

## STRÄCKTIDER FORSERUMS SOK - Veteran-OL Sträcktider - 2023-08-23

		1(79)	2(38)	3(80)	4(33)	5(75)	6(41)	7(81)	8(42)	9(77)	10(78)	11(43)	12(82)	13(46)	M	
1	Lång Herr - 3900 m Conny Bruhn	47:32	5:06	4:00	5:12	1:08	1:51	2:04	4:06	2:59	3:47	3:38	4:13	4:33	3:30	1:25
	Boxholm-Mjölby OL		5:06	9:06	14:18	15:26	17:17	19:21	23:27	26:26	30:13	33:51	38:04	42:37	46:07	47:32
2	Kjell Nero	48:08	5:18	3:08	5:04	1:26	1:51	1:46	3:22	2:39	5:16	3:35	3:41	5:10	4:24	1:28
	Nässjö OK		5:18	8:26	13:30	14:56	16:47	18:33	21:55	24:34	29:50	33:25	37:06	42:16	46:40	48:08
3	Anders Johansson	48:19	5:07	4:23	5:04	1:03	1:59	1:38	3:27	2:51	4:09	4:18	4:02	4:50	3:58	1:30
	SOL Tranås		5:07	9:30	14:34	15:37	17:36	19:14	22:41	25:32	29:41	33:59	38:01	42:51	46:49	48:19
4	Bo Gunnar Josefsson	50:18	5:35	4:08	5:26	1:15	1:51	1:51	4:36	2:53	4:13	4:04	4:07	5:23	3:15	1:41
	Nässjö OK		5:35	9:43	15:09	16:24	18:15	20:06	24:42	27:35	31:48	35:52	39:59	45:22	48:37	50:18
5	Bo Henriksson	56:07	7:36	4:44	6:04	0:59	1:44	1:52	4:48	2:41	3:45	4:03	7:16	5:12	3:31	1:52
	SOK Aneby		7:36	12:20	18:24	19:23	21:07	22:59	27:47	30:28	34:13	38:16	45:32	50:44	54:15	56:07
6	Lennart Gustavsson	56:33	8:00	3:51	5:23	1:18	1:35	3:12	4:38	3:08	5:38	4:00	4:03	5:27	4:28	1:52
	Jönköpings OK		8:00	11:51	17:14	18:32	20:07	23:19	27:57	31:05	36:43	40:43	44:46	50:13	54:41	56:33
7	Lars Lundqvist	58:31	5:30	5:07	4:51	1:16	1:41	6:05	4:31	3:00	7:03	4:34	4:14	4:49	4:18	1:32
	Nässjö OK		5:30	10:37	15:28	16:44	18:25	24:30	29:01	32:01	39:04	43:38	47:52	52:41	56:59	58:31
8	Hans Hjelm	85:11	7:45	8:52	7:55	1:36	2:37	2:53	9:09	5:51	6:02	7:52	7:11	8:42	6:08	2:38
	SOK Aneby		7:45	16:37	24:32	26:08	28:45	31:38	40:47	46:38	52:40	60:32	67:43	76:25	82:33	85:11
	Ingwald Björklund	Ej godkänd	7:09	4:38	5:07	1:21	1:59	1:53	4:17	4:16	3:34	4:52	4:01			1:36
	OK Njudung		7:09	11:47	16:54	18:15	20:14	22:07	26:24	30:40	34:14	39:06	43:07		46:57	--

