

# ”Alle tiders” statistikk for Nord-Trøndelag FIK. Ved sesongslutt 2018.

## Kvinner

### 100 meter

Tara Marie Norum	Steinkjer	11,79	+1,4	-14
Nina Katrine Brandt	Steinkjer	12,10	+0,1	-10
Emily Rose Norum	Steinkjer	12,10	+1,0	-16
Alisa Phimpha Andersen	Steinkjer	12,28	-0,2	-08
Tonje Hjelseng	Stjørdal	12,35	+1,1	-04
Thale Leirfall Bremseth	Stjørdal	12,35	+1,2	-17
Kristin Setså	Steinkjer	12,37		-91
Solveig Moen	SI&FK	12,42	0,0	-81
Kaja Eidshaug Pedersen	Namsen	12,43	+1,5	-17
Ane Raaen Sandmæl	Stjørdal	12,44	+1,3	-04
Ellen Bergin	Steinkjer	12,45		-94
Inger Bækken Kulstad	SI&FK	12,49		-82
Merete Haagensen	Namsen	12,49	+1,0	-87
Toril Lauritsen	Steinkjer	12,50		-89
Kari Marte Brandt	Steinkjer	12,52	+1,3	-06
<b>(manuell tidtaking)</b>				
Solveig Moen	SI&FK	12,1		-79
Inger Bækken Kulstad	SI&FK	12,1		-79
<b>(ikke godkjent)</b>				
Tonje Hjelseng	Stjørdal	12,17	+2,5	-04
Kaja Eidshaug Pedersen	Namsen	12,42	+3,5	-17
Kari Marte Brandt	Steinkjer	12,48	+3,9	-06

### 200 meter

Tara Marie Norum	Steinkjer	23,97	+0,9	-15
Emily Rose Norum	Steinkjer	24,28	0,0	-15
Nina Katrine Brandt	Steinkjer	24,44	+0,5	-10
Alisa Phimpha Andersen	Steinkjer	24,74	+2,0	-08
Thale Leirfall Bremset	Stjørdal	24,85	+1,5	-17
Ellen Bergin	Steinkjer	24,94		-93
Kristin Setså	Steinkjer	25,04		-92
Toril Lauritsen	Røra	25,17	+1,5	-84
Kari Marte Brandt	Steinkjer	25,17	+0,1	-06
Solveig Moen	SI&FK	25,23	+1,6	-81
Tonje Hjelseng	Stjørdal	25,29	+0,6	-04
Marthe Halsan Liff	Steinkjer	25,30	+0,5	-93
Sissel Norum	Steinkjer	25,33	+0,4	-88
Merete Haagensen	Namsen	25,53	+0,4	-87
Inger Bækken Kulstad	SI&FK	25,67		-81
<b>(manuell tidtaking)</b>				
Inger Bækken Kulstad	SI&FK	25,1	+1,7	-82
<b>(ikke godkjent)</b>				
Emily Rose Norum	Steinkjer	23,97	+2,8	-15

Nina Katrine Brandt	Steinkjer	24,36	+3,0	-12
Thale Leirfall Bremset	Stjørdal	24,53	+3,1	-17
<b>(innendørs)</b>				
<b>Kaja Eidshaug Pedersen</b>	<b>Namsen</b>	<b>25,42</b>		<b>-18</b>
<b>Erle Musum Lyng</b>	<b>Verdal</b>	<b>25,64</b>		<b>-18</b>

#### 400 meter

Tara Marie Norum	Steinkjer	53,38		-15
Emily Rose Norum	Steinkjer	53,76		-15
Nina Katrine Brandt	Steinkjer	54,14		-10
Toril Lauritsen	Røra	54,61		-88
Sissel Norum	Ogndal	55,83		-89
Kristin Setså	Steinkjer	55,94		-93
Kari Marte Brandt	Steinkjer	56,24		-06
Liv-Miriam Nordtømme	Steinkjer	56,26		-06
Marte Elden	Namdalseid	56,56		-03
Rachel Nordtømme	Steinkjer	56,73		-07
Ellen Bergin	Steinkjer	56,93		-93
Solveig Moen	SI&FK	57,0		-79
<b>Erle Musum Lyng</b>	<b>Verdal</b>	<b>57,15</b>		<b>-18</b>
Torill Finnestrand	SI&FK	57,4		-77
Inger Bækken Kulstad	SI&FK	57,4		-79

#### 800 meter

Toril Lauritsen	Steinkjer	2.04,33		-90
Liv-Miriam Nordtømme	Steinkjer	2.06,34		-03
Oddrun Mosling	Frosta	2.06,5		-78
Marte Elden	Namdalseid	2.06,77		-03
Emily Rose Norum	Steinkjer	2.07,05		-16
Sigrud Belbo	Snåsa	2.08,23		-90
Tanja Ødegård	Steinkjer	2.09,17		-96
Sissel Norum	Steinkjer	2.09,40		-91
Lilly Gundersen	SI&FK	2.10,1		-78
Toril Smestad	Ogndal	2.10,68		-83
Hilde Stavik	SI&FK	2.11,37		-81
<b>Erle Musum Lyng</b>	<b>Verdal</b>	<b>2.11,37</b>		<b>-18</b>
Ann Kristin Tverås	Beitstad	2.11,87		-86
Elin Eldnes	Frol	2.11,99		-79
Ingvild Lein	Frosta	2.11,9		-79

#### 1000 meter

Toril Lauritsen	Steinkjer	2.47,05		-93
Oddrun Mosling	Frosta	2.47,3		-78
Toril Smestad	Ogndal	2.56,1		-82

#### 1500 meter

Oddrun Mosling	Frosta	4.16,4		-78
Sigrud Belbo	Snåsa	4.22,55		-90
<b>Maria Sagnes Wågan</b>	<b>Namdal</b>	<b>4.25,03</b>		<b>-18</b>
Marte Elden	Namdalseid	4.25,06		-02

Liv-Miriam Nordtømme	Steinkjer	4.25,97	-02
Kristin Brøndbo	Steinkjer	4.26,44	-12
Ingvild Lein	Frosta	4.26,4	-79
Runa Skrove Falch	Steinkjer	4.26,73	-12
Torhild Dybwad	Nybrott	4.31,05	-88
Elin Eldnes	Frol	4.32,9	-79
Lise Johansen	Namsen	4.33,1	-81
Lilly Gundersen	SI&FK	4.33,3	-77
Ida Østerås	Verdal	4.34,19	-10
Live Solheimdal	Steinkjer	4.34,27	-14
<b>Grethe Tyldum</b>	<b>Steinkjer</b>	<b>4.34,65</b>	<b>-18</b>
<b>Innendørs</b>			
Ida Østerås	Verdal	4.31,94	-12

