

# NM/UM

Dato	Mesterskap	Sted	Senior	Junior	UM*
1.-2.2	NM hopp uten tilløp	Stange	X	U20	
5.4	NM 100 km ultraløp	Bergen	X		
5.-6.4	NM terrengløp kort løype	Leirvik	X	U20	X
31.5-1.6	NM stafetter	Grimstad	X	U20	X
31.5-1.6	NM kappgang	Bergen/Kalandseid	X		
14.6	NM motbakkeløp	IL Ny Von	X		
21.6	NM maraton	Tromsø	X		
26.-27.7	NM 24 timer ultraløp	Jessheim	X		
30.-31.8	NM mangekamp	Nittedal	X	U20	X
6.9	NM halvmaraton	Knarvik	X	U23	
4.10	NM kappgang langdistanse	Eskilstuna, SWE	X		
18.10	NM terrengløp lang løype	Stend, Bergen	X	U20	X

\* UM er uoffisielle mesterskap

## NM hopp uten tilløp



### 97. NM hopp uten tilløp

Sted: Stange  
 Arrangør: Hedmark FIK  
 Arena: Stangehallen  
 Dato: 1.-2. februar 2014

#### Menn Høyde uten tilløp NM Senior

		2. feb	
1	<b>Martin Fagelund</b>	<b>Sturla</b>	<b>1.72</b>
2	<b>Paul Redford</b>	<b>Nittedal</b>	<b>1.70</b>
3	<b>Morten Haave</b>	<b>Tyrving</b>	<b>1.67</b>
4	Mons Martin Borgen	Os Turn	1.45
	Rasmus Stene	Tjalve	NM

Serie	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	1.64	1.67	1.70	1.72	1.74
1					o	o	o	o	xo	xxx
2			o	o	o	xo	xxo	xxx		
3			o	o	xo	xxo	xxx			
4		o	xxx							

#### Menn Lengde uten tilløp NM Senior

		1. feb.	
1	<b>Thomas Wiborg</b>	<b>Herkules</b>	<b>3.53</b>
2	<b>Eirik Thorshaug</b>	<b>Trondheim</b>	<b>3.41</b>
3	<b>Simen Sigurdson</b>	<b>Herkules</b>	<b>3.26</b>
4	Morten Haave	Tyrving	3.15
5	Jesper Vestbø	Tjalve	3.09
6	Håkon Särnblom	BUL	3.00
7	Fredrik Andreas Berdal. Kortner	Herkules	2.95
8	Dag Halfdan Wergeland	BUL	2.92

9 Mons Martin Borgen, Os Turn 2.91, 10 Tommy Johansen, Orion 2.80, 11 Rasmus Stene, Tjalve 2.78, 12 Frode Olav Olsen Urkedal, Moelven 2.74, 13 John Anders Rise, Moelven 2.71, 14 Lars Jørgen Fjeld, Orion 2.69, Alexander Karlsson, Gular NM

Serie	1	2	3	4	5	6
1	3.40	3.38	3.37	3.42	3.49	3.53
2	3.30	3.35	3.31	3.28	3.41	3.35
3	3.23	3.19	3.19	3.22	3.20	3.26
4	3.15	2.93	-	-	-	-
5	3.09	3.09	3.07	2.92	3.05	3.05
6	2.82	2.95	X	X	3.00	-
7	2.93	2.95	2.90	2.95	2.88	2.88
8	2.42	2.92	2.89	2.91	X	X
9	-	2.90	2.91			
10	2.59	2.75	2.80			
11	2.77	2.73	2.78			
12	2.70	2.74	2.60			
13	2.53	2.71	2.60			
14	2.69	1.89	2.66			

#### Kvinner Høyde uten tilløp NM Senior

		2. feb	
1	<b>Katarina Mögenburg</b>	<b>Tyrving</b>	<b>1.48</b>
2	<b>Hanne Berit Irgens</b>	<b>Sandnes</b>	<b>1.30</b>
3	<b>Jorunn Vaagan Hofset</b>	<b>Trondheim</b>	<b>1.25</b>

Serie	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.38	1.42	1.46	1.50
1			o	xo	o	o	o	o	xxx
2		o	xo	o	o	xxx			
3		o	xo	o	xxx				

#### Kvinner Lengde uten tilløp NM Senior

1. feb.

1	<b>Oda Utsi Onstad</b>	<b>Tjalve</b>	<b>2.85</b>
2	<b>Jorunn Vaagan Hofset</b>	<b>Trondheim</b>	<b>2.56</b>
3	<b>Hedda Utysi Onstad</b>	<b>Tjalve</b>	<b>2.55</b>
4	Alisa Phimpha Andersen	Steinkjer	2.54
5	Kristine Berge	Iveland	2.52
6	Cecilia Håkegård	Selsbakk	2.51
7	Marlen Aakre	Fredrikstad	2.37

Serie	1	2	3	4	5	6
1	2.83	2.85	2.84	2.77	2.85	2.85
2	2.44	2.50	2.51	2.56	2.55	2.56
3	2.49	2.44	2.49	2.52	2.44	2.55
4	2.51	2.47	2.37	2.54	2.46	1.88
5	2.47	2.20	2.28	2.46	2.52	2.52
6	2.45	2.51	2.47	2.27	2.43	2.44
7	2.29	2.37	2.33	2.34	2.27	2.28

#### Menn Høyde uten tilløp NM Junior

		2. feb	
1	<b>Sven Martin Skagestad</b>	<b>Norna-Salhus</b>	<b>1.64</b>
2	<b>Ola Stunes Isene</b>	<b>Sturla</b>	<b>1.50</b>
3	<b>Christian Kongolo</b>	<b>Søndre Land</b>	<b>1.40</b>

Serie	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	1.64	1.67
1		xo	o	xo	xo	xxx	
2			xo	xxx			
3		o	xxx				

#### Menn Lengde uten tilløp NM Junior

		1. feb.	
1	<b>Karsten Warholm</b>	<b>Dimna</b>	<b>3.25</b>
2	<b>Øystein Klareng</b>	<b>Orion</b>	<b>3.21</b>
3	<b>Christian Kongolo</b>	<b>Søndre Land</b>	<b>3.14</b>
4	Ola Stunes Isene	Sturla	3.11
5	Vebjørn Bredesen	Snøgg	2.93
6	Martin Nikolai Kanestrøm	Tjalve	2.82

Serie	1	2	3	4	5	6
1	3.08	3.18	3.22	3.14	3.22	3.25
2	3.12	3.16	3.15	3.19	3.21	3.21
3	3.04	2.93	2.99	2.98	3.07	3.14
4	3.11	3.07	3.09	3.04	2.98	-
5	2.93	2.79	2.78	2.88	2.88	2.79
6	2.74	2.82	2.72	2.64	2.42	2.69

#### Kvinner Høyde uten tilløp NM Junior

		2. feb	
1	<b>Marianne Benserud</b>	<b>BFG Bergen</b>	<b>1.35</b>
2	<b>Audhild Høgåsen</b>	<b>Lillehammer</b>	<b>1.30</b>
3	<b>Mia Sørhøy</b>	<b>Trondheim</b>	<b>1.25</b>
4	Caroline Fleischer	Ski	1.25
5	Telma Eid	Søndre Land	1.20
	Malin Engan Wiseth	Trondheim	NM

Serie	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.38
1		o	o	xxo	xxo	xxx
2		o	xxo	o	o	xxx
3		xo	o	o	xxx	
4		o	o	xo	xxx	
5			xo	xxx		

#### Kvinner Lengde uten tilløp NM Junior

		1. feb.	
1	<b>Caroline Fleischer</b>	<b>Ski</b>	<b>2.60</b>
2	<b>Sofie Olsholt</b>	<b>Tyrving</b>	<b>2.58</b>
3	<b>Ida Planke Berg</b>	<b>Tyrving</b>	<b>2.57</b>
4	Karoline Weea Johansen	Moelven	2.48
5	Telma Eid	Søndre Land	2.34
6	Julie Landrø Vigdal	Trondheim	2.33
7	Runa Opheim	Selsbakk	2.24
8	Malin Engan Wiseth	Trondheim	2.20

9 Mia Sørhøy, Trondheim 2.19

Serie	1	2	3	4	5	6
1	2.57	2.47	2.48	2.17	2.54	2.60

2	2.40	2.50	2.52	2.49	2.56	2.56
3	2.49	2.44	2.54	2.54	2.54	2.57
4	2.32	2.36	2.43	2.36	2.42	2.48
5	2.27	2.32	2.28	2.28	2.23	2.34
6	2.26	2.31	2.33	2.26	2.28	2.18
7	2.22	2.16	2.05	2.21	2.15	2.24
8	2.20	2.11	2.16	-	-	-
9	2.09	2.19	2.12	-	-	-

## NM 100 km Ultraløp



### 5. NM 100km ultraløp

Sted: Bergen  
 Arrangør: FIK BFG Bergen  
 Start og mål: Fana Stadion  
 Dato: 5. april 2014

#### Menn

1	<b>Bjørn Tore K. Taranger</b>	<b>Gular</b>	<b>7:07:39</b>
2	<b>Per Olav Bøuyum</b>	<b>Syril</b>	<b>7:41:18</b>
3	<b>Roar Bakken Stovner</b>	<b>Romerike Ultra</b>	<b>7:54.20</b>
4	Johan Holmgren	Romerike Ultra	8:28:18
5	Lars Chr. Dørum	Spiridon	8:30:31
6	Per Audun Heskestad	AKS-77	9:59:23
7	Fredrik Berentsen	Bergen Triathlon	10:24:27
8	Pavel Navratil	IL Norrøna	10:53.17
9	Kristian Waalen, Spiridon 11:36:10		

#### Kvinner

1	<b>Cecilie Landro</b>	<b>Norna-Salhus</b>	<b>9:11:07</b>
2	<b>Edna Leikvoll</b>	<b>BFG Bergen</b>	<b>9:16:37</b>
3	<b>Therese Falk</b>	<b>Romerike Ultra</b>	<b>9:28:02</b>
4	Wenche Dørum	Royal Sport	10:12:22
5	Cecilie Holmgren	Romerike Ultra	10:42:09
6	Merete Vågheim Tellevik	Øystese	10:54:14

## NM terrengløp kort løype



### 60. NM terrengløp kort løype

Sted: Stord Golfpark, Stord  
 Arrangør: Stord IL  
 Dato: 5.-6. april 2014

#### Menn 3km NM Senior

1	<b>Johan Bugge</b>	<b>Eidsvåg</b>	<b>9:16</b>
2	<b>Marius Vedvik</b>	<b>Gular</b>	<b>9:17</b>
3	<b>Hans Kristian Fløystad</b>	<b>Tjalve</b>	<b>9:19</b>
4	Tom Erling Kårbø	Stord	9:23

