

NM/UM

Dato	Mesterskap	Sted	Senior	Junior	UM*
12.-13.2	NM hopp uten tilløp	Trondheim	X	X	
9.-10.4	NM terrengløp kort løype	Geithus	X	X	X
28.-29.5	NM stafetter	Drammen	X	X	X
4.-5.6	NM kappgang	Bergen	X		
16.7	NM motbakkeløp	Ulvik	X	X #	
20.8	NM 6 timer ultraløp	Fetsund	X		
10.-11.9	NM mangelkamp	Trondheim	X	X	X
11.9	NM halvmaraton	Drammen	X	X #	
18.9	NM terrengløp lang løype	Strindheim	X	X	X
24.9	NM maraton	Oslo	X		
1.10	NM kappgang langdistanse	Växjö, SWE	X		

* UM er uoffisielle mesterskap, # kun U23-klasse

NM hopp uten tilløp



94. NM hopp uten tilløp

Sted: Trondheim
 Arrangør: Ranheim IL/Nidelv IL
 Arena: Ranheimshallen
 Dato: 12.-13. februar 2011

Menn Høyde uten tilløp NM Senior

	12. feb		
1	Morten Haave	Tyrving	1.75
=2	Frederik Jahr	Tyrving	1.60
=2	Magnus Husby Rostad	Tjalve	1.60
=2	Michael Hopsdal	Norna-Salhus	1.60
5	Tor Martin Austad	Skjalg	1.55

Serie	1.50	1.55	1.60	1.64	1.67	1.70	1.75	1.80
1		o	-	o	-	xo	xxo	xxx
=2	o	o	o	xxx				
=2		o	o	xxx				
=2	o	o	o	xxx				
5	o	p	xxx					

Menn Lengde uten tilløp NM Senior

	13. feb		
1	Michael Rosenberg	Orion	3.32
2	Eivind Johan Stavang	Florø	3.31
3	Thomas Wiborg	Herkules	3.30
4	Vetle Utsi Onstad	Tjalve	3.28
5	Morten Haave	Tyrving	3.17
6	Eirik Thorshaug	Trondheim	3.17
7	Harald Svandal Bø	Sandnes	3.10
8	Idar Grøneng Havn	Florø	3.06

9 Inge Tansø, Gular 3.03, 10 Magnus Husby Rostad, Tjalve 2.96, 11 Jon Olav Bjørhusdal, Sandnes 2.94, 12 Fredrik Andreas Berdal Kortner, Herkules 2.90

Serie	1	2	3	4	5	6
1	3.14	3.12	3.19	3.23	3.19	3.32
2	3.20	3.21	3.15	3.31	3.29	3.19
3	3.28	X	3.25	3.30	3.30	3.27
4	3.15	3.19	3.03	3.19	3.26	3.28
5	3.07	3.17	3.11	3.13	X	X
6	3.06	3.09	3.17	3.04	3.09	2.49
7	3.06	3.02	3.10	3.04	r	
8	X	3.06	3.05	3.02	X	3.01
9	3.03	2.94	3.01			
10	2.42	2.93	2.96			
11	2.94	X	X			
12	2.90	2.84	2.88			

Kvinner Høyde uten tilløp NM Senior

	12. feb		
1	Jorunn Vaagan Hofset	Trondheim	1.30
2	Paula Nedberge Llano	Laksevåg	1.20
	Stine Kufaas	BUL	NM

Serie	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45
1	o	xo	o	xxo	xxx		
2	o	xo	xxx				

Kvinner Lengde uten tilløp NM Senior

	13. feb		
1	Oda Utsi Onstad	Fagernes	2.84
2	Inger Anne Frøysedal	Tjalve	2.64
3	Horunn Vaagan Hofset	Trondheim	2.58

4	Mia Haave	Tyrving	2.51
5	Tara Marie Norum	Steinkjer	2.47
6	Rachel Nordtømme	Steinkjer	2.38
7	Yngvild Elvemo	Trondheim	2.34
8	Anne Hansen	Gular	2.34

Stine Kufaas, BUL DNS

Serie	1	2	3	4	5	6
1	2.84	2.80	2.77	2.72	2.79	2.70
2	2.56	2.58	2.64	2.60	r	
3	2.53	2.54	2.30	2.48	2.58	2.48
4	2.51	2.49	2.49	2.43	2.51	2.47
5	2.47	2.44	2.45	2.45	2.43	2.38
6	2.33	2.38	2.27	2.25	r	
7	2.34	2.32	2.11	2.17	2.18	R
8	2.34	2.31	2.31	r		

Menn Høyde uten tilløp NM Junior

	12. feb		
1	Jesper Vestbø	Orion	1.62
2	Kristoffer Buhagan	Trondheim	1.55
3	Jostein Andre Kvikstad	Bodø	1.45
4	Tobias Sommernes	Rana	1.45
	Eirik Haugstad	BUL	NM

Serie	1.45	1.50	1.55	1.60	1.62	1.64
1	o	o	o	xxo	o	xxx
2	o	o	o	xxx		
3	o	xxx				
4	xo	xxx				

Menn Lengde uten tilløp NM Junior

	13. feb		
1	Simen Sigurdson	Herkules	3.02
2	Rein Åsmund Torsvik	Sandnes	2.95
3	Jostein Andre Kvikstad	Bodø	2.94
4	Kristoffer Buhagen	Trondheim	2.87
5	Jesper Vestbø	Orion	2.85
6	Henrik Nilsen	Malvik	2.83
7	Jens Petter Fylling	Valder	2.82
8	Tobias Sommernes	Rana	2.81

Serie	1	2	3	4	5	6
1	3.00	3.02	2.97	2.99	2.84	2.88
2	2.89	2.94	2.91	2.95	2.94	2.92
3	2.87	2.84	2.82	2.94	2.85	2.93
4	2.87	2.74	2.73	2.77	2.84	2.85
5	2.85	r				
6	2.77	2.77	2.75	2.83	2.71	2.81
7	2.80	2.75	2.65	2.78	2.78	2.82
8	2.79	2.79	2.81	2.71	2.75	2.71

Kvinner Høyde uten tilløp NM Junior

	12. feb		
1	Marianne Benserud	BFG Fana	1.39
2	Line Valen	Haugesund	1.30
3	Silje Laupstad	Egersund	1.25
4	Marianne Husby	BUL	1.15

Serie	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.37	1.39	1.41
1	o	o	o	o	o	o	xxo	xxx
2	o	o	xo	xxo	xxx			
3	xo	xo	o	xxx				
4	xo	xxx						

Kvinner Lengde uten tilløp NM Junior

	13. feb		
1	Gerd Lahlum Lystad	Orion	2.54
2	Line Valen	Haugesund	2.51
3	Maria Elisabet Lavelle	Haugesund	2.45
4	Ragna Kristine Randeberg	Nidelv	2.25

Serie	1	2	3	4	5	6
1	2.51	2.54	2.52	2.54	2.49	2.41
2	2.51	2.37	2.47	2.47	2.51	2.51
3	2.31	2.35	2.39	2.43	2.41	2.45

NM terrengløp kort løype



57. NM terrengløp kort løype

Sted: Geithus

Arrangør: Modum FIK

Dato: 9.-10. april 2011

Menn 3km NM Senior

		9. apr		
1	Sindre Buraas	Vidar	8:14	
2	Bjørnar Ustad Kristensen	Sandnes	8:16	
=3	Audun Nordtveit	Tjalve	8:21	
=3	Ørjan Grønnevig	GTI	8:21	
5	Johannes Alnes	Bækkelaget	8:25	
6	Asle Rønning Tjelta	Skjalg	8:25	
7	Kjetil Foss Angeltvedt	Gular	8:26	
8	Håkon Brox	Tjalve	8:26	

9 Hans Kristian Fløystad, Tjalve 8:27, 10 Øystein Sylta, Vidar 8:26, 11 Morten Kolstø Velde, Haugesund 8:40, 12 Eirik Gramstad, Vidar 8:41, 13 Petter Eggan, Tjalve 8:42, 14 Anders Huun Monsen, Gular 8:45, 15 Tomas Windheim, Gular 8:45, 16 Dadafo Dhaqabi, Kyrksæterøra 8:48, 17 Øystein Aamli, AKS-77 8:48, 18 Stian Flo, Tjalve 8:48, 19 Kristian Monsen, Ull/Kisa 8:49, 20 Henrik Selheset Berg-Olsen, BUL 8:50, 21 Emil Uustad, Ren-Eng 8:51, 22 Emil Lerdahl, Strindheim 8:51, 23 Jonas Lurås Hammer, Gular 8:52, 24 Marius F. Schneider, BUL 8:53, =25 Halfdan-Emil Færø, Tjalve 8:53, =25 Ragnar Stølsmark, GTI 8:53, 27 Ola Sakshaug, Selsbakk 8:54, 28 Martin Lager, Sigdal 8:55, 29 Terje Snarby, Strindheim 8:55, 30 Kristian Breili, Ås 8:56

31 Robert Bergstå, Svarstad 8:56, 32 Njord Erlend Tjønneland Wiker, Ull/Kisa 8:57, 33 Lasse Blom, Modum 8:57, 34 Vegard Raum, Lillehammer 9:00, 35 Sigbjørn Groven, Gular 9:03, 36 Stian Stensland, Ås 9:04, 37 Stian Bergstå, Svarstad 9:04, 38 Jan Christian Kaltenborn, Tjalve 9:05, 39 Henrik Nordtug, Steinkjer 9:06, 40 Martin Hoset, NTNU 9:07

41 Anders Knudsen, Tjalve 9:07, 42 Thomas Roth, Ull/Kisa 9:07, 43 Per Kristian Nygård, Vestre Spone 9:12, 44 Amund Rake Hoffart, BUL 9:13, 45 Ådne Svahn Dæhlin, Gular 9:15.0, 46 Øyvind Wiger, Modum 9:18, 47 Henrik Berntsen, Ås 9:22, 48 Harald Solhaug Næss, Vidar 9:27, 49 Ole Mikal Tørsdal, Haugesund 9:31, 50 Eivind Gamst, BFG Fana 9:32

51 Jerreh Ceasay, Strindheim 9:32, 52 Arve Skjærø, Askim 10:02, 53 Sondre Nygård, Modum 10:12, 54 Sverre-Magnus Huse, Askim 10:18, 55 Marius Mauricio Knudsen, Bøler 10:22

Kvinner 2km NM Senior

		9. apr		
1	Kirsten M. Melkevik	BFG Fana	6:23	
2	Ingeborg Kristine Lind	Gular	6:32	
3	Siri Grude	Tjalve	6:43	
4	Vigdis Bringedal Holst	Skjalg	6:44	
5	Solveig Pedersen	Kristiansand	6:47	
6	Ida Kjelkenes	Gular	6:49	
7	Lill Marie Myhre Ofstad	Strindheim	6:50	
8	Tonje Helle Flo	Tjalve	7:01	

9 Ingjerd Meling, BUL 7:01, 10 Marita Beate Torsvik, Lillehammer 7:03, 11 Hanne Steinstrøm, Torvastad 7:15, 12 Marte Botha Pedersen, Åskameratene 7:24

Menn 2km NM Junior

		9. apr		
1	Thomas Solberg Eide	Haugesund	5:35	
2	Filip Ingebrigtsen	Sandnes	5:37	
3	Ferdinand Kvan Edman	Sturla	5:43	
4	Håkon Mushom	Lyngdal	5:48	
=5	Elias Ottosen	Askim	5:48	
=5	Håvard Hildeskor	Ull/Kisa	5:48	
7	Jaad Orten	Fri	5:49	
8	Stian Klungland	Ull/Kisa	5:52	

