

## RESULTATLISTA

### HELGASJÖN RUNT 10 juli 2004

#### Herrar 50km (start k. 09.00)

1. Fredrik Svensson	Växjö AIS	4.34.10
2. <b>Christer Svensson</b>	<b>Växjö AIS</b>	<b>4.41.37</b>
3. Ulf-Peter Sjöholm	Växjö AIS	4.45.37

#### Herrar 35km (Start kl. 10.00)

1. Peer Jensen	Phönix Danmark	3.43.53
----------------	----------------	---------

#### Herrar 20km (Start kl. 11.30)

1. Thomas Christensen	Phönix Danmark	1.52.33
2. Ole David Jensen	KIF Danmark	2.04.37
3. Sören Svendsen	Phönix Danmark	2.06.46
4. Axel Karlsson	Nybro GK	2.16.08
5. Thage Davidsson	Nybro GK	2.23.14
6. Gösta Håkansson	Nybro GK	2.30.21
7. Karl-Erik Svensson	Nybro GK	2.32.22
8. Helge Bech	Phönix Danmark	2.37.07

#### Damer 10km (Start kl. 12.30)

1. Britta Bech Andersen	Phönix Danmark	1.16.37
-------------------------	----------------	---------

Det regnade från start till mål, ca 14 grader varmt.

Christer ledde i 43 km innan Fredrik fick upp farten och gick mot en säker seger.

Veteranernas distans var 35 km men med tanke på att veteran EM kommer om två veckor ville de inte gå fulla distansen. Inga dm tecken kommer att delas ut till veteranerna.

#### **Christers** mellantider:

5 km 28.37

10 km 27.22 55.59

15 km 28.21 1:24.21

20 km 27.34 **1:51.55 55.56**

25 km 28.06 2:20.01

30 km 27.32 2:47.33 **55.38**

35 km 27.26 3:14.59

40 km **26.51** 3:41.50 **54.17**

45 km 29.15 4:11.05

**50 km 30.33 4:41.37 59.48 Andra halvan på 2:21.36, tappade 1.35 på andra halvan.**

**5.38 km/h.**