

# Resultater – AMOK Metr-O Cup 2025 Sundbyvester 1. Etape

2025-05-06

01 Lang	(75 / 75)	Tid	Efter	Tidstab
1. Nathan Philibert	Søllerød OK	34:41		0:00
2. Michael Sørensen	OK Øst Birkerød	35:46	+1:05	0:00
3. Sebastian Røysland Maltby	Søllerød OK	36:28	+1:47	0:00
4. Janus Helbo	Lyngby OK	36:34	+1:53	0:23
5. Rune Cederberg	Ballerup OK	36:57	+2:16	0:49
6. Jan Eg Pedersen	OK Øst Birkerød	36:59	+2:18	0:00
7. George Mavchun	Tisvilde Hegn OK	37:17	+2:36	2:07
8. Tanguy Lallemand	Sud O Lux	37:40	+2:59	0:47
9. Alexander Smith	OK Øst Birkerød	37:47	+3:06	0:32
10. Hjalte Hviid	O-63	37:50	+3:09	1:49
11. Thomas Damgaard Nielsen	Amager OK	38:46	+4:05	1:03
12. Philip Knak	PI-København	38:56	+4:15	1:22
13. Oscar Bæk Christiansen	Søllerød OK	39:33	+4:52	1:07
14. Fredrik Carlsson	uden klub	39:46	+5:05	1:20
15. Anton Kupriyanov Hviid	Farum OK	39:47	+5:06	0:32
16. Lasse Kalle Pedersen	Holbæk OK	40:38	+5:57	1:37
17. Mikkel Merkelsen	Amager OK	40:55	+6:14	1:19
18. Ditlev Grønlund	Amager OK	41:04	+6:23	0:23
19. Søren Jessen	OK Roskilde	41:28	+6:47	1:59
20. Christian Olsen	Amager OK	42:47	+8:06	0:53
21. Alex Ottesen	Ballerup OK	43:18	+8:37	2:27
22. Mogens Hagedorn	Søllerød OK	44:17	+9:36	1:26
23. Roar Birkedahl Bang	Amager OK	44:35	+9:54	0:53
24. Jakob Lind Tolborg	Outdoorklubben	45:12	+10:31	1:11
25. Morten Ploug	Ballerup OK	45:44	+11:03	0:54
26. Martin Vind Larsen	Amager OK	46:15	+11:34	2:33
27. Asger Reinholdt Christensen	Holbæk OK	46:24	+11:43	2:17
28. Nikita Bang	PI-København	46:27	+11:46	0:00
29. Arnau Ormella	Amager OK	46:43	+12:02	0:44
30. Thorkild Franck	OK Roskilde	46:46	+12:05	2:27
31. Hanna Bæk	Søllerød OK	47:03	+12:22	2:05
32. Emilie Bæk	Søllerød OK	47:04	+12:23	1:58
33. Jakob Thomsen	Lyngby OK	47:38	+12:57	4:48
34. Magnus Oscarsson	Søllerød OK	47:45	+13:04	4:16
35. Sylvester Bajda	Amager OK	48:09	+13:28	3:09
36. Mark Lidegaard	OK Roskilde	48:22	+13:41	2:18
37. Bjørn Axelsen	ukendt klub	48:31	+13:50	2:13
38. Kasper Cramon Jørgensen	Allerød OK	48:38	+13:57	2:29
39. Peter Niemelä	Døvania	48:47	+14:06	2:11
40. Anne Marie Thommesen	Ballerup OK	48:58	+14:17	1:23
41. Gustaf Onsbring	Amager OK	49:15	+14:34	0:29
42. Juha Pekka Päällysaho	Amager OK	49:31	+14:50	2:28
43. Torben Speldt	Amager OK	50:03	+15:22	2:20
44. Allan Søgaard	Amager OK	50:42	+16:01	5:40
45. Svend Christiansen	PI-København	51:53	+17:12	2:43
46. Frede Lillelund	Søllerød OK	51:55	+17:14	1:24
47. Leif E. Larsen	Tisvilde Hegn OK	54:32	+19:51	1:23
48. Diana Cederberg	Ballerup OK	54:37	+19:56	0:00
49. Kim Clausen	DSR O-sektion	55:17	+20:36	5:54
50. Christian Clausen	DSRs O-sektion	56:06	+21:25	3:41
51. Rune Nielsen	Amager OK	56:27	+21:46	7:44
52. Blassius Chin	Amager OK	57:26	+22:45	6:45