9 Martin Cappelen Smith, Fana 5:54, 10 Jens-Olaf Breivik Lingaas, Tjalve 5:55, 11 Jørgen Jensen Axelsen, Gneist 5:56, 12 Ahmad Muktur Adam, Sandnes 5:56, 13 Sander Sekkingstad Terum, Aurland 6:00, 14 Tommy Haga, Sandnes 6:03, 15 Jørgen Austvik, BFG Fana 6:07, 16 Petter Rypdal, Strindheim 6:11, 17 Martin Smebye, Tjalve 6:14, 18 Simen Bergseth, Skjalg 6:14, 19 Anders Sandvik, Askim 6:15, 20 Nikolai Smestad, Lørenskog 6:15

21 Espen Albertsen, Skjalg 6:25, 22 Edvard Vasdal, Herkules 6:33, 23 Vebjørn Gilde, Orion 6:40, 24 Karl Edvin Simenstad, BUL 6:45, 25 Theodor Knutsen, Kragerø 6:45, 26 Steinar Gjønnes, Tyrving 6:46, 27 Jostein Øby, Varteig 6:58, 28 Birk Eirik Fjeld, Skarphedin 6:58, 29 Otto Eriksen, Kragerø 6:58, 30 Petter Rød Gulliksen, Tyrving 8:53, Anders Buraas, Ull/Kisa DNF, Anders Martin Knoph-Televeik, Tyrving DNF

Kvinner 2km NM Junior

		9. apr		
1	Ida Østerås	Verdal	6:38	
2	Sara Amalie Solheim	Berg	6:46	
3	Sigridd Jervell Våg	Strindheim	6:47	
4	Karoline Egeland Skattboe	Tyrving	6:52	
5	Åsne Riskedal	Sandnes	6:53	
6	Ingvild Vedde	Nesbyen	6:57	
7	Julie Frøsløv Mathisen	Askim	7:00	
8	Mari Øyen	Strindheim	7:08	

9 Kristin E. Hagen, Haugesund 7:10, 10 Mari Helgestad, Ren-Eng 7:34, 11 Marte Semb, Herkules 8:01

Menn 2km UM G17

		9. apr		
1	Erik Udø Pedersen	Holum	5:49	
2	Magnus Sirnes Hjellum	Haugesund	5:54	
3	Jørgen Frost Bø	Oppegård	6:00	
4	Chris Andre K. Midttveit	Bryne	6:18	
5	Birger Mortensen Bjørnstad	Strindheim	6:22	
6	Torsten Bergh Moss	Tønsberg	6:23	
7	Hauk Are Fjeld	Skarphedin	6:26	
8	Even Brønndbo Dahl	Orion	6:27	

9 Mats Bjørgum, Strindheim 6:31, 10 Håkon Kolstø, Haugesund 6:36, 11 Anders Strømblad Hansen, Fana 6:38, 12 Morten Grønbech, BUL 6:44, 13 Aleksander Klev, Kristiansand 6:46, 14 Jørgen Dahl Paule, Birkebeineren 6:51, 15 Tim Natanael Wisting Elvestad, Sarpsborg 6:59

Kvinner 2km UM J17

		9. apr		
1	Frida Berge	Strandebarm	6:50	
2	Kristine Helle	Tjalve	6:58	
3	Frida Thorsås	Urædd	7:03	
4	Tina Helen Bergem	Kristiansand	7:43	
5	Lisa Maria Thomassen	Modum	8:49	
6	Nora Sørzdahl	BUL	8:50	

Menn 2km UM G16

		9. apr		
1	Magnus H. Pettersen	Sturla	5:52	
2	Kristian Tjørnholm	Kvinesdal	5:58	
3	Gustav Follerås	Lillehammer	6:02	
4	Vebjørn Ljones Karlsen	Skjalg	6:04	
5	Martin Kristiansen	Sturla	6:12	
6	Thor Henrik Raknerud	Askim	6:17	
7	Ole Petter Fjeld	Tønsberg	6:18	

8 Ole Martin Røssland Gneist 6:19
 9 Jørgen Elisenberg, Orion 6:23, 10 Tom Skjæråsen, Varegg 6:27, 11 Joachim Qvale, Bøler 6:30, 12 Harald Aarskog, Skarphedin 6:31, 13 Magnus-Johan Færø, Eikanger 6:31.0, 14 Lars Kvalum, Asker skiklubb 6:33, 15 Jørgen Gundersen, Ull/Kisa 6:37, 16 Jonas Krossøy, Ull/Kisa 6:38, 17 Torjus Viken Flaten, Sturla 6:42, 18 Tarjei Matre, AKS-77 7:06

Kvinner 2km UM J16

9. apr			
1	Heidi Mårtensson	Modum	6:48
2	Ida Elise Nymoen Eltervaag	Skjalg	7:05
3	Aurora Selstad Dybedokken	Tyrving	7:07
4	Susanne Grønli Engen	Modum	7:18
5	Caroline Madsen	Hellas	7:21
6	Hanne Klausen	Sturla	7:27
7	Trine Vevle Westerheim	Korlevoll-Odda	7:30
8	Ane Bakken Hodt	Hellas	7:32

9 Rikke Bergsvand, Tjalve 7:35, 10 Eli Narum, Orion 7:36, 11 June Bakken Hodt, Hellas 7:39, 12 Anna Mårtensson, Modum 7:46, 13 Mina Dahl Paule, Birkebeineren 8:11

Menn 2km UM G15

9. apr			
1	Markus Harbo	Skjalg	6:05
2	Jonas Gjesdal	Varegg	6:08
3	Anders Sørensen	Lambertseter	6:26
4	Dag Blandkjenn	Kristiansand	6:27
5	Sondre Mæland	Stord	6:28
6	Sigurd Blom Breivik	Sandvin	6:34
7	Aleksander Lie	Gneist	6:36
8	Mathias Berntzen Engevik	Nittedal	6:44

=9 Erlen Mæland, Stord 6:47, =9 Vetle Brekmo, Lillehammer 6:47, 11 Stian Norheim, Gneist 6:47, 12 Jørgen Frihagen Dahl, Beveren 6:52, 13 Lasse Løvstrøm Aulin, Siggerud 7:08, 14 Even Kristoffersen, Kragerø 7:10, 15 Anders Bakken Arneberg, BUL 7:18, 16 Erik Færevåg Tømmervik, Stord 8:00

Kvinner 2km UM J15

9. apr			
1	Marthe Olsen	Selsbakk	7:11
2	Kristine Holst	Skjalg	7:14
3	Vilde Gaarder	Sturla	7:27
4	Maren Pernille Ydstebø	Haugesund	7:31
5	Marte Sofie Buraas	Lillehammer	7:31
6	Jenny Feren Kaltenborn	Lillehammer	7:34
7	Marie Holmås	AKS-77	7:38
8	Linn Christin Wendell	Tjalve	7:39

9 Ida Holtskog, Herkules 7:49, 10 Vilde Noraker Alfarrustad, Strømmen 7:57, 11 Anne Xiu Heide Hoff, Koll 8:01, 12 Ingvild Eide Tokheim, Haugesund 8:08, 13 Ingrid Muri, Tyrving 8:20

Menn 2x3x2km stafett NM Senior

		10. apr
1	Rogaland 1	23:49
2	Oslo	24:32
3	Rogaland 2	24:43
4	Sør-Trøndelag 1	24:43
5	Vest-Agder Elite	25:08
6	Hordaland	25:15
7	Buskerud	25:36
8	Vest-Agder Senior	26:07

9 Sør-Trøndelag 2 26:23, 10 Vest-Agder A-laget 27:49

Lagene:

- 1 Thomas Solberg Eide, Ørjan Grønnevig, Bjørnar Ustad Kristensen
- 2 Hans Kristian Fløystad, Petter Eggan, Håkon Brox
- 3 Asle Rønning Tjelta, Ragnar Stølsmark, Filip Ingebrigtsen
- 4 Dadafo Dhaqabi, Emil Lerdahl, Ola Sakshaug
- 5 Erik Udø Pedersen, Kristian Tjørnholm, Håkon Mushom
- 6 Sigbjørn Groven, Jonas Lurås Hammer, Ådne Svahn Dæhlin
- 7 Øyvind Wiger, Ferdinand Kvan Edman, Martin Lager

8 Finn Kolstad, Abebe Hunde, Tore Tjørnholm
 9 Terje Smeby, Petter Rypdal, Jereh Ceessay
 10 Stian Bekkevold, Dag Blandkjenn, Aleksander Klev

Kvinner 2x3x2km stafett NM Senior

		10. apr
1	Hordaland	28:52
2	Rogaland	28:56
3	Oslo	29:39
4	Buskerud	29:49
5	Sør-Trøndelag	29:53
6	Akershus	31:12

Lagene:

- 1 Frida Berge, Ingeborg Lind, Hilde Aasheim
- 2 Åsne Riskedal, Vigdis Bringedal Holst, Ida Elise Nymoen Eltervaag
- 3 Ingerd Meling, Siri Grude, Kristine Helle
- 4 Ingvild Vedde, Heidi Mårtensson, Hilde Hovdenak
- 5 Mari Øyen, Lilli Marie Ofstad, Sigrid Jervell Våg
- 6 Kristin Skolt, Karoline Skatteboe, Else Loge

NM stafetter



90. NM stafetter

Sted: Drammen
 Arrangør: IF Hellas/IF Sturla
 Arena: Marienlyst Stadion
 Dato: 28.-29. mai 2011

Menn 4x100 meter stafett NM Senior

		28 mai
1	Tjalve 1	41.05
2	BUL	42.24
3	Trondheim	42.87
4	Florø	42.96
5	Ranheim	43.13
6	Moss	43.19
7	Tjalve 2	44.69

Lagene:

- 1 Henrik Johnsen, Philip Berntsen, Christian Mogstad, Alexander Winger
- 2 Haakon Askim Vatne, Einar-Andre Jakobsen, Thomas Jakobsen, Peter Osazuwa
- 3 Rune Augdal, Børge Angell-Petersen, Petter Gire Dæhli, Kristoffer Buhagen
- 4 Jostein Joshua Fossøy, Jonas Andre Brandsøy, Kim Nes Leirvik, Eivind Stavang
- 5 Edmund K. Randers, Odd Eiken, Jonas Andre Grønhaug, Vegard J. Øien
- 6 Daniel Engen Lauritzen, Pavlik Wang, Martin Johansen, Jørgen Skovli Utne
- 7 Lars Ytterhaug, Vetle Utsi Onstad, Atle McAdam, Lars Frantzen

Menn 4x400 meter stafett NM Senior

		29 mai
1	BUL 1	3:18.06
2	Tjalve	3:19.17
3	Ranheim	3:19.80
4	Ull/Kisa	3:20.23
5	Osterøy	3:20.90
6	Trondheim	3:22.29
7	BUL 2	3:22.84

Lagene:

- 1 Einar-Andre Jakobsen, Marius Schneider, Christian B. Norbye, Thomas Jakobsen

2 Einar Inge Aasen, Frode Urdal, Quincy Douglas, Lars Jahr Røine
 3 Odd Eiken, Jonas Andre Grønnhaug, Edmund Randers, Vegard J. Øien
 4 Njord Wiker, Vetle Aasland, Andreas Roth, Thomas Roth
 5 Erlend Mjøs, Vebjørn Borge, Martin Kåstad, Markus Loftås
 6 Børge Angell-Petersen, Petter Gire Dæhli, Kristoffer Buhagen, Rune Augdal
 7 Per Lunke, Amund Hoffart, Henrik Bergh-Olsen, Bjørn Hanholm

