

# RESULTAT

# VT - MÆND

Øst, 1. runde  
den 21.maj 2013 på Helsingør  
Arrangør: FIF Hillerød og Helsingør IF Atletik

Nr	Resultat	Navn	Klub
----	----------	------	------

## SAMLET STILLING

TOTAL	BAC 8676p	HI/HE 8304p	GIC/SP 6959p	AKB 6830p	BH 6234p	TIF 830p
100 meter	831p	764p	805p	809p	264p	830p
400 meter	860p	849p	666p	867p	160p	
1500 meter	865p	892p	480p		792p	
5000 meter	1016p	531p	382p		708p	
Højdespring	541p	710p	603p	812p	899p	
Stangspring	411p	477p	422p	706p		
Længdespring	633p	821p	519p	780p	813p	
Kuglestød	780p	729p	845p	657p	774p	
Diskoskast	586p	480p	594p	566p	646p	
Hammerkast	815p	496p	700p	648p	603p	
Spydkast	896p	789p	545p	572p	575p	
1000 m stafet	442p	766p	398p	413p		

## MÆND SENIOR - 100 METER

TIRS KL. 18.00

w: 1h: -0.2m/s 2h: -0.1m/s

1	13.04	1h	Leif E. Nielsen -57 ( 56)	Glostrup IC / Sparta	805p
2	14.20	1h	Hilmar Kvist -62 (m51)	Bagsværd AC	(455p)
3	14.68	2h	Kenneth Thirstrup -69 (m44)	Ben Hur	264p
4	14.71	1h	Dorthe Gundersen -65 (k48)	AK Brøndby	809p
5	14.97	2h	Flemming Orneborg / F -41 ( 72)	FIF Hillerød / Helsingør	764p
6	15.67	2h	Janne Nexø -56 (k57)	Trøngården IF	830p
7	16.59	2h	Mie Jeppesen -62 (k51)	Glostrup IC / Sparta	(612p)
8	17.05	1h	Hans Olsen / F -40 ( 73)	FIF Hillerød / Helsingør	(416p)
9	17.31	2h	Marianne Søderberg -45 (k68)	Bagsværd AC	831p
	Afbud	1h	Lisbeth Tuxen -62 (k51)	Ben Hur	

## SORTERING EFTER POINTS

w: 1h: -0.2m/s 2h: -0.1m/s

1	13.08 / 831p	2h	Marianne Søderberg -45 (k68)	Bagsværd AC
2	13.09 / 830p	2h	Janne Nexø -56 (k57)	Trøngården IF
3	13.22 / 809p	1h	Dorthe Gundersen -65 (k48)	AK Brøndby
4	11.28 / 805p	1h	Leif E. Nielsen -57 ( 56)	Glostrup IC / Sparta
5	11.43 / 764p	2h	Flemming Orneborg / F -41 ( 72)	FIF Hillerød / Helsingør
6	14.56 / 612p	2h	Mie Jeppesen -62 (k51)	Glostrup IC / Sparta
7	12.70 / 455p	1h	Hilmar Kvist -62 (m51)	Bagsværd AC
8	12.89 / 416p	1h	Hans Olsen / F -40 ( 73)	FIF Hillerød / Helsingør
9	13.72 / 264p	2h	Kenneth Thirstrup -69 (m44)	Ben Hur
	Afbud	1h	Lisbeth Tuxen -62 (k51)	Ben Hur

## MÆND SENIOR - 400 METER

TIRS KL. 19.20

1	57.60	Klaus Heltbech / H -63 ( 50)	FIF Hillerød / Helsingør	849p
2	64.24	Leif E. Nielsen -57 ( 56)	Glostrup IC / Sparta	666p
3	65.52	Jakob Skjoldan -52 (m61)	Bagsværd AC	(712p)
4	68.76	Dorthe Gundersen -65 (k48)	AK Brøndby	867p
5	70.34	Charlotte Fabricius-Ral -63 (k50)	Bagsværd AC	860p
6	73.33	Thomas Holm -71 (m42)	Ben Hur	160p
	Ej mødt	Erik Bahn -41 (m72)	Ben Hur	

## SORTERING EFTER POINTS

# RESULTAT

# VT - MÆND

Øst, 1. runde  
den 21.maj 2013 på Helsingør  
Arrangør: FIF Hillerød og Helsingør IF Atletik

