

ALJ OPEN LIGHT

När? Onsdagen den 4 oktober 2006 kl 18.30-20.00
Var? Stockholms Stadion
Vem? Spårvägens FK
LOC? Ola Svensson, Åke Ruus, Kent Claesson och A. Lennart Julin
Hur? +12 grader, dagsskyfallet slutade ett par timmar före för att skapa perfekt långlöparväder.

OBS: Detta är den slutgiltiga resultatlistan och ändringar jämfört med den preliminära listan är markerade med understrykningar. Dessutom har komplettering skett med officiellt tagna kilometermellantider (två decimaler = eltid från målkameran, en decimal + m = manuell).

M Ä N

1 0 0 0 0 m

"ALJ MEMORIAL TROPHY"

				DM	
1	Fredrik Swahn	77	Rånäs 4H	31:48.64	
2	Alexander Söderberg	88	Spårvägens FK	31:55.11	1
3	Cédric Schwartzler	74	FK Studenterna	31:58.39	2
4	Lorenzo Nesi	65	FK Studenterna	32:45.98	3
5	Björn Englund	83	FK Studenterna	32:51.41	4
6	Johan Sand	72	Huddinge AIS	32:54.67	5
<u>7</u>	Karl Werner	78	FK Studenterna	32:57. <u>07</u>	<u>6</u>
<u>8</u>	Fredrik Svanfeldt	63	Hässelby SK	32:57.29	<u>7</u>
9	Henrik Östling	76	Enhörna IF	32:57.67	
10	Mikael Andersson	86	Vallentuna FK	32:59.63	8
11	Jesper Hansson	67	Enhörna IF	33:01.28	
12	Martin Vose	67	FK Studenterna	33:06.10	9
13	Brian Buchtrup Nielsen	76	Fredrikshofs FI	33:27.24	10
14	Oskar Majling	86	Kungsängens SK	33:28. <u>53</u>	11
15	Philip von Rosen	85	Hässelby SK	33:51.35	12
16	Martin Gidewall	76	IFK Tumba	33:53.28	13
17	Johan Lindqvist	75	FK Studenterna	34:27.18	14
18	Anders Herman	76	Uppsala LK	34:46.30	
19	Tobias Persson	82	Enhörna IF	34:47.73	
20	David Näsвик	79	Stockholmspolisens IF	35:27.60	15
21	Jonas Larsson	71	FK Studenterna	36:02. <u>26</u>	16
22	Michael Jansson	66	FK Studenterna	37:22.40	17
23	Jakob Karlsson	77	Solvikingarna	39:06.46	
24	Nils-Göran Nilsson	88	Täby IS	50:53.36	18
-	Måns Höiom	69	FK Studenterna	bröt	
-	Petri Helminen	64	FK Studenterna	bröt	

1000m Söderberg 3:12.2m, Swahn 3:12.5m, Schwartzler 3:12.8m, Svanfeldt 3:13.1m, Östling 3:13.4m, Englund 3:13.7m, Werner 3:15.3m, Nesi 3:15.6m.

2000m Söderberg 6:24.2m, Swahn 6:24.4m, Schwartzler 6:24.7m, Svanfeldt 6:24.9m, Östling 6:25.2m, Englund 6:25.4m, Werner 6:26.9m, Sand 6:29.7m.

3000m Söderberg 9:37.8m, Swahn 9:38.1m, Schwartzler 9:38.3m, Svanfeldt 9:39.3m, Östling 9:39.5m, Englund 9:39.8m, Werner 9:40.0m, Sand 9:46.2m, Majling 9:48.7m, Nesi 9:48.9m.

4000m Söderberg 12:52.4m, Swahn 12:52.6m, Schwartzler 12:52.9m, Östling 12:58.2m, Svanfeldt 12:58.5m, Englund 12:58.8m, Werner 12:59.1m, Sand 13:06.2m, Nesi 13:06.6m.

5000m Swahn 16:06.5m, Söderberg 16:06.8m, Schwartzler 16:07.1m, Östling 16:19.8m, Werner 16:20.0m, Svanfeldt 16:20.3m, Englund 16:20.5m, Sand 16:25.7m, Nesi 16:26.1m, Majling 16:33.9m, Hansson 16:35.7m, Andersson 16:36.0m, Vose 16:36.2m, von Rosen 16:36.5m.

6000m Swahn 19:19.7m, Söderberg 19:20.0m, Schwartzler 19:20.2m, Werner 19:40.2m, Östling 19:40.4m, Englund 19:40.7m, Svanfeldt 19:40.9m, Sand 19:44.9m, Nesi 19:45.1m.

7000m Söderberg 22:32.8m, Swahn 22:33.1m, Schwartzler 22:33.3m, Werner 23:01.6m, Östling 23:01.8m, Svanfeldt 23:02.0m, Englund 23:02.3m, Sand 23:04.6, Nesi 23:04.8m.

8000m Söderberg 25:44.2m, Swahn 25:44.4m, Schwartzler 25:44.8m, Östling 26:24.2m, Svanfeldt 26:24.4m, Werner 26:24.7m, Sand 26:24.9m, Englund 26:25.0m, Nesi 26:25.3m, Hansson 26:35.0m, Andersson 26:35.3m, Vose 26:35.5m.

9000m Söderberg 28:53.4m, Swahn 28:53.6m, Schwartzler 28:54.0m, Nesi 29:42.3m, Sand 29:43.3m, Svanfeldt 29:43.6m, Englund 29:44.0m, Werner 29:44.2m, Östling 29:44.5m.

K V I N N O R

5 0 0 0 m

"Owe Memorial Trophy"

				DM
1	Lilian Magnusson	68		17:45.46
2	Letu Abraha	77	Sundbybergs IK	18:32.25 1
3	Malin Renström	87	Täby IS	18:35.08 2
4	Kajsa Friström	65	Fredrikshofs FI	18:48.70 3
5	Maria Berggren	77	IK Hakarpspojarna	18:59.09
6	Petra Kihlberg	90	Täby IS	19:29.61 4
7	Susanne Sjöstrand	86	FK Studenterna	19:30.26 5
8	Gabriella Samuelsson	87	F Gotländsk FI	19:30.29
9	Cecilia Petersson	63	FK Studenterna	21:03.16 6

1000m Magnusson 3:31.1m, Abraha 3:31.4m, Friström 3:39.8m, Renström 3:42.8m, Berggren 3:42.8m, Sjöstrand 3:43.1m, Kihlberg 3:44.2m, Samuelsson 3:44.4m, Petersson 4:02.2m.

2000m Magnusson 7:04.9m, Abraha 7:07.3m, Renström 7:26.2m, Friström 7:26.5m, Berggren 7:34.0m, Kihlberg 7:37.3m, Sjöstrand 7:37.6m, Samuelsson 7:37.9m, Petersson 8:18.3m.

3000m Magnusson 10:39.75, Abraha 11:01.03, Renström 11:12.80, Friström 11:12.92, Berggren 11:25.05, Samuelsson 11:39.63, Sjöstrand 11:40.09, Kihlberg 11:40.44, Petersson 12:34.98.

4000m Magnusson 14:16.8m, Abraha 14:54.8m, Renström 14:55.2m, Friström 14:59.9m, Berggren 15:16.9m, Samuelsson 15:38.2m, Sjöstrand 15:38.9m, Kihlberg 15:39.4m, Petersson 16:50.5m.