

Lucialoppet Vretstorp 2024-12-14 Resultat

Klass	Antal resultat
10 km 12:00	2
Gång 10 km	13
Motion 5 km	3
10 km	68
Motion 10 km	18
Totalt	104

10 km 12:00 Närkes Långloppscup

Distans: 10 000 m

Plac	Ålder	Namn	Resultat	Mellantider
1	M80: 1	12 Sven-Olov Dahlgren -44 Kopparbergs IF Cup	1:14:10 7:25 min/km	Start 0:01 3 km 22:38 7 km 29:46 Mål 21:46 1:14:10
2	M80: 2	20 Arne Evertsson -41 Storådalens SK Cup	1:35:25 9:32 min/km	Start 0:00 3 km 28:28 7 km 37:49 Mål 29:08 1:35:25

Gång 10 km

Distans: 10 000 m

Plac	Ålder	Namn	Resultat	Mellantider
1	M: 1	44 Stig Jonsson -62 Laxå OK	1:26:55 8:41 min/km	Start 0:02 3 km 26:45 7 km 33:20 Mål 26:47 1:26:55
2	M: 2	39 Robert Jansson -72	1:28:22 8:50 min/km	Start 0:04 3 km 27:20 7 km 34:13 Mål 26:44 1:28:22
3	M: 3	33 Jimmy Holm -68 Laxå OK	1:31:27 9:08 min/km	Start 0:02 3 km 27:56 7 km 35:57 Mål 27:31 1:31:27
4	K: 1	25 Barbro Gunnarsson -47 Vretstorps IF	1:37:58 9:47 min/km	Start 0:00 3 km 28:06 7 km 40:31 Mål 29:20 1:37:58
5	M: 4	38 Kai Jansson -68	1:38:29 9:50 min/km	Start 0:04 3 km 29:42 7 km 39:20 Mål 29:22 1:38:29
6	M: 5	26 Bertil Gunnarsson -48 Vretstorps IF	1:40:35 10:03 min/km	Start 0:00 3 km 32:08 7 km 39:28 Mål 28:58 1:40:35
7	K: 2	36 Lenie Ivarsson -65	1:49:11 10:55 min/km	Start 0:05 3 km 32:16 7 km 44:11 Mål 32:39 1:49:11
8	M: 6	19 Urban Eriksson -66	1:49:12 10:55 min/km	Start 0:05 3 km 32:14 7 km 44:14 Mål 32:38 1:49:12
9	M: 7	57 Arne Laruen -50 Vretstorps IF	1:49:12 10:55 min/km	Start 0:00 3 km 32:11 7 km 44:17 Mål 32:44 1:49:12
10	M: 8	93 Tommy Åkesson -47 Vretstorps IF	1:49:13 10:55 min/km	Start 0:01 3 km 32:18 7 km 44:11 Mål 32:42 1:49:13
11	M: 9	84 Stig Sundblad -52 Vretstorps IF	1:49:13 10:55 min/km	Start 0:00 3 km 32:12 7 km 44:17 Mål 32:43 1:49:13
12	M: 10	48 Arne Karlsson -49 Vretstorps IF	1:49:14 10:55 min/km	Start 0:01 3 km 32:12 7 km 44:18 Mål 32:42 1:49:14
13	M: 11	43 Lennart Johansson -48 Mariestads AIF	1:51:23 11:08 min/km	Start 0:03 3 km 31:25 7 km 45:33 Mål 34:22 1:51:23

M Gång 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	44 Stig Jonsson -62 Laxå OK	1:26:55 8:41 min/km
2	39 Robert Jansson -72	1:28:22 8:50 min/km

