

## FREDAG

M35 100 M FINAL		Vind 1,8	2016-07-22
1 Leon Martinez -78	Spårvägens FK	11,12	
2 Peder Berge -79	Spårvägens FK	12,03	
3 Andreas Daun -80	Katrineholms SK friidrott	12,15	
4 Joel Djerf -78	Turebergs FIK	12,43	
5 Magnus Lindblom -77	Turebergs FIK	12,81	
6 Krisitan Neovius -79	Åhus FIK	13,06	
99 Tommy Olausson -79	IF Kville	DNS	
M35 800 M			2016-07-22
1 Joakim Pihlstrand-Trulp -77	Hammarby IF	2.04,25	
2 Johan Jonsson -78	Falkenberg Allstars	2.04,97	
3 Anders Rydell -78	Malmö AI	2.10,25	
4 Magnus Lindblom -77	Turebergs FIK	2.10,51	
5 Wilhelm Kardemark -80	IF Kville	2.10,83	
6 Anders Hallberg -81	Hemlingby Löparklubb	2.14,83	
7 André Malm -78	Runday IF	2.21,24	
M35 5000 M			2016-07-22
1 Martin Öhman -81	Hässelby SK	15.18,28	
2 Fred Grönwall -81	Roma IF	15.39,01	
3 Christofer Salman -81	IF Linnéa	16.43,66	
4 Per Liv -79	Hemlingby Löparklubb	17.51,62	
5 Anders Hallberg -81	Hemlingby Löparklubb	17.23,62	
6 Joakim Pihlstrand-Trulp -77	Hammarby IF	17.52,53	
7 Andreas Liljeqvist -79	Nordupplands AIF	18.29,70	
8 Anders Arvidsson -77	Mölnadal Outdoor IF	18.44,69	
9 Andreas Bylund -77	FK Studernterna	19.21,98	
M35 400 M HÄCK 91,4			2016-07-22
1 Mats Nordal -77	Uppsala LK	72,13	
M35 LÄNGD			2016-07-22
1 Tobias Lundqvist -80	IK Sisu	6.46 1,69	
2 Lasse Ohtamaa -80	Huddinge AIS	6.27 1,02	
3 Andreas Daun -80	Katrineholms SK friidrott	5.86 0,63	
4 Krisitan Neovius -79	Åhus FIK	5.24 1,27	
5 Mats Nordal -77	Uppsala LK	5.20 1,66	
M35 DISKUS 2,00			2016-07-22
1 Matthew Brown -80	Hammarby IF	48,77	
2 Palle Storm -77	Ösmo Nynäs FIK	19,13	
M35 VIKT 15,88			2016-07-22
1 Stefan Alneroth -81	Gefle IF	14,83	
2 Palle Storm -77	Ösmo Nynäs FIK	7,57	
MÅN 4x100 M			2016-07-22
1 Spårvägens FK		46,81	MR, SR

Benny Carlsson -59  
Ricky Nilsson -63  
Mattias Sunneborn -70  
Lion Martinez -78

2 IFK Märsta 47,77  
Patrick Nevendorff -66  
Dag Dacke -65  
Jonas Asplund -73  
Peter Wallin -71

3 Järvsö IF 51,11  
Erik Li -68  
Pär Berglin -75  
Anders Silén -65  
Ove Larsson -53

4 Uppsala LK 58,87  
Anders Toll -61  
Mats Nordal -77  
Marcus Höglund -76  
Håkan Höglund -66

M40 100 M Försök	HEAT 1	Vind 3,0	2016-07-22
1 Per-Joan Loerentzon -74	IK Orient	11,84 Final	
2 Jonas Asplund -73	IFK Märsta	11,84 Final	
3 Håkan Setthammar -72	Västerås FK	11,98 Final	
4 Mats Holmberg -73	Spårvägen FK	12,22 Final	
5 Tobias Ulegård -75	Västerås FK	13,28	

M40 100 M Försök	HEAT 2	Vind 1,8	
1 Magnus Nilsson -72	IFK Lidingö	12,00 Final	
2 Sergej Nikolajev -73	Hässelby SK	12,19 Final	
3 Christian Albing -72	Nyköpings BIS	12,20 Final	
4 Henrik Arnerdal -74	Ösmo Nynäs FIK	12,77 Final	
5 Urban Evjen -73	Danderyds SK Friidrott	13,64	

M40 100 M Försök	FINAL	Vind 2,2	2016-07-22
1 Per-Joan Loerentzon -74	IK Orient	11,65	
2 Jonas Asplund -73	IFK Märsta	11,66	
3 Magnus Nilsson -72	IFK Lidingö	11,67	
4 Håkan Setthammar -72	Västerås FK	11,88	
5 Christian Albing -72	Nyköpings BIS	12,01	
6 Sergej Nikolajev -73	Hässelby SK	12,14	
7 Mats Holmberg -73	Spårvägen FK	12,16	
8 Henrik Arnerdal -74	Ösmo Nynäs FIK	12,70	

M40 800 M			2016-07-22
1 Magnus Wallenius -73	Västerås FK	2.06,82	
2 Hjalmar Didrikson -74	Runday IF	2.07,29	
3 Mats Holmberg -73	Spårvägen FK	2.14,46	
4 Herman Höglund -76	Bromma IF	2.17,14	
5 Marcus Höglund -76	Uppsala LK	2.22,12	
6 Mats Liljegren -76	Team Skavsåret IF	3.10,88	
M40 5000 M			2016-07-22
1 Erik Framme -73	Hälle IF	16.16,43	
2 Henrik Nord -73	Ystads IF	16.27,33	
3 Mikael Stagling -75	IS Göta	16.50,14	
4 Andreas Carlborg -72	Spårvägens FK	16.53,93	
5 Ulf Eriksson -74	Huddinge AIS	17.56,49	
6 Mats Liljegren -76	Team Skavsåret IF	22.00,08	
Anders Soovik -76	Kongahälla AIK	DNS	
M40 400 M HÄCK 91,4			2016-07-22
1 Sergej Nikolajev -73	Hässelby SK	64,18	
M40 STAV			2016-07-22
1 Jonas Asplund -73	IFK Märsta	4,71	
2 Sergej Nikolajev -73	Hässelby SK	3,60	
3 Pär Berglin -75	Järvsö IF	3,50	
4 David Gustafsson -73	Spårvägens FK	2,60	
M40 LÄNGD			2016-07-22
1 Håkan Ohlsson -74	Gefle IF	6,37 1,16	
2 Håkan Setthammar -72	Västerås FK	6,34 0,86	
3 Anders Logg -76	Smögens IF	6,13 2,36	
4 Jonas Asplund -73	IFK Märsta	5,96 1,03	
5 Christian Albing -72	Nyköpings BIS	5,91 0,70	
6 Urban Evjen -73	Danderyds SK Friidrott	4,79 0,95	
M40 DISKUS 2,0			2016-07-22
1 Stellan Back -75	Turebergs FIK	41,92	
2 Håkan Setthammar -72	Västerås FK	36,07	
3 Per-Ola Åkerman -72	IFK Halmstad	34,21	
4 David Gustafsson -73	Spårvägens FK	33,30	
5 Kristian Petersson -75	Huddinge AIS	31,49	
6 Mattias Eriksson -74	Sundsvalls FI	29,18	
7 Lars-Göran Nylén -75	Danderyds SK Friidrott	28,79	
8 Urban Evjen -73	Danderyds SK Friidrott	25,37	
M40 VIKT 15,88			2016-07-22
1 David Gustafsson -73	Spårvägens FK	13,03	
2 Daniel Hedström -73	Valbo AIF	12,85	
3 Stellan Back -75	Turebergs FIK	12,52	
4 Henrik Arnerdal -74	Ösmo Nynäs FIK	11,52	
5 Lars-Göran Nylén -75	Danderyds SK Friidrott	10,86	

6	Mattias Eriksson -74	Sundsvalls FI	10,38
7	Kristian Petersson -75	Huddinge AIS	10,20

M45 100 M FINAL		Vind 0,1	2016-07-22	
1	Hunter S Mabon -73	Danderyds SK Friidrott	12,39	
2	Tomas Fanta -68	Oskarshamns SK	12,44	
3	Jan-Olof Åkesson -67	Lekeryd-Svarttorp LSSK	12,59	12,582
4	Andreas Mack -70	IF Kville	12,59	12,589
5	Henrik Tegnér -70	Bromma IF	12,79	
6	Anders Pihl -70	Lerums Friidrott	13,31	
7	Anders Lindgren -68	Nyköpings BIS	14,08	
	Lars-Göran Wiik -67	Varbergs GIF friidrott	DNS	

M45 800 M			2016-07-22
1	Matt Kinane -68	Hässelby SK	2.12,35
2	Rodney Hundermark -69	IFK Nora	2.12,67
3	Naill O'Hanlon -69	IK Akele	2.13,48
4	Magnus Burling -71	Fredrikshof FIF	2.16,21
5	Morten Linnes -67	IFK Märsta	2.17,69
6	Lennart Svanström -69	Nordupplands AIF	2.31,44
7	Mats Wahlström -67	Nordupplands AIF	2.59,22

