

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

### G-11

#### 5-kamp kast

Tyrving

1	5	Sondre Jahren (04)			Asker Sk. Friidrett	4677	
		Slegge	Kule	Diskos	Slengball	Spyd	
		25,16	11,34	27,30	25,58	24,67	

### G-11

#### Diskos

0,6kg

Tyrving

1	5	Sondre Jahren (04)			Asker Sk. Friidrett	27,30	982
		27,30	x	x			

### G-11

#### Kule

2,0kg

Tyrving

1	5	Sondre Jahren (04)			Asker Sk. Friidrett	11,34	1025
		10,83	10,99	11,34			

### G-11

#### Slegge

2,0kg/100cm

Tyrving

1	5	Sondre Jahren (04)			Asker Sk. Friidrett	25,16	903
		x	x	25,16			

### G-11

#### Slengball

1,0kg

Tyrving

1	5	Sondre Jahren (04)			Asker Sk. Friidrett	25,58	933
		25,58	23,28	x			

### G-11

#### Spyd

400gr

Tyrving

1	5	Sondre Jahren (04)			Asker Sk. Friidrett	24,67	834
		x	17,66	24,67			

### G-14

#### 5-kamp kast

Tyrving

1	14	Oliver Engen (01)			Krødsherad IL	4620	
		Slegge	Kule	Diskos	Slengball	Spyd	
		46,01	13,50	42,64	37,73	39,64	



# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

<b>G-15</b>		<b>Diskos</b>		<b>1,0kg</b>		
						Tyrving
1	26	Ragnar Carlsson (00)	Falu IK - Friidrott	54,62		967
	x	x	54,62			
2	10	Sander Mikkelsen (00)	Eidanger Idrettslag	43,73		741
	x	43,73	x			
3	24	Simen Sebastian Hansen (00)	Ås IL	39,02		645
	33,52	39,02	x			

<b>G-15</b>		<b>Kule</b>		<b>4,0kg</b>		
						Tyrving
1	26	Ragnar Carlsson (00)	Falu IK - Friidrott	15,77		837
	15,67	15,77	x			
2	24	Simen Sebastian Hansen (00)	Ås IL	12,79		654
	12,79	12,47	12,68			
3	10	Sander Mikkelsen (00)	Eidanger Idrettslag	10,45		513
	10,25	10,45	10,17			

<b>G-15</b>		<b>Slegge</b>		<b>4,0kg/119,5cm</b>		
						Tyrving
1	26	Ragnar Carlsson (00)	Falu IK - Friidrott	69,49		1002
	69,49	x	x			
2	10	Sander Mikkelsen (00)	Eidanger Idrettslag	29,70		346
	26,57	29,70	x			
	24	Simen Sebastian Hansen (00)	Ås IL	nm		
	x	x	x			

<b>G-15</b>		<b>Spyd</b>		<b>600gr</b>		
						Tyrving
1	26	Ragnar Carlsson (00)	Falu IK - Friidrott	47,60		553
	47,60	-	-			
1	10	Sander Mikkelsen (00)	Eidanger Idrettslag	38,73		424
	36,27	38,73	36,61			
	24	Simen Sebastian Hansen (00)	Ås IL	dns		

<b>G-15</b>		<b>Vektkast</b>		<b>9,08 kg</b>		
						Tyrving
1	26	Ragnar Carlsson (00)	Falu IK - Friidrott	20,34		1043
	19,92	x	20,34			
2	10	Sander Mikkelsen (00)	Eidanger Idrettslag	9,43		420
	x	6,71	9,43			

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

### G-15

#### Vektkast

9,08 kg

24 Simen Sebastian Hansen (00) Ås IL dns

### G-17

#### 5-kamp kast

Tyrving

1	19	Martin Kornerud (98)	Sturla IF	3455
		slegge kule diskos spyd vektkast		
		60,43 14,59 26,66 48,90 17,33		
2	3	Erik Johannes Rosvold (98)	Asker Sk. Friidrett	1574
		slegge spyd vektkast		
		42,43 x x 26,75 15,58		

