

# Bäсталista svenska kvinnor 10 och 15 km och män/kvinnor 30 km och 15 km

## K 15 KM, tom 1997

1	Sara Wedlund	Hässelby SK	51.15	1996	pl.1
2	Sara Wedlund	Hässelby SK	53.07	1995	pl.2
2	Malin Wästlund	IF Spexarna	53.07	1987	pl.2
4	Sara Wedlund	Hässelby SK	53.48	1997	pl.2
5	Midde Hamrin	Mölnads AIK	54.48	1988	pl.2
6	Maria Lundgren	Hässelby SK	55.10	1996	pl.7
7	Malin Wästlund	IF Spexarna	55.14	1989	pl.2
8	Eva Ernström	Turebergs IF	55.16	1986	pl.3
9	Jeanette Ling Nordgren	IK Vikingen	55.21	1984	pl.3
10	Midde Hamrin	Mölnads SK	55.34	1991	pl.3
11	Eva Ernström	Väsby IK	55.35	1983	pl.3
12	Evy Palm	Mölnads AIK	55.59	1985	pl.3
13	Midde Hamrin	Mölnads AIK	56.10	1994	pl.9
13	Magdalena Thorsell	Linköpings GIF	56.10	1992	pl.8

## K 15 KM 1998-2001

1	Marie Söderström-Lundberg	Hässelby SK	55.43	1998	pl.2
2	Marie Söderström-Lundberg	Hässelby SK	55.57	1999	pl.3
3	Lena Gavelin	Jamtrenarna	56,39	2001	pl.2
4	Marie Söderström-Lundberg	Hässelby SK	56.41	2000	pl.3
5	Mia Larsson	IFK Lund	56.48	2001	pl.4
6	Lena Gavelin	Jamtrenarna	58.07	2000	pl.6
7	Heléne Willix	KA1 IF	58.14	1998	pl.7
8	Midde Hamrin	Hässelby SK	58.25	1998	pl.8
9	Camilla Benjaminsson	Hässelby SK	58.46	2000	pl.7
10	Lena Gavelin	Mellansels LF	58.51	1998	pl.9
11	Malin Öhrn	Malmö AI	58.53	2000	pl.8
12	Catarina Asp	IFK Mora	59,13	2001	pl.5
13	Camilla Benjaminsson	Hässelby SK	59.39	1999	pl.5

## Lidingö Tjejlopp 10 km fr.o.m. 2002

1	Ida Nilsson	Högby IF	34.22	2006	pl.1
2	Isabellah Andersson	Hässelby SK	35.03	2010	pl.1
3	Isabellah Andersson	Hässelby SK	35.23	2009	pl.2
4	Charlotta Fougberg	Ullevi FK	35.24	2018	pl.2
5	Isabellah Andersson	Hässelby SK	35.26	2011	pl.1
6	Anna von Shenck	Hässelby SK	35.41	2010	pl.2
7	Charlotta Fougberg	Ullevi FK	35.42	2016	pl.5
8	Marie Söderström-Lundberg	Hässelby SK	35.45	2002	pl.3
8	Isabellah Andersson	Hässelby SK	35.45	2012	pl.2
10	Marie Söderström-Lundberg	Hässelby SK	35.56	2003	pl.2
11	Karolina A. Höjsgaard	Hässelby SK	35.59	2005	pl.6
12	Anna Rahm	Rånäs 4H	36.01	2006	pl.5
13	Karolina A. Höjsgaard	Domnarvets GoIF	36.13	2003	pl.4
14	Susanne Grimfors	FK Studenterna	36.21	2011	pl.3
15	Lena Eliasson	IK Hakarspojarna	36.23	2007	pl.6
16	Lena Örn	Spårvägens FK	36.31	2010	pl.6
17	Louise Wiker	Hässelby SK	36.32	2010	pl.7
17	Cecilia Kleist	IK Akele	36.32	2013	pl.2
19	Lisa Blommé	Hässelby SK	36.33	2007	pl.7
20	Anna von Shenck	Hässelby SK	36.34	2009	pl.4
21	Christin Johansson	IF Kville	36.37	2004	pl.6

