

Vid klubbstugan i Graneberg. Bra löpförhållanden; ca 10 grader varmt och höstklar luft.

Minst två startande i klassen är ett krav för att det ska gälla som KM.

**Flickor 2013 el. senare 450 meter**

- |     |               |      |      |           |
|-----|---------------|------|------|-----------|
| 1 ) | Saga Nyvelius | 2013 | 2.15 | KM-guld   |
| 2 ) | Herta Jontell | 2013 | 2.55 | KM-silver |

**Pojkar 2013 el. senare 450 meter**

- |     |                  |      |      |           |
|-----|------------------|------|------|-----------|
| 1 ) | Markus Wåhlström | 2015 | 3.21 | KM-guld   |
| 2 ) | Love Söderqvist  | 2016 | 3.28 | KM-silver |

**Flickor 2011-2012 1000 meter**

- |     |                 |      |      |           |
|-----|-----------------|------|------|-----------|
| 1 ) | Lamiss Zaarour  | 2012 | 5.39 | KM-guld   |
| 2 ) | Hanna Wåhlström | 2012 | 5.40 | KM-silver |

**Pojkar 2010-2011 1000 meter**

- |     |              |      |      |           |
|-----|--------------|------|------|-----------|
| 1 ) | Fred Jontell | 2011 | 5.12 | KM-guld   |
| 2 ) | Carl From    | 2012 | 5.15 | KM-silver |

**Flickor 2009-2010 2000 meter**

- |     |                 |      |       |           |
|-----|-----------------|------|-------|-----------|
| 1 ) | Siri From       | 2010 | 11.19 | KM-guld   |
| 2 ) | Aya Zaarour     | 2010 | 13.10 | KM-silver |
| 3 ) | Tuva Ahvenainen | 2010 | 13.11 | KM-brons  |
| 4 ) | Himla Lindman   | 2010 | 15.10 |           |

**Pojkar 2009-2010 2000 meter**

- |     |                 |      |       |           |
|-----|-----------------|------|-------|-----------|
| 1 ) | Wille Nyvelius  | 2010 | 9.05  | KM-guld   |
| 2 ) | Jakob Wåhlström | 2010 | 10.26 | KM-silver |
| 3 ) | Martin Jontell  | 2010 | 10.57 | KM-brons  |

**Flickor 2007-2008 2000 meter**

- |     |                |      |       |           |
|-----|----------------|------|-------|-----------|
| 1 ) | Tamara Zaarour | 2008 | 11.12 | KM-guld   |
| 2 ) | Vilda Lindman  | 2008 | 15.10 | KM-silver |

**Pojkar 2007-2008 2000 meter**

- |     |                 |      |      |           |
|-----|-----------------|------|------|-----------|
| 1 ) | Emil Kellgren   | 2007 | 8.04 | KM-guld   |
| 2 ) | Dennis Kellgren | 2007 | 9.22 | KM-silver |

**Flickor 2005-2006 4000 meter**

- |     |                |      |       |         |
|-----|----------------|------|-------|---------|
| 1 ) | Rebecka Molund | 2005 | 20.08 | (ej KM) |
|-----|----------------|------|-------|---------|

**Pojkar 2005-2006 4000 meter**

Inga deltagare.

**Kvinnor 4000 meter**

- |     |                     |      |       |           |
|-----|---------------------|------|-------|-----------|
| 1 ) | Heli Molund         | 40+  | 18.23 | KM-guld   |
| 2 ) | Petra Söderqvist    | 40+  | 18.30 | KM-silver |
| 3 ) | Anna-Pia Ternström  | 40+  | 19.39 | KM-brons  |
| 4 ) | Rebecka Molund      | 2005 | 20.08 |           |
| 5 ) | Pernilla Söderqvist | 40+  | 20.26 |           |
| 6 ) | Erika Lindman       | 40+  | 22.05 |           |

7) Carina Bäckström 40+ 22.21

**Kvinnor 40+**

1) Heli Molund 40+ 18.23 KM-guld  
2) Petra Söderqvist 40+ 18.30 KM-silver  
3) Anna-Pia Ternström 40+ 19.39 KM-brons  
4) Pernilla Söderqvist 40+ 20.26  
5) Erika Lindman 40+ 22.05  
6) Carina Bäckström 40+ 22.21

**Män 4000 meter**

1) Edvin Schön 2004 15.25 KM-guld  
2) Arvid Schön 2001 15.39 KM-silver  
3) Oscar Molund 2000 16.00 KM-brons  
4) Erik Molund 40+ 16.17  
5) John Ettemo 2003 17.08  
6) Erik Bolund 40+ 17.11  
7) Bengt Schön 40+ 17.15  
8) Ludwig Branth 1999 18.10  
9) Terje Jontell 40+ 18.24  
10) Pierre Nyvelius 40+ 20.29  
11) Kåre Wahlberg 40+ 21.52  
12) Henrik Lindman 40+ 22.04

**Män 40+**

1) Erik Molund 40+ 16.17 KM-guld  
2) Erik Bolund 40+ 17.11 KM-silver  
3) Bengt Schön 40+ 17.15 KM-brons  
4) Terje Jontell 40+ 18.24  
5) Pierre Nyvelius 40+ 20.29  
6) Kåre Wahlberg 40+ 21.52  
7) Henrik Lindman 40+ 22.04