



**MOTIONSLØB NR. 545**  
**Lørdag den 18. januar 2020 kl. 10:00**

**Ved Bagsværd Sø**

**Distance ca.8,2 km, letskyet, enkelte steder glat (pløret), vind V-SV, ca. 6° C**

**Kvinder, 8,2 km**

1.	Andrea Reif Andersen (T349)	HRA	37:45		(67)
2.	Karen Reif Andersen (T350)	HRA	41:42		(69)
3.	Lene Korsgaard (F077)	COOP	53:14		(352)
4.	Pia Hansen (F144)	COOP	53:51		(130)

**Kvinder, 5,2 km**

	Helle Lykke Kristoffersen (F157)	COOP	42:04		(110)
	Anni Holm (C047)	COOP	54:57	f	(50)

**Mænd, 8,2 km**

1.	Max Mathiesen (T008)	TOPDANMARK	38:36		(302)
2.	Per Tillegreen (D333)	DANSKE BANK	39:09		(116)
3.	Ole Frandsen (F209)	SIF	39:46		(40)
4.	Henrik Werngreen (T018)	KARLSLUNDE	40:37		(397)
5.	Thomas Heine Jensen (T358)	TOPDANMARK	42:01		(33)
6.	Carsten Stendal (S267)	SIF	43:02	f	(203)
7.	Arne Drygaard (S235)	SIF	44:51		(57)
8.	Bjarne Søndergaard (S232)	SIF	45:47		(198)
9.	Jan Rasmussen (F152)	COOP	48:13		(143)
10.	Tom Pedersen (N013)	NOVOn	50:56		(129)
11.	Niels Bønnesgaard (F229)	FARUM	51:49	P	(1)
12.	Jørgen Busch (S321)	SIF	53:26		(112)

**Mænd, 5,2 km**

	Jens Boisen Hansen (F057)	COOP	41:27	f	(392)
--	---------------------------	------	-------	---	-------

**Mænd, 4,2 km**

	Martin Rimborg (T170)	TOPDANMARK	27:48	f	(29)
	Ove Egholm (A563)	FREDERIKSBERG	30:39		(161)

Tal i () er antal gennemførte løb

P efter tid markere personlig rekord

f angiver forskudt start på dagen (medregnes i holdløb)

Forskydninger på TOP-300 for kvinder:

Forskydninger på TOP-1000 for mænd:

Ingen

Ingen

**HOLDLØB ved løb nr.545, Lørdag den 18. januar 2020, Distance ca. 8,2 km, 1. etape**



3-mands-hold m/k:									
1.	SIF .....	2:07:44	9	POINTREGLER 2020					
2.	COOP .....	2:15:18	6						
				Placeringspoint (Alle rækker)					
				Nr. sidst	1 point				
				Nr.næstsidst	2 point				
				o.s.v.					
				Bonuspoint for topplacering (Alle rækker)					
				Nr. 1	7 point				
				Nr. 2	5 point				
				Nr. 3	3 point				
				Nr. 4	2 point				
				Nr. 5	1 point				
				Bonuspoint (Tid) 3-mands-hold					
				Under 1:30:00	7 point				
				Under 1:35:00	5 point				
				Under 1:40:00	3 point				
				Under 1:45:00	2 point				
				Under 1:50:00	1 point				
6-mands-hold m/k:									
	Ingen			Bonuspoint (Tid) 6-mands-hold					
				Under 3:05:00	7 point				
				Under 3:15:00	5 point				
				Under 3:25:00	3 point				
				Under 3:35:00	2 point				
				Under 3:45:00	1 point				
10-mands-hold m/k:									
	Ingen			Bonuspoint (Tid) 10-mands-hold					
				Under 5:30:00	7 point				
				Under 5:45:00	5 point				
				Under 6:00:00	3 point				
				Under 6:15:00	2 point				
				Under 6:30:00	1 point				
3-kvindes-hold:									
	Ingen			Bonuspoint (Tid) 3-kvindes-hold					
				Under 1:55:00	7 point				
				Under 2:00:00	5 point				
				Under 2:05:00	3 point				
				Under 2:10:00	2 point				
				Under 2:15:00	1 point				

Kun 2 foreninger stillede hold – SIF vandt klart foran COOP, men der er 11 etaper endnu, så intet er afgjort - især ikke hvis flere foreninger forsøger at samle hold

Næste løb. Løb nr. 546 Lørdag den 8. februar 2020 kl.: 10:00  
Leif Slangerup

Udarbejdet for motionsudvalget  
Arne V. Hansen 4498:9344  
22. januar 2020  
Løb 545