

Hjortensbergsrundan 5 km
Petterbergsrundan 2,5 km

Start och mål: Ekensberg, NOK-stugan
Datum: **2019-10-16**
Väder: + 9 grader, lätt duggregn
Underlag: asfalt

Män 5 km

1	Oskar Ervning	LK Nyköpings Runners	17,59
2	Per Nilsson	LK Nyköpings Runners	18,30
3	Jan Johansson	LK Nyköpings Runners	19,02
4	tobias Brohlin	LK Nyköpings Runners	19,24
5	David Lunde	LK Nyköpings Runners	19,35
6	Joakim Rinaldo	LK Nyköpings Runners	20,33
7	Björn Lindqvist	LK Nyköpings Runners	21,35
8	Tommy Ericsson	LK Nyköpings Runners	22,22
9	Ronnie Eriksson	LK Nyköpings Runners	24,27

Kvinnor 5 km

1	Anna Ekholm	LK Nyköpings Runners	21,39
2	Jenny Andersson	LK Nyköpings Runners	30,27
3	Viveka Ruffel	LK Nyköpings Runners	31,43
4	Elin Wallberg		35,42
5	Emmeli Liljeblad		35,42

Män 2,5 km

1	Jan-Olov Andersson	LK Nyköpings Runners	13,41
2	Lars Dennevi	LK Nyköpings Runners	29,06

Kvinnor 2,5 km

1	Katarina Eriksson	LK Nyköpings Runners	14,46
2	Sirpa Munne	LK Nyköpings Runners	23,23