### 3000 meter

Oddrun Mosling	Frosta	9.23,9	-77
<b>Maria Sagnes Wågan</b>	<b>Namdal</b>	<b>9.25,56</b>	<b>-18</b>
Ingvild Lein	Frosta	9.32,4	-86
Marte Elden	Namdalseid	9.35,71	-02
Runa Skrove Falch	Steinkjer	9.37,84	-11
Lilly Gundersen	SI&FK	9.39,4	-78
Live Solheimdal	Steinkjer	9.41,54	-15
Torhild Dybwad	Nybrott	9.43,03	-90
Sigrid Belbo	Snåsa	9.47,0	-90
Ida Østerås	Verdal	9.47,5	-11
Gunn Sissel Finne	Kolvereid	9.49,54	-85
<b>Grethe Tyldum</b>	<b>Steinkjer</b>	<b>9.53,62</b>	<b>-18</b>
Irene Skei	Steinkjer	9.53,96	-91
Marit Sund	Grong	9.54,4	-84
Heidi Hestmark	Namdal	9.54,76	-15
<b>Innendørs</b>			
Kristin Brøndbo	Steinkjer	9.42,90	-13
<b>Samløp med menn</b>			
<b>Maria Sagnes Wågan</b>	<b>Namdal</b>	<b>9.19,76</b>	<b>-18</b>

### 5000 meter

Runa Skrove Falch	Steinkjer	16.11,49	-14
Maria Sagnes Wågan	Namdal	16.21,99	-17
Ingvild Lein	Frosta	16.28,45	-85
Live Solheimdal	Steinkjer	16.45,21	-15
Kristin Brøndbo	Steinkjer	16.47,99	-11
Sigrid Belbo	Snåsa	16.52,5	-88
Mari Ann Landsem	Steinkjer	16.57,9	-88
Oddrun Moe	Steinkjer	17.01,18	-90
Torhild Dybwad	Nybrott	17.04,44	-90
Heidi Hestmark	Namdal	17.14,88	-15
Liv-Miriam Nordtømme	Steinkjer	17.38,0	-02
Astri Waldal	Nybrott	17.44,1	-95
Liv Paulsen	Nybrott	17.59,30	-92
Sissel Norum	Steinkjer	18.06,1	-91
Kari-Anne Myhre	Verdal	18.08,91	-04

## 10000 meter

Runa Skrove Falch	Steinkjer	33.44,50	-14
<b>Maria Sagnes Wågan</b>	<b>Namdal</b>	<b>34.10,11</b>	<b>-18</b>
Live Solheimdal	Steinkjer	34.49,88	-15
Ingvild Lein	Frosta	35.08,94	-83
Kristin Brøndbo	Steinkjer	35.39,22	-13
Heidi Hestmark	Namdal	36.24,06	-15
<b>Laila Kveli</b>	<b>Namdal</b>	<b>37.42,5</b>	<b>-18</b>
Rut Åshild U. Sandstad	Steinkjer	39.10,28	-07
<b>(utenlandsk statsborger)</b>			
Sofie Johansson	Namdal	39.07,37	-13

## 100 meter hekk

Marthe Halsan Liff	Steinkjer	14,49	+1,7	-95
Ellen Bergin	Steinkjer	14,64	+1,6	-94
Synne Husby Rostad	Steinkjer	14,71	+1,0	-02
Anne Engen Andersen	Frol	14,74	+1,4	-15
Hege Dahl	Overhalla	15,04	+1,4	-92
Martine Bye	Ogndal	15,14	+1,6	-15
Heidi Totsås	Namsen	15,17	+1,7	-92
Karin Sandsund	SI&FK	15,19	-1,0	-83
<b>Elise Grong Ruud</b>	<b>Stjørdal</b>	<b>15,31</b>	<b>+0,3</b>	<b>-18</b>
Mariann Sandsund	SI&FK	15,44	-0,7	-83
Marie Louise Mørkved	Skogn	15,64		-88
Bente Kjønstad	Steinkjer	15,80	+0,3	-90
Bergit Andersson	Snåsa	15,88	-1,9	-88
Stine Grong Ruud	Stjørdal	15,90	+0,3	-15
Ann Kristin Skrove	Verdal	16,55	+0,2	-08
<b>(manuell tidtaking)</b>				
Karin Sandsund	SI&FK	14,9	+0,8	-85
Vigdis Olden	Frol	15,0		-78
Elise Berre	Skogn	15,4		-76
Trude Holm	Sparbu	15,8		-70
Ingebjørg Berre	Skogn	15,8		-74
Ingeborg Østerås	Frol	16,0		-80
Toril Lauritsen	Røra	16,0		-84
Siri Rye	Steinkjer	16,0	+2,0	-93
Mette Kristin Alstad	Fram	16,2	+1,8	-81
Randi Sandsund	SI&FK	16,2		-88
Siri Alette Aurstad	Steinkjer	16,2		-90
<b>(ikke godkjent)</b>				
Marthe Halsan Liff	Steinkjer	14,43	+2,4	-93
Synne Husby Rostad	Steinkjer	14,50	+2,3	-02
Anne Engen Andersen	Frol	14,54	+2,5	-15
Hege Dahl	Overhalla	14,99	+2,8	-93
Stine Grong Ruud	Stjørdal	15,73	+2,1	-12
<b>200 meter hekk</b>				
Karin Sandsund	SI&FK	29,3		-85

Ellen Bergin	Steinkjer	29,5		-92
Solveig Moen	SI&FK	29,6		-80
<b>Elise Grong Ruud</b>	<b>Stjørdal</b>	<b>30,15</b>	<b>-1,1</b>	<b>-18</b>
Erle Musum Lyng	Verdal fik	30,37	+0,3	-17
Andrea Pettersen Slørdahl	Verdal	30,74	+0,2	-12
Thea Leirfall Bremset	Stjørdal	32,72	0,0	-17

### 400 meter hekk

Emily Rose Norum	Steinkjer	58,70		-16
Rachel Nordtømme	Steinkjer	60,02		-07
Ellen Bergin	Steinkjer	60,07		-94
Toril Lauritsen	Steinkjer	60,15		-88
Sissel Norum	Steinkjer	60,31		-89
Toril Smestad	Ogndal	62,68		-83
Karin Sandsund	SI&FK	62,7		-85
Arnhild Vikan	Ogndal	63,7		-79
Solveig Moen	SI&FK	63,7		-80
<b>Erle Musum Lyng</b>	<b>Verdal</b>	<b>64,12</b>		<b>-18</b>
Kirsti Vikan	Ogndal	64,1		-82
Mariann Sandsund	SI&FK	64,45		-83
Siri Rye	Steinkjer	64,49		-93
Vigdis Olden	Frol	64,5		-78
Tonje Bergin	Steinkjer	65,08		-92

### 3000 meter hinder

Maria Sagnes Wågan	Namdal	10.37,20		-17
Live Solheimdal	Steinkjer	10.49,12		-15
Kristin Brøndbo	Steinkjer	10.52,29		-07
Clara Sagnes Wågan	Namdal	11.04,97		-16
Laila Kveli	Steinkjer	11.33,85		-06
Rut Åshild U. Sandstad	Steinkjer	11.42,89		-06
<b>Kine Myhre</b>	<b>Frol</b>	<b>12.54,02</b>		<b>-18</b>

