 Hällefors LK Serie	57:09 5:42 min/km	Berg 1,9 km 11:10	4,4 km 15:07 26:17	Varv 4,9 km 3:11 29:28	Berg 6,9 km 11:09 40:37	Förvarning 13:38 54:14	Mål 2:54 57:09
26	K: 7	4 Moa-Lisa Björk -76 IF Start Serie	58:10 5:49 min/km	Berg 1,9 km 11:39	4,4 km 14:34 26:14	Varv 4,9 km 3:14 29:27	Berg 6,9 km 11:42 41:09	Förvarning 14:01 55:10	Mål 2:59 58:10
27	K: 8	35 Elin Larsson -79 IFK Nora Serie	59:35 5:57 min/km	Berg 1,9 km 11:38	4,4 km 13:59 25:37	Varv 4,9 km 3:18 28:55	Berg 6,9 km 13:05 42:00	Förvarning 14:22 56:22	Mål 3:12 59:35
28	M: 20	49 Per Törnevik -74 SK Bore Torsby Serie	1:00:22 6:02 min/km	Berg 1,9 km 11:35	4,4 km 14:34 26:09	Varv 4,9 km 3:17 29:26	Berg 6,9 km 12:47 42:13	Förvarning 14:59 57:13	Mål 3:09 1:00:22
29	K: 9	45 Carolina Sandberg -77 Örebro AIK Serie	1:00:48 6:04 min/km	Berg 1,9 km 11:36	4,4 km 15:04 26:40	Varv 4,9 km 3:26 30:06	Berg 6,9 km 12:08 42:14	Förvarning 15:05 57:20	Mål 3:28 1:00:48
30	M: 21	33 Lars Karlsson -64 Östansjö SK Serie	1:01:19 6:07 min/km	Berg 1,9 km 11:56	4,4 km 14:56 26:52	Varv 4,9 km 3:14 30:06	Berg 6,9 km 12:32 42:38	Förvarning 15:19 57:56	Mål 3:22 1:01:19

31	M: 22	42 Torbjörn Persson -63 Östansjö SK Serie	1:02:41 6:16 min/km	Berg 1,9 km 11:07	4,4 km 14:27 25:34	Varv 4,9 km 3:22 28:56	Berg 6,9 km 14:25 43:21	Förvarning 15:47 59:08	Mål 3:33 1:02:41
32	K: 10	36 Maria Lithell -81 Östansjö SK Serie	1:12:07 7:12 min/km	Berg 1,9 km 13:32	4,4 km 16:28 30:00	Varv 4,9 km 3:40 33:40	Berg 6,9 km 16:44 50:23	Förvarning 18:03 1:08:26	Mål 3:40 1:12:07
33	K: 11	19 Tina Fingal -76 IFK Nora Serie	1:16:07 7:36 min/km	Berg 1,9 km 14:48	4,4 km 18:05 32:54	Varv 4,9 km 4:14 37:08	Berg 6,9 km 16:05 53:13	Förvarning 18:58 1:12:11	Mål 3:55 1:16:07
34	M: 23	21 Jimmy Glinnerås -71 Örebro AIK Serie	1:19:03 7:54 min/km	Berg 1,9 km 15:07	4,4 km 18:30 33:37	Varv 4,9 km 4:18 37:56	Berg 6,9 km 17:06 55:02	Förvarning 19:58 1:15:00	Mål 4:03 1:19:03
		58 Brian Nilsson -95 Hällefors LK Serie	DNF	Berg 1,9 km 8:21	4,4 km 10:14 18:35	Varv 4,9 km 2:18 20:53			
		32 Anders Johansson -72 IF Start Serie	DNS						