53.	Anette Kalle Larsen	Holbæk OK	58:01	+23:20	6:02
53.	Nina Henriksen	Amager OK	58:01	+23:20	3:17
55.	Mathias Bressendorf Petersen	Ballerup OK	58:15	+23:34	7:49
56.	Lars Sørensen	OK Øst Birkerød	58:49	+24:08	0:36
57.	Jørn Lind	PI-København	59:03	+24:22	5:06
58.	Joakim Ilsing Sørensen	Ballerup OK	59:36	+24:55	8:01
59.	Josephine Kofod	Amager OK	1:00:48	+26:07	5:02
60.	Karen Sejrsgaard	Amager OK	1:00:53	+26:12	4:42
61.	Peter Dyrsting	FIF Hillerød	1:01:10	+26:29	0:36
62.	Jesper Steem Andersen	uden klub	1:02:44	+28:03	10:44
63.	Per Schifter Schou	Amager OK	1:02:51	+28:10	7:34
64.	Lasse Lybek Jensen	Ballerup OK	1:05:11	+30:30	7:23
65.	Britt Stenberg Nøhr	Amager OK	1:05:15	+30:34	2:21
66.	Thomas Armour		1:06:10	+31:29	18:30
67.	Christina Hausgaard	Amager OK	1:08:31	+33:50	3:37
68.	Tue Gunst	ukendt klub	1:19:52	+45:11	13:19
69.	Rikke Lau Møller	Løbeklubben Fortius	1:24:07	+49:26	11:30
70.	Nicolaj Weber	uden klub	1:33:02	+58:21	38:59
71.	Inge Christiansen	Amager OK	1:38:22	+1:03:41	12:06
72.	Robert Grønlund	OK Sorø	1:50:54	+1:16:13	1:00:18
	Thomas Thilo	Farum OK	Fejlklip		
	Tommy van Sommer	Amager OK	Fejlklip		
	Vilnis Frishfelds	Lyngby OK	Fejlklip		
	Benjamin Trock	Ballerup OK	Ej startet		
	Bo Christoffersen	Lyngby OK	Ej startet		
	Cecilie Langhans	Løbeklubben Fortius	Ej startet		
	Jacob Kristjansen	Holbæk OK	Ej startet		
	Joakim Østergaard	Lyngby OK	Ej startet		
	Jonas Lassen	OK Roskilde	Ej startet		
	Kristine Berg Hansen	Lyngby OK	Ej startet		
	Marek Muszynski	Amager OK	Ej startet		
	Markus Thysell	OK Kontinent	Ej startet		
	Paulina Nawrocka-Muszynska	Amager OK	Ej startet		
	Tim Abild	Amager OK	Ej startet		

