

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>KVINDER 40-44 ÅR - 80 METER HÆK</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 76.2 CM, 8 HÆKKE, 12.00 / 8.00 / 12.00 )</i>					
1	17			KJÆR Mie -1976	Bagsværd Atletik Club
<b>KVINDER 50-54 ÅR - 80 METER HÆK</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 76.2 CM, 8 HÆKKE, 12.00 / 7.00 / 19.00 )</i>					
1	44	18.17		HAGEN Anke -1966	IK Hellas Roskilde
<b>KVINDER 35-39 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	36	3.70	3.70	DONS Gitte -1978	Bagsværd Atletik Club
<b>KVINDER 40-44 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	17		4.30	KJÆR Mie -1976	Bagsværd Atletik Club
<b>KVINDER 50-54 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	81			ANKERSTJERNE Laila -1965	Glostrup Atletik & Motion
<b>KVINDER 55-59 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	49	2.30		MARTHEDAL Anne-Marie -1962	Sparta
<b>MÆND 50-54 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	23	4.96		HANSEN Michael Pilegaard -1967	Bagsværd Atletik Club
<b>MÆND 55-59 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	32		4.50	PEDERSEN Knud Erik -1960	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 60-64 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	50	3.60		JØRGENSEN Jesper -1955	Sparta
2	59			HENRIKSEN Eli -1957	Herlev Atletik

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>KVINDER 35-39 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 600 GRAM )</i>					
1	70			HANSEN Maria Sløk -1983	Hvidovre Atletik & Motion
<b>KVINDER 50-54 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 500 GRAM )</i>					
1	63			WESTERGAARD Hanne -1967	Slagelse Atletik Delta
<b>KVINDER 55-59 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 500 GRAM )</i>					
1	34			RAMLOV Dorte Maria -1960	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 60-64 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 600 GRAM )</i>					
1	84			IVERSEN Martin -1956	Hvidovre Atletik & Motion
2	50	0.25		JØRGENSEN Jesper -1955	Sparta
<b>MÆND 70-74 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 500 GRAM )</i>					
1	37		37.00	SØDERBERG Torben -1945	Bagsværd Atletik Club
<b>MÆND 75-79 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 500 GRAM )</i>					
1	13			NIELSEN Jørgen -1942	Herlufsholm ATM
<b>MÆND 80-84 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 400 GRAM )</i>					
1	18			-AZEM Omar El -1936	Roar Atletik Roskilde
<b>KVINDER 50-54 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 7.26 KG )</i>					
1	82			BAGGE Linda -1964	Glostrup Atletik & Motion
<b>MÆND 50-54 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 11.34 KG )</i>					
1	51			CORDIUS Jan -1966	Sparta

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 55-59 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 11.34 KG )</i>					
1	16		15.20	MORTENSEN Steen Fleig -1963	Bagsværd Atletik Club
2	48	14.00		CHRISTENSEN René Nybo -1961	Sparta
<b>MÆND 35-39 ÅR - 110 METER HÆK</b>					<b>SØN KL. 11.10</b>
<i>( 99.1 CM, 10 HÆKKE, 13.72 / 9.14 / 14.02 )</i>					
1	28			KRYGER Esben Masotti -1980	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 45-49 ÅR - 5000 METER</b>					<b>SØN KL. 11.25</b>
1	1		2.09.51	KLAUSEN Martin -1972	Fremad Holbæk
2	74			NIELSEN Peter Breiner -1971	Fremad Holbæk
<b>MÆND 55-59 ÅR - 5000 METER</b>					<b>SØN KL. 11.25</b>
1	53		17.30.00	JØRGENSEN Henrik K. -1961	Ballerup Atletik klub
2	76			ANTVORSKOV Bo -1961	Amager AC
<b>MÆND 60-64 ÅR - 5000 METER</b>					<b>SØN KL. 11.25</b>
1	52	17.43	18.43	HANSEN Niels -1958	Helsingør Hif Atletik
2	61	19.07	19.45	PILEGÅRD Jørgen -1955	Holbæk LMK
<b>MÆND 80-84 ÅR - 5000 METER</b>					<b>SØN KL. 11.25</b>
1	12			NOE Jens Myrup -1938	Holbæk LMK
<b>MÆND 50-54 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 11.45</b>
<i>( 6.0 KG )</i>					
1	51			CORDIUS Jan -1966	Sparta
<b>MÆND 55-59 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 11.45</b>
<i>( 6.0 KG )</i>					
1	16		47.00	MORTENSEN Steen Fleig -1963	Bagsværd Atletik Club
2	48	37.00		CHRISTENSEN René Nybo -1961	Sparta
3	77			BRINCH Thomas -1962	Amager AC
<b>MÆND 40-44 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	11		11.31	ABU-EESA Josef -1975	FIF Frederiksberg