Nr	Resultat	Navn	Klub
1	1.00.09 / 867p	Dorthe Gundersen -65 (k48)	AK Brøndby
2	1.00.32 / 860p	Charlotte Fabricius-Ral -63 (k50)	Bagsværd AC
3	50.43 / 849p	Klaus Heltbech / H -63 ( 50)	FIF Hillerød / Helsingør
4	53.01 / 712p	Jakob Skjoldan -52 (m61)	Bagsværd AC
5	53.93 / 666p	Leif E. Nielsen -57 ( 56)	Glostrup IC / Sparta
6	1.07.72 / 160p	Thomas Holm -71 (m42)	Ben Hur
	Ej mødt	Erik Bahn -41 (m72)	Ben Hur

## MÆND SENIOR - 1500 METER

TIRS KL. 19.45

1	4.33.71	Ole Stilling / F -62 ( 51)	FIF Hillerød / Helsingør	892p
2	5.07.57	Jes Andersen -51 (m62)	Bagsværd AC	865p
3	5.09.12	Lars Juel Jensen -53 (m60)	Ben Hur	792p
4	5.25.23	Flemming Krog -60 ( 53)	Glostrup IC / Sparta	480p
	Ej mødt	Carsten Sørensen -63 (m50)	Bagsværd AC	

## SORTERING EFTER POINTS

1	3.56.82 / 892p	Ole Stilling / F -62 ( 51)	FIF Hillerød / Helsingør
2	3.59.14 / 865p	Jes Andersen -51 (m62)	Bagsværd AC
3	4.05.42 / 792p	Lars Juel Jensen -53 (m60)	Ben Hur
4	4.36.29 / 480p	Flemming Krog -60 ( 53)	Glostrup IC / Sparta
	Ej mødt	Carsten Sørensen -63 (m50)	Bagsværd AC

## MÆND SENIOR - 5000 METER

TIRS KL. 18.30

1	16.59.60	Carsten Sørensen -63 (m50)	Bagsværd AC	(771p)
2	18.41.63	Charlotte Fabricius-Ral -63 (k50)	Bagsværd AC	1016p
3	18.52.44	Lars Juel Jensen -53 (m60)	Ben Hur	708p
4	19.25.16	Niels Hansen / F -58 ( 55)	FIF Hillerød / Helsingør	531p
5	21.57.99	Sven-Erik Dreisig -51 ( 62)	Glostrup IC / Sparta	382p
6	24.41.67	Helge Tesch -46 (m67)	Ben Hur	(241p)

## SORTERING EFTER POINTS

1	16.18.63 / 1016p	Charlotte Fabricius-Ral -63 (k50)	Bagsværd AC
2	15.12.85 / 771p	Carsten Sørensen -63 (m50)	Bagsværd AC
3	15.34.83 / 708p	Lars Juel Jensen -53 (m60)	Ben Hur
4	16.42.51 / 531p	Niels Hansen / F -58 ( 55)	FIF Hillerød / Helsingør
5	17.48.89 / 382p	Sven-Erik Dreisig -51 ( 62)	Glostrup IC / Sparta
6	19.04.89 / 241p	Helge Tesch -46 (m67)	Ben Hur

## MÆND SENIOR - HØJDESPRING

TIRS KL. 18.45

1	1.55	Torben Jørgensen -53 (m60)	Ben Hur	899p
2	1.50	Knud Erik Pedersen / F -60 ( 53)	FIF Hillerød / Helsingør	710p
3	1.50	Ole Biering -66 ( 47)	Glostrup IC / Sparta	603p
4	1.45	Rene Bang Hansen -67 (m46)	Bagsværd AC	541p
5	1.35	Dorthe Gundersen -65 (k48)	AK Brøndby	812p
6	1.30	Karsten Krog -58 ( 55)	Glostrup IC / Sparta	(524p)
	Afbud	Stig Oxholm -65 ( 48)	Trongården IF	

	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55
Torben Jørgensen		o	o	o	o	o	xo
Knud Erik Pedersen / F			o	o	o	o	xxx
Ole Biering	o	o	xo	o	xo	xxo	xxx
Rene Bang Hansen		o	o	xo	o	xxx	
Dorthe Gundersen	o	o	xo	xxx			
Karsten Krog	xo	o	xxx				

