

**Novemberflåset 10 nov 2018**  
**Arangör: Strömstad LK**  
**Väder: Grått, mildt, +9 grader**

<u>Plac</u>	<u>Namn</u>	<u>Klubb/Ort</u>	<u>Tid</u>	<u>Diff</u>
<b>Herrar 10km</b>				
1	Peter Gross	Strömstad Löparklubb	00:33:40	
2	Ahmed Mahmoud	Strömstad Löparklubb	00:33:45	0:00:05
3	Erik Frame	Hälle IF	00:34:46	0:01:06
4	Victor Borge Svendsen	SK Vidar	00:35:09	0:01:29
5	Even Bentzen Lövås	Halden IL	00:35:15	0:01:35
6	Christer Guttormsen		00:36:09	0:02:29
7	Julian Eliasson	Ik Granit	00:38:38	0:04:58
8	Eivind Trippestad	Halden SK	00:38:53	0:05:13
9	Henrik Steilbu		00:39:23	0:05:43
10	Svein Tore Edvardsen	Halden	00:40:03	0:06:23
11	Marco Laasonen	Lysekils SLF	00:40:09	0:06:29
12	Aanon Röring	Tistedalen FL	00:40:17	0:06:37
13	Peter Rohman	Strömstad Löparklubb	00:40:21	0:06:41
14	Björn Braekke	Halden SK	00:40:49	0:07:09
15	Bernt Spielberger	NoName Swimrun	00:41:07	0:07:27
16	Stian Skavern	Halden CK	00:41:10	0:07:30
17	Petter Buckholm	Strömstad	00:42:20	0:08:40
18	Magnus Hellman	Strömstad	00:43:22	0:09:42
19	Daniel Öst	Askersund	00:43:52	0:10:12
20	Rolf Mattila	Strömstad	00:43:53	0:10:13
21	Kjetil Björlo	Halden SK	00:44:06	0:10:26
22	Björn-Morten Rist	Halden	00:44:19	0:10:39
23	Oskar Sörman	Strömstad Löparklubb	00:44:25	0:10:45
24	Mats Idbratt	Strömstad	00:44:50	0:11:10
25	Bengt Ohlsson	Tanums IF	00:45:19	0:11:39
26	Henrik Hansson	Strömstad Löparklubb	00:45:43	0:12:03
27	Per H Nilsen	Fredrikstad IF	00:46:00	0:12:20
28	Gaele De Vries	Halden IL	00:46:21	0:12:41
29	Tage Eidissen		00:46:46	0:13:06
30	Simon Hansson	Strömstad	00:46:49	0:13:09
31	Morten Kildebo	Halden SK	00:46:55	0:13:15
32	Björn Johannesson	Halden IL	00:47:58	0:14:18
33	Lasse Strömberg	Strömstad Löparklubb	00:48:31	0:14:51
34	Tommy Lennartsson	Strömstad	00:48:32	0:14:52
35	Barry Mcconnel	Lysekil	00:49:32	0:15:52
36	Lukasz Jaz	Halden SK	00:49:49	0:16:09
37	Öystein Ramfjord	Halden IL	00:49:55	0:16:15
38	Johan Cato	Strömstad Löparklubb	00:50:41	0:17:01
39	Terje Wold	Halden IL	00:50:51	0:17:11
40	Preben Larsen-Isøy	Fredrikstad IF	00:51:13	0:17:33
41	Jens Erik Mjølneröd	Halden SK	00:51:44	0:18:04
42	Roger Svedberg	Strömstad	00:52:07	0:18:27
43	Lars Rishöl	Strömstad	00:52:11	0:18:31
44	Håkan Wogenius	Kosters Sportklubb	00:52:35	0:18:55
45	Andreas Kalgraff	Team Kalgraff	00:54:44	0:21:04
46	Håkan Fransson	Strömstad Löparklubb	00:55:15	0:21:35
47	Henrik Lindahl	Idefjordens SK	00:55:26	0:21:46
48	Sten Persson	Kungshamn	00:55:49	0:22:09
49	Jon Reidar Wiig	Halden IL	00:57:07	0:23:27
50	Rune Grandahl	Tistedalen FL	00:57:52	0:24:12
51	Dag Borge Svendsen	Gimle IF	01:01:09	0:27:29
52	Per Holm-Olsen	Lövelöper	01:03:19	0:29:39

**Damer 10km**

1	Tessa Frenay	Halden IL	00:35:02	
2	Rebecka Andersson	Strömstad Löparklubb	00:41:27	0:06:25
3	Hedda Raadal Björlo	Halden SK	00:44:51	0:09:49
4	Hege Gathen	Fredrikstad IF	00:45:53	0:10:51
5	Teresa Haugland	Strömstad Löparklubb	00:46:56	0:11:54
6	Gisela Kjellberg	Strömstad Löparklubb	00:51:07	0:16:05
7	Tina Skoglund	Fredrikstad IF	00:53:25	0:18:23
8	Malin Östh	Tanumshede	00:58:17	0:23:15
9	Maria Wogenius	Kosters Sportklubb	00:59:47	0:24:45

**Herrar 5,3 km**

1	Lion Frenay	Halden IL	00:20:22	
2	Ove Jacobsson	Ik Granit	00:20:40	0:00:18
3	Herman Isatd	Ik Granit	00:21:08	0:00:46
4	Marcus Jangsjö -90	Strömstad	00:21:41	0:01:19
5	Ton Frenay	Halden IL	00:23:32	0:03:10
6	Jens Halvard Larsen	Tistedalen FL	00:23:45	0:03:23
7	Stein Steinaa	Halden IL	00:24:29	0:04:07
8	Fredrik Svensson	Strömstad	00:24:54	0:04:32
9	Oscar Dahlberg	Strömstad Löparklubb	00:25:36	0:05:14
10	Hans Elfström	Friskis o Sveltis	00:29:20	0:08:58
11	David Hamon	Ik Granit	00:30:50	0:10:28
12	Kristian Kalgraff	Team Kalgraff	00:38:40	0:18:18