Menn 4x1500 meter stafett NM Senior

	28 mai
1 Tjalve	15:52.56
2 Gular	16:08.51
3 Ull/Kisa	16:16.26

Lagene:

1 Jan Christian Kaltenborn, Håkon Brox, Hans Kristian Fløystad, Stian Flo
 2 Jonas Lurås Hammer, Tomas Windheim, Kjetil Foss Angeltvedt, Kjetil Måkestad
 3 Halvor Marius Mangerud, Vetle Aasland, Njord Wiker, Thomas Roth

Kvinner 4x100 meter stafett NM Senior

	29 mai
1 BFG Fana	47.34
2 BUL	47.36
3 Trondheim	48.28
4 Ranheim	50.68
Ull/Kisa	DNF

Lagene:

1 Monika Benserud, Christine Jensen, Anne Dolvik, Iren Vevatne Isaksen
 2 Heidi Berg Sand, Nadia Akpana Assa, Randi Kjerstad, Ezinne Okparaebo
 3 Jorunn Vaagan Hofset, Julie Andrea Håskjold, Julkie B. Falkanger, Yngvild Elvemo
 4 Emilie Søgnesand, Nathalie Balhald Moen, Stine Marie Grønnhaug, Marianne Evensen
 5 Rikke Gustavson, Ann-Kristin Aslaksrud, Betina Nilssen, Frida Forsberg

Kvinner 4x400 meter stafett NM Senior

	19 mai
1 Trondheim	3:50.22
2 Gular	4:04.23
3 BUL	4:06.42

Lagene:

1 Ingvild Kåshagen, Julie Andrea Håskjold, Julie B. Falkanger, Yngvild Elvemo
 2 Heidi Ann Bruknapp, Karoline Nilson, Marte Swahn Dælin, Tonje Svendsen
 3 Katrine Askim Vatne, Randi Kjerstad, Karoline Klemp Petersen, Trine Berre

Kvinner 4x800 meter stafett NM Senior

	29 mai
1 Gular	9:14.48

Lagene:

1 Ingeborg Lind, Heidi Ann Bruknapp, Christine Nøshheim Bjørkvik, Ida Kjelkenes

Menn 4x100 meter stafett NM Junior

	29 mai
1 Sandnes	42.75
2 Moss	43.61
3 BUL	43.84
4 Osterøy	44.49
5 Fredrikstad	44.60
6 Tyrving	45.24
7 Lørenskog	45.56
8 Ull/Kisa	45.66

Lagene:

1 Andres Andersen, Kjartan Løvoll, Marius Bakken Støle, Per Magne Florvaag
 2 Daniel Engen Lauritzen, Pavlik Wang, John Anders E. Hovland, Erik Røraas
 3 Eirik Haugstad, Jonas Alm, Samuel B. Elonga, Haakon Askim Vatne
 4 Kristian Hansen Bruvik, Erlend Mjøs, Sondre Loftås Kåstad, Markus Loftås
 5 Erled M. Fløisje, Tony Elvegaard, Andreas H. Christiansen, Thorvald Brudvik
 6 Mathias Haugsdal, Khatan Yoganathan, Peder Gundersen strand, Martin Hunvik
 7 Ajanthan Thavkumaran, Nivethan Panchaligam, Alexander Aloyseus, Mehclí Ettuhadulghagh
 8 Marius Mellum, Martin Opaker, Martin L. Syvertsen, Hans Martin Hofseth

Menn 4x400 meter stafett NM Junior

	28 mai
1 Sandnes	3:22.27
2 Ull/Kisa 1	3:23.31
3 Osterøy	3:26.45
4 BUL	3:27.21
5 Tjalve	3:28.75
6 Ren-Eng	3:30.88
7 Ull/Kisa 2	3:57.62
Fredrikstad	DNS

Lagene:

1 Kjartan Løvoll, Per Magne Florvaag, Marius Bakken Støle, Filip Ingebrigtsen
 2 Vegard Løberg Gjelsvik, Stian Klungland, Håvard Hildeskor, Andreas Roth
 3 Erlend Mjøs, Vebjørn Borge, Trygve Mjelde, Markus Loftås
 4 Kristian Berg, Magnus Sælensminde, Carsten Haugen, Eirik Haugstad
 5 Simon Paul Sandbakken, Martin Smebye, Jens-Olaf Breivik Lingaas, Torjus Halden
 6 Johan Odden, Jørgen Bekkevold, Per Jose Clemmet Skancke, Petter Kristiansen
 7 Martin L. Syvertsen, Espen Bjørnstad, Bjørnar Bjørnstad, Jonas H. Bolgen
 8 Erlend Torsønn Hafland, Vetle Blekken, Fredrik Ellefsen, Sondre Skaug
Kvalifisering til finale er ikke korrekt.

Forsøksheat 1. (28. mai) 1 Sandnes 3:41.75, 2 Osterøy 3:50.24, 3 Tjalve 3:50.55, 4 Fredrikstad 3:52.19, 5 Ull/Kisa 2 3:53.58

Lagene:

1 Kjartan Løvoll, Per Magne Florvaag, Marius Bakken Støle, Filip Ingebrigtsen
 2 Erlend Mjøs, Vebjørn Borge, Trygve Mjelde, Markus Loftås
 3 Simon Paul Sandbakken, Martin Smebye, Jens-Olaf Breivik Lingaas, Torjus Halden
 4 Erlend Torsønn Hafland, Vetle Blekken, Fredrik Ellefsen, Sondre Skaug
 5 Espen Bjørnstad, Bjørnar Bjørnstad, Martin L. Syvertsen, Jonas H. Bolgen
Forsøksheat 2. (28. mai) 1 Vik 3:36.81, 2 BUL 3:42.15, 3 Ull/Kisa 1 3:43.73, 4 Ren-Eng 3:44.28

Lagene:

1 Henrik J.F. Holmberg, Dag Einar Bøtun, Ole Petter Loftesnes, André Vivelid
 2 Kristian Berg, Magnus Sælensminde, Carsten Haugen, Eirik Haugstad
 3 Vegard Løberg Gjelsvik, Stian Klungland, Håvard Hildeskor, Andreas Roth
 4 Johan Odden, Jørgen Bekkevold, Per Jose Clemmet Skancke, Petter Kristiansen

Menn 4x1500 meter stafett NM Junior

	29 mai
1 Ull/Kisa 1	16:55.48
2 Tjalve	16:57.64
3 BFG Fana	17:16.98
4 Orion	17:26.87
5 Tyrving	17:36.01
6 Ren-Eng	17:59.62
7 Ull/Kisa 2	18:42.72

Lagene:

1 Lars Buraas, Stian Klungland, Håvard Hildeskor, Vegard Gjelsvik
 2 Torjus Halden, Anders Sørensen, Martin Smebye, Jens-Olaf Breivik Lingaas
 3 Jørgen Austnes, Ole Martin Røssland, Martin Smith, Jørgen Axelsen
 4 Vebjørn Gilde, Aleksander Lysø, Jørgen Elisenberg, Sindre Løchting
 5 Anders Televik, Eivind Drabløs, steinar Gjønnes, Petter Gulliksen
 6 Per Jose Clemmet Skancke, Johan Odden, Vegard Ølstad, Petter Kristiansen
 7 Bjørnar Bjørnstad, Jørgen Gundersen, alexander Andersen, Jonas Krossøy

Kvinner 4x100 meter stafett NM Junior

	28 mai
1 BFG Fana	48.80
2 Kristiansand	49.00
3 Ranheim	49.37
4 BUL	49.51
5 Tyrving	50.40
6 Orion	50.52
7 Sandnes	50.65
8 Moss	50.76

Lagene:

1 Elise Una Mikkelsen, Christine Jensen, Monika Benserud, Vilde Lund Bjørnsen
 2 Anna Kvam, Mari F. Anderssen, Eline Breilid, Guro F. Anderssen

3 Emilie Søgnesand, Nathalie Balhald Moen, Stine Marie Grønnaug, Marianne Evensen
 4 Karoline Kle,p Petersen, Nadia Akpana Assa, Phylis Boateng-Gyamfi, Katrine Askim Vatne
 5 Ida Planke Berg, Ine Bakken Karlberg, Andrea T. Bressand, Astrid Råd Valderhaug
 6 Mahawa Kromah, Gerd Lahlum Lystad, Maria Teigland, Marlene Flock
 7 Ingrid Øvrebø, Eline Netland, Helena Gramstad, Lisa Ceiline Willassen
 8 Maja Mollatt, Sara Rolfsøn, Stine Tollefsen, Kaja Johansen
Forsøksheat 1 (28. mai) 1 Kristiansand 48.76, 2 Ranheim 49.77, 3 Orion 50.30, 4 Sandnes 50.42, 5 Urædd 51.20, 6 Ull/Kisa 54.60, Fredrikstad DNF
 Lagene:
 1 Anna Kvam, Mari F. Anderssen, Eline Breilid, Guro F. Anderssen
 2 Emilie Søgnesand, Nathalie Balhald Moen, Stine Marie Grønnaug, Marianne Evensen
 3 Mahawa Kromah, Gerd Lahlum Lystad, Maria Teigland, Marlene Flock
 4 Ingrid Øvrebø, Eline Netland, Helena Gramstad, Lisa Ceiline Willassen
 5 Johanne Eline Larsen, Andreas Sætersdal, Line Gjerde, Mari Storkås
 6 Rikke Gustavson, Ann Kristin Aslaksrud, Pia Bålsrud, Hanna Schultze
 7 Nora Ø. Gjeldnes, Wariya Laosanurak, Josefine Danielsen, Susanne Olsen
Forsøksheat 2 (28. mai) 1 BFG Fana 49.13, 2 BUL 49.67, 3 Tyrving 50.50, 4 Moss 50.83, 5 Asker Skiklubb 50.88, Laksevåg DNF
 Lagene:
 1 Elise Una Mikkelsen, Christine Jensen, Monika Benserud, Vilde Lund Bjørnsen
 2 Karoline Kle,p Petersen, Nadia Akpana Assa, Phylis Boateng-Gyamfi, Katrine Askim Vatne
 3 Ida Planke Berg, Ine Bakken Karlberg, Andrea T. Bressand, Astrid Råd Valderhaug
 4 Maja Mollatt, Sara Rolfsøn, Stine Tollefsen, Kaja Johansen
 5 Johanne Bjørnsen Skjetne, Ellen Kristine Ellertsen, Marie Fostvedt, Eline Hoftun
 6 Sarah Østhus, Paula Llano, Julie Strøm, Vilde Svortevik

Kvinner 4x400 meter stafett NM Junior

		29 mai
1	Laksevåg	3:59.57
2	Ranheim	4:03.84

Lagene:
 1 Paula Llano, Julie Strøm, Solveig Onstad, Vilde Svortevik
 2 Cecilie Hofstad, Stine Marie Grønnaug, Nathalie Balhald Moen, Marianne Evensen

Kvinner 4x800 meter stafett NM Junior

		28 mai
1	Tyrving	9:34.72
2	Laksevåg	9:35.52
3	Ren-Eng	9:46.16
4	Haugesund	9:50.31
5	Tjalve	9:59.95
6	Ull/Kisa	10:34.89