<b>02 Mellem</b>		<b>(107 / 107)</b>	<b>Tid</b>	<b>Efter</b>	<b>Tidstab</b>
1.	Mads K. Larsen	FIF Hillerød	25:46		0:24
2.	Mette Stub	PI-København	31:00	+5:14	0:31
3.	Emma Lundsgaard	Amager OK	31:12	+5:26	0:26
4.	Sergei Vorfolomeev	Amager OK	32:08	+6:22	3:37
5.	Martin Hjorth	Ballerup OK	32:44	+6:58	1:22
6.	Henrik Bierbum Bacher	Amager OK	33:14	+7:28	3:17
7.	Rasmus Lüthje	Søllerød OK	34:31	+8:45	4:12
8.	Simon Philibert	Søllerød OK	34:38	+8:52	5:04
9.	Carsten Gemmer Hanghøj	Ballerup OK	34:44	+8:58	1:39
10.	Claus Sihm	OK Roskilde	34:56	+9:10	3:24
10.	Jesper Vestergaard	Søllerød OK	34:56	+9:10	2:51
12.	Michael Graae	Amager OK	35:25	+9:39	3:49
13.	Markus Kyhl	Amager OK	36:13	+10:27	5:53
14.	Annika Kalle Pedersen	Holbæk OK	36:17	+10:31	2:14
15.	Randi Marie Mohus	Wing OK	36:22	+10:36	1:31
16.	Aline Harmand	Søllerød OK	36:30	+10:44	2:06
17.	Michael Møller	Ballerup OK	36:34	+10:48	0:25
18.	Andreas Oscarsson	Søllerød OK	37:03	+11:17	0:29
19.	Kurt Thuesen	FSK Orientering	37:42	+11:56	0:33
20.	Morten Foverskov	OK Skärmen	37:43	+11:57	5:48
21.	Maria Krog Schulz	Ballerup OK	37:51	+12:05	2:05
22.	Louis Steinthal	FIF Hillerød	38:01	+12:15	1:50
23.	Svend-Erik Jepsen	Søllerød OK	38:02	+12:16	4:45

24.	Jonathan Deichmann		38:14	+12:28	3:15
25.	Leif Pedersen	FSK Orientering	38:29	+12:43	1:54
26.	Ida Jacobsen	OK Skärmen	38:30	+12:44	5:21
27.	Line Lundsgaard	Amager OK	38:47	+13:01	1:35
28.	Michael Remod	DSR O-sektion	38:55	+13:09	4:54
29.	Mike Danielsen		39:08	+13:22	2:56
30.	Henriette Broman	Allerød OK	40:02	+14:16	0:26
31.	Flemming Vejen	Ballerup OK	40:32	+14:46	4:12
32.	Peter Østergaard	Søllerød OK	40:50	+15:04	7:04
33.	Dennis Flood	OK 73	41:16	+15:30	2:37
34.	Marie Skov Sander	Amager OK	41:20	+15:34	2:27
35.	Gitte Jensen	Amager OK	41:57	+16:11	3:06
36.	Sebastian From	Lyngby OK	42:56	+17:10	7:04
37.	Amalie Ellegaard Severinsen	Amager OK	42:58	+17:12	3:30
38.	Ulla Jacobsen	OK Skärmen	43:18	+17:32	4:31
39.	Heidi Kristensen	Søllerød OK	43:21	+17:35	3:17
40.	Lise Ravnshøj Andersen	Herlufsholm OK	43:50	+18:04	4:50
41.	Henrik Albahn	Lyngby OK	44:06	+18:20	6:33
42.	Henrik Henriksen	Amager OK	44:14	+18:28	5:33
43.	Nickolas Falk Krusdorf	Amager OK	44:15	+18:29	5:42
44.	Mark Nielsen Outridge	Amager OK	44:31	+18:45	4:32
45.	Cecilie Arnholm	Søllerød OK	44:34	+18:48	6:13
46.	Bent Lishmann Nielsen	Ballerup OK	44:39	+18:53	9:46
47.	Henrik Petersen	Ballerup OK	44:42	+18:56	1:29
48.	Helene Busch Nielsen	Lyngby OK	44:48	+19:02	2:17
49.	Asger Høegh Christiansen	uden klub	44:51	+19:05	2:42
50.	Lone Pereira Hansen	Amager OK	44:55	+19:09	2:00
51.	Storm Maaløe-Reinholt	Ballerup OK	45:18	+19:32	8:17
52.	Jakub Kolarik	OK 73	45:22	+19:36	5:44
53.	Michael Hjorth	Ballerup OK	45:25	+19:39	5:41
54.	Signe Hanghøj	Ballerup OK	45:34	+19:48	8:29
55.	Trine Hershøj	Ballerup OK	45:55	+20:09	4:41
56.	Michael Leth Jess	OK Roskilde	46:06	+20:20	5:13
57.	Rune Larsen	Amager OK	46:14	+20:28	3:40
58.	Jacob Deichmann	Amager OK	47:01	+21:15	3:08
59.	Henrik Nielsen	Holbæk OK	47:08	+21:22	2:59
60.	Frans Andersen	Amager OK	47:17	+21:31	2:30
61.	Mette Bæk Christiansen	Søllerød OK	47:40	+21:54	3:32
62.	Thomas Østergaard	OK Øst Birkerød	47:53	+22:07	2:47
63.	Marie Hjorth	Amager OK	47:54	+22:08	5:46
64.	Julia Bjerre Svendsen	Amager OK	48:03	+22:17	1:35
64.	Søren Grønvald	Amager OK	48:03	+22:17	2:41
66.	Isabella Sihm	ukendt klub	48:45	+22:59	4:55
66.	Maria Henriksen	ukendt klub	48:45	+22:59	4:57
68.	Anne Solgaard	Ribe OK	49:15	+23:29	10:07
69.	Ole Galle	Tisvilde Hegn OK	49:25	+23:39	1:25
70.	Lykke Berg Mathiesen	Herlufsholm OK	49:28	+23:42	2:28
71.	Peter Weichel	OK Sorø	49:32	+23:46	7:54
72.	Finn Stausgaard	Amager OK	49:55	+24:09	5:15
73.	Christian Kalle Pedersen	Holbæk OK	50:10	+24:24	5:05
74.	Marianne Kirkegaard	Tisvilde Hegn OK	50:39	+24:53	4:23
75.	Irene Fredriksson	Amager OK	51:25	+25:39	2:05
76.	Christina Bøje	Ballerup OK	52:38	+26:52	8:05
76.	Illia Mazuriak	uden klub	52:38	+26:52	3:31
78.	Jannie Sørensen	Amager OK	52:45	+26:59	6:04
79.	Max Prang	Fredensborg OK	54:54	+29:08	11:33
80.	Anne Skovbæk	Søllerød OK	54:55	+29:09	8:20
81.	Jimmy Hoen	Ballerup OK	55:04	+29:18	10:12

