

G-10**60 m****Heat: 1**

Tyrving

201	Brage Natvig Ystad	Verdal Friidrettsklubb	10,02
233	Isak Bjørnstad	Ogndal IL	11,39
162	Marius Viem	Steinkjer Friidrettsklubb	10,29
235	Håvard Skaufel Holmen	Frol IL	10,10
137	Sindre Svensson	Snåsa IL	DNS
117	Alfred Opheim	Snåsa IL	10,01

Heat: 2

Tyrving

203	Georg Fredrik Østerås	Verdal Friidrettsklubb	9,59
176	Sivert Arne Rodum	Steinkjer Friidrettsklubb	DNS
118	Anfinn Mølnevik	Snåsa IL	10,42
49	Trond Gøran Edvardsen	Kolvereid IL	11,03
152	Knut Romstad	Steinkjer Friidrettsklubb	9,53
230	Jacob Hegstad	Steinkjer Friidrettsklubb	11,06

G-10**Kule****2,0kg**

Tyrving

117	Alfred Opheim	Snåsa IL	7,04
6,80	6,30	7,04	6,69
49	Trond Gøran Edvardsen	Kolvereid IL	5,40
4,95	5,37	5,40	5,26
162	Marius Viem	Steinkjer Friidrettsklubb	4,61
4,20	4,61	X	X
118	Anfinn Mølnevik	Snåsa IL	4,75
X	4,75	4,69	4,57
230	Jacob Hegstad	Steinkjer Friidrettsklubb	5,88
5,22	X	4,86	5,88
137	Sindre Svensson	Snåsa IL	DNS
201	Brage Natvig Ystad	Verdal Friidrettsklubb	6,99
5,75	6,35	X	6,99
203	Georg Fredrik Østerås	Verdal Friidrettsklubb	6,26
X	6,26	5,77	X
152	Knut Romstad	Steinkjer Friidrettsklubb	5,98
5,89	5,61	5,16	5,98
235	Håvard Skaufel Holmen	Frol IL	8,53
X	8,53	8,42	8,01



G-10	Lengde				Grop 2	
						Tyrving
201	Brage Natvig Ystad			Verdal Friidrettsklubb	3,68	
3,40	3,51	3,68	3,38			
118	Anfinn Mølnvik			Snåsa IL	2,85	
2,85	2,82	2,83	2,66			
235	Håvard Skaufel Holmen			Frol IL	2,98	
2,98	2,91	2,78	2,74			
49	Trond Gøran Edvardsen			Kolvereid IL	2,94	
2,94	2,75	2,86	2,75			
162	Marius Viem			Steinkjer Friidrettsklubb	3,00	
3,00	2,83	2,78	2,93			
117	Alfred Opheim			Snåsa IL	3,52	
3,16	3,30	3,52	3,49			
152	Knut Romstad			Steinkjer Friidrettsklubb	3,66	
3,48	3,66	3,48	3,60			
233	Isak Bjørnstad			Ogndal IL	2,57	
2,43	2,38	X	2,57			
230	Jacob Hegstad			Steinkjer Friidrettsklubb	3,07	
3,07	2,70	X	2,92			
203	Georg Fredrik Østerås			Verdal Friidrettsklubb	3,45	
3,17	3,45	3,45	3,45			
137	Sindre Svensson			Snåsa IL	DNS	
176	Sivert Arne Rodum			Steinkjer Friidrettsklubb	DNS	

G-11	60 m					
						Tyrving
			Vind: +0,0			
1	34	Ola Holmen Gundersen		Frol IL	9,22	854
2	76	Kristian Bangsund		Namsen Friidrettsforening	9,50	767
3	102	Tobias Sommernes		Rana Friidrettsklubb	9,53	758
4	26	Alexander Lindmann		Frol IL	9,64	724
5	146	Erlend Brønstad		Steinkjer Friidrettsklubb	9,73	696
6	73	Sivert Grøtan Eriksen		Melhus IL	9,99	615
7	87	Sigve Torås Halseth		Ogndal IL	10,08	587
8	191	Sander Erik Kartum		Stjørdal Friidrettsklubb	10,28	525

G-11	Kule				2,0kg	
-------------	-------------	--	--	--	--------------	--



					Tyrving	
1	102	Tobias Sommernes		Rana Friidrettsklubb	8,55	838
			8,12 8,40 7,87 8,55			
2	76	Kristian Bangsund		Namsen Friidrettsforening	8,05	778
			7,50 X 8,05 7,09			
3	87	Sigve Torås Halseth		Ogndal IL	7,84	752
			7,78 7,84 6,91 7,59			
4	73	Sivert Grøtan Eriksen		Melhus IL	7,55	718
			X 7,55 6,95 7,35			
5	146	Erlend Brønstad		Steinkjer Friidrettsklubb	6,99	650
			6,52 6,99 X 6,88			
6	191	Sander Erik Kartum		Stjørdal Friidrettsklubb	6,07	540
			6,07 5,40 4,79 5,44			

G-11**Lengde****Grop 1**

					Tyrving	
1	146	Erlend Brønstad		Steinkjer Friidrettsklubb	4,10	905
			<2 3,83 X 4,10 4,01			
2	34	Ola Holmen Gundersen		Frol IL	4,09	903
			<2 4,09 3,91 3,81 3,81			
3	76	Kristian Bangsund		Namsen Friidrettsforening	4,04	892
			<2 4,04 3,95 4,03 3,91			
4	26	Alexander Lindmann		Frol IL	3,84	850
			<2 3,68 3,73 3,84 X			
5	73	Sivert Grøtan Eriksen		Melhus IL	3,78	838
			<2 3,78 3,62 3,65 3,78			
6	102	Tobias Sommernes		Rana Friidrettsklubb	3,66	813
			<2 - - 3,66 X			
7	87	Sigve Torås Halseth		Ogndal IL	3,52	783
			<2 3,24 3,52 3,23 3,45			
8	191	Sander Erik Kartum		Stjørdal Friidrettsklubb	3,31	739
			<2 3,29 3,27 3,24 3,31			

G-12**60 m****Heat: 1**

Vind: 0,0

Tyrving

1	30	Henrik Kjeldsen Dahlen		Frol IL	9,21	717
2	207	John Vegard Stiklestad		Verdal Friidrettsklubb	9,51	624
3	138	Vegar Kjenstad		Snåsa IL	9,65	581



KM for N-T 06

4	221	Espen G. Aftret	Vikvarvet IL	9,80	535
5	74	Fredrik Berg Skarland	Namsen Friidrettsforening	9,83	525
6	119	Eirik Sørgård	Snåsa IL	10,13	432

Heat: 2

Vind: 0,0

Tyrving

1	223	Ole Skrove	Vinne IL	9,10	752
2	55	Ole Einar Venseth Stokkan	Lånke IL	9,12	745
3	29	Einar Rørstad Bredeli	Frol IL	9,17	730
4	126	Kristian Torp Mediaas	Snåsa IL	9,56	609
5	215	Trygve Natvig Ystad	Verdal Friidrettsklubb	9,57	606
6	80	Stig Ove Dahlen Selnes	Namsen Friidrettsforening	9,73	556
7	139	Ådne Toldnes	Snåsa IL	11,00	163

Plassering Totalt

1	223	Ole Skrove	Vinne IL	9,10
2	55	Ole Einar Venseth Stokkan	Lånke IL	9,12
3	29	Einar Rørstad Bredeli	Frol IL	9,17
4	30	Henrik Kjeldsen Dahlen	Frol IL	9,21
5	207	John Vegard Stiklestad	Verdal Friidrettsklubb	9,51
6	126	Kristian Torp Mediaas	Snåsa IL	9,56
7	215	Trygve Natvig Ystad	Verdal Friidrettsklubb	9,57
8	138	Vegar Kjenstad	Snåsa IL	9,65
9	80	Stig Ove Dahlen Selnes	Namsen Friidrettsforening	9,73
10	221	Espen G. Aftret	Vikvarvet IL	9,80
11	74	Fredrik Berg Skarland	Namsen Friidrettsforening	9,83
12	119	Eirik Sørgård	Snåsa IL	10,13
13	139	Ådne Toldnes	Snåsa IL	11,00

G-12

Kule

3,0kg

										Tyrving
1	80	Stig Ove Dahlen Selnes	Namsen Friidrettsforening	8,36						782
	X	8,36	8,13	8,08						
2	74	Fredrik Berg Skarland	Namsen Friidrettsforening	8,05						745
		8,05	7,85	7,83	8,05					
3	223	Ole Skrove	Vinne IL	7,93						730
		7,93	7,38	7,50	7,33					
4	207	John Vegard Stiklestad	Verdal Friidrettsklubb	7,32						657
		6,95	7,12	6,46	7,32					
5	138	Vegar Kjenstad	Snåsa IL	6,93						610
		6,73	6,32	6,93	6,00					
6	215	Trygve Natvig Ystad	Verdal Friidrettsklubb	6,65						577
		6,46	6,65	6,26	6,12					
7	139	Ådne Toldnes	Snåsa IL	6,11						512
	X	6,11	5,76	5,95						
8	119	Eirik Sørgård	Snåsa IL	6,05						505
		5,57	5,62	6,05	5,83					



9	126	Kristian Torp Mediaas		Snåsa IL	6,02	501
	5,48	6,02	5,22	5,53		
	221	Espen G. Aftret		Vikvarvet IL	DNS	

G-12**Lengde****Grop 1**

						Tyrving
1	55	Ole Einar Venseth Stokkan		Lånke IL	4,38	880
			+0,5			
	4,31	4,28	4,28	4,38		
2	223	Ole Skrove		Vinne IL	4,24	850
			+0,8			
	4,11	3,96	4,24	4,23		
3	29	Einar Rørstad Bredeli		Frol IL	4,08	817
			+0,7			
	4,00	3,88	3,91	4,08		
4	80	Stig Ove Dahlen Selnes		Namsen Friidrettsforening	4,07	815
			+0,8			
	3,83	4,05	4,07	4,03		
5	74	Fredrik Berg Skarland		Namsen Friidrettsforening	4,03	806
			+1,3			
	3,46	3,45	3,46	4,03		
6	207	John Vegard Stiklestad		Verdal Friidrettsklubb	4,00	800
			+0,5			
	3,52	3,74	X	4,00		
7	30	Henrik Kjeldsen Dahlen		Frol IL	3,95	790
			+0,9			
	3,78	3,68	3,81	3,95		
8	138	Vegar Kjenstad		Snåsa IL	3,87	773
			+0,4			
	3,55	3,87	3,67	3,42		
9	126	Kristian Torp Mediaas		Snåsa IL	3,77	752
			+0,4			
	3,67	X	3,77	3,66		
10	215	Trygve Natvig Ystad		Verdal Friidrettsklubb	3,77	752
			+0,9			
	3,66	3,77	X	3,45		
11	221	Espen G. Aftret		Vikvarvet IL	3,41	676
			+0,7			
	X	X	3,41	X		
12	139	Ådne Toldnes		Snåsa IL	3,32	657
			-0,5			
	3,32	3,07	2,57	X		
13	119	Eirik Sørgård		Snåsa IL	3,23	638
			+0,4			
	3,23	X	X	2,90		