Lagene:
 1 Karoline Skatteboe, Leah Røste, Aurora Dybedokken, Ingvild Drabløs
 2 Vilde Svortevik, Susanne Sandstø, Julie Strøm, Solveig Onstad
 3 Mari Helgestad, Maja Solbakken, Emma Marie Skjærstad, Britt Thorshaug Granrud
 4 Elisabeth Angell Bergh, Maren Pernille Ydstebø, Ingvild Tokheim, Kristin Hagen
 5 Marte Schia, Kristine Helle, Karianne Jevne, Rikke Bergsvand
 6 Sofie Rostad, Andrea Furuseth, Ingrid Hannestad, Maren Eriksen Skappel

Menn 4x100 meter stafett UM G16

		28 mai
1	BUL	44.89
2	Tyrving	45.60
3	Sandnes	46.33
4	Haugesund	46.40
5	Larvik Turn	46.99
6	Sturla	47.46

Lagene:
 1 Grunde Myhrer, Simen Kjensli, Hans Christian Walker, Sivert Korshavn-Jartoft
 2 Nicolay Sandsdalen, Jonas Halonen, Fabian S. Rønningen, Hallvard Hornes Hauge
 3 Christopher Fardan, Johannes Volden, Rune Reimertz, Joachim Sandberg
 4 Leonard Johan Nesheim, Sindre Birkeland, Benjamin Liestøl, Torgeir Andersen
 5 Lars Forum Skaare, Odin Stangvik, Kim Robin Jakobsen, Byamungu Kabiraba

6 Ola Isene, Martin Fagelund, Magnus Pettersen, Henrik Fjeld

Menn 4x600 meter stafett UM G16

		29 mai
1	Sandnes	3:53.10
2	Sturla	5:58.16
3	Haugesund	6:00.99
4	Tyrving	6:01.71
5	Ull/Kisa	6:05.41
6	Sandvin	6:10.15
7	Gneist	6:23.43
8	BUL	6:24.10

Tjalve, DNF
 Lagene:
 1 Rune Reimertz, Johannes Volden, Christopher Fardan, Joachim Sandberg
 2 Martin Fagelund, Martin Kristiansen, Torjus V. Flaten, Magmus H. Pettersen
 3 Benjamin Liestøl, Sindre Birkeland, Leonard Johan Nesheim, Torgeir Andersen
 4 Nicolay Sandsdalen, Fabian S. Rønningen, Hallvard Hauge Hornes, Felix Petersson
 5 Espen Bjørnstad, Jonas Knossøy, Jørgen Gundersen, Lars Buraas
 6 Kristoffer Hoven, Sverre Blom Breivik, Henrik Teien, Sigurd Blom Breivik
 7 Stian Norheim, Anders Bjørndal, Ole Martin Røssland, Aleksander Lie
 8 Anders Bakken Arneberg, Hans Christian Walker, Atle Ulstein Ekern, Henrik Grønbech
 9 Simon Paul Sandbakken, Anders Sørensen, Martin N. Kansestrøm, Erik Gundersen

Kvinner 4x100 meter stafett UM J16

		29 mai
1	BFG Fana	48.99
2	Tyrving	50.13
3	Sandnes	50.22
4	BUL	50.36
5	Kristiansand	51.25
6	Asker Skiklubb	51.58
7	Ull/Kisa	54.69

Lagene:
 1 Elise Una Mikkelsen, Marianne Benserud, Monika Benserud, Vilde Lund Bjørnsen
 2 Ida Planke Berg, Anna Haldar Holen, Andrea T. Bressand, Astrid Råd Valderhaug
 3 Ingrid Øvrebø, Eline Netland, Helena Gramstad, Lisa Celine Willassen
 4 Yasuna Jatta, Karoline Klemp Petersen, Julie Bjørnebye, Nadia Akpana Assa
 5 Anna Jvam, Mari F. Anderssen, Anette Høiland, Ulrikke Haraldstad
 6 Johanne Bjørnsen Skjetne, Eline Hoftun, Marie Fostvedt, Sofie Myhre Holmenes
 7 Charlotte Grasmø, Maren Grytbakk, Pia Bålsrud, Hanna Schultze

Kvinner 4x600 meter stafett UM J16

		29 mai
1	Sandnes	6:45.28
2	Tyrving 1	6:51.40
3	Hellas	6:53.68
4	Haugesund	7:05.43
5	Laksevåg	7:08.18
6	Tjalve	7:22.04
7	Sturla	7:24.01
8	Ull/Kisa	7:29.83

9 Tyrving 2 7:35.40, 10 Sandvin 7:35.66
 Lagene:
 1 Lisa Celine Willassen, Nora Bråtveit Line, Ingrid Øverbø, Helena Wille Gramstad
 2 Ella Heggebø, Ingrid Muri, Aurora Dybedokken, Leah Røste
 3 Maria Brox, June Bakken Hodt, Caroline Madsen, Ane Bakken Hidt
 4 Elisabeth Harris-Christensen, Maren Pernille Ydstebø, Ingvild Tokheim, Elisabeth Angell Bergh
 5 Julie Strøm, Paula Llano, Susanne Sandstø, Ragnhild Seim
 6 Rikke Bergsvand, Kaja Morken, Anne Xiu Heide Hoff, Eira Hammeren
 7 Vilde Gaarder, Kathinka Brurberg, Marie Jagland, Anja Tryti
 8 Andrea Furuseth, Pia Bålsrud, Maren Eriksen Skappel, Hanna schultze
 9 Anne-Marit Moe Aarø, Julie Apeland, Ingrid Astrup, Anja Holmsen
 10 Maja Vold, Marte Bleken Klemetsdal, Heidi M. Fjeldstad, Inger Bonden

NM Kappgang



72. NM kappgang

Sted: Bergen
 Arrangør: TIF Viking
 Arena: Arna Idrettspark/Gamle Osbanetrasé
 Dato: 4.-5. juni 2011

Menn Senior 10000 m

			4. juni
1	Trond Nymark	Viking	41:44.3
2	Håvard Haukenes	Viking	47:56.0
3	Joakim Sælen	Viking	48:49.6
4	Syver Andersen Morvik	Viking	49:23.2
5	Arild Fotland	Søfteland	49:32.3
6	John-Christian Scheie	Søfteland	52:32.1
7	Pål-Erik Lund	Viking	55:04.0
8	Sindre Myrvold Øiness	Søfteland	57:40.1

9 Erling Andersen, Søfteland 58:22.2, 10 Arvid Bjørsvik, Viking 61:58.3, 11 Petter Strømmen, Viking 63:24.4, 12 Lars-Emil Mossefinn, Viking 69:34.8

Kvinner Senior 5000 m

			4. juni
1	Kjersti Tysse Plätzer	Norna-Salhus	24:44.2
2	Hanne Elisabeth Liland	Viking	28:48.4

Menn Senior 3x10 km

			4. juni
1	Viking 1		2:18:29.9
2	Søfteland		2:39:44.5
3	Viking 2		3:00:23.7

Lag:

1 Trond Nymark, Håvard Haukenes, Joakim Sælen (Syver Andersen Morvik)
 2 Arild Fotland, John Christian Scheie, Sindre Myrvold Øiness (Erling Andersen)
 3 Pål-Erik Lund, Arvid Bjørsvik, Petter Strømmen (Lars-Emil Mossefinn)

Menn Senior 20 km landevei

			5. juni
1	Trond Nymark	Viking	1:25:44
2	Joakim Sælen	Viking	1:45:09
3	Arild Fotland	Søfteland	1:46:51
4	Syver Andersen Morvik	Viking	1:49:05
5	Arvid Bjørsvik	Viking	2:11:57
6	Arthur Lillefosse	Viking	2:21:54

Kvinner Senior 10 km landevei

			5. juni
1	Merete Helgheim	Gloppen	50:33
	Halldis Nagell-Dahl	Viking	DNF

NM Motbakkeløp



7. NM motbakkeløp

Sted: Kvasshovden Opp
 Arrangør: Ulvik IL
 Dato: 16. juli 2011

Menn NM Senior

1	Øyvind Heiberg Sundby	Tjalve	49:40
2	Kristen Skjeldal	Voss	50:01
3	Øyvind Bugge	Eidsvåg	51:26
4	Audun Wletzien	Tyrving	51:40
5	Thorbjørn T. Ludvigsen	BFG Fana	51:50
6	Lars Erik Skjervheim	Voss	52:08
7	Arild Een	Varegg	52:56
8	Leif Bjørn Grindedal	Bjørgum	55:18

9 Sjur Børshem, Ulvik 55:28, 10 Kjell Mundal, Jølster 55:39, 11 Sjur Røthe, Voss 56:12, 12 Lars Olaf Haaheim, Varegg 56:16, 13 Torjus Børshem, Ulvik 56:21, 14 Jo-Harald Færø, Eikanger 56:50, 15 Eirik Vestrheim, Varegg 56:58, 16 Anders Daltveit, BFG Fana 57:09, 17 Tom Erik Halvorsen, GTI 57:12, 18 Jann Olav Tjønneland, Viksdalen 57:33, 19 Terje Hordnes, Fana 57:41, 20 Kjetil Dyrvik, Voss 57:42, 21 Terje Breivik, Ulvik 57:58, 22 Geir Storevedt Skaten, Gular 58:18, 23 Stian Stærkeby Jelstad, Modum 58:24, 24 Arvid Brudevoll, Vik 58:25, 25 Alemayehu Sitotaw, Varegg 58:33, 26 Tore Bjerkreim, Nesbyen 58:57, 27 Terje Skinstad, Sturla 59:01, 28 Kåre Ulevåg, Tvedestrand 59:04, 29 Johs. Gjesdal, Varegg 59:06, 30 Alf Ole Esperås, Fri 59:29

31 Lars Jakob Nitter, Vik 59:43, 32 Øyvind Wiger, Modum 59:43, 33 Espen Stueland, Voss 59:46, 34 Øystein Hanstveit, Mjøsdaalen 59:47, 35 Espen Rognsvåg, BFG Fana 60:03, 36 Olav Terum, Aurland 61:25, 37 Odd Arne Hamre, Tambarskjelvar 61:44, 38 Anbjørn Mellingen, Gular 61:50, 39 Einar Bystøl, Voss 61:53, 40 Torodd Lybeck, Fagernes 62:05

41 Ove Måge, Strandebarm 62:10, 42 Tore Nyborg, Voss 62:12, 43 Lars Sverdrup-Thygeson, Høvik 63:17, 44 Einar Færø, Eikanger 63:28, 45 Roger Nevland, Gjesdal 63:29, 46 Inge Eilertsen, Kirkenes 64:04, 47 Magne Eivind Glomnes, Valldal 64:04, 48 Lars Seim, Røldal 64:08, 49 Bjørno Nevland, Gjesdal 64:24, 50 Øystein Øvsthus, Mjøsdaalen 64:24

51 Roy Dyrkolbotn, Mjøsdaalen 64:25, 52 Knut Grove, Varegg 64:54, 53 Nils Ove Berge, Strandebarm 65:34, 54 Per Endesgtad, Eikefjord 65:47, 55 Per Øyvind Tveiten, Tørvikbygd 66:02, 56 Frank Herheim, Geilo 66:06, 57 Ove Bernes, Mjøsdaalen 66:30, 58 Arne Johannessen, Hafslø 66:41, 59 Per Ivar Stensæter, Bagn 66:53, 60 John A. Andersen, Varegg 67:26