### G-17

#### Diskos

1,5kg

Tyrving

1	19	Martin Kornerud (98)	Sturla IF	26,66	399
		x x 26,66			
	3	Erik Johannes Rosvold (98)	Asker Sk. Friidrett	nm	
		x x x			

### G-17

#### Kule

5,0kg

Tyrving

1	19	Martin Kornerud (98)	Sturla IF	14,59	765
		x 13,35 14,59			
	3	Erik Johannes Rosvold (98)	Asker Sk. Friidrett	nm	
		x x x			

### G-17

#### Slegge

5,0kg/120,0cm

Tyrving

1	19	Martin Kornerud (98)	Sturla IF	60,43	850
		53,29 60,43 x			
2	3	Erik Johannes Rosvold (98)	Asker Sk. Friidrett	42,43	552
		42,43 x x			

### G-17

#### Spyd

700gr

Tyrving

1	19	Martin Kornerud (98)	Sturla IF	48,90	572
		48,90 - -			
2	3	Erik Johannes Rosvold (98)	Asker Sk. Friidrett	26,75	254
		x 26,75 x			

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

### G-17

#### Spyd

700gr

### G-17

#### Vektkast

11,34 kg

						Tyrving
1	19	Martin Kornerud (98)		Sturla IF	17,33	869
		16,91	17,33	x		
2	3	Erik Johannes Rosvold (98)		Asker Sk. Friidrett	15,58	768
		x	15,58	x		

### J-10

#### 5-kamp kast

						Tyrving
7	Vanessa Sagen (05)			Asker Sk. Friidrett	3844	
	slegge	kule	diskos	slengball spyd		
	14,55	5,06	11,64	15,55 8,84		

### J-10

#### Diskos

0,6kg

						Tyrving
7	Vanessa Sagen (05)			Asker Sk. Friidrett	11,64	726
	11,50	11,57	11,64			

### J-10

#### Kule

2,0kg

						Tyrving
7	Vanessa Sagen (05)			Asker Sk. Friidrett	5,06	872
	5,06	4,41	4,40			

### J-10

#### Slegge

2,0kg/100cm

						Tyrving
7	Vanessa Sagen (05)			Asker Sk. Friidrett	14,55	827
	14,55	x	x			

### J-10

#### Slengball

1,0kg

						Tyrving
7	Vanessa Sagen (05)			Asker Sk. Friidrett	15,55	877
	x	15,55	12,06			

### J-10

#### Spyd

400gr

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

<b>J-10</b>		<b>Spyd</b>			<b>400gr</b>		
							Tyrving
7	Vanessa Sagen (05)			Asker Sk. Friidrett	8,84	542	
8,84	8,21	7,31					

<b>J-12</b>		<b>5-kamp kast</b>						
							Tyrving	
1	16	Ingrid Marie Løiten Dalhus (03)			Nittedal IL	3094		
		slegge	kule	diskos	slengball	spyd		
		21,35	9,67	23,06	17,46	17,02		

<b>J-12</b>		<b>Diskos</b>			<b>0,6kg</b>		
							Tyrving
1	16	Ingrid Marie Løiten Dalhus (03)			Nittedal IL	23,06	655
		x	17,53	23,06			

<b>J-12</b>		<b>Kule</b>			<b>2,0kg</b>		
							Tyrving
1	16	Ingrid Marie Løiten Dalhus (03)			Nittedal IL	9,67	968
		x	8,80	9,67			

<b>J-12</b>		<b>Slegge</b>			<b>2,0kg/100cm</b>		
							Tyrving
1	16	Ingrid Marie Løiten Dalhus (03)			Nittedal IL	21,35	582
		x	x	21,35			

<b>J-12</b>		<b>Slengball</b>			<b>1,0kg</b>		
							Tyrving
1	16	Ingrid Marie Løiten Dalhus (03)			Nittedal IL	17,46	478
		17,46	x	x			

<b>J-12</b>		<b>Spyd</b>			<b>400gr</b>		
							Tyrving
1	16	Ingrid Marie Løiten Dalhus (03)			Nittedal IL	17,02	411
		17,02	17,02	16,49			

