



13. Norgesmesterskap innendørs	Arena: Bærum Idrettspark
Sted: Rud	Arrangør: IL Tyrving
Dato: 5.-6. mars 2016	Stevneleder: Atle Guttormsen

Bærum Idrettspark	
Anlagt:	2013
Dekketype:	Mondo

Deltakelse og påmelding			
Utøvere			
	Påmeldt	Startet	Forfall
Menn	156	132	15,4%
Kvinner	184	157	14,7%
Total	340	289	15,0%
Starter			
	Påmeldt	Startet	
Menn			
Kvinner			
Total	575	443	23,0%
Klubber			
	Påmeldt	Startet	
Klubber	85	81	4,7%
Stafett			
	Påmeldt	Startet	
Lag	12	10	16,7%
Klubber	10	8	20,0%

Klubb	Gull	Sølv	Bronse	Total
Dimna	5	0	1	6
Sandnes	3	7	3	13
BUL	2	2	3	7
Tyrving	2	2	1	5
Vidar	1	1	2	4
Herkules	1	1	1	3
Lillehammer	1	1	1	3
Norna-Salhus	1	0	2	3
Tjalve	1	0	2	3
Florø	1	0	1	2

Klubb	Poeng
Sandnes	113
Tyrving	74
BUL	73
Dimna	62
Vidar	52
Tjalve	45
Norna-Salhus	36
Lillehammer	28
Gneist	24
Gular	23
Herkules	23
Trondheim	23

Resultatene

= ikke medaljeberettiget utøver

Menn 60 meter

Finale		5. mar	
1	Michael Rosenberg	Lillehammer	6.80
2	Jonas Halonen	Tyrving	6.83
3	Salumu Kashafali	Norna-Salhus	6.84
4	Kristoffer Buhagen	BUL	6.86
5	Even Meinseth	Sandnes	6.87
6	Eirik Thorshaug	Trondheim	6.88
7	Jostein Joshua Fossøy	Florø	6.94
8	Simen Tjelta Larsen	Skjalg	6.96

Semifinale 1. (5. mar.) 1 Buhagen 6.88, 2 Fossøy 6.91, 3 Larsen 6.94, 4 Sondre Kåstad, Osterøy 7.05, 5 Tormod Hjortnæs Larsen, Lillehammer 7.07, 6 Torbjørn Lysne, Gular 7.14, =7 Pål Haugen Lillefosse, Gneist 7.21, =7 Kenneth Vik Gulbrandsen, Tyrving 7.21

Semifinale 2. (5. mar.) 1 Rosenberg 6.84, 2 Meinseth 6.87, 3 Joakim Dang, Gular 7.05, 4 Martin Trondseth Gjertsen, Ranheim 7.08, 5 Andrea Stokka Andersen, Sandnes 7.13, 6 Patrick Monga Bifuko, Norna-Salhus 7.17, 7 Simen Sigurdson, Herkules 7.20, 8 Theo Halvorsen, Tyrving 7.22

Semifinale 3. (5. mar.) 1 Kashafali 6.83, 2 Thorshaug 6.85, 3 Halonen 6.87, 4 Hallgeir Martinsen, Tyrving 7.00, 5 Riquelvis Santiago, BUL 7.08, 6 Mathias Hove Johansen, Skjalg 7.09, 7 Samuel Gyedu, Norna-Salhus 7.14, 8 Eivind Kleven Hagen, Vidar 7.26

Forsøk 1. (5. mar.) 1 Rosenberg 6.88, 2 Johansen 7.11, 3 Halvorsen 7.23, 4 Filip Bøe, Fana 7.24, 5 Nzimirri Adam Obiora, Vidar 7.31, 6 Tumbas N. Arge, Tjalve 7.40, 7 Brede Solberg Stølen, Ranheim 7.45, 8 Kåre Strande, Fagernes 8.00

Forsøk 2. (5. mar.) 1 Kashafali 6.94, 2 Gjertsen 7.03, 3 Andersen 7.07, 4 Joachim Afzal, Sandnes 7.27, 5 Vegard Fluge, Ask 7.33, 6 Øyvind Bu, Laksevåg 7.34, 7 Aleksander Fikru Amlie, Herkules 7.40

Forsøk 3. (5. mar.) 1 Meinseth 7.04, 2 Larsen 7.05, 3 Santiago 7.09, 4 Ingar Kiplesund, Trondheim 7.16, 5 Nils-Paul Skåra, BUL 7.33, 6 Jan Kristian Hynne, Tyrving 7.59, Daniel Alejandro Johnsen, Ask DQ:R162.6