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start-nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 45-49 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	20		12.21	VILBORG Kim -1972	Greve Atletik
<b>MÆND 55-59 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	32		16.00	PEDERSEN Knud Erik -1960	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 60-64 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	50	16.00		JØRGENSEN Jesper -1955	Sparta
2	59			HENRIKSEN Eli -1957	Herlev Atletik
<b>MÆND 65-69 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	45			CODOVIUS Kjeld -1949	IK Hellas Roskilde
<b>MÆND 70-74 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	25		14.80	LUTHMANN Birger -1945	Ben Hur
2	21			HANSEN Jan B. -1944	KIF København
<b>MÆND 75-79 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	30			OLSEN Hans -1940	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 80-84 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	46			BAY Kirsten -1938	IK Hellas Roskilde
<b>KVINDER 55-59 ÅR - STANGSPRING</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
1	64			MICHELTSEN Gunhild -1963	Slagelse Atletik Delta
<b>MÆND 75-79 ÅR - STANGSPRING</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
1	13	2.10		NIELSEN Jørgen -1942	Herlufsholm ATM
<b>KVINDER 35-39 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	70			HANSEN Maria Sløk -1983	Hvidovre Atletik & Motion

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>KVINDER 45-49 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	66	44.84	37.40	NIELSEN Mette Overgaard -1971	Roar Atletik Roskilde
<b>KVINDER 50-54 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	44	21.24	20.03	HAGEN Anke -1966	IK Hellas Roskilde
2	71			KRAFT Vivian -1966	Hvidovre Atletik & Motion
<b>KVINDER 55-59 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	34		25.13	RAMLOV Dorte Maria -1960	FIF Hillerød atletik
<b>KVINDER 70-74 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	80			CHRISTENSEN Lilli -1948	Glostrup Atletik & Motion
<b>MÆND 60-64 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	65			NIELSEN Anker -1955	Slagelse Atletik Delta
2	84			IVERSEN Martin -1956	Hvidovre Atletik & Motion
<b>MÆND 70-74 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	19		38.00	HØYER Knud -1946	Greve Atletik
2	43		33.00	ANDERSSON Karsten -1944	Frederikssund AM
<b>MÆND 75-79 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	67	32.13	27.22	FREDERIKSN Niels Ole -1941	Roar Atletik Roskilde
<b>MÆND 80-84 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	79			ANKERSTJERNE Finn -1936	Glostrup Atletik & Motion
2	18			-AZEM Omar EI -1936	Roar Atletik Roskilde

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start-nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>KVINDER 50-54 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.20</b>
1	54		14.77	BREDVIG Githa -1966	Ballerup Atletik klub
<b>KVINDER 55-59 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.20</b>
1	62		15.74	GULEV Ulla -1962	Viking Rønne
2	33		17.11	SVENDSEN Jette -1962	FIF Hillerød atletik
3	49	21.40		MARTHE DAL Anne-Marie -1962	Sparta
<b>KVINDER 35-39 ÅR - 800 METER</b>					<b>SØN KL. 12.40</b>
1	83	2.36.07	2.37.2	FRITZE Mette Sommer -1979	Blovstrød Løverne
<b>KVINDER 50-54 ÅR - 800 METER</b>					<b>SØN KL. 12.40</b>
1	10	2.47.76		ANDERSEN Trine B. -1968	Blovstrød Løverne
<b>MÆND 40-44 ÅR - 800 METER</b>					<b>SØN KL. 12.40</b>
1	2		2.32.10	HELMER Søren -1974	Fremad Holbæk
<b>MÆND 45-49 ÅR - 800 METER</b>					<b>SØN KL. 12.40</b>
1	5			JUHL Thomas -1971	Fremad Holbæk
2	75			SKOVLUND Michael Pedersen -1973	Trongården IF
3	4			JENSEN Rasmus Brandt -1973	Fremad Holbæk
<b>MÆND 50-54 ÅR - 800 METER</b>					<b>SØN KL. 12.40</b>
1	23	2.10.04		HANSEN Michael Pilegaard -1967	Bagsværd Atletik Club
2	47	2.11.43		MIKKELSEN Mads Unger -1968	Blovstrød Løverne
<b>MÆND 75-79 ÅR - 800 METER</b>					<b>SØN KL. 12.40</b>
1	14			KILDSIG Vagn -1940	Dinanalund IF - Motion
<b>MÆND 40-44 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.05</b>
1	31		27.00	SØRENSEN Nicolaj -1975	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 45-49 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.05</b>
1	20		25.10	VILBORG Kim -1972	Greve Atletik
2	5			JUHL Thomas -1971	Fremad Holbæk