### Høyde

Karin Sandsund	SI&FK	1,82		-82
Anne Engen Andersen	Frol	1,80		-12
Marie Louise Mørkved	Skogn	1,79		-83
Synne Husby Rostad	Steinkjer	1,78		-02
Martine Bye	Ogndal	1,76		-14
<b>Thea Leirfall Bremset</b>	<b>Stjørdal</b>	<b>1,75</b>		<b>-18</b>
Mariann Sandsund	SI&FK	1,74		-81
Tove Elisabeth Hunt	Namsen	1,71		-91
Trine Stamnes	Namsen	1,70		-92
Audrun Utskarpen	Steinkjer	1,70		-96
Ina Cathrin Kartum	Stjørdal	1,70		-05
Linn Vikan	Stjørdal	1,70		-10
Randi Sandsund	SI&FK	1,66		-90
Gerd Trine Fonn	Stjørdal	1,65		-97
Vigdis Olden	Frol	1,64		-79
Ellen Bergin	Steinkjer	1,64		-95

**Innendørs**

Ina Cathrin Kartum	Stjørdal	1,71	-07
--------------------	----------	------	-----

**Høyde uten tilløp**

Synne Husby Rostad	Inderøy	1,45	-99
Marie Louise Mørkved	Skogn	1,44	-81
Mariann Sandsund	SI&FK	1,41	-81
Solbjørg Hoseth	Nybrott	1,39	-84
Karin Sandsund	SI&FK	1,38	-81
Ragnhild Kroglund	Grong	1,34	-82
Randi Sandsund	SI&FK	1,34	-86
Marianne Sæter	Namdalseid	1,33	-83
Eva Romstad Landsem	Namsen	1,33	-98
Hilde Aarnseth	Aasguten	1,32	-79
Inger Ramberg	Sparbu	1,31	-74
Mona Østvik	Sør-Flatanger	1,31	-80
Grete Amdal	Overhalla	1,30	-78
Heidi Rostad	Grong	1,30	-82
Janne Buan	Hegra	1,30	-82
Toril Smestad	Ogndal	1,30	-82
Katrine Buan	Hegra	1,30	-82
Toril Lauritsen	Røra	1,30	-83
Bente Kjønstad	Verdal	1,30	-86
Bergit Andersson	Snåsa	1,30	-87
Marianne Aadal	Nybrott	1,30	-93
Nelly Anita Sundfær	Inderøy	1,30	-94
Hilde Bremseth	Nybrott	1,30	-95
Thea Leirfall Bremset	Stjørdal	1,30	-17

**Stav**

Stine Grong Ruud	Stjørdal	3,80	-17
<b>Ramya Nadesapuran</b>	<b>Stjørdal</b>	<b>3,30</b>	<b>-18</b>
Martine Bye	Ogndal	3,11	-11
Eva Romstad Landsem	Namsen	2,90	-01
Ane Raaen Sandmæl	Stjørdal	2,90	-07
Rebekka Kvalsund Laanke	Stjørdal	2,85	-04
Audrun Utskarpen	Steinkjer	2,80	-99
Synne Husby Rostad	Steinkjer	2,70	-01
Birgitte Kvaal	Stjørdal	2,67	-99
Maud Dybvad Evjemo	Stjørdal	2,61	-16
Lise Marie Selven	Lånke	2,51	-07
Elise Grong Ruud	Stjørdal	2,50	-10
Trine Kvande Johansen	Lånke	2,46	-98
Silje Marie Gulaker	Lånke	2,45	-02
Jannicke Fridrikson	Lånke	2,30	-98
Maren Haugan Aasheim	Steinkjer	2,30	-06
Linn Guri Haarberg	Stjørdal	2,30	-15
<b>Innendørs</b>			
Rebekka Kvalsund Laanke	Stjørdal	2,90	-07
<b>Maud Dybvad Evjemo</b>	<b>Stjørdal</b>	<b>2,75</b>	<b>-18</b>

## Lengde

Solveig Moen	SI&FK	6,21	+1,8	-81
Thale Leirfall Bremset	Stjørdal	6,15	+1,7	-17
Ellen Bergin	Steinkjer	5,98	+2,0	-94
Janne Buan	Hegra	5,93	+1,7	-80
Marthe Halsan Liff	Steinkjer	5,77	+1,9	-93
Synne Husby Rostad	Steinkjer	5,77	+1,5	-02
Karin Sandsund	SI&FK	5,70	+1,0	-83
Emily Nyborg	Steinkjer	5,64	+1,5	-17
Elin Myrvik	Stjørdals-Blink	5,62		-95
Anne Engen Andersen	Frol	5,62	+1,6	-12
<b>Thea Leirfall Bremset</b>	<b>Stjørdal</b>	<b>5,62</b>	<b>-1,1</b>	<b>-18</b>
Kaja Skarland	Overhalla	5,61	0,0	-16
Sonja Saugen	Overhalla	5,55		-72
Vigdis Olden	Frol	5,54	+0,7	-81
Martine Bye	Ogndal	5,49	-0,1	-16
<b>(ikke godkjent)</b>				
Martine Bye	Ogndal	5,56	+2,6	-14

## Lengde uten tilløp

Sonja Saugen	Overhalla	2,74		-74
Synne Husby Rostad	Inderøy	2,69		-99
Ellen Schjei	Verdal	2,65		-84
Malin Andersson	Tunnsjø	2,64		-04
Alisa Phimpha Andersen	Steinkjer	2,64		-15
Katharina Sederholm	Stjørdal	2,63		-96
Beate Bremseth	Stjørdals-Blink	2,61		-91
Trude Holm	Sparbu	2,60		-70
Marie Louise Mørkved	Skogn	2,60		-82
Astrid Skei	Ronglan	2,59		-61
Janne Buan	Hegra	2,59		-79
Karin Sandsund	SI&FK	2,59		-82
Anne Engen Andersen	Frol	2,59		-15
Tonje Bergin	Steinkjer	2,58		-90
Solveig Moen	SI&FK	2,57		-68
Tordis Rasmussen	Namsen	2,57		-77
Toril Lauritsen	Røra	2,57		-85
Hanne L. Heia	Grong	2,57		-88
Bergit Andersson	Snåsa	2,57		-89

## Tresteg

Elin Myrvik	Stjørdals-Blink	12,32		-93
Emily Nyborg	Steinkjer	12,28	0,0	-17
Katarina Sederholm	Stjørdal	11,47		-97
Marianne Aadal	Stjørdal	11,44	+1,2	-98
Ellen Bergin	Steinkjer	11,37		-93
Tina Kolstad	Steinkjer	11,32	+1,0	-99
Eva Romstad Landsem	Namsen	11,27	+0,3	-00
Ann Kristin Skrove	Verdal	11,27	+0,4	-08

Synne Husby Rostad	Inderøy	11,18	-1,1	-02
Audrun Utskarpen	Steinkjer	11,16		-95
Silje Katrine Waade	Stjørdal	10,87	+1,2	-10
Kaja B. Skarland	Overhalla	10,85	+1,3	-16
Ann-Irene Lerfald	Hegra	10,83		-92
Jorid Landsem	Namsen	10,83		-94
Anniken Hastadklev	Hegra	10,80		-92

### **Innendørs**

Kaja B. Skarland	Overhalla	10,87		-16
------------------	-----------	-------	--	-----