61 Magne Vikne, Osterøy 68:14, 62 Ove Rød, Lindås 68:17, 63 Lars Ivar Berge, Varegg 68:37, 64 Asbjørn Fossmark, Samnanger 69:03, 65 Jan Henrik Olsnes, Fri 69:25, 66 Torstein Gullbrå, Harding 70:23, 67 Aksel Øvsthus, Mjøsdaalen 70:40, 68 Morten Seliussen, BFG Fana 70:41, 69 Skjalg Duesund, Klypetussen 71:46, 70 Christian Holter, Varegg 72:50

71 Johnny Laupsa-Borge, Eidfjord 73:31, 72 Birger Hanstveit, Mjøsdaalen 73:51, 73 Øyvind Wæhle, Voss 73:52, 74 Herbjørn Brennhovd, Gol 74:13, 75 John Svahn, Øystese 74:18, 76 Tom Eirik Eikanger, Gular 74:24, 77 Øivind Børnes, Osterøy 74:37, 78 Bjarne Martin Gausvik, AKS-77 74:37, 79 Svein Steinsland, Samnanger 75:05, 80 Nikolas Kallas, Varegg 75:29

81 Tore Berli, Ready 76:29, 82 Christian Børs, Røa 77:43, 83 Karl Erik Berge, Ås 80:31, 84 Knut Grinde, Syril 89:43, 85 Hans Velkin, Granvin 81:27, 86 Steinar Tysse, Mjøsdaalen 82:10, 87 Arne Hauso, Voss 85:56, 88 Stein H. Sørensen, GTI 86:26, 89 Svein Arne Sølvberg, Oppgård 86:35, 90 Oddvar Brekke, Granvin 87:30, 91 Terje Solberg, Mjøsdaalen 88:11, 92 Aksel Løvenholm, BFG Fana 113:29, 93 Johannes Nesheim, Granvin 116:21

Kvinner NM Senior

1	Kirsten Marathon Melkevik	BFG Fana	54:57
2	Heidi Weng	BUL	56:06
3	May Britt Buer	Gular	56:26
4	Therese Sjursen	BFG Fana	60:39
5	Merete Helgheim	Gloppen	61:29
6	May Bente Weng	BUL	61:46
7	Elin Steinsbø Fylkesnes	Bremnes	62:31
8	Anna Margrethe Tråve	Lærdal	65:31

9 Marit Årthun, Matre 65:31, 10 Elise Vikne, Osterøy 67:10, 11 Karine Fluge Ulleberg, Heming 67:52, 12 Rannveig Farestveit, Voss 70:52, 13 Evy Berge, Ulvik 71:42, 14 Elise Orten, Fri 71:48, 15 Torun Øvergaard Aarvik, BFG Fana 72:40, 16 Nancy Sommer, Varegg 74:11, 17 Vigdis Reigstad, Fri 74:33, 18 Silje Skorve Skarpeid, GTI 75:32, 19 Eva Fjærestad, BFG Fana 76:25, 20 Anne Bekkhus, Ulvik 77:55

21 Siri Robstad, Moelven 78:56, 22 Therese Eisheim, Mjøsdalen 79:31, 23 Linda Grebstad Grinde, Syril 79:52, 24 Brith Line Øverland, BFG Fana 80:15, 25 Randi Nordås, Mjøsdalen 80:28, 26 Kjersti Solvoll Bakketun, NTNU 80:58, 27 Hanne Liland, Viking 82:34, 28 Anne-Lise Katle, Asker Skiklubb 86:29, 29 Wenche Hultgreen, Tyrving 93:37, 30 Eli Torild Hellandsjø Bu, BFG Fana 101:17
31 Johanne-Marie Erstad, Øystese 134:49

Menn NM Junior

1	Joel Dyrhovden	Samnanger	49:18
2	Johan Bugge	Eidsvåg	49:52
3	Torstein Tengsareid	Skjalg	49:55
4	Eivind Knutsen	Kristiansand	51:56
5	Stian Bergstå	Svarstad	52:18
6	Gaute Kvåle	Røldal	52:49
7	Erlend Drivenes	Tørvikbygd	55:07
8	Nils Magnus Bøen Grave	Korlevoll	55:16

9 Vegard Arthun Bergane, Matre 55:53, 10 Endre Aamodt, Bagn 56:24, 11 Asbjørn Berland, Samnanger 56:42, 12 Emil Iversen, Varden 56:47, 13 Robert Bergstå, Svarstad 57:07, 14 Kjetil Andre Bjerkheim, Nesbyen 57:24, 15 Harald Kårbø, Stord 57:39, 16 Asbjørn Wold, Vik 57:56, 17 Einar Trefall, Voss 58:11, 18 Matias Oppedal, Fana 58:23, 19 Vetle Sjøstad Christiansen, Geilo 58:26, 20 Lars Andre Møen, Voss 60:17

21 Olav Haugo, Voss 61:17, 22 Even Sæteren Hippe, Bagn 61:46, 23 Magnus-Johan Færø, Eikanger 61:52, 24 Sondre Øvre-Helland, Viking 62:28, 25 Aleksander Claussen, Jutul 63:30, 26 Håvard Drivenes, Tørvikbygd 63:36, 27 Håvard Gutubø Bogetveit, Førde 63:47, 28 Joar Grov Turvoll, Vik 64:01, 29 Martin Finne, Korlevoll 64:21, 30 Iver Matias Linge Glomnes, Valldal 64:48

31 Martin Stensæter, Bagn 65:26, 32 Endre Wold, Vik 65:26, 33 Erlend Nysæter, Fana 66:14, 34 Lars Braathen Reigstad, Osterøy 66:21, 35 Eirik Renna Eilertsen, Kirkenes 66:34, 36 Jonas Gjesdal, Varegg 68:44, 37 Sigurd Braathen Reigstad, Osterøy 69:29, 38 Trond Erik Storebø, Fri 69:44, 39 Jørgen Jensen Axelsen, BFG Fana 72:10, 40 Leif Malvin Hjelmevoll, Ulvik 77:29

41 Vegard Flystveit, Kristiansand 78:01, 42 Per Henrik Selen Pedersen, Oslostudentene 83:38

Kvinner NM Junior

1	Tuva Toftdahl Staver	Strindheim	60:17
2	Maren Wangensteen	Øystre Slidre	63:02
3	Lilli Marie Myhre Ofstad	Strindheim	63:13
4	Elise Ringen	Varden	64:51
5	Ida Meli Narbuvooll	Ren-Eng	66:15
6	Ingvill Sangesland	Vindbjart	68:34
7	Karoline Holsen Kyte	Førde	69:11
8	Kjersti Fresvik	Røldal	71:56

NM 6 timer ultraløp



3. NM 6 timer ultraløp

Sted: Fetsund

Arrangør: Romerike Ultraløperklubb

Arena: Fedrelandet

Dato: 20. august 2011

Menn

		2. des	
1	Robert Hansen	Ringerike	82.688
2	Bjørn T. Kronen Taranger	BFG Fana	80.379
3	Jon Olsen	Høyb./Stovner	78.467
4	Øystein Ringsnes	Åskameratene	75.397
5	Rune Solheim	Lærdal	75.208
6	Kim Johannessen	Romerike Ultra	74.873
7	Joar Flynn Jensen	Ski	74.682
8	Petter Kragset	Hakallestranda	74.500

9 Lars Dørum, Spiridon 74.442, 10 Mona Bale, Romerike Ultra 74.170, 11 Frode Johansen, BFG Fana 73.400, 12 Hans Edgard Rakeie, Åskameratene 73.241, 13 Olav Krakset, Hakallestranda 72.438, 14 Kenneth Myhre, Malm 71.106, 15 Ole Petter Bergaust, Veldre 71.036, 16 Gunnar Vaage, Trio 70.975, 17 Anders Lindell, Romerike Ultra 70.899, 18 Ole Arne Eiksund, Romerike Ultra 70.484, 19 Jan Helge Balto, Mosjøen 60.679, 20 Svend Otto Sundby, Ådal 69.331

21 Per Audun Heskestad, AKS-77 69.117, 22 Arne Chr. Folmer, Berg 67.105, 23 Martin Olafsen, Rye 66.393, 24 Johan Holmgren, Lørenskog 65.269, 25 Frode Monsen, Oppegård 64.903, 26 Esben Rohit Hellebø, Gular 62.757, 27 Eri Skahjem, Asker Skiklubb 62.725, 28 Lars-Ove Nordnes, Jutul 62.618, 29 John Iversen, Oslostudentene 62.564, 30 Anders Tøsse, Norodd 62.439

31 Roar Pedersen, Fitjar 62.136, 32 Bjarne Brynning, Horten 61.888, 33 Jan Olav Dagsvik, Ogdal 61.530, 34 Bård Rødde, Lånke 61.456, 35 Sten Einar Lunder, Ringerike 60.532, 36 Rune Tidemann, Spiridon 60.096, 37 Håkon Lie, Åmdal 58.973, 38 Knut Kronstad, Romerike Ultra 58.779, 39 Jarle Hammer, Nittedal 57.340, 40 Runar Thorstensen, Romerike Ultra 56.300

41 Einar Lindvoll, GTI 56.118, 42 Henning Olsen, Orion 56.118, 43 Svein Hansen, Rye 55.729, 44 Jan Billy Aas, Oppegård 54.843, 45 Jon Weydahl, Drøbak-Frog 54.565, 46 Kristian Waalen, Lier 53.815, 47 Harald Sel, Bryne 53.768, 48 Mons Ø. Tingelstad, Tynset 51.151, 49 Ragnar Nygård, Gjekstad og Østerøya 50.151, 50 Sigurd Lima Gjesdal 50.151

51 Leif Morten Heggli, Sandvolla 50.151, 52 Aksel Løvenholm, BFG Fana 50.151, 53 Birger Weydahl, Kråkstad 49.469, 54 Jan Sneisen, Spiridon 47.747, 55 Aleksander Dagsvik, Ogdal 45.186, 56 Sven Arne Gylterud, Fossum 42.195, 57 Frants Mohr, Romerike Ultra 42.195, 58 Kjell Skogvang, Spiridon 42.195, 59 Wiggo Bakken, Jevnaker 42.195, 60 Geir Inge Selte, Ringerike 38.217

61 Ole Wiggo Bakken, Jevnaker 38.217, 62 Per-Einar Roth, Romerike Ultra 34.239, 63 Bjørn Hytjanstorp, Spiridon 30.261, 64 Egil Jacobsen, Åskameratene 22.305, 65 Egil Skarpsno, Ren-Eng 16.338

Kvinner

		20 aug	
1	Anne Jorunn Hodne	GTI	79.162
2	Marte Pedersen	Åskameratene	74.147
3	Marit Årthun	Matre	73.041
4	Randi Edvardsen	GTI	64.772
5	Wenche Dørum	Royal Sport	64.117
6	Hilde Johansen	Romerike Ultra	64.047
7	Vera Nystad	Søgne	62.696
8	Mette K. Wiig	Asker skiklubb	61.401

9 Unni Skøien, Åskameratene 59.328, 10 Leila Ferguson, Romerike Ultra 58.798, 11 Tone Asbjørnhus, Åskameratene 58.044, 12 Cecilie Karlsen, Romerike Ultra 56.401, 13 Inger-Marie Vinje, Romerike Ultra 56.386, 14 Turid Landsvik, BFG Fana 55.104, 15 Marit K. Berg Bjerknes, Romerike Ultra 52.998, 16 Turid Veggeland, Herkules 52.701, 17 Oline Yksnøy, Rustad 52.463, 18 Torill Forbord, Spiridon 51.673, 19 Merete Vågheim Tellevik, Øystese 51.428, 20 Ann Kristin Malmo, Ogdal 50.617