G-13**1500 m**

					Tyrving
1	50	Anders Stensås	Lundamo IL	4.50,47	926
2	54	Magnus Stensås	Lundamo IL	4.51,07	922
3	72	Martin Riseth	Melhus IL	4.56,28	886
4	71	Kristoffer Metlid Skjelbred	Melhus IL	5.20,73	714
5	70	Håvard Svegård	Melhus IL	5.37,57	597
	65	Ola Hoseth Kosberg	Malvik IL	DNS	

G-13**60 m****Heat: 1**

Vind: +0,1

Tyrving

1	94	Kristoffer Liland	Rana Friidrettsklubb	8,71	764
2	60	Anders Kruke	Malvik IL	8,75	752
3	69	Vebjørn Wøllo	Malvik IL	9,09	646
4	64	Mattias Bergdal	Malvik IL	9,28	587

Heat: 2

Vind: +0,1

Tyrving

1	20	Øystein Rødsjø	Byåsen IL	7,86	1027
2	82	Vahid Rezae	Namsen Friidrettsforening	8,05	969
3	172	Sebastian Benonisen	Steinkjer Friidrettsklubb	8,67	776
4	234	Odin Grande Bjørnstad	Ogndal IL	9,00	674
5	165	Mikal Haugseth Holøyen	Steinkjer Friidrettsklubb	9,52	513
	65	Ola Hoseth Kosberg	Malvik IL	DNS	

Plassering Totalt

1	20	Øystein Rødsjø	Byåsen IL	7,86
2	82	Vahid Rezae	Namsen Friidrettsforening	8,05
3	172	Sebastian Benonisen	Steinkjer Friidrettsklubb	8,67
4	94	Kristoffer Liland	Rana Friidrettsklubb	8,71
5	60	Anders Kruke	Malvik IL	8,75
6	234	Odin Grande Bjørnstad	Ogndal IL	9,00
7	69	Vebjørn Wøllo	Malvik IL	9,09
8	64	Mattias Bergdal	Malvik IL	9,28
9	165	Mikal Haugseth Holøyen	Steinkjer Friidrettsklubb	9,52
	65	Ola Hoseth Kosberg	Malvik IL	DNS

G-13**Diskos****0,75kg**

					Tyrving
1	172	Sebastian Benonisen	Steinkjer Friidrettsklubb	21,91	295
	21,27	20,55	21,91	18,56	
2	165	Mikal Haugseth Holøyen	Steinkjer Friidrettsklubb	16,26	13
	14,98	15,72	11,94	16,26	

G-13**Høyde**

										Tyrving
1	94	Kristoffer Liland				Rana Friidrettsklubb			1,45	888
		1,10	1,15	1,20	1,25	1,30	1,35	1,40	1,45	1,48
		0	0	0	0	0	0	xx0	0	xxx
2	172	Sebastian Benonisen				Steinkjer Friidrettsklubb			1,40	853
		1,25	1,30	1,35	1,40	1,45				
		0	0	0	x0	xxx				
3	69	Vebjørn Wøllo				Malvik IL			1,40	853
		1,10	1,15	1,20	1,25	1,30	1,35	1,40	1,45	
		0	0	0	0	0	xx0	xx0	xxx	
4	60	Anders Kruke				Malvik IL			1,35	818
		1,20	1,25	1,30	1,35	1,40				
		0	0	0	0	xxx				
5	64	Mattias Bergdal				Malvik IL			1,25	748
		1,10	1,15	1,20	1,25	1,30				
		x0	0	0	0	xxx				
6	165	Mikal Haugseth Holøyen				Steinkjer Friidrettsklubb			1,25	748
		1,10	1,15	1,20	1,25	1,30				
		0	0	x0	xx0	xxx				
	65	Ola Hosestet Kosberg				Malvik IL			DNS	

G-13

Kule

3,0kg

										Tyrving
1	82	Vahid Rezae				Namsen Friidrettsforening			10,45	817
		10,45	9,61	10,14	9,72					
2	172	Sebastian Benonisen				Steinkjer Friidrettsklubb			10,32	801
		10,14	10,30	10,32	10,08					
3	71	Kristoffer Metlid Skjelbred				Melhus IL			9,54	708
		8,68	9,54	9,18	9,28					
4	20	Øystein Rødsjø				Byåsen IL			9,49	702
		9,49	X	8,42	9,45					
5	94	Kristoffer Liland				Rana Friidrettsklubb			9,38	688
		8,76	8,42	8,90	9,38					
6	70	Håvard Svegård				Melhus IL			8,90	631
		8,31	8,90	8,22	8,0					
7	165	Mikal Haugseth Holøyen				Steinkjer Friidrettsklubb			7,61	476
		7,36	6,91	7,61	6,75					

G-15

100 m

Heat: 1

Vind: +0,0

										Tyrving
1	115	Fredrik Løvås Jessen				Skogn IL			12,03	958
2	79	Simen Groven				Namsen Friidrettsforening			12,49	875
3	214	Runar Støa				Verdal Friidrettsklubb			12,92	798
4	182	Eirik G. Lerberg				Stjørdal Friidrettsklubb			13,09	767



KM for N-T 06

5	114	Andreas Sylten	Rørvik IL	13,26	737
6	41	Borgar Sagbakken	Hegra IL	13,28	733
7	236	Øyvind Holmen Longva	Frol IL	13,59	677
8	84	Johan Torås Halseth	Ogndal IL	13,94	614

Heat: 2

Vind: +0,0

Tyrving

1	63	Martin Aasen	Malvik IL	12,90	802
---	----	--------------	-----------	-------	-----

Plassering Totalt

1	115	Fredrik Løvås Jessen	Skogn IL	12,03
2	79	Simen Groven	Namsen Friidrettsforening	12,49
3	63	Martin Aasen	Malvik IL	12,90
4	214	Runar Støa	Verdal Friidrettsklubb	12,92
5	182	Eirik G. Lerberg	Stjørdal Friidrettsklubb	13,09
6	114	Andreas Sylten	Rørvik IL	13,26
7	41	Borgar Sagbakken	Hegra IL	13,28
8	236	Øyvind Holmen Longva	Frol IL	13,59
9	84	Johan Torås Halseth	Ogndal IL	13,94

G-15

1500 m

						Tyrving
1	32	Jo Forseth Indgaard	Frol IL	4.36,62		883
2	114	Andreas Sylten	Rørvik IL	4.49,61		792
3	216	Øyvind Hojem	Verdal Friidrettsklubb	4.51,75		777
4	149	John Sivert Brandt	Steinkjer Friidrettsklubb	4.57,15		739
5	84	Johan Torås Halseth	Ogndal IL	5.13,16		627

G-15

Diskos

1,0kg

							Tyrving
1	182	Eirik G. Lerberg	Stjørdal Friidrettsklubb	35,42			656
		29,31	31,00	33,92	32,60	33,07	35,42
2	145	Emil Hegge	Steinkjer Friidrettsklubb	25,32			151
		X	X	16,41	14,76	25,32	20,87
3	236	Øyvind Holmen Longva	Frol IL	24,76			123
		20,54	19,89	X	23,21	X	24,76

G-15

Høyde

							Tyrving
1	231	Erlend Rønningen	Skogn IL	1,80			1000
		1,60	1,65	1,70	1,75	1,80	1,83
		0	0	0	0	0	XXX
2	236	Øyvind Holmen Longva	Frol IL	1,55			825
		1,40	1,45	1,50	1,55	1,60	
		0	0	0	0	XXX	



KM for N-T 06

3	84	Johan Torås Halseth		Ogndal IL	1,55	825	
		1,30	1,35	1,40	1,45	1,55	1,60
		0	0	0	0	X0	XXX
4	145	Emil Hegge		Steinkjer Friidrettsklubb	1,50	790	
		1,30	1,35	1,40	1,45	1,50	1,55
		0	0	0	0	0	XXX
	214	Runar Støa		Verdal Friidrettsklubb	DNS		

G-15

Kule

4,0kg

								Tyrving
1	231	Erlend Rønningen		Skogn IL	13,24	864		
		13,10	12,42	12,92	12,85	13,24	X	
2	182	Eirik G. Lerberg		Stjørdal Friidrettsklubb	11,42	696		
		11,19	10,96	11,02	11,42	11,08	11,19	
3	214	Runar Støa		Verdal Friidrettsklubb	10,19	548		
		10,06	10,19	9,35	9,23	7,67	7,02	
4	41	Borgar Sagbakken		Hegra IL	9,16	425		
		9,16	9,10	9,02	8,90	8,87	8,40	
5	84	Johan Torås Halseth		Ogndal IL	9,05	412		
		8,76	9,05	8,52	8,42	X	X	
	236	Øyvind Holmen Longva		Frol IL	DNS			

G-15

Tresteg

Grop 2

								Tyrving
	214	Runar Støa		Verdal Friidrettsklubb	DNS			

G-16

100 m

Heat: 2

Vind: +0,0

								Tyrving
1	77	Magnus Pettersen		Namsen Friidrettsforening	12,11	890		
2	202	Fredrik Røvik		Verdal Friidrettsklubb	12,66	791		
3	247	Stian Schjefte		Steinkjer Friidrettsklubb	12,71	782		
4	83	Eskil Smith Sørhøy		Ogndal IL	12,88	751		
5	56	Bjørn Sindre Malmo		Malm IL	12,91	746		

G-16

1500 m

								Tyrving
1	247	Stian Schjefte		Steinkjer Friidrettsklubb	4.47,97	748		

G-16

400 m

								Tyrving
1	63	Martin Aasen		Malvik IL	56,32	827		



KM for N-T 06

2	247	Stian Schjefte	Steinkjer Friidrettsklubb	58,08	756
	56	Bjørn Sindre Malmø	Malm IL	DNS	

G-16 Diskos 1,5kg

1	83	Eskil Smith Sørhøy	Ogndal IL	30,78	Tyrving 514	
	X	X	26,09	30,78	X	27,16

G-16 Høyde

1	83	Eskil Smith Sørhøy	Ogndal IL	1,70	Tyrving 874	
	1,50	1,55	1,60	1,65	1,70	1,75
	0	0	0	0	0	XXX

G-16 Kule 5,0kg

1	83	Eskil Smith Sørhøy	Ogndal IL	11,37	Tyrving 744	
	11,34	10,25	9,93	X	11,37	11,16

G-16 Tresteg Grop 2

1	83	Eskil Smith Sørhøy	Ogndal IL	10,91	Tyrving 791	
	10,55	10,65	10,74	10,91	10,75	10,85

G-17 100 m

Vind: +0,0

1	68	Trygve Sølberg Ellingsen	Malvik IL	12,21	Tyrving 845
2	104	Tore Angell Petersen	Rana Friidrettsklubb	12,29	830
3	58	Kenneth Myhre	Malm IL	12,35	820
4	38	Kjetil Smalås	Grong IL	12,69	758
	169	Rune Jørgen Sandsæter	Steinkjer Friidrettsklubb	DNS	

G-17 1500 m

1	199	Andreas Hojem	Verdal Friidrettsklubb	4.42,49	Tyrving 737
2	205	Håvard Heitlo Holm	Verdal Friidrettsklubb	4.52,03	670
3	90	Håkon Ankervold	Rana Friidrettsklubb	4.58,09	628
	36	Ulf Forseth Indgaard	Frol IL	DNS	
	58	Kenneth Myhre	Malm IL	DNS	