### **Kule**

Katarina Sederholm	Stjørdal	17,49		-96
Edel Leverås	Frol	13,24		-61
Martine Bye	Ogndal	13,04		-16
Janne Buan	Hegra	12,41		-80
Mona Chr. Holm	Kolvereid	12,14		-01
Karin Sofie Holm	Stjørdal	12,07		-97
Eline Bye	Ogndal	11,95		-13
Karin Sandsund	SI&FK	11,64		-84

**Mali Ingeb.Vollan Marstad Stjørdal 11,59 -18**

Greta Rossing	Frosta	11,51		-68
Inger Lise Røthe	Beitstad	11,40		-71
Kuur Kairi	Frol	11,39		-02
Marie Louise Mørkved	Skogn	11,38		-89
Siri Langseth	Frol	11,33		-03
Marthe Halsan Liff	Steinkjer	11,31		-94

**(innendørs)**

**Anette Sagmo Overhalla 12,31 -18**

### **Diskos**

Marit Rinnan	Namdalseid	47,86		-88
Mona Chr. Holm	Kolvereid	47,85		-01
Edel Leverås	Frol	42,29		-61
Bente Haugen	Spillum	41,00		-87
Katarina Sederholm	Stjørdal	40,33		-98
Valborg Tømmerås	Overhalla	40,12		-70
Karin Sofie Holm	Stjørdal	38,68		-97
Hege Fjær	Nærøy	37,60		-88
Margrete Heir	Namsen	37,30		-87
Gunhild Rinnan	Namdalseid	36,96		-87
Emma Stuberg	Varden	36,88	-61	
Anette Sagmo	Overhalla	36,28		-16
Else-Marie Laknes	Namsen	36,26		-75
Inger Ramberg	Sparbu	36,18	-74	
<b>Emma Galguften</b>	<b>Overhalla</b>	<b>36,02</b>		<b>-18</b>

### **Slegge**

Mona Holm	Kolvereid	53,82		-01
Eva Romstad Landsem	Namsen	41,87		-04
Gunnbjørg Foosnæs	Steinkjer	38,05		-10



Katarina Sederholm	Stjørdal	33,70	-98
Siv Marie Stornes	Inderøy	28,53	-98
Maria R. Storstadmo	Steinkjer	28,34	-16
<b>Julie Heiervang Johnsen</b>	<b>Stjørdal</b>	<b>28,15</b>	<b>-18</b>
Mali Ingeb. Vollan Marstad	Stjørdal	27,77	-17
Ragna Torås Halseth	Ogndal	27,18	-09
Anne Sofie Kvål	Lånke	26,66	-98
Karen M. Lindseth	Overhalla	26,35	-06
Synne Husby Rostad	Steinkjer	26,10	-03
Solveig Avelsgaard Lien	Stjørdal	26,03	-03
Anette Sagmo	Overhalla	26,01	-15
Silje Margrethe Sagvik	Overhalla	24,84	-09

## Spyd

Maria Børstad Jensen	Stjørdal	54,08	-13
<b>Mali Ingeb. Vollan Marstad</b>	<b>Stjørdal</b>	<b>52,84</b>	<b>-18</b>
Ina Catrin Kartum	Stjørdal	51,38	-08
Martine Bye	Ogndal	47,94	-15
<b>Julie Heiervang Johnsen</b>	<b>Stjørdal</b>	<b>44,26</b>	<b>-18</b>
Ida Johannesen Flakk	Namsen	42,85	-08
Ida Tangen	Frol	42,78	-00
Linda Ukkelberg	Steinkjer	42,41	-05
Katharina Sederholm	Stjørdal	42,23	-99
Anne Engen Andersen	Frol	42,13	-15
Eline Bye	Ogndal il	41,74	-09
Synne Husby Rostad	Steinkjer	41,13	-02
Silje Margrthe Sagvik	Overhalla	41,11	-11
Mona Chr. Holm	Kolvareid	39,59	-01
Marthe Bøe Øvregård	Steinkjer	38,49	-17
<b>(gammel type)</b>			
Hege Fjær	Nærøy	52,10	-90
Sissel Bucholdt	Nybrott	46,84	-74
Katarina Sederholm	Stjørdal	46,62	-97
Bjørnhild Grevskott	Frol	45,72	-70
Else-Marie Laksnes	Namsen	45,58	-82
Sylvi Leirbekk	Namsen	43,90	-82
Siv Haugen	Spillum	42,74	-87
Randi Glørstad	Nybrott	41,42	-93
Marthe Halsan Liff	Steinkjer	41,34	-95
Astrid Skei	Ronglan	40,94	-68
Ida Tangen	Frol	39,86	-98
Ellen Bergin	Steinkjer	39,82	-94
Karin Sandsund	SI&FK	39,28	-85

## 7-kamp

Martine Bye	Ogndal	5254	-16
(15,81 – 1,75 – 13,04 – 27,23 – 5,29 – 46,90 – 2.26,51)			
Synne Husby Rostad	Steinkjer	5228	-02
(14,80 - 1,78 - 9,24 - 26,00 - 5,55 - 41,13 - 2.27,38)			

Karin Sandsund	SI&FK	5145	-83
(15,19 - 1,75 - 11,10 - 26,39 - 5,51 - 34,02 - 2.22,43)			
Anne Engen Andersen	Frol il	5132	-15
(14,78 - 1,76 - 10,32 - 25,95 - 5,57 - 36,90 - 2.33,22)			
Ellen Bergin	Steinkjer	5116	-94
(14,64 - 1,48 - 9,92 - 25,18 - 5,72 - 39,82 - 2.21,43)			

## **Stafetter :**

### **4 x 100 meter**

Steinkjer I&FK		48,11	-79
Gunn Haugan, Solveig Moen, Inger Bækken Kulstad, Gunn Eggen			
Steinkjer FIK		48,45	-09
Tara Marie Norum, Marit Bruvoll, Rachel Nordtømme, Nina Katrine Brandt			
Steinkjer FIK		49,16	-05
Maren Haugan Aasheim, Kari Marte Brandt, Linda Røstad, Nina Katrine Brandt			

### **4 x 200 meter**

Steinkjer I&FK		1.42,5	-79
Gunn Eggen, Solveig Moen, Inger Bækken Kulstad, Gunn Haugan			
Steinkjer FIK		1.46,48	-05
Linda Røstad, Nina Katrine Brandt, Katrine Bratberg, Helene Hvidsten			
Steinkjer FIK		1.46,93	-03
Katrine Bratberg, Linda Ukkelberg, Kari Marte Brandt, Nina Katrine Brandt			

### **Innendørs**

Steinkjer FIK		1.46,07	-09
Silje Marie Sporildnes, Ann Kristin Skrove, Alisa Pimpha Andersen, Nina Katrine Brandt			