21 Rita Nordsveen, Orion 50.151, 22 Margrethe Bergaust, Veldre 48.162, 23 Lukris Eikum Grønntun, Spiridon 47.336, 24 Signy Henden Rustlie, Lørenskog 45.238, 25 Titina Bakken, Jevnaker 43.377, 26 Arnhild Hellem, Spiridon 42.517, 27 Lise Lithun, GTI 42.195, 28 Linn Kristin Vibekken, Oppstad 36.228, 29 Åse Irene Bakken Tøsse, Norodd 34.593

NM mangekamp



92. NM mangekamp

Sted: Trondheim
 Arrangør: Ranheim IL/Nidelv IL
 Arena: Trondheim Stadion
 Dato: 10.-11.9 2011

Menn 10-kamp NM Senior

1	Hans Olav Stephansen Uldal	Sandnes	7.348
2	Lars Eric Sæther	Steinkjer	6.100
3	Ove Lindekleiv	Sandnes	5.725
4	Anders Lerberg	Stjørdal	5.282
5	Eivind Hillesund	Tjalve	5.040
6	Daniel Sandal	Laksevåg	4.497
7	Robin Kallekleiv	Laksevåg	4.481
8	Krister Drivenes	Laksevåg	3.617

9 Rune Godtland, Ranheim 3.492

Enkeltresultater: (100m, lengde, kule 7,26 kg, høyde, 400m/110m hekk 106,7m/9,14m, Diskos 2,0kg, stav, spyd 0,8kg, 300m)

1	11.38 (0,0)-7.21 (+0,8)-13.86-1.82-52.31 – 14.90 (0,0)-44.46-4.50-59.70-5:06.95
2	11.56 (0,0)-6.98 (-0,7)-10.55-1.85-49.94 – 17.34 (0,0)-26.16-3.20-43.49-4:41.92
3	11.44 (0,0)-6.14 (+0,6)-14.99-1.91-50.95 – 16.04 (0,0)-40.81-NM-45.06-6:36.53
4	12.36 (+1,1)-6.30 (0,0)-10.05-1.76-57.27 – 16.80 (0,0)-27.88-3.70-46.20-5:57.21
5	12.92 (+1,1)-6.04 (+1,1)-11.00-1.76-57.56 – 20.68 (0,0)-35.10-3.10-50.51-5:13.66
6	12.40 (0,0)-5.31 (0,0)-10.75-1.73-58.27 – 19.38 (0,0)-22.57-2.70-37.68-5:12.64
7	12.57 (+1,1)-5.65 (+1,2)-9.23-1.58-57.06 – 19.93 (0,0)-26.38-2.80-39.17-5:05.16
8	12.28 (+1,1)-4.91 (+1,4)-7.84-1.40-56.82 – 26.83 (0,0)-25.48-3.30-29.66-5:42.90
9	13.36 (+1,1)-4.74 (0,0)-10.21-1.64-65.81 – 23.92 (0,0)-30.80-2.50-36.76-5:52.49

Menn 10-kamp NM Junior

1	Jostein Andre Kvikstad	Bodø	6.075
2	Martin Vikse	Laksevåg	4.601
3	Rein Åsmund Torsvik	Sandnes	3.561

Per J. Skancke, Ren-Eng DNF, Sven Bryne, Lye DNF, Kristoffer Buhagen, Trondheim DNF

Enkeltresultater: (100m, lengde, kule 6,0 kg, høyde, 400m/110m hekk 100cm/8,5m, Diskos 1,75kg, stav, spyd 0,8kg, 300m)

1	11.49 (0,0)-6.51 (+0,7)-12.22-1.84-54.30 – 15.70 (0,0)-34.13-3.10-46.77-5:14.94
2	12.23 (0,0)-6.18 (+0,5)-8.65-1.75-55.31 – 18.86 (0,0)-19.78-2.80-22.63-4:57.63
3	12.49 (0,0)-5.14 (+2,1)-8.10-1.57-58.21 – 21.70 (0,0)-18.17-3.00-22.66-5:54.62
	11.35 (0,0)-2.87 (+0,2)-9.18-1.00-50.80 – DNS
	12.68 (0,0)-4.60 (+1,6)-9.27-1.51-DNS
	11.54 (0,0)-DNS

Menn 10-kamp UM G17

1	Rasmus Stene	Lambertseter	5.797
2	Simen Tjelta Larsen	Skjalg	5.118
3	Stig Andreas Langeland	Osterøy	3.746

Enkeltresultater: (100m hekk 91,4cm/8,5m, Diskos 1,5kg, stav, spyd 0,7kg, 300m/100m, lengde, kule 5,0 kg, høyde, 1000m)

1	15.42 (0,0)-34.63-2.90-50.08-38.36 – 12.02 (0,0)-5.98 (-0,7)-12.54-1.77-3:16.20
2	14.29 (0,0)-18.94-2.60-32.41-37.95 – 11.70 (0,0)-6.17 (+1,9)-9,71-1.59-3:15.92
3	19.65 (0,0)-20.45-3.40-35.06-44.16 – 12.26 (0,0)-5.84 (-1,1)-9.41-1.59-6:39.46

Menn 10-kamp UM G16

1	Ola Stunes Isene	Sturla	5.523
2	Alexander Aarre	Frøyland	5.250
3	Eirik Greibrokk Dolve	Fri	5.069
4	Tobias Sommernes	Rana	4.925
5	Håvard Sommer Rosenlund	Frol	4.836
6	Asbjørn Lunde d.y.	Stord	4.598

Enkeltresultater: (100m hekk 91,4cm/8,5m, Diskos 1,5kg, stav, spyd 0,7kg,

300m/100m, lengde, kule 5,0 kg, høyde, 1000m)

1	15.59 (0,0)-49.87-2.60-47.33-42.98 – 12.60 (?.?) -5.63 (+0,2)-14.62-1.68-3:26.80
2	15.64 (0,0)-29.59-3.00-42.99-38.60 – 11.97 (?.?) -5.77 (+1,8)-11.52-1.59-3:25.77
3	15.72 (0,0)-27.09-4.30-37.57-41.58 – 12.60 (?.?) -4.94 (0,0)-9.64-1.77-3:24.21
4	15.41 (0,0)-23.33-2.50-45.32-40.75 – 12.49 (?.?) -5.64 (0,0)-11.14-1.71-3:24.21
5	14.43 (0,0)-27.20-2.30-21.00-40.23 – 11.94 (?.?) -5.88 (-0,9)-9.95-1.59-3:13.34
6	19.64 (0,0)-34.69-2.20-32.48-39.64 – 12.53 (?.?) -5.30 (-0,3)-13.19-1.47, 3:04.22

Menn 9-kamp UM G15

1	Karsten Warholm	Dimna	4.841
2	Joachim Afzal	Mandal/Halse	4.571
3	Ingar Kiplesund	Trondheim	3.629
4	Lars Einar Røise	Våg	3.067

Enkeltresultater: (100m hekk 91,4cm/8,5m, Diskos 1,0kg, stav, spyd 0,6kg/100m, lengde, kule 4,0 kg, høyde, 1000m)

1	14.82 (0,0)-26.71-2.30-41.55 – 11.71 (0,0)-6.45 (-0,6)-10.90-1.85-3:24.01
2	15.15 (0,0)-28.64-3.20-39.37 – 12.56 (0,0)-5.62 (0,0)-10.48-1.55-3:04.89
3	16.14 (0,0)-23.01-2.80-34.16 – 11.91 (0,0)-5.63 (-1,6)-9.11-1.58-6:39.49
4	17.45 (0,0)-23.16-2.40-23.32 – 12.92 (0,0)-5.09 (-0,5)-7.55-1.58-4:00.75

DNS

Kvinner 7-kamp NM Senior

1	Ingvild Kåshagen	Trondheim	3.739
---	-------------------------	------------------	--------------

Enkeltresultater: (100m hekk 84,0cm/8,5m, høyde, kule 4,0 kg, 200m/lengde, spyd 0,6kg 800m)

1	17.67 (0,0)-1.43-8.89-26.46 (0,0) – 4.60 (0,0)-22.07-2:31.30
---	--

Kvinner 7-kamp NM Junior

1	Martine Bye	Ogdal	4.435
2	Annika Tollefsen	Aurskog-Høland	4.223
3	Renate Grimstad	Dimna	3.895
4	Anna Bogunovic Jakobsen	Skjalg	3.610

Enkeltresultater: (100m hekk 84,0cm/8,5m, høyde, kule 3,0 kg, 200m/lengde, spyd 0,6kg 800m)

1	17.14 (0,0)-1.70-10.85-28.01 (0,0) – 5.22 (0,0)-34.44-2:37.37
2	15.75 (0,0)-1.61-8.75-26.81 (0,0) – 5.11 (0,0)-22.64-2:35.33
3	15.31 (0,0)-1.58-8.30-27.85 (0,0) – 5.07 (0,0)-22.85-2:56.35
4	17.15 (0,0)-1.37-9.39-27.40 (0,0) – 4.50 (0,0)-21.60-2:34.85

Kvinner 7-kamp UM J17

1	Stine Grong Ruud	Stjørdal	3.809
2	Marte Jermstad	Selsbakk	3.113

Enkeltresultater: (100m hekk 76,2cm/8m, høyde, kule 3,0 kg, 200m/lengde, spyd 0,5kg 800m)

1	15.94 (0,0)-1.40-8.66-27.22 (0,0) – 4.93 (0,0)-30.81-2:55.59
2	17.25 (0,0)-1.25-6.42-27.72 (0,0) – 4.56 (0,0)-21.69-2:49.30

Kvinner 7-kamp UM J16

1	Camilla Rønning	Nittedal	4.659
2	Marianne Benserud	Gneist	3.277
3	Ane Midtstraum	Strindheim	3.136

Enkeltresultater: (100m hekk 76,2cm/8m, høyde, kule 3,0 kg, 200m/lengde, spyd 0,5kg 800m)

1	16.63 (0,0)-1.41-15.13-26.08 (0,0) – 5.26 (0,0)-41.84-2:46.31
2	17.48 (0,0)-1.47-7.58-27.60 (0,0) – 4.54 (0,0)-17.71-2:53.60
3	18.13 (0,0)-1.41-8.39-29.22 (0,0) – 4.55 (0,0)-21.67-2:54.95

Kvinner 7-kamp UM J15

1	Hanne Andve	Våg	3.913
2	Runa Opheim	Selsbakk	3.726
3	Elise Ruud	Stjørdal	3.671
4	Jenny Nyborg	Steinkjer	3.277
5	Ragna Kristine Randeberg	Nidelv	3.198
6	Helene Andve	Våg	2.762

Julie Stendahl Spets **Lundamo** **DNF**
 Enkeltresultater: (80m hekk 76,2cm/8m, kule 3,0 kg, høyde, 200m/lengde, spyd 0,4kg 800m)
 1 12.84 (0,0)-9.44-1.47-27.68 (?.?) – 4.65 (0,0)-22.83-2:32.79
 2 13.15 (0,0)-7.88-1.41-27.05 (?.?) – 4.50 (0,0)-23.41-2:32.80
 3 12.45 (0,0)-10.19-1.32-28.18 (?.?) – 4.08 (0,0)-31.79-2:48.51
 4 15.53 (0,0)-6.65-1.53-28.16 (?.?) – 4.84 (0,0)-18.87-2:43.63
 5 12.55 (0,0)-7.97-1.41-29.37 (?.?) – 4.16 (0,0)-17.51-2:55.18
 6 14-57 (0,0)-8.30-1.44-29.68 (?.?) – 3.91 (0,0)-31.85-DNF
 15.55 (0,0)-7.30-1.38-27.66 (?.?) - DNS