G-17 **400 m**

						Tyrving	
1	68	Trygve Sølberg Ellingsen		Malvik IL	54,78	848	
2	58	Kenneth Myhre		Malm IL	54,81	847	

G-17 **Diskos** **1,5kg**

						Tyrving	
1	205	Håvard Heitlo Holm		Verdal Friidrettsklubb	19,96		
		19,15	19,10	19,84	18,97	19,39	19,96

G-17 **Høyde**

						Tyrving	
1	205	Håvard Heitlo Holm		Verdal Friidrettsklubb	1,70	839	
		1,50	1,55	1,60	1,65	1,70	1,75
		0	0	0	XX0	XX0	XXX

G-17 **Kule** **5,0kg**

						Tyrving	
1	104	Tore Angell Petersen		Rana Friidrettsklubb	11,53	601	
		11,53	10,69	10,16	11,24	10,80	10,41
2	38	Kjetil Smalås		Grong IL	11,50	598	
		10,40	11,50	11,04	11,28	11,02	11,38

G-17 **Tresteg** **Grop 2**

						Tyrving	
1	58	Kenneth Myhre		Malm IL	10,62	717	
		10,04	10,55	10,51	10,36	10,62	X
	169	Rune Jørgen Sandsæter		Steinkjer Friidrettsklubb	DNS		

G-18/19 **100 m**

						Tyrving	
Heat: 1							
	92	Kim R Johansen		Rana Friidrettsklubb	DNS		
	91	Kim R Fagerdal		Rana Friidrettsklubb	DNS		
	196	Magne Daaland Often		Trondheim Friidrett	DNS		

						Tyrving	
Heat: 2 Vind: +0,3							
1	186	Jan Olav Horten		Stjørdal Friidrettsklubb	11,76	899	
2	144	Eivind Jenssen		Steinkjer Friidrettsklubb	12,06	845	
3	177	Stian Mære Trana		Steinkjer Friidrettsklubb	12,07	843	
4	184	Hilmar Magnusson		Stjørdal Friidrettsklubb	12,13	832	



KM for N-T 06

5	136	Ronny Andre Kjenstad	Snåsa IL	12,17	825
6	134	Peder Gartland	Snåsa IL	12,33	796
	130	Magnus Fuglår	Snåsa IL	DNS	

Plassering Totalt

1	186	Jan Olav Horten	Stjørdal Friidrettsklubb	11,76
2	144	Eivind Jenssen	Steinkjer Friidrettsklubb	12,06
3	177	Stian Mære Trana	Steinkjer Friidrettsklubb	12,07
4	184	Hilmar Magnusson	Stjørdal Friidrettsklubb	12,13
5	136	Ronny Andre Kjenstad	Snåsa IL	12,17
6	134	Peder Gartland	Snåsa IL	12,33
	196	Magne Daaland Often	Trondheim Friidrett	DNS
	130	Magnus Fuglår	Snåsa IL	DNS
	92	Kim R Johansen	Rana Friidrettsklubb	DNS
	91	Kim R Fagerdal	Rana Friidrettsklubb	DNS

G-18/19

1500 m

					Tyrving
1	225	Ivar Husby	Vollan I.K.	4.10,99	916
2	147	Henrik Nordtug	Steinkjer Friidrettsklubb	4.11,37	913

G-18/19

400 m

					Tyrving
1	177	Stian Mære Trana	Steinkjer Friidrettsklubb	51,41	943
2	144	Eivind Jenssen	Steinkjer Friidrettsklubb	51,52	939
3	136	Ronny Andre Kjenstad	Snåsa IL	54,66	813

G-18/19

Diskos

1,75 kg

						Tyrving
1	186	Jan Olav Horten	Stjørdal Friidrettsklubb	37,02		
	X	33,84	37,02	31,75	34,77	35,31
2	184	Hilmar Magnusson	Stjørdal Friidrettsklubb	23,63		
	X	19,93	23,63	21,65	21,92	X

G-18/19

Høyde

							Tyrving
1	133	Ole Christian Kjenstad	Snåsa IL	1,85			909
	165	170	175	1,80	1,83	1,85	1,88
	0	0	xx0	0	0	xx0	xxx
2	184	Hilmar Magnusson	Stjørdal Friidrettsklubb	1,83			895
	1,65	1,70	1,75	1,80	1,83	1,85	
	0	0	0	x0	0	xxx	
3	186	Jan Olav Horten	Stjørdal Friidrettsklubb	1,75			839
	1,65	1,70	1,75	1,80			
	0	X0	0	XXX			
	92	Kim R Johansen	Rana Friidrettsklubb	dns			



G-18/19**Kule****6,0 kg**

							Tyrving
1	186	Jan Olav Horten				Stjørdal Friidrettsklubb	12,30
	12,18	12,30	12,26	X	X	X	
2	91	Kim R Fagerdal				Rana Friidrettsklubb	9,22
	7,85	8,15	8,48	8,30	9,01	9,22	
	92	Kim R Johansen				Rana Friidrettsklubb	DNS

G-18/19**Tresteg****Grop 2**

							Tyrving
1	134	Peder Gartland				Snåsa IL	14,25
				-1,0			1025
	13,71	13,93	13,85	14,25	X	14,09	
2	133	Ole Christian Kjenstad				Snåsa IL	13,68
				-0,6			968
	13,32	13,27	13,68	13,29	13,43	13,20	
3	186	Jan Olav Horten				Stjørdal Friidrettsklubb	13,62
				-0,8			962
	13,35	13,62	13,35	X	12,85	13,20	

J-10**60 m****Heat: 1**

				Tyrving
129	Magnhild Mona		Snåsa IL	9,93
98	Marte Ruud		Rana Friidrettsklubb	10,35
148	Ingrid Melhus Romstad		Steinkjer Friidrettsklubb	9,92
122	Ingvild Torp Mediaas		Snåsa IL	9,55
174	Sigrid Elise Forr		Steinkjer Friidrettsklubb	10,44

Heat: 2

				Tyrving
238	Vilde Evensen		Malm IL	DNS
67	Sara Elise Wøllo		Malvik IL	9,98
173	Sigrid Brønstad		Steinkjer Friidrettsklubb	10,89
141	Ane Strugstad Mære		Steinkjer Friidrettsklubb	10,88
128	Lene Berg Herman		Snåsa IL	10,59
107	Jenny Marie Jakobsen		Ranheim IL	10,05

J-10**Kule****2,0kg**

							Tyrving
129	Magnhild Mona					Snåsa IL	5,85
	5,85	5,65	5,13	5,03			



122	Ingvild Torp Mediaas			Snåsa IL	6,22
6,22	5,94	5,98	5,86		
174	Sigrid Elise Forr			Steinkjer Friidrettsklubb	3,85
X	X	3,85	3,85		
128	Lene Berg Herman			Snåsa IL	3,97
X	X	3,97	3,26		
148	Ingrid Melhus Romstad			Steinkjer Friidrettsklubb	5,74
5,30	5,37	5,65	5,74		

J-10**Lengde****Grop 1**

Tyrving

141	Ane Strugstad Mære			Steinkjer Friidrettsklubb	2,55
2,51	1,94	2,55	2,36		
128	Lene Berg Herman			Snåsa IL	3,14
3,09	3,14	3,09	3,08		
122	Ingvild Torp Mediaas			Snåsa IL	3,93
3,90	3,93	3,85	X		
173	Sigrid Brønstad			Steinkjer Friidrettsklubb	2,59
2,14	2,05	2,38	2,59		
107	Jenny Marie Jakobsen			Ranheim IL	3,08
2,93	3,03	2,64	3,08		
148	Ingrid Melhus Romstad			Steinkjer Friidrettsklubb	3,36
3,31	3,36	3,31	3,22		
98	Marte Ruud			Rana Friidrettsklubb	3,41
3,29	3,14	3,41	3,31		
129	Magnhild Mona			Snåsa IL	3,80
3,36	3,63	3,80	3,54		
67	Sara Elise Wøllo			Malvik IL	3,52
3,48	3,38	3,52	3,41		
238	Vilde Evensen			Malm IL	DNS
174	Sigrid Elise Forr			Steinkjer Friidrettsklubb	2,81
2,69	2,81	2,81	2,78		

J-11**60 m****Heat: 1**

Vind: +0,2

Tyrving

1	27	Anne Engen Andersen		Frol IL	9,45	824
2	163	Marte Wekre		Steinkjer Friidrettsklubb	10,39	570
3	46	Karen Hermanstrand		Kolvereid IL	10,94	422
	16	Marte Roel Jønnum		Byåsen IL	DNS	
	132	Mari Svensson		Snåsa IL	DNS	
	88	Kine Terese Skarland		Overhalla IL	DNS	



KM for N-T 06

Heat: 2		Vind: +0,0		Tyrving	
1	4	Lina Kristine Ulsund	Beitstad IL	9,48	816
2	31	Inga Haugdahl Solberg	Frol IL	9,52	805
3	135	Ragnhild Mølsvik	Snåsa IL	10,07	657
4	166	Oline Wekre	Steinkjer Friidrettsklubb	10,65	500
5	23	Lone Renate Sporildnes	Follafooss IL	10,66	497
6	62	Marianne Selnæs	Malvik IL	10,96	416
	124	Kamilla Brønstad	Snåsa IL	DNS	

Plassering Totalt

1	27	Anne Engen Andersen	Frol IL	9,45
2	4	Lina Kristine Ulsund	Beitstad IL	9,48
3	31	Inga Haugdahl Solberg	Frol IL	9,52
4	135	Ragnhild Mølsvik	Snåsa IL	10,07
5	163	Marte Wekre	Steinkjer Friidrettsklubb	10,39
6	166	Oline Wekre	Steinkjer Friidrettsklubb	10,65
7	23	Lone Renate Sporildnes	Follafooss IL	10,66
8	46	Karen Hermanstrand	Kolvereid IL	10,94
9	62	Marianne Selnæs	Malvik IL	10,96
	132	Mari Svensson	Snåsa IL	DNS
	124	Kamilla Brønstad	Snåsa IL	DNS
	88	Kine Terese Skarland	Overhalla IL	DNS
	16	Marte Roel Jønnum	Byåsen IL	DNS

J-11

Kule

2,0kg

					Tyrving	
1	42	Nina Solem	Hegra IL	7,71		944
	X	7,05	X	7,71		
2	23	Lone Renate Sporildnes	Follafooss IL	6,32		813
	5,51	5,67	6,32	5,94		
3	135	Ragnhild Mølsvik	Snåsa IL	6,03		773
	6,03	5,53	5,09	5,38		
4	62	Marianne Selnæs	Malvik IL	5,96		763
	5,32	5,96	5,32	5,83		
5	163	Marte Wekre	Steinkjer Friidrettsklubb	5,75		734
	5,60	5,65	5,58	5,75		
6	46	Karen Hermanstrand	Kolvereid IL	5,69		725
	5,43	5,30	5,64	5,69		
7	4	Lina Kristine Ulsund	Beitstad IL	5,53		703
	5,03	4,61	5,22	5,53		
8	166	Oline Wekre	Steinkjer Friidrettsklubb	5,06		637
	4,12	5,06	4,47	4,73		
	131	Mari Svensson	Snåsa IL	DNS		
	16	Marte Roel Jønnum	Byåsen IL	DNS		
	124	Kamilla Brønstad	Snåsa IL	DNS		