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start-nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 55-59 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.05</b>
1	32		30.00	PEDERSEN Knud Erik -1960	FIF Hillerød atletik
2	15	DNS	27.26	BERG Henrik -1963	Bagsværd Atletik Club
<b>MÆND 65-69 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.05</b>
1	45			CODOVIUS Kjeld -1949	IK Hellas Roskilde
<b>MÆND 70-74 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.05</b>
1	25		31.09	LUTHMANN Birger -1945	Ben Hur
<b>MÆND 75-79 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.05</b>
1	30			OLSEN Hans -1940	FIF Hillerød atletik
2	26			BAHN Erik -1941	Ben Hur
<b>KVINDER 50-54 ÅR - HØJDESPRING</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
1	81			ANKERSTJERNE Laila -1965	Glostrup Atletik & Motion
<b>KVINDER 55-59 ÅR - HØJDESPRING</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
1	49	1.00		MARTHEDAL Anne-Marie -1962	Sparta
<b>MÆND 55-59 ÅR - HØJDESPRING</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
1	32		1.45	PEDERSEN Knud Erik -1960	FIF Hillerød atletik
2	77			BRINCH Thomas -1962	Amager AC
<b>MÆND 60-64 ÅR - HØJDESPRING</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
1	50	1.30		JØRGENSEN Jesper -1955	Sparta
2	59			HENRIKSEN Eli -1957	Herlev Atletik
<b>MÆND 70-74 ÅR - HØJDESPRING</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
1	21			HANSEN Jan B. -1944	KIF København
<b>KVINDER 35-39 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	36	7.04	7.04	DONS Gitte -1978	Bagsværd Atletik Club
2	70			HANSEN Maria Sløk -1983	Hvidovre Atletik & Motion

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>KVINDER 40-44 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	17		7.60	KJÆR Mie -1976	Bagsværd Atletik Club
<b>KVINDER 45-49 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	66	13.68	11.29	NIELSEN Mette Overgaard -1971	Roar Atletik Roskilde
<b>KVINDER 50-54 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	71			KRAFT Vivian -1966	Hvidovre Atletik & Motion
2	63			WESTERGAARD Hanne -1967	Slagelse Atletik Delta
<b>KVINDER 55-59 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	6		11.87	RIBJERG Gerda -1960	Fremad Holbæk
2	34		9.75	RAMLOV Dorte Maria -1960	FIF Hillerød atletik
3	62		8.44	GULEV Ulla -1962	Viking Rønne
<b>KVINDER 70-74 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	80			CHRISTENSEN Lilli -1948	Glostrup Atletik & Motion
<b>MÆND 60-64 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 5.0 KG )</i>					
1	84			IVERSEN Martin -1956	Hvidovre Atletik & Motion
2	65			NIELSEN Anker -1955	Slagelse Atletik Delta
<b>MÆND 70-74 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	19		11.20	HØYER Knud -1946	Greve Atletik
2	21			HANSEN Jan B. -1944	KIF København
<b>MÆND 75-79 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	67	9.90		FREDERIKSN Niels Ole -1941	Roar Atletik Roskilde



# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 80-84 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	79			ANKERSTJERNE Finn -1936	Glostrup Atletik & Motion
2	18			-AZEM Omar El -1936	Roar Atletik Roskilde
<b>KVINDER 50-54 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.25</b>
1	55		30.60	IPSEN Trille -1967	Ballerup Atletik klub
<b>KVINDER 55-59 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.25</b>
1	33			SVENDSEN Jette -1962	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 45-49 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 13.30</b>
<i>( 2.0 KG )</i>					
1	57	24.81	24.81	CLEMMENSEN Carsten Woss -1972	Herlev Atletik
<b>MÆND 50-54 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 13.30</b>
<i>( 1.5 KG )</i>					
1	51			CORDIUS Jan -1966	Sparta
2	58			FOG Stig -1967	Herlev Atletik
<b>MÆND 55-59 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 13.30</b>
<i>( 1.5 KG )</i>					
1	16		35.00	MORTENSEN Steen Fleig -1963	Bagsværd Atletik Club
2	48	38.41		CHRISTENSEN René Nybo -1961	Sparta
3	77			BRINCH Thomas -1962	Amager AC
4	24			JENSEN Klaus Jacob -1961	Holte Atletik
<b>KVINDER 35-39 ÅR - 1500 METER</b>					<b>SØN KL. 13.45</b>
1	83	5.09.48	5.18.79	FRITZE Mette Sommer -1979	Blovstrød Løverne
<b>KVINDER 50-54 ÅR - 1500 METER</b>					<b>SØN KL. 13.45</b>
1	10	5.35.32		ANDERSEN Trine B. -1968	Blovstrød Løverne
<b>MÆND 60-64 ÅR - 1500 METER</b>					<b>SØN KL. 13.45</b>
1	52	4.52		HANSEN Niels -1958	Helsingør Hif Atletik