82.	Mathilde Daugaard		56:01	+30:15	15:06
83.	Karsten Daugaard		56:06	+30:20	14:00
84.	Jan frank Nielsen	fsk	57:36	+31:50	5:20
85.	Lea Houborg Hyldstrup	Amager OK	58:13	+32:27	7:19
86.	Yvonne Hinrichsen	Amager OK	59:36	+33:50	9:42
87.	Jan Nielsen	PI-København	1:01:33	+35:47	10:57
88.	Ellen Kühn Jensen	Ballerup OK	1:02:03	+36:17	12:31
89.	Camilla Bøgevig Larkai	OK 73	1:02:54	+37:08	15:18
90.	Morten Sahl Bang	ukendt klub	1:03:41	+37:55	12:39
91.	Rune Odin	Lyngby OK	1:04:33	+38:47	14:55
92.	Lone Kierstein Nielsen	FSK Orientering	1:05:02	+39:16	6:56
93.	Jan Kristoffersen	Ballerup OK	1:08:15	+42:29	13:59
94.	Bermalyn Villanueva	Amager OK	1:08:38	+42:52	18:08
95.	Line Eiler	ukendt klub	1:11:18	+45:32	17:44
96.	Bettina Hedegård Olsen		1:11:24	+45:38	18:18
97.	Ronald Clausen	DSR O-sektion	1:12:47	+47:01	10:34
98.	Selma Tang Kjærgaard	Amager OK	1:27:27	+1:01:41	20:00
99.	Iben Kjærgaard	Amager OK	1:27:33	+1:01:47	19:16
100.	Lars Thomsen	ukendt klub	1:48:34	+1:22:48	36:43
	Erik Ellegaard Simonsen	OK Øst Birkerød	Fejlklip		
	Frederik Grue-Sørensen	OK Roskilde	Fejlklip		
	Henrik Jørgensen	OK Skårmen	Fejlklip		
	Jens Bentsen	OK Øst Birkerød	Fejlklip		
	Mette Uhre Lang	Amager OK	Fejlklip		
	Naja Dan Møller	Allerød OK	Fejlklip		
	Camilla Dalsø	ukendt klub	Udgået		
	Amalie Engelund Broman	Allerød OK	Ej startet		
	Anders Døpping	Søllerød OK	Ej startet		
	Andrew Martin	OK 73	Ej startet		
	Anne Willerup	Holbæk OK	Ej startet		
	Bjarke Lundsgaard	Amager OK	Ej startet		
	Christina Berg Olesen	ukendt klub	Ej startet		
	Henrik Torp Andersen	Amager OK	Ej startet		
	Karo Saxtorph Schulz	Ballerup OK	Ej startet		
	Katrine Skipper Hansen	Herlufsholm OK	Ej startet		
	Keld Johnsen	Tisvilde Hegn OK	Ej startet		
	Lene Lavtsen	Amager OK	Ej startet		
	Sigrid Marie Tanderup Jensen	ukendt klub	Ej startet		