5	<b>Bjørnar Sandnes Lillefosse</b>	<b>Gular</b>	<b>9:32</b>
6	<b>Halfdan-Emil Færø</b>	<b>Varegg</b>	<b>9:32</b>
7	<b>Eivind Øygard</b>	<b>Jølster</b>	<b>9:40</b>
8	<b>Odd-Anders Grimsbø</b>	<b>Gular</b>	<b>9:46</b>

9 Helge Langen, Rindal 9:49, 10 Magnus Sirnes Hjellum, Gular 9:56, 11 Mats Bjørgum, Strindheim 10:01, 12 Simen Bergseth, Skjalg 10:06, 13 Johan Asphjell Bjørnaas, Steinkjer 10:07, 14 Henrik Nordtug, Steinkjer 10:12, 15 Ole Mikal Tørsdal, Haugesund 10:16, 16 Thommas Wardman, Skjalg 10:23, 17 Erik Rullestad, Haugesund 10:24, 18 Erlend Gjerdevik Sørtveit, BFG Bergen 10:29, 19 Per Harald Havnen Johansen, Varegg 10:32, 20 Espen Albertsen, Skjalg 10:34, 21 Jacob Hystad, Stord 10:35, 22 Martin Kristian Andersen, Selsbakk 10:39, 23 Geir Storetvedt Skaten, Gular 10:40, =24 Martin Johnsen, Skjalg 10:44, =24 Trygve Andresen, Varegg 10:44, 26 Tore Tjørnholm, Kristiansand Løpe 10:48, 27 Thomas Hetland, Egersund 10:50, 28 Espen Roll Karlsen, BFG Bergen 10:50, 29 Bjarte Bogstad, Gular 10:50, 30 Morten Fossmark, Varegg 10:53, 31 Christer Vonheim, Ask 11:02, 32 Kjetil Dyrvik, Voss 11:08, 33 Børge Harestad, Skjalg 11:11, 34 Ørjan Nilsen, Varegg 11:13, 35 Oddmund Roalkvam, Stord 11:13, 36 Johs. Gjesdal, Varegg 11:22, 37 Jarle Thorkildsen, Varegg 11:43, 38 Jarle Haugland, Stord 11:45, 39 Kim Berland Laitinen, Stord 11:54, 40 Per Martin Furevik, Stord 12:08, 41 Jan Steinsund, Haugesund 12:18, 42 Tom Koll Frafjord, GTI 12:19, =43 Harald Kristian Gjøsaeter, Stord 13:31, =43 Per Laksfors, Strindheim 13:31, 45 Johan Bergesen, Ask 14:12, 46 Olav Hagland, GTI 14:13, 47 Arvid Bjørsvik, Viking 16:36, 48 Ingvald Nordtveit, Strandebarm 16:44

#### Kvinner 2km NM Senior

1	<b>Karoline Finne</b>	<b>Gular</b>	<b>7:31</b>
2	<b>Kristen Marathon Melkevik</b>	<b>Gular</b>	<b>7:32</b>
3	<b>Hanne Stenstø</b>	<b>Haugesund</b>	<b>7:48</b>
4	Vienna Søyland Dahle	Skjalg	7:57
5	Ida Elise Nymoen Eltervaag	Skjalg	8:00
6	Kjersti Fresvik	Gular	8:01
7	Marte Reitan	Steinkjer	8:04
8	Vigdis Bringedal Holst	Skjalg	8:05
9	Charlotte Bernhoft Kausland, Gular 8:09, 10 Hunhild Halle Haugen, Tjalve 8:11, 11 Janne Elin Vatnaland, Stavanger 8:12, 12 Katharina Kahrs, Strindheim 8:22, 13 Anne Østbø Frafjord, GTI 8:32, 14 Cecilie Udstuen, Haugesund 8:33, 15 Kari-Anne Veen Billingstad, Skjalg 8:42, 16 Asbjørg Kvamme Hetlesæter, Hjelmeland 10:03, 17 Anne Britt Mæland, Bremnes 10:49		

#### Menn 2km NM Junior

1	<b>Magnus Hannevig Pettersen</b>	<b>Sturla</b>	<b>6:19</b>
2	<b>Kristian Tjørnholm</b>	<b>Kristiansand Løpe</b>	<b>6:19</b>
3	<b>Edvard Kamperud Nygaard</b>	<b>Tjalve</b>	<b>6:23</b>
4	Jørgen Tvedt	Norna-Salhus	6:24
5	Lars Jonassen Føyen	Stord	6:29
6	Gustav Iden	Norna-Salhus	6:38
7	Mathias Berntzen Engevik	Tjalve	6:44
8	Olav Ekheim	Varegg	6:48
9	John Gopal Bjerga Skjalg 6:48, 10 Jonas Gjesdal, Varegg 6:55, 11 Aleksander Kristian Meyer, Norna-Salhus 6:59, 12 Håvard Lalit Øglænd, Stavanger 6:59, 13 Daniel May Instanes, Varegg 7:09, 14 Martin Kirknes, Skjalg 7:30, 15 Erlend Mæland, Stord 7:53, 16 Åsmund Aas Anderson, BFG Bergen DNF		

#### Kvinner 2km NM Junior

1	<b>Heidi Mårtensson</b>	<b>Modum</b>	<b>7:17</b>
2	<b>Elisabeth Angell Bergh</b>	<b>Haugesund</b>	<b>7:17</b>
3	<b>Aurora S. Dybedokken</b>	<b>Tyrving</b>	<b>7:30</b>
4	Mari Sørli	Selsbakk	7:33
5	Marthe Olsen	Selsbakk	7:36
6	Ida Meli Narbuvoll	Ren-Eng	7:47
7	Caroline Ziesler	Sandnes	7:48
8	Ammalie Lekva	Norna-Salhus	7:49
9	Mari Aarskog Nesse, Stord 7:50, 10 Kristine Holst, Skjalg 7:52, Ida Elise Eriksen, Skjalg DNF		

#### Menn 2km UM G17

1	<b>Joakim Sødal</b>	<b>Kyrksæterøra</b>	<b>6:33</b>
---	---------------------	---------------------	-------------

2	Andreas Wathne	Skjalg	6:35
3	Casper Stornes	Ask	6:41
4	Vegard Austevoll	Bergen Løpe	6:46
5	Lars Lunde	Stord	6:51
6	John-Atle Rasmussen	Haugesund	7:04
7	Mats Nordanger	Norna-Salhus	7:17
8	Sondre Herland	Norna-Salhus	7:22

9 Jørgen Madsø, Haugesund 7:45

**Kvinner 2km UM J17**

5. apr			
1	Ingrid Halvorsen Folvik	Bergens Turn	7:36
2	Christina Ellefsen Hopland	Varegg	7:40
3	Anna Serine Røssland	Gneist	7:56
4	Kristine Gundersen	Selsbakk	8:04
5	Britta Benz	Skjalg	8:12
6	Thyra Hevrøy	Gneist	8:13
7	Ingrid Næss Johansen	Gneist	8:24
8	Kristin Hetlesæter	Hjelmeland	8:40

9 Elina Drivenes, Gneist 8:44

**Menn 2km UM G16**

5. apr			
1	Thomas Jefferson Byrkjeland	Tjalve	6:32
2	Oliver Andersen Vedvik	Tønsberg	6:52
3	Markus Kjærner-Semb	Varegg	7:03
4	Kasper Rønning Komnæs	Varegg	7:12
5	Magnus Heggøy	Ask	7:27
6	Jonn-Haøvard Bagge	Norna-Salhus	7:49
7	Aleksander Sunde Kvile	Førde	7:49

**Kvinner 2km UM J16**

5. apr			
1	Christine Sekkesæter	Skjalg	7:51
2	Kaja Lunde Ellingsen	Skjalg	8:13
3	Linn Seliussen	Gneist	8:34
4	Renate Lie	Gneist	9:09

**Menn 2km UM G15**

5. apr			
1	Simen Halle Haugen	Runar	6:51
2	August Sandnes	Fana	7:12
3	Vetle Bergsvik Thorn	Norna-Salhus	7:18
4	Knut Haukeland	Bergens Turn	7:30
5	Torbjørn Espeseth	Norna-Salhus	7:32
6	Daniel Einarsen	Ask	7:36
7	Henry Snemyr Langesæter	Haugesund	8:30
8	Aslak Espeland Solhaug	Stord	8:31

**Kvinner 2km UM J15**

5. apr			
1	Mari Hetlesæter	Hjelmeland	7:52
2	Marie Paasche Berg	Mosvik	8:09
3	Sigrid Bru Reigstad	Osterøy	8:39
4	Elina Røvang	Haugesund	8:44
	Marie Eide Roalkvam	Skjalg	DNF

**Menn 2x3x2km stafett NM Senior**

6 apr		
1	Hordaland 1	27:59
2	Sør-Trøndelag	29:00
3	Hordaland 2	30:21

Lagene:

- 1 Bjørnar Lillefosse, Tom Erling <kårbø, Odd Anders Grimsbø
- 2 Joakim Sædal, Helge Langen, Mads Bjørgum
- 3 Lars Føyen, Lars Lunde, Bjarte Bogstad

**Kvinner 2x3x2km stafett NM Senior**

6 apr

1	Sør-Trøndelag	35:39
2	Hordaland	39:06
3	Rogaland	49:51

Lagene:

- 1 Kristine Gundersen, Mari Sørli, Marthe Olsen
- 2 Asbjørg Kvamme Hetlesæter, Mari Hetlesæter, Kristin Hetlesæter
- 3 Randi Thorland, Marit Thorland, Miriam Almås

**NM stafetter**



**92. NM stafetter**

Sted: Grimstad  
 Arrangør: Sørild FIK  
 Arena: Levermyr Stadion  
 Dato: 31. mai-1. juni 2014

**Menn 4x100 meter stafett NM Senior**

31. mai		
1	Lillehammer IF	40:99
2	FIK Orion	41:15
3	IL i BUL 1. lag	41:81
4	IK Tjalve	41:90
	IL i BUL 2. lag	DNF
	Sandnes IL	DNF

Lagene:

- 1 Michael Rosenberg, Tormod Hjortnæs Larsen, Håkon Morken, Sondre Mulongo Nystrøm
  - 2 Øystein Klareng, Abou Granli Diomande, Haakon Gaukerud Høye, Jonathan Quarcoo
  - 3 Riquelvis Santiago, Ousman Touray, Einar-Andre Bydal Jakobsen, Peter Efe Rasmussen Osazuwa
  - 4 Sebastian Guillen Perez, Alexander Winger, Henrik Johnsen, Sondre Lid Samuel Gyedu, Samuel Blessing Elonga, Nzimirro Adam Obiora, Johannes Enli Kalleberg
- Andres Stokka Andersen, Marius Bakken Støle, Jon Erik Nesse, Joachim Sandberg  
**Forsøksheat 1.** (31. mai) 1 Lillehammer IF 41.39, 2 IK Tjalve 42.36, 3 Osterøy IL 43.12, 4 IL Tyrving 43.16, Trondheim Friidrett DQ:R170.2

Lagene:

- 1 Michael Rosenberg, Tormod Hjortnæs Larsen, Håkon Morken, Sondre Mulongo Nystrøm
  - 2 Sebastian Guillen Perez, Alexander Winger, Henrik Johnsen, Sondre Lid
  - 3 Sondre Kåstad, Vebjørn Borge, Martin Kåstad, Markus Loftås
  - 4 Hallgeir Martinsen, Lars Gausemel Stølen, Theo Halvorsen, Halvard Hauge Hornes Eirik Thorshaug, Rune Augdal, Ingar Kiplesund, Kristoffer Buhagen
- Forsøksheat 2.** (31. mai) 1 IL i BUL 1. lag 41.98, 2 FIK Orion 42.08, 3 Sandnes IL 42.51, 4 IL i BUL 2. lag, 5 Ullensaker/Kisa IL 44.87

Lagene:

- 1 Riquelvis Santiago, Ousman Touray, Einar-Andre Bydal Jakobsen, Peter Efe Rasmussen Osazuwa
- 2 Øystein Klareng, Abou Granli Diomande, Haakon Gaukerud Høye, Jonathan Quarcoo
- 3 Andres Stokka Andersen, Marius Bakken Støle, Jon Erik Nesse, Joachim Sandberg
- 4 Yobe Najjar, Samuel Blessing Elonga, Nzimirro Adam Obiora, Samuel Gyedu
- 5 Marius Mellum, Martin L. Syversen, Hauk Are Fjeld, Luis Alfredo Santiago

**Menn 4x400 meter stafett NM Senior**

1. juni		
1	IK Tjalve	3:17.13
2	Ullensaker/Kisa IL	3:19.07
3	Sandnes IL	3:20.21
4	Osterøy IL	3:20.75

5	IL i BUL	3:21.53
6	IL Tyrving	3:22.38

Lagene:

- Alexander Winger, Andreas Reutz, Josh-Kevin Ramirez Talm, Sondre Lid
- Håvard Hildeskor, Hauk Are Fjeld, Markus Einan, Elias Ottosen
- Joachim Sandberg, Marius Bakken Støle, Jon Erik Nesse, Lars Vikan Rise
- Sondre Kåstad, Markus Loftås, Trygve Feidje Mjelde, Martin Kåstad
- Nzimirro Adam Obiora, Ousman Touray, Samuel Blessing Elonga, Kristian Berg
- Eivind Drabløs, Haavard Olav Herness Lien, Hallgeir Martinsen, Eivind Hvistendahl

**Forsøksheat 1.** (1. juni) 1 IK Tjalve 3:20.26, 2 IL i BUL 3:22.88, 3 Osterøy IL 3:25.86

Lagene:

- Alexander Winger, Andreas Reutz, Sondre Lid, Stian Flo
- Nzimirro Adam Obiora, Kristian Berg, Samuel Blessing Elonga, Einar-Andre Bydal Jakobsen

- Sondre Kåstad, Markus Loftås, Trygve Feidje Mjelde, Martin Kåstad

**Forsøksheat 2.** (1. juni) 1 Ullensaker/Kisa IL 3:28.72, 2 Sandnes IL 3:29.68, 3 IL

Tyrving 3:30.48, 4 Snøgg Friidrett 3:32.73

Lagene:

- Martin Sivertsen, Hauk Are Fjeld, Markus Einan, Elias Ottosen
- Joachim Sandberg, Marius Bakken Støle, Jon Erik Nesse, Lars Vikan Rise
- Eivind Drabløs, Haavard Olav Herness Lien, Hallgeir Martinsen, Eivind Hvistendahl
- Vebjørn Bredeesen, Vette Berget hedegart, Kjell Rønjom Wabakken, Tor Alfred Bredeesen

### Menn 4x1500 meter stafett NM Senior

		31. mai
1	Ullensaker/Kisa IL	15:53.71
2	IK Tjalve	15:54.09
3	Sandnes IL	17:24.76
4	Snøgg Friidrett	18:15.49

Lagene:

- Stian Klungland, Jørgen Frost Bø, Terje Snarby, Elias Ottosen
- Stian Flo, anders Sørensen, Erik Udø Pedersen, Hans Kristian Fløystad
- Johannes Volden, Jan Erik Wergeland, Narve Gilje Nordås, Christopher Fardan
- Tor Alfred Bredeesen, Kjetil Rønjom Wabakken, Vebjørn Bredeesen, Vette Berget Hedegart

### Kvinner 4x100 meter stafett NM Senior

		1. juni
1	Kristiansands IF 1. lag	47.42
2	Sandnes IL	48.13
3	IL Tyrving	48.84
4	Selsbakk IF	50.20
5	Trondheim Friidrett	50.23
6	Kristiansands IF 2. lag	51.58

Lagene:

- Eline Breilid, Mari Forbord Andersen, Trine Mjåland, Benedikte Hauge
- Hanne Berit Irgens, Ida Bakke Hansen, Eline Netland, Ingrid Øvrebø
- Sofie Olsholt, Hedda Hornes, Jenny Labråten, Helene Rønningen
- Cecilia Håkegård, Marte Jermstad, Lene Barstad, Johanne Jansson
- Jorunn Vaagan Hofset, Julie Håskjold, Ingvild Kåshagen, Marit Harneshaug
- Veslemøy Kollstad, Andrea Kaspersen, Nina Naalsund, Andrea Breilid

### Kvinner 4x400 meter stafett NM Senior

		31. mai
1	Kristiansands IF	3:46.88
2	BFG Bergen FIK	3:48.12
3	Trondheim Friidrett	3:57.99
4	IL Tyrving	4:03.25

Lagene:

- Eline Breilid, Trine Mjåland, amalie Sætren, Benedikte Hauge
- Vilde Bjørnsen, Iren V. Isaksen, Renate Lie, Martine Eikemo Borge
- Jorunn Vaagan Hofset, Julie Andrea Håskjold, Ingvild Kåshagen, Mari Harneshaug
- Leah Røste, Aurora Selstad Dybedokken, Ingvild Drabløs, Mari Drabløs

### Kvinner 4x800 meter stafett NM Senior

		1. juni
1	IL Tyrving	9:18.97
2	Selsbakk IF	9:22.65
3	IK Tjalve	9:29.76
4	IL Skjalg	9:38.62

Lagene:

- Ella Øksby, Ingvild Drabløs, Karoline Skattebo, Aurora Selstad Dybedokken
- Hanna Eid, Mari Sørli, Silje Oksholm Amøy, Marthe Olsen

- Tina Bergan, Tonje Flo, Maren Graff, Christine Toogood
- Nora Kristiansson, Ida E. Nymoens Eltervaag, Kristine Holst, Kari-Anne Veen Billingstad

### Menn 4x100 meter stafett NM Junior

		1. juni
1	FIK Orion	41.96
2	IL i BUL	42.56
3	IL Tyrving	43.63
4	IF Hellas	44.54
5	Sørild FIK	45.19
6	Larvik Turn og IF	46.66

Lagene:

- Øystein Klareng, Abou Granli Diomande, Haakon Gaukerud Høye, Jonathan Quarcoo
- Yone Najar, Ousman Touray, Hans Christian Walker, Johannes Enli Kalleberg
- Vemund Lenschow, Markus Berner, Theo Halvorsen, Halvor Hauge Hornes
- Vegard Hope Bjørge, Nikolay Iverin, Rolf Magnus Rinde, Patrick Monga Bifuko
- Lars Einar Røise, Johan Sebastian Steenfet Evensen, Håkon Filbert Opheim, Even Meinseth
- Byamungu Kabiraba, Odin Stangvik, Viktor Henriksen, Lars Forum Skaara

**Forsøksheat 1.** (1. juni) 1 Sørild FIK 44.31, 2 IL Tyrving 44.50, 3 FIK Orion 50.85

Lagene:

- Lars Einar Røise, Johan Sebastian Steenfet Evensen, Håkon Filbert Opheim, Even Meinseth

- Vemund Lenschow, Markus Berner, Theo Halvorsen, Halvor Hauge Hornes

- Øystein Klareng, Abou Granli Diomande, Haakon Gaukerud Høye, Jonathan Quarcoo

**Forsøksheat 2.** (1. juni) 1 IL i BUL 42.84, 2 IF Hellas 44.86, 3 Larvik Turn og IF 46.44, IK Tjalve 51.67

Lagene:

- Erik Langø, Ousman Touray, Hans Christian Walker, Johannes Enli Kalleberg
- Vegard Hope Bjørge, Nikolay Iverin, Rolf Magnus Rinde, Patrick Monga Bifuko
- Byamungu Kabiraba, Odin Stangvik, Viktor Henriksen, Lars Forum Skaara
- Sebastian Guillen Perez, Odin Hallquist, Martin Nikolai Kanestrøm, Josh-Kevin Ramirez Talm

### Menn 4x400 meter stafett NM Junior

		31. mai
1	IK Tjalve	3:23.19
2	Ullensaker/Kisa IL	3:23.64
3	Selsbakk IF	3:25.91
4	IL Tyrving	3:31.12
5	Kristiansand Løpeklubb	3:50.30

Lagene:

- Sebastian Perez, Mathias Engevik, Josh-Kevin Ramirez Talm, Edvard Nygaard
- Sverre Blom Beivik, Jon Gunnar Alfsen, Sigurd Blom Breivik, Markus Einan
- Sander Bergan, Abdujaleel Hir, Håkon Jakobsen, Abdurrahman Hir
- Eivind Hvistendal, Shaku Kulam, Markus Nikolai Berner, Haavard Lien
- Bendik Lillemoen Skaalerud, Andreas Lislevand, Håvard Fredriksen, Andres Fjordheim Nilsen

### Menn 4x1500 meter stafett NM Junior

		1. juni
1	IK Tjalve	16:14.27
2	Ullensaker/Kisa IL	16:42.30

Lagene:

- Thomas Byrkjeland, Mathias Engevik, Anders Sørensen, Edvard Nygaard
- Sverre Blom Breivik, Sigurd Blom Breivik, Jonas Krossøy, Henrik Hanssen