### **4 x 400 meter**

Steinkjer FIK		3.43,69	-94
Kristin Setså, Ellen Bergin, Sissel Norum, Toril Lauritsen			
Steinkjer FIK		3.50,49	-09
Tara Marie Norum, Marit Bruvoll, Rachel Nordtømme, Nina Katrine Brandt			
Steinkjer FIK		3.51,43	-12
Tara Marie Norum, Kari Marte Brandt, Rachel Nordtømme, Nina Katrine Brandt			
Steinkjer I&FK		3.52,6	-77
Gunn Haugan, Kirsten Frengen, Lilly Gundersen, Torill Finnestrand			

### **4 x 800 meter**

Steinkjer FIK	8.50,24	-90
Ellen Bergin, Oddrun Moe, Sissel Norum, Toril Lauritsen		
Ogndal IL	9.19,43	-85
Nelly Langfjord, Toril Smestad, Sissel Norum. Åse Mære		
Steinkjer FIK	9.26,29	-07
Kristin Brøndbo, Rut Appelkvist, Runa Skrove Falch, Maren Vang Aalberg		

### **1000 meter**

Steinkjer FIK	2.10,14	-93
Marthe Halsan Liff, Ellen Bergin, Kristin Setså, Toril Lauritsen		
Steinkjer FIK	2.11,51	-15
Emily Nyborg, Jenny Nyborg, Emily Rose Norum, Tara Marie Norum		
Steinkjer FIK	2.12,57	-08
Silje Marie Sporildnes, Alisa Andersen, Rachel Nordtømme, Nina Katrine Brandt		
Steinkjer FIK	2.12,80	-06
Nina Katrine Brandt, Kari Marte Brandt, Rachel Nordtømme, Liv Miriam Nordtømme		

## **Menn**

### **100 meter**

Arve Stokke	Stjørdals-Blink	10,62	+1,9	-92
Vegar Hollås	Steinkjer	10,68	+0,7	-97
Rune Augdal	Steinkjer	10,95	+1,1	-09
Ståle Endre Berg	Stjørdals-Blink	10,98	+1,8	-90
Jan Kåre Skarland	Overhalla	11,02	+0,2	-91
Amund Rolseth	Stjørdal	11,03	+1,8	-04
Egil Steinar Slind	Steinkjer	11,04	+1,0	-88
Frank Fiske	Frol	11,04	+0,7	-99
Sigve Haugdahl	Steinkjer	11,07	+1,2	-90
Fredrik Øvereng	Overhalla	11,07	+1,6	-16
Steinar Lundemo	Stjørdal	11,08	+0,1	-02
Lars Eirik Ulseth	Frol	11,10	+1,1	-00
Lars Eric Sæther	Steinkjer	11,10	+1,7	-06
Per Martin Bjartan	SI&FK	11,11	+1,8	-87
Eskil Skarland	Overhalla	11,12	+1,7	-92
Vegar Sellæg	Namsen	11,12	+1,1	-00
<b>(manuell tidtaking)</b>				
Ole Egil Reitan	Frosta	10,4		-71
Jonny Haugen	Namsen	10,8		-71
Sigve Haugdahl	SI&FK	10,8		-83
<b>(ikke godkjent)</b>				
Vegar Hollås	Steinkjer	10,63	+3,8	-96
Amund Rolseth	Stjørdal	10,80	+4,5	-03

Steinar Lundemo	Stjørdal	10,96	+3,4	-06
Fredrik Øvereng	Overhalla	10,97	+2,6	-16
Lars Eric Sæther	Steinkjer	11,06	+4,2	-01
Magnus Husby Rostad	Steinkjer	11,10	+3,3	-06

## 200 meter

Vegar Hollås	Steinkjer	21,42	+0,8	-97
Sigve Haugdahl	Steinkjer	21,66	+0,6	-86
Arve Stokke	Stjørdals-Blink	21,70	-1,1	-92
Frank Fiske	Frol	21,70	+0,9	-99
Amund Rolseth	Stjørdal	22,03	+1,6	-04
Fredrik Øvereng	Overhalla	22,06	+1,3	-17
Rune Augdal	Steinkjer	22,07	+1,5	-09
Lars Eric Sæther	Steinkjer	22,19	+1,0	-03
Andreas Totsås	Namsen	22,21	0,0	-05
Lars Eirik Ulseth	Frol	22,22	-1,0	-00
Jan Kåre Skarland	Overhalla	22,27	+1,7	-91
Sindre Ryan	Namsen	22,28	+1,7	-81
Vegar Sellæg	Namsen	22,36	+0,5	-97
Magnus Husby Rostad	Steinkjer	22,38	0,0	-04
Eskil Skarland	Overhalla	22,39	+1,5	-93

### (manuell tidtaking)

Bjørn Berg	Stjørdals-Blink	21,8		-67
Jan Kåre Skarland	Overhalla	21,9	+0,6	-91

### (ikke godkjent)

Lars Eirik Ulseth	Frol	22,09	+2,2	-00
Jan Kåre Skarland	Overhalla	22,21	+2,3	-91

### (innendørs)

<b>Fredrik Øvereng</b>	<b>Overhalla</b>	<b>22,02</b>		<b>-18</b>
------------------------	------------------	--------------	--	------------

## 400 meter

Frank Fiske	Frol	46,99		-99
<b>Fredrik Øvereng</b>	<b>Overhalla</b>	<b>47,53</b>		<b>-18</b>
Lars Eric Sæther	Steinkjer	47,58		-06
Sindre Ryan	Namsen	47,59		-81
Sigve Haugdahl	SI&FK	47,83		-86
Lars Eirik Ulseth	Frol	47,99		-00
Jan Petter Bjørnevik	Stjørdal	48,16		-97
Magnus Husby Rostad	Steinkjer	48,23		-03
Roald Hagbart Frøskeland	Steinkjer	48,69		-13
Arne Svare	Stjørdals-Blink	48,6		-67
Bjørn Berg	Stjørdals-Blink	48,6		-67
Andreas Totsås	Namsen	48,76		-05
Eivind Jenssen	Steinkjer	48,9	-09	
Johan Lein	Frosta	49,0		-71
Roger Olsen	Ogndal	49,14		-93

## 800 meter

Roald Hagbart Frøskeland	Steinkjer	1.47,17		-14
Eivind Jenssen	Steinkjer	1.49,06	-09	

Odd Bratland	Namsen	1.49,0	-71
Rune Johansen	Steinkjer	1.49,70	-89
Roger Olsen	Ogndal	1.49,74	-93
Torje Klevmo	Steinkjer	1.50,70	-09
Knut Brustad	Frosta	1.50,6	-64
Arne Svare	Stjørdals-Blink	1.50,6	-67
Oddgeir Saursaunet	SI&FK	1.50,7	-80
Kyrre Kvelstad	Ogndal	1.50,88	-90
Bjørn Ravlo	Stjørdals-Blink	1.51,9	-63
Joachim Brøndbo	Mosvik	1.52,42	-07
Tommy Alstad	Frosta	1.52,87	-97
Viggo Skundberg	Stjørdals-Blink	1.52,8	-69
Bjørn Kilskar	Beitstad	1.52,8	-85
<b>(utenlandsk statsborger)</b>			
Bienmet Kiefe	Steinkjer	1.52,75	-14

### 1000 meter

Rune Johansen	Steinkjer	2.25,42	-91
Jon Grydeland	Overhalla	2.26,0	-71
Odd Bratland	Namsen	2.26,1	-70