**3A Sprint**

	<b>(88 / 88)</b>	<b>Tid</b>	<b>Efter</b>	<b>Tidstab</b>
1.	Mads Troelsgård	Lyngby OK	15:45	0:00
2.	Lukas Høghøj	Lyngby OK	17:04	+1:19
3.	Andreas Toft Mikkelsen	Søllerød OK	17:10	+1:25
3.	Niels Peder Møller	Lyngby OK	17:10	+1:25
5.	Fiona Palsgaard	Søllerød OK	19:34	+3:49
6.	Kent Pihl	OK Roskilde	20:21	+4:36
7.	Tonje Pihl	OK Roskilde	20:49	+5:04
8.	Claus Cederberg	Ballerup OK	21:37	+5:52
9.	Gregers Jørgensen	Ballerup OK	22:24	+6:39
10.	Mads Vindegaard	FIF Hillerød	22:40	+6:55
11.	David Palsgaard	Søllerød OK	22:46	+7:01
12.	Lars Hanghøj Petersen	Ballerup OK	23:31	+7:46
13.	Jens Schjødtt Foged	Lyngby OK	23:47	+8:02
14.	Louise Oscarsson	Søllerød OK	24:43	+8:58
15.	Rasmus Blomquist	uden klub	24:46	+9:01
16.	Maria Douglas	FIF Hillerød	24:51	+9:06
17.	Torkil Hansen	PI-København	24:58	+9:13
18.	Birgitte Erskov Halland	OK Øst Birkerød	25:58	+10:13
19.	Jonas Blomqvist	Helsingør SOK	26:03	+10:18