NM halvmaraton



26. NM Halvmaraton

Sted: Drammen - Drammensmaraton
 Arrangør: IF Sturla
 Dato: 11.9.2011

Menn Senior

	11 Sep	
1 Alem Adhanom	Tjalve	1:07:46
2 Abebe Hunde	Kristiansand	1:09:41
3 Håkon Brox	Tjalve	1:09:58
4 Andreas Myhre Sjurseth	Modum	1:10:11
5 Asbjørn Ellefsen Persen	Tjalve	1:10:55
6 Michael Tesfamichael	Brandbu	1:11:20
7 Anders Knudsen	Tjalve	1:11:33
8 Kristian Monsen	Ull/Kisa	1:11:52

9 Helge Dolsvåg, Kristiansand 1:13:10, 10 Øystein Mørk, Bøler 1:13:29, 11 Knut Eraker Hole, Hadeland 1:14:25, 12 Harald Solhaug Næss, Vidar 1:14:34, 13 Finn Kolstad, Kristiansand 1:15:17, 14 Arild Hagesveen, Bøler 1:16:02, 15 Lasse Blom, Modum 1:16:34, 16 Stian Vestbø, Haugesund 1:16:35, 17 Helge Holthe, Gjøvik 1:17:07, 18 Mathias Nipen, Tyrving 1:17:40, 19 Jarle Wermskog, Hellas 1:17:47, 20 Nils Bjerke, Ådal 1:17:58
 21 Jon Fiva, Røa 1:19:00, 22 Håkon Kyllø, Dalebrand 1:18:02, 23 Ole Mikal Tørsdal, Haugesund 1:19:12, 24 Kjetil Sørum, Brunlanes 1:19:13, 25 Anders Trygg, Vidar 1:19:21, 26 Morten Grøn, Høybråten og Stovner 1:19:43, 27 Jon-Henrik Eskeland, Mandal og Halse 1:19:50, 28 Ger van Graas, Vidar 1:20:42, 29 Jon Are Stavås, Åndalsnes 1:20:42, 30 Frode Holst, Hadeland 1:50:50
 31 Rune Solheim, Lærdal 1:21:03, 32 Asle Sletmoen, BUL 1:21:12, 33 Sverre Gunnar Brunstad, Lørenskog 1:21:19, 34 Andreas Bergskaug, BUL 1:21:29, 35 Runar Gilberg, Vidar 1:21:33, 36 Ole Kristian Sørland, Bækkelaget 1:22:28, 37 Are Birkeli, Hadeland 1:22:42, 38 Wiktor Berg, Sveio 1:22:50, 39 Terje Gulbrandsen, Faaberg 1:23:01, 40 Ingulf Nordahl, Gular 1:23:03
 41 Håkon Høst, Lyn 1:23:10, 42 Svein Ole Braaten, Vidar 1:23:19, 43 Christian Bøhmer, Berger 1:24:29, 44 Tor Øystein Henningsen, Modum 1:24:50, 45 Ole Gorm Berg, Lørenskog 1:25:04, 46 Svein Arne Sølvsberg, Oppegård 1:25:19, 47 Jan Erik Wergeland, Mandal og Halse 1:26:11, 48 Ivar Jørgensen, Berger 1:27:01, 49 Rolf Bakken, Orion 1:27:08, 50 Dag Bern, Liungen 1:27:30
 51 Steinar Lien, Oppegård 1:27:58, 52 Trond Hansen, Galterud 1:28:26, 53 Ulrik Grevle Lolland, Moss 1:28:49, 54 Bjørn Kåre Gjerde, BUL 1:29:33, 55 Morten Karlsen, Lier 1:29:48, 56 Frode Klevstul, Vidar 1:29:55, 57 Eivind Knutsen, Kristiansand 1:29:59, 58 Simen Holtan, Svene 1:30:00, 59 Willy Postvoll, Haugesund 1:30:03, =60 Runar Sollien, Høvik 1:30:22, =60 Gudmund Simonsen, Gjerpen 1:30:22
 62 Ole Arne Eiksund, Romerike Ultra 1:30:26, 63 Brede Olsen, Åssiden 1:30:32, 64 Ole Petter Bergaust, Veldre 1:30:41, 65 Hjalmar Schiøtz, Tønsberg 1:30:45, 66 Ole Sondre Kaalstad, Vidar 1:31:33, 67 Arne Skretteberg, Modum 1:31:37, 68 Dag Ole Huseby, Rye 1:32:32, 69 Terje Løvaas, Sturla 1:32:34, 70 Sigmund Pedersen, Sveio 1:32:49
 71 Erling Marthinsen, Sylling 1:32:53, 72 Inge Vinje, Tønsberg 1:32:57, 73 Trond Cato Martinsen, Konnerud 1:33:14, 74 Espen Ringom, Vidar 1:33:35, 75 Tore Graff Salvesen, Orkanger 1:34:12, 76 Håkon Haugen, Lillehammer 1:34:45, 77 Audun

Fladmoe, Rye 1:35:08, 78 Steinar Wergeland, Mandal og Halse 1:35:41, 79 Tor Erik Dahl, Sturla 1:36:40, 80 Morten Magelssen, Spiridon 1:37:54
 81 Svein Stranddal, Gjerpen 1:39:48, 82 Ole Kristian Brastad, Bøler 1:40:50, 83 Einar Grimelid, Krødsherad 1:41:54, 84 Bjørn Peder Haugen, Rye 1:43:17, 85 Martin Henrik Andresen, Rye 1:43:50, 86 Torjus Viken Flaten, Sturla 1:44:30, 87 Odd-Geir Lyngstad, Hellas 1:45:08, 88 Trond Haga, Sturla 1:45:21, 89 Frode Amdam, Konnerud 1:45:51, 90 Kåre Guldbakke, Skjåk 1:47:23
 91 Tore Lundal, Lom 1:48:23, 92 Kari Rune Karlsen, Kristiansand 1:48:53, 93 Knut Halvorsen, Brosteinkameratene, 94 Arve Rønnskår, Konnerud 1:51:22, 95 Arne Hasvoll, Horten 1:53:29, 96 Aksel Normann Nilsen, Valnesfjord 1:54:28, 97 Bjørn Helge Foldvik, Brunlanes 1:57:16, 98 Jo Bjørnstad, Lier 1:58:26, 99 Erik Alverdus Berg, Liungen 1:58:47, 100 Tomm Kristoffersen, Rye 1:59:39
 101 Reidar Stenseng, Konnerud 2:01:39, 102 Helge Nyrønning, Hellas 2:02:06, 103 Arne Nils Holtan, Svene 2:02:33, 104 Jan Haugnæss, Trysilgutten 2:07:25, 105 Jan Frode Hanssen, Råde 2:10:51, 106 Lars Try, Tvedestrand 2:45:11, 107 Atle Kobro, Brunlanes 3:26:24, Håken spæren Henningsen, Alvdal DNF, Kristoffer Baksvær, Ringerike DNF, Jan Christian Kaltenborn, Tjalve DNF

Kvinner Senior

	11 Sep	
1 Christina Holth	Vidar	1:15:06
2 Anne Jorunn Hodne	GTI	1:22:42
3 Karoline Skatteboe	Tyrving	1:25:28
4 Mari Brox	Oslostudentene	1:26:51
5 Mette Bakken Skauerud	Vidar	1:28:01
6 Janne Kjellberg Johansen	Fredrikstad	1:29:47
7 Anne-Britt Vangen	Lillehammer	1:30:52
8 Elise Orten	Fri	1:31:01

9 Lin Kristin Vibekken, Oppstad 1:31:55, 10 Eva Karine Løchstøer, Oslostudentene 1:31:59, 11 Kirsti Johnsen, Tønsberg 1:32:23, 12 Kari Langerud, Åskameratene 1:32:57, 13 Astrid Grønningen Dahle, Haugesund 1:34:49, 14 Mona Rydland, BUL 1:34:52, 15 Ninette Banoun, Vidar 1:36:02, 16 Sara Eckhoff, Rye 1:36:35, 17 Petra Jacoby, Rye 1:36:42, 18 Anne Goderstad Norlund, Froland 1:43:02, 19 Vera Nystad, Søgne 1:44:42, 20 Ingrid Brastad, Bøler 1:46:43
 21 Anita Bjerke, Ådal 1:48:23, 22 Anne Eldegard, Vidar 1:50:38, 23 Elisabeth Nes, Heggedal 1:51:49, 24 Toril Gylterud, Tutul 1:53:58, 25 Tove Dybvad, Lom 1:55:15, 26 Kine Green Pedersen, Konnerud 2:00:41, 27 Liv Selmer, Liungen 2:01:06, 28 Knøtt Bull Hodne, Kongsberg 2:02:06, 29 Lovise Auffles Valberg, Kjerstad 2:03:34, 30 Bjørg Tuftedal, Nesbygd 2:03:38
 31 Margrethe Bergaust, Veldre 2:07:31, 32 Herdis Grepperud, Konnerud 2:11:40, 33 Helene Varming, Konnerud 2:27:20, Pernille Cecilie Thomassen, BFG Fana DNF

Menn Junior U23

	11 sep	
1 Gishe Abdi Wako	Lillehammer	1:07:49
2 Michael Tesfamichael	Brandbu	1:11:20
3 Mathias Nipen	Tyrving	1:17:40

Listen er ikke komplett

Kvinner Junior U23

	11 Sep	
1 Karoline Skatteboe	Tyrving	1:25:28
2 Sara Eckhoff	Rye	1:36:35

NM terrengløp lang løype



Ikke komplett. Navn på utøvere som brøt mangler.