3	33 Jimmy Holm -68 Laxå OK	1:31:27 9:08 min/km
4	38 Kai Jansson -68	1:38:29 9:50 min/km
5	26 Bertil Gunnarsson -48 Vretstorps IF	1:40:35 10:03 min/km
6	19 Urban Eriksson -66	1:49:12 10:55 min/km
7	57 Arne Laruen -50 Vretstorps IF	1:49:12 10:55 min/km
8	93 Tommy Åkesson -47 Vretstorps IF	1:49:13 10:55 min/km
9	84 Stig Sundblad -52 Vretstorps IF	1:49:13 10:55 min/km
10	48 Arne Karlsson -49 Vretstorps IF	1:49:14 10:55 min/km
11	43 Lennart Johansson -48 Mariestads AIF	1:51:23 11:08 min/km

K Gång 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	25 Barbro Gunnarsson -47 Vretstorps IF	1:37:58 9:47 min/km
2	36 Lenie Ivarsson -65	1:49:11 10:55 min/km

Motion 5 km

Distans: 5 000 m

Plac	Ålder	Namn	Resultat	Mellantider	
1	M: 1	95 Göran Linnarsson -58 SOK Uden	33:49 6:45 min/km	2 km 13:07	Mål 20:41 33:49
		13 Josefine Dahlström -91 Klockhammar	DNS		
		14 Helen Dahlström Lindqvist -84 Eker	DNS		

10 km Närkes Långloppscup

Distans: 10 000 m

Plac	Ålder	Namn	Resultat	Mellantider
1	M35: 1	1 Per Arvidsson -86 IF Start Cup	34:51 3:29 min/km	Start 0:01 3 km 10:48 7 km 13:33 Mål 10:29 34:51
2	M35: 2	41 Daniel Johansson -86 IF Start Cup	37:29 3:44 min/km	Start 0:01 3 km 11:39 7 km 14:50 Mål 10:59 37:29
3	K45: 1	100 Erica Lech -77 Örebro AIK Cup	37:51 3:47 min/km	Start 0:00 3 km 11:40 7 km 14:57 Mål 11:14 37:51
4	M35: 3	86 Anton Suontausta -89 IK Westmannia Fridrott Cup	38:44 3:52 min/km	Start 0:02 3 km 11:39 7 km 15:28 Mål 11:35 38:44
5	M: 1	30 Viktor Hansson -92 Tisdagsklubben Örebro Cup	39:02 3:54 min/km	Start 0:01 3 km 11:39 7 km 15:29 Mål 11:52 39:02
6	K: 1	72 Emma Reinhed Liljeqvist -92 IF Start Cup	39:12 3:55 min/km	Start 0:02 3 km 12:02 7 km 15:43 Mål 11:24 39:12
7	M40: 1	94 Henrik Ögren -82 Storådalens SK Cup	40:01 4:00 min/km	Start 0:02 3 km 11:45 7 km 16:00 Mål 12:13 40:01
8	K22: 1	35 Hanna Imhagen -03 Örebro AIK Cup	40:40 4:04 min/km	Start 0:02 3 km 12:16 7 km 16:04 Mål 12:17 40:40
9	M50: 1	85 Bertil Sundin -72 Örebro AIK Cup	40:42 4:04 min/km	Start 0:02 3 km 12:16 7 km 16:10 Mål 12:14 40:42
10	M40: 2	99 Erik Blohm -84 Friskis & Svettis Örebro Cup	40:53 4:05 min/km	Start 0:03 3 km 12:17 7 km 16:07 Mål 12:26 40:53
11	M45: 1	6 Dan Bäck -75 Kumla SF Cup	41:09 4:06 min/km	Start 0:01 3 km 12:23 7 km 16:24 Mål 12:20 41:09

