

Hjortensbergsrundan 5 km
Petterbergsrundan 2,5 km

Start och mål: Ekensberg, NOK-stugan
Datum: **2019-11-13**
Väder: 3 grader
Underlag: asfalt

Män 5 km

1	Oscar Ernvig	LK Nyköpings Runners	17,58
2	Jan Johansson	LK Nyköpings Runners	18,16
3	Per Nilsson	LK Nyköpings Runners	18,23
4	Tobias Brohlin	LK Nyköpings Runners	19,31
5	Tommy Ericsson	LK Nyköpings Runners	22,11
6	Mikael Sandberg	SLDK	23,50
7	Cristoffer Björk		23,55
8	Ronnie Eriksson	LK Nyköpings Runners	24,16
9	Jan-Olov Andersson	LK Nyköpings Runners	40,47

Kvinnor 5 km

1	Anna Ekholm	LK Nyköpings Runners	22,03
2	Emmeli Liljeblad		23,47
3	Jenny Andersson	LK Nyköpings Runners	32,23

Män 2,5 km

1	Jan Andersson	LK Nyköpings Runners	16,01
---	---------------	----------------------	-------

Kvinnor 2,5 km

1	Katarina Eriksson	LK Nyköpings Runners	13,35
2	Viveka Ruffel	LK Nyköpings Runners	16,56