

Hjortensbergsrundan 5 km  
Petterbergsrundan 2,5 km

Start och mål: Ekensberg, NOK-stugan  
Datum: **2019-10-23**  
Väder: +7 grader  
Underlag: asfalt

Män 5 km

1	Oskar Ervving	LK Nyköpings Runners	18,08
2	Tommy Söderberg	OK Hällen	18,11
3	Per Nilsson	LK Nyköpings Runners	18,46
4	Björn Lindqvist	LK Nyköpings Runners	20,48
5	Tommy Ericsson	LK Nyköpings Runners	21,49
6	Mikael Sandberg		23,00
7	Ronnie Eriksson	LK Nyköpings Runners	24,33
8	Leif Franzén	LK Nyköpings Runners	40,48

Kvinnor 5 km

1	Anna Ekholm	LK Nyköpings Runners	21,39
2	Emmeli Liljeblad		24,03
3	Katarina Eriksson	LK Nyköpings Runners	27,26
4	Gunilla Franzén	LK Nyköpings Runners	40,48

Män 2,5 km

1	Jan Andersson	LK Nyköpings Runners	16,38
---	---------------	----------------------	-------