Forsøk 4. (5. mar.) 1 Buhagen 6.85, 2 Lysne 7.16, 3 Hagen 7.19, 4 Sondre Nystrøm, Vidar 7.25, 5 Olav Eidsten Bjørnå, Trondheim 7.30, 6 Bendik Verlo Nes, Trondheim 7.40, Håkon Morken, Lillehammer DQ:R162.6

Forsøk 5. (5. mar.) 1 Thorshaug 6.88, 2 Sigurdson 7.16, 3 Gyedu 7.19, 4 Per José Clemente Skancke, BUL 7.24, 5 Edem Agbo, BUL 7.37, 6 Patrick Johannessen, Lørenskog 7.38, 7 Ola Stunes Isene, Sturla 7.89

Forsøk 6. (5. mar.) 1 Dang 6.97, 2 Halonen 6.97, 3 Kåstad 7.05, 4 Nivethan Panchalingam, BUL 7.09, 5 Jevs Akvama, Norna-Salhus 7.16, 6 Christian Mensah, Ranheim 7.18, 7 Philip Østli, Ranheim 7.33, 8 Caleb Muamba Kongolo, Søndre Land 7.58

Forsøk 7. (5. mar.) 1 Fossøy 6.97, 2 Lillefosse 7.15, 3 Gulbrandsen 7.24, 4 Walker 7.24, 5 Erlend Hognestad Nilsen, Ranheim 7.26, 6 Imad Ismail, Norna-Salhus 7.53, Henrik Overvåg, Dimna DNF

Forsøk 8. (5. mar.) 1 Larsen 6.98, 2 Martinsen 6.99, 3 Bifuko 7.14, 4 Lars Jøran Storhaug, Skjalg 7.15, 5 Martin Nikolai Kanestrøm, Tjalve 7.31, 6 Fredrik Kortner, Herkules 7.38, 7 Jørgen Kornerud, Sturla 7.70

Menn 200 meter (tid avgjørende til finale)

Finale		6. mar	
1	Karsten Warholm	Dimna	21.04
2	Håkon Morken	Lillehammer	21.49
3	Carl Emil Kåshagen	Moelven	21.76
4	Øyvind Strømmen Kjerpeset	Florø	22.29
5	Nivethan Panchalingam	BUL	22.31
	Nickolai Jallow	Tjalve	DNS

Forsøk 1. (5. mar.) 1 Jallow 22.06, 2 Patrick Monga Bifukoo, Norna-Salhus 22.59, 3 Brede Solberg Stølen, Ranheim 23.15

Forsøk 2. (5. mar.) 1 Torbjørn Lysne, Gular 22.09, Jonas Halonen, Tyrving 22.16, 3 Theo Halvorsen, Tyrving 23.33

Forsøk 3. (5. mar.) 1 Kjerpeset 21.81, 2 Filip Bøe, Fana 22.37, 3 Joakim Dang, Gular 22.67, 4 Bendik Verlo Nes, Trondheim 24.16

Forsøk 4. (5. mar.) 1 Tormod Hjortnæs Larsen, Lillehammer 22.43, 2 Daniel Alejandro Johnsen, Ask 23.29, 3 Sivert Eikrem, Tjalve 24.32, Joachim Sandberg, Sandnes DNF

Forsøk 5. (5. mar.) 1 Kåshagen 21.56, 2 Joachim Afzal, Sandnes 22.28, 3 Hans Christian Walker, Sandnes 22.89, 4 Patrick Johannessen, Lørenskog 23.80

Forsøk 6. (5. mar.) 1 Morken 21.51, 2 Kenneth Vik Gulbrandsen, Tyrving 22.80, 3 Nzimirri Adam Obiora, Vidar 23.45, Lars Gausemel Stølen, Tyrving DQ:R163.3

Forsøk 7. (5. mar.) 1 Mathias Hove Johansen, Skjalg 22.62, 2 Samuel Gyedu, Norna-Salhus 22.77, Jevs Akvama, Norna-Salhus DQ:R163.3, Even Meinseth, Sandnes DQ:R163.3

Forsøk 8. (5. mar.) 1 Warholm 21.18, 2 Panchalingam 22.04, 3 Martin Trondseth Gjertsen, Ranheim 22.65, 4 Riquelvis Santiago, BUL 23.00

Menn 400 meter

Finale		5. mar	
1	Karsten Warholm	Dimna	46.31
2	Mauritz Kåshagen	Moelven	47.16
3	Øyvind Strømmen Kjerpeseth	Florø	47.69
4	Emil Oustad	Ren-Eng	50.47
5	Hallgeir Martinsen	Tyrving	51.38
6	Toralv Opsal	Dimna	51.79