M45 5000 M			2016-07-22
1	Staffan Westerdahl -70	Fredrikshof FIF	17.05,30
2	David Wijk -70	Högbo GIF	17.52,20
3	Anders Edvinsson -69	Uppsala LK	17.55,22
4	MounirTouzani -69	Hemlingby Löparklubb	18.19,00
5	Jörgen Lindh -69	Fredrikshof FIF	18.28,98
6	Magnus Burling -71	Fredrikshof FIF	18.38,62
7	Martin Larsson -71	Huddinge AIS	24.25,72
	Mikael Björkqvist -71	Falu IK	DNS

M45 400 M HÄCK 91,4			2016-07-22
1	Roland Sundqvist -71	Uppsala IF	61,55
2	Anders Pihl -70	Lerums Friidrott	69,56
3	Peter Nilsson -70	Stockholms FTF	70,89

M45 STAV			2016-07-22
1	Michael Bohman -71	IFK Halmstad	3,40
2	Tomas Fanta -68	Oskarshamns SK	3,40
3	Hunter S Mabon -69	Danderyds SK	3,40
	Erik Li -68	Järvsö IF	No res

M45 LÄNGD			2016-07-22
1	Christer Ek -68	Varbergs GIF friidrott	5.78 0,53
2	Tomas Fanta -68	Oskarshamns SK	5.76 2,03
3	Hunter S Mabon -73	Danderyds SK Friidrott	5.69 1,09
4	Jan-Olof Åkesson -67	Lekeryd-Svarttorp LSSK	5.68 2,07
5	Anders Bäckman -71	Danderyds SK Friidrott	5.35 0,93
6	Roland Sundqvist -71	Uppsala IF	5.07 1,08

7 Anders Pihl -70	Lerums Friidrott	5.02	1,70
8 Johan Wibäck -71	Huddinge AIS	4.62	2,00
M45 DISKUS 2,0			2016-07-22
1 Axel Bernhult -71	Huddinge AIS	41,74	
2 Magnus Håkansson -70	Valbo AIF	36,73	
3 Patrick Lindfors -70	Mälarhöjdens Friidrott	36,32	
4 Fred Stenberg -70	Gefle IF	32,51	
5 Magnus Mårtensson -71	IFK Strömsund	32,23	
6 Mattias Sunneborn -70	Spårvägens FK	31,98	
7 Johan Jergander -70	Ösmo Nynäs FIK	30,24	
8 Bengt Rilegård -67	Stockholms FTF	29,93	
9 Michael Bohman -71	IFK Halmstad	26,98	
10 Hunter S Mabon -73	Danderyds SK Friidrott	26,66	
11 Urban Håkansson -69	Falköpings AIK-FIF	21,54	
M45 VIKT 15,88			2016-07-22
1 Patrick Lindfors -70	Mälarhöjdens Friidrott	11,79	
2 Johan Jergander -70	Ösmo Nynäs FIK	10,88	
M50 100 M Försök		<b>Vind 2,4</b>	2016-07-22
1 Tomas Jönsson -65	Gefle IF	12,03	MR
2 Peter Hellgren -64	Bålsta IK	12,41	
3 Dag Dacke -65	IFK Märsta	12,47	
4 Sandy Bengtsson -63	Oskarshamns SK	12,84	
5 Lars-Ove Wåhländer -66	IF Triangeln	13,08	13,077
5 Patrick Neuendorff -66	IFK Märsta	13,08	13,077
7 Kenneth Westfält -64	Vemhåns IK	13,86	
8 Per-Jonas Trollsås -65	Danderyds SK Friidrott	15,00	
M50 800 M			2016-07-22
1 Per Björkman -65	Stockholms FTF	2.09.28	
2 Gunnar Durén -63	Hässelby SK	2.09.49	
3 Mats Olsson -65	Morjärv SK	2.11.56	
4 Torbjörn Norlund -62	IF Vingarna	2.42.13	
5 Håkan Marklund -66	Uppsala LK	2.56.94	
M50 5000 M			2016-07-22
1 Börje Holst -66	Borlänge LK	17.02,45	
2 BG Nilensjö -63	IS Göta	17.51,27	
3 Tomas Kobayashi -65	Domnarvets Golf	18.05,25	
4 Henrik Hammarlund -63	Solvikingarna	18.36,16	
5 Joakim Petersson -62	Väsby IK	20.36,26	
6 Håkan Marklund -66	Uppsala LK	23.55,94	
M50 400 M HÄCK 84.0			2016-07-22
1 Håkan Harrysson -63	IF Kville	66,12	
2 Dag Dacke -65	IFK Märsta	66,15	
3 Sandy Bengtsson -63	Oskarshamns SK	71,64	

M50 STAV			2016-07-22		
1	Anders Silén -65	Järvsö IF	3.35		
2	Panagiotis Avramidis -65	Hanvikens SK	3.25		
3	Mattias Moberg -66	Tyresö FK	3.00		
M50 LÄNGD			2016-07-22		
1	Anders Silén -65	Järvsö IF	5,51	2,19	5,29 1,70
2	Lars-Ove Wåhländer -66	IF Triangeln	4,99	1,29	
3	Kenneth Westfält -64	Vemhåns IK	4,57	2,07	4,51 1,60
	Dag Dacke -65	IFK Märsta	DNR		
M50 DISKUS 1,5			2016-07-22		
1	Anders Larsson -66	Gefle IF	49,56		
2	Mikael Nilsson -64	Strands IF	48,59		
3	Lasse Karlsson -65	Östhammar FI	39,64		
4	Lennart Berglund -66	Östhammar FI	38,50		
5	Lars Gustafsson -64	Säters IF	37,63		
6	Panagiotis Avramidis -65	Hanvikens SK	36,96		
7	Jari Kuusisto -63	Hällefors LK	36,22		
8	Anders Silén -65	Järvsö IF	34,26		
9	Anders Ryttermalm -66	Stockholms FTF	30,10		
10	Tomas Classon -62	Huddinge AIS	30,08		
11	Mikael Wallin -63	Stockholms FTF	29,77		
12	Per-Jonas Trollås -65	Danderyds SK Friidrott	28,30		
13	Kenneth Westfält -64	Vemhåns IK	28,26		
	Jari Ketola -65	Spårvägens FK	0,00		
M50 VIKT 11,34			2016-07-22		
1	Mikael Nilsson -64	Strands IF	17,22		
2	Torgny Gustafsson -65	Strands IF	16,33		
3	Tomas Classon -62	Huddinge AIS	14,32		
4	Lars Gustafsson -64	Säters IF	13,99		
5	Mikael Wallin -63	Stockholms FTF	11,41		
6	Mikael Magnusson -66	IFK Tumba	7,66		
M55 100 M FINAL			Vind 2,0	2016-07-22	
1	Mikael Nord -61	Högbo GIF	12,97		
2	Anders Toll -61	Uppsala LK	13,46		
3	Benny Carlsson -59	Spårvägen FK	13,47		
4	Mats Röhr -60	Ystads IF	13,50		
5	Per-Åke Skagersten -58	Varbergs GIF friidrott	14,10		
M55 800 M			2016-07-22		
1	Anders Toll -61	Uppsala LK	2.20,53		
2	Jonas Hellström -61	Danderyds SK Friidrott	2.24,63		
3	Mats Lindqvist -58	Hellas FK	2.26,12		
4	Johan Norberg -61	Trångsvikens IF	2.29,00		
5	Göran Lindqvist -57	Hemlingby Löparklubb	2.33,36		
M55 5000 M			2016-07-22		

1	Håkan Torstensson --60	Heleneholms IF	18.30,78				
2	Sten Thunberg -60	Solvikingarna	18.32,33				
3	Jonas Hellström -61	Danderyds SK Friidrott	18.39,41				
4	Roger Reinhold -61	IF Linnéa	19.01,88				
5	Göran Lindqvist -57	Hemlingby Löparklubb	19.04,62				
6	Ingvar Olofsson -57	Fredrikshof FIF	19.22,93				
7	Thomas Dahl -58	Solvikingarna	19.23,72				
8	Mikael Tennare -61	Rånäs 4H	19.32,90				
	M55 400 M HÄCK 84,0						2016-07-22
1	Anders Toll -61	Uppsala LK	68,35				
	M55 STAV						2016-07-22
1	Robert Eliasson -59	IFK Märsta	3.05				
2	Tomas Bengtsson -61	IFK Märsta	3.00				
	M55 LÄNGD						2016-07-22
1	Tomas Bengtsson -61	IFK Märsta	4,61	2,66	4,44	1,00	
	M55 DISKUS 1,5						2016-07-22
1	Erik Holmgren -61	Boo IF	42,48				
2	Per-Gunnar Berglund -57	Gefle IF	40,42				
3	Roger Boström -59	IFK Umeå	37,78				
4	Lennart Winblad von Walter -60	Strands IF	33,04				
5	Sten-Erik Wihlborg -58	Skellefteå AIK	32,13				
6	Johan Löfstedt -59	Ösmo Nynäs FIK	28,96				
7	Lars Hammargren -60	Bollnäs FIK	28,59				
8	Tomas Bengtsson -61	IFK Märsta	28,54				
9	Örjan Fritjofsson -61	Finspångs AIK	24,78				
	M55 VIKT 11,34						2016-07-22
1	Per-Erik Nääs -61	Söderhamns IF	14,43				
2	Tore Olofsson	Visby IF Gute	12,12				
3	Tomas Bengtsson -61	IFK Märsta	11,16				
4	Lars Hammargren -60	Bollnäs FIK	11,11				
5	Johan Löfstedt -59	Ösmo Nynäs FIK	10,81				
6	Sten-Erik Wihlborg -58	Skellefteå AIK	10,56				
7	Per-Gunnar Berglund -57	Gefle IF	10,71				
8	Lennart Winblad von Walter -60	Strands IF	10,19				
	M60 100 M FINAL			Vind -0,2			2016-07-22
1	Tapio Kinnunen -54	Tullinge-Tumba FF	13,38				
2	Bengt Aikdahl -56	Alvesta Friidrott	13,87				
3	Ove Larsson -53	Järvsö IF	14,03				
4	Tomas Lilljebjörn -53	Falu IK	14,10				
5	Lars Bergström -55	Sandviks IK	14,62				
6	Hans Erixson -53	Karlskoga IS	13,78				
7	Jan Sjölund -56	AXA Sports Club	14,91				
	M60 800 M						2016-07-22