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 75-79 ÅR - 1500 METER</b>					<b>SØN KL. 13.45</b>
1	14	6.42.51	6.50.38	KILDSIG Vagn -1940	Dinanalund IF - Motion
<b>MÆND 35-39 ÅR - 400 METER</b>					<b>SØN KL. 14.05</b>
1	28		58.00	KRYGER Esben Masotti -1980	FIF Hillerød atletik
2	27		59.43	CAI Chuoyan -1980	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 75-79 ÅR - 400 METER</b>					<b>SØN KL. 14.05</b>
1	29		1.30.00	LINDE Jørgen -1942	FIF Hillerød atletik
<b>KVINDER 35-39 ÅR - 400 METER</b>					<b>SØN KL. 14.15</b>
1	83	1.13.28		FRITZE Mette Sommer -1979	Blovstrød Løverne
<b>KVINDER 45-49 ÅR - 400 METER</b>					<b>SØN KL. 14.15</b>
1	66			NIELSEN Mette Overgaard -1971	Roar Atletik Roskilde
<b>KVINDER 50-54 ÅR - 400 METER</b>					<b>SØN KL. 14.15</b>
1	55		1.13.53	IPSEN Trille -1967	Ballerup Atletik klub
2	10	1.20.07		ANDERSEN Trine B. -1968	Blovstrød Løverne
<b>KVINDER 55-59 ÅR - 400 METER</b>					<b>SØN KL. 14.15</b>
1	33		1.27.56	SVENDSEN Jette -1962	FIF Hillerød atletik
2	62			GULEV Ulla -1962	Viking Rønne
<b>KVINDER 45-49 ÅR - 3000 METER KAPGANG</b>					<b>SØN KL. 14.25</b>
1	68			KLAPROTH Birgit -1973	Phønix/VI39 Kapgang
<b>KVINDER 55-59 ÅR - 3000 METER KAPGANG</b>					<b>SØN KL. 14.25</b>
1	56		22.13	JENSEN Helle -1963	Ballerup Atletik klub
<b>MÆND 60-64 ÅR - 3000 METER KAPGANG</b>					<b>SØN KL. 14.25</b>
1	78			JENSEN Peer -1957	Phønix/VI39 Kapgang
2	60			THORUP Steen -1957	Herlev Atletik

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>KVINDER 35-39 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 14.30</b>
<i>( 9.08 KG )</i>					
1	70			HANSEN Maria Sløk -1983	Hvidovre Atletik & Motion
<b>KVINDER 55-59 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 14.30</b>
<i>( 7.26 KG )</i>					
1	34			RAMLOV Dorte Maria -1960	FIF Hillerød atletik
<b>KVINDER 70-74 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 14.30</b>
<i>( 5.45 KG )</i>					
1	80			CHRISTENSEN Lilli -1948	Glostrup Atletik & Motion
<b>MÆND 70-74 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 14.30</b>
<i>( 7.26 KG )</i>					
1	19		15.00	HØYER Knud -1946	Greve Atletik
2	43		14.30	ANDERSSON Karsten -1944	Frederikssund AM
<b>MÆND 80-84 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 14.30</b>
<i>( 5.45 KG )</i>					
1	79			ANKERSTJERNE Finn -1936	Glostrup Atletik & Motion
<b>MÆND 45-49 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 14.45</b>
<i>( 7.26 KG )</i>					
1	57	9.34	9.34	CLEMMENSEN Carsten Woss -1972	Herlev Atletik
<b>MÆND 50-54 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 14.45</b>
<i>( 6.0 KG )</i>					
1	58	9.22	9.22	FOG Stig -1967	Herlev Atletik
2	51			CORDIUS Jan -1966	Sparta
<b>MÆND 55-59 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 14.45</b>
<i>( 6.0 KG )</i>					
1	16		11.70	MORTENSEN Steen Fleig -1963	Bagsværd Atletik Club
2	24			JENSEN Klaus Jacob -1961	Holte Atletik
3	48	11.40		CHRISTENSEN René Nybo -1961	Sparta
4	77			BRINCH Thomas -1962	Amager AC

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>KVINDER 35-39 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 15.00</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	70			HANSEN Maria Sløk -1983	Hvidovre Atletik & Motion
<b>KVINDER 50-54 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 15.00</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	44	30.15	23.39	HAGEN Anke -1966	IK Hellas Roskilde
2	82			BAGGE Linda -1964	Glostrup Atletik & Motion
3	63			WESTERGAARD Hanne -1967	Slagelse Atletik Delta
<b>KVINDER 55-59 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 15.00</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	34		36.13	RAMLOV Dorte Maria -1960	FIF Hillerød atletik
2	64			MICHELTSEN Gunhild -1963	Slagelse Atletik Delta
<b>KVINDER 70-74 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 15.00</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	80			CHRISTENSEN Lilli -1948	Glostrup Atletik & Motion
<b>MÆND 70-74 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 15.00</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	19		38.00	HØYER Knud -1946	Greve Atletik
2	43		35.00	ANDERSSON Karsten -1944	Frederikssund AM
<b>MÆND 80-84 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 15.00</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	79			ANKERSTJERNE Finn -1936	Glostrup Atletik & Motion
<b>MÆND 35-39 ÅR - 1000 M STAFET</b>					<b>SØN KL. 15.05</b>
1				HILLERØD FIF	
<b>MÆND 40-44 ÅR - 1000 M STAFET</b>					<b>SØN KL. 15.05</b>
1				HOLBÆK Fremad	
<b>MÆND 65-69 ÅR - 1000 M STAFET</b>					<b>SØN KL. 15.05</b>
1				LØBEKLUB Kokkedal	

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

---

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
---	------------------	---------------------	----------------------	---------------	------

---

<b>MÆND 45-49 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 15.05</b>
<i>( 800 GRAM )</i>					
1	57	28.23	28.23	CLEMMENSEN Carsten Woss -1972	Herlev Atletik

---

<b>MÆND 50-54 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 15.05</b>
<i>( 700 GRAM )</i>					
1	58	34.32	34.32	FOG Stig -1967	Herlev Atletik
2	51			CORDIUS Jan -1966	Sparta

---

<b>MÆND 55-59 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 15.05</b>
<i>( 700 GRAM )</i>					
1	77			BRINCH Thomas -1962	Amager AC
2	48	44.00		CHRISTENSEN René Nybo -1961	Sparta

---

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.  
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.  
This page will not be added after purchasing Win2PDF.