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

### J-13

#### 5-kamp kast

Tyrving

1	25	Hillevi Carlsson (02)		Falu IK - Friidrott	3929	
		slegge	kule	diskos	slengball	spyd
	x	12,86	37,22	38,18	31,07	
2	11	Sarah Mikkelsen (02)		Eidanger Idrettslag	3896	
		slegge	kule	diskos	slengball	spyd
	42,67	10,18	29,91	24,21	23,80	
3	2	Elisabeth Thon Rosvold (02)		Asker Sk. Friidrett	3419	
		slegge	kule	diskos	slengball	spyd
	42,90	12,92	37,00	x	19,20	

### J-13

#### Diskos

0,6kg

Tyrving

1	25	Hillevi Carlsson (02)		Falu IK - Friidrott	37,22	976
		37,22	36,98	x		
2	2	Elisabeth Thon Rosvold (02)		Asker Sk. Friidrett	37,00	970
		37,00	36,76	x		
3	11	Sarah Mikkelsen (02)		Eidanger Idrettslag	29,91	742
		29,47	29,91	x		

### J-13

#### Kule

2,0kg

Tyrving

1	2	Elisabeth Thon Rosvold (02)		Asker Sk. Friidrett	12,92	1051
		12,92	x	x		
2	25	Hillevi Carlsson (02)		Falu IK - Friidrott	12,86	1049
		x	12,86	12,43		
3	11	Sarah Mikkelsen (02)		Eidanger Idrettslag	10,18	938
		10,02	10,18	9,74		

### J-13

#### Slegge

2,0kg/100cm

Tyrving

1	2	Elisabeth Thon Rosvold (02)		Asker Sk. Friidrett	42,90	1058
		41,47	42,90	x		
2	11	Sarah Mikkelsen (02)		Eidanger Idrettslag	42,67	1056
		x	42,67	41,93		
	25	Hillevi Carlsson (02)		Falu IK - Friidrott	nm	
		x	x	x		

### J-13

#### Slengball

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

### J-13

#### Slengball

						Tyrving
1	25	Hillevi Carlsson (02)	Falu IK - Friidrott	38,08		1028
		36,01 38,18 37,04				
2	11	Sarah Mikkelsen (02)	Eidanger Idrettslag	24,21		590
		x 24,21 x				
	2	Elisabeth Thon Rosvold (02)	Asker Sk. Friidrett	nm		
		x x x				

### J-13

#### Spyd

400gr

						Tyrving
1	25	Hillevi Carlsson (02)	Falu IK - Friidrott	31,07		876
		30,91 31,07 30,75				
2	11	Sarah Mikkelsen (02)	Eidanger Idrettslag	23,80		570
		23,80 18,32 23,22				
3	2	Elisabeth Thon Rosvold (02)	Asker Sk. Friidrett	19,20		340
		19,20 x 17,58				

### J-14

#### 5-kamp kast

						Tyrving
1	15	Helle Henriksen Hvidsten (01)	Modum Friidrettsklubb	4750		
		slegge kule diskos slengball spyd				
		48,38 11,92 34,79 31,65 36,66				
2	17	Hilde Hagajordet (01)	Sigdal Friidrettsklubb	2931		
		slegge kule diskos slengball spyd				
		32,35 8,57 22,68 23,78 25,80				
3	12	Hera Ørlygsdottir (01)	Herkules Friidrett	2420		
		slegge kule diskos slengball spyd				
		34,46 8,98 23,35 18,56 18,34				
4	23	Hanna Hegstad (01)	Ås IL	1471		
		slegge kule diskos slengball spyd				
		19,91 6,51 20,04 18,81 20,74				

### J-14

#### Diskos

0,75kg

						Tyrving
1	15	Helle Henriksen Hvidsten (01)	Modum Friidrettsklubb	34,79		903
		32,58 34,79 x				
2	12	Hera Ørlygsdottir (01)	Herkules Friidrett	23,35		349
		x 17,47 23,35				
3	17	Hilde Hagajordet (01)	Sigdal Friidrettsklubb	22,68		308
		22,68 x x				
4	23	Hanna Hegstad (01)	Ås IL	20,04		150
		x 20,04 18,53				



# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

### J-14

#### Diskos

0,75kg

### J-14

#### Kule

3,0kg

					Tyrving	
1	15	Helle Henriksen Hvidsten (01)	Modum Friidrettsklubb	11,92	1033	
		11,14 11,92 11,23				
2	12	Hera Ørlygsdottir (01)	Herkules Friidrett	8,98	890	
		8,98 8,55 8,97				
3	17	Hilde Hagajordet (01)	Sigdal Friidrettsklubb	8,57	861	
		x 8,57 x				
4	23	Hanna Hegstad (01)	Ås IL	6,51	614	
		6,30 6,51 6,38				

### J-14

#### Slegge

3,0kg/110cm

					Tyrving	
1	15	Helle Henriksen Hvidsten (01)	Modum Friidrettsklubb	48,38	1136	
		46,15 48,38 47,90				
2	12	Hera Ørlygsdottir (01)	Herkules Friidrett	34,46	936	
		x 34,46 x				
3	17	Hilde Hagajordet (01)	Sigdal Friidrettsklubb	32,35	883	
		32,35 x x				
4	23	Hanna Hegstad (01)	Ås IL	19,91	330	
		19,52 18,77 19,91				

### J-14

#### Slengball

					Tyrving	
1	15	Helle Henriksen Hvidsten (01)	Modum Friidrettsklubb	31,65	737	
		30,01 31,65 x				
2	17	Hilde Hagajordet (01)	Sigdal Friidrettsklubb	23,78	344	
		23,78 x x				
3	23	Hanna Hegstad (01)	Ås IL	18,81	95	
		18,81 16,95 18,68				
4	12	Hera Ørlygsdottir (01)	Herkules Friidrett	18,56	83	
		18,56 x 18,12				

### J-14

#### Spyd

400gr

					Tyrving	
1	15	Helle Henriksen Hvidsten (01)	Modum Friidrettsklubb	36,66	941	
		34,55 35,92 36,66				
2	17	Hilde Hagajordet (01)	Sigdal Friidrettsklubb	25,80	535	
		x 25,80 24,74				

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

### J-14

#### Spyd

400gr

3	23	Hanna Hegstad (01)	Ås IL	20,74	282
		19,22 20,74 18,69			
4	12	Hera Ørlygsdottir (01)	Herkules Friidrett	18,34	162
		18,34 x x			

### J-15

#### 5-kamp kast

Tyrving

1	9	Oda Marie Myklebust (01)	Bergens TF	3314
		slegge kule diskos spyd vektkast		
		51,23 9,77 37,23 24,29 16,12		

### J-15

#### Diskos

0,75kg

Tyrving

1	9	Oda Marie Myklebust (01)	Bergens TF	37,23	600
		37,23 36,61 32,95			
2	21	Agnes Rogstad Sørheim (00)	Ås IL	14,78	193
		14,47 14,78 13,98			

### J-15

#### Kule

3,0kg

Tyrving

1	9	Oda Marie Myklebust (01)	Bergens TF	9,77	514
		9,77 9,77 9,72			
2	21	Agnes Rogstad Sørheim (00)	Ås IL	17,05	225
		x 15,51 17,05			

### J-15

#### Slegge

3,0kg/110cm

Tyrving

1	9	Oda Marie Myklebust (01)	Bergens TF	51,23	960
		45,33 45,91 51,23			
2	21	Agnes Rogstad Sørheim (00)	Ås IL	8,01	400
		x 8,01 6,93			

### J-15

#### Spyd

400gr

Tyrving

1	9	Oda Marie Myklebust (01)	Bergens TF	24,29	369
		22,37 21,78 24,29			
2	21	Agnes Rogstad Sørheim (00)	Ås IL	8,81	421
		x 8,81			

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

### J-15

#### Spyd

400gr

### J-15

#### Vektkast

7,26 kg

						Tyrving	
1	9	Oda Marie Myklebust (01)	Bergens TF	16,12		871	
		x	x				
2	21	Agnes Rogstad Sørheim (00)	Ås IL	1763			
		slegge	kule	diskos	spyd	vekkast	
		31,41	8,01	17,05	14,78	8,81	

### J-17

#### 5-kamp kast

						Tyrving	
1	18	Berit Stunes Isene (98)	Sturla IF	2973			
		slegge	kule	diskos	spyd	vekkast	
		31,40	12,99	38,88	24,28	13,72	