Lång Dam - 3900 m		1(79)	2(38)	3(80)	4(33)	5(75)	6(41)	7(81)	8(42)	9(77)	10(78)	11(43)	12(82)	13(46)	M	
1	Gun Henriksson Eksjö SOK	61:07	6:00	5:19	6:50	1:17	2:08	2:08	4:47	4:51	6:44	4:14	4:48	5:34	4:06	2:21
			6:00	11:19	18:09	19:26	21:34	23:42	28:29	33:20	40:04	44:18	49:06	54:40	58:46	61:07
Mellan Herr - 2900 m		1(46)	2(38)	3(75)	4(41)	5(76)	6(42)	7(77)	8(78)	9(43)	10(44)	M				
1	Stefan Larsson OK Njudung	37:44	4:01	2:49	4:21	1:59	4:58	3:51	3:41	4:24	4:14	2:40	0:46			
			4:01	6:50	11:11	13:10	18:08	21:59	25:40	30:04	34:18	36:58	37:44			
2	Jan-Olof Nyberg Gränna-Bygdens OK	38:46	3:55	2:42	4:04	2:13	3:36	3:54	4:28	5:22	4:53	2:54	0:45			
			3:55	6:37	10:41	12:54	16:30	20:24	24:52	30:14	35:07	38:01	38:46			
3	Ulf Bengtsson SOL Tranås	40:15	3:45	3:53	4:12	1:56	5:35	3:29	4:17	5:28	4:13	2:43	0:44	81		
			3:45	7:38	11:50	13:46	19:21	22:50	27:07	32:35	36:48	39:31	40:15	18:23		
4	Sören Swårdh OK Njudung	40:30	3:18	3:49	4:19	1:56	5:01	3:49	6:04	4:26	4:24	2:40	0:44			
			3:18	7:07	11:26	13:22	18:23	22:12	28:16	32:42	37:06	39:46	40:30			
5	Kentth Edin Boxholm-Mjölby OL	42:01	3:10	3:29	4:06	2:07	3:55	3:20	7:12	6:31	4:39	2:45	0:47			
			3:10	6:39	10:45	12:52	16:47	20:07	27:19	33:50	38:29	41:14	42:01			
6	Nils-Birger Johansson SOL Tranås	43:46	3:49	3:53	4:18	2:30	6:36	3:14	4:56	4:16	7:08	2:27	0:39			
			3:49	7:42	12:00	14:30	21:06	24:20	29:16	33:32	40:40	43:07	43:46			
7	Lars-Åke Brengdahl SOL Tranås	43:57	4:49	2:54	4:18	2:06	4:21	3:28	4:55	8:29	5:02	2:47	0:48			
			4:49	7:43	12:01	14:07	18:28	21:56	26:51	35:20	40:22	43:09	43:57			
8	Sören Carp SOL Tranås	44:36	3:01	4:30	6:31	2:17	4:15	3:45	5:09	6:12	5:09	2:59	0:48			
			3:01	7:31	14:02	16:19	20:34	24:19	29:28	35:40	40:49	43:48	44:36			
9	Christer Bengtsson SOL Tranås	47:47	3:30	3:58	7:26	2:13	5:10	4:05	5:04	5:50	5:36	3:58	0:57			
			3:30	7:28	14:54	17:07	22:17	26:22	31:26	37:16	42:52	46:50	47:47			
10	Jan Wingstedt Bodafors OK	50:54	4:25	2:43	4:12	1:59	3:47	3:38	8:17	6:13	7:08	6:29	2:03			
			4:25	7:08	11:20	13:19	17:06	20:44	29:01	35:14	42:22	48:51	50:54			
11	Peter Englund IFK Sävsjö	51:15	4:28	9:00	5:51	2:26	6:56	3:36	5:04	6:17	4:26	2:29	0:42			
			4:28	13:28	19:19	21:45	28:41	32:17	37:21	43:38	48:04	50:33	51:15			
12	Leif Andersson Nässjö OK	51:58	9:11	3:01	5:43	2:41	7:16	4:02	6:32	6:01	4:16	2:28	0:47			
			9:11	12:12	17:55	20:36	27:52	31:54	38:26	44:27	48:43	51:11	51:58			
13	Björn Tiger Gränna-Bygdens OK	53:08	7:03	4:16	5:05	2:38	3:51	4:35	9:33	7:02	4:39	3:39	0:47			
			7:03	11:19	16:24	19:02	22:53	27:28	37:01	44:03	48:42	52:21	53:08			
14	Rune Thuresson OK Bävern	56:56	4:38	3:58	5:39	3:13	10:57	4:58	6:40	6:14	5:58	3:27	1:14			
			4:38	8:36	14:15	17:28	28:25	33:23	40:03	46:17	52:15	55:42	56:56			
15	Bengt Larsson SOL Tranås	57:44	4:22	5:41	7:18	3:08	5:59	5:25	5:57	7:22	6:55	4:05	1:32			
			4:22	10:03	17:21	20:29	26:28	31:53	37:50	45:12	52:07	56:12	57:44			
16	Boo Nordin SOL Tranås	58:59	6:19	4:35	5:23	2:37	7:33	8:17	5:22	7:15	6:06	4:27	1:05			
			6:19	10:54	16:17	18:54	26:27	34:44	40:06	47:21	53:27	57:54	58:59			
17	Ola Borg Eksjö SOK	86:43	12:15	6:10	11:04	3:11	14:20	6:15	12:06	9:30	6:40	3:57	1:15			
			12:15	18:25	29:29	32:40	47:00	53:15	65:21	74:51	81:31	85:28	86:43			
	Börje Cronvall IFK Stockaryd	Ej godkänd	5:08	4:10	4:56	2:08	10:06	5:06		4:29	2:35	1:05				
			5:08	9:18	14:14	16:22	26:28	31:34	46:46	51:15	53:50	--				