### Kvinner 4x100 meter stafett NM Junior

		31. mai
1	IL Tyrving 1. lag	48.17
2	Sørild FIK	48.31
3	Selsbakk IF	51.22
4	Larvik Turn og IF	53.89

Lagene:

- Sofie Olsholt, Hedda Hornes, Ida Planke Berg, Helene Rønningen
- Nathalie O. Johnsen, Karoline Daland, Line Myrestøl Johansson, Ingvild Meinseth
- Ingrid Aalberg Svenningsen, Runa Opheim, Lene Barstad, Johanna Jansson
- Synne Frydenlund, Kaja Rolfsen, Marianne Selnæs, Malin Edland

**Forsøksheat 1.** (31. mai) 1 IL Tyrving 1. lag 48.99, Kristiansands IF DQ:R170.2, IL

Turving 2. lag DQ:R170.2

Lagene:

- Sofie Olsholt, Hedda Hornes, Ida Planke Berg, Helene Rønningen

Veslemøy Kollstad, Andrea Kaspersen, Mari Breilid, Emma Natalie Hagen Dhir  
 Celine Lundevik, Marie Skjæggestad, Jenny Marie Labråten  
**Forsøksheat 2.** (31. mai) 1 Sørild FIK 48.75, 2 Selsbakk IF 51.82, 3 Larvik Turn og IF 54.90, Fagernes IL DNF

Lagene:

- 1 Nathalie O. Johnsen, Karoline Daland, Line Myrestøl Johansson, Ingvild Meinseth
- 2 Ingrid Aalberg Svenningsen, Runa Opheim, Lene Barstad, Johanna Jansson
- 3 Synne Frydenlund, Kaja Rolfsen, Marianne Selnæs, Malin Edland
- Naruemon Rattananin, Kristine Berger Akrevold, Sidsel Bjørge Adam, Synnøve Bjørge Adam

**Kvinner 4x400 meter stafett NM Junior**

	1. juni
<b>1 Fredrikstad IF</b>	<b>3:57.22</b>
<b>2 IL Tyrving</b>	<b>3:59.95</b>
<b>3 Selsbakk IF</b>	<b>4:04.31</b>
4 IF Sturla 1. lag	4:06.39
5 IF Sturla 2. lag	4:32.78

Lagene:

- 1 Nora Wold, Ingeborg Hjemdal, Ingrid Nordahl, Madelen Andersen
- 2 Leah Røste, Ingvild Drabløs, Aurora Selstad Dybedokken, Mari Drabløs
- 3 Mari Sørli, Marthe Olsen, Hanna Eid, Kristine Gundersen
- 4 June Bakken Hodt, Ane Bakken Hodt, Marie Benedicte Løken, Solveig Hernandez
- Vråle
- 5 Nina Marie Undeland, Nina Vatne, Regine Bergene, Thea Sætra Lund

**Kvinner 4x800 meter stafett NM Junior**

	31. mai
<b>1 Selsbakk IF</b>	<b>9:09.06</b>
<b>2 IL Tyrving</b>	<b>9:12.53</b>
<b>3 IL Skjalg</b>	<b>9:17.50</b>
4 BFG Bergen FIK	9:18.64
5 IF Sturla	9:32.63

Lagene:

- 1 Hanna Eid, Mari Sørli, Marthe Olsen, Kristine Gundersen
- 2 Aurora Selstad Dybedokken, Ingvild Drabløs, Ella Øksby, Mari Drabløs
- 3 Christine Sekkesæter, Kristine Holst, Ida Elise Eltervaag, Marianne Aske
- 4 Elina Drivenes, Anne Serine Røssland, Ingvild Myking, Eline Myking
- 5 Ane Bakke Hodt, Solveig Hernandez Vråle, Marie Benedicte Løken, June Bakken Hodt

**Menn 4x100 meter stafett UM G16**

	31. mai
<b>1 IL i BUL</b>	<b>45.00</b>
<b>2 Ullensaker-Kisa IL</b>	<b>47.37</b>
<b>3 Sandnes IL</b>	<b>47.59</b>
4 Sørild FIK	48.02

Lagene:

- 1 Markus Færvik, Bendik Thorbjørnsen, Magnus Kringstad, Johannes Enli Kalleberg
- 2 Fredrik Veiby, Marcus Moen, Andreas Børve, Sondre Opaker Øimes
- 3 Ådne Øvrebø, Henrik Skulevold, Narve Gilje Nordås, Herman Ingebrigtsen
- 4 Christopher Balavoine, Even Haug, Håkon Filbert Opheim, Benjamin Ole Thomsen

**Menn 4x600 meter stafett UM G16**

	1. juni
<b>1 IL Tyrving</b>	<b>5:59.06</b>
<b>2 Sandnes IL</b>	<b>5:59.36</b>
<b>3 IL Skjalg</b>	<b>6:02.84</b>
4 Ullensaker/Kisa IL	6:39.83

Lagene:

- 1 Didrik Warlo, Henrik Koppang, Albert Sperstad, Sander Berrefjord
- 2 Narve Gilje Nordås, Ådne Øvrebø, Mattias Paul, Henrik Skulevold
- 3 Sondre Skaaren, Lars Henrik Breivik, David Eltervaag, Ole Martin R. Kjørholt
- 4 Sondre W. Larsen, Adisak Sween, Sondre Opaker Øines, andreas Børve

**Kvinner 4x100 meter stafett UM J16**

	1. juni
<b>1 Sørild FIK</b>	<b>48.63</b>
<b>2 IL Tyrving 1. lag</b>	<b>49.32</b>
<b>3 Sarpsborg IL</b>	<b>50.41</b>
4 Kristiansands IF	51.02
5 IF Hellas	51.46

**6 Sandnes IL**

51.49

Lagene:

- 1 Nathalie O. Johnsen, Karoline Daland, Line Myrestøl Johansson, Ingvild Meinseth
- 2 Helene Rønningen, Marthe Røe, Hedda Hauge Hornes, Mari Drabløs
- 3 Lise Marie Meland, Nora Evensen, Marie Bjørnstad, Magdeli Støten
- 4 Benedicte Mortensen, Mari Breilid, Astrid Spinnanger, Emma Hagen
- 5 Birte Istad Skinnes, Malene Kollberg, Iselin Ween Rustad, Andrine Lærum
- 6 Vilde Aasmo, Hanne Veland, Live M. Grøtteland, Solveig Hetland

**Forsøksheat 1.** (1. juni) 1 Sørild FIK 49.21, 2 Sarpsborg IL 50.97, 3 Sandnes IL 51.46, 4 IL Tyrving 2. lag 51.56

Lagene:

- 1 Nathalie O. Johnsen, Karoline Daland, Line Myrestøl Johansson, Ingvild Meinseth
- 2 Lise Marie Meland, Nora Evensen, Marie Bjørnstad, Magdeli Støten
- 3 Vilde Aasmo, Hanne Veland, Live M. Grøtteland, Solveig Hetland
- 4 Celina Lundevik, Marie Skjæggestad, Julie Holthe, Eirin Alfheim

**Forsøksheat 2.** (1. juni) 1 IL Tyrving 1. lag 50.12, 2 IF Hellas 51.40, 3 Kristiansands IF 51.41, 4 IL i BUL 53.15

Lagene:

- 1 Helene Rønningen, Marthe Røe, Hedda Hauge Hornes, Mari Drabløs
- 2 Birte Istad Skinnes, Malene Kollberg, Iselin Ween Rustad, Andrine Lærum
- 3 Benedicte Mortensen, Mari Breilid, Astrid Spinnanger, Emma Hagen
- 4 Thaniya Panchalingam, Rachael Eide, Udoka Madu, Arianne Duarte Morais

**Kvinner 4x600 meter stafett UM J16**

	1. juni
<b>1 IL Tyrving</b>	<b>6:48.47</b>
<b>2 Sørild FIK</b>	<b>6:50.74</b>
<b>3 IL Skjalg</b>	<b>7:02.22</b>
4 Sola Friidrett	7:03.51
5 Sandnes IL	7:19.35
6 Ullensaker/Kisa IL	7:20.24
7 Haugesund IL	7:21.23

Lagene:

- 1 Hedda Hauge Hornes, Julie Holthe, Marie Skjæggestad, Mari Drabløs
- 2 Therese J. Skjølvsvik, alexandra Haver, Line Myrstøl Johansson, Karoline Daland
- 3 Marie Eide Roalkvam, Christine Sekkesæter, Ida Guldbrandsøy, Marianne Aske
- 4 Ingrid Nordbotten, Helene Vikingstad, Inger Kristine Melhus, Cornelia Rørvik
- 5 Solveig Hettland, Hanne Velund, Live Grøtteland, Madeleine Rettore
- 6 Vår Åsheim, Caroline Høistad Foss, Victoria Børresen, Julie Flatner Hansen
- 7 Lebe Charlotte Wee, Kristine Dommersnes, Elina Revang, Lena Skaaan Vik

**NM Kappgang**

**74. NM kappgang**

Sted: Bergen/Kalandseid  
 Arrangør: IL Norna-Salhus/Søfteland TIL  
 Dato: 31. mai-1. juni 2014

**Menn Senior 10000m**

	Bergen	31. mai
<b>1 Joakim Sælen</b>	<b>Viking</b>	<b>42:57.26</b>
<b>2 Fredrik Vaeng Røtnes</b>	<b>BUL Tromsø</b>	<b>45:42.27</b>
<b>3 Erling Andersen</b>	<b>Søfteland</b>	<b>57:42.26</b>
4 Petter Strømmen	Viking	61:23.15
Arild Fotland	Søfteland	DNF
Håvard Haukenes	Viking	DQ

**Kvinner Senior 5000m**

	Bergen	31. mai
<b>1 Ellen N. Sjøblom</b>	<b>Moss</b>	<b>28:01.46</b>
<b>2 Josefin Greiff</b>	<b>Tønsberg</b>	<b>28:25.51</b>
<b>3 Vilde Lundin</b>	<b>BUL Tromsø</b>	<b>29:36.30</b>
<b>4 Nina Kovac</b>	<b>Norna-Salhus</b>	<b>32:17.71</b>

**Menn Senior 20 km landevei**

	Kalandseid	1. juni
<b>1 Håvard Haukenes</b>	<b>Viking</b>	<b>1:26:11</b>
<b>2 Joakim Sælen</b>	<b>Viking</b>	<b>1:33:53</b>
<b>3 Arild Fotland</b>	<b>Søfteland</b>	<b>1:54:54</b>

4	Petter Strømme	Viking	2:06:36
5	Jan Rolstad	Viking	2:15:09
6	Arthur Lillefosse	Viking	2:21:54

**Kvinner Senior 10 km landevei**

		Kalandseid	1. juni
1	Ellen Nordqvist Sjøblom	Moss	57:31
2	Vilde Lundin	BUL Tromsø	62:04
3	Nina Kovac	Norna-Salhus	67:32
4	Eva Nordqvist	Moss	69:07