88 Kine Terese Skarland Overhalla IL DNS

J-11**Lengde****Grop 2**

							Tyrving
1	31	Inga Haugdahl Solberg			Frol IL	3,96	894
			-0,3				
		3,61	3,84	3,96	3,84		
2	16	Marte Roel Jønnum			Byåsen IL	3,78	851
				+1,7			
		3,73	3,73	3,70	3,78		
3	27	Anne Engen Andersen			Frol IL	3,52	788
				+0,7			
		3,35	3,50	3,46	3,52		
4	135	Ragnhild Mølsvik			Snåsa IL	3,42	764
		+0,57					
		3,42	3,38	3,40	3,36		
5	23	Lone Renate Sporildnes			Follafoss IL	3,14	697
		+0,2					
		3,14	3,07	3,06	2,95		
6	166	Oline Wekre			Steinkjer Friidrettsklubb	3,07	680
				+0,9			
		2,86	2,75	X	3,07		
7	163	Marte Wekre			Steinkjer Friidrettsklubb	3,03	671
		-0,3					
		2,85	3,03	X	X		
8	46	Karen Hermanstrand			Kolvereid IL	2,99	661
		-0,3					
		2,90	2,99	2,98	2,79		
9	4	Lina Kristine Ulsund			Beitstad IL	2,99	661
		-1,6					
		X	X	2,99	2,82		
10	62	Marianne Selnæs			Malvik IL	2,69	589
				+1,2			
		2,65	2,67	2,48	2,69		
	88	Kine Terese Skarland			Overhalla IL	DNS	
	131	Mari Svensson			Snåsa IL	DNS	
	124	Kamilla Brønstad			Snåsa IL	DNS	

J-12**60 m****Heat: 1**

Vind: +0,1

							Tyrving
1	227	Kristine Lønvik Øwre			Ytterøy IL	8,62	981
2	47	Marte Andrea Fjær			Kolvereid IL	9,37	778
3	109	Maija Johanne Jakobsen			Ranheim IL	9,40	770
4	226	Guro Rolseth			Ytterøy IL	9,42	765



KM for N-T 06

5	121	Ingeborg Våg	Snåsa IL	9,81	659
	206	Ingvild Aksnes	Verdal Friidrettsklubb	DNS	
	18	Siv Rakel Bratsve	Byåsen IL	DNS	

Heat: 2

Vind: +0,2

Tyrving

1	89	Eileen Ruud	Rana Friidrettsklubb	9,67	697
2	175	Silje-Emilie Rygg	Steinkjer Friidrettsklubb	9,97	616
3	103	Tonje Haugum	Rana Friidrettsklubb	10,15	568
4	161	Marianne Finstad Langli	Steinkjer Friidrettsklubb	10,27	535
5	7	Ingvild Grøtte Bostrøm	Byåsen IL	10,33	519
6	219	Anne Beathe Guldseth	Vikvarvet IL	10,61	443
	9	Julie Svendsen	Byåsen IL	DNS	

Plassering Totalt

1	227	Kristine Lønvik Øwre	Ytterøy IL	8,62
2	47	Marte Andrea Fjær	Kolvereid IL	9,37
3	109	Maija Johanne Jakobsen	Ranheim IL	9,40
4	226	Guro Rolseth	Ytterøy IL	9,42
5	89	Eileen Ruud	Rana Friidrettsklubb	9,67
6	121	Ingeborg Våg	Snåsa IL	9,81
7	175	Silje-Emilie Rygg	Steinkjer Friidrettsklubb	9,97
8	103	Tonje Haugum	Rana Friidrettsklubb	10,15
9	161	Marianne Finstad Langli	Steinkjer Friidrettsklubb	10,27
10	7	Ingvild Grøtte Bostrøm	Byåsen IL	10,33
11	219	Anne Beathe Guldseth	Vikvarvet IL	10,61
	206	Ingvild Aksnes	Verdal Friidrettsklubb	DNS
	9	Julie Svendsen	Byåsen IL	DNS
	18	Siv Rakel Bratsve	Byåsen IL	DNS

J-12

Kule

2,0kg

										Tyrving
1	47	Marte Andrea Fjær								933
	9,05	8,71	8,74	8,81						
2	227	Kristine Lønvik Øwre								832
	6,68	7,80	7,47	7,44						
3	89	Eileen Ruud								739
	7,14	7,09	6,69	6,75						
4	206	Ingvild Aksnes								711
	6,49	6,20	6,83	6,94						
5	161	Marianne Finstad Langli								566
	X	5,90	5,09	5,44						
6	175	Silje-Emilie Rygg								549
	4,90	5,36	5,78	5,41						
7	219	Anne Beathe Guldseth								466
	4,90	4,68	4,91	5,19						
	9	Julie Svendsen								DNS



J-12		Lengde				Grop 2		
							Tyrving	
1	227	Kristine Lønvik Øwre			Ytterøy IL	4,62	980	
				+1,3				
	4,27	4,27	4,47	4,62				
2	109	Majja Johanne Jakobsen			Ranheim IL	4,36	918	
				+0,7				
	4,18	3,93	4,06	4,36				
3	226	Guro Rolseth			Ytterøy IL	4,15	868	
		-1,1						
	4,06	4,15	4,08	4,05				
4	47	Marte Andrea Fjær			Kolvereid IL	4,12	860	
		-1,0						
	4,06	4,08	4,12	X				
5	121	Ingeborg Våg			Snåsa IL	4,04	841	
		-0,3		+2,5				
	3,81	X	3,89	4,04				
6	89	Eileen Ruud			Rana Friidrettsklubb	3,92	812	
	-0,5							
	3,92	X	3,32	2,98				
7	7	Ingvild Grøtte Bostrøm			Byåsen IL	3,79	781	
		-0,8						
	3,63	3,78	3,79	3,76				
8	175	Silje-Emilie Rygg			Steinkjer Friidrettsklubb	3,63	743	
	+0,8							
	3,63	X	3,50	3,40				
9	103	Tonje Haugum			Rana Friidrettsklubb	3,33	671	
		+0,7						
	3,32	3,33	2,65	3,18				
10	161	Marianne Finstad Langli			Steinkjer Friidrettsklubb	3,30	664	
		+1,2						
	3,03	3,30	3,16	3,26				
11	219	Anne Beathe Guldseth			Vikvarvet IL	3,18	635	
		+1,0						
	3,17	3,15	3,18	X				
	9	Julie Svendsen			Byåsen IL	DNS		
	206	Ingvild Aksnes			Verdal Friidrettsklubb	DNS		

J-13 **1500 m**

							Tyrving
1	53	Ida Løseth			Lundamo IL	5.25,44	847
2	212	Rebekka Anfinnes			Verdal Friidrettsklubb	5.45,11	729
3	209	Malin Engelin Selbo			Verdal Friidrettsklubb	5.48,11	711
	86	Ragna Torås Halseth			Ogndal IL	DNS	



J-13**60 m****Heat: 1**

Vind: +0,0

Tyrving

1	10	Julie Andrea Håskjold	Byåsen IL	8,59	948
2	15	Marte Kristoffersen	Byåsen IL	8,69	921
3	222	Vibeke Slind	Vikvarvet IL	8,77	900
4	95	Malin F Dahl	Rana Friidrettsklubb	8,78	897
5	93	Kine Løseth	Rana Friidrettsklubb	9,01	835
6	66	Ragnhild Øie Langåker	Malvik IL	9,24	773
7	61	Maria Bergdal	Malvik IL	9,27	765
8	86	Ragna Torås Halseth	Ogndal IL	10,29	489

Heat: 2

Vind: +0,0

Tyrving

1	24	Silje Marie Sporildnes	Follafooss IL	8,82	886
2	208	Line Plahn	Verdal Friidrettsklubb	8,85	878
3	78	Martine Johannesen Flakk	Namsen Friidrettsforening	8,97	846
4	160	Mari Romstad	Steinkjer Friidrettsklubb	9,07	819
5	209	Malin Engelin Selbo	Verdal Friidrettsklubb	9,41	727
6	212	Rebekka Anfinnes	Verdal Friidrettsklubb	9,46	713
7	242	Ingeborg Bakk Halle	Stjørdal Friidrettsklubb	9,67	657
8	211	Marte Norum Lerfald	Verdal Friidrettsklubb	10,04	557

Plassering Totalt

1	10	Julie Andrea Håskjold	Byåsen IL	8,59
2	15	Marte Kristoffersen	Byåsen IL	8,69
3	222	Vibeke Slind	Vikvarvet IL	8,77
4	95	Malin F Dahl	Rana Friidrettsklubb	8,78
5	24	Silje Marie Sporildnes	Follafooss IL	8,82
6	208	Line Plahn	Verdal Friidrettsklubb	8,85
7	78	Martine Johannesen Flakk	Namsen Friidrettsforening	8,97
8	93	Kine Løseth	Rana Friidrettsklubb	9,01
9	160	Mari Romstad	Steinkjer Friidrettsklubb	9,07
10	66	Ragnhild Øie Langåker	Malvik IL	9,24
11	61	Maria Bergdal	Malvik IL	9,27
12	209	Malin Engelin Selbo	Verdal Friidrettsklubb	9,41
13	212	Rebekka Anfinnes	Verdal Friidrettsklubb	9,46
14	242	Ingeborg Bakk Halle	Stjørdal Friidrettsklubb	9,67
15	211	Marte Norum Lerfald	Verdal Friidrettsklubb	10,04
16	86	Ragna Torås Halseth	Ogndal IL	10,29

J-13**Kule****2,0kg**

Tyrving

1	86	Ragna Torås Halseth	Ogndal IL	11,64	1022
	10,93	11,64	10,83	10,68	



KM for N-T 06

2	194	Kristin Marie Wiseth	Sør-Beitstad IL	10,13	939
		10,13 9,96 8,96 9,84			
3	78	Martine Johannesen Flakk	Namsen Friidrettsforening	8,98	858
		8,84 8,98 8,38 8,27			
4	66	Ragnhild Øie Langåker	Malvik IL	8,56	812
		8,48 8,45 8,45 8,56			
5	160	Mari Romstad	Steinkjer Friidrettsklubb	8,54	809
		7,76 X 8,54 8,45			
6	61	Maria Bergdal	Malvik IL	8,39	788
		7,45 7,82 7,97 8,39			
7	208	Line Plahn	Verdal Friidrettsklubb	8,27	771
		8,27 7,66 8,00 7,91			
8	24	Silje Marie Sporildnes	Follafoss IL	8,12	750
		6,72 8,00 8,12 6,89			
9	209	Malin Engelin Selbo	Verdal Friidrettsklubb	7,39	648
		7,12 7,39 6,98 7,02			
10	212	Rebekka Anfinnes	Verdal Friidrettsklubb	7,08	605
		6,98 6,95 7,08 6,45			
11	211	Marte Norum Lorfald	Verdal Friidrettsklubb	7,07	603
		5,96 6,57 7,07 6,14			
	93	Kine Løseth	Rana Friidrettsklubb	DNS	