1	Jörgen Thorsell -52	Falu IK	2.34,32		
2	Tauno Mertala -53	IF Start	2.39,03		
3	Jan Sjölund -56	AXA Sports Club	2.40,20		
4	Martin Svensson -56	IFK Trelleborg	2.46,37		
5	Halvard Sundström -54	IF Vingarna	2.50,00		
6	Gunnar Isrealsson -54	Öbacka LK	3.35,28		
	M60 5000 M				2016-07-22
1	Jens Bylund -55	Jalles TC	18.39,44		
2	Jörgen Thorsell -52	Falu IK	19.03,38		
3	Lars Lindqvist -56	Björntorps IF	19.07,65		
4	Steffen Weckner -53	IF Mantra Sport	22.17,67		
5	Örjan Wedin -55	Östhammar FI	26.07,05		
	M60 300 M HÄCK 76,2				2016-07-22
1	Sture Åhs -56	Roma IF	59,52		
	M60 STAV				2016-07-22
1	Sven Magnusson -52	Stensjöns IF	2.60		
2	Joas Jonsson -52	Bollnäs Friidrott	2.60		
	M60 LÄNGD				2016-07-22
1	Anders Olsson -56	Huddinge AIS	5,49	1,33	MR, SR
2	Bengt Aikdahl -56	Alvesta Friidrott	5,09	0,52	
3	Per-Ove Kristersson -53	Istrum SK	3,82	0,78	
	M60 DISKUS 1,0				2016-07-22
1	Åke Ruus -53	Spårvägens FK	43,75		
2	Per Wiberg -54	UF Contact	42,07		
3	Kalle Zerpe	Gefle IF	38,15		
4	Bengt Nyström -56	Timrå AIF	33,53		
5	Östen Eriksson -56	Valö IK	33,33		
6	Alpo Tornikoski -54	Huddinge AIS	32,78		
7	Per Andersson -53	Valö IK	31,36		
	M60 VIKT 9,08				2016-07-22
1	Åke Ruus -53	Spårvägens FK	15.81		
2	Östen Eriksson -56	Valö IK	12.55		
3	Pekka Tähtinen -52	IFK Linköping	12.10		
4	Kalle Zerpe	Gefle IF	12.06		
5	Per Andersson -53	Valö IK	11.63		
6	Alpo Tornikoski -54	Huddinge AIS	11.01		
	M65 100 M FINAL		Vind 2,3		2016-07-22
1	Mats Höglund -51	Brännans IF	14,53		
2	Tomas Eriksson -51	KFUM Örebro	15,08		
3	Björn Bratt	Åkersberga SK	15,56		
4	Anti Lindstedt -49	Huddinge AIS	15,69		
5	Krzysztof Furmaniuk -48	Hellas FK	16,04		16,031
6	Gunnar Neovius -49	Åhus FIK	16,04		16,038



Bengt Arne Karlberg -51	Trollhättans FIK	DNS			
M65 800 M					2016-07-22
1 Hans Södergren -51	Oskarshamns SK	2.33,06			
2 Ulf Johansson -51	Stenungsunds Friidrott	2.36,52			
3 Bo Larsson -51	Järvsö IF	2.54,08			
4 Lars E Norman -47	IFK Halmstad	2.57,31			
5 Torvald Pääjärvi -48	Järvsö IF	3.02,71			
M65 5000 M					2016-07-22
1 Alex Bonn -51	Vallentuna FK	20.20,26			
2 Tommy Ericsson -47	LK Nyköpings Runners	20.30,44			
3 Anders Gezelius -50	Solvikingarna	20.31,34			
4 Bo Larsson -51	Järvsö IF	21.59,90			
5 Mats Stenmarck -50	IF Start	22.32,51			
M65 300 M HÄCK 76,2					2016-07-22
1 Antti Lindstedt -49	Huddinge AIS	64,73			
2 Jan Hjelm -51	GIF Manhem	68,84			
M65 STAV					2016-07-22
1 Björn Bratt -51	Åkersberga SK	2,80			
2 Lars Bergsten -48	Skellefteå AIK	2,30			
3 Antti Lindstedt -49	Huddinge AIS	2,20			
4 Sven Alm -47	IK Orient	2,20			
5 Bengt Arne Karlberg -51	Trollhättans FIK	2,00			
M65 LÄNGD					2016-07-22
1 Antti Lindstedt -49	Huddinge AIS	3,71	1,88		
2 Matti Hast -51	Ununge IF	3,46	2,48	3,20	-0,31
3 Sven Alm -47	IK Orient	3,23	0,71		
4 Gunnar Neovius -49	Åhus FIK	2,50	2,22		
M65 DISKUS 1,0					2016-07-22
1 Kenneth Jansson -49	IFK Helsingborg	39,46			
2 Lars Bergsten -48	Skellefteå AIK	38,19			
3 Pennti Kuusisto -50	Gefle IF	36,12			
4 Jöran Westberg -47	Huddinge AIS	35,23			
5 Stig Arvidsson -49	Lekeryd-Svarttorp LSSK	34,60			
6 Carl-Anders Fens -51	Kils AIK friidrott	33,93			
7 Stig-Arne Mattsson -51	Järvsö IF	31,87			
8 Roger Karlsson -51	Stensjöns IF	31,64			
9 Matti Hast -51	Ununge IF	29,21			
10 Antti Lindstedt -49	Huddinge AIS	29,11			
11 Bengt Arne Karlberg -51	Trollhättans FIK	24,14			
12 Gunnar Neovius -49	Åhus FIK	22,74			
13 Torbjörn Berg - 51	Hammarby IF	20,57			
14 Ulf Berggren -47	Hellas FK	20,44			
M65 VIKT 9,08					2016-07-22

1 Kenneth Jansson -49	IFK Helsingborg	17.18
2 Stig Arvidsson -49	Lekeryd-Svarttorp LSSK	15.03
3 Stig-Arne Mattsson -51	Järvsö IF	12.08
4 Lars Bergsten -48	Skellefteå AIK	11.95
5 Matti Hast -51	Ununge IF	9.91

M70 100 M FINAL

Vind 0,9 2016-07-22

1 Leif Karlsson -43	Alvesta Friidrott	15,24
2 Pekka Kantola -46	IK Orient	15,43
3 Uno Niklasson -44	Trångsvikens IF	15,71
4 Bengt Isaksson -42	Mariestads AIF	16,42
Göte Hinders -46	Säters IF	DNF

M70 800 M

2016-07-22

1 Kjell Björk	Hemlingby LK	3.06,21
2 Lasse Noaksson -45	Hässelby SK	3.11,06

M70 5000 M

2016-07-22

1 Anders Hansson -44	Vilsta IK	20.10,87
2 Kjell Björk -46	Hemlingby Löparklubb	21.55,41
3 Hans Sundgren -45	Dalaregementets IF	23.08,58
4 Rolf Hansson -44	Söderhamns IF	24.59,20
5 Sven Lindkvist -42	Söderhamns IF	25.05,51

M70 300 M HÄCK 68,6

2016-07-22

1 Bengt Isaksson -42	Mariestads AIF	60,95
2 Lars Söderlund -43	GIF Manhem	61,56
3 Nils Bäck -43	IFK Lund	62,73
4 Harald Henriksson -45	Lekeryd-Svarttorp LSSK	67,22

M70 STAV

2016-07-22

1 Sune Persson -45	Sandviks IK	2,50
2 Tomas Lindberg -46	IFK Lidingö	2,30

M70 LÄNGD

2016-07-22

1 Bengt Isaksson -42	Mariestads AIF	4,08	1,40
2 Jan-Ola Bergkvist -44	Vattudalens LDK	3,62	0,88
3 Tomas Lindberg -46	IFK Lidingö	3,35	1,27
4 John Östlund -45	Hässelby SK	2,95	0,66