Forsøk 1. (5. mar.) 1 Kjerpeset 49.25, 2 Opsal 49.77, 3 Torsten Bergh Moss, Tønsberg 50.73, 4 Syver Røinaas, Tyrving 51.59, 5 Ola Kroken, Vidar 51.81

Forsøk 2. (5. mar.) 1 Kåshagen 49.69, 2 Martinsen 50.19, 3 Christian Steeb Orbekk, Laksevåg 50.72, 4 Elias Bjørnevik, Stjørdal 53.90, Sondre Nystrøm, Vidar DNS

Forsøk 3. (5. mar.) 1 Warholm 49.16, 2 Oustad 49.62, 3 Sondre Dingsør, Gular 50.21, 4 Nzimirri Adam Obiora, Vidar 51.40, 5 Sivert Eikrem, Tjalve 54.01

Menn 800 meter (Tid avgjørende)

P	Heat			6. mar.
	1	2		
1	1	Emil Oustad	Ren-Eng	1:54.62
2	2	Henrik Ingebrigtsen	Sandnes	1:54.62
3	3	Lars Lunde	Stord	1:57.98
4	4	Sondre Juven	Nesbyen	1:59.51
5	1	Torsten Bergh Moss	Tønsberg	1:59.66
6	2	Tomas Jack Skjæråsen	Varegg	2:00.40
7	5	Ola Kroken	Vidar	2:01.20
8	3	Håkon Hanssønn Jakobsen	Selsbakk	2:02.63
9	4	Andreas Reutz	Tjalve	2:03.40
10	5	Trond Steinar Gjønnnes	Tyrving	2:03.51
11	6	Christian Steen Orbekk	Laksevåg	2:03.52

Menn 1500 meter (Tid avgjørende)

P	Heat			5. mar.
	1	2		
1	1	Henrik Ingebrigtsen	Sandnes	3:42.31
2	2	Filip Ingebrigtsen	Sandnes	3:42.61
3	3	Sindre Løchting	Tjalve	3:50.66
4	4	Erik Udø Pedersen	Tjalve	3:53.76
5	5	Kristian Tjørnholm	Kr.sand Løpe	3:57.40
6	6	Jens Larsen Åstveit	Gneist	4:02.93
7	7	Lars Lunde	Stord	4:05.43
8	1	Martin B. Engevik	Nittedal	4:06.99
9	2	Ulrik Hovig	Vidar	4:07.76
10	3	Dag Einar Bøtun	Stavanger	4:10.12
11	4	Sondre Juven	Nesbyen	4:10.46
12	8	Håvard Lalit Øglænd	Stavanger	4:14.29
13	5	Jens Kortner	Herkules	4:15.09
14	6	Trond Steinar Gjønnnes	Tyrving	4:15.94
15	7	Kristian Nedregård	Sjølkvik	4:56.32

Menn 3000 meter (Tid avgjørende)

P	Heat			6. mar.
	1	2		
1	1	Henrik Ingebrigtsen	Sandnes	8:04.08
2	2	Filip Ingebrigtsen	Sandnes	8:04.36
3	3	Hans Kristian Fløystad	Tjalve	8:16.35
4	4	Tom Erling Kårbø	Stord	8:19.69
5	5	Sigurd Ruud Skjeseth	Orion	8:25.55
6	6	Kristian Tjørnholm	Kr.sand Løpe	8:26.14
7	1	Ole Mikal Tørsdal	Haugesund	8:33.56
8	2	August Flø	Vidar	8:36.85
9	7	Halfdan-Emil Færø	Varegg	8:37.86
10	3	Mats Bjørgum	Strindheim	8:41.40

11	8	Øystein Kvaal Østerbø	Strindheim	8:42.73
12	4	Harald Solhaug Næss	Vidar	8:43.60
13	5	Håvard Lalit Øglænd	Stavanger	8:54.90
14	6	Dag Einar Bøtun	Stavanger	8:56.04
15	7	Henrik Nordtug	Steinkjer	8:59.37
16	8	Gaute Hallan Steiwer	Slevik	9:03.29
17	9	Emil Ahlbäck	Fossum	9:10.50
18	10	Andreas Bratlie	Varegg	9:21.16
	X	Bjørnar Ustad Kristensen	Sandnes	DNF
	X	Jens Lars Åstveit	Gneist	DNF

Menn 60 meter hekk

Finale		6. mar	
1	Vladimir Vukicevic	Vidar	7.75
2	# Alexander Brorsson	SWE	7.83
3	Eivind Kleven Hagen	Vidar	8.45
4	Lars Vikan Rise	Nidelv	8.66
5	Rasmus Stene	Tjalve	8.72
6	Sondre Guttormsen	Ski	8.78
7	Martin Nikolai Kanestrøm	Tjalve	9.00
8	Morten Haave	Tyrving	9.43