## SORTERING EFTER POINTS

# RESULTAT

# VT - MÆND

Øst, 1. runde  
den 21. maj 2013 på Helsingør  
Arrangør: FIF Hillerød og Helsingør IF Atletik

Nr	Resultat	Navn	Klub
1	2.01 / 899p	Torben Jørgensen -53 (m60)	Ben Hur
2	1.61 / 812p	Dorthe Gundersen -65 (k48)	AK Brøndby
3	1.80 / 710p	Knud Erik Pedersen / F -60 ( 53)	FIF Hillerød / Helsingør
4	1.68 / 603p	Ole Biering -66 ( 47)	Glostrup IC / Sparta
5	1.61 / 541p	Rene Bang Hansen -67 (m46)	Bagsværd AC
6	1.59 / 524p	Karsten Krog -58 ( 55)	Glostrup IC / Sparta
	Afbud	Stig Oxholm -65 ( 48)	Trongården IF

## MÆND SENIOR - STANGSPRING

TIRS KL. 18.00

1	3.40	Poul Gundersen -66 (m47)	AK Brøndby	706p
2	3.00	Hentie Swiegers / F -75 ( 38)	FIF Hillerød / Helsingør	477p
3	2.50	Rene Bang Hansen -67 (m46)	Bagsværd AC	411p
=	2.50	Ole Biering -66 ( 47)	Glostrup IC / Sparta	422p
	X	Børge Vinther-Nielsen -44 ( 69)	Ben Hur	

  

	1.60	2.00	2.20	2.50	2.80	3.00	3.20	3.40
Poul Gundersen					o	o	o	o
Hentie Swiegers / F					xxo	xxo	xxx	
Rene Bang Hansen		o		xo	x			
Ole Biering			o	xo	xxx			
Børge Vinther-Nielsen	xxx							

## SORTERING EFTER POINTS

1	4.01 / 706p	Poul Gundersen -66 (m47)	AK Brøndby
2	3.15 / 477p	Hentie Swiegers / F -75 ( 38)	FIF Hillerød / Helsingør
3	2.94 / 422p	Ole Biering -66 ( 47)	Glostrup IC / Sparta
4	2.90 / 411p	Rene Bang Hansen -67 (m46)	Bagsværd AC
	X	Børge Vinther-Nielsen -44 ( 69)	Ben Hur

## MÆND SENIOR - LÆNGDESPRING

TIRS KL. 19.30

1	5.36 +0.0	Poul Gundersen -66 (m47)	AK Brøndby	780p
2	4.93 +0.0	Knud Erik Pedersen / F -60 ( 53)	FIF Hillerød / Helsingør	(772p)
3	4.62 +0.0	Torben Jørgensen -53 (m60)	Ben Hur	813p
4	4.52 +0.0	Hilmar Kvist -62 (m51)	Bagsværd AC	633p
5	4.27 +0.0	Ole Biering -66 ( 47)	Glostrup IC / Sparta	519p
6	3.83 +0.0	Flemming Orneborg / F -41 ( 72)	FIF Hillerød / Helsingør	821p
	Afbud	Janne Nexø -56 (k57)	Trongården IF	
	Afbud	Peter Marcussen -82 ( 31)	Glostrup IC / Sparta	

  

		5.25 +0.0	5.36 +0.0		x
Poul Gundersen	x	5.25 +0.0	5.36 +0.0		x
Knud Erik Pedersen / F	4.91 +0.0	4.93 +0.0	4.86 +0.0	4.90 +0.0	
Torben Jørgensen	4.30 +0.0	4.62 +0.0	x		x
Hilmar Kvist	4.36 +0.0	4.52 +0.0	4.39 +0.0		
Ole Biering	4.06 +0.0	4.09 +0.0	4.27 +0.0		x
Flemming Orneborg / F	3.60 +0.0	3.70 +0.0	3.45 +0.0	3.83 +0.0	