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>KVINDER 40-44 ÅR - 80 METER HÆK</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 76.2 CM, 8 HÆKKE, 12.00 / 8.00 / 12.00 )</i>					
1	17			KJÆR Mie -1976	Bagsværd Atletik Club
<b>KVINDER 50-54 ÅR - 80 METER HÆK</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 76.2 CM, 8 HÆKKE, 12.00 / 7.00 / 19.00 )</i>					
1	44	18.17		HAGEN Anke -1966	IK Hellas Roskilde
<b>KVINDER 35-39 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	36	3.70	3.70	DONS Gitte -1978	Bagsværd Atletik Club
<b>KVINDER 40-44 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	17		4.30	KJÆR Mie -1976	Bagsværd Atletik Club
<b>KVINDER 55-59 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	49	2.30		MARTHEDAL Anne-Marie -1962	Sparta
<b>MÆND 50-54 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	23	4.96		HANSEN Michael Pilegaard -1967	Bagsværd Atletik Club
<b>MÆND 55-59 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	32		4.50	PEDERSEN Knud Erik -1960	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 60-64 ÅR - LÆNGDESPRING</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( PLANKE )</i>					
1	59			HENRIKSEN Eli -1957	Herlev Atletik
2	50	3.60		JØRGENSEN Jesper -1955	Sparta
<b>KVINDER 35-39 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 600 GRAM )</i>					
1	70			HANSEN Maria Sløk -1983	Hvidovre Atletik & Motion

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>KVINDER 50-54 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 500 GRAM )</i>					
1	63			WESTERGAARD Hanne -1967	Slagelse Atletik Delta
<b>KVINDER 55-59 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 500 GRAM )</i>					
1	34			RAMLOV Dorte Maria -1960	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 60-64 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 600 GRAM )</i>					
1	50	0.25		JØRGENSEN Jesper -1955	Sparta
2	69			IVERSEN Martin -1956	Hvidovre Atletik & Motion
<b>MÆND 70-74 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 500 GRAM )</i>					
1	37		37.00	SØDERBERG Torben -1945	Bagsværd Atletik Club
<b>MÆND 75-79 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 500 GRAM )</i>					
1	13			NIELSEN Jørgen -1942	Herlufsholm ATM
<b>MÆND 80-84 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 400 GRAM )</i>					
1	18			-AZEM Omar El -1936	Roar Atletik Roskilde
<b>MÆND 55-59 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 11.00</b>
<i>( 11.34 KG )</i>					
1	16		15.20	MORTENSEN Steen Fleig -1963	Bagsværd Atletik Club
2	48	14.00		CHRISTENSEN René Nybo -1961	Sparta
3	51			CORDIUS Jan -1966	Sparta
<b>MÆND 35-39 ÅR - 110 METER HÆK</b>					<b>SØN KL. 11.10</b>
<i>( 99.1 CM, 10 HÆKKE, 13.72 / 9.14 / 14.02 )</i>					
1	28			KRYGER Esben Masotti -1980	FIF Hillerød atletik



# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 45-49 ÅR - 5000 METER</b>					<b>SØN KL. 11.25</b>
1	1		2.09.51	KLAUSEN Martin -1972	Fremad Holbæk
2	74			NIELSEN Peter Breiner -1971	Fremad Holbæk
<b>MÆND 55-59 ÅR - 5000 METER</b>					<b>SØN KL. 11.25</b>
1	53		17.30.00	JØRGENSEN Henrik K. -1961	Ballerup Atletik klub
2	76			ANTVORSKOV Bo -1961	Amager AC
<b>MÆND 60-64 ÅR - 5000 METER</b>					<b>SØN KL. 11.25</b>
1	52	17.43	18.43	HANSEN Niels -1958	Helsingør Hif Atletik
2	61	19.07	19.45	PILEGÅRD Jørgen -1955	Holbæk LMK
<b>MÆND 80-84 ÅR - 5000 METER</b>					<b>SØN KL. 11.25</b>
1	12			NOE Jens Myrup -1938	Holbæk LMK
<b>MÆND 55-59 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 11.45</b>
( 6.0 KG )					
1	16		47.00	MORTENSEN Steen Fleig -1963	Bagsværd Atletik Club
2	48	37.00		CHRISTENSEN René Nybo -1961	Sparta
3	77			BRINCH Thomas -1962	Amager AC
4	51			CORDIUS Jan -1966	Sparta
<b>MÆND 40-44 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	11		11.31	ABU-EESA Josef -1975	FIF Frederiksberg
<b>MÆND 45-49 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	20		12.21	VILBORG Kim -1972	Greve Atletik
<b>MÆND 55-59 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	32		16.00	PEDERSEN Knud Erik -1960	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 60-64 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	50	16.00		JØRGENSEN Jesper -1955	Sparta
2	59			HENRIKSEN Eli -1957	Herlev Atletik
<b>MÆND 65-69 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	45			CODOVIUS Kjeld -1949	IK Hellas Roskilde

