

# Jämtland-Härjedalens DM 10 000m 2010 (resultatlista)

Tid och plats: Krokom 2 september 2010 kl. 19.15

Arrangör: Trångsvikens IF

Tävlingsledare: Johan Norberg

Eltid: Gösta Olofsson

Starter: Tommy Jirhed

Väder: Något kyligt, +10, obetydlig vind, bra löpförhållanden.

## Män 10 000m - DM

1) Jonatan Toresson-86	Trångsvikens IF	33.33.68	
2) Claes Lundin-79	Trångsvikens IF	35.19.14	
3) Hans Ahlberg-82	Trångsvikens IF	35.25.67	
4) Carl-Henrik Rost-71	Trångsvikens IF	35.42.35	
5) Per-Anders Östberg-77	Landöns IF	36.04.30	klubbrekord
6) Jon Steging-82	Rörösjöns IK	36.27.27	klubbrekord
7) Eric Simonsson-81	Landöns IF	36.27.76	
8) Daniel Lewandowski-77	Östersunds SK	36.32.64	
9) Fredrik Sätter-72	Mattmars SK	36.54.90	
10) Dag Wassdahl-58	Hammerdals IF	37.53.81	
11) Stig-Ove Stolt-51	Offerdals SK	38.27.29	
12) Max Novak-96	Trångsvikens IF	39.45.45	
13) Lennart Ivarsson-59	Rödöns SK	39.46.33	
14) Mats-Erik Wiktorsson-68	Rödöns SK	41.04.30	

Ungefärliga passertider: 1000m: Toresson 3.17, 2000: Toresson 6.39, 3000: Toresson 10.01, 4000: Toresson 13.23, 5000: Toresson 16.47, Rost, Ahlberg, Lundin och Östberg 17.39, 6000: Toresson 20.11, 7000: Toresson 23.35, 8000: Toresson 26.56, 9000: Toresson 30.17, 9600m: Toresson 32.18.

## Veteran-DM

### Män 35 10 000m

1) Carl-Henrik Rost-71	Trångsvikens IF	35.42.35	
2) Fredrik Sätter-72	Mattmars SK	36.54.90	
3) Mats-Erik Wiktorsson-68 (M40)	Rödöns SK	41.04.30	

### Män 50 10 000m

1) Dag Wassdahl-58	Hammerdals IF	37.53.81	
2) Stig-Ove Stolt-51 (M55)	Offerdals SK	38.27.29	
3) Lennart Ivarsson-59	Rödöns SK	39.46.33	