**M 30 KM**

1	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1.37.10	2008	pl.1
2	Magnus Bergman	Upsala IF	1.37.24	1992	pl.2
3	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1.37.29	2003	pl.1
4	Napoleon Solomon	Turebergs FK	1.37.41	2018	pl.1
5	Robel Fsiha	Spårvägens FK	1.37.54	2019	pl.1
6	Pär Wallin	Spårvägens GOIF	1.38.06	1986	pl.4
7	Håkan Börjesson	IF Hagen	1.38.10	1989	pl.2
8	Magnus Bergman	Enhörna IF	1.38.31	1999	pl.5
9	Mats Erixon	Möndals AIK	1.38.41	1988	pl.4
10	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1.38.42	2002	pl.5
11	Mats Erixon	Möndals AIK	1.38.44	1985	pl.2
12	David Nilsson	Högby IF	1.38.44	2016	pl.3
13	Napoleon Solomon	Turebergs FK	1.38.47	2017	pl.1
14	Mats Erixon	Möndals AIK	1.38.49	1989	pl.3
15	Alfred Shemweta	Flemingsbergs SK	1.38.52	1996	pl.9
16	Mats Hellstadius	IFK Södertälje	1.38.56	1987	pl.3
17	Magnus Bergman	Upsala IF	1.38.57	1991	pl.3
18	Magnus Bergman	Enhörna IF	1.39.04	2002	pl.7
19	Ebba Tulu Chala	Huddinge AIS	1.39.05	2018	pl.2
20	Tommy Persson	Helenelunds IF	1.39.13	1980	pl.3
21	Mats Erixon	Möndals AIK	1.39.16	1987	pl.4
22	Jan Hagelbrand	Mellerud IF	1.39.18	1979	pl.3
23	Håkan Börjesson	IF Hagen	1.39.29	1985	pl.4
24	Magnus Bergman	ORK Löparklubb	1.39.30	1995	pl.7
25	Håkan Börjesson	IF Hagen	1.39.45	1988	pl.6
26	Olle Walleräng	Spårvägens FK	1.39.48	2018	pl.4
27	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1.39.50	2001	pl.2
28	Peter Koskenkorva	Hässelby SK	1.39.53	1997	pl.7
29	Mats Erixon	Möndals AIK	1.39.57	1990	pl.4
30	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1.39.57	2016	pl.4
31	Jan Hagelbrand	Kils AIK	1.39.58	1987	pl.5
32	Mats Erixon	Möndals AIK	1.40.00	1982	pl.4
33	Jonny Danielsson	Kvarnsvedens GIF	1.40.03	1993	pl.5
34	Örjan Hemström	Spårvägens GOIF	1.40.05	1992	pl.4
35	Mats Erixon	Möndals AIK	1.40.08	1984	pl.2
36	Lars-Erik Nilsson	Enhörna IF	1.40.13	1988	pl.8
37	Mikael Ekvall	Strömstad LK	1.40.13	2017	pl.3
38	Bo Orrsveden	Duvbo IK	1.40.27	1980	pl.5
39	Peter Brett	Enhörna IF	1.40.29	1988	pl.9
40	Jan Hagelbrand	Kils AIK	1.40.32	1984	pl.3
41	Bengt Mattson	Härlövs IF	1.40.35	1986	pl.6
42	Mustafa Mohamed	Hälle IF	1.40.36	2004	pl.1
43	Johan Engholm	Hässelby SK	1.40.37	1988	pl.10
44	Mattias Persson	Spårvägen Frii.	1.40.37	1999	pl.7
45	Mattias Persson	Spårvägen Frii.	1.40.39	1998	pl.8
46	Jonny Danielsson	Kvarnsvedens GIF	1.40.44	1987	pl.7
47	Åke Eriksson	Fredrikshofs IF	1.40.44	1986	pl.7
48	Mats Johnsson	Enhörna IF	1.40.46	1993	pl.6
49	Örjan Hemström	Spårvägens GOIF	1.40.48	1991	pl.4
50	Eric Senorski	Örgryte IS	1.40.50	2012	pl.4
51	Peter Koskenkorva	Hässelby SK	1.40.52	1996	pl.11
52	Hans Segerfelt	Enhörna IF	1.40.55	1986	pl.8
53	Håkan Börjesson	IF Hagen	1.40.56	1993	pl.7
54	Gustav Svedbrant	Rånäs 4H	1.40.57	2002	pl.12
55	Anders Karlsson	Linköpings IF	1.40.59	1991	pl.5
56	Andreas Carlborg	Spårvägen Frii.	1.40.59	1998	pl.9
57	Mats Jansson	Enhörna IF	1.41.00	1983	pl.5



**K 30 KM**

1	Hanna Lindholm	Huddinge AIS	01:52:56	2019	pl.3
2	Lena Gavelin	Trångsvikens IF	01:53:13	2002	pl.1
3	Anna Rahm	Rånäs 4H	01:53:20	2008	pl.1
4	Hanna Lindholm	Huddinge AIS	01:54:16	2018	pl.3
5	Johanna Eriksson	Motala AIF	01:54:31	2018	pl.4
6	Lena Gavelin	Trångsvikens IF	01:54:32	2004	pl.1
7	Mikaela Larsson	Spårvägens FK	01:55:04	2018	pl.5
8	Maria Larsson	Örgryte IS	01:55:19	2017	pl.1
9	Lena Gavelin	Trångsvikens IF	01:55:43	2008	pl.2
10	Ida-maria Nicklasson	Finspångs AIK	01:56:21	2017	pl.2
11	Maria Larsson	Örgryte IS	01:56:53	2016	pl.1
12	Ida Nilsson	Högby IF	01:57:08	2017	pl.3
13	Annelie Johansson	IK Ymer	01:57:27	2014	pl.1
14	Isabellah Andersson	Oskarshamns SK	01:57:34	2007	pl.1
15	Malin Ewerlöf	Spårvägens FK	01:57:46	2009	pl.1
16	Therese Olin	Ullevi FK	01:57:50	2013	pl.1
17	Annelie Johansson	Hälle IF	01:58:14	2015	pl.1
18	Helena Olofsson	Rånäs 4H	01:58:26	2003	pl.1
19	Isabellah Andersson	Hässelby SK	01:58:28	2014	pl.2
20	Lena Gavelin	Trångsvikens IF	01:58:39	2005	pl.1
21	Helene Willix	Spårvägen Friidrott	01:58:45	2002	pl.2
22	Emma Nordling	Enhörna IF	01:58:45	2014	pl.3
23	Ida Nilsson	Högby IF	01:58:48	2015	pl.2
24	Malin Ewerlöf	IFK Lidingö Friidrott	01:58:50	2016	pl.2
25	Annelie Johansson	SOK Knallen	01:59:21	2013	pl.3