		1(46)	2(38)	3(75)	4(41)	5(76)	6(42)	7(77)	8(78)	9(43)	10(44)	M	
1	Mellan Dam - 2900 m Anna-Karin Argus-Johansson	40:17	3:31	3:06	8:00	2:16	3:44	3:25	4:21	4:16	4:25	2:31	0:42
	SOL Tranås		3:31	6:37	14:37	16:53	20:37	24:02	28:23	32:39	37:04	39:35	40:17
2	Inger Englund	42:05	3:18	4:34	5:43	2:12	5:33	3:28	4:08	5:50	4:05	2:30	0:44
	IFK Sävsjö		3:18	7:52	13:35	15:47	21:20	24:48	28:56	34:46	38:51	41:21	42:05
3	Lotta Fischerström	47:32	7:06	3:32	9:28	2:07	3:55	3:30	4:06	6:05	4:31	2:31	0:41
	SOL Tranås		7:06	10:38	20:06	22:13	26:08	29:38	33:44	39:49	44:20	46:51	47:32
4	Birgitta Brengdahl	49:05	4:48	4:32	5:26	2:14	7:03	3:41	4:39	7:33	5:12	3:13	0:44
	SOL Tranås		4:48	9:20	14:46	17:00	24:03	27:44	32:23	39:56	45:08	48:21	49:05
5	Ann-Kristin Karlsson	66:15	5:17	7:36	6:38	2:53	10:33	4:05	8:59	7:36	7:26	3:55	1:17
	OK Njudung		5:17	12:53	19:31	22:24	32:57	37:02	46:01	53:37	61:03	64:58	66:15

Kort Herr - 2000 m		1(37)	2(38)	3(39)	4(40)	5(41)	6(42)	7(43)	8(44)	M	
1	Sven Käck	30:13	3:53	3:46	6:00	1:33	3:21	6:30	1:36	2:43	0:51
	SOL Tranås		3:53	7:39	13:39	15:12	18:33	25:03	26:39	29:22	30:13
2	Allan Olovsson	34:52	3:34	3:33	6:13	1:49	3:19	9:11	2:14	3:49	1:10
	OK Njudung		3:34	7:07	13:20	15:09	18:28	27:39	29:53	33:42	34:52
3	Sven-Olof Lundin	40:25	3:50	4:27	7:11	2:02	3:58	10:53	2:34	4:19	1:11
	SOL Tranås		3:50	8:17	15:28	17:30	21:28	32:21	34:55	39:14	40:25
4	Lars-Erik Karlsson	41:52	7:42	4:06	7:04	3:26	3:13	10:19	1:54	3:15	0:53
	SOL Tranås		7:42	11:48	18:52	22:18	25:31	35:50	37:44	40:59	41:52
5	Sten Åström	42:10	5:13	4:41	7:20	1:47	4:01	11:08	2:57	3:45	1:18
	Gränna-Bygdens OK		5:13	9:54	17:14	19:01	23:02	34:10	37:07	40:52	42:10
6	Per-Olof Keitsch	42:33	4:02	5:04	10:54	1:50	4:19	10:10	1:56	3:23	0:55
	IKHP Huskvarna		4:02	9:06	20:00	21:50	26:09	36:19	38:15	41:38	42:33
7	Anders Larsson	45:05	5:12	4:33	7:49	4:17	3:45	11:54	2:35	3:51	1:09
	Gränna-Bygdens OK		5:12	9:45	17:34	21:51	25:36	37:30	40:05	43:56	45:05
8	Alf Parmbäck	45:29	3:30	4:00	6:38	2:34	3:09	10:31	10:32	3:39	0:56
	SOL Tranås		3:30	7:30	14:08	16:42	19:51	30:22	40:54	44:33	45:29
9	Håkan Axelsson	45:45	4:46	4:24	7:43	2:18	3:51	13:42	3:33	4:12	1:16
	SOL Tranås		4:46	9:10	16:53	19:11	23:02	36:44	40:17	44:29	45:45
10	Kjell Lindholm	45:57	4:12	5:39	10:00	4:04	3:04	11:34	2:26	3:53	1:05
	SOL Tranås		4:12	9:51	19:51	23:55	26:59	38:33	40:59	44:52	45:57
11	Göran Jansson	47:23	4:17	4:38	7:12	2:36	4:42	14:37	2:59	4:47	1:35
	Gränna-Bygdens OK		4:17	8:55	16:07	18:43	23:25	38:02	41:01	45:48	47:23
12	Karl-Gerhard Ramde	61:52	16:28	5:28	8:03	6:08	4:04	12:12	3:03	4:55	1:31
	SOK Aneby		16:28	21:56	29:59	36:07	40:11	52:23	55:26	60:21	61:52
13	Sune Johansson	64:49	4:30	4:41	19:11	1:58	4:28	20:03	3:18	4:59	1:41
	IFK Stockaryd		4:30	9:11	28:22	30:20	34:48	54:51	58:09	63:08	64:49
	Gunnar Holm	Ej godkänd	3:21	3:12							
	OK Bävern		3:21	6:33							--