## SORTERING EFTER POINTS

1	6.54 / 821p +0.0	Flemming Orneborg / F -41 ( 72)	FIF Hillerød / Helsingør
2	6.50 / 813p +0.0	Torben Jørgensen -53 (m60)	Ben Hur
3	6.34 / 780p +0.0	Poul Gundersen -66 (m47)	AK Brøndby
4	6.30 / 772p +0.0	Knud Erik Pedersen / F -60 ( 53)	FIF Hillerød / Helsingør
5	5.62 / 633p +0.0	Hilmar Kvist -62 (m51)	Bagsværd AC
6	5.05 / 519p +0.0	Ole Biering -66 ( 47)	Glostrup IC / Sparta
	Afbud	Peter Marcussen -82 ( 31)	Glostrup IC / Sparta
	Afbud	Janne Nexø -56 (k57)	Trongården IF

## MÆND SENIOR - KUGLESTØD

TIRS KL. 19.30

# RESULTAT

# VT - MÆND

Øst, 1. runde  
den 21.maj 2013 på Helsingør  
Arrangør: FIF Hillerød og Helsingør IF Atletik

Nr	Resultat	Navn	Klub	
1	11.37	Kasper Skov-Mikkelsen -65 (m48)	Bagsværd AC	780p
2	11.36	Torben Jørgensen -53 (m60)	Ben Hur	774p
3	10.40	Steffen Hoelstad / F -57 ( 56)	FIF Hillerød / Helsingør	729p
4	10.06	Bo Rasmussen -61 (m52)	AK Brøndby	657p
5	9.67	Erik Lütken -67 (m46)	AK Brøndby	(634p)
6	9.31	Ulla V. Nielsen -51 (k62)	Glostrup IC / Sparta	845p
7	9.16	Viggo Svenningsen / H -60 ( 53)	FIF Hillerød / Helsingør	(603p)
8	8.73	Anette Sundby -53 (k60)	Ben Hur	(757p)
9	7.74	Heinrich Dueholm / S -29 ( 84)	Glostrup IC / Sparta	(743p)
	Udgået	Steen F. Mortensen -63 (m50)	Bagsværd AC	
	Afbud	Stig Oxholm -65 ( 48)	Trongården IF	
Kasper Skov-Mikkelsen	10.60	10.99	<b>11.37</b>	11.18
Torben Jørgensen	<b>11.36</b>	x	10.87	10.94
Steffen Hoelstad / F	9.70	<b>10.40</b>	10.34	x
Bo Rasmussen	x	<b>10.06</b>	x	9.63
Erik Lütken	8.27	9.24	9.32	<b>9.67</b>
Ulla V. Nielsen	8.40	<b>9.31</b>	8.77	x
Viggo Svenningsen / H	<b>9.16</b>	x	x	x
Anette Sundby	8.43	8.51	8.16	<b>8.73</b>
Heinrich Dueholm / S	7.08	7.49	<b>7.74</b>	7.08

## SORTERING EFTER POINTS

1	14.56 / 845p	Ulla V. Nielsen -51 (k62)	Glostrup IC / Sparta
2	14.27 / 780p	Kasper Skov-Mikkelsen -65 (m48)	Bagsværd AC
3	14.17 / 774p	Torben Jørgensen -53 (m60)	Ben Hur
4	13.10 / 757p	Anette Sundby -53 (k60)	Ben Hur
5	13.64 / 743p	Heinrich Dueholm / S -29 ( 84)	Glostrup IC / Sparta
6	13.41 / 729p	Steffen Hoelstad / F -57 ( 56)	FIF Hillerød / Helsingør
7	12.18 / 657p	Bo Rasmussen -61 (m52)	AK Brøndby
8	11.79 / 634p	Erik Lütken -67 (m46)	AK Brøndby
9	11.27 / 603p	Viggo Svenningsen / H -60 ( 53)	FIF Hillerød / Helsingør
	Udgået	Steen F. Mortensen -63 (m50)	Bagsværd AC
	Afbud	Stig Oxholm -65 ( 48)	Trongården IF