J-13

Lengde

Grop 1

					Tyrving
1	10	Julie Andrea Håskjold	Byåsen IL	4,55	892
		-0,9			
		4,40 x 4,55 4,40			
2	24	Silje Marie Sporildnes	Follafoss IL	4,54	889
		-1,3			
		x 4,54 4,53 4,45			
3	222	Vibeke Slind	Vikvarvet IL	4,51	882
		+0,4			
		4,35 4,40 4,44 4,51			
4	93	Kine Løseth	Rana Friidrettsklubb	4,51	882
		+1,3			
		x 4,51 4,17 4,44			
5	95	Malin F Dahl	Rana Friidrettsklubb	4,39	853
		-0,2			
		4,25 4,34 4,04 4,39			
6	160	Mari Romstad	Steinkjer Friidrettsklubb	4,28	827
		-0,8			
		x 4,10 3,86 4,28			
7	15	Marte Kristoffersen	Byåsen IL	4,26	822
		-1,0			
		x x 4,16 4,26			



KM for N-T 06

8	78	Martine Johannesen Flakk	Namsen Friidrettsforening	4,21	810
				-1,0	
		4,12	4,16	4,18	4,21
9	66	Ragnhild Øie Langåker	Malvik IL	4,17	800
		<2			
		4,17	4,16	4,05	x
10	86	Ragna Torås Halseth	Ogndal IL	4,14	793
		-0,2			
		3,85	4,14	3,95	4,03
11	61	Maria Bergdal	Malvik IL	4,06	774
				-0,4	
		3,91	x	x	4,06
12	242	Ingeborg Bakk Halle	Stjørdal Friidrettsklubb	3,91	738
				-0,8	
		3,39	3,84	3,85	3,91
13	208	Line Plahn	Verdal Friidrettsklubb	3,77	704
		-1,0			
		3,74	3,77	3,44	3,67
14	212	Rebekka Anfinnes	Verdal Friidrettsklubb	3,72	692
		-0,4			
		3,59	3,72	3,61	x
15	211	Marte Norum Lurfald	Verdal Friidrettsklubb	3,65	676
		-0,7			
		3,21	3,42	3,65	3,36
	209	Malin Engelin Selbo	Verdal Friidrettsklubb	DNF	
		x	x	x	x

J-13

stav

										Tyrving
1	109	Maija Johanne Jakobsen	Ranheim IL	2,00						850
		1,50	1,60	1,70	1,80	1,90	2,00	2,10		
		0	0	0	XX0	XX0	0	XXX		

J-14

1500 m

										Tyrving
1	19	Viktoria Konstane Kvalsvik	Byåsen IL	5.02,51						936
2	204	Hanna Elise Steinsli	Verdal Friidrettsklubb	5.45,17						680
	57	Jennie Selen	Malm IL	DNS						
	51	Anne Kjersti Kalvå	Lundamo IL	DNS						
	8	Jeanette Stensheim	Byåsen IL	DNS						
	59	Kristin Myhre	Malm IL	DNS						

J-14

60 m



KM for N-T 06

Heat: 1		Vind: 0,0			Tyrving
1	13	Mari Steinkjer Øyen	Byåsen IL	9,08	775
2	100	Sandra Kolåsæther	Rana Friidrettsklubb	9,13	762
3	8	Jeanette Stensheim	Byåsen IL	9,23	735
4	243	Maria Sandbu	Byåsen IL	9,57	643
5	99	Martine Nordås	Rana Friidrettsklubb	9,71	605
	111	Marit Valen	Ranheim IL	DNS	

Heat: 2		Vind: 0,0			Tyrving
1	200	Ann Kristin Skrove	Verdal Friidrettsklubb	8,62	900
2	5	Oda Ulsund	Beitstad IL	8,79	854
3	85	Mari Jensen	Ogndal IL	8,87	832
4	3	Ingrid Eide Aadland	Beitstad IL	9,04	786
5	59	Kristin Myhre	Malm IL	9,12	765
6	35	Trine Elise Rødal	Frol IL	9,18	748
	120	Guro Våg	Snåsa IL	DNS	
	57	Jennie Selen	Malm IL	DNS	

Plassering Totalt

1	200	Ann Kristin Skrove	Verdal Friidrettsklubb	8,62
2	5	Oda Ulsund	Beitstad IL	8,79
3	85	Mari Jensen	Ogndal IL	8,87
4	3	Ingrid Eide Aadland	Beitstad IL	9,04
5	13	Mari Steinkjer Øyen	Byåsen IL	9,08
6	59	Kristin Myhre	Malm IL	9,12
7	100	Sandra Kolåsæther	Rana Friidrettsklubb	9,13
8	35	Trine Elise Rødal	Frol IL	9,18
9	8	Jeanette Stensheim	Byåsen IL	9,23
10	243	Maria Sandbu	Byåsen IL	9,57
11	99	Martine Nordås	Rana Friidrettsklubb	9,71
	120	Guro Våg	Snåsa IL	DNS
	111	Marit Valen	Ranheim IL	DNS
	57	Jennie Selen	Malm IL	DNS

J-14

Kule

3,0kg

							Tyrving	
1	200	Ann Kristin Skrove				Verdal Friidrettsklubb	8,65	825
		8,01	8,00	7,84	8,65			
2	85	Mari Jensen				Ogndal IL	8,61	819
		8,61	7,33	8,38	7,82			
3	5	Oda Ulsund				Beitstad IL	7,97	729
			7,52	7,97	7,69	7,10		
4	48	Signe Kiil				Kolvereid IL	7,82	708
		7,45	7,78	7,31	7,82			
5	35	Trine Elise Rødal				Frol IL	7,66	686
		7,66	7,50	6,42	6,55			



KM for N-T 06

6	3	Ingrid Eide Aadland	Beitstad IL	7,06	602
		7,06	6,78	6,76	6,80

J-14**Lengde****Grop 2**

							Tyrving
1	200	Ann Kristin Skrove	Verdal Friidrettsklubb	5,13		983	
	+1,0						
		5,13	5,09	5,03	5,07		
2	85	Mari Jensen	Ogndal IL	4,69		877	
			+0,5				
		4,54	4,46	4,69	4,58		
3	120	Guro Våg	Snåsa IL	4,58		851	
	+1,7						
		4,58	4,36	4,00	4,38		
4	8	Jeanette Stensheim	Byåsen IL	4,41		810	
	+0,5						
		4,41	4,39	3,91	X		
5	48	Signe Kiil	Kolvereid IL	4,19		757	
			+0,2				
		3,98	3,84	X	4,19		
6	100	Sandra Kolåsæther	Rana Friidrettsklubb	4,15		748	
	+1,6						
		3,20	4,15	3,76	4,08		
7	13	Mari Steinkjer Øyen	Byåsen IL	3,94		697	
	-0,2						
		2,95	3,94	X	3,72		
8	99	Martine Nordås	Rana Friidrettsklubb	3,89		685	
			-0,4				
		3,75	3,61	3,89	3,89		
9	243	Maria Sandbu	Byåsen IL	3,84		673	
			+0,3				
		3,72	3,77	3,84	3,83		

J-15**100 m****Heat: 1**

Vind: +0,0

Tyrving

1	106	Ida Westgård Gjøvaag	Ranheim IL	13,30	936
2	11	Julie Bertheussen Falkanger	Byåsen IL	13,96	830
3	217	Ane Korsvold	Vikvarvet IL	14,54	737
4	101	Stine Johannessen Haugum	Rana Friidrettsklubb	14,59	729
	97	Marte Ostad	Rana Friidrettsklubb	DNS	

Heat: 2

Vind: +0,6

Tyrving

1	181	Amanda Øien	Stjørdal Friidrettsklubb	13,53	899
2	142	Carina Haugseth Holøyen	Steinkjer Friidrettsklubb	13,76	862
3	45	Ane Hermanstrand	Kolvereid IL	14,27	780



KM for N-T 06

4	188	Linn Vikan	Stjørdal Friidrettsklubb	14,50	744
	127	Lena Nyborg	Snåsa IL	DNS	

Plassering Totalt

1	106	Ida Westgård Gjølvaag	Ranheim IL	13,30
2	181	Amanda Øien	Stjørdal Friidrettsklubb	13,53
3	142	Carina Haugseth Holøyen	Steinkjer Friidrettsklubb	13,76
4	11	Julie Bertheussen Falkanger	Byåsen IL	13,96
5	45	Ane Hermanstrand	Kolvereid IL	14,27
6	188	Linn Vikan	Stjørdal Friidrettsklubb	14,50
7	217	Ane Korsvold	Vikvarvet IL	14,54
8	101	Stine Johannessen Haugum	Rana Friidrettsklubb	14,59
	127	Lena Nyborg	Snåsa IL	DNS
	97	Marte Ostad	Rana Friidrettsklubb	DNS

J-15

1500 m

						Tyrving
1	241	Maren Aalberg	Steinkjer Friidrettsklubb	5.06,09		879
2	210	Margunn Aksnes	Verdal Friidrettsklubb	5.41,32		668

J-15

Kule

3,0kg

								Tyrving
1	246	Eline Bye	Ogndal IL	9,87				885
	8,57	X	8,76	X	9,87	8,30		
2	106	Ida Westgård Gjølvaag	Ranheim IL	9,27				843
	8,71	9,27	8,95	X	8,60	9,10		
3	210	Margunn Aksnes	Verdal Friidrettsklubb	9,15				832
	8,60	8,22	9,15	8,13	X	8,79		
4	181	Amanda Øien	Stjørdal Friidrettsklubb	8,62				757
	8,32	8,43	8,29	8,62	8,46	8,48		
5	2	Gunnbjørg Foosnæs	Beitstad IL	8,13				689
	8,13	7,73	7,92	8,10	7,99	8,01		
6	125	Kjersti Våg	Snåsa IL	7,78				640
	7,31	7,78	7,14	6,94	6,89	7,19		
7	45	Ane Hermanstrand	Kolvereid IL	7,47				596
	7,47	7,41	7,15	X	6,89	7,10		
8	97	Marte Ostad	Rana Friidrettsklubb	4,72				211
	4,44	4,49	4,72	3,47	4,14	4,71		

J-15

Lengde

Grop 1

								Tyrving
1	106	Ida Westgård Gjølvaag	Ranheim IL	4,76				870
	4,68	4,52	4,65	X	-0,8	4,76	4,69	
2	101	Stine Johannessen Haugum	Rana Friidrettsklubb	4,58				827
	X	X	X	4,58	+0,3	X	X	



KM for N-T 06

3	210	Margunn Aksnes			Verdal Friidrettsklubb	4,51	810
					+0,2		
		4,01	4,29	4,34	4,36	4,25	4,51
4	181	Amanda Øien			Stjørdal Friidrettsklubb	4,50	808
					+0,1		
		4,39	4,44	4,50	X	X	4,41
5	217	Ane Korsvold			Vikvarvet IL	4,44	793
					-0,5		
		X	4,15	4,44	4,26	4,37	4,33
6	45	Ane Hermanstrand			Kolvereid IL	4,38	779
					+0,2		
		4,38	X	4,07	3,75	4,30	4,30
7	11	Julie Bertheussen Falkanger			Byåsen IL	4,35	772
					+0,5		
		3,91	4,18	4,35	4,31	4,28	4,06
8	188	Linn Vikan			Stjørdal Friidrettsklubb	4,28	755
					+1,3		
		X	4,28	X	X	X	X
	97	Marte Ostad			Rana Friidrettsklubb	DNS	