### J-17

#### Diskos

1,0kg

						Tyrving	
1	18	Berit Stunes Isene (98)	Sturla IF	38,88		632	
		37,35	38,88	x			

### J-17

#### Kule

3,0 kg

						Tyrving	
1	18	Berit Stunes Isene (98)	Sturla IF	12,99		727	
		12,99	12,74	12,63			

### J-17

#### Slegge

3,0 kg

						Tyrving	
1	18	Berit Stunes Isene (98)	Sturla IF	31,40		523	
		28,84	x	31,40			

### J-17

#### Spyd

500gr

						Tyrving	
1	18	Berit Stunes Isene (98)	Sturla IF	24,28		369	
		21,43	23,79	24,28			

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

### J-17

#### Vektkast

7,26 kg

									Tyrving
1	18	Berit Stunes Isene (98)		Sturla IF		13,72			722
		13,35	13,72	12,85					

### J-18/19

#### 5-kamp kast

									Tyrving
1	22	Guro Rogstad Sørheim (96)		Ås IL		2635			
		slegge	slegge	diskos	spyd	vektkast			
		36,09	10,30	29,86	25,72	11,84			

### J-18/19

#### Diskos

									Tyrving
1	22	Guro Rogstad Sørheim (96)		Ås IL		29,86			460
		28,29	29,86	28,69					

### J-18/19

#### Kule

									Tyrving
1	22	Guro Rogstad Sørheim (96)		Ås IL		10,30			549
		9,97	10,30	9,99					

### J-18/19

#### Slegge

									Tyrving
1	22	Guro Rogstad Sørheim (96)		Ås IL		36,09			625
		34,38	x	36,09					

### J-18/19

#### Spyd

									Tyrving
1	22	Guro Rogstad Sørheim (96)		Ås IL		25,72			396
		21,46	25,72	21,58					

### J-18/19

#### Vektkast

9,08 kg

									Tyrving
1	22	Guro Rogstad Sørheim (96)		Ås IL		11,84			605
		10,31	11,84	10,73					

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

### KS

#### 5-kamp kast

8	Vilde Indseth Holten (97)	Asker Sk. Friidrett	dnf	Tyrving
slegge	kule	diskos	spyd	vektkast
35,41	x	35,05	dns	dns

### KS

#### Diskos

1,0 kg

1	8	Vilde Indseth Holten (97)	Asker Sk. Friidrett	35,05	559	Tyrving
x		x	35,05			

### KS

#### Kule

4,0 kg

8	Vilde Indseth Holten (97)	Asker Sk. Friidrett	nm	Tyrving
x	-	-		

### KS

#### Slegge

4,0 kg

1	8	Vilde Indseth Holten (97)	Asker Sk. Friidrett	35,41	611	Tyrving
x		35,41	x			

### MS

#### 5-kamp kast

1	4	Espen Jahren (66)	Asker Sk. Friidrett	2184	Tyrving
slegge	kule	diskos	spyd	vektkast	
27,66	10,46	33,88	38,09	9,10	

### MS

#### Diskos

2,0 kg

1	4	Espen Jahren (66)	Asker Sk. Friidrett	33,88	541	Tyrving
x		32,08	33,88			

### MS

#### Kule

7,26 kg

1	4	Espen Jahren (66)	Asker Sk. Friidrett	10,46	513	Tyrving
10,19	10,46	10,39				

# Kast 5-kampen

## Resultatliste

27.09.2015

---

<b>MS</b>		<b>Slegge</b>		<b>7,26 kg</b>		
						Tyrving
1	4	Espen Jahren (66)	Asker Sk. Friidrett	27,66		313
	x	26,72	27,66			

<b>MS</b>		<b>Spyd</b>		<b>800 gr</b>		
						Tyrving
1	4	Espen Jahren (66)	Asker Sk. Friidrett	38,09		415
		34,63	35,37	38,09		

<b>MS</b>		<b>Vektkast</b>		<b>15,88 kg</b>		
						Tyrving
1	4	Espen Jahren (66)	Asker Sk. Friidrett	9,10		402
	x	x	9,10			