## MÆND SENIOR - DISKOSKAST

TIRS KL. 19.00

1	33.43	Steen F. Mortensen -63 (m50)	Bagsværd AC	586p
2	32.79	Sven Jørgensen -49 (m64)	Ben Hur	646p
3	31.26	Bo Rasmussen -61 (m52)	AK Brøndby	566p
4	30.39	Carsten Bagge -62 (m51)	Ben Hur	(539p)
5	25.09	Steffen Hoelstad / F -57 ( 56)	FIF Hillerød / Helsingør	480p
6	24.34	Viggo Svenningsen / H -60 ( 53)	FIF Hillerød / Helsingør	(441p)
7	20.27	Ulla V. Nielsen -51 (k62)	Glostrup IC / Sparta	594p
	Afbud	Finn Schmidt -65 ( 48)	Trongården IF	
	Afbud	Thomas Lütken -64 (m49)	AK Brøndby	
	Ej mødt	Riber Steenstrup -31 (m82)	Bagsværd AC	
Steen F. Mortensen	31.15	32.33	31.72	<b>33.43</b>
Sven Jørgensen	x	x	23.24	<b>32.79</b>
Bo Rasmussen	30.30	<b>31.26</b>	x	x
Carsten Bagge	x	25.04	<b>30.39</b>	x
Steffen Hoelstad / F	x	23.60	<b>25.09</b>	x
Viggo Svenningsen / H	23.72	<b>24.34</b>	x	x
Ulla V. Nielsen	18.82	<b>20.27</b>	x	18.69

## SORTERING EFTER POINTS

1	37.49 / 646p	Sven Jørgensen -49 (m64)	Ben Hur
2	33.94 / 594p	Ulla V. Nielsen -51 (k62)	Glostrup IC / Sparta
3	34.15 / 586p	Steen F. Mortensen -63 (m50)	Bagsværd AC
4	33.04 / 566p	Bo Rasmussen -61 (m52)	AK Brøndby
5	31.59 / 539p	Carsten Bagge -62 (m51)	Ben Hur
6	28.30 / 480p	Steffen Hoelstad / F -57 ( 56)	FIF Hillerød / Helsingør

Øst, 1. runde  
den 21. maj 2013 på Helsingør  
Arrangør: FIF Hillerød og Helsingør IF Atletik

Nr	Resultat	Navn	Klub
7	26.16 / 441p	Viggo Svenningsen / H -60 ( 53)	FIF Hillerød / Helsingør
	Afbud	Thomas Lütken -64 (m49)	AK Brøndby
	Afbud	Finn Schmidt -65 ( 48)	Trongården IF
	Ej mødt	Riber Steenstrup -31 (m82)	Bagsværd AC

## MÆND SENIOR - HAMMERKAST

TIRS KL. 18.00

1	47.02	Steen F. Mortensen -63 (m50)	Bagsværd AC	815p
2	36.13	Bo Rasmussen -61 (m52)	AK Brøndby	648p
3	31.19	Kaare Knudsen -52 (m61)	Ben Hur	603p
4	28.90	Sven Jørgensen -49 (m64)	Ben Hur	(598p)
5	28.43	Ulla V. Nielsen -51 (k62)	Glostrup IC / Sparta	700p
6	27.41	Viggo Svenningsen / H -60 ( 53)	FIF Hillerød / Helsingør	496p
7	18.96	Heinrich Dueholm / S -29 ( 84)	Glostrup IC / Sparta	(603p)
	Ej mødt	Finn Schmidt -65 ( 48)	Trongården IF	

Steen F. Mortensen	45.69	<b>47.02</b>	x	46.83
Bo Rasmussen	34.96	34.84	<b>36.13</b>	x
Kaare Knudsen	x	<b>31.19</b>	x	x
Sven Jørgensen	25.43	27.55	25.94	<b>28.90</b>
Ulla V. Nielsen	25.14	x	x	<b>28.43</b>
Viggo Svenningsen / H	x	<b>27.41</b>	x	x
Heinrich Dueholm / S	<b>18.96</b>	x	18.62	18.62

## SORTERING EFTER POINTS

1	55.78 / 815p	Steen F. Mortensen -63 (m50)	Bagsværd AC
2	45.56 / 700p	Ulla V. Nielsen -51 (k62)	Glostrup IC / Sparta
3	44.71 / 648p	Bo Rasmussen -61 (m52)	AK Brøndby
4	41.78 / 603p	Heinrich Dueholm / S -29 ( 84)	Glostrup IC / Sparta
5	41.78 / 603p	Kaare Knudsen -52 (m61)	Ben Hur
6	41.44 / 598p	Sven Jørgensen -49 (m64)	Ben Hur
7	34.62 / 496p	Viggo Svenningsen / H -60 ( 53)	FIF Hillerød / Helsingør
	Ej mødt	Finn Schmidt -65 ( 48)	Trongården IF