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start-nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 70-74 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	25		14.80	LUTHMANN Birger -1945	Ben Hur
2	21			HANSEN Jan B. -1944	KIF København
<b>MÆND 75-79 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	30			OLSEN Hans -1940	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 80-84 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.05</b>
1	46			BAY Kirsten -1938	IK Hellas Roskilde
<b>KVINDER 55-59 ÅR - STANGSPRING</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
1	64			MICHELSEN Gunhild -1963	Slagelse Atletik Delta
<b>MÆND 75-79 ÅR - STANGSPRING</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
1	13	2.10		NIELSEN Jørgen -1942	Herlufsholm ATM
<b>KVINDER 35-39 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	70			HANSEN Maria Sløk -1983	Hvidovre Atletik & Motion
<b>KVINDER 45-49 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	66	44.84	37.40	NIELSEN Mette Overgaard -1971	Roar Atletik Roskilde
<b>KVINDER 50-54 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	44	21.24	20.03	HAGEN Anke -1966	IK Hellas Roskilde
2	71			KRAFT Vivian -1966	Hvidovre Atletik & Motion
<b>KVINDER 55-59 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	34		25.13	RAMLOV Dorte Maria -1960	FIF Hillerød atletik
<b>KVINDER 70-74 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>
<i>( 1.0 KG )</i>					
1	72			FALDAGER Inge -1948	Hvidovre Atletik & Motion

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub	
<b>MÆND 60-64 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>	
<i>( 1.0 KG )</i>						
	1	65		NIELSEN Anker -1955	Slagelse Atletik Delta	
	2	69		IVERSEN Martin -1956	Hvidovre Atletik & Motion	
<b>MÆND 70-74 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>	
<i>( 1.0 KG )</i>						
	1	19	38.00	HØYER Knud -1946	Greve Atletik	
	2	43	33.00	ANDERSSON Karsten -1944	Frederikssund AM	
<b>MÆND 75-79 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>	
<i>( 1.0 KG )</i>						
	1	67	32.13	27.22	FREDERIKSN Niels Ole -1941	Roar Atletik Roskilde
<b>MÆND 80-84 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 12.15</b>	
<i>( 1.0 KG )</i>						
	1	18		-AZEM Omar El -1936	Roar Atletik Roskilde	
<b>KVINDER 50-54 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.20</b>	
	1	54	14.77	BREDVIG Githa -1966	Ballerup Atletik klub	
<b>KVINDER 55-59 ÅR - 100 METER</b>					<b>SØN KL. 12.20</b>	
	1	62	15.74	GULEV Ulla -1962	Viking Rønne	
	2	33	17.11	SVENDSEN Jette -1962	FIF Hillerød atletik	
	3	49	21.40	MARTHEDAL Anne-Marie -1962	Sparta	
<b>KVINDER 50-54 ÅR - 800 METER</b>					<b>SØN KL. 12.40</b>	
	1	10	2.47.76	ANDERSEN Trine B. -1968	Blovstrød Løverne	
<b>MÆND 40-44 ÅR - 800 METER</b>					<b>SØN KL. 12.40</b>	
	1	2	2.32.10	HELMER Søren -1974	Fremad Holbæk	
<b>MÆND 45-49 ÅR - 800 METER</b>					<b>SØN KL. 12.40</b>	
	1	4		JENSEN Rasmus Brandt -1973	Fremad Holbæk	
	2	75		SKOVLUND Michael Pedersen -1973	Trongården IF	
	3	5		JUHL Thomas -1971	Fremad Holbæk	

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start-nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 50-54 ÅR - 800 METER</b>					<b>SØN KL. 12.40</b>
1	47	2.11.43		MIKKELSEN Mads Unger -1968	Blovstrød Løverne
2	23	2.10.04		HANSEN Michael Pilegaard -1967	Bagsværd Atletik Club
<b>MÆND 75-79 ÅR - 800 METER</b>					<b>SØN KL. 12.40</b>
1	14			KILDSIG Vagn -1940	Dinanalund IF - Motion
<b>MÆND 40-44 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.05</b>
1	31		27.00	SØRENSEN Nicolaj -1975	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 45-49 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.05</b>
1	20		25.10	VILBORG Kim -1972	Greve Atletik
2	5			JUHL Thomas -1971	Fremad Holbæk
<b>MÆND 55-59 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.05</b>
1	15		27.26	BERG Henrik -1963	Bagsværd Atletik Club
2	32		30.00	PEDERSEN Knud Erik -1960	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 65-69 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.05</b>
1	45			CODOVIUS Kjeld -1949	IK Hellas Roskilde
<b>MÆND 70-74 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.05</b>
1	25		31.09	LUTHMANN Birger -1945	Ben Hur
<b>MÆND 75-79 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.05</b>
1	26			BAHN Erik -1941	Ben Hur
2	30			OLSEN Hans -1940	FIF Hillerød atletik
<b>KVINDER 55-59 ÅR - HØJDESPRING</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
1	49	1.00		MARTHEDAL Anne-Marie -1962	Sparta
<b>MÆND 55-59 ÅR - HØJDESPRING</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
1	32		1.45	PEDERSEN Knud Erik -1960	FIF Hillerød atletik
2	77			BRINCH Thomas -1962	Amager AC