J-15

Slegge

3,0kg/110cm

							Tyrving
1	106	Ida Westgård Gjølvaag			Ranheim IL	21,22	451
		18,90	D	D	18,12	20,54	21,22
2	2	Gunnbjørg Foosnæs			Beitstad IL	18,78	329
		18,22	D	17,18	17,46	16,78	18,78
	246	Eline Bye			Ogndal IL	DNS	

J-16

100 m

Heat: 1

Vind: +0,0

							Tyrving
1	75	Ida Johannesen Flakk			Namsen Friidrettsforening	13,88	819
2	81	Therese Tømmerås Larsen			Namsen Friidrettsforening	14,21	766

J-16

1500 m

							Tyrving
1	213	Runa Skrove Falch			Verdal Friidrettsklubb	4.45,11	981

J-16

400 m

							Tyrving
1	142	Carina Haugseth Holøyen			Steinkjer Friidrettsklubb	1.03,28	837
2	12	Kristin Grøtte Bostrøm			Byåsen IL	1.05,48	756

J-16

Kule

3,0kg



KM for N-T 06

									Tyrving
1	75	Ida Johannesen Flakk			Namsen Friidrettsforening		10,63		904
	X	8,78	10,09	9,43	9,94	10,63			
2	81	Therese Tømmerås Larsen			Namsen Friidrettsforening		10,07		864
	9,57	X	10,05	9,78	10,00	10,07			

J-16**Lengde****Grop 1**

									Tyrving
1	75	Ida Johannesen Flakk			Namsen Friidrettsforening		4,87		872
		+0,5							
	4,65	4,87	X	X	X	4,83			

J-17**100 m**

Vind: +0,0

									Tyrving
1	140	Alisa Andersen			Steinkjer Friidrettsklubb		12,82		964
2	167	Rachel Nordtømme			Steinkjer Friidrettsklubb		13,05		928

J-17**1500 m**

									Tyrving
	170	Rut Appelkvist			Steinkjer Friidrettsklubb		DNS		

J-17**400 m**

									Tyrving
1	167	Rachel Nordtømme			Steinkjer Friidrettsklubb		58,95		975

J-17**Lengde****Grop 1**

									Tyrving
	140	Alisa Andersen			Steinkjer Friidrettsklubb		DNS		

J-18/19**100 m**

Vind: +0,0

									Tyrving
1	151	Kari Marte Brandt			Steinkjer Friidrettsklubb		12,61		974
2	159	Maren Haugan Aasheim			Steinkjer Friidrettsklubb		13,01		910
3	240	Linda Ukkelberg			Steinkjer Friidrettsklubb		13,32		860
4	189	Rebekka Laanke			Stjørdal Friidrettsklubb		13,81		782

J-18/19**1500 m**

									Tyrving
1	178	Susann Westermann			Steinkjer Friidrettsklubb		5.01,31		848



J-18/19**Kule****4,0 KG**

										Tyrving
1	151	Kari Marte Brandt			Steinkjer Friidrettsklubb				7,50	
			7,48	7,47	7,08	7,39	6,97	7,50		

J-18/19**Lengde****Grop 1**

										Tyrving
1	158	Malin Kristina Andersson			Steinkjer Friidrettsklubb				5,17	901
			4,67	4,95	5,07	5,07	5,17	5,01		
2	240	Linda Ukkelberg			Steinkjer Friidrettsklubb				4,98	856
			4,98	X	X	X	X	X		
3	189	Rebekka Laanke			Stjørdal Friidrettsklubb				4,62	769
			X	X	4,48	4,55	4,43	4,62		

J-18/19**stav**

										Tyrving
1	189	Rebekka Laanke			Stjørdal Friidrettsklubb				2,65	800
			2,40	2,50	2,65	2,75				
			0	X0	X0	XXX				
2	159	Maren Haugan Aasheim			Steinkjer Friidrettsklubb				2,20	455
			1,70	1,80	1,90	2,00	2,10	2,20	2,30	
			0	0	0	0	0	0	XXX	
	195	Ida Beate Øyen Østhus			Trondheim Friidrett				DNS	

KS**100 m**

Vind: +0,0

										Tyrving
1	156	Liv-Miriam Nordtømme			Steinkjer Friidrettsklubb				12,95	
2	153	Kristina S. Ryan			Steinkjer Friidrettsklubb				13,70	

KS**3000 m hinder****76,2 cm**

										Tyrving
1	154	Laila Kveli			Steinkjer Friidrettsklubb				11.33,85	
	171	Rut Åshild Utsi Sandstad			Steinkjer Friidrettsklubb				DNF	

KS**400 m**

										Tyrving
1	156	Liv-Miriam Nordtømme			Steinkjer Friidrettsklubb				58,21	
2	179	Toril Lauritsen Nyborg			Steinkjer Friidrettsklubb				1.01,81	



KS		Kule				4,0 kg		
1	150	Julie Haugen Egge				Steinkjer Friidrettsklubb	7,35	Tyrving
	X	7,35	7,06	X	7,27	X		

KS		Lengde				Grop 1		
1	153	Kristina S. Ryan				Steinkjer Friidrettsklubb	4,60	Tyrving
					+0,6			
	4,58	4,49	4,59	X	4,60	4,59		
	156	Liv-Miriam Nordtømme				Steinkjer Friidrettsklubb	DNS	

MS		100 m						
Heat: 1								Tyrving
	198	Vegard Sjursen				Trondheim Friidrett	DNS	

MS		3000 m hinder				91,4 cm		
1	25	Audun Johanson				Friidrettsklubben Stein	10.51,91	Tyrving

MS		Høyde						
1	143	Eirik Røe				Steinkjer Friidrettsklubb	2,00	Tyrving
		1,90	1,95	2,00	2,05			
		0	x0	0	xxx			
2	164	Mathias Furre Grøtan				Steinkjer Friidrettsklubb	1,95	
		1,80	1,85	1,90	1,95	2,00		
		0	0	0	x0	xxx		
3	239	Kristian Brekstad				Steinkjer Friidrettsklubb	1,80	
		1,75	1,80	1,85				
		x0	0	xxx				

G-11**60 m hekk****68,0 6,5m**

Heat: 1		Vind: 0,0		Tyrving	
1	224	Ådne Lund	Vinne IL	12,46	625
2	230	Jacob Hegstad	Steinkjer Friidrettsklubb	14,95	28
Heat: 2		Vind: +0,1		Tyrving	
1	34	Ola Holmen Gundersen	Frol IL	12,47	623
2	152	Knut Romstad	Steinkjer Friidrettsklubb	12,57	599

Plassering Totalt

1	224	Ådne Lund	Vinne IL	12,46
2	34	Ola Holmen Gundersen	Frol IL	12,47
3	152	Knut Romstad	Steinkjer Friidrettsklubb	12,57
4	230	Jacob Hegstad	Steinkjer Friidrettsklubb	14,95

G-11**600 m**

				Tyrving	
1	73	Sivert Grøtan Eriksen	Melhus IL	1.50,99	865
2	34	Ola Holmen Gundersen	Frol IL	1.55,34	747
3	224	Ådne Lund	Vinne IL	1.56,46	717
4	152	Knut Romstad	Steinkjer Friidrettsklubb	2.00,58	606
5	33	Kristoffer Skarstein	Frol IL	2.02,41	556
6	87	Sigve Torås Halseth	Ogndal IL	2.11,35	315
7	230	Jacob Hegstad	Steinkjer Friidrettsklubb	2.12,09	295
8	191	Sander Erik Kartum	Stjørdal Friidrettsklubb	2.12,90	273

G-11**Høyde**

				Tyrving	
1	33	Kristoffer Skarstein	Frol IL	1,20	874
		0,90 0,95 1,00 1,05 1,10 1,15 1,20 1,25			
		0 0 0 0 X0 0 X0 XXX			
2	117	Alfred Opheim	Snåsa IL	1,20	874
		1,00 1,05 1,10 1,15 1,20 1,25			
		0 0 0 0 XX0 XXX			
3	102	Tobias Sommernes	Rana Friidrettsklubb	1,20	874
		0,90 0,95 1,00 1,05 1,10 1,15 1,20 1,25			
		0 0 0 0 0 X0 XX0 XXX			
4	224	Ådne Lund	Vinne IL	1,15	839
		1,00 1,05 1,10 1,15 1,20			
		0 0 X0 X0 XXX			
5	87	Sigve Torås Halseth	Ogndal IL	1,10	804
		1,00 1,05 1,10 1,15			
		0 0 0 XXX			



KM for N-T 06

6	191	Sander Erik Kartum	Stjørdal Friidrettsklubb	1,10	804
		0,90 0,95 1,00 1,05		1,10 1,15	
		0 0 0 0		X0 XXX	
7	152	Knut Rømsstad	Steinkjer Friidrettsklubb	1,05	769
		1,00 1,05 1,10			
		X0 XX0 XXX			
8	230	Jacob Hegstad	Steinkjer Friidrettsklubb	1,00	734
		0,90 0,95 1,00 1,05			
		0 XX0 X0 XXX			
9	123	Jørgen Våg	Snåsa IL	0,80	594
		0,80 0,85			
		0 XXX			
	26	Alexander Lindmann	Frol IL	DNS	
	176	Sivert Arne Rodum	Steinkjer Friidrettsklubb	DNS	

G-11

Spyd

400gr

					Tyrving
1	191	Sander Erik Kartum	Stjørdal Friidrettsklubb	23,93	805
		19,17 20,76 20,89 23,93			
2	87	Sigve Torås Halseth	Ogndal IL	23,86	802
		21,42 23,86 22,08 22,40			
3	102	Tobias Sommernes	Rana Friidrettsklubb	19,36	622
		16,12 11,95 19,36 17,78			
4	117	Alfred Opheim	Snåsa IL	16,76	518
		14,31 16,76 12,79 13,48			
5	176	Sivert Arne Rodum	Steinkjer Friidrettsklubb	15,29	459
		15,29 X X X			
6	123	Jørgen Våg	Snåsa IL	15,15	454
		X X 15,15 12,35			
7	230	Jacob Hegstad	Steinkjer Friidrettsklubb	8,18	175
		X X 8,18 X			
	26	Alexander Lindmann	Frol IL	DNS	

G-12

60 m hekk

76,2 7m

					Vind: 0,0	Tyrving
1	223	Ole Skrove	Vinne IL	11,58	716	
2	55	Ole Einar Venseth Stokkan	Lånke IL	11,93	632	
3	29	Einar Rørstad Bredeli	Frol IL	12,01	613	
4	30	Henrik Kjeldsen Dahlen	Frol IL	12,38	524	
5	126	Kristian Torp Mediaas	Snåsa IL	14,34	54	

G-12

600 m



KM for N-T 06

					Tyrving	
1	6	Edvard Fjærtøft Andersen	Byåsen IL	1.49,05		755
2	29	Einar Rørstad Bredeli	Frol IL	1.54,57		606
	119	Eirik Sørgård	Snåsa IL	DNS		
	183	Henrik S. Ingstad	Stjørdal Friidrettsklubb	DNS		
	55	Ole Einar Venseth Stokkan	Lånke IL	DNS		
	30	Henrik Kjeldsen Dahlen	Frol IL	DNS		