Menn 5000 meter kappgang

Finale		5. mar	
1	Fredrik Vaeng Røtnes	BUL Tromsø	20:24.34
2	Joakim Sælen	Viking	29:28.04
3	# Remo Karlström	SWE	23:00.78
4	Arne-Johan Martinsen	Fredrikstad	25:10.99
5	Syver Andersen Morvik	Viking	28:38.88
6	Petter Strømmen	Viking	29:34.57
	Kristian Nedregård	Spjellkavik	DQ:R230.6

Menn Høyde

Finale		6. mar	
1	Storm Håkon Koksvik	Grue	2.04
2	Brede Raa Ellingsen	Fana	2.00
3	Henrik J.F. Holmberg	Vik	1.95
4	Jon Simen Mangset	Moelven	1.90
5	Vetle Ellingsen	Fana	1.90
6	Erik Lønskog	Tyrving	1.75
7	Alexander Nyberget	Askim	1.75

Serie	1.75	1.80	1.85	1.90	1.95	2.00	2.04	2.10
1			o	o	xo	xo	o	xxx
2		o	o	o	o	xo	xxx	
3			o	o	xxx			
4			o	xo	xxx			
5	o	o	o	xxo	xxx			
6	o	xxx						
7	xo	xxx						

Menn Stav

Finale		6. mar	
1	Per Magne Florvaag	Sandnes	5.20
2	Eirik Dolve	Fana	5.20
3	Toralv Opsal	Dimna	4.90
=4	Pål Haugen Lillefosse	Gneist	4.80
=4	Andreas F.T. Gjesdal	Tjalve	4.80
6	Bjørn Øivind Berger	Pioner	4.60
7	Lars Vikan Rise	Nidelv	4.40
8	Rasmus Stene	Tjalve	4.40

9 Audun Bakke Jensen, Tjalve 4.30, Fredrik Weiseth, Ranheim NM

Serie	4.00	4.20	4.30	4.40	4.50	4.60	4.70	4.80	4.90	5.00	5.10	5.20	5.30	5.40	5.55
1								o	-	o	-	xxx			
2									o	-	-	xo	-	-	xxx
3			o	-	xxo	xxo	o	xxo	xxx						
=4		o	-	o	xo	o	o	o	xxx						
=4			o	-	o	xo	o	xr							
6	o	o	xxo	o	o	xxo	xxx								
7			o	o	xxx										
8		o	xo	o	xxx										
9			o	-	xxx										
					xxr										

Menn Lengde

Finale		6. mar	
1	Karsten Warholm	Dimna	7.44
2	Ingar Kiplesund	Trondheim	7.36
3	Brede Solberg Stølen	Ranheim	6.60
4	Toralv Opsal	Dimna	6.58
5	Myron Weinberg	Kristiansand	6.10
6	Rasmus Stene	Tjalve	5.86
	Jonas Mögenburg	Tyrving	NM

Serie	1	2	3	4	5	6
1	-	7.11	7.28	7.31	7.25	7.44
2	X	7.28	7.36	X	X	X
3	6.26	6.43	6.55	X	X	6.60
4	-	-	6.43	6.58	6.41	X
5	5.78	5.87	6.08	4.55	6.01	6.10
6	X	5.86	-	r		
	X	-	X	-	X	-

Menn Trestep

Finale		5. mar	
1	Jesper Vestbø	Tjalve	14.86
2	Erik Lund	BUL	14.81
3	Jonathan Varela Byrkjenes	Norna-Salhus	14.27
4	Marius Kristoffer Tronslien	Sturla	13.90
5	Ketill Hanstveit	Norna-Salhus	13.89
6	Luca Thompson	BUL	13.44

Serie	1	2	3	4	5	6
1	14.58	14.59	14.86	14.59	14.59	14.73
2	13.96	X	14.40	14.47	14.47	14.81
3	14.10	14.14	X	14.27	X	X
4	12.97	13.59	X	X	13.64	13.90
5	12.89	X	X	X	X	X
6	13.02	12.99	X	13.09	13.15	13.44

Menn Kule

Finale		5. mar	
1	Sven Martin Skagestad	Norna-Salhus	17.86
2	Lars Vikan Rise	Nidelv	15.70
3	Fredrik Simensen	Sandvin	14.90
4	Richard Villanger	Ask	13.55
5	Erik Fluge	Ask	12.66
6	Jan Kristian Hynne	Tyrving	9.50
	Ola Stunes Isene	Sturla	NM
	Thor Olav Rosvold	Tjalve	NM

