

DELTAGERTAL FOR FÆLLESTRÆNINGEN 2011 / 2012

Hold	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Alle hold
Min / km	4:10	4:20	4:30	4:40	4:50	5:00	5:10	5:20	5:30	5:40	5:50	6:00	6:10	6:20	6:30	
Dato																
06-11-2011	6	29	23	45	63	108	87	66	97	47	29	94	23	25	43	785
13-11-2011	15	26	37	49	83	118	69	49	80	69	49	80	25	19	48	816
20-11-2011	11	25	46	54	85	87	90	105	109	82	28	71	26	22	41	882
27-11-2011	8	20	38	25	63	83	90	76	87	43	44	67	10	18	29	691
04-12-2011	9	25	46	45	82	77	87	73	96	50	39	45	22	17	25	738
11-12-2011	14	34	39	36	75	81	83	64	85	51	36	38	16	14	21	687
18-12-2011	8	26	47	34	74	79	71	81	93	53	31	35	21	17	25	695
31-12-2011	Ånglamark Nytårsløb – 5 – 10 – 21,1 km															
08-01-2012	18	34	44	50	93	116	96	112	110	49	37	47	21	16	23	866
15-01-2012	12	36	54	47	64	53	87	67	121	78	40	41	17	16	20	753
22-01-2012	9	43	40	39	57	87	57	65	81	57	31	29	13	15	20	634
29-01-2012	6	29	44	43	57	79	61	57	80	42	29	19	12	13	18	589
05-02-2012	Nike marathon Test 1 – 10 km															
12-02-2012	6	18	42	43	45	45	46	76	79	33	22	33	15	14	17	534
19-02-2012	7	33	56	55	65	109	74	91	83	56	37	22	18	21	24	660
26-02-2012																
04-03-2012																
11-03-2012	Nike marathon Test 2 - 15 km															
18-03-2012																
25-03-2012																
01-04-2012																
08-04-2012																
15-04-2012	Nike marathon Test 3 - 21,1 km															
22-04-2012																
29-04-2012																
06-05-2012																
13-05-2012																
20-05-2012	NYKREDIT COPENHAGEN MARATHON - 42.195 KM															