

## GP 2023 tjugobästalista

**Poängräkning:** De 9 bästa i varje tävling får poäng i en skala från 10 till 2 beroende på placering. För att få 1 p räcker det att slutföra loppet. Dessutom kan man få 1 poäng extra för vardera kriterie terräng, arena och inland.  
**Endast de 10 bästa tävlingarna räknas in i sammanställningen.**

Herrar	Namn	Klubb	Poäng
1	Lukas Borgemo	IFK Umeå	94
2	Karsten Meier	IFK Umeå	82
3	Stefan Åberg	IFK Umeå	68
4	Göran Jonsson	IFK Umeå	62
5	Erik Lindgren	IFK Umeå	46
6	Per Liv	IFK Umeå	45
7	Rasmus Nilsson	IFK Umeå	37
8	Ludvig Renström	IFK Umeå	31
9	Jonas Nordin	TTGU IF	30
10	Andreas Oskarsson	IFK Umeå	26
11	Gustav Norbäck	Lycksele LK	25
12	André Kröger	IFK Umeå	25
13	Niklas Berglund	IFK Umeå	23
14	Robert Eriksson	Jalles TC	22
14	Fredrik Ragnarsson	TTGU IF	22
16	Christofer Nilsson	Lycksele LK	21
17	Erik Linnér	IFK Umeå	20
17	Tony Berglund	IFK Umeå	20
19	Daniel Holmgren	IFK Umeå	18
19	Magnus Rölin	TTGU IF	18
19	Ludvig Werkmäster	TTGU IF	18

### Tävlingar som ingår

- GP1 Gammliterängren 28/5
- GP2 Vännäs trail (inställt)
- GP3 Ummåker trail 3/6
- GP4 Stensele runt 10/6
- GP5 Löparnas kväll 3000m 26/6
- GP6 Viskraterängen 8/7
- GP7 Örträskjön runt (inställt)
- GP8 Sommar milen 18/7
- GP9 Rödå runt 22/7
- GP10 Rågbergsterrängen 3/8
- GP11 Skelleftejöpen 5000m 6/8
- GP12 Stöcksjöpen runt 12/8
- GP13 Röbbäckskneget 16/8
- GP14 Tavelstjö halvmarathon 19/8
- GP15 Kraftloppet 26/8
- GP16 Hörneforsrundan 26/8
- GP17 Umemilen 2/9
- GP18 Löparnas kväll 10000m 11/9
- GP19 Husetteman 19/9
- GP20 Umemaran 7/10

Damer	Namn	Klubb	Poäng
1	Malin Skoog	IFK Umeå	103
2	Linnéa Isaksson	TTGU IF	95
3	Sofia Lindberg	TTGU IF	72
4	Susanne Björk	IFK Umeå	56
5	Ida Thellenberg	TTGU IF	38
6	Therese Bäckström	Spöland Vännäs IF	36
7	Boel Sandström	Umeå OK	35
8	Anna Johansson	Stensele SK	32
9	Sofia Sandström	Lögdeå SK	29
9	Evelina Henriksson	IFK Umeå	29
11	Lotta Svanebjörk	Stöcke TSJ	23
12	Susanne Hakola	IFK Umeå	20
13	Linn Westermark	TTGU IF	19
14	Susanne Andersson	Piteå Runners LK	16
15	Jenny Wikedal	Lycksele LK	15
16	Emelie Gauffin	Skellefteå AIK	13
17	Marie Årebrand	Lycksele LK	11
17	Monica Jonsson	Lycksele LK	11
17	Alice Simu	Skellefteå AIK	11
20	Luna Manuela de los Ros	IFK Umeå	10
20	Magdalena Nilsson	IFK Umeå	10

Poängrekord sedan 2022 (då poängsystemet ändrades till att innefatta 10 tävlingar istället för 8):

Herrar	Namn	Klubb	Poäng	År
1	Lukas Borgemo	IFK Umeå	94	1:a 2023
2	Karsten Meier	IFK Umeå	92	1:a 2022
3	Lukas Borgemo	IFK Umeå	89	2:a 2022

Damer	Namn	Klubb	Poäng	År
1	Malin Skoog	IFK Umeå	103 (MAX)	1:a 2023
2	Linnéa Isaksson	TTGU IF	95	2:a 2023
3	Charlotte Andersson	IFK Umeå	93	1:a 2022

### Summering av GP-poäng med deltävlingar. T-A-I står för extrapoäng för kategorierna terräng-arena-inland.

De endast samlat i tjugobästapoäng (terräng-arena-inland) läggs inte alltid in i listan. Arenatävlingarna läggs jäg dock in i början av serien för att ha bättre koll på vilka som kan nå upp i utslutningsrader.

För att kunna samla på poängerna måste man tillhöra en registrerad klubb på Svenska Friidrottsförbundet.

**Dubbla placeringar.** Detta kan uppstå antingen om det i efterhand upptäcks att någon har missats att läggas in eller om två har samma tid.

**Inställda GP.** Endast GP1 än så länge.

**Gulmärkning:** De som varit med i 10 tävlingar gulmärks. Detta är det maximalt antal tävlingar som kan räknas in i GP (men man kan fortfarande höja poängen om man placerar sig bättre än tidigare).

**Parentes:** Om man redan har fyllt ut kvoten såts den med sämst poäng i parentes och räknas inte med i sammanställningen.

**Kryss:** Numera får man ett poäng för att ha slutfört en tävling oavsett placering, så nu är systemet med kryss för deltagande borttaget.

