

# Bantävling 10 000 m Öppna KM

Ute/inne: Ute  
Datum: 2023-09-02  
Ort: Nyköping  
Arena: Rosvalla IP  
Arrangör: LK Nyköpings Runners  
Tävlingsledare: Ronnie Eriksson  
Mejl kontaktperson: [rkmm-teknik@hotmail.com](mailto:rkmm-teknik@hotmail.com)  
Väder: +15C, molnigt  
Övrigt: Starttid 14:30. Manuell tidtagning, mixat lopp

Resultat						Mellantider		IAAF Poäng	
Klass	Gren	Plac.	Förnamn	Efternamn	Född Förening	Resultat	3000 m	5000 m	
M	10 000 m	1	David	Lunde	79 LK Nyköpings Runners	35:49.8m	10:26.4m	17:29.3m	524
M		2	Jan	Johansson	68 LK Nyköpings Runners	39:38.4m	11:46.0m	19:41.0m	311
M		3	Robert	Hellman		42:04.0m	12:11.0m	20:50.0m	
K		4	Emmeli	Liljeblad	84 LK Nyköpings Runners	47:53.7m mx	14:45.0m	24:17.0m	452
M		5	Jan-Olov	Andersson	51 LK Nyköpings Runners	49:05.4m	14:25.0m	24:16.0m	21
M		6	Mikael	Sandberg	62 LK Nyköpings Runners	53:55.0m	15:45.0m	26:45.0m	
K		7	Helena	Pahverk	58 LK Nyköpings Runners	62:03.3m mx	18:12.0m	30:52.1m	103
M		8	Tommy	Ericsson	47 LK Nyköpings Runners	DNF	14:25.3m	23:48.2m	
K		9	Maria-Pia	Karlsson	56 Uppsala IF	DNF	mx 16:49.5m	28:02.0m	
K		10	Katarina	Eriksson	65 LK Nyköpings Runners	DNF	mx 14:26.4m	DNF	282

## Klubbmästare

Herrar David Lunde  
Damer Emmeli Liljeblad