**Damer 5,3 km**

1	Karin Selma Larsen	Tistedalen FL	00:23:41	
2	Klara Massleberg	Strömstad	00:23:48	0:00:07
3	Isabelle Johansson -90	Strömstad	00:25:42	0:02:01
4	Quinty Frenay	Halden IL	00:25:56	0:02:15
5	Hanne Lerche Raadal	Halden SK	00:26:04	0:02:23
6	Ulla Littenheim	Uddevalla IS	00:28:38	0:04:57
7	Turid Johansson	Tanumshede	00:29:10	0:05:29
8	Oda Lövås	Halden IL	00:29:14	0:05:33
9	Mathilde Herrebröden	Berg IL	00:29:19	0:05:38
10	Ingjerd Buer Lövås	Halden IL	00:29:22	0:05:41
11	Karin Adolfsson	Strömstad	00:29:49	0:06:08
12	Eva-Marie W Hansen	Strömstad	00:31:54	0:08:13
13	Ellinor Larsson	Strömstad	00:34:32	0:10:51
14	Elsa Rohman	Strömstad Löparklubb	00:38:10	0:14:29
15	Jennie Rohman	Strömstad Löparklubb	00:38:11	0:14:30
16	Marianne Kalgraff	Team Kalgraff	00:38:43	0:15:02

**Pojkar 11 1km**

1	Linus Framme	Hälle IF	00:03:28	
2	Herman Istad	Ik Granit	00:03:30	0:00:02
3	David Hamon	IK Granit	00:04:06	0:00:38
4	Axel Öst	Askersund	00:04:16	0:00:48
5	Liam Wogenius	Kosters Sportklubb	00:04:27	0:00:59
6	Jesper Nilsson	Strömstad Löparkidz	00:04:33	0:01:05
7	Noah Jakobsen	Strömstad Löparkidz	00:04:43	0:01:15
8	Anton Johansson	Strömstad	00:04:50	0:01:22
9	Leo Clarbull	Strömstad Löparkidz	00:04:52	0:01:24
10	Viktor Lindahl	Idefjordens SK	00:05:07	0:01:39
11	Leon Fernerud	Strömstad Löparkidz	00:05:35	0:02:07
12	Johannes Prangeröd	Strömstad Löparkidz	00:05:38	0:02:10
13	Ella Wogenius	Kosters Sportklubb	00:06:03	0:02:35
14	Ville Kjellberg	Strömstad	00:06:36	0:03:08
15	Marcus Svensson	Strömstad	00:07:06	0:03:38
16	Louie Fjeldstad	Strömstad	00:07:09	0:03:41
17	Olle Gustavsson	Strömstad	00:07:37	0:04:09
18	Erik Hansson	Strömstad Löparkidz	00:07:39	0:04:11
19	William Axling	Strömstad Löparkidz	00:07:59	0:04:31
20	Victor Hansson	Strömstad Löparkidz	00:08:42	0:05:14
21	Hjalmar Kempe	Strömstad Löparkidz	00:08:43	0:05:15
22	Dante Karlsson Kjäll	Strömstad	00:09:02	0:05:34
23	Henry Adolfsson	Strömstad	00:11:03	0:07:35

**Flickor 1km**

1	Alva Rohman	Strömstad Löparklubb	00:03:39	
2	Wilma Nilsson	Strömstad Löparkidz	00:04:09	0:00:30
3	Josefin Thelin	Strömstad	00:04:15	0:00:36
4	Nova Marjala	Strömstad Löparkidz	00:04:53	0:01:14
5	Elsa Rohman	Strömstad Löparkidz	00:04:55	0:01:16
6	Blenonen Haidari	Strömstad	00:04:59	0:01:20
7	Olivia Loo	Strömstad Löparkidz	00:04:59	0:01:20
8	Lilly Zetterlund armandet	Strömstad	00:05:39	0:02:00
9	Maia Nilsson	Strömstad Löparkidz	00:05:46	0:02:07
10	Lovis Karlsson Kjäll	Strömstad	00:06:05	0:02:26
11	Tindra Sire	Strömstad	00:06:13	0:02:34
12	Sendra Axling	Strömstad Löparkidz	00:06:22	0:02:43
13	Tuva Sjöde	Strömstad	00:06:32	0:02:53
14	Märtha Stina Jakobsson Ekström	Strömstad Löparkidz	00:06:37	0:02:58
15	Selma Stigberg	Strömstad Löparkidz	00:06:38	0:02:59
16	Ida Vänbjörk	Strömstad	00:06:48	0:03:09
17	Enya Wogenius	Kosters Sportklubb	00:06:49	0:03:10
18	Wilma Vänbjörk	Strömstad Löparkidz	00:06:53	0:03:14
19	Nora Fjeldstad	Strömstad	00:07:08	0:03:29
20	Saga Gustavsson	Strömstad	00:07:24	0:03:45
21	Tilda Johansson	Strömstad	00:07:47	0:04:08
22	Lovis Erikpers	Strömstad	00:07:48	0:04:09
23	Alicia Lennartsson	Strömstad	00:07:51	0:04:12
24	Vera Adolfsson	Strömstad	00:08:10	0:04:31
25	Ingrid Stigberg	Strömstad Löparkidz	00:09:33	0:05:54