Serie	1	2	3	4	5	6
1	17.66	17.68	X	X	17.86	X
2	15.58	15.50	15.70	X	X	X
3	14.56	14.90	X	X	X	X
4	12.89	13.38	13.55	X	X	X
5	X	12.66	X	12.28	X	X
6	9.08	9.50	9.36	9.08	X	X
	X	X	X	X	X	X
	X	X	X	X	X	X

Menn 4x200 meter stafett

Finale		6. mar	
Heat			
1	2		
1	1 Dimna		1:27.66
2	2 Sandnes		1:28.09
3	3 Tyrving		1:29.39
4	1 Norna-Salhus		1:29.70
5	2 Trondheim		1:30.62
X	Tjalve		DNS

Lagene:

- 1 Karsten Warholm, Henrik Overvåg, Nicolas R. Masters, Toralv Opsal
 - 2 Even Meinseth, Joachim Afzal, Per Magne Florvaag, Hans Christian Walker
 - 3 Jonas Halonen, Lars Gausemel Stølen, Kenneth Vik Gulbrandsen, Hallgeir Martinsen
 - 4 Salumu Kashafali, Patrick Monga Bifuko, Samuel Gyedu, Jevis Akvama
 - 5 Eirik Thorshaug, Ingar Kiplesund, Olav Eidsten Bjørnå, Bendik Verlo Nes
- Martin Nikolau Kanestrøm, Tummas N. Arge, Rasmus Stene, Sivert Eikrem

Kvinner 60 meter

Finale	5. mar	
1 Ezinne Okparaebo	BUL	7.17
2 Helene Rønningen	Tyrving	7.39
3 Astrid Mangen Cederkvist	Vidar	7.51
4 Mari Gilde Brubak	Trondheim	7.62
5 Vlde Aasmo	Sandnes	7.65
6 Ingvild Meinseth	Sørild	7.67
7 Live Haugstad Hilton	Gular	7.74
8 Heid Hessian Næss	Tyrving	7.75

Semifinale 1. (5. mar.) 1 Okparaebo 7.33, 2 Rønningen 7.42, 3 Aasmo 7.68, 4 Næss 7.75, 5 Karin Busch, Vidar 7.78, 6 Hanne Berit Irgens, Sandnes 7.83, 7 Oda Mohus, Runar 7.90, 8 Cecilia Håkegård, Selsbakk 7.90

Semifinale 2. (5. mar.) 1 Cederkvist 7.54, 2 Brubak 7.57, 3 Meinseth 7.68, 4 Hilton 7.74, 5 Anne Skudal Dolvik, Gneist 7.81, 6 Nathalie O. Johnsen, Sandnes 7.86, 7 Renate Grimstad, Dimna 7.86, 8 Marte Pettersen, Urædd 7.86

Forsøk 1. (5. mar.) 1 Okparaebo 7.31, 2 Pettersen 7.86, 3 Hannah Marie Skjeret, Ørsta 7.92, 4 Marte Maria Doeven Jermstad, Selsbakk 7.98, 5 Karoline Eskeland, Vidar 7.99, 6 Lone Malmberg, Sarpsborg 8.10, 7 Elin Serine Vik Johannessen, Lyngdal 8.14

Forsøk 2. (5. mar.) 1 Rønningen 7.64, 2 Håkegård 7.64, 3 Irgens 7.85, 4 Agathe Holtan Wathne, Sandnes 7.94, 5 Maren Sofie Hoel Andersen, Vidar 7.96, 6 Maja Medic, Lyngdal 8.06, 7 Emma Natalie Hagen Dhir, Kristiansand 8.08, 8 Udoka C. Madu, BUL 8.62

Forsøk 3. (5. mar.) 1 Cederkvist 7.60, 2 Dolvik 7.83, 3 Grace Ogoti, Nesbyen 7.96, 4 Randi Victoria Vik Johannessen, Lyngdal 8.01, 5 Eline Breilid, Kristiansand 8.12, 6 Ester Holt, Sturla 8.14, Karine Jacobsen, Bækkelaget 8.38, 8 Alexandra Haver, Sørild 8.40

Forsøk 4. (5. mar.) 1 Meinseth 7.67, 2 Busch 7.79, 3 Grimstad 7.87, 4 Benedikte Hauge, Tjalve 7.97, =5 Helle Marie Ø. Forseth, Vidar 8.08, =5 Marit Aarvaag Storaker, Vidar 8.08, 7 Malin Mønsås, Sørild 8.12, 8 Angelica Okparaebo, BUL 8.37

Forsøk 5. (5. mar.) 1 Aasmo 7.66, 2 Hilton 7.76, 3 Johnsen 7.85, 4 Mohus 7.89, 5 Rikke Hauan, Orion 7.96, 6 Helén Strand, Rana 8.00, 7 Mai Britt Berge, Iveland 8.27, 8 Julie Landrø Vigdal, Trondheim 8.29