M70 DISKUS 1,0

2016-07-22

1 Peter Hackenschmidt -43	IK Hakarpspojarna	38.84
2 Reijo Liimattainen -45	Eds SK Friidrott	34.91
3 Håkan Jakobsson -44	Gotlands Friidrott	32.52
4 Ambjörn Martinsson -45	Stensjöns IF	30.42
5 Stefan Stjernberg	Östhammar FI	30.33
6 John Östlund -45	Hässelby SK	27.51
7 Carl-Herbert Wessely -46	Varbergs GIF friidrott	24.78
8 Greger Melin -46	Bottnaryds IF	24.39
9 Erik O Sjödin -45	Kramfors-Alliansen	22.82

10	Tomas Lindberg -46	IFK Lidingö	21.22
11	Inge Melin -42	Bottnaryds IF	19.35

M70 VIKT 7,26

2016-07-22

1	Peter Hackenschmidt -43	IK Hakarpspojarna	16,43
2	Ambjörn Martinsson -45	Stensjöns IF	15,71
3	Carl-Herbert Wessely -46	Varbergs GIF friidrott	14,69
4	Harald Henriksson -45	Lekeryd-Svarttorp LSSK	13,04
5	Greger Melin -46	Bottnaryds IF	12,18
6	John Östlund -45	Hässelby SK	11,22
7	Inge Melin -42	Bottnaryds IF	9,89

M75 100 M FINAL

Vind 1,5 2016-07-22

1	Anthony Treacher -39	IFK Lidingö	15,31
2	Lennart Asplund -39	IFK Märsta	16,38
3	Ingvar Lindqvist -38	IFK Lidingö	17,85
4	Erik-Åke Tranberg -41	Sälens IF	19,29
5	Jan Grenhall -41	Malmö AI	22,44

M75 800 M

2016-07-22

1	Åke Leverin -39	Väsby IK	3.16,02
2	Tommy Hållstam -39	Hemlingby Löparklubb	3.16,84
3	Erik-Åke Tranberg -41	Sälens IF	3.45,50
4	Gösta Norén -39	Hemlingby Löparklubb	3.51,16

M75 5000 M

2016-07-22

1	Åke Leverin -39	Väsby IK	23.26,47
2	Tommy Hållstam -39	Hemlingby Löparklubb	24.40,37

M75 STAV

2016-07-22

1	Hans Lagerqvist -40	Duvbo IK	2,30
2	Lennart Asplund -39	IFK Märsta	2,10

M75 LÄNGD

2016-07-22

1	Anthony Treacher -39	IFK Lidingö	3,78	1,16
2	Lennart Asplund -39	IFK Märsta	3,26	0,70
3	Erik-Åke Tranberg -41	Sälens IF	2,43	1,66

M75 DISKUS 1,0

2016-07-22

1	Georg Johansson -38	Högby IF	30.93
2	Olavi Helttunen -41	Borås Finska Förening	29.06
3	Bo Sundström -40	Turebergs FK	23.14
4	Gösta Blank -39	Järvsö IF	20.61
5	Erik-Åke Tranberg -41	Sälens IF	16.02

M75 VIKT 7,26

2016-07-22

1	Georg Johansson -38	Högby IF	12,77
2	Olavi Helttunen -41	Borås Finska Förening	11,08
3	Ingvar Lindqvist -38	IFK Lidingö	9,04
4	Erik-Åke Tranberg -41	Sälens IF	8,60

5 Bo Sundström -40	Turebergs FK	7,77	
M80 100 M FINAL		Vind 1,9	2016-07-22
1 Lasse Wennblom -34	Hässelby SK	16,07	
2 Hans Bruno -36	IFK Tumba	16,87	
M80 800 M			2016-07-22
1 Bernt Magnusson -33	IK Akele	4.09,86	
2 Ulf Samuelsson	IFK Linköping	4.16,46	
M80 5000 M			2016-07-22
1 Eric Berglund -32	Vallsta SK	28.33,67	
M80 STAV			2016-07-22
1 Lasse Wennblom -34	Hässelby SK	2,40	
M80 LÄNGD			2016-07-22
1 Tor Trondset -35	Ösmo Nynäs FIK	3,38 1,85	
M80 DISKUS 1,0			2016-07-22
1 Östen Edlund -34	Ragunda IF	38,57	
2 Tor Trondset -35	Ösmo Nynäs FIK	29,91	
3 Bernhard Karlsson -33	Valö IK	24,68	
4 Lasse Wennblom -34	Hässelby SK	24,12	
5 Rune Birgersson -34	IK Orient	16,70	
7 Kjell Lind -36	IFK Lund	13,96	
M80 VIKT 5,45			2016-07-22
1 Östen Edlund -34	Ragunda IF	16,48	
2 Bernhard Karlsson -33	Valö IK	9,17	
3 Rune Birgersson -34	IK Orient	8,92	
4 Kjell Lind -36	IFK Lund	7,98	
5 Douglas Eriksson -35	IFK Umeå	5,57	
M85 DISKUS 1,0			2016-07-22
1 Nils Rågstedt -30	IFK Helsingborg	21,01	
2 Heino Putiainen -30	Ale 90 IK	17,56	
3 Axel Ferneus -28	Järvsö IF	16,78	
M85 VIKT 5,45			2016-07-22
1 Heino Putiainen -30	Ale 90 IK	9,26	
2 Nils Rågstedt -30	IFK Helsingborg	8,15	
3 Axel Ferneus -28	Järvsö IF	6,21	
M90 DISKUS 1,0			2016-07-22
1 Valter Ulander -26	Kvarnsvedens FIK	10,92	
M90 VIKT 5,45			2016-07-22
1 Valter Ulander -26	Kvarnsvedens FIK	6,32	

## LÖRDAG

M35 200 M FINAL		Vind 1,5	2016-07-23
1 Peder Berge -79	Spårvägens FK	24,65	
2 Andreas Daun -80	Katrineholms SK friidrott	24,74	
3 Warren Russel -80	Stockholm Snipers	25,80	
4 Krisitan Neovius -79	Åhus FIK	26,86	
M35 1500 M			2016-07-23
1 Joakim Pihlstrand-Trulp -77	Hammarby IF	4.31,55	
2 André Lembke -78	Nyköpings BIS	4.35,48	
3 Willhelm Kardemark -80	IF Kville	4.53,77	
M35 3000 M HINDER 91,4			2016-07-23
1 Joakim Pihlstrand-Trulp -77	Hammarby IF	13.50,68	
M35 HÖJD			2016-07-23
1 Andreas Daun -80	Katrineholms SK friidrott	1,76	
2 Warren Russel -80	Stockholm Snipers	1,61	
M35 KULA 7,26			2016-07-23
1 Matthew Brown -80	Hammarby IF	12,58	
2 Krisitan Neovius -79	Åhus FIK	10,52	
3 Warren Russel -80	Stockholm Snipers	9,36	
4 Palle Storm -77	Ösmo Nynäs FIK	7,52	
M35 SPJUT 800 g			2016-07-23
1 Warren Russel -80	Stockholm Snipers	34,52	
2 Palle Storm -77	Ösmo Nynäs FIK	21,99	
MÅN 4x400 M			2016-07-23
1 Spårvägens FK		3.51,58	
Benny Carlsson -59			
Ricky Nilsson -63			
Mattias Sunneborn -70			
Mats Holmberg -73			
2 Hemlingby Löparklubb		4.34,18	
Anders Hallberg -69			
Mounir Touzani -69			
Kjell Björk -46			
Johan Skäringe -64			
Uppsala LK		DQ	
Anders Toll -61			
Mats Nordal -77			
Anders Edvinsson -69			
Roland Jansson -52			
Hammarby IF		DQ	
Joakim Pihlstrand-Trulp -77			
Patrik Hernwall -66			
Christian Lindström -74			
Anders Ström -47			
M40 200 M Försök	HEAT 1	Vind -0,2	2016-07-23
1 Jonas Asplund -73	IFK Märsta	24,39 Final	
2 Jan Erlandsson -72	Villstad GIF	24,51 Final	

3 Mats Holmberg -73	Spårvägen FK	25,15	Final
4 Sergej Nikolajev -73	Hässelby SK	25,36	Final
5 Henrik Arnerdal -74	Ösmo Nynäs FIK	26,41	Final

M40 200 M Försök	HEAT 2	Vind 1,1	
1 Anders Logg -76	Smögens IF	24,01	Final PV
2 Magnus Nilsson -72	IFK Lidingö	24,64	Final
3 Christian Albing -72	Nyköpings BIS	25,46	Final
4 Tobias Ulegård -75	Västerås FK	27,62	
5 Kenneth Engblom -72	IF Vingarna	28,93	

M40 200 M Försök	FINAL	Vind 1,7	2016-07-23
1 Anders Logg -76	Smögens IF	23,76	
2 Jonas Asplund -73	IFK Märsta	23,84	
3 Magnus Nilsson -72	IFK Lidingö	24,13	
4 Jan Erlandsson -72	Villstad GIF	24,28	
5 Mats Holmberg -73	Spårvägen FK	24,82	
6 Sergej Nikolajev -73	Hässelby SK	25,13	
7 Henrik Arnerdal -74	Ösmo Nynäs FIK	26,58	
Christian Albing -72	Nyköpings BIS	DNS	

