

Resultat individuell 2009-08-22

| Placering | Namn: | Ort | Tid |
|-----------|--------------------------|-----------------------|-------|
| 1. | Stefan Boremer | Qvarnsveden | 45,12 |
| 2. | Tony Björling | Borlänge | 46,05 |
| 3. | Tomas Kristofferson | Sifferbo | 50,06 |
| 4. | Lasse Karlsson | CSK Ludvika | 51,00 |
| 5. | Tomas Carlsson | Kvarnsveden FIK | 52,09 |
| 6. | Jocke Anttila | Stenslungan | 52,26 |
| 7. | Kalle Zidén | Stanslungan | 52,43 |
| 8. | Daniel Bustad | Djurås | 52,54 |
| 9. | Erik Gerestrand | IF linnea löpning | 53,38 |
| 10. | Magnus Gifting | Leksand | 54,26 |
| 11. | Nisse Anttila | Stenslungan | 55,05 |
| 12. | Mikael Hedlund | Axa Sporsclub | 55,08 |
| 13. | Anders Hammar | Sifferbo | 55,36 |
| 14. | Jennie Jirhed DAM 1:a | Östersund | 55,47 |
| 15. | Monica Sjans DAM 2:a | Qvarnsveden Triathlon | 55,58 |
| 16. | Lars Hedlund | Djurmo | 56,40 |
| 17. | Helena Andersson DAM 3:a | Säter | 58,56 |
| 18. | Johanna Thörn DAM 4:a | Bodarna | 60,52 |
| 19. | Tobias Bustad | Djurås | 52,54 |
| 20. | Evelina Bomark DAM 5:a | IF linnea löpning | 64,04 |
| 21. | Lars Nilsson | Saknas | 65,36 |
| 22. | Monica Ek DAM 6:a | Gimsbärke | 65,46 |
| 23. | Helena Hedlund DAM 7:a | Djurmo | 65,58 |
| 24. | Jenny Haglöf DAM 8:a | Djurmo | 69,03 |
| 25. | Tony Dyrsmeds | Sifferbo | 70,34 |
| 26. | Andreas Lindholm | Saknas | 99,14 |

Lag :

| | |
|--|-------|
| 1. Team Easy on Daniel Norgren, Mikael Hägg, Robert Bylander | 41,30 |
| 2. Rock Stars Jens Lindow, Fredrik Granath, Magnus Säfström | 52,17 |
| 3. Team Lila Madeleine Holst, Joel Arnberg, Emil Andersson | 55,29 |
| 4. Wallboms Jesper Wallbom, Bror Wallbom, Dennis Wallbom | 58,16 |
| 5. Debutanterna Lizette Söderlund, Fredrik Löfgren, Lizette Söderlund Ulrika Löfgren | 59,47 |
| 6. Team Träningsvärk Kattis Lilja, Cecilia Thörn, Stefan Rooth | 63,20 |