### 1500 meter

Odd Bratland	Namsen	3.42,6	-72
Jon Grydeland	Overhalla	3.44,3	-71
Kyrre Kvelstad	Ogndal	3.44,65	-90
Eivind Jenssen	Steinkjer	3.45,32	-09
Rune Johansen	Steinkjer	3.46,12	-93
Joachim Brøndbo	Steinkjer	3.46,23	-08
Svein Berg	SI&FK	3.47,2	-75
Bjørn Ravlo	Stjørdals-Blink	3.49,2	-63
Tore Jakobsen	Steinkjer	3.49,5	-91
Per Ove Wengstad	Namdalseid	3.50,0	-84
Rune Opem	Stjørdal	3.50,05	-00
Roald Hagbart Frøskeland	Steinkjer	3.50,76	-15
Knut Brustad	Frosta	3.50,6	-64
Oddgeir Saursaunet	SI&FK	3.51,25	-80
Roger Olsen	Ogndal	3.51,31	-91

### Innendørs

Joachim Brøndbo	Steinkjer	3.45,43	-07
-----------------	-----------	---------	-----

### 1 engelsk mil

Odd Bratland	Namsen	4.08,0	-69
Rune Opem	Stjørdal	4.12,77	-00

### 3000 meter

Joachim Brøndbo	Steinkjer	8.05,95	-08
Rune Opem	Stjørdal	8.08,78	-00
Henrik Sandstad	Steinkjer	8.09,21	-99
Kyrre Kvelstad	Ogndal	8.10,99	-90
Jon Grydeland	Overhalla	8.16,2	-71

Alf Einar Fornes	Namsen	8.17,2	-74
Magnar Lundemo	Varden	8.19,0	-61
Svein Berg	SI&FK	8.19,4	-83
Modulf Viken	Overhalla	8.22,2	-68
Willy Myhre	Stjørdals-Blink	8.22,8	-62
Odd Bratland	Namsen	8.23,6	-70
Frode Lillefjell	Ogndal	8.24,28	-93
<b>Eirik Mysen</b>	<b>Mosvik</b>	<b>8.25,10</b>	<b>-18</b>
Vegard Iversen	Ogndal	8.28,95	-90
<b>Mathias Flak</b>	<b>Steinkjer</b>	<b>8.29,33</b>	<b>-18</b>
<b>(utenlandske statsborgere)</b>			
Hillary Kipchumba	Steinkjer	8.12,32	-11
Ezekiel Kibet	Steinkjer	8.26,57	-13
Robert Kipkogei Tirop	Steinkjer	8.26,91	-11

### 5000 meter

Alf Einar Fornes	Namsen	14.06,2	-77
Henrik Sandstad	Steinkjer	14.09,56	-00
Magnar Lundemo	Varden	14.19,0	-62
Svein Berg	SI&FK	14.20,2	-76
Joachim Brøndbo	Mosvik	14.28,13	-06
Anders Eide	Snåsa	14.32,26	-97
Kyrre Kvelstad	Ogndal	14.32,50	-90
Jon Grydeland	Overhalla	14.32,6	-73
Willy Myhre	Stjørdals-Blink	14.36,4	-62
John Skjelvåg	Ogndal	14.40,8	-85
Jan Olav Finstad	Ogndal	14.43,0	-75
Kjell Stokkan	Nybrott	14.43,32	-89
John Aalberg	Stjørdals-Blink	14.44,25	-88
Olav Aatlo	Frosta	14.45,4	-75
Modulf Viken	Overhalla	14.46,6	-68
<b>(utenlandske statsborgere)</b>			
Ezekiel Kibet	Steinkjer	14.22,37	-13
Robert Kipkogei Tirop	Steinkjer	14.25,49	-13

### 10000 meter

Alf Einar Fornes	Namsen	29.03,8	-74
Magnar Lundemo	Varden	29.30,4	-66
John Aalberg	Stjørdals-Blink	30.03,9	-87
Henrik Sandstad	Steinkjer	30.05,62	-07
Kjell Åge Gotvassli	Malm	30.13,1	-78
Jan Olav Finstad	Ogndal	30.25,8	-76
Morten Stokkan	Ogndal	30.28,11	-86
Anders Eide	Snåsa	30.30,5	-94
Mikael Olsen	Namdal	30.36,94	-07
Kyrre Kvelstad	Ogndal	30.41,7	-88
Ola Berg Fines	Mosvik	30.43,85	-17
Terje Langli	Henning	30.44,7	-88
Modulf Viken	Overhalla	30.45,6	-68
Svein Berg	SI&FK	30.56,4	-75
Frode Lillefjell	Ogndal	30.59,06	-95

**(utenlandske statsborgere)**

Hillary Kipchumba	Steinkjer	30.06,40	-10
Tumsa Robele Oda	Namdal	30.57,50	-09

**110 meter hekk**

Robert Ekpete	Frol	13,99	+1,6	-84
Magnus Husby Rostad	Inderøy	14,18	+1,1	-04
Håkon Ergon Moen	Nybrott	14,54	+1,5	-90
Terje Jørstad	Stjørdals-Blink	14,61	+0,7	-92
Vegar Sellæg	Namsen	14,65	+1,3	-01
Olav Røe	Steinkjer	14,91	+2,0	-05
Eirik Ruud	Namsen	15,38	+1,7	-02
Ole Eilif Jensen	Nybrott	15,51	-2,2	-85
Thomas Ruud Sollien	Steinkjer	15,69	-1,5	-90
Anders G. Lerberg	Stjørdal	15,72	+0,7	-08
Trond Olav Skevik	Steinkjer	16,04	-1,2	-87
Einar Johan Svendgård	Skogn	16,07	-0,6	-77
Pål Magne Solbakk	Overhalla	16,23	+0,5	-92
Tarjei Øktedalen	Stjørdal	16,32		-97
Bjørn Strandholmen	Frol	16,34	+0,3	-85

**(manuell tidtaking)**

Hermann Vikan	Stjørdals-Blink	15,2		-51
Arne Dahl	Varden	15,2		-55
Ole Hammer	Hållingen	15,2		-63
Ole Røthe	Namsen	15,3		-65
Per Aunet	Stjørdals-Blink	15,3		-63
Thomas Ruud Sollien	Steinkjer	15,3		-90
Einar Johan Svendgård	Skogn	15,4		-76
Rolf J. Eriksson	SI&FK	15,6		-75
Asbjørn Moen	Stjørdals-Blink	15,7		-65
Harald Bjerve	Blink	15,7		-37
Trond Olav Skevik	Steinkjer	15,7		-88
Jon Breistrand	Namsen	15,8		-83
Jan Mørkedal	Stjørdals-Blink	15,9		-66
Robert Kristensen	Grong	15,9		-83
Gunnar Haugberg	Fram	16,0		-77