65. NM terrengløp lang løype

Sted: Trondheim
 Arrangør: Strindheim IL
 Dato: 18. september 2011

Menn 10km NM Senior

	18 sep	
1 Sindre Buraas	Vidar	31:13

2	Sondre Nordstad Moen	Vidar	31:34
3	Håkon Brox	Tjalve	31:46
4	Hans Kristian Fløystad	Tjalve	32:02
5	Frew Zenebe Brkineh	Sandnes	32:12
6	Audun Nordtveit	Tjalve	32:20
7	Eirik Gramstad	Vidar	32:29
8	Trond Arne Rugland	Tønsberg	32:30

9 Eldar Rønning, Skogn 32:52, 10 Kristian Monsen, Ull/Kisa 32:57, 11 Johan Bugge, Eidsvåg 33:05, 12 Kjetil Foss Angeltvedt, Gular 33:20, 13 Ola Sakshaug, Selsbakk 33:33, 14 Andre Hamnrø Løseth, Kristiansand 33:38, 15 Tomas Windheim, Gular 33:20, 16 Petter Northug jr, Mosvik 33:52, 17 Harald Solhau Næss, Vidar 34:05, 18 Harald Berge, Tyrving 34:21, 19 Petter Eggan, Tjalve 34:30, 20 Hågen Ursseth, Ren-Eng 34:42

21 Thomas Holm, Rindals-Troll 35:22, 22 Øyvind Bugge, Eidsvåg 35:59, 23 Lars Moholdt, Rindals-Troll 36:08, 24 Eivind Jenssen, Steinkjer 37:24, 25 Morten Svinsås, Rindals-Troll 37:25, 26 Helge Langen, Rindals-Troll 39:25, *3 utøvere brutt og uten navn*

Kvinner 6km NM Senior

		18 sep	
1	Kirsten Maraton Melkevik	BFG Fana	20:37
2	Tone Hjalmarson	Vidar	20:56
3	Fride Vullum	Vidar	21:45
4	Hilde Aasheim	Osterøy	21:49
5	Silje Bæra Hørte	Vidar	22:09
6	Vigdis Bringedal Holst	Skjalg	22:35
7	Lilli Marie Myhre Ofstad	Strindheim	22:36
8	Katharina Kahrs	NTNUI	23:32

9 Elise Kristine Vikne, Osterøy 24:34, *1 utøver brutt og uten navn.*

Menn 6km NM Junior

		18 sep	
1	Kristian Blumenfelt	BFG Fana	19:11
2	Ferdinand Kvan Edman	Sturla	19:12
3	Sindre Løchting	Orion	19:29
4	Harald Kårbø	Stord	19:31
5	Filip Ingebrigtsen	Sandnes	19:48
6	Jørgen Jensen Axelsen	Gneist	19:52
7	Petter M. Rypdal	Strindheim	19:55
8	Nikolai Smestad	Lørenskog	20:10

9 Magnus Stensås, Lundamo 20:13, 10 Sander Sekkingstad Terum, Aurland 20:28, 11 Ahmad Mukhtar Adam, Sandnes 20:37, 12 Simen Bergseth, Skjalg 20:53, 13 Ole Sæterbø, Rindals-Troll 21:01, 14 Anders Stensås, Lundamo 21:21, 15 Beimnet Haile Wolday, Ognald 23:23, *3 utøvere brutt og uten navn.*

Kvinner 4km NM Junior

		18 sep	
1	Ida Østerås	Verdal	14:34
2	Karoline E. Skatteboe	Tyrving	14:45
3	Sigrid Jervell Våg	Strindheim	15:01
4	Åsne Riskedal	Sandnes	15:05
5	Bertine-Helene Færø	AKS-77	15:14
6	Mari Helgestad	Ren-Eng	16:00

Menn 4km UM G17

		18 sep	
1	Erik Usø Pedersen	Holum	12:38
2	Magnus Sirnes Hjellum	Haugesund	12:54
3	Jørgen Frost Bø	Oppgård	12:55
4	Hallgeir Aspli	Frol	12:56
5	Endre Aamodt	Bagn	13:21
6	Robin Hansen	Leknes & Omegn	14:26
7	Birger M. Bjørnstad	Strindheim	13:27
8	Mats Bjørgum	Strindheim	13:44

9 Bjørn Rusten Lundberg, Norna-Salhus 14:12, 10 Torjus Raa, Varegg 14:34

Kvinner 4km UM J17

18 sep

1	Kristine Helle	Tjalve	14:47
	<i>Navn mangler</i>		<i>DNF</i>

Menn 4km UM G16

		18 sep	
1	Stian Mekdim Bekkevoll	Kristiansand	13:07
2	Ole Martin Røssland	Gneist	13:25
3	Joachim Thingvoll Qvale	Bøler	13:49
4	Jørgen Tvedt	Norna-Salhus	13:50
5	Thomas Ryngøye	Norna-Salhus	14:06
6	Thor Henrik Raknerud	Askim	14:13
7	Christoffer R. Fardan	Sandnes	15:14

Kvinner 4km UM J16

		18 sep	
1	Heidi Mårtensson	Modum	14:58
2	Ida Meli Narbuvoll	Ren-Eng	15:07
3	Mari Sollid Eide	Sandane	15:27
4	Aurora Selstad Dybedokken	Tyrving	15:51
5	Ida Elise Nymo	Skjalg	16:19
6	Caroline Ziesler	Sandnes	17:04
7	Lisa Torset Gjerde	Aure	17:37

Menn 4km UM G15

		18 sep	
1	Markus Borge Harbo	Skjalg	13:09
2	Gustav Iden	Norna-Salhus	13:23
3	Jonas Gjesdal	Varegg	13:42
4	Øyvind Wiggen	Byåsen	13:43
5	Alexander Kirkeberg	Malm	13:48
6	Rasmus Vonen	Varegg	13:55
7	Sondre Mæland	Stord	13:59
8	Kristoffer By Vollset	Klæbu Løperkl.	14:00

9 Håkon Haus Steinshylla, Selsbakk 14:08, 10 Anders Bugge, Eidsvåg 14:12, 11 Håvard Lalit Øglænd, GTI 14:14, 12 Erlend Mæland, Stord 14:23, 13 Stian Norheim, Gneist 14:26, 14 Aleksander K. Meyer, Norna-Salhus 14:57, 15 Sivert Lyngstad, Steinkjer 15:34, 16 Espen Breisnes Vika, Norna-Salhus 16:51, 17 Åsmund Aas Andersson, Norna-Salhus 17:50

Kvinner 4km UM J15

		18 sep	
1	Marte H. Hundhammer	Norna-Salhus	15:20
2	Marthe Olsen	Selsbakk	15:26
3	Guro Bostad	Strindheim	15:40
4	Mari Aarskog Nesse	Stord	17:12
	<i>Navn mangler</i>		<i>DNF</i>

NM Maraton



67. NM maraton

Sted: Oslo – Oslo Maraton
 Arrangør: SK Vidar
 Arena: Rådhusplassen
 Dato: 24. september 2011

Menn

24 sep			
1	Andreas Myhre Sjurseth	Modum	2:27:28
2	Håkon Brox	Tjalve	2:28:33
3	Bjørn Ivar Nilsen	Vidar	2:30:15
4	Ragnar Stølsmark	GTI	2:30:15
5	John Henry Strupstad	Ren-Eng	2:34:47
6	Martin Blomhoff Holm	Vidar	2:35:41
7	Gjermund Sørstad	Sturla	2:35:44
8	Hågen Urseth	Ren-Eng	2:35:57

9 Tom Roger Tangen, Namdal Løpeklubb 2:36:07, 10 Knut Eraker Hole, Hadeland 2:36:32, 11 Jon Olsen, Høybråten og Stovner 2:37:31, 12 Gjermund Groven, Skjalg 2:41:08, 13 Harald solhaug Næss, Vidar 2:42:31, 14 Kurt Nilsen, Rana 2:45:30, 15 Arne Sjørvang, Ringerike 2:47:35, 16 Odd Arne Engesæter, Fenring 2:47:56, 17 Morten Grøan, Høybråten og Stovner 2:48:08, 18 John Steinar Ume, Fenring 2:48:17, 19 Erik Bergersen, Kristiansand 2:50:04, 20 Rune Solheim, Lærdal 2:50:18, 21 Roger Ovesen, Byåsen 2:50:19, 22 Gudleik Husby, Stadsbygd 2:50:51, 23 Jan Birger Hansen, Haugesund 2:51:16, 24 Lars Martin Steen, Sandefjord 2:51:29, 25 Gløer Gløersen, Tønsberg 2:52:56, 26 Terje Gulbrandsen, Faaberg 2:53:40, 27 Bjørn Fretland, Jotun 2:55:24, 28 Arild Tveiten, Vidar 2:57:02, 29 Arve Skjærvø, Askim 2:57:17, 30 Geir Vågen, Koll 2:57:29

31 Petter Kragset, Hakallstranda 2:58:15, 32 Alf B. Dahl, Tromsø Løpeklubb 3:00:00, 33 John Pedersen, Kvæfjord 3:00:25, 34 Joar Moldskred, Hakallestranda 3:00:40, 35 Øystein Ringnes, Åskameratene 3:00:59, 36 Olav Krakset, Hakallestranda 3:03:38, 37 Bjørn Gjerde, BUL 3:03:59, 38 Juan Escalada, Nanset 3:04:40, 39 Kim Johannessen, Romerike Ultra 3:04:41, 40 Yngve Slettholm, Oppsal 3:05:28, 41 Ole Arne Eiksund, Romerike Ultra 3:05:53, 42 Trond Hansen, Oppstad 3:06:35, 43 Tore Røraas, Nydalen skiklub 3:08:23, 44 Odd Gunnar Tveit, Birkenes 3:11:14, 45 Ståle Danielsen, Fenring 3:12:43, 46 Rolf Hansen, Tromsø Løpeklubb 3:13:07, 47 Ole Petter Bergaust, Veldre 3:14:09, 48 Stein Hermansen, Rana 3:14:18, 49 Anders Tøsse, Norodd 3:15:12, 50 Lars-Ove Nordnes, Jutul 3:15:53

51 Ola Mellem, Tromsdalen 3:16:07, 52 Ludvig Tennebakk, Varegg 3:19:21, 53 Herbjørn Brennhovd, Gol 3:19:52, 54 Tommy Støa, Ringerike 3:20:43, 55 Jon Thorp, Kongsberg 3:22:50, 56 Sverre Johannes Ringstad, Fossum 3:23:07, 57 Trond Inge Carlsen, Rustad 3:23:49, 58 Tim Victor Bennett, Vidar 3:24:12, 59 Johan Filset, Høvik 3:36:09, 60 Svein Hansen, Rye 3:38:40

61 Svein Steine, Norheimsund 3:40:42, 62 Arvid Tangerås, Strandebarm 3:45:45, 63 Ola Undheim, Orre 3:46:27, 64 Bjørn Mathisen, Kvæfjord 3:47:25, 65 Hagbart Vebostad, Strindheim 3:49:42, 66 Harald Schytz, Ås 3:55:06, 67 Arne Hasvoll, Horten 3:45:00, 68 Aksel Normann Nilssen, Valnesfjord 4:01:52, 69 Erik Stoltenberg-Hansen, Eidanger 4:07:35, 70 Kristina Waalen, Spiridon 4:14:36, 71 Jarle Hammer, Nittedal 4:18:54, 72 Inge Asbjørn Haugen, Hornindal 4:36:55, 73 Leif B. Eriksen, Hitra 4:38:34

Kvinner

24 sep			
1	Marthe Katrine Myhre	Gjøvik	2:52:30
2	Margrethe Løgvæn	Tønsberg	2:54:10
3	Lene Rørvik	GTI	3:02:23
4	Anine Nordstrøm	Ren-Eng	3:02:34
5	Elise Hay Opsahl	GTI	3:04:16
6	Marit Årthun	Matre	3:08:32
7	Janne K. Johansen	Fredrikstad	3:10:49
8	Else Bøifot	Tromsø Løpeklubb	3:14:11

9 Maryna Novik, Vindafjord 3:15:34, 10 Hanna Blom Brevik, Sandvin 3:21:30, 11 Wenche Dørum, Royal Sport 3:36:03, 12 Tove E. Dybvad, Lom 4:16:32, 13 Oline Yksnøy, Rustad 4:41:27

NM Kappgang langdistanse

NM Kappgang langdistanse

Sted: Växjö, SWE

Dato: 1. oktober 2011

Menn NM Senior

50 km	1 okt
-------	-------

Ingen deltakere

Kvinner NM Senior

20 km	1 okt
-------	-------

Ingen deltakere

Menn NM Junior

20 km	1 okt		
1	Joakim Sælen	Viking	1:41:24

Kvinner NM Junior

20 km	1 okt
-------	-------

Ingen deltakere