20.	Annette Bonde	Ballerup OK	26:39	+10:54	2:30
21.	Leif Karlsson	OK Kontinent	26:40	+10:55	1:15
22.	Katrine Vangsgaard	Amager OK	26:46	+11:01	2:09
23.	Gert Lillevang Nielsen	Amager OK	27:14	+11:29	3:25
24.	Helle Pitters	Lyngby OK	27:30	+11:45	2:14
25.	Pernille Thieme	FSK Orientering	28:20	+12:35	0:51
26.	Charlotte Grauert	Ballerup OK	29:00	+13:15	2:00
27.	August Kvist	OK Skärmen	29:14	+13:29	1:54
28.	David Lind	OK Skärmen	29:15	+13:30	2:35
29.	Søren Kvist	OK Skärmen	29:16	+13:31	1:48
30.	Lotte Solvang Christensen	Løbeklubben Fortius	30:24	+14:39	2:50
31.	Herluf Thomsen	uden klub	30:53	+15:08	6:29
32.	Charlie Rysø	Amager OK	31:13	+15:28	5:18
33.	Søren Christensen	OK Skärmen	31:23	+15:38	1:49
34.	Gitte Grauert	Ballerup OK	31:27	+15:42	2:18
35.	Rolf Andersen	Amager OK	31:58	+16:13	1:45
36.	Sinnet Agerbæk Black	Amager OK	32:28	+16:43	1:24
37.	Signe Marie Abild	Amager OK	32:29	+16:44	1:20
38.	Lena Hamborg	Amager OK	33:00	+17:15	2:15
39.	Anja Toft Mikkelsen	Søllerød OK	33:15	+17:30	2:58
40.	Bo Christiansen	Farum OK	33:41	+17:56	0:42
41.	Jacob Toustrup	ukendt klub	33:42	+17:57	1:31
42.	Jan Kofoed Nielsen	PI-København	34:41	+18:56	3:50
43.	Annelise Hansen	Ballerup OK	34:43	+18:58	3:41
44.	Vilja Bjerre-Jørgensen	uden klub	35:39	+19:54	6:19
45.	Malthe Dalgaard Kristensen	Ballerup OK	35:49	+20:04	5:44
46.	Bente Pihl	OK Roskilde	35:53	+20:08	1:44
47.	Lotta Hansson	OK Kontinent	36:16	+20:31	3:21
48.	Ole Dideriksen Jensen	Tisvilde Hegn OK	36:40	+20:55	5:30
49.	Karl-Johan Forsman	OK Kontinent	36:43	+20:58	2:14
50.	Inger Dyrlynd Jessen	OK Roskilde	36:48	+21:03	5:22
51.	Michael Bruun	Amager OK	37:15	+21:30	5:23
52.	Gert Bøgevig	Søllerød OK	37:36	+21:51	2:00
53.	Vibeke Bøgevig	Søllerød OK	37:41	+21:56	2:39
54.	Janet Bentzen	Amager OK	38:04	+22:19	7:30
55.	Hanne Frost	Ballerup OK	38:12	+22:27	1:22
56.	Anita Vium Jørgensen	Amager OK	38:35	+22:50	3:03
57.	Carsten V. Jørgensen	uden klub	38:41	+22:56	3:24
58.	Lotte Sørensen		39:19	+23:34	6:46
59.	Gitte Jensen	Falcons	39:20	+23:35	6:12
60.	Jakob Bjerregaard	uden klub	39:24	+23:39	6:28
61.	Noah Hjorth	Ballerup OK	39:25	+23:40	10:26
62.	Sanne Maaløe-Andersen	Ballerup OK	39:38	+23:53	4:51
63.	Amanda Hershøj-Hjorth	Ballerup OK	39:39	+23:54	10:00
64.	Alfred Abild	Amager OK	40:02	+24:17	3:38
65.	Marlene Hjortebjerg	Ballerup OK	40:30	+24:45	6:12
66.	Brynn Hull	ukendt klub	40:35	+24:50	4:01
66.	Tina Ottesen	Ballerup OK	40:35	+24:50	3:02
68.	Mette Hvene Rasmussen	Ballerup OK	42:59	+27:14	2:55
69.	Else Gudme-Knudsen	OK 73	43:07	+27:22	7:21
70.	Sirius Aabye	Ballerup OK	43:32	+27:47	7:00
71.	Aleksandra Kiebolaj	uden klub	43:56	+28:11	6:56
72.	Line Nielsen	OK Øst	44:01	+28:16	6:44
73.	Sophia Kruelina	uden klub	44:02	+28:17	7:43
74.	Lisbeth Jensen	Ballerup OK	45:29	+29:44	3:48
75.	Line Bisgaard	Ballerup OK	47:43	+31:58	3:06
76.	Lone Jørgensen	Herlufsholm OK	49:12	+33:27	2:43
77.	Annemette El-Azem	Holbæk OK	50:04	+34:19	1:39