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start-nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 60-64 ÅR - HØJDESPRING</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
1	50	1.30		JØRGENSEN Jesper -1955	Sparta
2	59			HENRIKSEN Eli -1957	Herlev Atletik
<b>MÆND 70-74 ÅR - HØJDESPRING</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
1	21			HANSEN Jan B. -1944	KIF København
<b>KVINDER 35-39 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	36	7.04	7.04	DONS Gitte -1978	Bagsværd Atletik Club
2	70			HANSEN Maria Sløk -1983	Hvidovre Atletik & Motion
<b>KVINDER 40-44 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	17		7.60	KJÆR Mie -1976	Bagsværd Atletik Club
<b>KVINDER 45-49 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	66	13.68	11.29	NIELSEN Mette Overgaard -1971	Roar Atletik Roskilde
<b>KVINDER 50-54 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	63			WESTERGAARD Hanne -1967	Slagelse Atletik Delta
2	71			KRAFT Vivian -1966	Hvidovre Atletik & Motion
<b>KVINDER 55-59 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	6		11.87	RIBJERG Gerda -1960	Fremad Holbæk
2	34		9.75	RAMLOV Dorte Maria -1960	FIF Hillerød atletik
3	62		8.44	GULEV Ulla -1962	Viking Rønne
<b>KVINDER 70-74 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	72			FALDAGER Inge -1948	Hvidovre Atletik & Motion

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 60-64 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 5.0 KG )</i>					
1	65			NIELSEN Anker -1955	Slagelse Atletik Delta
2	69			IVERSEN Martin -1956	Hvidovre Atletik & Motion
<b>MÆND 70-74 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	19		11.20	HØYER Knud -1946	Greve Atletik
2	21			HANSEN Jan B. -1944	KIF København
<b>MÆND 75-79 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	67	9.90		FREDERIKSN Niels Ole -1941	Roar Atletik Roskilde
<b>MÆND 80-84 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 13.15</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	18			-AZEM Omar El -1936	Roar Atletik Roskilde
<b>KVINDER 50-54 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.25</b>
1	55		30.60	IPSEN Trille -1967	Ballerup Atletik klub
<b>KVINDER 55-59 ÅR - 200 METER</b>					<b>SØN KL. 13.25</b>
1	33			SVENDSEN Jette -1962	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 45-49 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 13.30</b>
<i>( 2.0 KG )</i>					
1	57	24.81	24.81	CLEMMENSEN Carsten Woss -1972	Herlev Atletik
<b>MÆND 50-54 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 13.30</b>
<i>( 1.5 KG )</i>					
1	58			FOG Stig -1967	Herlev Atletik

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 55-59 ÅR - DISKOSKAST</b>					<b>SØN KL. 13.30</b>
<i>( 1.5 KG )</i>					
1	16		35.00	MORTENSEN Steen Fleig -1963	Bagsværd Atletik Club
2	24			JENSEN Klaus Jacob -1961	Holte Atletik
3	77			BRINCH Thomas -1962	Amager AC
4	51			CORDIUS Jan -1966	Sparta
5	48	38.41		CHRISTENSEN René Nybo -1961	Sparta
<b>KVINDER 50-54 ÅR - 1500 METER</b>					<b>SØN KL. 13.45</b>
1	10	5.35.32		ANDERSEN Trine B. -1968	Blovstrød Løverne
<b>MÆND 60-64 ÅR - 1500 METER</b>					<b>SØN KL. 13.45</b>
1	52	4.52		HANSEN Niels -1958	Helsingør Hif Atletik
<b>MÆND 75-79 ÅR - 1500 METER</b>					<b>SØN KL. 13.45</b>
1	14	6.42.51	6.50.38	KILDSIG Vagn -1940	Dinanalund IF - Motion
<b>MÆND 35-39 ÅR - 400 METER</b>					<b>SØN KL. 14.05</b>
1	28		58.00	KRYGER Esben Masotti -1980	FIF Hillerød atletik
2	27		59.43	CAI Chuoyan -1980	FIF Hillerød atletik
<b>MÆND 75-79 ÅR - 400 METER</b>					<b>SØN KL. 14.05</b>
1	29		1.30.00	LINDE Jørgen -1942	FIF Hillerød atletik
<b>KVINDER 45-49 ÅR - 400 METER</b>					<b>SØN KL. 14.15</b>
1	66			NIELSEN Mette Overgaard -1971	Roar Atletik Roskilde
<b>KVINDER 50-54 ÅR - 400 METER</b>					<b>SØN KL. 14.15</b>
1	55		1.13.53	IPSEN Trille -1967	Ballerup Atletik klub
2	10	1.20.07		ANDERSEN Trine B. -1968	Blovstrød Løverne
<b>KVINDER 55-59 ÅR - 400 METER</b>					<b>SØN KL. 14.15</b>
1	33		1.27.56	SVENDSEN Jette -1962	FIF Hillerød atletik
2	62			GULEV Ulla -1962	Viking Rønne
<b>KVINDER 45-49 ÅR - 3000 METER KAPGANG</b>					<b>SØN KL. 14.25</b>
1	68			KLAPROTH Birgit -1973	Phønix/VI39 Kapgang