**K 15 km**

1	Sara Holmgren	Örgryte IS Friidrott	00:55:26	2019	pl.2
2	Sara Holmgren	Sävedalens AIK	00:55:36	2016	pl.3
3	Charlotte Andersson	IFK Umeå	00:56:24	2019	pl.3
4	Lisa Ring	IK Nocout.se	00:56:41	2016	pl.4
5	Daniel Norberg	Spårvägens FK	00:56:50	2013	pl.21
6	Camilla Elofsson	Huddinge AIS	00:56:56	2019	pl.4
7	Sara Holmgren	Sävedalens AIK	00:57:00	2015	pl.18
8	Lisa Ring	IK Nocout.se	00:57:32	2017	pl.2
9	Frida Kristiansson	Örgryte IS	00:57:45	2016	pl.5
10	Lisa Ring	ik nocout.se	00:57:50	2018	pl.4
11	Anna Rahm	Rånäs 4H	00:57:51	2012	pl.13
12	Ellen Persson	Högby IF	00:57:54	2019	pl.5
13	Annika Löfström	årsunda if	00:58:01	2016	pl.6
14	Jenny Johannesson	Mullsjö SOK	00:58:07	2018	pl.5
15	Amanda Nekby	Runacademy IF	00:58:14	2018	pl.6
16	Jessica Österberg	Spårvägens FK	00:58:20	2018	pl.8
17	Malin Strand	Sävedalens AIK	00:58:21	2016	pl.7
18	Therese Olin	Ullevi FK	00:58:46	2014	pl.30
19	Maria Sandström	MAI	00:59:24	2015	pl.33
20	Eva Nyström	Team Herbalife	00:59:32	2008	pl.11
21	Anders Boström	OK Linné	00:59:32	2009	pl.12
22	Sara Lindborg	Östersunds SK	00:59:34	2016	pl.8
23	Sanna Mustonen	Hässelby SK Friidrott	00:59:42	2016	pl.9
24	Frida Michold	Team Forimp	00:59:49	2016	pl.10
25	Sara Holmgren	Sävedalens AIK	01:00:06	2013	pl.40

**M 15 km**

1	Abraha Adhanom	Eskilstuna FI	00:46:06	2018	pl.1
2	Abraham Adhanom	Eskilstuna Friidrott	00:46:32	2016	pl.2

3	Abraham Adhanom	Eskilstuna Friidrott	00:46:39	2015	pl.2
4	Mikael Ekvall	Strömstad Löparklubb	00:46:56	2014	pl.1
5	David Nilsson	Högby IF / MotionMetrix	00:47:03	2018	pl.3
6	Emil Millán De La Oliva	Eskilstuna FI Fredrikshofs	00:47:06	2019	pl.1
7	Napoleon Solomon	Friidrottsförening	00:47:09	2014	pl.3
8	Olle Walleräng	Spårvägens FK	00:47:14	2016	pl.3
9	David Nilsson	Högby IF	00:47:15	2017	pl.1
10	Anders Kleist	IK Akele	00:47:53	2013	pl.1
11	John Foitzik	Spårvägens FK	00:47:57	2019	pl.2
12	Abraham Adhanom	Eskilstuna Friidrott	00:48:01	2017	pl.2
13	Efrem Bhrane	Västerås FK	00:48:08	2019	pl.3
14	Daniel Lundgren	Turebergs FK	00:48:15	2017	pl.3
15	John Foitzik	Spårvägens FK	00:48:22	2014	pl.4
16	Ebba Tulu Chala	Spårvägen	00:48:31	2013	pl.2
17	Fredrik Uhrbom	Spårvägens FK	00:48:36	2013	pl.3
18	Yared Admasu	Hälle IF	00:48:42	2016	pl.4
19	John Börjesson	Spårvägens FK	00:48:46	2019	pl.5
20	Olle Walleräng	Spårvägens FK	00:48:48	2017	pl.4
21	William Lind	Sävedalens AIK	00:48:49	2018	pl.4
22	Archie Casteel	Spårvägens FK	00:48:59	2019	pl.6
23	Otmane Nait Hammou	Hammarby Friidrott	00:49:03	2018	pl.5
24	John Foitzik	Spårvägens FK	00:49:04	2016	pl.5
25	Fredrik Uhrbom	Spårvägens FK	00:49:09	2015	pl.5