**NM Motbakkeløp**



**10. NM motbakkeløp**

Sted: Sauda  
 Arrangør: IL Ny Von  
 Dato: 14. juni 2014

**Menn NM Senior**

1	Stian Hovind-Angermund	Varegg	37:39
2	Torstein Tengsareid	Egersund	38:21
3	Torbjørn T. Ludviksen	Bergen Løpe	39:15
4	Øyvind Heiberg Sundby	Tjalve	39:26
5	Jon Duncan	Sandnes	39:37
6	Johan Bugge	Eidsvåg	39:45
7	Lars Berger	Lillehammer	40:42
8	Joel Dyrhovden	Samnanger	41:02

9 Erling Hisdal, Tjalve 41:58, 10 Vebjørn Turtveit, Voss 42:29, 11 Glenn Tore Løland, NTNUI 42:32, 12 Tommy Haga, Sogndal 42:53, 13 Robert Bergstå, Gular 43:00, 14 Stian Bergstå, Svarstad 43:26, 15 Daniel Instanes, Varegg 43:54, 16 Ketil Monssen, Bergen Løpeklubb 44:04, 17 Geir Storetvedt Skaten, Gular 44:06, 18 Ronny Grundseth Børsheim, Bergen Løpeklubb 44:14, 19 Henrik Camp Angermund, Varegg 44:29, 20 Sjur Obrestad Gabrielsen, Sandnes 44:37  
 21 Geir Steig, Luster 44:50, 22 Yngve Kiserud, Bergen Løpeklubb 45:16, 23 Per Sveia, Undheim 45:27, 24 Øyvind Hylleseth, Herkules 45:52, 25 Audun Laugaland, Hjelmeland 46:06, 26 Svein Arne Haugen, Bjørn 46:08, 27 Sondre Handeland, Sauda 46:22, 28 Jann Olav Tjønneland, Viksdalen 46:43, 29 Kristian Heggebø, Vindafjord 47:01, 30 Arvid Brudevold, Vik 47:05  
 31 Ørjan Nilsen, Varegg 47:28, 32 Øyvind Røgenes, Erfjord 47:35, 33 Kristian Ildstad, Ny Von 47:38, 34 Jørgen Dahl Paule, Birkebeinern 47:47, 35 Jørgen Natvig Løvseth, Byåsen 47:58, 36 Pål Trøan Aune, Skogn 48:22, 37 Trygve Andresen, Varegg 48:22, 38 Leif Inge Løland, Hylsfjorden 48:27, 39 Lars Olaf Haaheim, Varegg 48:35, 40 Alv Ole Esperås, Fri 48:50  
 41 Ehil Herheim, Sauda 49:01, 42 Bjørro Nevland, GTI 49:04, 43 Johs. Gjesdal, Varegg 49:06, 44 Terje Skinstad, Sturla 49:12, 45 Atle Mehus, Sauda 49:18, 46 Roger Nevland, GTI 49:27, 47 Asbjørn Skoglund, Ny Von 50:05, 48 Thomas Finshus, Stegaberg 50:05, 49 Ole-Petter Soltvedt, Kalandseid 50:13, 50 Morten Tveit, Sauda 50:16  
 51 Ingvar Folkvord, Sandnes 50:28, 52 Gjermund Fiveland, Sauda 50:40, 53 Jarle Solbakken, Ny Von 50:42, 54 Mats Mollandsøy, Bergen Løpeklubb 50:52, 55 Johannes Heien, Ternes 50:57, 56 Mats Steinsland, Varegg 51:03, 57 Ola Martin Øverland, Sauda 51:13, 58 Bjarne Ludvigsen, Varegg 51:32, 59 Olaf Årthun, Ny Von 51:35, 60 Kristian Herheim, Sauda 51:42  
 61 Jan Steinsund, Haugesund 51:44, 62 Lars Helge Løland, Hylsfjorden 52:01, 63 Leidulf Vikeså, Hylsfjorden 52:05, 64 Anders Bødtker, Korlevoll/Odda 52:06, 65 Einar Kristiansen, GTI 52:07, 66 Cato Rachlew, Rustad 52:08, 67 Oddgeir Stråbø, Sauda 52:09, 68 John A. Andersen, Varegg 52:24, 69 Arild Bjarkø, Os IL 52:50, 70

Vidar Handeland, Sauda 53:07  
 71 Egil Aarebråt, Ny Von 53:26, 72 Endre Risøy, Eid 53:29, 73 Rune Selvik, Sauda 53:49, 74 Ola Mjølhus, Hjelmeland 54:13, 75 Tom Koll Frafjord, GTI 54:35, 76 Morten Tronstad, Varegg 54:37, 77 Jakob Svadal, Sauda 54:37, 78 Bjørn Instanes, Varegg 54:52, 79 Arne Sørensen, Sauda 55:01, 80 Øystein Birkeland, Sauda 55:03  
 81 Magne Vikne, Osterøy 55:06, 82 Jonas Listøl, Sauda 55:14, 83 Jarle Solheim, Ny Von 55:30, 84 Ola Kleppa, Hjelmeland 55:36, 85 Skjal Duesund, Klypetussen 55:43, 86 Brede Halsnes, Sauda 55:44, 87 Lars Engeli, Varegg 55:54, 88 Harry Breilad, Undheim 56:00, 89 Jonas Michalsen Tveit, Sauda 56:06, 90 Vegard Havrevoll, Suldal 56:16  
 91 Erlend Widerøe Hennig, Hjelmeland 56:58, 92 Frode Sørhøy, Varegg 57:02, 93 Knut Herheim, Sauda 57:06, 94 Daniel Fiveland, Sauda 57:45, 95 Kjetil Isaksen, GTI 58:14, 96 Bård Lien, Sauda 58:22, 97 Birger Normann Hanstveit, Mjøsdalen 58:43, 98 Tom Eirik Eikanger, Gular 59:45, 99 John Svahn, Øystese 59:53, 100 Bjarne Kleivane, Samnanger 60:02  
 101 Anders Boge, Mjøsdalen 60:47, 102 Ola Tysseland, Sauda 60:54, 103 Roger Etstad Varegg, 61.08, 104 Vidar Seim, Ny Von 61:15, 105 Egil Haugsgjerd, Sveio 61:52, 106 Svein Amundsen, Eidanger 62:12, 107 Ivar Johannes Handeland, Sauda 62:27, 108 Trygve Løland, Birkenes 62:29, 109 Lars Olav Knutsen, Samnanger 62:32, 110 Mats Haugen, Sauda 63:17  
 111 Stian Håheim, Sauda 63:55, 112 Einar Opsanger, Øystese 64:24, 113 Robin Handeland, Sauda 65:22, 114 Edgar Fosstveit, Ny Von 65:24, 115 Jan Otto Kanestrøm, Sauda 65:24, 116 Steinar Tysse, Mjøsdalen 67:01, 117 Sten H. Sørensen, GTI 67:20, 118 Nils Øystein Aarthun, Sauda 67:26, 119 Erik Espevik, Sauda 68:14, 120 Skjal Lie, Sogndal 68:14  
 121 Jarle Kvaløy, Ny Von 68:35, 122 Vegard Eltervåg, Randaberg 69:18, 123 Niels Sebastin Stuhr, Ny Von 69:44, 124 Harald Måge, Klypetussen 69:56, 125 Birger Espevi, Sauda 70:18, 126 Haakon Ben Schrøder, Varegg 72:32, 127 Asbjørn Valen, Sveio 74:22, 128 Terje Herfindahl, Viking 78:11, 129 Asbjørn Bakken, Falkeid 79:47, 130 Olav Øystein Øvrebø, Sauda 84:50  
 131 Emil Risvoll, Ny Von 88:55

**Kvinner NM Senior**

1	Heidi Weng	BUL	43:31
2	May Britt Brue	Gular	45:36
3	Merete Weng	BUL	45:51
4	Kirsten Marathon Melkevik	Gular	47:08
5	Therese Sjursen	Bergen Løpe	47:43
6	May Bente Weng	BUL	50:08
7	Tuva Toftdahl Staver	Strindheim	50:44
8	Merete Helgheim	Gloppen	50:53

9 Tiril Eckhoff, Fossum 51:03, 10 Celine Brun-Lie, Tjalve 51:26, 11 Eli Anne Dvergsdal, Gular 52:10, 12 Tove Andersen, Rustad 52:42, 13 Maryna Novik, Klypetussen 54:12, 14 Elisabeth Vik, Varegg 54:30, 15 Anne Østbø Frafjord, GTI 56:30, 16 Astrid Olafsdottir, Fri 56:54, 17 Eva Karin Øverland Bjerga, Sauda 58:42, 18 Jorunn Øye Rossebø, Ny Von 60:19, 19 Caroline Christie, Varegg 61:00, 20 Anne Kristine Kanestrøm, Sauda 63:12  
 21 Tove Karbøl, Sauda 64:07, 22 Ingunn B. Svandal, Sauda 65:49, 23 Linda Marie Strømpedal, Namdal Løpeklubb 66:33, 24 May Britt M. Tveit, Sauda 67:38, 25 Torild Kveberg, Øystese 68:02, 26 Asbjørg Kvarme Hetlesæter, Hjelmeland 69:47, 27 Anna Ernsland, Fri 70:09, 28 Patricia Flataker, Varegg 76:00, 29 Astrid Espeland, Sauda 87:13, 30 Ingeborg Saua, Ny Von 109:45

**NM Maraton**



**70. NM maraton**

Sted: Tromsø  
 Arrangør: Tromsdalen UIL/Midnight Sun Marathon  
 Arena: Tromsø Sentrum  
 Dato: 21. juni 2014

**Menn**

		21. juni	
<b>1</b>	<b>Martin Kjäll-Ohlsson</b>	<b>Vidar</b>	<b>2:28:54</b>
<b>2</b>	<b>John Henry Strupstad</b>	<b>Ren-Eng</b>	<b>2:33:13</b>
<b>3</b>	<b>Svein Ove Risa</b>	<b>Undheim</b>	<b>2:37:07</b>
4	Jens Kristian Berg	Vidar	2:39:43
5	Tor Holager Rødde	Røa	2:43:49
6	Sverre Gunnar Brunstad	Lørenskog	2:44:16
7	Geir Endre Rogn	Geilo	2:47:06
8	Sondre Stier Thorbergesen	Tromsø Løpekl.	2:49:47