Forsøk 6. (5. mar.) 1 Brubak 7.53, 2 Næss 7.78, 3 Julie Viken, Fri 7.95, =4 Christine Gloppestad, Tyrving 8.02, =4 Tonje Nedberg, Sandvin 8.02, 6 Lea-Celin Conteh, Tjalve 8.11, 7 Ingvild Hjoernæs Larsen, Bækkelaget 8.30, 8 Telma Eid, Søndre Land 8.31

Kvinner 200 meter (Tid avgjørende til finale)

Finale	6. mar	
1 Helene Rønningen	Tyrving	23.64
2 Astrid Mangen Cederkvist	Vidar	23.89
3 Ida Bakke Hansen	Sandnes	23.93
4 Anne Skudal Dolvik	Gneist	24.74
5 Live Haugstad Hilton	Gular	24.75
6 Mari Gilde Brubak	Trondheim	25.89

Forsøk 1. (5. mar.) 1 Hannah Marie Skjeret, Ørsta 25.94, 2 Marte Maria Doeven Jermstad, Selsbakk 25.98, 3 Maren Sofie Hoel Andersen, Vidar 26.00, Julie Viken, Fri DQ:R162.3

Forsøk 2. (5. mar.) 1 Christine Gloppestad, Tyrving 25.54, 2 Thale Leirfall Bremset, Stjördal 25.60, 3 Sara Havang, Selsbakk 26.11, 4 Helén Strand, Rana 26.37

Forsøk 3. (5. mar.) 1 Brubak 25.31, 2 Karin Busch, Vidar 25.41, 3 Synne Frydenlund, Larvik Turn 25.85, 4 Emma Natalie Hagen Dhir, Kristiansand 26.41

Forsøk 4. (5. mar.) 1 Hilton 24.35, 2 Heidi Hessian Næss, Tyrving 25.37, 3 Emilie Berge, Iveland 26.09, 4 Maja Medic, Lyngdal 26.34

Forsøk 5. (5. mar.) 1 Hansen 24.03, 2 Dolvik 24.67, 3 Oda Mohus, Runar 25.56, 4 Edith Meek Allern, Sandnessjøen 26.79

Forsøk 6. (5. mar.) 1 Rønningen 23.63, 2 Cederkvist 23.82, 3 Alice Ulla Berg, Dimna 26.14, 4 Helle Marie Ø. Forseth, Vidar 26.78

Kvinner 400 meter (Tid avgjørende til finale)

Finale	5. mar.	
1 Emily Rose Norum	Steinkjer	54.09
2 Sara Dorteia Jensen	Sørild	55.05
3 Karoline Daland	Sørild	55.66
4 Josefine Tomine Eriksen	Larvik Turn	56.45
5 Caroline Fleischer	Ski	57.63
6 Karoline Eskeland	Vidar	59.63

Forsøk 1. (5. mar.) 1 Norum 57.49, 2 Eriksen 57.55, 3 Eskeland 59.16, Sara Havang, Selsbakk DQ:R163.3, Synne Frydenlund, Larvik Turn DQ:R162.6

Forsøk 2. (5. mar.) 1 Daland 58.88, 2 Fleischer 58.91, 3 Jensen 58.92, 4 Alice Ulla Berg,

Dimna 59.32

Kvinner 800 meter

Finale	6. mar	
1 # Lovisa Lindh	SWE	2:10.96
2 Ida Fillingsnes	Herkules	2:12.23
3 Camilla Ziesler	Sandnes	2:13.17
4 # Ania Zielinkiewicz	Lillehammer	2:16.38
5 Anniken Johansen	BUL	2:16.65
6 Vilde Våge Henriksen	Haugesund	2:18.34
7 Caroline Foss Høistad	Ull/Kisa	2:18.58
8 Emilie Fossumstuen Grøterud	Moelven	2:20.16

Kvinner 1500 meter

Finale	5. mar	
1 Ida Fillingsnes	Herkules	4:38.53
2 Camilla Ziesler	Sandnes	4:39.00
3 # Ania Zielinkiewicz	Lillehammer	4:42.53
4 Anniken Johansen	BUL	4:45.02
5 Christine Næss	Asker Skiklubb	4:45.56
6 Tessa den Heijer	Ren-Eng	4:46.19
7 Vilde Våge Henriksen	Haugesund	4:49.27
8 Emilie Fossumstuen Grøterud	Moelven	4:54.72
9 Caroline Foss Høistad, Ull/Kisa		4:57.29