**(ikke godkjent)**

Robert Ekpete	Frol	13,93	+2,9	-84
Vegar Sellæg	Namsen	14,45	+2,3	-01

**200 meter hekk**

Andreas Totsås	Namsen	24,85	+0,9	-01
Robert Ekpete	Frol	25,24	+1,8	-81

**(manuell tidtaking)**

Robert Ekpete	Frol	24,2		-84
---------------	------	------	--	-----

**400 meter hekk**

Magnus Husby Rostad	Steinkjer	51,65		-06
Håvard Moen	Ogndal	53,35		-90
Per Aunet	Stjørdals-Blink	53,5		-63

Hans Foosnæs	Beitstad	53,6	-76
Andreas Totsås	Namsen	53,67	-00
Robert Ekpete	Frol	53,74	-85
Frank Fiske	Frol	53,86	-97
Hans Erik Bragstad Vist	Frol	53,99	-07
Jon Martin Denstadli	Frol	54,03	-98
Rolf J. Eriksson	SI&FK	54,9	-78
Jon Breistrand	Namsen	54,97	-83
Trond Olav Skevik	Steinkjer	55,5	-88
Espen Susegg	Steinkjer	55,53	-92
Håkon Ergon Moen	Nybrott	55,59	-84
Terje Jørstad	Stjørdals-Blink	55,63	-91

### 3000 meter hinder

Anders Eide	Snåsa	9.01,43	-97
John Aalberg	Stjørdals-Blink	9.05,54	-88
Jan Olav Finstad	Ogndal	9.07,2	-78
Bjørn Bakkhaug	Mosvik	9.10,3	-79
Magnar Lundemo	Varden	9.12,2	-60
John Skjelvåg	Ogndal	9.15,6	-84
Nils Undersåker	Inderøy	9.16,1	-84
Olav Aatlo	Frosta	9.17,6	-74
Terje Langli	Ogndal	9.17,9	-90
Bård Jørgen Elden	Namdalseid	9.18,11	-89
Svein Ivar Norum	Inderøy	9.20,7	-80
Rolf Waade	Ytterøy	9.21,0	-58
Oddbjørn Horten	Stjørdals-Blink	9.22,6	-69
Thorleif Holthe	SI&FK	9.24,3	-80
Odd Bratland	Namsen	9.25,3	-79

### Høyde

Jan Olav Husbyn	Stjørdal	2,21	-97
Stein Landsem	Malm	2,15	-75
Terje Jørstad	Stjørdals-Blink	2,14	-87
Lasse Gimnes	Nybrott	2,10	-87
Robert Kristensen	Grong	2,09	-83
Tarjei Øktedalen	Stjørdal	2,05	-97
Mathias Furre Grøtan	Steinkjer	2,05	-06
Robert Ekpete	Frol	2,04	-84
Eirik Røe	Steinkjer	2,04	-06
Ole Eilif Jensen	Nybrott	2,03	-83
Nils Baar	Fram	2,01	-91
Håvard Landsem	Namsen	2,01	-92
Erlend J. Rønningen	Skogn	2,01	-08
Jørgen Landsem	Namsen	2,01	-12
Arve Vang	Inderøy	2,00	-61
<b>(utenlandsk statsborger)</b>			
Ibrahima Sillah	Nybrott	2,00	-88
<b>Innendørs</b>			
Lasse Gimnes	Nybrott	2,11	-87



Jørgen Landsem	Namsen	2,08		-11
Ole Eilif Jensen	Nybrott	2,06		-84
Olav Røe	Steinkjer	2,00		-06

### Høyde uten tilløp

Magnus Husby Rostad	Steinkjer	1,72		-06
Nils Baar	Fram	1,70		-90
Ole Eilif Jensen	Nybrott	1,67		-82
Eirik Røe	Steinkjer	1,66		-06
Kjell Bergesen	Nybrott	1,63		-85
Jan Olav Husbyn	Stjørdal	1,63		-98
Robert Kristensen	Grong	1,62		-84
Lars Eric Sæther	Steinkjer	1,62		-02
Kjell Brøndbo	Hållingen	1,61		-67
Lasse Gimnes	Nybrott	1,61		-88
Jørgen Landsem	Namsen	1,61		-13
Knut Rønningen	Skogn	1,60		-73
Inge Olav Rosendal	Overhalla	1,60		-82
Anders Johansen	SI&FK	1,60		-86
Erik Finborud	Frol	1,60		-98

### Stav

Eirik Ruud	Namsen	4,81		-05
Øystein Kamperud	Namsen	4,73		-01
Jo Eidsvik	Stjørdals-Blink	4,70		-93
Einar Johan Svendgård	Skogn	4,62		-72
Robert Ekpete	Frol	4,60		-85
Vegar Sellæg	Namsen	4,50		-99
Jon Eidsvik	Fram	4,45		-70
Inge Vennatrø	Nybrott	4,45		-78
Robert Kristensen	Grong	4,42		-85
Svein Ruud	Namsen	4,40		-82
Torgeir Strøm	Namsen	4,15		-70
Olav Røe	Steinkjer	4,10		-03
Anders G. Lerberg	Stjørdal	4,05		-06
Ivar Svendgård	Skogn	4,00		-70
Andor Haug	Frosta	3,90		-73

### Innendørs

Vegar Sellæg	Namsen	4,52		-98
--------------	--------	------	--	-----

### Lengde

Lars Eric Sæther	Steinkjer	7,25	+1,4	-04
Johnny Haugen	Namsen	7,23		-72
Rune Augdal	Steinkjer	7,23	+1,2	-09
Oddvar Kufaa	SI&FK	7,22		-81
Robert Ekpete	Frol	7,14		-85
Hermann Vikan	Blink	7,12		-51
Hans Bremseth	Stjørdals-Blink	7,11	+1,2	-90
Ola M. Lerfald	Dalebrand	7,08		-58
Odd Jarle Bue	Namsen	7,06		-64

Frank Brissach	Nybrott	7,06		-90
Vegar Sellæg	Namsen	7,05	+1,3	-97
Thomas Strand Waage	Steinkjer	7,05	+1,1	-02
Ole Hammer	Hållingen	7,04		-61
Olav Røe	Steinkjer	7,01	+1,7	-05
Harald Bjerve	Stjørdals-Blink	6,99		-31
<b>(ikke godkjent)</b>				
Lars Eric Sæther	Steinkjer	7,32	+2,8	-03
Thomas Strand Waage	Steinkjer	7,07	+2,7	-00
Olav Røe	Steinkjer	7,04	+2,7	-05

### Lengde uten tilløp

Åge Sagmo	Namsen	3,35		-60
Håvard Landsem	Namsen	3,35		-04
Oddbjørn Suul	Verdal	3,33		-80
Viktor Furunes	Stjørdals-Blink	3,30		-65
Leif Lund	Fram	3,29		-63
Magnus Husby Rostad	Steinkjer	3,27		-05
Jan Kåre Skarland	Overhalla	3,26		-91
Jon Martin Denstadli	Frol	3,23		-98
Jan Petter Bjørnevik	Hegra	3,23		-03
Ingolf Johnsen	Inndal	3,22		-67
Per Sæther	IØ 3	3,21		-55
Rolf A. Olsen	Aasguten	3,20		-73
Anders M. Romstad	Hållingen	3,19		-63
Frank Brissach	Nybrott	3,19		-89
Trond Olav Skevik	Steinkjer	3,19		-91
Erik Finborud	Frol	3,19		-98