M40 1500 M			2016-07-23
1 Magnus Wallenius -73	Västerås FK	4.18,29	
2 Henrik Nord -73	Ystads IF	4.18,79	
3 Elias Dahl -76	Hammarby IF	4.21,87	
4 Mikael Stagling -75	IS Göta	4.38,77	
5 Christian Lindström -74	Hammarby IF	5.03,73	
6 Mats Liljegren -76	Team Skavsåret IF	6.17,79	

M40 HÖJD			2016-07-23
1 Håkan Setthammar -72	Västerås FK	1,76	
2 Christian Brun -76	KFUM Örebro	1,64	
3 Christian Albing -72	Nyköpings BIS	1,58	
4 Herman Höglund -76	Bromma IF	1,50	
5 Dennis Due -73	IS Göta	1,34	

M40 KULA 7,26			2016-07-23
1 Stellan Back -75	Turebergs FIK	12,74	
2 Håkan Setthammar -72	Västerås FK	11,96	
3 Per-Ola Åkerman -72	IFK Halmstad	10,91	
4 David Gustafsson -73	Spårvägens FK	10,71	
5 Mattias Eriksson -74	Sundsvalls FI	10,32	
6 Kristian Petersson -75	Huddinge AIS	10,28	
7 Lars-Göran Nylén -75	Danderyds SK Friidrott	9,09	
8 Urban Evjen -73	Danderyds SK Friidrott	8,02	

M40 SPJUT 800 g			2016-07-23
1 Stellan Back -75	Turebergs FIK	59,86	
2 Magnus Tornerefelt -72	IF Kville	52,15	
3 Lars-Göran Nylén -75	Danderyds SK Friidrott	50,05	

4 Kristian Petersson -75	Huddinge AIS	43,72
5 Henrik Arnerdal -74	Ösmo Nynäs FIK	35,19
6 Urban Evjen -73	Danderyds SK Friidrott	34,84
7 Johan Alm -76	IFK Strömsund	32,88
8 Dennis Due -73	IS Göta	32,38

M45 200 M Försök	HEAT 1	Vind 1,3	2016-07-23
1 Mattias Sunneborn -70	Spårvägens FK	25,75 Final	
2 Henrik Tegnér -70	Bromma IF	25,98 Final	
3 Johan Wibäck -71	Huddinge AIS	26,88 Final	
4 Anders Lindgren -68	Nyköpings BIS	28,57	

M45 200 M Försök	HEAT 2	Vind 1,7
1 Peter Wallin -71	IFK Märsta	25,00 Final
2 Constantin Ilic -70	Spårvägens FK	25,98 Final
3 Tomas Fanta -68	Oskarshamns SK	26,15 Final
4 Andreas Mack -70	IF Kville	26,70 Final
5 Anders Pihl -70	Lerums Friidrott	27,35 Final

M45 200 M Försök	FINAL	Vind 0,5	2016-07-23
1 Mattias Sunneborn -70	Spårvägens FK	23,21	
2 Peter Wallin -71	IFK Märsta	24,53	
3 Constantin Ilic -70	Spårvägens FK	25,55	
4 Tomas Fanta -68	Oskarshamns SK	25,63	25,621
5 Henrik Tegnér -70	Bromma IF	25,63	25,627
6 Andreas Mack -70	IF Kville	26,37	
7 Anders Pihl -70	Lerums Friidrott	34,42	
99 Johan Wibäck -71	Huddinge AIS	DNS	

M45 1500 M			2016-07-23
1 Naill O'Hanlon -69	IK Akele	4.39,68	
2 Rodney Hundermark -69	IFK Nora	4.46,24	
3 Anders Edvinsson -69	Uppsala LK	4.47,08	
4 MounirTouzani -69	Hemlingby Löparklubb	4.53,56	
5 Morten Linnes -67	IFK Märsta	4.55,78	
6 Mats Kollbrink -70	Hässelby SK	5.05,94	
7 Martin Larsson -71	Huddinge AIS	6.18,83	

M45 HÖJD			2016-07-23
1 Mats Kollbrink -70	Hässelby SK	1,67	
2 Hunter S Mabon -73	Danderyds SK Friidrott	1,58	
2 Staffan Myrqvist -67	Huddinge AIS	1,58	
4 Peter Nilsson -70	Stockholms FTF	1,58	
5 Michael Bohman -71	IFK Halmstad	1,54	
6 Mattias Lundberg -74	Spårvägens FK	1,54	
7 Jan-Olof Åkesson -67	Lekeryd-Svarttorp LSSK	1,46	
8 Anders Pihl -70	Lerums Friidrott	1,34	

M45 KULA 7,26			2016-07-23
1 Magnus Håkansson -70	Valbo AIF	13,33	

2 Bengt Rilegård -67	Stockholms FTF	10,62
3 Hunter S Mabon -73	Danderyds SK Friidrott	10,46
4 Mattias Lundberg -74	Spårvägens FK	10,33
5 Johan Jergander -70	Ösmo Nynäs FIK	10,16
6 Urban Håkansson -69	Falköpings AIK-FIF	8,70

M45 SPJUT 800 g

2016-07-23

1 Bengt Rilegård -67	Stockholms FTF	50,48
2 Anders Bäckman -71	Danderyds SK Friidrott	45,30
3 Magnus Håkansson -70	Valbo AIF	44,97
4 Peter Wallin -71	IFK Märsta	40,73
5 Michael Bohman -71	IFK Halmstad	37,69
6 Urban Håkansson -69	Falköpings AIK-FIF	32,75
7 Johan Jergander -70	Ösmo Nynäs FIK	28,60
8 Hunter S Mabon -73	Danderyds SK Friidrott	27,18

M50 200 M Försök

HEAT 1

Vind 0,5

2016-07-23

1 Dag Dacke -65	IFK Märsta	25,78 Final
2 Tomas Jönsson -65	Gefle IF	26,05 Final
3 Peter Hellgren -64	Bålsta IK	26,09 Final
4 Sandy Bengtsson -63	Oskarshamns SK	26,29 Final
5 Lars-Ove Wåhlander -66	IF Triangeln	26,41 Final

M50 200 M Försök

HEAT 2

Vind 1,0

1 Ricky Nilsson -63	Spårvägens FK	25,78 Final
2 Mats Olsson -65	Morjärv SK	26,33 Final PV
3 Håkan Harrysson -63	IF Kville	26,34 Final
4 Per Björkman -65	Stockholms FTF	26,48
5 Patrick Neuendorff -66	IFK Märsta	27,73

M50 200 M Försök

FINAL

Vind 1,9

2016-07-23

1 Tomas Jönsson -65	Gefle IF	25,49	25,482
2 Dag Dacke -65	IFK Märsta	25,49	25,484
3 Ricky Nilsson -63	Spårvägens FK	25,67	
4 Peter Hellgren -64	Bålsta IK	25,94	
5 Håkan Harrysson -63	IF Kville	26,09	
6 Mats Olsson -65	Morjärv SK	26,26	
7 Sandy Bengtsson -63	Oskarshamns SK	26,28	
8 Lars-Ove Wåhlander -66	IF Triangeln	25,56	

M50 1500 M

2016-07-23

1 Per Björkman -65	Stockholms FTF	4.32,55
2 Börje Holst -66	Borlänge LK	4.35,66
3 BG Nilensjö -63	IS Göta	4.47,46
4 Patrik Hernwall -66	Hammarby IF	5.01,95
5 Joakim Petersson -62	Väsby IK	5,28,24
6 Håkan Marklund -66	Uppsala LK	6.21,48

M50 3000 M HINDER 91,4

2016-07-23

1 Ola Bäckström	Säters IF	13.56,94
-----------------	-----------	----------



M50 HÖJD			2016-07-23
1	Anders Silén -65	Järvsö IF	1,64
2	Anders Ryttermalm -66	Stockholms FTF	1,54
3	Panagiotis Avramidis -65	Hanvikens SK	1,54
4	Dan Kullman -65	Stockholms FTF	1,54
M50 KULA 6,0			2016-07-23
1	Anders Larsson -66	Gefle IF	14,90
2	Mikael Nilsson -64	Strands IF	13,56
3	Lars Gustafsson -64	Säters IF	12,28
4	Rolf Österholm	Timrå AIF	11,99
5	Mikael Wallin -63	Stockholms FTF	11,72
6	Jari Ketola -65	Spårvägens FK	11,29
7	Panagiotis Avramidis -65	Hanvikens SK	11,06
8	Tomas Classon -62	Huddinge AIS	10,57
9	Lasse Karlsson -65	Östhammar FI	10,19
10	Per-Jonas Trollsås -65	Danderyds SK Friidrott	8,71
M50 SPJUT 700 g			2016-07-23
1	Reijo Kuha -63	Djurmo- Sifferbo IF	44,35
2	Anders Silén -65	Järvsö IF	42,91
3	Anders Ryttermalm -66	Stockholms FTF	39,54
4	Lars Gustafsson -64	Säters IF	37,66
5	Hans Nordberg -65	Huddinge AIS	36,68
6	Dan Kullman -65	Stockholms FTF	36,33
7	Patrick Neuendorff -66	IFK Märsta	34,30
8	Mikael Wallin -63	Stockholms FTF	33,08
9	Mikael Magnusson -66	IFK Tumba	26,18
M55 200 M FINAL			Vind 0,5
			2016-07-23
1	Jan Lilja -60	Sundsvalls FI	27,00
2	Mats Röhr -60	Ystads IF	27,76
3	Peter Lindgren -60	IS Göta	27,87
4	Anders Toll -61	Uppsala LK	27,94
5	Jan Berglin -60	Valbo AIF	28,51
M55 1500 M			2016-07-23
1	Anders Toll -61	Uppsala LK	4.57,36
2	Roger Reinhold -61	IF Linnéa	5.00,21
3	Sten Thunberg -60	Solvikingarna	5.01,01
4	Göran Lindqvist -57	Hemlingby Löparklubb	5.02,53
5	Johan Norberg -61	Trångsvikens IF	5.02,79
6	Thomas Dahl -58	Solvikingarna	5.07,86
7	Tony Backeby -57	Vallsta SK	5.17,38
M55 3000 M HINDER 91,4			2016-07-23
1	Anders Toll -61	Uppsala LK	11.56,92
M55 HÖJD			2016-07-23