78.	Hanne Kok	ukendt klub	52:07	+36:22	15:19
79.	Lauge Kok	ukendt klub	52:10	+36:25	15:26
80.	Anita Joan Hansen	ukendt klub	52:51	+37:06	14:40
81.	Bente Dahl	PI-København	1:01:11	+45:26	9:44
82.	Inge Madsen	OK 73	1:01:29	+45:44	19:13
83.	Jørn Andreassen	OK 73	1:12:58	+57:13	23:11
84.	Bodil Mortensen	Ballerup OK	1:23:08	+1:07:23	45:20
	Ernst Poulsen	Amager OK	Fejlklip		
	Katri Rantonen	OK Kontinent	Fejlklip		
	Liv Bjerre-Jørgensen	uden klub	Fejlklip		
	Svend Erik Jensen	Ballerup OK	Fejlklip		
	Andrea Hershøj-Hjorth	Ballerup OK	Ej startet		
	Annette Jørgensen	Amager OK	Ej startet		
	Bertamarie Bjerregaard	uden klub	Ej startet		
	Birte Langkilde	Ballerup OK	Ej startet		
	Francesco Magione	Amager OK	Ej startet		
	Johanne Lind	Ballerup OK	Ej startet		
	Karsten Funder	FIF Hillerød	Ej startet		
	Karsten Jørgensen	PI-København	Ej startet		
	Kirsten Møller	Søllerød OK	Ej startet		
	Kirsten Truelsen	Ballerup OK	Ej startet		
	Lars Ryberg Vikkelsø	Ballerup OK	Ej startet		
	Margit Ulmer	Tisvilde Hegn OK	Ej startet		
	Mette Bertelsen	Ballerup OK	Ej startet		
	Ole Christiansen	Farum OK	Ej startet		
	Patrik Karlsson	OK Kontinent	Ej startet		
	Per Rasmussen	Amager OK	Ej startet		
	Rikke Xiao Lindbjerg	Lyngby OK	Ej startet		
	Susanne Christiansen	Farum OK	Ej startet		

**3B Para-sprint****(6 / 6)****Tid****Efter****Tidstab**

1.	Roser Marre Badallo	Amager OK	22:20		0:00
2.	Søren Saxtorph	Ballerup OK	52:35	+30:15	2:43
3.	Camilla Madsen	ukendt klub	52:38	+30:18	3:38
4.	Claus Mejlby	Amager OK	56:46	+34:26	6:30
5.	Cathrine Guldborg	Lyngby OK	56:49	+34:29	6:17
6.	Jesper Guldborg	Lyngby OK	56:52	+34:32	6:55
	Hanne Knudsen	ukendt klub	Ej startet		
	Jesper Christensen	ukendt klub	Ej startet		

**04 Familie****(24 / 24)****Tid****Efter****Tidstab**

1.	Birgitte Birck	Allerød OK	17:59		0:00
2.	Lauge Dalgaard Kristensen	Ballerup OK	24:15	+6:16	2:03
3.	Kristina Madsen + barn	ukendt klub	24:58	+6:59	2:15
4.	Troels Madsen + barn	ukendt klub	25:05	+7:06	2:31
5.	Pia Bech	uden klub	28:38	+10:39	4:59
6.	Janni Kjær	uden klub	28:39	+10:40	4:49
7.	Ronja Sorgenfrei	ukendt klub	29:12	+11:13	3:45
8.	Hector Bischoff Bartens	ukendt klub	34:27	+16:28	9:48
9.	Benjamin L Rottbøll	AMOK	37:07	+19:08	7:14
10.	Christina Rottbøll Andersen	Amager OK	37:08	+19:09	6:14
11.	Ida Fallesen	uden klub	38:34	+20:35	5:04
12.	Marina Harrestrup	uden klub	38:37	+20:38	5:09
13.	Hui Kristensen	uden klub	38:38	+20:39	4:45
14.	Maya Bressendorf	Ballerup OK	42:00	+24:01	16:55
15.	Alma Larsson	OK Kontinent	42:42	+24:43	7:55
16.	Noelle Clausen	OK Kontinent	42:48	+24:49	8:10
17.	Kirsten Witt	OK Skärmen	44:23	+26:24	8:09
18.	Vester Bressendorf Petersen	Ballerup OK	52:03	+34:04	13:27

19.	Finn Olsen	Amager OK	53:02	+35:03	8:14
20.	Helgard Olsen	Amager OK	53:14	+35:15	8:04
	Birthe Clausen	DSR O-sektion	Fejlklip		
	Inge K. Kristoffersen	Ballerup OK	Fejlklip		
	Josefine Daugaard	Amager OK	Udgået		
	Karla Ina Palm	Amager OK	Udgået		