## M 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	30 Jimmy Jansson -79 IF Start Serie	42:02 4:12 min/km
2	56 Kevin Henriksson -97 Karlslunds IF SF Serie	42:07 4:12 min/km
3	44 Fredrik Rådström -83 Hällefors LK Serie	42:34 4:15 min/km
4	38 Pär Muhr -72 Västerås LK Serie	42:56 4:17 min/km
5	27 Tommy Holmberg -88 Hällefors LK Serie	43:29 4:20 min/km
6	9 Dan Bäck -75 Kumla SF Serie	43:52 4:23 min/km
7	34 Christoffer Kivling -87 Kumla SF Serie	44:44 4:28 min/km
8	52 Peter Wiker -72 Hällefors LK Serie	44:54 4:29 min/km
9	20 Johan Fredriksson -84 Kumla SF Serie	45:05 4:30 min/km
10	54 Johan Ånger -84 Hällefors LK Serie	45:46 4:34 min/km
11	28 Rodney Hundermark -69 IFK Nora Serie	46:06 4:36 min/km
12	12 Staffan Dahl -78 Örebro AIK Serie	47:33 4:45 min/km
13	41 Pontus Pers -90 LK Självdistans	47:52 4:47 min/km
14	6 Joel Björk Werner -82 IF Start Serie	48:43 4:52 min/km
15	18 Torbjörn Eriksson -66 IF Start Serie	49:26 4:56 min/km
16	46 Roger Sköldqvist -65 IF Start Serie	52:06 5:12 min/km
17	48 Daniel Torége -11 IF Start Serie	52:27 5:14 min/km
18	2 Peter Berglez -73 IF Start Serie	52:30 5:15 min/km
19	7 Daniel Borg -74 IFK Nora Serie	56:47 5:40 min/km
20	49 Per Törnevik -74 SK Bore Torsby Serie	1:00:22 6:02 min/km
21	33 Lars Karlsson -64 Östansjö SK Serie	1:01:19 6:07 min/km
22	42 Torbjörn Persson -63 Östansjö SK Serie	1:02:41 6:16 min/km
23	21 Jimmy Glinnerås -71 Örebro AIK Serie	1:19:03 7:54 min/km

## K 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	51 Mathilda Wiker -05 IF Göta Karlstad Serie	42:18 4:13 min/km

2	14 Marie Dasler -68 IF Start Serie	46:13 4:37 min/km
3	15 Jenny Dollerup -85 IFK Nora Serie	50:06 5:00 min/km
4	53 Antje Wiksten -75 IF Start Serie	50:41 5:04 min/km
5	29 Jessica Jansson -73 Hällefors LK Serie	54:17 5:25 min/km
6	17 Ella Eriksson -93 Hällefors LK Serie	57:09 5:42 min/km
7	4 Moa-Lisa Björk -76 IF Start Serie	58:10 5:49 min/km
8	35 Elin Larsson -79 IFK Nora Serie	59:35 5:57 min/km
9	45 Carolina Sandberg -77 Örebro ALK Serie	1:00:48 6:04 min/km
10	36 Maria Lithell -81 Östansjö SK Serie	1:12:07 7:12 min/km
11	19 Tina Fingal -76 IFK Nora Serie	1:16:07 7:36 min/km

## Motion 10 km

Distans: 10 000 m

Plac	Ålder	Namn	Resultat	Mellantider					
1	M: 1	16 Leendert Eijkelenboom -84 Hällefors	48:10 4:49 min/km	Berg 1,9 km 9:31	4,4 km 11:35 21:05	Varv 4,9 km 2:38 23:44	Berg 6,9 km 10:19 34:02	Förvarning 11:42 45:44	Mål 2:25 48:10
2	M: 2	25 Anders Haglund -74 OK Milan	49:41 4:58 min/km	Berg 1,9 km 9:42	4,4 km 12:22 22:04	Varv 4,9 km 2:47 24:50	Berg 6,9 km 10:06 34:57	Förvarning 11:58 46:54	Mål 2:46 49:41
3	M: 3	50 Eero Viitanen -63 Jeppetorp	1:00:24 6:02 min/km	Berg 1,9 km 11:51	4,4 km 14:19 26:10	Varv 4,9 km 3:16 29:26	Berg 6,9 km 12:58 42:25	Förvarning 14:48 57:13	Mål 3:11 1:00:24
		31 Kajsa Johansen -90 Kopparberg	DNS						
		43 Aleksandrs Rizakovs -92 Hällefors	DNS						