## MÆND SENIOR - SPYDKAST

TIRS KL. 18.30

1	40.24	Torben Søderberg -45 (m68)	Bagsværd AC	896p
2	39.75	Steffen Hoelstad / F -57 ( 56)	FIF Hillerød / Helsingør	(724p)
3	34.78	Thomas Lütken -64 (m49)	AK Brøndby	572p
4	34.68	Carsten Bagge -62 (m51)	Ben Hur	575p
5	33.25	Flemming Orneborg / F -41 ( 72)	FIF Hillerød / Helsingør	789p
6	30.25	Leif E. Nielsen -57 ( 56)	Glostrup IC / Sparta	545p
7	29.98	Kenneth Thirstrup -69 (m44)	Ben Hur	(455p)
8	16.15	Heinrich Dueholm / S -29 ( 84)	Glostrup IC / Sparta	(505p)

Torben Søderberg	<b>40.24</b>
Steffen Hoelstad / F	<b>39.75</b>
Thomas Lütken	<b>34.78</b>
Carsten Bagge	<b>34.68</b>
Flemming Orneborg / F	<b>33.25</b>
Leif E. Nielsen	<b>30.25</b>
Kenneth Thirstrup	<b>29.98</b>
Heinrich Dueholm / S	<b>16.15</b>

## SORTERING EFTER POINTS

1	66.42 / 896p	Torben Søderberg -45 (m68)	Bagsværd AC
2	58.69 / 789p	Flemming Orneborg / F -41 ( 72)	FIF Hillerød / Helsingør
3	54.06 / 724p	Steffen Hoelstad / F -57 ( 56)	FIF Hillerød / Helsingør
4	43.34 / 575p	Carsten Bagge -62 (m51)	Ben Hur
5	43.12 / 572p	Thomas Lütken -64 (m49)	AK Brøndby
6	41.14 / 545p	Leif E. Nielsen -57 ( 56)	Glostrup IC / Sparta
7	38.26 / 505p	Heinrich Dueholm / S -29 ( 84)	Glostrup IC / Sparta

# RESULTAT

# VT - MÆND

Øst, 1. runde  
den 21.maj 2013 på Helsingør  
Arrangør: FIF Hillerød og Helsingør IF Atletik

Nr	Resultat	Navn	Klub
8	34.61 / 455p	Kenneth Thirstrup -69 (m44)	Ben Hur

## MÆND SENIOR - 1000 M STAFET

TIRS KL. 20.15

1	2.29.65	Hans Olsen / F -40 Flemming Orneborg / F -41 Knud Erik Pedersen / F -60 Klaus Heltbech / H -63	FIF Hillerød / Helsingør -51	766p
2	2.35.53	Dorthe Gundersen -65 Bo Rasmussen -61 Thomas Lütken -64 Poul Gundersen -66	AK Brøndby -64	413p
3	2.41.40	Hilmar Kvist -62 Jes Andersen -51 Jakob Skjoldan -52 Carsten Sørensen -63	Bagsværd AC -57	442p
4	2.42.00	Mie Jeppesen -62 Sven-Erik Dreisig -51 Leif E. Nielsen -57 Ole Biering -66 Ben Hur	Glostrup IC -59	398p
	Ej mødt			

## SORTERING EFTER POINTS

1	2.00.13 / 766p	Hans Olsen / F -40 Flemming Orneborg / F -41 Knud Erik Pedersen / F -60 Klaus Heltbech / H -63	FIF Hillerød / Helsingør -51	
2	2.15.48 / 442p	Hilmar Kvist -62 Jes Andersen -51 Jakob Skjoldan -52 Carsten Sørensen -63	Bagsværd AC -57	
3	2.17.09 / 413p	Dorthe Gundersen -65 Bo Rasmussen -61 Thomas Lütken -64 Poul Gundersen -66	AK Brøndby -64	
4	2.17.93 / 398p	Mie Jeppesen -62 Sven-Erik Dreisig -51 Leif E. Nielsen -57 Ole Biering -66 Ben Hur	Glostrup IC -59	
	Ej mødt			