12	M45: 2	37 Jimmy Jansson -79 IF Start Cup	42:15 4:13 min/km	Start 0:03	3 km 13:00 13:03	7 km 16:57 30:00	Mål 12:14 42:15
13	M40: 3	21 Johan Fredriksson -84 Kumla SF Cup	42:47 4:16 min/km	Start 0:03	3 km 12:26 12:30	7 km 17:23 29:53	Mål 12:54 42:47
14	M22: 1	61 Andi Mqhele Moyo -05 IF Start Cup	42:49 4:16 min/km	Start 0:03	3 km 12:58 13:01	7 km 17:03 30:04	Mål 12:44 42:49
15	M50: 2	82 Peter Ström -70 Kumla SF Cup	42:49 4:16 min/km	Start 0:03	3 km 13:02 13:05	7 km 17:02 30:07	Mål 12:41 42:49
16	M55: 1	89 Peter Törnqvist -69 Östansjö SK Cup	42:58 4:17 min/km	Start 0:04	3 km 13:02 13:06	7 km 17:04 30:10	Mål 12:48 42:58
17	M: 2	9 Tobias Celander -92 IFK Nora Cup	43:05 4:18 min/km	Start 0:04	3 km 13:02 13:06	7 km 17:04 30:10	Mål 12:55 43:05
18	K55: 1	15 Marie Dasler -68 IF Start Cup	43:22 4:20 min/km	Start 0:02	3 km 13:02 13:05	7 km 17:05 30:09	Mål 13:12 43:22
19	M45: 3	73 Stefan Sager -77 Örebro AIK Cup	43:49 4:22 min/km	Start 0:02	3 km 13:23 13:25	7 km 17:19 30:45	Mål 13:04 43:49
20	M65: 1	53 Tony Karlsson -57 IF Start Cup	45:16 4:31 min/km	Start 0:04	3 km 13:34 13:38	7 km 18:06 31:44	Mål 13:31 45:16
21	M50: 3	55 Johan Krafft -74 Örebro AIK Cup	45:31 4:33 min/km	Start 0:04	3 km 13:55 13:59	7 km 18:10 32:09	Mål 13:22 45:31
22	M50: 4	40 Anders Johansson -72 IF Start Cup	46:25 4:38 min/km	Start 0:04	3 km 14:14 14:19	7 km 18:30 32:49	Mål 13:36 46:25
23	M55: 2	18 Torbjörn Eriksson -66 IF Start Cup	46:36 4:39 min/km	Start 0:06	3 km 14:35 14:41	7 km 18:09 32:49	Mål 13:46 46:36
24	M: 3	42 Hampus Johansson -98 Vretstorps IF Cup	46:44 4:40 min/km	Start 0:07	3 km 14:09 14:17	7 km 18:36 32:53	Mål 13:50 46:44
25	M45: 4	104 Dan Olsson -75 Örebro AIK Cup	46:45 4:40 min/km	Start 0:06	3 km 14:35 14:41	7 km 18:18 32:58	Mål 13:46 46:45
26	K35: 1	16 Jenny Dollerup -85 IFK Nora Cup	47:29 4:44 min/km	Start 0:05	3 km 14:10 14:16	7 km 18:45 33:00	Mål 14:28 47:29
27	M50: 5	5 Daniel Borg -74 IFK Nora Cup	48:57 4:53 min/km	Start 0:05	3 km 14:56 15:00	7 km 19:29 34:30	Mål 14:27 48:57
28	M50: 6	88 David Tachezy -70 Örebro AIK Cup	49:40 4:58 min/km	Start 0:06	3 km 15:09 15:15	7 km 19:32 34:47	Mål 14:53 49:40
29	K45: 2	50 Karin Karlsson -76 Örebro AIK Cup	49:41 4:58 min/km	Start 0:07	3 km 15:08 15:15	7 km 19:33 34:48	Mål 14:52 49:41
30	M60: 1	51 Lars Karlsson -64 Östansjö SK Cup	49:53 4:59 min/km	Start 0:03	3 km 14:51 14:54	7 km 19:58 34:52	Mål 15:01 49:53
31	M60: 2	87 Christer Svantesson -64 AXA SC	50:07 5:00 min/km	Start 0:02	3 km 14:57 14:59	7 km 20:18 35:17	Mål 14:49 50:07
32	M50: 7	23 Tomas Galmén -71 Örebro AIK Cup	50:23 5:02 min/km	Start 0:07	3 km 15:25 15:32	7 km 20:07 35:38	Mål 14:44 50:23
33	M65: 2	70 Göte Pettersson -57 Örebro AIK Cup	50:31 5:03 min/km	Start 0:05	3 km 15:07 15:13	7 km 20:14 35:27	Mål 15:04 50:31
34	M: 4	101 Karl Kind -90 Örebro AIK Cup	50:42 5:04 min/km	Start 0:07	3 km 15:25 15:32	7 km 20:07 35:39	Mål 15:03 50:42