Herrar	GP1	GP2#	GP3	GP4	GP5	GP6	GP7#	GP8	GP9	GP10	GP11	GP12	GP13	GP14	GP15	GP16	GP17	GP18	GP19	GP20	T	A	I	Totalt
1	Lukas Borgemo	IFK Umeå			8	10	8	10	10	10	10	9	10	10	10	8	8	8	1	1	1	94		
2	Karsten Meier	IFK Umeå	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	8	8	9	1	1	1	82		
3	Stefan Åberg	IFK Umeå			3	8	9	8	8	7	8	6	7	6	7	9	1	1	1	1	68			
4	Göran Jonsson	IFK Umeå	7		9	9	9	9	9	8	8	8	8	9	8	9	1	1	1	1	62			
5	Erik Lindgren	IFK Umeå		4	4	[1]	4	[1]	8	2	6	6	[1]	5	[1]	3	2	5	1	1	1	46		
6	Per Liv	IFK Umeå									10	8	5	9	9	8	9	1	1	1	45			
7	Rasmus Nilsson	IFK Umeå		9	7						7	5	6	5	9	6	6	1	1	1	37			
8	Ludvig Renström	IFK Umeå					5				7	6	6	6	6	6	6	1	1	1	31			
9	Jonas Nordin	TTGU IF	1		1		1	3	5		6	1	8	1	1	1	1	1	1	30				
10	Andreas Oskarsson	IFK Umeå	3							7	6	4	4	4	4	4	1	1	1	26				
11	Gustav Norbäck	Lycksele LK		6	1	7		5			1	1	1	1	1	1	1	1	1	25				
11	André Kröger	IFK Umeå				5					3	6	5	5	5	5	1	1	1	25				
13	Niklas Berglund	IFK Umeå			8	7		3						3			3	1	1	23				
14	Robert Eriksson	Jalles TC	1	5	1	2	1	4	1			3	7	4	1	2	4	1	1	22				
14	Fredrik Ragnarsson	TTGU IF			1	1	1	1						4	1	2	4	1	1	22				
16	Christofer Nilsson	Lycksele LK			5	1	2				3	1	7	7	10	10	1	1	1	21				
17	Erik Linnér	IFK Umeå															10	10		20				
17	Tony Berglund	IFK Umeå	8														10		1	1	20			
19	Daniel Holmgren	IFK Umeå	1		5	1	9											1	1	1	18			
19	Magnus Rölin	TTGU IF	2			1	7			5					1			1	1	1	18			
19	Ludvig Werkmäster	TTGU IF					9								9						18			
22	Oskar Jonsson	IFK Umeå	6				1	6	1						1			1	1	1	17			
22	Hampus Björk	IFK Umeå						8										7	1	1	1	17		
24	Ludvig Edvardsson	TTGU IF	1	8								4	1	1	1						1	1	16	
25	Josef Carlsson	TTGU IF				1	3	1	6	1											1	1	1	15
26	Lars Lundberg	TTGU IF				1	1	1	4	1					1			4			1	1	1	14
27	Tobias Bergman	TTGU IF							7	4											1	1	1	13
27	Thomas Strömsten	IFK Umeå	1		1		1	1			1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
27	Henrik Molivling	IFK Umeå															5				8			13
27	Jan Karlsson	IFK Umeå				2													10		1	1	1	11
31	Daniel Nilsson	Lycksele LK			3	1		1	1				1	1							1	1	1	11
31	Mikkel Knif	IFK Umeå				6													4		1			11
33	Benjamin Näslund	IFK Umeå																	10					10
33	Jonathan Edman	IFK Umeå	9																		1			10
33	Seth Nordin	Lycksele LK			1	1	6														1	1	1	10
33	Jacob Joh	IFK Umeå				9																		10
33	Stefan Björk	IFK Umeå	4						3								1				1	1	1	10
33	Jesper Lundqvist	Skellefteå XC													7			1			1	1	1	10
39	Thomas Edström	Jalles TC												9										9
39	Lars Åke Ekman	IFK Umeå			2	1		1			1									3				9
41	Lars Holmgren	Skellefteå OK			7																	1		8
41	Johan Sandberg	TTGU IF							1			1			2	1	1				1			8
43	Jens Lovén Nilsson	Riviera Fridrott																			7			7
43	Simon Öberg	Kalix skidklubb																						7
43	Tor Larsson	Tarna IK Fjällvinden																						7
43	Albert Askengren	IFK Umeå				6			7															7
43	Renzo Neira	Skellefteå AIK													6							1		7
48	Pontus Gustafsson	Pite Runners LDK																						6
48	David Källströmmer	IFK Umeå	5																		6	1		6
48	Jan Karlsson	IFK Umeå						6																6
48	Magnus Vinblad	Team Esplanad				1	1		2													1	1	6
48	Vilmer Malm	IFK Umeå				4						1												6
48	Nathias Stenlund	Skellefteå AIK													5							1		6
48	Tobias Johansson	Bjurholms IF				1			1						1	1	1							6
48	Nicklas Eriksson	Lycksele LK				1			1					1				1						6
56	Nicklas Eriksson	IFK Umeå				1	1	1														1	1	5
56	Karl Lundberg	Fredrika IK				1								1										5
56	Joel Larsson	Skellefteå OK													4							1		5
56	Fredrik Johansson	Bjurholms IF					1									1						1		5
56	Peter Larsson	TTGU IF											1			1						1		5
56	Jörgen Höglkvist	IFK Umeå			1		1	1							1		1					1		5
56	Anton Alex	Obbola IK-IFK Umeå									2						3							5
56	Jim Johansson	Lycksele LK				1	1											1				1	1	5
56	Knut Backlund	Lycksele LK				1												1				1	1	5
56	Anders Pettersson	IFK Umeå									1	1						1				1		5
56	Erik Björkman	Täfteå IK																		5				5
67																								