9 Dag Fossum, Rye 2:52:03, 10 Jon-Geir Iversen, Tromsø Løpeklubb 2:54:55, 11 Vidar Ellefsen, Asker Skiklubb 2:55:19, 12 Ole Gorm Berg, Lørenskog 2:57:43, 13 Jostein Børve Hernes, Eidfjord 2:57:50, 14 Vidar Nilsen, Oppgård 3:00:39, 15 Alf B. Dahl, Tromsø Løpeklubb 3:03:11, 16 Svein Magnar Eggesvik, Mehamn 3:03:17, 17 Are Edvardsen, Tromsø Løpeklubb 3:07:33, 18 Tomasz A. Wacko, Tromsø Løpeklubb 3:10:27, 19 Sverre Benjaminsen, Tromsø Løpeklubb 3:12:32, 20 Jan Helge Balto, Sirma 3:21:22, 21 Ola Mellem, Tromsdalen 3:27:33, 22 Jan Egil Ruud, Orkanger 3:27:45, 23 Ragnvald Kanebog, Bergen Løpeklubb 3:28:43, 24 Tor andre Skjelbakken, Tromsø Løpeklubb 3:32:19, 25 Ole Remi Hausner, Lyngen-Karnes 3:44:00, 26 Robin Eivik, Fjellidal 3:45:10, 27 Charles Christiansen, Tromsø Løpeklubb 3:49:58, 28 Inge Asbjørn Haugen, Hornindal 3:53:52, 29 Sigurd Lima, Gjesdal 5:17:59, Tesfayyohannes Mesfun Fishahatsion, Bodø DNF, Ronny Kristoffersen, Hind DNF, Gunnar Bruun, Hind DNF, Jan Inge Dahl, Mehamn DNF, Stein Østbye, Tromsø Løpeklubb DNF, Ole Kristian Heggheim, Kristiansand Løpeklubb DNS, Einar Søndeland, Stavanger FIK DNS

**Kvinner**

		21. juni	
<b>1</b>	<b>Maria Venås</b>	<b>Ranheim</b>	<b>2:46:46</b>
<b>2</b>	<b>Janne Vatnaland</b>	<b>Stavanger FIK</b>	<b>2:57:44</b>
<b>3</b>	<b>Ann Kristin Mosbron</b>	<b>Stavanger FIK</b>	<b>3:01:50</b>
4	Eva Schiefloe	Vidar	3:02:35
5	Cecilie Klungtveit	Sandnes	3:05:04
6	Kjersti Lerkerød	BUL	3:06:04
7	Mona Rydland	BUL	3:14:06
8	Else Bøifot	Tromsø Løpekl.	3:17:44

9 Marit Kullerud Tronrud, Åskameratene 3:17:52, 10 Maria Nordfjell, Tromsø Løpeklubb 3:19:07, 11 Randi Østhus, Tromsø Løpeklubb 3:29:01, 12 Gerd Irene Hansen, Tromsø Løpeklubb 3:34:12, 13 Viktoria Sollid, Tromsø Løpeklubb 3:35:13, 14 Torill Ottesen, Tromsø Løpeklubb 3:41:10, 15 Kristina Aastrøm, Tromsø Løpeklubb 3:44:23, 16 Therese Møller Martinsen, Tromsø Løpeklubb 3:46:09, 17 Kristin Isachsen, Asker Skiklubb 3:48:00, 18 Elin Anita Nilsen, Tromsø Løpeklubb 3:53:29, 19 Torill Forbord, Steinkjer 3:57:41, 20 Ingunn Ytrehus, Tromsø Løpeklubb 4:02:29, 21 Lise Lithun, GTI 5:17:58, Ragnhild Hanssen, Stokmarknes DNF

**NM 24 timer ultraløp**



**5. NM 24 timer ultraløp**

Sted: Jessheim  
 Arrangør: Romerike Ultraløperklubb  
 Arena: Jessheim Friidrettsstadion  
 Dato: 26.-27. Juli 2014

**Menn**

		27. juli	
<b>1</b>	<b>Bjørn Tore Kronen Taranger</b>	<b>Gular</b>	<b>230860</b>

<b>2</b>	<b>Lars Dørum</b>	<b>Spiridon</b>	<b>221636</b>
<b>3</b>	<b>Marius Jørgensen</b>	<b>Bø</b>	<b>191328</b>
4	Per Audun Heskestad	AKS-77	164083
5	Kim Johannesen	Romerike Ultra	161595
6	Joar Flynn Jensen	Ski	158174
7	Ragnar Nygård	Romerike Ultra	150195
8	Amund Totland	Romerike Ultra	150195

9 Endre Vindheim, Spiridon 92595, 10 Erik Nossun, Romerike Ultra 81795, 11 Knut Ivar Paalsrud, Romerike Ultra 80595, 12 Øystein Solfeld Pedersen, Tvedestrand 65595, 13 Ottar Røed, Romerike Ultra 49395

**Kvinner**

		27. juli	
<b>1</b>	<b>Hilde Johansen</b>	<b>Romerike Ultra</b>	<b>175839</b>
<b>2</b>	<b>Ragnhild Audestad</b>	<b>Romerike Ultra</b>	<b>162974</b>
<b>3</b>	<b>Merete Tellevik</b>	<b>Øystese</b>	<b>100395</b>

**NM mangelkamp**



**95. NM mangelkamp**

Sted: Rotnes, Nittedal  
 Arrangør: Nittedal IL  
 Arena: Rotnes Stadion  
 Dato: 30.-31.8.2014

**Menn 10-kamp NM Senior**

<b>1</b>	<b>Lars Vikan Rise</b>	<b>Sandnes</b>	<b>7.635</b>
<b>2</b>	<b>Martin Holm</b>	<b>Fri</b>	<b>7.221</b>
<b>3</b>	<b>Henrik Holmberg</b>	<b>Vik</b>	<b>6.757</b>
4	Rasmus Stene	Tjalve	5.961
R1	Paul Redford	Nittedal	DNF

Enkeltresultater: (100m, lengde, kule 7,26 kg, høyde, 400m/110m hekk 106,7m/9,14m, Diskos 2,0kg, stav, spyd 0,8kg, 300m)  
 1 11.44 (-0,5), 7.01 (+1,2), 15.42, 2.01, 51.37, 15.52 (+1,5), 43.22, 4.50, 58.28, 4:39.67  
 2 10.95 (-0,5), 6.77 (-0,8), 14.90, 189, 50.58, 15.91 (+1,5), 35.77, 4.20, 58.73, 4:53.53  
 3 11.40 (-0,5), 6.66 (-0,8), 12.64, 2.01, 51.91, 15.27 (+1,5), 38.96, 3.50, 51.04, 5:06.52  
 4 11.90 (-0,5), 6.10 (+1,5), 10.99, 1.71, 53.79, 15.97 (+1,5), 32.20, 3.60, 54.88, 5:06.52  
 R1 12.44 (-0,5), DNS

**Menn 10-kamp NM Junior**

<b>1</b>	<b>Eirik Dolve</b>	<b>Fri</b>	<b>6.435</b>
<b>2</b>	<b>Steinar Sollien Nicolaisen</b>	<b>Horten</b>	<b>4.811</b>
<b>3</b>	<b>Tobias Sommernes</b>	<b>Rana</b>	<b>4.307</b>

Enkeltresultater: (100m, lengde, kule 6,0 kg, høyde, 400m/110m hekk 100cm/8,5m, Diskos 1,75kg, stav, spyd 0,8kg, 300m)  
 1 11.51 (+0,2), 6.41 (-0,3), 13.33, 1.98, 55.13, 16.16 (+1,1), 34.16, 4.60, 42.06, 5:26.33  
 2 12.60 (+0,2), 5.40 (-0,2), 10.50, 1.71, 57.14, 18.86 (+1,1), 25.53, 3.20, 35.79, 4:49.89  
 3 12.42 (+0,2), 5.41 (+0,4), 10.64, 1.71, 61.09, 17.90 (+1,1), 29.18, 270, 44.15, 6:57.14

**Menn 10-kamp UM G17**

<b>1</b>	<b>Torbjørn Moldestad</b>	<b>Nittedal</b>	<b>4.270</b>
<b>2</b>	<b>Vegard Undheim</b>	<b>Bryne</b>	<b>2.188</b>



**Johannes Bergh**                      **Koll**                      **DNS**  
 Enkeltresultater: (100m hekk 91,4cm/8,5m, Diskos 1,5kg, stav, spyd 0,7kg, 300m/100m, lengde, kule 5,0 kg, høyde, 1000m)  
 1 16.17 (-0,6), 26.28, 2.60, 48.91, 40.47, 12.66 (+1,4), 5.26 (+0,9), 11.73, 1.53, 3:24.54  
 2 18.95 (-0,6), 26.50, 1.80, 40.35, 40.76, 17.64 (+1,4), 2.44, 9.69, 0.90 DNF

**Menn 10-kamp UM G16**

**1 Toralv Opsal**                      **Ålesund FIK**                      **6.786**  
 Enkeltresultater: (100m hekk 91,4cm/8,5m, Diskos 1,5kg, stav, spyd 0,7kg, 300m/100m, lengde, kule 5,0 kg, høyde, 1000m)  
 1 14.03 (-0,6), 35.19, 4.00, 45.64, 36.55, 11.84 (+1,4), 6.72 (0,0), 12.63, 1.86, 2:54.69

**Menn 9-kamp UM G15**

**1 Sondre Guttormsen**                      **Ski**                      **3.736**  
 Enkeltresultater: (100m hekk 91,4cm/8,5m, Diskos 1,0kg, stav, spyd 0,6kg/100m, lengde, kule 4,0 kg, høyde, 1000m)  
 1 16.80 (-0,6), 21.65, 3.60, 39.27, 13.99 (+1,4) 4.81 (+0,5) 8.90, 1.53, 3:18.52

**Kvinner 7-kamp NM Senior**

**1 Anna Bogunovic Jacobsen**                      **Skjalg**                      **3.822**  
 Enkeltresultater: (100m hekk 84,0cm/8,5m, høyde, kule 4,0 kg, 200m/lengde, spyd 0,6kg 1000m)  
 1 16.17 (+1,7), 1.37, 9.03, 27.17 (-1,1), 4.55 (+1,6) 24.06, 2:31.25

**Kvinner 7-kamp NM Junior**

**1 Caroline Fleischer**                      **Ski**                      **4.746**  
**2 Ida Planke Berg**                      **Tyrving**                      **4.047**  
**Amalie Westerlund**                      **Sem**                      **DNS**  
 Hanne andve                      **Våg**                      **DNS**  
 Enkeltresultater: (100m hekk 84,0cm/8,5m, høyde, kule 3,0 kg, 200m/lengde, spyd 0,6kg 1000m)  
 1 15.23 (+1,7), 1.74, 8.12, 27.05 (-1,1), 5.29 (-0,3), 25.00, 2:14.82  
 2 15.35 (+1,7), 1.53, 8.93, 27.38 (-1,1), 4.58 (+0,7), 20.69, 2:29.04

