

Kom i form.. på den sjove måde! **HGAM**

De 30 bedste tider for herrer på 5.6 / 5.9 km. ruten.

Navn på løber	Tid	Sæson
1. Jesper Sander	17,32 min.	1991/92
2. Lars Ole Andersen	17,34 min.	1993/94
3. Troels H. Jespersen	17,49 min.	1993/94
4. Bjarne Levin	17,58 min.	1990/91
5. Lars Dolmer	18,02 min.	1990/91
6. Kenneth Kirkebye	18,04 min.	1998/99
7. Jacob Ravn	18,36 min.	1994/95
8. Freddy Dahlstrøm	18,46 min.	1991/92
9. Jesper Kværnø	18,47 min.	1991/92
10. Peter de Place	18,49 min.	1993/94
11. Leif S. Petersen	18,51 min.	1989/90
12. Dennis Lindholm	18,53 min.	1999/00
13. Oliver Plambæk	18,55 min.	2011/12
14. Anders Løvgren	18,56 min.	1998/99
15. Bjørn Haldur	18,57 min.	2001/02
16. Jens Lykke Mikkelsen	18,58 min.	1994/95
17. Niels Petersen	18,59 min.	1991/92
18. Tomas Kolbe	19,03 min.	1995/96
Peter Munch Larsen	19,03 min.	2009/10
20. Steen Bülow	19,05 min.	1995/96
21. Lars Bo Lomholt	19,08 min.	1989/90
22. Claus Crone	19,11 min.	1997/98
23. Omar Benyones	19,12 min.	1997/98
24. Henrik Andreasen	19,14 min.	2001/02
25. Kristian Blume	19,14 min.	2001/02
26. Benny Jensen	19,16 min.	1997/98
27. Jacob Bøgeblad	19,16 min.	1991/92
28. Mogens Thestrup	19,19 min.	1994/95
29. Carsten Larsen	19,22 min.	1995/96
30. Bent Boel	19,23 min.	1990/91

Listen opdateres efter hvert løb resten af sæsonen.

Krav for at komme på listen efter ny ruteændring til 5.9 km er 20.25

Kom i form.. på den sjove måde!

HGAM



De 25 bedste tider for damer på 5.6 / 5.9 km. ruten.

Navn på løber		Tid	Sæson
1. Nina Christensen		19,30 min.	1997/98
2. Rikke Due-Andersen	5.9 km	21.31 min.	2013/14**
3. Annemette Jensen		20,26 min.	1993/94
4. Tina Carstensen		20,49 min.	1999/00
5. Lisbeth Sejersbøl		21,10 min.	1989/90
6. Anette Hansen		21,10 min.	1993/94
7. Malene Sørensen		22,28 min.	1995/96
8. Pia Bülow		22,46 min.	1995/96
9. Julie Olsen		22,52 min.	2000/01
10. Britta Jensen		23,17 min.	1993/94
11. Vibeke Hansen		23,23 min.	1994/95
12. Karen Rohde		23,30 min.	1990/91
13. Janne Lund		23,31 min.	1990/91
14. Helene Bill-Jessen		23.09 min.	2010/11
15. Jette Jensen		23,49 min.	1993/94
16. Dorte Haslund		23,49 min.	1993/94
17. Ida Marie Marcussen		23.50 min.	2009/10
18. Christina Munch		24,03 min.	1993/94
19. Anita Halbye		24.13 min.	2009/10
20. Susan Andersen		24,15 min.	1989/90
21. Maryanne Howe		24,25 min.	1991/92
22. Lonni Jensen		24,31 min.	1991/92
23. Henny Hansen		24,37 min.	1995/96
24. Marianne Kiholm		24,38 min.	1992/93
25. Mette Kaas Rasmussen		24,38 min.	2000/01

Listen opdateres efter hvert løb resten af sæsonen.

Krav for at komme på listen efter ny ruteændring til 5.9 km er 25.41

** = ændring fra marts 2014 løbet

Kom i form.. på den sjove måde!

HGAM



De 28 bedste tider for herrer på **10,0 km. ruten.**

Navn på løber	Tid	Sæson
1. Jesper Sander	32,21 min.	1991/92
2. Bjarne Levin	33,08 min.	1991/92
3. Ole Vilstrup	33,17 min.	1995/96
4. Kim Jessing	33,33 min.	1997/98
5. Lars Bo Lomholt	33,38 min.	1991/92
6. Tonny Andersen	33,42 min.	1997/98
7. Freddy Dahlstrøm	33,55 min.	1991/92
8. Claus Mortensen	33,58 min.	1989/90
9. Kenneth Kirkebye	34,11 min.	1998/99
10. Leif S. Petersen	34,20 min.	1990/91
11. Torben Bille	34,27 min.	1997/98
12. Erik Bech	34,27 min.	1990/91
13. Rasmus Møller	34,30 min.	1997/98
14. Bo Petersen	34,32 min.	1990/91
15. Mikael Andersen	34,33 min.	2008/09
16. Peter Sunde	34,44 min.	1993/94
17. Frank Løvendahl	34,55 min.	2008/09
18. Claus Møller	34,56 min.	1989/90
19. Jens Lykke Mikkelsen	35,04 min.	1997/98
20. Jesper Kværnø	35,11 min.	1991/92
21. Per Schwartzbach	35,17 min.	1991/92
22. Jim Hansen	35,19 min.	1990/91
23. Claus P. Larsen	35,21 min.	1990/91
24. Benny Jensen	35,22 min.	1997/98
25. David B. Olsen	35,28 min.	1990/91
26. Mogens Lykkebo	35,29 min.	1989/90
27. Niels Petersen	35,30 min.	1990/91
28. Tomas Kolbe	35,40 min.	1994/95

Listen opdateres efter hvert løb resten af sæsonen.

Kom i form.. på den sjove måde!

HGAM



De 26 bedste tider for damer på **10,0 km. ruten.**

Navn på løber	Tid	Sæson
1. Anette Hansen	36,48 min.	1996/97
2. Annemette Jensen	38,22 min.	1993/94
3. Mette Bøgard	39,02 min.	2011/12
4. Lisbeth Sejersbøl	39,37 min.	1989/90
5. Anita Halbye	40,24 min.	2008/09
6. Margrethe Nabe Nielsen	41,14 min.	2001/02
7. Britta Jensen	41,38 min.	1993/94
8. Tracy Høeg	41,53 min	2014/15**
9. Vibeke Hansen	42,00 min.	1993/94
10. Helle Rasmussen	42,01 min.	1995/96
11. Malene Sørensen	42,07 min.	1996/97
12. Karen Rohde	42,17 min.	1990/91
13. Pia Bülow	42,34 min.	1996/97
14. Marianne Kristensen	42,39 min.	2001/02
15. Liselotte Hansen	42,56 min.	2001/02
16. Linda Lauridsen	43,09 min.	1991/92
17. Pia Petersen	43,13 min.	1997/98
18. Dorte Haslund	43,30 min.	1994/95
19. Christina Munch	43,35 min.	1994/95
20. Petrea Hannibal	43,36 min.	1990/91
21. Rikke Bonne	43,36 min.	2010/11
22. Lonni Jensen	43,37 min.	1991/92
23. Jette Jensen	43,42 min.	1994/95
24. Lotte Lagerberg Sass	43,43 min	2011/12
25. Gabi Nielsen	43,50 min.	2009/10
26. Tina Carstensen	44,01 min.	1992/93

Listen opdateres efter hvert løb resten af sæsonen.

** = ændring fra februar 2015 løbet