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>KVINDER 55-59 ÅR - 3000 METER KAPGANG</b>					<b>SØN KL. 14.25</b>
1	56		22.13	JENSEN Helle -1963	Ballerup Atletik klub
<b>MÆND 60-64 ÅR - 3000 METER KAPGANG</b>					<b>SØN KL. 14.25</b>
1	60			THORUP Steen -1957	Herlev Atletik
<b>KVINDER 35-39 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 14.30</b>
<i>( 9.08 KG )</i>					
1	70			HANSEN Maria Sløk -1983	Hvidovre Atletik & Motion
<b>KVINDER 55-59 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 14.30</b>
<i>( 7.26 KG )</i>					
1	34			RAMLOV Dorte Maria -1960	FIF Hillerød atletik
<b>KVINDER 70-74 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 14.30</b>
<i>( 5.45 KG )</i>					
1	72			FALDAGER Inge -1948	Hvidovre Atletik & Motion
<b>MÆND 70-74 ÅR - VÆGTKAST</b>					<b>SØN KL. 14.30</b>
<i>( 7.26 KG )</i>					
1	19		15.00	HØYER Knud -1946	Greve Atletik
2	43		14.30	ANDERSSON Karsten -1944	Frederikssund AM
<b>MÆND 45-49 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 14.45</b>
<i>( 7.26 KG )</i>					
1	57	9.34	9.34	CLEMMENSEN Carsten Woss -1972	Herlev Atletik
<b>MÆND 50-54 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 14.45</b>
<i>( 6.0 KG )</i>					
1	58	9.22	9.22	FOG Stig -1967	Herlev Atletik



# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 55-59 ÅR - KUGLESTØD</b>					<b>SØN KL. 14.45</b>
<i>( 6.0 KG )</i>					
1	16		11.70	MORTENSEN Steen Fleig -1963	Bagsværd Atletik Club
2	24			JENSEN Klaus Jacob -1961	Holte Atletik
3	51			CORDIUS Jan -1966	Sparta
4	77			BRINCH Thomas -1962	Amager AC
5	48	11.40		CHRISTENSEN René Nybo -1961	Sparta
<b>KVINDER 35-39 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 15.00</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	70			HANSEN Maria Sløk -1983	Hvidovre Atletik & Motion
<b>KVINDER 50-54 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 15.00</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	44	30.15	23.39	HAGEN Anke -1966	IK Hellas Roskilde
2	63			WESTERGAARD Hanne -1967	Slagelse Atletik Delta
<b>KVINDER 55-59 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 15.00</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	34		36.13	RAMLOV Dorte Maria -1960	FIF Hillerød atletik
2	64			MICHELSEN Gunhild -1963	Slagelse Atletik Delta
<b>KVINDER 70-74 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 15.00</b>
<i>( 3.0 KG )</i>					
1	72			FALDAGER Inge -1948	Hvidovre Atletik & Motion
<b>MÆND 70-74 ÅR - HAMMERKAST</b>					<b>SØN KL. 15.00</b>
<i>( 4.0 KG )</i>					
1	19		38.00	HØYER Knud -1946	Greve Atletik
2	43		35.00	ANDERSSON Karsten -1944	Frederikssund AM
<b>MÆND 35-39 ÅR - 1000 M STAFET</b>					<b>SØN KL. 15.05</b>
1				HILLERØD FIF	
<b>MÆND 40-44 ÅR - 1000 M STAFET</b>					<b>SØN KL. 15.05</b>
1				HOLBÆK Fremad	

# PROGRAM

den 24.jun 2018 på Holbæk  
Arrangør: Fremad Holbæk

#	Start- nummer	Personlig rekord	Tilmeldt resultat	Navn & årgang	Klub
<b>MÆND 65-69 ÅR - 1000 M STAFET</b>					<b>SØN KL. 15.05</b>
1				LØBEKLUB Kokkedal	
<b>MÆND 45-49 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 15.05</b>
<i>( 800 GRAM )</i>					
1	57	28.23	28.23	CLEMMENSEN Carsten Woss -1972	Herlev Atletik
<b>MÆND 50-54 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 15.05</b>
<i>( 700 GRAM )</i>					
1	58	34.32	34.32	FOG Stig -1967	Herlev Atletik
<b>MÆND 55-59 ÅR - SPYDKAST</b>					<b>SØN KL. 15.05</b>
<i>( 700 GRAM )</i>					
1	48	44.00		CHRISTENSEN René Nybo -1961	Sparta
2	77			BRINCH Thomas -1962	Amager AC
3	51			CORDIUS Jan -1966	Sparta

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.  
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.  
This page will not be added after purchasing Win2PDF.