

ALJ OPEN LIGHT

(founded in 1978)

När? Söndagen den 20 september 2009 kl 14.00-16.00
Var? Stockholms Stadion
Vem? Spårvägens FK
LOC? Åke Ruus, Anders Fredriksson och A. Lennart Julin
Vilka mer? Gunnar Olausson (målkamera), Lennart Bresky (mellantider), Owe Fröberg (prisutdelare kvinnor), Erik Sjöqvist (prisutdelare män), Miles Fleetwood (prisutdelare Upplands DM) - plus ett stort antal varvräknare.
Hur? Rena sommarvärmen (ca +20 grader), märkbar vind, klarblå himmel.

M Ä N

1 0 0 0 0 m

"ALJ MEMORIAL TROPHY"

					DM Sth	DM Upp
Heat A						
1	Oskar Landin	87	Spårvägens FK	31:03.70	1	
2	Patrik Engström	77	FK Studenterna	31:07.28	2	
3	Patrik Andersson	86	Hälle IF	31:21.00		
4	Martin Kjäll-Ohlsson	78	Hälle IF	31:27.56		
5	Mikael Andersson	86	Vallentuna FK	31:35.58	3	
6	Linus Nilsson	83	Enhörna IF	31:39.83		
7	Niklas Österberg	73	Rånäs 4H	31:53.44		1
8	Henrik Örnstedt	78	IF Göta	31:58.09		
9	Anders Fransson	81	Rånäs 4H	31:59.52		2
10	Lars Södergård	83	FK Studenterna	32:23.98	4	
11	Johan Lindkvist	75	FK Studenterna	32:43.38	5	
12	Aleksei Saveljev	79	ESTLAND	32:53.80		
13	Johan Lindberg	80	Upsala IF	33:37.81		3
14	Niklas Sydow	80	Fredrikshofs FI	33:55.15	6	
15	Anders Szalkai	70	Spårvägens FK	33:58.86	7	
-	Johan Olsson	77	Spårvägens FK	bröt		
-	Henrik Skoog (hare)	79	Spårvägens FK	bröt		
-	Mika Repo	78	Huddinge AIS	bröt		
-	Cedric Schwartzler	74	FK Studenterna	bröt		
-	Andreas Svensson (hare)	81	FK Studenterna	bröt		
-	Christer Ryman	66	Skillingaryds FK	bröt		

1000m Skoog 3:03.4, P Andersson 3:03.8m, Kjäll-Ohlsson 3:05.1m (klungledare), ... Svensson 3:13.3m (klungledare).

2000m Skoog 6:05.0m, P Andersson 6:05.3m, Landin 6:09.7m (klungledare)

3000m Skoog 9:06.5m, P Andersson 9:06.9m, Kjäll-Ohlsson 9:16.6m, Landin 9:16.9m, Engström 9:17.2m, Österberg 9:17.4m, M Andersson 9:17.7m, Nilsson 9:17.9m, Olsson 9:18.2m, Lindberg c9:19 m, Örnstedt 9:25.3m, Fransson 9:25.6m, Saveljev 9:37.7m, Svensson 9:43.0m, Södergård 9:43.3m, Lindkvist 9:43.6m, Schwartzler 9:43.8m, Szalkai 9:44.1m, Sydow 9:50.3m.

4000m Skoog 12:08.9m, P Andersson 12:09.2m, Landin 12:23.5m (klungledare för ytterligare 5 man), Örnstedt 12:37.7m, Fransson 12:38.0m, Lindberg 12:38.3m, Svensson 12:56.5m, Södergård 12:56.8m, Lindkvist 12:57.1m.

5000m Skoog 15:07.6m, P Andersson 15:07.9m, Landin 15:30.5m, Kjäll-Ohlsson 15:30.8m, Engström 15:31.2m, Österberg 15:31.5m, M Andersson 15:31.8m, Nilsson 15:36.1m, Örnstedt 15:51.9m, Fransson 15:52.2m, Lindberg 15:57.1m, Svensson 16:11.5m, Södergård 16:11.8m, Lindkvist 16:12.1m, Schwartzler 16:25.5m, Saveljev 16:27.4m, Sydow 16:36.2m, Szalkai 16:36.5m, Ryman 16:48.5m.

6000m Skoog 18:14.6m, P Andersson 18:14.9m, Landin 18:37.9m, Engström 18:38.2m, Kjäll-Ohlsson 18:38.5m, Österberg 18:41.7m, M Andersson 18:45.1m, Nilsson 18:49.0m.

7000m Skoog 21:31.9m, P Andersson 21:32.5m, Landin 21:47.2m, Engström 21:47.4m, Kjäll-Ohlsson 21:47.7m, Österberg 21:57.5m, M Andersson 22:01.0m, Nilsson 22:02.1m, Örnstedt 22:26.2m, Fransson 22:26.4m, Lindkvist 22:44.4m, Södergård 22:44.8m, Lindberg 22:51.2m, Saveljev 23:18 m, Sydow 23:28.3m, Szalkai 23:33.2m.

8000m Skoog 24:47.0m, P Andersson 24:47.5m, Landin 24:56.9m, Engström 24:57.2m.

9000m Skoog 28:01.4m, P Andersson 28:02.4m, Landin 28:03.8m, Engström 28:05.7m, Kjäll-Ohlsson 28:21.0m, Nilsson 28:33.0m, M Andersson 28:35.2m, Österberg 28:40.5m, Fransson 28:57.0m, Örnstedt 28:57.6m, Södergård 29:18.6m, Lindkvist 29:28.3m, Saveljev 29:50.3m, Lindberg 30:03.4m, Sydow 30:34.7m, Szalkai 30:37.4m.