**Kvinner 7-kamp UM J17**

**1 Oda Mohus**                      **Runar**                      **4.293**  
**2 Mari Låhne Smedsrud**                      **Sem**                      **3.705**  
**3 Astrid Mohus**                      **Rinar**                      **3.386**  
 4 Benedicte Andrine Myhre                      **Sem**                      **3.382**  
 5 Thea Alsaker                      **Sem**                      **2.928**  
 6 Judith Westerlund                      **Sem**                      **2.148**  
 Enkeltresultater: (100m hekk 76,2cm/8m, høyde, kule 3,0 kg, 200m/lengde, spyd 0,5kg 1000m)  
 1 14.96 (-0,9), 1.42, 8.69, 25.87 (+0,2), 4.92 (+2,4), 30.07, 2:34.07  
 2 17.44 (-0,9), 1.45, 9.08, 27.96 (+0,2), 4.85 (+1,3), 28.44, 2:44.56  
 3 16.79 (-0,9), 1.30, 8.36, 26.70 (+0,2), 4.66 (-1,1), 15.21, 2:44.00  
 4 19.50 (-0,9), 1.39, 7.95, 27.75 (+0,2), 4.25 (+0,3), 23.70, 2:24.47  
 5 19.05 (-0,9), 1.36, 8.57, 29.14 (+0,2), 3.96 (+0,4), 19.64, 2:45.83  
 6 20.70 (-0,9), 1.09, 6.23, 29.03 (+0,2), 387 (+1,4), NM, 2:40.23

**Kvinner 7-kamp UM J16**

**1 Amanda Marie Grefstad Frøynes**                      **Sem**                      **4.617**  
**2 Nora Holstad Nordmelan**                      **Namsen**                      **4.173**  
**3 Nora Evensen**                      **Sarpsborg**                      **4.084**  
 4 Telma Eid                      **Søndre Land**                      **4.058**  
 5 Linnea Greiff                      **Tønsberg**                      **3.510**  
 6 Ebba Beyer                      **Ull/Kisa**                      **2.552**  
 Enkeltresultater: (100m hekk 76,2cm/8m, høyde, kule 3,0 kg, 200m/lengde, spyd 0,5kg 1000m)  
 1 15.21 (-0,4), 1.48, 10.12, 26.37 (-0,4), 4.90 (+1,8), 36.94, 2:24.66  
 2 16.79 (-0,4), 1.51, 11.06, 27.70 (-0,4), 4.98 (+1,5), 33.85, 2:40.90  
 3 15.88 (-0,4), 1.45, 10.77, 27.21 (-0,4), 4.60 (+1,6), 29.05, 2:37.53  
 4 16.57 (-0,4), 1.60, 9.15, 27.33 (-0,4), 4.88 (-0,5), 24.05, 2:35.50  
 5 17.45 (-0,4), 1.27, 12.13, 29.90 (-0,4), 4.39 (+1,5), 36.48, 2:53.86  
 6 20.44 (-0,4), 1.45, 9.90, 32.45 (-0,4), 3.98 (+0,8), 25.88, 3:24.81

**Kvinner 7-kamp UM J15**

**1 Marie Skjeggstad**                      **Tyrving**                      **4.216**  
**2 Åshild Opsal**                      **Ålesund**                      **4.160**  
**3 Alexandra Haver**                      **Sørild**                      **4.122**  
 4 Solveig Hernandez Vråle                      **Sturla**                      **4.099**  
 5 Elin Rekstad Lein                      **Namsen**                      **3.773**

**6 Helle Låhne Smedsrud**                      **Sem**                      **3.576**  
**7 Saga Glad Bratvold**                      **Sem**                      **3.350**  
**8 Camilla Lunde Colleuille**                      **BUL**                      **3.257**  
 9 Sile Marie Havik, Namsen 3.143, 10 Helene Eirin Stokke, Sem 2.813  
 Enkeltresultater: (80m hekk 76,2cm/8m, kule 3,0 kg, høyde, 200m/lengde, spyd 0,4kg 1000m)  
 1 12.20 (-0,9), 8.68, 1.54, 26.44 (-0,2), 4.27 (-0,9), 21.03, 2:16.99  
 2 12.49 (-0,9), 10.77, 1.45, 28.39 (-0,2), 5.07 (+1,3), 33.57, 2:43.74  
 3 13.32 (-0,9), 10.02, 1.51, 27.40 (+1,8), 4.98 (+1,0), 28.04, 2:34.07  
 4 13.01 (+0,3), 8.32, 1.51, 27.37 (+1,8), 4.83 (+0,8), 22.13, 2:19.04  
 5 13.01 (-0,9), 10.74, 1.36, 28.91 (-0,2), 4.74 (+1,8), 26.88, 2:46.42  
 6 13.86 (+0,3), 8.70, 1.42, 29.55 (-0,2), 4.55 (-0,9), 33.49, 2:44.07  
 7 14.44 (+0,3), 8.83, 1.36, 28.75 (-0,2), 4.46 (+1,0), 26.81, 2:44.63  
 8 14.74 (+0,3), 7.64, 1.33, 29.05 (+1,8), 4.66 (+0,7), 21.55, 2:34.18  
 9 14.56 (+0,3), 9.68, 1.51, 31.05 (-0,2), 4.18 (+1,3), 29.20, 3:07.97  
 10 15.28 (-0,9), 7.29, 1.39, 28.78 (+1,8), 3.81 (+1,3), 23.63, 3:00.29



**29. NM Halvmaraton**

Sted: Knarvik  
 Arrangør: FIL AKS-77  
 Start og mål: Knarvik Stadion  
 Dato: 6. september 2014

**Menn Senior**

**1 Ørjan Grønnevig**                      **Stavanger**                      **1:07:38**  
**2 Dadafo Dhaqabi**                      **Vidar**                      **1:07:41**  
**3 Frew Zenebe Brkineh**                      **Sandnes**                      **1:07:51**  
 4 Svein Roar Kvamme                      **Norna-Salhus**                      **1:12:50**  
 5 Ole Mikal Tørsdal                      **Haugesund**                      **1:13:20**  
 6 Finn Kollstad                      **Kristiansand Løpe**                      **1:14:56**  
 7 Alemayehu Sitotaw                      **Varegg**                      **1:16:24**  
 8 Svein Glomnes                      **AKS-77**                      **1:17:37**  
 9 Bjørn Tore Kronen Taranger, Gular 1:18:06, 10 Henrik Angermund, Varegg 1:18:58, 11 Stein Henrik Olaussen, Varegg 1:20:08, 12 Thomas Grønfor, Førde 1:21:07, 13 Nila Haktor Bua, Stavanger 1:21:16, 14 Matthew Lynas, Varegg 1:21:17, 15 Trygve Andersen, Varegg 1:21:38, 16 Jon-Geir Iversen, Tromsø Løpeklubb 1:21:50, 17 Erik Iden, Fri 1:23:14, 18 Hans Olav Nybø, Bergen Løpeklubb 1:23:19, 19 Helge Færø, AKS-77 1:25:42, 20 Ove Wolff, Hyllestad 1:25:49  
 21 Ove Arne Bernes, Mjøsdalen 1:27:25, 22 Gunnar Aarseth, Stavanger 1:28:56, 23 Aleksander Schumann-Olsen, Gular 1:29:10, 24 Christen Skjerven, Bergens Turn 1:29:32, 25 Ragnvald Kanebog, Bergen Løpeklubb 1:30:09, 26 Harald Nygård, AKS-77 1:30:15, 27 Tore Tvilde, Voss 1:31:57, 28 Børge Harestad, Skjalg 1:32:05, 29 Morten Vestvik, Stavanger 1:32:24, 30 Ole Gunnar Nordhus, Fana 1:33:01  
 31 Magne Skumsnes, Fitjar 1:33:27, 32 Roger Erstad, Varegg 1:33:34, 33 Per Gunnar Alfheim, BFG Bergen 1:34:23, 34 Per Audun Heskestad, AKS-77 1:36:10, 35 Frode Røslund, Lindås 1:36:21, 36 Herbjørn Brennhovd, Gol 1:37:27, 37 Bjørn Ulvang, Svalbard Turn 1:39:27, 38 Endre Dommersnes, Klypetussen 1:39:48, 39 Kristen Stæger-Breisnes, Eikefjord 1:40:57, 40 Alf Fjeldstad, AKS-77 1:42:31  
 41 Jürgen Steinhoff, AKS-77 1:44:35, 42 Arvid Bjørsvik, Viking 1:47:50, 43 Øyvind Rørvik, Sogndal 1:49:20, 44 Gunnar August Larssen, AKS-77 1:49:41, 45 Kjell Sigvart Heltorp, AKS-77 1:52:10, 46 Håkon Rongved, AKS-77 1:54:03, 47 Gunvald Gunderse, Klypetussen 1:54:05, 48 Gunnar Nordhus, AKS-77 1:55:26, 49 Torbjørn Helland, AKS-77 1:56:00, 50 Per Skaar, Viking 1:57:41  
 51 Einar Nielsen, AKS-77 2:00:17, 52 Henning Høgheim, Ull-Kisa 2:06:33, 53 Aksel Løvenholm, Hovding 2:14:38

**Kvinner Senior**

**1 Marthe Katrine Myhre**                      **Vidar**                      **1:19:10**  
**2 Rebecca Louise Hilland**                      **Bergen Løpe**                      **1:23:19**  
**3 Maryna Novik**                      **Klypetussen**                      **1:23:57**  
 4 Audhild Hestad                      **Gaular**                      **1:26:10**

5	Kia Gemechu Megersa	Sogndal	1:26:34
6	Ann Kristin Mosbron	Stavanger	1:27:04
7	Janne Elin Vatnaland	Stavanger	1:28:11
8	Kristin Husby	Laksevåg	1:28:52

9 Elise Orten, Fri 1:29:18, 10 Kari Langerud, Åskameratene 1:30:51, 11 Nancy Sommer, Varegg 1:34:31, 12 Randi Hernes Tvilde, Voss 1:23:46, 13 Nermina Kovac, Norna-Salhus 1:45:45, 14 Hilde Johansen, Romerike Ultra 1:52:48, 15 Marit Fosse Sæthre, AKS-77 2:10:09