35	M40: 4	63 Martin Nilsson -84 IFK Nora Cup	50:48 5:04 min/km	Start 0:05	3 km 15:08 15:13	7 km 20:05 35:18	Mål 15:29 50:48
36	M60: 3	97 Javad Aghili -63 Örebro AIK Cup	51:19 5:07 min/km	Start 0:04	3 km 15:27 15:31	7 km 20:25 35:55	Mål 15:23 51:19
37	M40: 5	46 Payam Karimian -80 IF Start Cup	51:52 5:11 min/km	Start 0:08	3 km 15:22 15:30	7 km 20:16 35:46	Mål 16:06 51:52
38	M60: 4	4 Anders Blomgren -61 Åsbro Golf Cup	51:56 5:11 min/km	Start 0:04	3 km 15:26 15:30	7 km 20:30 36:01	Mål 15:55 51:56
39	K: 2	34 Emma Holmberg -90 IFK Nora Cup	52:12 5:13 min/km	Start 0:05	3 km 16:10 16:15	7 km 20:57 37:12	Mål 14:59 52:12
40	M60: 5	65 Joakim Oskarsson -61 IFK Nora Cup	52:29 5:14 min/km	Start 0:07	3 km 15:36 15:43	7 km 20:50 36:33	Mål 15:56 52:29
41	K40: 1	47 Anna Karlsson -82 Vretstorps IF Cup	53:14 5:19 min/km	Start 0:07	3 km 15:39 15:45	7 km 21:17 37:02	Mål 16:11 53:14
42	K35: 2	56 Kristina Lagerman -85 Storådalens SK Cup	53:29 5:20 min/km	Start 0:07	3 km 15:14 15:21	7 km 21:55 37:16	Mål 16:12 53:29
43	M60: 6	69 Torbjörn Persson -63 Östansjö SK Cup	53:41 5:22 min/km	Start 0:04	3 km 15:32 15:36	7 km 21:26 37:02	Mål 16:39 53:41
44	M: 5	96 Edvin Larsson -95 Örebro AIK Cup	54:36 5:27 min/km	Start 0:06	3 km 15:43 15:49	7 km 21:40 37:29	Mål 17:07 54:36
45	K55: 2	31 Åsa Hansson -66 Brohyttans IF Cup	56:10 5:37 min/km	Start 0:07	3 km 16:47 16:55	7 km 22:23 39:18	Mål 16:52 56:10
46	M45: 5	11 Staffan Dahl -78 Örebro AIK Cup	56:37 5:39 min/km	Start 0:06	3 km 14:44 14:50	7 km 22:22 37:12	Mål 19:24 56:37
47	M65: 3	58 Thomas Lindström -55 Åsbro Golf Cup	56:49 5:40 min/km	Start 0:05	3 km 16:42 16:47	7 km 22:40 39:27	Mål 17:21 56:49
48	K35: 3	49 Camilla Karlsson -85 Vretstorps IF Cup	58:01 5:48 min/km	Start 0:08	3 km 17:34 17:41	7 km 22:52 40:33	Mål 17:27 58:01
49	M75: 1	59 Eric Malm -49 IFK Nora Cup	58:02 5:48 min/km	Start 0:09	3 km 17:34 17:42	7 km 22:50 40:33	Mål 17:28 58:02
50	M70: 1	29 Torbjörn Hallenborg -52 Kumla SF Cup	59:21 5:56 min/km	Start 0:06	3 km 17:41 17:47	7 km 23:39 41:27	Mål 17:54 59:21
51	M70: 2	7 Per Börjesson -54 Östansjö SK Cup	1:01:32 6:09 min/km	Start 0:06	3 km 18:44 18:50	7 km 24:25 43:15	Mål 18:16 1:01:32
52	K35: 4	8 Eva-Sara Celandier -87 IFK Nora Cup	1:02:21 6:14 min/km	Start 0:08	3 km 19:06 19:14	7 km 25:08 44:22	Mål 17:58 1:02:21
53	K70: 1	67 Maja Persson -53 Örebro AIK Cup	1:03:41 6:22 min/km	Start 0:06	3 km 18:44 18:50	7 km 25:11 44:01	Mål 19:39 1:03:41
54	M65: 4	10 Peter Comét -56 IFK Nora Cup	1:08:04 6:48 min/km	Start 0:08	3 km 20:25 20:33	7 km 26:53 47:26	Mål 20:37 1:08:04
		45 Ove Karasiak -53 Åsbro Golf Cup	DNF	Start 0:06			
		78 Kristoffer Sjölin -71 LK Gränslöst Cup	DNF	Start 0:08			
		2 Hans Backström -53 Östansjö SK Cup	DNS				
		3 Mikael Bask -67 Örebro AIK Cup	DNS				
		17 Björn Eriksson -86 Tisdagsklubben Örebro Cup	DNS				
		22 Alva Galmén -01 Örebro AIK Cup	DNS				