Kvinner 3000 meter

Finale	6. mar.	
1 Eli Anne Dvergsdal	Gular	9:56.29
2 Maria Sagnes Wågan	Namdal Løpekl.	9:59.19
3 Christine Næss	Asker Skiklubb	10:02.02
4 Kjersti Fresvik	Gular	10:10.07
5 Tessa den Heijer	Ren-Eng	10:24.64
6 Hanne Mjøen Maridal	Lillehammer	10:32.40
7 Silje Ekroll Jahren	Ull/Kisa	10:33.16
8 Lene Sandem	BUL	10:33.67
9 Ingrid Myhre, Bevern		10:43.66

Kvinner 60 meter hekk

Finale	6. mar.	
1 Kristi Strømmen Kjerpeset	Florø	8.38
2 Ida Bakke Hansen	Sandnes	8.40
3 Agathe Holtan Wathne	Sandnes	8.53
4 Eline Breilid	Kristiansand	8.83
5 Emilie Berge	Iveland	8.94
6 Magdeli Støten	Sarpsborg	9.03
Vilde Aasmo	Sandnes	DQ:R162.6
Renate Grimstad	Dimna	DNS

Forsøk 1. (6. mar.) 1 Hansen 8.49, 2 Grimstad 8.59, 3 Breilid 8.96, 4 Aasmo 9.00, 5 Støten 9.08

Forsøk 2. (6. mar.) 1 Kjerpeset 8.38, 2 Wathne 8.59, 3 Berge 8.90, 4 Oda Mohus, Runar 9.15

Kvinner 3000 meter kappgang

Finale	5. mar	
1 Frida Møller Flatin	Dimna	15:07.81
2 Ellen Nordqvist Sjøblom	Moss	16:02.79
3 Josefin Greiff	Tønsberg	16:48.18

Kvinner Høyde

Finale	6. mar	
1 Caroline Fleischer	Ski	1.75
2 Anne Engen Andersen	Frol	1.75
3 Elin Dale	Herkules	1.70
=4 Hanne Berit Irgens	Sandnes	1.70
=4 Elise Nedberg	Sandvin	1.70
6 Tonje Nedberg	Sandvin	1.65
=7 Helena Tørmo Kastelein	Tyrving	1.60
=7 Karen Høystad	Lillehammer	1.60

=7 Linn Vikan BUL 1.60

10 Astrid Styrvold, Larvik Turn 1.60, 11 Guro Bakken Andresen, Brandbu 1.60

Serie	1.50	1.55	1.60	1.65	1.70	1.75	1.78
1			o	o	o	o	xxx
2			o	o	xo	xxo	xxx
3		o	o	o	xo	xxx	
=4			o	o	xxo	xxx	
=4		o	o	o	xxo	xxx	
6		o	o	xo	xxx		
=7	o	o	o	xxx			
=7		o	o	xxx			
=7		o	o	xxx			
10	o	xo	o	xxx			
11	o	o	xo	xxx			

Kvinner Stav

Finale		5. mar	
1	# Michaela Mejer	SWE	4.60
2	Lene Retzius	BUL	4.20
3	Cathrine Larsåsen	BUL	4.00
=4	# Iben Høgh-Pedersen	DEN	3.80
=4	# Line Renee Jensen	DEN	3.80
6	# Karin Elisabeth Fisher	DEN	3.80
7	Ida Beate Øyen Østhus	Ranheim	3.70
8	Stine Grong Ruud	Stjørdal	3.60

9 Karoline Weea Johansen, Ski 3.50, 10 Sara Bålsrud, Ull/Kisa 3.30, 11 Agathe Holtan Wathne, Sandnes 3.20, 12 Ramya Nadesapuran, Stjørdal 3.10

Serie	2.60	2.80	2.90	3.00	3.10	3.20	3.30	3.40	3.50	3.60	3.70	3.80	3.90	4.00	4.10	4.20
1	4.30	4.35	4.40	4.60	4.71											xxx
2	-	-	xo	xo	xf						o	-	xo	o	xxo	
3	-	xxx													xo	xxx
=4																o xxx
=4																o xxx
6										o	xxo	xo	xxx			xxx
7									o	o	o	o	xxx			
8						o	o	o	o	o	xo	xxx				
9						o	-	o	o	o	o	xxx				
10						o	-	o	o	xxx						
11		o	o	o	o	o	o	o	xxx							
12		xxo	o	o	o	o	xxx									

Kvinner Lengde

Finale		6. mar	
1	Nadia Akpana Assa	BUL	6.37
2	Monika Benserud	Gneist	5.74
3	Chiamaka Okparaebo	BUL	5.63
4	Phylis Boateng	BUL	5.62
5	Thale Leirfall Bremset	Stjørdal	5.50
6	Live Haugstad Hilton	Gular	5.49
7	Emilie Berge	Iveland	5.41
8	Mai Britt Berge	Iveland	5.37