1 Mats Nagle -60	Stockholms FTF	1,67	PB
2 Tomas Bengtsson -61	IFK Märsta	1,38	
3 Mikael Olsson -61	Huddinge AIS	1,34	
M55 KULA 6,0			2016-07-23
1 Roger Boström -59	IFK Umeå	12,24	
2 Örjan Fritjofsson -61	Finspångs AIK	10,10	
3 Tomas Bengtsson -61	IFK Märsta	10,00	
4 Johan Löfstedt -59	Ösmo Nynäs FIK	9,91	
5 Per-Gunnar Berglund -57	Gefle IF	9,82	
6 Lennart Winblad von Walter -60	Strands IF	9,64	
7 Rolf Munke -57	IFK Helsingborg	9,39	
8 Roger Östlund -60	Ragunda IF	9,30	
9 Sten-Erik Wihlborg -58	Skellefteå AIK	9,27	
10 Lars Hammargren -60	Bollnäs FIK	8,37	
M55 SPJUT 700 g			2016-07-23
1 Roger Boström -59	IFK Umeå	43,87	
2 Anders Andersson -58	Villstad GIF	42,20	
3 Rolf Munke -57	IFK Helsingborg	40,66	
4 Lennart Winblad von Walter -60	Strands IF	37,00	
5 Johan Löfstedt -59	Ösmo Nynäs FIK	31,38	
6 Tomas Bengtsson -61	IFK Märsta	19,70	
M60 200 M FINAl		Vind 0,7	2016-07-23
1 Jens Bylund -55	Jalles TC	29,44	
2 Lennart Nyberg -52	Västerås FK	29,54	
3 Ove Larsson -53	Järvsö IF	29,64	
4 Bengt Aikdahl -56	Alvesta Friidrott	29,75	
5 Hasse Widström	Stocksätters IF	29,90	
6 Hans Erixson -53	Karlskoga IS	30,00	
Jan Sjölund -56	AXA Sports Club	DNS	
Tony Holmgren -54	IF Göta	DSQ	
M60 1500 M			2016-07-23
1 Jens Bylund -55	Jalles TC	5.09,74	
2 Jörgen Thorsell -52	Falu IK	5.10,66	
3 Lasse Hagström -55	Spårvägens FK	5.15,31	
4 Lars Lindqvist -56	Björntorps IF	5.22,18	
5 Tauno Mertala -53	IF Start	5.29,66	
6 Roland Jansson -52	Uppsala LK	5.38,39	
7 Halvard Sundström -54	IF Vingarna	5.40,14	
8 Leif Andersson -54	Borlänge LK	5.43,45	
9 Nils-Göran Hasselkvist -55	Högbo GIF	5.49,77	
10 Martin Svensson -56	IFK Trelleborg	5.54,02	
M60 2000 M HINDER 76,2			2016-07-23
1 Jan Hagelbrand -54	Spring Åmål	8.30,45	
2 Sture Åhs -56	Roma IF	9.33,11	

M60 HÖJD			2016-07-23
1 Jan From -55	IFK Göteborg	1,50	
2 Bengt Aikdahl -56	Alvesta Friidrott	1,30	
M60 KULA 5,0			2016-07-23
1 Kjell-Åke Forslund	Timrå AIF	11,96	
2 Alpo Tornikoski -54	Huddinge AIS	11,52	
3 Åke Ruus -53	Spårvägens FK	11,51	
4 Kalle Zerpe	Gefle IF	11,48	
5 Bengt Aikdahl -56	Alvesta Friidrott	10,88	
6 Östen Eriksson -56	Valö IK	10,72	
7 Alf Nede -53	IFK Linköping	9,84	
8 Lars-Henrik Stålmarch -53	IFK Linköping	9,31	
M60 SPJUT 600 g			2016-07-23
1 Bengt Aikdahl -56	Alvesta Friidrott	40,37	
2 Lars-Henrik Stålmarch -53	IFK Linköping	39,18	
3 Åke Ruus -53	Spårvägens FK	38,22	
4 Lars Forsberg -52	Djurmo- Sifferbo IF	36,54	
5 Kalle Zerpe	Gefle IF	36,24	
6 Alf Nede -53	IFK Linköping	28,40	
M65 200 M FINAL		Vind 0,2	2016-07-23
1 Mats Höglund -51	Brännans IF	30,67	
2 Lars E Norman -47	IFK Halmstad	32,42	
3 Krzysztof Furmaniuk -48	Hellas FK	34,09	
4 Antti Lindstedt -49	Huddinge AIS	34,24	
Gunnar Neovius -49	Åhus FIK	DNS	
M65 1500 M			2016-07-23
1 Hans Södergren -51	Oskarshamns SK	5.34,19	
2 Tommy Ericsson -47	LK Nyköpings Runners	5.40,71	
3 Bo Larsson -51	Järvsö IF	5.43,55	
M65 2000 M HINDER 76,2			2016-07-23
1 Jan Hjelm -51	GIF Manhem	10.58,84	
M65 HÖJD			2016-07-23
1 Bengt Bruno Myrberg -51	Danderyds SK Friidrott	1,52	
2 Lars Bergsten -48	Skellefteå AIK	1,32	
3 Gunnar Neovius -49	Åhus FIK	1,30	
4 Sven Alm -47	IK Orient	1,28	
5 Antti Lindstedt -49	Huddinge AIS	1,22	
6 Stig-Arne Mattsson -51	Järvsö IF	1,20	
M65 KULA 6,0			2016-07-23
1 Kenneth Jansson -49	IFK Helsingborg	11,87	
2 Stig-Arne Mattsson -51	Järvsö IF	11,11	
3 Jöran Westberg -47	Huddinge AIS	10,81	
4 Stig Arvidsson -49	Lekeryd-Svarttorp LSSK	10,35	

5	Sven Alm -47	IK Orient	9,77
6	Gunnar Neovius -49	Åhus FIK	9,55
7	Lars Bergsten -48	Skellefteå AIK	9,33
8	Matti Hast -51	Ununge IF	9,04
9	Roger Karlsson -51	Stensjöns IF	8,75
10	Ulf Berggren -47	Hellas FK	7,82

M65 SPJUT 600 g

2016-07-23

1	Stig Arvidsson -49	Lekeryd-Svarttorp LSSK	37,45
2	Antti Lindstedt -49	Huddinge AIS	34,74
3	Lars Bergsten -48	Skellefteå AIK	33,79
4	Matti Hast -51	Ununge IF	31,83
5	Sven Alm -47	IK Orient	27,12
6	Gunnar Neovius -49	Åhus FIK	25,33

M70 200 M FINAL

Vind 1,0

2016-07-23

1	Leif Karlsson -43	Alvesta Friidrott	32,14
2	Pekka Kantola -46	IK Orient	32,47
3	Keith Johansson -44	Gefle IF	32,64
4	Lasse Noaksson -45	Hässelby SK	32,90
5	Sune Persson -45	Sandviks IK	32,29
6	Uno Niklasson -44	Trångsvikens IF	33,64

M70 1500 M

2016-07-23

1	Anders Hansson -44	Vilsta IK	5.39,93
2	Kjell Björk -46	Hemlingby Löparklubb	5.53,82
3	Hans Sundgren -45	Dalaregementets IF	6.14,45

M70 2000 M HINDER 76,2

2016-07-23

1	Lars Söderlund -43	GIF Manhem	10.38,82
---	--------------------	------------	----------

M70 HÖJD

2016-07-23

1	Erik O Sjödin -45	Kramfors-Alliansen	1,36
2	Gunnar Ekstedt -43	Hässelby SK	1,34
3	Lars Kronlund -42	Munsö IF	1,24
4	Harald Henriksson -45	Lekeryd-Svarttorp LSSK	1,24
5	John Östlund -45	Hässelby SK	1,16
6	Tomas Lindberg -46	IFK Lidingö	1,14