**Menn Junior U23**

1	Simen Bergseth	Skjalg	1:12:06
2	Ole-Petter Fjeld	Tønsberg	1:14:41
3	Odin Tveiten	Sturla	1:18:03
4	Håvard Austevoll	Kalandseid	1:18:27
5	Marius Skeide Ruth	Stavanger	1:19:18
6	Sondre Øvre-Helland	Viking	1:24:44
7	Martin Erdal	Samnanger	1:29:05
8	Simen Gulbrandsen	Modum	1:30:52

**Kvinner Junior U23**

1	Elise Selvikvåg Molvik	Stavanger	1:20:05
2	Cecilie Landro	Norna-Salhus	1:43:04

**NM Kappgang langdistanse**



NM Kappgang langdistanse	
Sted:	Eskilstuna, SWE
Arrangør:	Eskilstuna Friidrott
Arena:	Djurgården
Dato:	4. oktober 2014

**Menn NM Senior**

	4 okt	50km
Håvard Haukenes	Viking	DNF

**Kvinner NM Senior**

	4 okt	20km
Ingen deltakere		

**NM terrengløp lang løype**



**NM terrengløp - 18.10**

68. NM terrengløp lang løype	
Sted:	Stend, Bergen
Arrangør:	BFG Bergen
Dato:	18. oktober 2014

**Menn 10km NM Senior**

1	Sondre Nordstad Moen	Vidar	30:27
2	Hans Kristian Fløystad	Tjalve	31:11
3	Marius Vedvik	Gular	31:15
4	Ørjan Grønnevig	Stavanger	31:22
5	Johan Bugge	Eidsvåg	31:35
6	Audun Nordtveit	Tjalve	31:52
7	Erik Udø Pedersen	Tjalve	31:59
8	Sindre Løchting	Tjalve	32:01

9 Alem Adhanom, Tjalve 32:11, 10 Magnus Sirnes Hjellum, Gular 32:17, 11 Eirik Gramstad, Vidar 32:18, 12 Dadafo Tesema Dhaqaibi, Vidar 32:37, 13 Jonas Lurås Hammer, Gular 32:43, 14 Tom Erik Lukkedal, Ringerike 32:58, 15 Eivind Øygard, Jølster 33:00, 16 Kristian Monsen, Ull/Kisa 33:12, 17 Terje Charles Aggvin, Gular 33:28, 18 Erlend Drivenes, Tørvikbygd 33:29, 19 Johan Asphjell Bjørnaas, Steinkjer 33:51, 20 Gunnar Osmundsen, Skjalg 34:07  
21 Martin Kjäll-Ohlsson, Vidar 34:16, 22 Svein Roar Kvamme, Norna-Salhus 34:18, 23 Per Sveta, Undheim 34:39, 24 Harald Solhaug Næss, Vidar 34:46, 25 Mads Bigum Johansen, Tjalve 34:48, 26 Ole Mikal Tørsdal, Haugesund 34:59, 27 Pål Asbjørn Kullerud, Varteig 35:07, 28 Erlend Moster Knudsen, Varegg 35:08, 29 Simen Bergseth, Skjalg 35:17, 30 Jon Are Sundland, Fri 35:25  
31 Trygve Andresen, Varegg 35:36, 32 Bjørn Rusten Lundberg, Norna-Salhus 35:45, 33 Erlend Gjerdevik Sørtveit, BFG Bergen 35:50, 34 Terje Simmenes, Osterøy 35:56, 35 Geir Storetvedt Skaten, Gular 36:04, 36 Dag Einar Bøtun, Stavanger 36:20, 37 Fredrik Vedvik, Tønsberg 36:35, 38 Snorre Holtan Løken, Herkules 36:45, 39 Bjørn Tore Kronen Taranger, Gular 36:56, 40 Lars Olaf Haatheim, Varegg 37:08  
41 Morten Seliussen, BFG Bergen 37:41, 42 Anders Dræge, Ask 37:55, 43 Håvard Ingvaldsen Lorange, Strindheim 38:02, 44 Bjørn Harald Bongom, Varegg 39:07, 45 Jan Kjærner Semb, Varegg 39:40, 46 Ørjan Nilsen, Varegg 40:11, 47 Rune Pedersen, Fri 41:43, 48 Tore Klanderud, Varegg 41:51  
Espen Roll Karlsen, BFG Bergen DNF, Robert Bergstå, Gular DNF, Bjørnar Sandnes Lillefosse, Gular DNF, Tore Stengrundet, Nordre Trysil DNF, Stian Helgesen, Fri DNF, Jan Henrik Olsnes, Fri DNF, Geir Dahlsveen, Strindheim DNF

**Kvinner 6km NM Senior**

1	Marthe Katrine Myhre	Vidar	21:49
2	Kirsten Marathon Melkevik	Gular	21:50
3	Eli Anne Dvergsdal	Gular	22:18
4	Runa Skrove Falch	Steinkjer	22:30
5	Maria Sagnes Wågan	Namdal Løpe	22:42
6	Anniken Amos Ruud	Strindheim	22:56
7	Marit Haslie	Tjalve	23:24
8	Kjersti Fresvik	Gular	23:52

9 Aud Skogen, Ask 27:12, 10 Hildegunn Enes, Ask 27:37, 11 Hanne Liland, Varegg 27:53, Rebecca Hilland, Bergen Løpeklubb DNF, Vilde Bergset, Gular DNF, Susanne Klungtveit, Gular DNF, Ingeborg Kristine Lind, Gular DNF, Guro Ekroll Nyland, Gular DNF

**Menn 6km NM Junior**

1	Kristian Tjørnholm	Kr.sand Løpe	18:33
2	Magnus Hannevig Pettersen	Sturla	19:00
3	Casper Stornes	Ask	19:00
4	Stian Mekdim Bekkevoll	Kr.sand Løpe	19:02
5	Thomas Jefferson Byrkjeland	Tjalve	19:08
6	Alexander Bratreit Kirkeberg	Malm	19:09
7	Sigurd Ruud Skjeseth	Orion	19:25
8	Edvard Kamperud Nygaard	Tjalve	19:33

9 Stian Øvergaard Aarvik, BFG Bergen 19:34, 10 Håvard Lalit Øglænd, Stavanger 19:34, 11 Lars Lunde, Stord 19:54, 12 Jørgen Tvedt, Norna-Salhus 20:12, 13 Daniel May Instanes, Varegg 20:13, 14 Endre Wigård, BUL 20:43, 15 Ole Martin Røssland, BFG Bergen 20:68, 16 Magnus-Johan Færø, Eikanger 21:30, 17 Odin Tveiten, Sturla 21:34, 18 Stian Norheim, BFG Bergen 21:52, 19 Steffen Algrøy Boga, Kalandseid 22:18, 20 Sigve Innselset, Ask 22:18, 21 Åsmund Aas Andersson, Norna-Salhus 25:13, 22 Are Flekke, Norna-Salhus 27:16, Gustav Iden, Norna-Salhus DNF, Aleksandr Kristiansen Meyer, Norna-Salhus DNF, Lars Jonassen Føyen, Stord DNF, Mathias Berntzen Engevik, Tjalve DNF, Albert Sperstad, Tyrving DNF

**Kvinner 4km NM Junior**

1	Elisabeth Angell Bergh	Haugesund	14:09
---	------------------------	-----------	-------

2	<b>Heidi Mårtensson</b>	<b>Modum</b>	<b>14:09</b>
3	<b>Live Solheimdal</b>	<b>Steinkjer</b>	<b>14:43</b>
4	Amalie Lekva	Norna-Salhus	15:17
5	Rebekka Sem	Gjerpen	15:28
6	Mari Aarskog Nesse	Stord	15:38
7	Hanne Mjøen Maridal	Vollan	15:45
8	Helene Melsom	Vidar	17:42

Caroline Ziesler, Sandnes DNF

#### Menn 4km UM G17

		18. okt	
1	<b>Vegard Austevoll</b>	<b>Bergen Løpe</b>	<b>12:29</b>
2	<b>Tore Dybdahl</b>	<b>Vidar</b>	<b>12:30</b>
3	<b>Jens Larsen Åstveit</b>	<b>Gneist</b>	<b>12:34</b>
4	Andreas Wathne	Skjalg	12:37
5	Alexander Tesfamariam	Gular	12:55
6	Sigurd Fredriksen Agnalt	Varteig	13:02
7	Ådne Karlsen Bekkestad	Sturla	13:16
8	Magnus Dybdahl	Vidar	13:28

9 John-Atle Rasmussen, Haugesund 13:41, 10 Sondre Herland, Norna-Salhus 14:06,  
11 Jørgen Madsø, Haugesund 14:59

#### Kvinner 4km UM J17

		18. okt	
1	<b>Christina Ellefsen Hopland</b>	<b>Varegg</b>	<b>13:38</b>
2	<b>Karoline Simpson-Larsen</b>	<b>Voss</b>	<b>13:59</b>
3	<b>Clara Sagnes Wågan</b>	<b>Namsen</b>	<b>14:17</b>
4	Ingrid Næss Johansen	Gneist	15:55
5	Silje Lindstad	Norna-Salhus	16:01

Anette Skar Binfield, Vidar DNF

#### Menn 4km UM G16

		18. okt	
1	<b>Oliver Andersen Vedvik</b>	<b>Tønsberg</b>	<b>12:21</b>
2	<b>Henrik Irgens Gravdal</b>	<b>Gneist</b>	<b>12:36</b>
3	<b>Kasper Rønning Komnæs</b>	<b>Varegg</b>	<b>13:03</b>
4	Sigve Kolderup	Moss	13:04
5	Andreas Jensen	Kalandseid	14:04

#### Kvinner 4km UM J16

		18. okt	
1	<b>Ingeborg Skarstad</b>	<b>Trones</b>	<b>18:53</b>

Renate Lie, Gneist DNF

#### Menn 4km UM G15

		18. okt	
1	<b>Simen Halle Haugen</b>	<b>Runar</b>	<b>12:38</b>
2	<b>Vetle Bergsvik Thorn</b>	<b>Norna-Salhus</b>	<b>13:24</b>
3	<b>Torbjørn Espeseth</b>	<b>Norna-Salhus</b>	<b>14:05</b>
4	August Sandnes	Fana	14:47
5	Henrik Snemyr Langsæter	Haugesund	15:29

Joachim Losnedal Tonning, Varegg DNF

#### Kvinner 4km UM J15

		18. okt	
1	<b>Ingvild Myking</b>	<b>Bjarg</b>	<b>14:10</b>
2	<b>Maria Wiig</b>	<b>Stavanger</b>	<b>15:06</b>
3	<b>Helene Vikingstad</b>	<b>Sola</b>	<b>15:28</b>
4	Esther Zijerveld	Laksevåg	15:31
5	Cornelia Rørvik	Sola	15:32
6	Ingrid Nordbotten	Sola	16:02
7	Frida Kullerud	Varteig	16:47