G-12

Høyde

					Tyrving	
1	55	Ole Einar Venseth Stokkan	Lånke IL	1,30		860
		1,05 1,10 1,15 1,20	1,25 1,30 1,35			
		0 0 0 0	0 0 xxx			
2	223	Ole Skrove	Vinne IL	1,20		790
		1,05 1,10 1,15 1,20	1,25			
		0 0 0 0	xxx			
3	126	Kristian Torp Mediaas	Snåsa IL	1,15		755
		0,90 0,95 1,00 1,05	1,10 1,15 1,20			
		0 0 0 0	0 0 xxx			
	119	Eirik Sørgård	Snåsa IL	DNS		

G-12

Spyd

400gr

					Tyrving	
1	223	Ole Skrove	Vinne IL	28,25		762
		27,34 27,41 27,77 28,25				
2	183	Henrik S. Ingstad	Stjørdal Friidrettsklubb	26,18		679
		24,68 23,72 24,61 26,18				
3	30	Henrik Kjeldsen Dahlen	Frol IL	23,84		585
		21,11 20,13 23,84 22,55				
	119	Eirik Sørgård	Snåsa IL	DNS		

G-13

200 m

Heat: 1

Vind: 0,0

					Tyrving	
1	172	Sebastian Benonisen	Steinkjer Friidrettsklubb	28,51		819
2	234	Odin Grande Bjørnstad	Ogndal IL	29,79		703
3	165	Mikal Haugseth Holøyen	Steinkjer Friidrettsklubb	30,72		620
	82	Vahid Rezae	Namsen Friidrettsforening	DNS		

Heat: 2

Vind: 0,0

					Tyrving	
1	20	Øystein Rødsjø	Byåsen IL	25,97		1047
2	65	Ola Hoseth Kosberg	Malvik IL	28,09		856



KM for N-T 06

3	60	Anders Kruke	Malvik IL	29,13	763
4	52	Henrik J. Andreassen	Lundamo IL	30,43	646

Plassering Totalt

1	20	Øystein Rødsjø	Byåsen IL	25,97
2	65	Ola Hoseth Kosberg	Malvik IL	28,09
3	172	Sebastian Benonisen	Steinkjer Friidrettsklubb	28,51
4	60	Anders Kruke	Malvik IL	29,13
5	234	Odin Grande Bjørnstad	Ogndal IL	29,79
6	52	Henrik J. Andreassen	Lundamo IL	30,43
7	165	Mikal Haugseth Holøyen	Steinkjer Friidrettsklubb	30,72
	82	Vahid Rezae	Namsen Friidrettsforening	DNS

G-13

60 m hekk

76,2 7,5m

Vind: 0,0

Tyrving

1	94	Kristoffer Liland	Rana Friidrettsklubb	10,2	856
2	60	Anders Kruke	Malvik IL	10,3	832
3	64	Mattias Bergdal	Malvik IL	10,9	688
4	165	Mikal Haugseth Holøyen	Steinkjer Friidrettsklubb	12,7	256
	52	Henrik J. Andreassen	Lundamo IL	DNS	

G-13

600 m

Tyrving

1	65	Ola Hoseth Kosberg	Malvik IL	1.39,35	882
2	71	Kristoffer Metlid Skjelbred	Melhus IL	1.50,23	588
3	165	Mikal Haugseth Holøyen	Steinkjer Friidrettsklubb	1.50,42	583
4	70	Håvard Svegård	Melhus IL	1.52,65	523
5	94	Kristoffer Liland	Rana Friidrettsklubb	2.05,33	181

G-13

Lengde

Tyrving

1	20	Øystein Rødsjø	Byåsen IL	5,32	993
		-0,7			
		5,32	4,90	4,60	4,82
2	172	Sebastian Benonisen	Steinkjer Friidrettsklubb	4,83	890
				+0,7	
		4,73	X	X	4,83
3	94	Kristoffer Liland	Rana Friidrettsklubb	4,65	853
		+0,8			
		4,65	4,48	4,65	4,40
4	65	Ola Hoseth Kosberg	Malvik IL	4,61	844
				-0,2	
		4,40	4,50	4,61	4,35



KM for N-T 06

5	69	Vebjørn Wøllo		Malvik IL	4,31	781
		-1,3				
		4,20	4,31	4,05	4,09	
6	64	Mattias Bergdal		Malvik IL	4,25	769
		+1,4				
		4,25	4,15	4,09	X	
7	234	Odin Grande Bjørnstad		Ogndal IL	4,06	729
					+0,7	
		4,00	3,78	3,91	4,06	
8	52	Henrik J. Andreassen		Lundamo IL	4,02	720
					-0,2	
		3,87	3,84	3,92	4,02	
9	165	Mikal Haugseth Holøyen		Steinkjer Friidrettsklubb	3,88	691
		+0,9				
		3,88	3,70	3,68	X	
	82	Vahid Rezae		Namsen Friidrettsforening	DNS	

G-13

Spyd

400gr

						Tyrving	
1	71	Kristoffer Metlid Skjelbred		Melhus IL	33,24	709	
		31,74	28,77	27,47	33,24		
2	172	Sebastian Benonisen		Steinkjer Friidrettsklubb	31,96	658	
		31,31	31,31	28,10	31,96		
3	94	Kristoffer Liland		Rana Friidrettsklubb	27,53	481	
		24,81	25,30	25,31	27,53		
4	70	Håvard Svegård		Melhus IL	26,31	432	
		24,28	20,76	26,31	25,90		
5	52	Henrik J. Andreassen		Lundamo IL	25,63	405	
		25,63	21,99	23,52	X		
6	234	Odin Grande Bjørnstad		Ogndal IL	25,08	383	
		19,36	22,93	25,08	23,66		
7	165	Mikal Haugseth Holøyen		Steinkjer Friidrettsklubb	22,79	291	
		15,42	22,34	22,79	21,09		
8	64	Mattias Bergdal		Malvik IL	19,65	166	
		19,65	17,66	16,90	X		

G-13

stav

						Tyrving			
1	52	Henrik J. Andreassen		Lundamo IL	2,10	697			
		1,50	1,60	1,70	1,80	1,90	2,00	2,10	2,20
		0	0	0	0	0	X0	X0	XXX
2	60	Anders Kruke		Malvik IL	2,00	625			
		1,50	1,60	1,70	1,80	1,90	2,00	2,10	
		0	0	0	0	0	0	XXX	



3	69	Vebjørn Wøllo	Malvik IL	1,50	265
	1,50	1,60			
	X0	XXX			
	65	Ola Hoseth Kosberg	Malvik IL	DNS	
	64	Mattias Bergdal	Malvik IL	DNS	

G-14 **200 m**

Vind: 0,0

					Tyrving
1	40	Stig-Henry Solum	Harran IL	26,93	844
	180	Øyvind Hovde	Steinkjer Friidrettsklubb	DNS	

G-14 **600 m**

					Tyrving
1	17	Petter Bratsve	Byåsen IL	1.42,76	682
	180	Øyvind Hovde	Steinkjer Friidrettsklubb	DNS	
	40	Stig-Henry Solum	Harran IL	DNS	

G-14 **80 m hekk** **84,0 8m**

					Tyrving
1	40	Stig-Henry Solum	Harran IL	14,18	643

G-14 **Lengde**

					Tyrving
1	192	Størk Avelsgaard Lien	Stjørdal Friidrettsklubb	4,40	716
		+0,6			
	4,27	4,20	4,40	X	
	180	Øyvind Hovde	Steinkjer Friidrettsklubb	DNS	

G-14 **Spyd** **600gr**

					Tyrving
1	192	Størk Avelsgaard Lien	Stjørdal Friidrettsklubb	40,92	898
	40,92	37,48	38,48	38,31	
	180	Øyvind Hovde	Steinkjer Friidrettsklubb	DNS	

G-14 **stav**

					Tyrving
1	192	Størk Avelsgaard Lien	Stjørdal Friidrettsklubb	2,50	784
	2,20	2,30	2,40	2,50	2,60
	0	0	0	0	XXX

G-15 **100 m hekk** **91,4 8,5m**

					Tyrving
1	182	Eirik G. Lerberg	Stjørdal Friidrettsklubb	16,20	832
2	145	Emil Hegge	Steinkjer Friidrettsklubb	19,78	330
	214	Runar Støa	Verdal Friidrettsklubb	DNS	

G-15 **200 m**

					Vind: +0,0	Tyrving
Heat: 1						
1	41	Borgar Sagbakken	Hegra IL	26,88	758	
2	145	Emil Hegge	Steinkjer Friidrettsklubb	26,89	757	
3	236	Øyvind Holmen Longva	Frol IL	28,15	644	
4	84	Johan Torås Halseth	Ogndal IL	28,24	636	
	231	Erlend Rønningen	Skogn IL	DNS		

					Vind: 0,0	Tyrving
Heat: 2						
1	115	Fredrik Løvås Jessen	Skogn IL	24,63	961	
2	79	Simen Groven	Namsen Friidrettsforening	25,47	885	
3	63	Martin Aasen	Malvik IL	25,81	855	
	214	Runar Støa	Verdal Friidrettsklubb	DNS		

Plassering Totalt

1	115	Fredrik Løvås Jessen	Skogn IL	24,63
2	79	Simen Groven	Namsen Friidrettsforening	25,47
3	63	Martin Aasen	Malvik IL	25,81
4	41	Borgar Sagbakken	Hegra IL	26,88
5	145	Emil Hegge	Steinkjer Friidrettsklubb	26,89
6	236	Øyvind Holmen Longva	Frol IL	28,15
7	84	Johan Torås Halseth	Ogndal IL	28,24
	231	Erlend Rønningen	Skogn IL	DNS
	214	Runar Støa	Verdal Friidrettsklubb	DNS

G-15 **800 m**

					Tyrving
1	63	Martin Aasen	Malvik IL	2.08,16	907
2	145	Emil Hegge	Steinkjer Friidrettsklubb	2.35,32	418
	245	Håkon Blengsli	Steinkjer Friidrettsklubb	DNS	
	84	Johan Torås Halseth	Ogndal IL	DNS	
	32	Jo Forseth Indgaard	Frol IL	DNS	

G-15 **Lengde**

					Tyrving
1	41	Borgar Sagbakken	Hegra IL	4,86	729
		+1,3			
X	2,94	4,86	4,81	4,78	X



KM for N-T 06

2	145	Emil Hegge				Steinkjer Friidrettsklubb	4,80	716
			+0,6					
		4,73	4,72	4,80	X	3,64	4,49	
3	84	Johan Torås Halseth				Ogndal IL	4,72	699
			+1,1					
		4,66	4,72	X	4,69	4,44	4,46	
	214	Runar Støa				Verdal Friidrettsklubb	DNS	
	115	Fredrik Løvås Jessen				Skogn IL	DNS	

G-15

Slegge

4,0kg/119,5cm

									Tyrving
1	145	Emil Hegge				Steinkjer Friidrettsklubb	24,00	265	
		X	X	X	X	9,30	24,00		
2	182	Eirik G. Lerberg				Stjørdal Friidrettsklubb	23,60	245	
		X	21,56	20,70	X	21,52	23,60		