		28 Simon Hagström -81 Tisdagsklubben Örebro Cup	DNS	
		52 Tomas Karlsson -70 Vretstorps IF Cup	DNS	
		60 Susanne Malmqvist -52 IF Start Cup	DNS	
		64 Rickard Nurlin -78 Östansjö SK Cup	DNS	
		74 William Sallros -10 IFK Nora Cup	DNS	
		81 Roger Sköldqvist -65 IF Start Cup	DNS	
		83 Pansy Ståhl -72 IF Start Cup	DNS	
		91 Bo Daniel Wärnelid -83 Örebro AIK Cup	DNS	

K22 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	35 Hanna Imhagen -03 Örebro AIK Cup	40:40 4:04 min/km

M22 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	61 Andi Mqhele Moyo -05 IF Start Cup	42:49 4:16 min/km

M 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	30 Viktor Hansson -92 Tisdagsklubben Örebro Cup	39:02 3:54 min/km
2	9 Tobias Celander -92 IFK Nora Cup	43:05 4:18 min/km
3	42 Hampus Johansson -98 Vretstorps IF Cup	46:44 4:40 min/km
4	101 Karl Kind -90 Örebro AIK Cup	50:42 5:04 min/km
5	96 Edvin Larsson -95 Örebro AIK Cup	54:36 5:27 min/km

K 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	72 Emma Reinhed Liljeqvist -92 IF Start Cup	39:12 3:55 min/km
2	34 Emma Holmberg -90 IFK Nora Cup	52:12 5:13 min/km

M35 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	1 Per Arvidsson -86 IF Start Cup	34:51 3:29 min/km
2	41 Daniel Johansson -86 IF Start Cup	37:29 3:44 min/km
3	86 Anton Suontausta -89 IK Westmannia Friidrott Cup	38:44 3:52 min/km

K35 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	16 Jenny Dollerup -85 IFK Nora Cup	47:29 4:44 min/km
2	56 Kristina Lagerman -85 Storådalens SK Cup	53:29 5:20 min/km
3	49 Camilla Karlsson -85 Vretstorps IF Cup	58:01 5:48 min/km
4	8 Eva-Sara Celander -87 IFK Nora Cup	1:02:21 6:14 min/km