M70 KULA 4,0

2016-07-23

1	Inge Melin -42	Bottnaryds IF	11,04
2	Greger Melin -46	Bottnaryds IF	10,88
3	Reijo Liimattainen -45	Eds SK Friidrott	10,79
4	Carl-Herbert Wessely -46	Varbergs GIF friidrott	10,63
5	John Östlund -45	Hässelby SK	9,62
6	Pekka Kantola -46	IK Orient	9,48
7	Tomas Lindberg -46	IFK Lidingö	8,93

M70 SLÄGGA 4,0

2016-07-23

1	Ambjörn Martinsson -45	Stensjöns IF	43,45
---	------------------------	--------------	-------

2	Carl-Herbert Wessely -46	Varbergs GIF friidrott	41,59	
3	Harald Henriksson -45	Lekeryd-Svarttorp LSSK	31,00	
4	Greger Melin -46	Bottnaryds IF	27,46	
M70 SPJUT 500 g				2016-07-23
1	Reijo Liimattainen -45	Eds SK Friidrott	43,95	
2	Inge Melin -42	Bottnaryds IF	32,42	
3	Stefan Stjernberg	Östhammar FI	32,29	
4	Sune Persson -45	Sandviks IK	31,95	
5	Håkan Jakobsson -44	Gotlands Friidrott	30,07	
6	John Östlund -45	Hässelby SK	26,08	
7	Pekka Kantola -46	IK Orient	23,66	
8	Greger Melin -46	Bottnaryds IF	23,56	
9	Erik O Sjödin -45	Kramfors-Alliansen	21,58	
10	Tomas Lindberg -46	IFK Lidingö	15,69	
M75 200 M FINAL			Vind 0,5	2016-07-23
1	Anthony Treacher -39	IFK Lidingö	31,85	
2	Lennart Asplund -39	IFK Märsta	35,16	
3	Ingvar Lindqvist -38	IFK Lidingö	38,46	
4	Erik-Åke Tranberg -41	Sälens IF	40,23	
5	Jan Grenhall -41	Malmö AI	47,41	
M75 1500 M				2016-07-23
1	Åke Leverin -39	Väsby IK	6.33,16	
2	Erik-Åke Tranberg -41	Sälens IF	8.50,41	
M75 HÖJD				2016-07-23
1	Gösta Blank -39	Järvsö IF	1,20	
2	Lennart Gustafsson -40	Brattås CK	1,00	
3	Lennart Asplund -39	IFK Märsta	0,90	
M75 KULA 4,0				2016-07-23
1	Olavi Helttunen -41	Borås Finska Förening	9,49	
2	Georg Johansson -38	Högby IF	8,67	
3	Ingvar Lindqvist -38	IFK Lidingö	8,37	
4	Bo Sundström -40	Turebergs FK	7,89	
5	Lennart Gustafsson -40	Brattås CK	7,15	
6	Ove Edlund -39	Nyköpings BIS	6,50	
M75 SLÄGGA 4,0				2016-07-23
1	Georg Johansson -38	Högby IF	36,90	
2	Olavi Helttunen -41	Borås Finska Förening	25,39	
3	Bo Sundström -40	Turebergs FK	20,01	
4	Erik-Åke Tranberg -41	Sälens IF	19,10	
M75 SPJUT 500 g				2016-07-23
1	Olavi Helttunen -41	Borås Finska Förening	24,70	
2	Georg Johansson -38	Högby IF	20,07	
3	Bo Sundström -40	Turebergs FK	19,21	

4 Lennart Gustafsson -40	Brattås CK	16,94	
5 Erik-Åke Tranberg -41	Sälens IF	16,57	
M80 200 M FINAL		Vind 1,0	2016-07-23
1 Lasse Wennblom -34	Hässelby SK	34,13	
2 Hans Bruno -36	IFK Tumba	36,37	
M80 1500 M			2016-07-23
1 Bernt Magnusson -33	IK Akele	8.33,37	
2 Ulf Samuelsson -36	IFK Linköping	8.52,82	
M80 HÖJD			2016-07-23
1 Lasse Wennblom -34	Hässelby SK	1,14	
M80 KULA 3,0			2016-07-23
1 Östen Edlund -34	Ragunda IF	12,98	
2 Bernhard Karlsson -33	Valö IK	11,86	
3 Tor Trondset -35	Ösmo Nynäs FIK	11,41	
4 Kjell Lind -36	IFK Lund	6,81	
M80 SLÄGGA 4,0			2016-07-23
1 Östen Edlund -34	Ragunda IF	38,63	
2 Tor Trondset -35	Ösmo Nynäs FIK	30,18	
3 Bernhard Karlsson -33	Valö IK	23,63	
4 Rune Birgersson -34	IK Orient	19,48	
5 Kjell Lind -36	IFK Lund	19,05	
6 Douglas Eriksson -35	IFK Umeå	13,29	
M80 SPJUT 400 g			2016-07-23
1 Tor Trondset -35	Ösmo Nynäs FIK	30,43	
2 Bernhard Karlsson -33	Valö IK	24,63	
3 Rune Birgersson -34	IK Orient	16,02	
4 Olle Arvidsson -35	Järvsö IF	13,70	
M85 HÖJD			2016-07-23
1 Axel Ferneus -28	Järvsö IF	0,94	
M85 KULA 3,0			2016-07-23
1 Heino Putiainen -30	Ale 90 IK	8,15	
2 Nils Rågstedt -30	IFK Helsingborg	7,78	
3 Axel Ferneus -28	Järvsö IF	7,59	
M85 SLÄGGA 4,0			2016-07-23
1 Heino Putiainen -30	Ale 90 IK	25,27	
2 Nils Rågstedt -30	IFK Helsingborg	19,47	
3 Axel Ferneus -28	Järvsö IF	16,79	
M85 SPJUT 400 g			2016-07-23
1 Heino Putiainen -30	Ale 90 IK	21,03	
2 Axel Ferneus -28	Järvsö IF	16,91	

M90 SLÄGGA 4,0			2016-07-23
1 Valter Ulander -26	Kvarnsvedens FIK	17,20	

SÖNDAG

MÄN 110 M HÄCK extra lopp		Vind 1,8	2016-07-24
1 Robert Kronberg -76	IF Kville	14,43	
2 Hunter S Mabon -7	Danderyds SK Friidrott	17,85	

M35 400 M FINAL			2016-07-24
1 Joakim Pihlstrand-Trulp -77	Hammarby IF	55,60	
2 Mats Nordal -77	Uppsala LK	60,45	

M35 10000 M			2016-07-24
1 Martin Öhman -81	Hässelby SK	32.36,77	
2 Fred Grönwall -81	Roma IF	32.44,76	
3 Conny Wass	LK SpringÅmål	33.45,28	
4 Niklas Andersson -78	Hässelby SK	34.56,43	
5 Per Liv -79	Hemlingby Löparklubb	36.22,74	

M35 TRESTEG			2016-07-24
1 Tobias Lundqvist -80	IK Sisu	12,37 0,29	

M35 SLÄGGA 7,26			2016-07-24
1 Stefan Alneroth -81	Gefle IF	42,85	
2 Palle Storm -77	Ösmo Nynäs FIK	19,82	

M40 400 M FINAL			2016-07-24
1 Magnus Nilsson -72	IFK Lidingö	53,96	
2 Jan Erlandsson -72	Vilsta IK	54,40	
3 Sergej Nikolajev -73	Hässelby SK	58,01	

M40 10000 M			2016-07-24
1 Erik Framme -73	Hälle IF	34.32,27	
2 Mikael Stagling -75	IS Göta	35.18,10	
3 Elias Dahl -76	Hammarby IF	35.25,29	
4 Pär Ugglå -76	Högbo GIF	35.52,00	
5 Herman Degselius -73	FK Studernterna	37.21,41	
6 Mikael Tilly -72	Lerums Friidrott	38.54,21	
7 Mats Liljegren -76	Team Skavsåret IF	45.15,37	

M40 110 M HÄCK 99,1		Vind -0,6	2016-07-24
1 Robert Kronberg -76	IF Kville	14,59	MR
2 Jonas Asplund -73	IFK Märsta	18,91	
3 Urban Evjen -73	Danderyds SK Friidrott	19,81	

M40 TRESTEG			2016-07-24
1 Håkan Ohlsson -74	Gefle IF	11,58 1,82	
2 Sergej Nikolajev -73	Hässelby SK	11,57 0,52	
3 Christian Albing -72	Nyköpings BIS	11,48 1,13	