9 Hanne Berit Irgens, Sandnes 5.31, 10 Ingvild Meinseth, Sørild 5.25, 11 Anna Eikebrokk, Tyrving 5.11, 12 Sofie Olsholt, Tjalve 5.09, 13 Maria Aaberg, Tyrving 4.98, 14 Nathalie O. Johnsen, Sandnes 4.89, 15 Karoline Weea Johansen, Ski 4.80, Julie Bressand, Tyrving NM

Serie	1	2	3	4	5	6
1	6.12	6.11	6.37	6.29	6.18	6.19
2	5.58	5.67	5.71	5.44	5.68	5.74
3	5.39	4.70	5.63	5.37	X	X
4	4.67	5.62	X	X	-	-
5	5.41	5.42	5.40	5.44	5.45	5.50
6	5.44	5.49	5.10	X	5.16	5.26
7	5.31	5.19	5.35	5.39	5.33	5.41
8	5.37	5.31	5.08	5.34	5.19	X
9	X	5.31	5.22			
10	5.25	5.17	5.11			
11	5.11	5.00	5.10			
12	3.89	5.09	4.85			
13	4.83	4.98	4.88			
14	4.89	4.79	4.60			

15 4.80 X -
X X X

Kvinner Tresteg

Finale		5. mar.	
1	Oda Utsi Onstad	Fagernes	13.20
2	Monika Benserud	Gneist	12.72
3	Chiamaka Okparaebo	BUL	12.68
4	Sofie Olsholt	Tjalve	12.08
5	Mai Britt Berge	Iveland	11.90
6	Anna Eikebrokk	Tyrving	11.80
7	Solveig Hernandez Vråle	Sturla	11.51
8	Julie Bressand	Tyrving	11.31

9 Naruemon Rattananin, Fagernes 11.07, 10 Målfrid Pettersen Lunde, Fana 10.68, 11 Aliyah Osuman, Sturla 10.64, 12 Silje Brochmann Pedersen, Nittedal 10.21, 13 Charlotte Thorjussen, Eidanger 9.98

Serie	1	2	3	4	5	6
1	12.69	X	13.16	X	13.20	X
2	12.36	12.11	12.72	X	X	12.51
3	12.26	12.35	12.47	12.45	X	12.68
4	11.51	11.69	11.65	11.69	11.53	12.08
5	11.72	11.89	11.89	11.90	11.52	X
6	11.62	11.59	11.80	11.46	11.52	11.80
7	11.17	11.27	11.34	11.42	X	11.51
8	11.07	11.02	X	11.17	11.31	X
9	11.07	10.30	10.06			
10	10.40	10.68	X			
11	10.64	10.44	10.61			
12	X	9.94	10.21			
13	9.98	X	X			

Kvinner Kule

Finale		5. feb	
1	Kristin Sundsteigen	Ask	13.48
2	Matilde Roe	Fri	12.84
3	Elise Gravningen	Sandvin	12.78
4	Berit Stunes Isene	Sturla	11.60
5	Linnea Greiff	Tønsberg	11.16
6	Marit Jørgenrud	Spydeberg	10.94
7	Emilie Berge	Iveland	10.82
8	Alexandra Haver	Sørild	10.42

9 Frida Rye-Kittelsen, Eidanger 8.88

Serie	1	2	3	4	5	6
1	13.48	13.03	X	X	X	13.40
2	12.31	X	12.84	12.51	X	X
3	12.39	12.67	12.37	12.15	12.78	12.68
4	11.31	11.08	11.39	11.60	11.50	X
5	11.16	X	11.07	X	10.63	10.99
6	10.05	10.94	10.22	10.63	10.94	10.83
7	10.48	9.93	10.36	10.82	9.59	X
8	9.58	10.24	9.87	10.21	10.42	9.59
9	8.52	8.24	8.88			

Kvinner 4x200 meter stafett

Finale		6. mar	
1	Tyrving		1:38.91
2	Sandnes		1:39.44
3	Orion		1:42.55
4	Vidar		1:42.57
	Sørild		DQ:R163.3

Lagene:

- 1 Helene Rønningen, Christine Gloppestad, Mari Drabløs, Heidi Hessian Næss
- 2 Ida Bakke Hansen, Hanne Berit Irgens, Agathe Holtan Wathne, Vilde Aasmo
- 3 Ingrid Storlien, Tonje Fjellet Kristiansen, Helene Lillebakken, Rikke Hauan
- 4 Karin Busch, Helle Marie Ø. Forseth, Astrid Mangen Cederkvist, Karoline Eskeland
- Malin Mønås, Ingvild Meinseth, Karoline Daland, Sara Dorthea Jensen