### Tresteg

Lars Eric Sæther	Steinkjer	15,71	+1,2	-07
Trond Olav Skevik	Steinkjer	15,08	+1,4	-92
Ole Hammer	Stjørdals-Blink	14,84		-60
Asbjørn Moen	Stjørdals-Blink	14,80		-65
Frank Brissach	Nybrott	14,70		-89
Jan Olav Horten	Stjørdal	14,58	0,0	-08
Eskil Skarland	Overhalla	14,57	+1,8	-87
Eirik Røe	Steinkjer	14,37	+0,6	-03
Oscar Midtlyng	Fram	14,35		-28
Jonny Haugen	Namsen	14,31		
Robert Ekpete	Frol	14,25		-85
Peder Gartland	Snåsa	14,25	-1,0	-06
Hans Foosnæs	Beitstad	14,12		-80
Per Magnar Arnstad	Fram	14,08		-60
Harald Bjerve	Stjørdals-Blink	14,05		
<b>(ikke godkjent)</b>				
Eskil Skarland	Overhalla	14,81	+2,9	-89
Jan Olav Horten	Stjørdal	14,64	+2,7	-11
Per Magnar Arnstad	Fram	14,43		-57
Harald Bjerve	Stjørdals-Blink	14,09		??

**Innendørs**

Eskil Skarland	Overhalla	14,65	-90
----------------	-----------	-------	-----

**Kule**

Roar Hoff	Nybrott	19,52	-94
Magne Myrseth	SI&FK	15,55	-65
Torolv Røthe	Beitstad	15,38	-74
Vegar Sellæg	Namsen	15,11	-05
Nils Olav Børstad	Namsos	14,96	-67
Olav Røe	Steinkjer	14,93	-05
Ivar Ramstad	Røra	14,73	-45
Ståle Opdal	Nybrott	14,68	-87
Robert Ekpete	Frol	14,66	-85
Roar Pedersen	SI&FK	14,56	-85
Helge Sivertsen	Inderøy	14,42	-31
Bjørn Skei	Overhalla	14,30	-57
Andor Haug	Frosta	14,20	-76
Johan Skjelstad	Nybrott	14,05	-83
Øyvind Hegge	SI&FK	13,99	-60

**Diskos**

Ivar Ramstad	Røra	52,32	-48
Ståle Opdal	Nybrott	51,26	-87
Vegar Sellæg	Namsen	47,80	-01
Helge Sivertsen	Inderøy	47,72	-36
Olav Røe	Steinkjer	47,24	-11
Roar Hoff	Stjørdal	46,64	-96
Robert Ekpete	Frol	46,32	-85
Magne Myrseth	SI&FK	44,72	-64
Martinus Bjartnes	Stiklestad	44,64	-49
Torolv Røthe	Beitstad	44,48	-74
Per Olav Meosli	Namsen	44,00	-98
Thomas Moe	Stjørdals-Blink	43,92	-76
Kåre Kvål	Nybrott	43,90	-35
Arne Haug	Frosta	42,74	-76
Harald Loktu	Frol	42,24	-81

**Slegge**

Stig Lien	Nybrott	56,24	-83
Erik Sandnes	Snåsa	51,74	-70
Aage Hagerup	Frosta	51,16	-76
Ole Johan Heir	Namsen	50,86	-87
Odd Meldal	Inderøy	49,38	-74
Per Olav Meosli	Namsen	46,50	-98
Odd Arne Saur	Namsen	45,62	-89
Ove Haugskott	Frol	45,10	-72
Sigurd O. Steinvik	Fram	45,08	-90
Ole Fladvad	Overhalla	44,53	-62
Arne Hegre	Hegra	43,48	
Arnt Tore Andersen	Skogn	42,67	-69

Kåre Johnny Friheim	Hegra	42,16	-81
Arne Haug	Frosta	41,54	-76
Helge Gran	Inderøy	40,79	-58

## Spyd

Størk Avelsgaard Lien	Stjørdal	72,67	-12
John Solem	Hegra	69,00	-90
Roar Hoff	Jøa	66,38	-87
Olav Røe	Steinkjer	66,05	-05
Tore Solem	Hegra	63,50	-88
Ole Kristian Heimstad	Nybrott	62,26	-89
Pål Georg Karlsen	Nybrott	59,08	-90
Geir Bones	Nybrott	58,78	-86
Torkild Bjørlykke	Namsen	57,78	-89
Ludvig Anders Johansen	Namsen	57,62	-04
Jo Inge Gåsvær	Namsen	56,78	-92
Frode Ramstad	Namsen	56,62	-91
Vegar Sellæg	Namsen	55,04	-97
Anders G. Lerberg	Stjørdal	54,77	-06
Johnny Johansen	Steinkjer	54,66	-91

## (gammel type)

John Solem	Hegra	71,08	-85
Stein Gaarde	Overhalla	67,60	-82
Tore Solem	Hegra	67,56	-79
Jon Holien	Namdalseid	63,46	-69
Olav Ulvin	Inderøy	63,22	-73
Arne Haug	Frosta	62,92	-76
Eldar Strøm	Jøa	62,70	-80
Alf Svartås	Varden	62,14	-36
Gunnar Strøm	Jøa	61,85	-50
Geir Bones	Nybrott	61,64	-84
Torgeir Strøm	Jøa	60,52	-75
Roar Hoff	Jøa	60,16	-85
Einar Johan Svendgård	Skogn	59,52	-77
Knut Lænn	Sparbu	58,85	-57
Andor Haug	Frosta	58,72	-70

## 5-kamp

Olav Røe	Steinkjer	3807	-05
7,04 (+2,7) – 62,58 – 22,97 (+2,8) – 43,89 – 4.40,83			

Ola M. Lerfald	Dalebrand	3646	-65
6,96 - 53,62 - 23,7 - 40,48 - 4.17,6			

Asbjørn Okstad	Overhalla	3341	-69
6,44 - 44,60 - 23,5 - 37,24 - 4.18,5			

## 10-kamp

Robert Ekpete	Frol	7709	-85
11,47 - 6,96 - 14,66 - 2,03 - 50,83 - 14,27 - 46,32 - 4,50 - 47,74 - 4.33,76			



Per Erik Vullum, Torje Klevmo, Joachim Brøndbo, Eivind Jensen

Steinkjer FIK 15.58,48 -08  
Lars Eric Sæther, Torje Klevmo, Eivind Jensen, Joachim Brøndbo

Steinkjer FIK 15.58,65 -07  
Henrik Sandstad, Torje Klevmo, Eivind Jensen, Joachim Brøndbo

### **1000 meter**

Frol IL 1.53,27 -00  
Hallvard Rise, Anders Gjeldnes, Lars Eirik Ulseth, Frank Fiske

Steinkjer FIK 1.54,71 -89  
Terje Tangen, Egil Steinar Slind, Sigve Haugdahl, Rune Johansen

Steinkjer FIK 1.55,30 -09  
Anders Skarland, Torje Klevmo, Eivind Jensen, Lars Eric Sæther