Heat B

1	Napoleon Asmerom	94	Fredrikshofs FI	34:04.64	8
2	Christer Holm	77	Rånäs 4H	34:40.58	4
3	Christian Kock	84	FK Studenterna	35:00.29	9
4	Jörgen Lindh	69	Rånäs 4H	35:28.15	5
5	Magnus Garnefält	81	Fredrikshofs FI	35:33.31	10
6	Henrik Tiberg	76	FK Studenterna	35:51.23	11
7	Claes Lundin	79	Trångsvikens IF	35:53.33	
8	Mikael Johansson	77	FK Studenterna	35:57.35	12
9	Tommy Vikman	76	Upsala IF	36:26.84	6
10	Magnus Nordström	70	FK Studenterna	36:37.46	13
11	Peter Broberg	73	Hässelby SK	37:13.82	14
-	Hreinn Juliusson	91	Huddinge AIS	bröt	
-	Lorenzo Nesi	65	FK Studenterna	bröt	
-	Franco Maggi	81	FK Studenterna	bröt	

1000m Holm 3:19.6m, Nesi 3:20.1m, Asmerom 3:20.5m, Kock 3:29.4 (klungledare).

2000m Holm 6:42.0m, Nesi 6:42.3m, Asmerom 6:42.6m, Kock 6:58.7 (klungledare).

3000m Asmerom 10:05.5m, Holm 10:05.8m, Nesi 10:06.0m, Tiberg 10:29.1m, Kock 10:29.4m, Johansson 10:29.9m, Garnefält 10:30.2m, Lindh 10:30.5m, Maggi 10:37.4m.

4000m Asmerom 13:31.5m, Nesi 13:31.8m, Holm 13:32.1m, Kock 13:59.4m (klungledare).

5000m Asmerom 16:58.2m, Holm 16:58.5m, Nesi 16:58.7m, Kock 17:31.5m, Lindh 17:31.9m, Garnefält 17:32.4m, Tiberg 17:32.9m, Johansson 17:37.7m, Lundin 17:49.8m, Nordström 18:07.1m, Vikman 18:07.5m, Broberg 18:15.0m.

6000m Asmerom 20:26.3m, Holm 20:28.4m, Kock 21:06.2m, Lindh 21:06.5m, Garnefält 21:06.8m.

7000m Asmerom 23:54.1m, Holm 24:01.3m, Kock 24:39.4m, Garnefält 24:39.7m, Lindh 24:40.4m, Tiberg 24:54.7m, Johansson 25:00.8m, Lundin 25:04.4m, Vikman 25:27.3m, Nordström 25:28.0m, Broberg 25:59.2m.

8000m Asmerom 27:24.7m, Holm 27:36.7m, Kock 28:11.7, Garnefält.

9000m Asmerom 30:52.2m, Holm 31:11.7m, Kock 31:40.2m, Garnefält 31:59.8m,
Lindh 32:00.7m, Tiberg 32:19.8m, Johansson 32:23.8m, Lundin 32:24.2m,
Vikman 32:49.6m, Nordström 33:00.4m, Broberg 33:42.2m.

K V I N N O R

5 0 0 0 m

"Owe Memorial Trophy"

					DM
					Sth
1	Gabriella Samuelsson	87	F Gotländsk FI	17:02.53	
2	Hanna Bartholomew	83	FK Studenterna	17:28.38	1
3	Susanna Damm	75	Huddinge AIS	17:40.25	2
4	Anna Ställberg	82	IFK Tumba	17:51.63	3
5	Anna Lindh	74	Rånäs 4H	18:07.48	
6	Dace Landström	83	Vallentuna FK	19:18.80	4
7	Christina Hultman	91	Huddinge AIS	19:32.85	5
8	Matilda Lundmark	72	FK Studenterna	20:01.91	6
9	Caroline Hyslop	78	FK Studenterna	20:33.03	7
10	Charlotta Linnell	72	Brånan B&G	21:00.07	
11	Monika Grudzinska	78	FK Studenterna	21:45.37	8
-	Lilian Magnusson	68	Spårvägens FK	bröt	
-	Annika Eriksson	80	Trångsvikens IF	bröt	
-	Tove Berg (hare)	77	Spårvägens FK	bröt	

1000m Berg 3:23.1m, Bartholomew 3:23.4m, Samuelsson 3:23.7m, Magnusson
3:25.2m, Eriksson 3:25.4m, Damm 3:27.2m, Ställberg 3:27.5m, Lindh
3:28.0m, Hultman 3:42.4, Landström 3:42.7m, Lundmark 3:54.0m, Hyslop
3:58.3m, Linnell 4:02.3m, Grudzinska 4:12.4m.

2000m Berg 6:47.2m, Samuelsson 6:47.5m, Bartholomew 6:47.7m, Magnusson
6:59.8m, Damm 7:00.2m, Eriksson , Ställberg, Lindh 7:02.4m, Hultman
7:34.6m, Landström 7:34.9m, Lundmark 7:51.4m, Hyslop 8:08.1m, Linnell
8:17.3m, Grudzinska 8:36.9m.

3000m Samuelsson 10:12.41, Bartholomew 10:23.51, Damm 10:33.45, Ställberg
10:35.73, Lindh 10:46.08, Hultman 11:35.99, Landström 11:36.00,
Lundmark 11:54.29, Hyslop 12:16 m, Linnell 12:37 m, Grudzinska
13:02 m.

4000m Samuelsson 13:38.0m, Bartholomew 14:00.7m, Damm 14:09.2m, Ställberg
14:17.6m, Lindh 14:30.8m, Landström 15:38.1m, Hultman 15:38.5m,
Lundmark 16:03.5m, Hyslop 16:30.9m, Linnell 16:55.4m, Grudzinska
17:31.4m.