Kort Dam - 2000 m		1(37)	2(38)	3(39)	4(40)	5(41)	6(42)	7(43)	8(44)	M	
1	Margareta Larsson OK Njudung	36:09	3:30	3:19	7:57	1:41	3:12	9:23	1:52	4:21	0:54
2	Kerstin Gunnarsson Nässjö OK	41:08	4:36	4:18	10:16	1:20	3:30	10:23	2:22	3:33	0:50
3	Carina Thidell Klubblös	45:53	6:26	4:13	7:58	3:54	3:02	12:42	3:08	3:21	1:09
4	Irene Käck SOL Tranås	48:18	6:23	5:11	7:44	2:09	5:01	12:49	3:12	4:22	1:27

Motion - 2000 m		1(31)	2(32)	3(33)	4(34)	5(35)	6(36)	M	
1	Gull-Britt Karlsson SOK Aneby	23:22	1:58	3:09	6:55	1:03	3:47	3:45	2:45
			1:58	5:07	12:02	13:05	16:52	20:37	23:22
2	Agneta Holm OK Bävern	26:06	2:29	3:22	7:51	1:15	4:23	3:50	2:56
			2:29	5:51	13:42	14:57	19:20	23:10	26:06
3	Inga Widfeldt Nässjö OK	26:22	3:33	2:57	6:50	1:05	4:24	4:24	3:09
			3:33	6:30	13:20	14:25	18:49	23:13	26:22
4	Leif Joakimsson IFK Stockaryd	26:50	2:10	3:40	8:25	1:16	4:19	3:57	3:03
			2:10	5:50	14:15	15:31	19:50	23:47	26:50
5	Britt-Marie Halvardsson Nässjö OK	27:50	2:33	3:59	8:13	1:20	4:42	4:03	3:00
			2:33	6:32	14:45	16:05	20:47	24:50	27:50
6	Berndt Halvardsson Nässjö OK	28:29	2:34	4:00	8:07	1:25	4:45	4:27	3:11
			2:34	6:34	14:41	16:06	20:51	25:18	28:29
7	Monica Berggren Bodafors OK	32:48	2:28	4:14	10:37	2:01	4:57	4:24	4:07
			2:28	6:42	17:19	19:20	24:17	28:41	32:48
8	Barbro Ludvigsson Forserums SOK	33:04	2:56	4:21	9:42	1:35	5:55	4:57	3:38
			2:56	7:17	16:59	18:34	24:29	29:26	33:04
9	Else-Maj Hansson SOK Aneby	34:37	2:53	4:28	9:45	1:34	6:37	5:07	4:13
			2:53	7:21	17:06	18:40	25:17	30:24	34:37
10	Ingebill Vigant SOK Aneby	44:07	2:56	12:06	11:13	1:52	6:38	5:21	4:01
			2:56	15:02	26:15	28:07	34:45	40:06	44:07
11	Anita Eriksson Gränna-Bygdens OK	50:06	2:05	3:29	7:49	1:13	4:45	3:59	26:46
			2:05	5:34	13:23	14:36	19:21	23:20	50:06
12	Lisbeth Flink Nässjö OK	53:59	3:56	7:36	14:58	2:27	8:31	11:17	5:14
			3:56	11:32	26:30	28:57	37:28	48:45	53:59
13	Björn Svensson Nässjö OK	54:02	4:19	6:45	15:32	2:13	8:31	11:30	5:12
			4:19	11:04	26:36	28:49	37:20	48:50	54:02
14	Kenneth Petersson Nässjö OK	59:03	2:21	3:44	8:05	1:21	4:36	4:13	34:43
			2:21	6:05	14:10	15:31	20:07	24:20	59:03