M40 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	94 Henrik Ögren -82 Storådalens SK Cup	40:01 4:00 min/km

2	99 Erik Blohm -84 Friskis & Sveltis Örebro Cup	40:53 4:05 min/km
3	21 Johan Fredriksson -84 Kumla SF Cup	42:47 4:16 min/km
4	63 Martin Nilsson -84 IFK Nora Cup	50:48 5:04 min/km
5	46 Payam Karimian -80 IF Start Cup	51:52 5:11 min/km

K40 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	47 Anna Karlsson -82 Vretstorps IF Cup	53:14 5:19 min/km

K45 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	100 Erica Lech -77 Örebro AIK Cup	37:51 3:47 min/km
2	50 Karin Karlsson -76 Örebro AIK Cup	49:41 4:58 min/km

M45 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	6 Dan Bäck -75 Kumla SF Cup	41:09 4:06 min/km
2	37 Jimmy Jansson -79 IF Start Cup	42:15 4:13 min/km
3	73 Stefan Sager -77 Örebro AIK Cup	43:49 4:22 min/km
4	104 Dan Olsson -75 Örebro AIK Cup	46:45 4:40 min/km
5	11 Staffan Dahl -78 Örebro AIK Cup	56:37 5:39 min/km

M50 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	85 Bertil Sundin -72 Örebro AIK Cup	40:42 4:04 min/km
2	82 Peter Ström -70 Kumla SF Cup	42:49 4:16 min/km
3	55 Johan Krafft -74 Örebro AIK Cup	45:31 4:33 min/km
4	40 Anders Johansson -72 IF Start Cup	46:25 4:38 min/km
5	5 Daniel Borg -74 IFK Nora Cup	48:57 4:53 min/km
6	88 David Tachezy -70 Örebro AIK Cup	49:40 4:58 min/km
7	23 Tomas Galmén -71 Örebro AIK Cup	50:23 5:02 min/km

M55 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	89 Peter Törnqvist -69 Östansjö SK Cup	42:58 4:17 min/km
2	18 Torbjörn Eriksson -66 IF Start Cup	46:36 4:39 min/km

K55 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	15 Marie Dasler -68 IF Start Cup	43:22 4:20 min/km
2	31 Åsa Hansson -66 Brohyttans IF Cup	56:10 5:37 min/km

M60 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	51 Lars Karlsson -64 Östansjö SK Cup	49:53 4:59 min/km
2	87 Christer Svantesson -64 AXA SC	50:07 5:00 min/km

3	97 Javad Aghili -63 Örebro AIK Cup	51:19 5:07 min/km
4	4 Anders Blomgren -61 Åsbro Golf Cup	51:56 5:11 min/km
5	65 Joakim Oskarsson -61 IFK Nora Cup	52:29 5:14 min/km
6	69 Torbjörn Persson -63 Östansjö SK Cup	53:41 5:22 min/km

M65 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	53 Tony Karlsson -57 IF Start Cup	45:16 4:31 min/km
2	70 Göte Pettersson -57 Örebro AIK Cup	50:31 5:03 min/km
3	58 Thomas Lindström -55 Åsbro Golf Cup	56:49 5:40 min/km
4	10 Peter Comét -56 IFK Nora Cup	1:08:04 6:48 min/km

M70 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	29 Torbjörn Hallenborg -52 Kumla SF Cup	59:21 5:56 min/km
2	7 Per Börjesson -54 Östansjö SK Cup	1:01:32 6:09 min/km

K70 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	67 Maja Persson -53 Örebro AIK Cup	1:03:41 6:22 min/km

M75 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	59 Eric Malm -49 IFK Nora Cup	58:02 5:48 min/km