4	Dennis Due -73	IS Göta	10,23	1,74	
5	Urban Evjen -73	Danderyds SK Friidrott	9,71	1,82	
	M40 SLÄGGA 7,26				2016-07-24
1	David Gustafsson -73	Spårvägens FK	42,41		
2	Stellan Back -75	Turebergs FIK	37,40		
3	Lars-Göran Nylén -75	Danderyds SK Friidrott	32,99		
4	Kristian Petersson -75	Huddinge AIS	32,61		
	M45 400 M FINAL				2016-07-24
1	Henrik Tegnér -70	Bromma IF	56,41		
2	Patrik Eriksson -71	Enköpings AIF	56,79		
3	Anders Pihl -70	Lerums Friidrott	63,21		
	M45 10000 M				2016-07-24
1	Staffan Westerdahl -70	Fredrikshof FIF	35.25,26		
2	Bo Torstensson -69	Falkenberg Allstars	36.47,45		
3	Anders Edvinsson -69	Uppsala LK	38.28,83		
4	Fredrik Nybäck -70	Bromma IF	39.36,60		
5	Magnus Dahlin -69	FK Studerterna	40.02,73		
	MounirTouzani -69	Hemlingby Löparklubb	DNF		
	M45 110 M HÄCK 99,1		Vind -0,6		2016-07-24
1	Hunter S Mabon -73	Danderyds SK Friidrott	17,94		
2	Michael Bohman -71	IFK Halmstad	18,81		
3	Jan-Olof Åkesson -67	Lekeryd-Svarttorp LSSK	19,03		
	M45 TRESTEG				2016-07-24
1	Tomas Fanta -68	Oskarshamns SK	10,79	0,52	
2	Michael Bohman -71	IFK Halmstad	10,45	0,62	
3	Jan-Olof Åkesson -67	Lekeryd-Svarttorp LSSK	9,78	1,05	
4	Anders Pihl -70	Lerums Friidrott	9,78	-0,30	
5	Urban Håkansson -69	Falköpings AIK-FIF	9,39	1,23	
	M45 SLÄGGA 7,26				2016-07-24
1	Magnus Mårtensson -71	IFK Strömsund	45,33		
2	Johan Jergander -70	Ösmo Nynäs FIK	33,87		
3	Patrick Lindfors -70	Mälarhöjdens Friidrott	32,12		
4	Roger Karlsson -71	IFK Tumba	28,41		
	M50 400 M FINAL				2016-07-24
1	Per Björkman -65	Stockholms FTF	55,85		
2	Dag Dacke -65	IFK Märsta	56,60		
3	Mats Olsson -65	Morjärv SK	57,07		
4	Håkan Harrysson -63	IF Kville	58,36		
5	Sandy Bengtsson -63	Oskarshamns SK	60,57		
6	Anders Ryttermalm -66	Stockholms FTF	65,29		
7	Lars Zetterberg -62	Hanvikens SK	67,83		
	M50 10000 M				2016-07-24



1 Anders Dahl -64	Högbo AIK	34.58,41	
2 Börje Holst -66	Borlänge LK	36.23,86	
3 BG Nilensjö -63	IS Göta	38.36,63	
4 Morgan Sällström	Friskis & Svettis Västerås	48.01,42	
Henrik Hammarlund -63	Solvikingarna	DNF	
Joakim Petersson -62	Väsby IK	DNF	
M50 TRESTEG			2016-07-24
1 Dag Dacke -65	IFK Märsta	11,06	0,30
2 Anders Silén -65	Järvsö IF	10,18	0,30
M50 SLÄGGA 6,0			2016-07-24
1 Torgny Gustafsson -65	Strands IF	47,25	
2 Tomas Classon -62	Huddinge AIS	41,77	
3 Lars Gustafsson -64	Säters IF	37,73	
4 Mikael Magnusson -66	IFK Tumba	22,31	
M55 400 M FINAL			2016-07-24
1 Anders Toll -61	Uppsala LK	60,34	
2 Ulf Magnusson -61	Tjalve IF	63,37	
3 Peter Lindgren -60	IS Göta	64,59	
4 Göran Lindqvist -57	Hemlingby Löparklubb	65,93	
5 Johan Norberg -61	Trångsvikens IF	66,13	
M55 10000 M			2016-07-24
1 Per-Anders Ottersten -61	IF Göta	40.00,79	
2 Tony Backeby -57	Vallsta SK	40.27,61	
3 Ingvar Olofsson -57	Fredrikshof FIF	40.29,55	
4 Roger Reinhold -61	IF Linnéa	41.02,65	
5 Lars-Göran Berggren -57	Team Skavsåret IF	49.22,00	
Sten Thunberg -60	Solvikingarna	DNF	
Håkan Torstensson --60	Heleneholms IF	DNF	
Thomas Dahl -58	Solvikingarna	DNF	
Göran Lindqvist -57	Hemlingby Löparklubb	DNF	
M55 TRESTEG			2016-07-24
1 Mats Nagle -60	Stockholms FTF	10,41	0,30
2 Anders Toll -61	Uppsala LK	9,72	0,43
M55 SLÄGGA 6,0			2016-07-24
1 Per-Erik Nääs -61	Söderhamns IF	39,16	
2 Tore Olofsson	Visby IF Gute	37,99	
3 Sten-Erik Wihlborg -58	Skellefteå AIK	29,62	
4 Per-Gunnar Berglund -57	Gefle IF	29,31	
5 Johan Löfstedt -59	Ösmo Nynäs FIK	28,14	
6 Lars Hammargren -60	Bollnäs FIK	28,01	
7 Tomas Bengtsson -61	IFK Märsta	24,54	
M60 400 M FINAL			2016-07-24
1 Jörgen Thorsell -52	Falu IK	67,96	

2 Nils Nestor -52	Hässelby SK	68,97	
3 Martin Svensson -56	IFK Trelleborg	70,07	
4 Gunnar Isrealsson -54	Öbacka LK	84,11	
M60 10000 M			2016-07-24
1 Jörgen Thorsell -52	Falu IK	40.27,40	
2 Lars Lindqvist -56	Björntorps IF	41.48,55	
3 Tauno Mertala -53	IF Start	43.49,90	
M60 100 M HÄCK 84,0			2016-07-24
1 Peter Danneman -55	Stensjöns IF	19,11	
M60 TRESTEG			2016-07-24
1 Hans Erixson -53	Karlskoga IS	9,33	0,29
2 Per-Ove Kristersson -53	Istrum SK	7,77	0,30
3 Sture Åhs -56	Roma IF	7,35	0,29
M60 SLÄGGA 5,0			2016-07-24
1 Åke Ruus -53	Spårvägens FK	41,05	
2 Evert Kvist -56	Alvesta Friidrott	40,95	
3 Östen Eriksson -56	Valö IK	30,19	
4 Åke Lindén -56	Valö IK	28,43	
5 Alpo Tornikoski -54	Huddinge AIS	25,68	
M65 400 M FINAL			2016-07-24
1 Hans Södergren -51	Oskarshamns SK	65,42	
2 Lars E Norman -47	IFK Halmstad	71,17	
3 Mats Höglund -51	Brännans FF	72,33	
4 Antti Lindstedt -49	Huddinge AIS	79,22	
5 Krzysztof Furmaniuk -48	Hellas FK	81,48	
M65 10000 M			2016-07-24
1 Alex Bonn -51	Vallentuna FK	42.45,81	
2 Anders Gezelius -50	Solvikingarna	44.32,01	
3 Bengt Lindgren -47	Vallentuna FK	50.46,52	
Bo Larsson -51	Järvsö IF	DNF	
M65 100 M HÄCK 84,0			2016-07-24
1 Antti Lindstedt -49	Huddinge AIS	23,00	
Dag Jonzon -49	Timrå AIF	DNF	
M65 TRESTEG			2016-07-24
1 Sven Alm -47	IK Orient	6,25	0,78
M65 SLÄGGA 5,0			2016-07-24
1 Kenneth Jansson -49	IFK Helsingborg	50,93	
2 Stig Arvidsson -49	Lekeryd-Svarttorp LSSK	39,25	
3 Lars Bergsten -48	Skellefteå AIK	29,91	
4 Stig-Arne Mattsson -51	Järvsö IF	29,85	
5 Antti Lindstedt -49	Huddinge AIS	29,65	

M70 400 M FINAL			2016-07-24
1	Sune Persson -45	Sandviks IK	73,65
2	Pekka Kantola -46	IK Orient	74,19
3	Kjell Björk -46	Hemlingby Löparklubb	74,26
4	Lasse Noaksson -45	Hässelby SK	74,32
M70 10000 M			2016-07-24
1	Anders Hansson -44	Vilsta IK	41.37,53
2	Kjell Björk -46	Hemlingby Löparklubb	48.01,34
3	Hans Sundgren -45	Dalaregementets IF	48.59,95
M70 80 M HÄCK 76,2			2016-07-24
1	Björn Oback -44	IFK Tumba	17,54
2	Lars Söderlund -43	GIF Manhem	18,65
M70 TRESTEG			2016-07-24
1	Harald Henriksson -45	Lekeryd-Svarttorp LSSK	8,00 1,60
2	Erik O Sjödin -45	Kramfors-Alliansen	7,70 0,56
M75 400 M FINAL			2016-07-24
1	Anthony Treacher -39	IFK Lidingö	77,79
2	Lennart Asplund -39	IFK Märsta	92,76
3	Erik-Åke Tranberg -41	Sälens IF	93,10
4	Jan Grenhall -41	Malmö AI	112,52
M75 10000 M			2016-07-24
1	Åke Leverin -39	Väsby IK	49.07,62
M75 TRESTEG			2016-07-24
1	Erik-Åke Tranberg -41	Sälens IF	4,35 1,31
M80 400 M FINAL			2016-07-24
1	Ulf Samuelsson	IFK Linköping	118,07
2	Bernt Magnusson -33	IK Akele	118,93
M85 TRESTEG			2016-07-24
1	Axel Ferneus -28	Järvsö IF	5,08 0,87