

resultat:

# FORMTOPPAREN 2016

istället för

# VÄSTKUSTGÅNGEN

lördagen den 13 augusti 2016

*den perfekta tempohöjaren inför SM!*

**Tävlingsplats:** Åby Friidrott, Mölndal

**Väderförhållande:** Uppehåll, 20°C

## Resultat:

### H21 10000m

1. Anders Hansson	SK Svängen	42:28
- Fredrik Sandmer	SK Svängen	DNF

### D21 10000m

1. Helena Sandmer	SK Svängen	1:01:51
-------------------	------------	---------

### D17-20 5000m

1. Julia Ibrahim	GK Steget	30:46
------------------	-----------	-------

### H35+ 5000m

1. Bengt Bengtsson	GK Steget	29:42
2. Erik Bengtsson	GK Steget	32:03

### Mellantider 10000m

	5000m	2000m	4000m	6000m	8000m
Anders H.	21:12	08:24	16:56	25:29	34:03
Fredrik S.	25:12	09:58	20:42		
Helena S.	30:23	11:41	23:56	36:33	49:16

**Domare:**

Carl-Gustav Hermansson

**Välkommen till Väst kustGången 2017 !**