Motion 10 km

Distans: 10 000 m

Plac	Ålder	Namn	Resultat	Mellantider
1	M: 1	54 Andreas Kjellin -83 Mikkeller Running Club	40:34 4:03 min/km	Start 0:03 3 km 12:15 7 km 16:09 Mål 12:07 40:34
2	M: 2	103 Noa Eriksson -09	42:06 4:12 min/km	Start 0:01 3 km 12:23 7 km 16:46 Mål 12:56 42:06
3	M: 3	79 Elias Skjärebeck -02 Karlstad	42:38 4:15 min/km	Start 0:03 3 km 12:19 7 km 17:39 Mål 12:37 42:38
4	M: 4	102 Anders Eriksson -75	42:50 4:17 min/km	Start 0:02 3 km 13:04 7 km 17:01 Mål 12:42 42:50
5	M: 5	77 Mattias Sjöberg -99	43:29 4:20 min/km	Start 0:08 3 km 13:17 7 km 17:20 Mål 12:43 43:29
6	M: 6	32 Johan Hedqvist -88 Mikkeller Running Club	43:34 4:21 min/km	Start 0:07 3 km 13:19 7 km 17:18 Mål 12:49 43:34
7	M: 7	68 Mattias Persson -83 Mikkeller Running Club	45:20 4:32 min/km	Start 0:07 3 km 13:49 7 km 17:49 Mål 13:34 45:20
8	M: 8	98 Andreas Rydgren -75 Mikkeller Running club	45:52 4:35 min/km	Start 0:08 3 km 14:04 7 km 18:09 Mål 13:31 45:52
9	M: 9	75 Arvid Saltin -89 Mikkeller running Club Örebro	48:27 4:50 min/km	Start 0:08 3 km 14:09 7 km 19:21 Mål 14:48 48:27
10	M: 10	90 Sam Wester -99 Ölsboda	48:42 4:52 min/km	Start 0:09 3 km 14:45 7 km 19:10 Mål 14:38 48:42

11	M: 11	66 Fredrik Persson -86 Mikkeller Running Club Örebro	1:01:12 6:07 min/km	Start 0:09	3 km 17:41 17:50	7 km 24:24 42:13	Mål 18:58 1:01:12
12	K: 1	92 Camilla Yliharju -91	1:02:09 6:12 min/km	Start 0:07	3 km 18:46 18:53	7 km 24:39 43:32	Mål 18:37 1:02:09
13	M: 12	80 Kjetil Skjærbekk -76 Karlskoga	1:16:28 7:38 min/km	Start 0:10	3 km 22:51 23:01	7 km 29:58 52:59	Mål 23:28 1:16:28
		24 Erika Glas -72 Örebro	DNS				
		27 Anders Haglund -74 OK Milan	DNS				
		62 Elin Nilsson -89	DNS				
		71 Karin Margrethe Reboli -76	DNS				
		76 Gabriel Sebastián -79 Kumla	DNS				

M Motion 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	54 Andreas Kjellin -83 Mikkeller Running Club	40:34 4:03 min/km
2	103 Noa Eriksson -09	42:06 4:12 min/km
3	79 Elias Skjærbekk -02 Karlstad	42:38 4:15 min/km
4	102 Anders Eriksson -75	42:50 4:17 min/km
5	77 Mattias Sjöberg -99	43:29 4:20 min/km
6	32 Johan Hedqvist -88 Mikkeller Running Club	43:34 4:21 min/km
7	68 Mattias Persson -83 Mikkeller Running Club	45:20 4:32 min/km
8	98 Andreas Rydgren -75 Mikkeller Running club	45:52 4:35 min/km
9	75 Arvid Saltin -89 Mikkeller running Club Örebro	48:27 4:50 min/km
10	90 Sam Wester -99 Ölsboda	48:42 4:52 min/km
11	66 Fredrik Persson -86 Mikkeller Running Club Örebro	1:01:12 6:07 min/km
12	80 Kjetil Skjærbekk -76 Karlskoga	1:16:28 7:38 min/km

K Motion 10 km

Plac	Namn	Resultat
1	92 Camilla Yliharju -91	1:02:09 6:12 min/km