

DIPLOM



SKINNERMARATON 127a



Den 14.07.2019



15-20gr, overskyet, perfekt. Kvindernes kamp. Bouchra nylig nordisk mester i Finland i løb længere end maraton, er nu i gang med nye opgaver på ultra-landsholdet, så hun skulle tage den med ro iflg sin træner. Lotte cyklede 200 km lørdag, så afslappende maraton i dag og bagefter 3000 meter svømning langs stranden. Iron-mann-kvinden er klar. Palle klarede cuttet. Stort tillykke til jer alle med resultatet.

<u>Maraton:</u>	<u>TID:</u>
Bouchra Lundgren Eriksen	3.12.13
Lotte Høj Thomsen	3.23.32
Lau Brüniche-Olsen	3.39.54
Simon Krug	4.29.09
Henrik Hoplarik Franijeur	5.35.00
Palle Arentoft	5.59.26
<u>Halvmaraton:</u>	<u>TID</u>
Thomas Rambusch	1.43.28



Arr.: Leif Skinnerup