G-15

Spyd

600gr

										Tyrving
1	182	Eirik G. Lerberg				Stjørdal Friidrettsklubb	41,98	799		
		40,28	40,91	41,74	41,98	X	41,68			
2	236	Øyvind Holmen Longva				Frol IL	37,46	626		
		33,76	37,46	35,42	31,13	31,99	X			
3	84	Johan Torås Halseth				Ogndal IL	27,48	227		
		20,85	23,65	27,48	23,29	25,75	24,62			
4	145	Emil Hegge				Steinkjer Friidrettsklubb	26,78	199		
		26,78	25,14	22,97	X	X	X			
	214	Runar Støa				Verdal Friidrettsklubb	DNS			

G-15

stav

											Tyrving
1	236	Øyvind Holmen Longva				Frol IL	2,40	524			
		1,70	1,80	1,90	2,00	2,20	2,30	2,40	2,50		
		0	0	0	0	0	0	0	XXX		
2	145	Emil Hegge				Steinkjer Friidrettsklubb	2,40	524			
		1,50	1,60	1,70	1,80	1,90	2,00	2,10	2,20	2,30	2,40
		0	0	0	0	XX0	0	X0	X0	X0	0
		2,50									
		XXX									

G-16

200 m

Vind: +0,2

										Tyrving
1	247	Stian Schjefte				Steinkjer Friidrettsklubb	25,57	813		

G-16

800 m



1	247	Stian Schjefte	Steinkjer Friidrettsklubb	2.15,08	Tyrving
	83	Eskil Smith Sørhøy	Ogndal IL	DNS	728

G-16 **Spyd** **700gr**

1	83	Eskil Smith Sørhøy	Ogndal IL	43,77	Tyrving		
	43,77	42,75	X	40,85	X	X	770
2	247	Stian Schjefte	Steinkjer Friidrettsklubb	26,56	82		
	26,08	X	26,56	X	X	X	

G-16 **stav**

1	83	Eskil Smith Sørhøy	Ogndal IL	2,75	Tyrving						
	1,50	1,60	1,80	2,10	2,30	2,40	2,50	2,60	2,75	2,90	581
	0	0	0	0	0	0	0	0	0	XXX	

G-17 **110 m hekk** **91,4 8,8m**

169	Rune Jørgen Sandsæter	Steinkjer Friidrettsklubb	DNS	Tyrving
-----	-----------------------	---------------------------	-----	---------

G-17 **200 m**

Vind: +0,2

1	104	Tore Angell Petersen	Rana Friidrettsklubb	24,86	Tyrving
					832
2	68	Trygve Sølberg Ellingsen	Malvik IL	24,89	829
	90	Håkon Ankervold	Rana Friidrettsklubb	DNS	

G-17 **800 m**

1	205	Håvard Heitlo Holm	Verdal Friidrettsklubb	2.14,11	Tyrving
					701
2	90	Håkon Ankervold	Rana Friidrettsklubb	2.24,95	505
	68	Trygve Sølberg Ellingsen	Malvik IL	DNS	

G-17 **Lengde**

1	104	Tore Angell Petersen	Rana Friidrettsklubb	5,30	Tyrving	
		+0,4			727	
	X	X	5,30	X	5,09	X
2	205	Håvard Heitlo Holm	Verdal Friidrettsklubb	4,98	659	
	+0,9					
	4,98	2,79	4,71	4,67	4,89	4,93



169 Rune Jørgen Sandsæter Steinkjer Friidrettsklubb DNS

G-17 Spyd 700gr

169 Rune Jørgen Sandsæter Steinkjer Friidrettsklubb DNS

Tyrving

G-18/19 110 m hekk 100,0 9,14m

Vind: +0,2

1 184 Hilmar Magnusson Stjørdal Friidrettsklubb 18,38

Tyrving

593

G-18/19 200 m

Vind: +0,1

1 196 Magne Daaland Often Trondheim Friidrett 22,74

Tyrving

991

2 144 Eivind Jenssen Steinkjer Friidrettsklubb 23,83

893

3 133 Ole Christian Kjenstad Snåsa IL 24,11

868

4 136 Ronny Andre Kjenstad Snåsa IL 24,21

859

184 Hilmar Magnusson Stjørdal Friidrettsklubb DNS

130 Magnus Fuglår Snåsa IL DNS

134 Peder Gartland Snåsa IL DNS

G-18/19 800 m

1 225 Ivar Husby Vollan I.K. 2.03,01

Tyrving

837

177 Stian Mære Trana Steinkjer Friidrettsklubb DNS

G-18/19 Lengde

1 133 Ole Christian Kjenstad Snåsa IL 6,41

Tyrving

897

X 6,24 6,41 6,29 6,34 X

2 134 Peder Gartland Snåsa IL 6,09

829

-0,4
6,08 5,98 6,09 X 6,08 5,89

3 136 Ronny Andre Kjenstad Snåsa IL 6,05

821

+0,2
X X 5,83 6,05 X 5,72

92 Kim R Johansen Rana Friidrettsklubb DNS

G-18/19 Spyd 800 g



KM for N-T 06

											Tyrving
1	134	Peder Gartland			Snåsa IL					41,38	
	38,04	X	40,19	40,40	41,38	-					
2	91	Kim R Fagerdal			Rana Friidrettsklubb					41,24	
	41,24	X	35,60	38,67	X	36,84					
	130	Magnus Fuglår			Snåsa IL					DNS	

J-11

60 m hekk

68,0 6,5m

Heat: 1

Vind: 0,0

											Tyrving
1	31	Inga Haugdahl Solberg			Frol IL					11,92	856
	88	Kine Terese Skarland			Overhalla IL					DNS	

Heat: 2

											Tyrving
1	4	Lina Kristine Ulsund			Beitstad IL					12,00	840
	16	Marte Roel Jønnum			Byåsen IL					DNS	

Plassering Totalt

1	31	Inga Haugdahl Solberg			Frol IL					11,92	
2	4	Lina Kristine Ulsund			Beitstad IL					12,00	
	88	Kine Terese Skarland			Overhalla IL					DNS	
	16	Marte Roel Jønnum			Byåsen IL					DNS	

J-11

600 m

											Tyrving
1	31	Inga Haugdahl Solberg			Frol IL					2.04,93	665
2	4	Lina Kristine Ulsund			Beitstad IL					2.06,99	616
3	218	Anja Ofstad			Vikvarvet IL					2.14,90	426
	23	Lone Renate Sporildnes			Follafooss IL					DNS	

J-11

Høyde

											Tyrving
1	31	Inga Haugdahl Solberg			Frol IL					1,25	944
	0,85	1,00	1,05	1,10	1,15	1,20	1,25	1,30			
	0	0	0	0	0	XX0	0	XXX			
1	27	Anne Engen Andersen			Frol IL					1,25	944
	1,00	1,05	1,10	1,15	1,20	1,25	1,30				
	0	0	0	X0	X0	0	XXX				
3	16	Marte Roel Jønnum			Byåsen IL					1,15	864
	0,90	0,95	1,00	1,05	1,10	1,15	1,20				
	0	0	0	0	0	X0	XXX				
4	4	Lina Kristine Ulsund			Beitstad IL					1,05	784
	0,85	0,90	0,95	1,00	1,05	1,10					
	0	0	0	0	0	XXX					
4	67	Sara Elise Wøllo			Malvik IL					1,05	784
	0,90	0,95	1,00	1,05	1,10						
	0	0	0	0	XXX						



KM for N-T 06

6	218	Anja Ofstad				Vikvarvet IL	1,00	744
	0,85	0,90	0,95	1,00	1,05			
	0	0	0	XX0	XXX			
	88	Kine Terese Skarland				Overhalla IL	DNS	

J-11

Spyd

400gr

								Tyrving
1	218	Anja Ofstad				Vikvarvet IL	17,48	839
	17,48	15,80	16,40	16,38				
2	16	Marte Roel Jønnum				Byåsen IL	15,74	752
	12,98	X	15,74	X				
3	23	Lone Renate Sporildnes				Follafoss IL	14,76	703
	12,74	14,76	11,90	13,98				
4	4	Lina Kristine Ulsund				Beitstad IL	13,82	656
	10,60	11,48	13,82	12,64				
5	98	Marte Ruud				Rana Friidrettsklubb	9,56	443
	5,28	8,18	8,86	9,56				
	88	Kine Terese Skarland				Overhalla IL	DNS	
	DNS							

J-12

60 m hekk

68,0 7m

Heat: 1

Vind: 0,0

								Tyrving
1	109	Maija Johanne Jakobsen				Ranheim IL	10,76	928
2	175	Silje-Emilie Rygg				Steinkjer Friidrettsklubb	12,80	520
3	103	Tonje Haugum				Rana Friidrettsklubb	14,10	260

Heat: 2

								Tyrving
	7	Ingvild Grøtte Bostrøm				Byåsen IL	DNS	
	9	Julie Svendsen				Byåsen IL	DNS	

Plassering Totalt

1	109	Maija Johanne Jakobsen				Ranheim IL	10,76
2	175	Silje-Emilie Rygg				Steinkjer Friidrettsklubb	12,80
3	103	Tonje Haugum				Rana Friidrettsklubb	14,10
	9	Julie Svendsen				Byåsen IL	DNS
	7	Ingvild Grøtte Bostrøm				Byåsen IL	DNS

J-12

600 m

								Tyrving
1	206	Ingvild Aksnes				Verdal Friidrettsklubb	1.48,82	932
2	116	Marte Reitan				Skogn IL	1.50,80	884
3	18	Siv Rakel Bratsve				Byåsen IL	1.50,98	880
4	47	Marte Andrea Fjær				Kolvareid IL	1.56,69	743
5	175	Silje-Emilie Rygg				Steinkjer Friidrettsklubb	2.10,67	407



6	103	Tonje Haugum	Rana Friidrettsklubb	2.12,96	352
	7	Ingvild Grøtte Bostrøm	Byåsen IL	DNS	

J-12**Høyde**

								Tyrving
1	9	Julie Svendsen	Byåsen IL	1,40	1,40	1,43		984
		1,20 1,25 1,30 1,35			0	XXX		
		0 0 0 X0						
2	47	Marte Andrea Fjær	Kolvereid IL	1,30	1,25	1,30 1,35		904
		1,05 1,10 1,15 1,20			0	XX0 XXX		
		0 X0 0 XX0						
3	175	Silje-Emilie Rygg	Steinkjer Friidrettsklubb	1,25	1,25	1,30		864
		1,05 1,10 1,15 1,20			X0	XX-		
		0 0 0 X0						
4	121	Ingeborg Våg	Snåsa IL	1,20	1,25			824
		1,05 1,10 1,15 1,20			X--			
		0 0 0 0						
4	109	Majja Johanne Jakobsen	Ranheim IL	1,20	1,10	1,15 1,20 1,25		824
		1,10 1,15 1,20 1,25			0	X0 XXX		
		0 0 X0 XXX						
6	89	Eileen Ruud	Rana Friidrettsklubb	1,15	0,90	0,95 1,00 1,05		784
		0,90 0,95 1,00 1,05			1,10 1,15 1,20			
		0 0 0 0			X0 0 XXX			
	206	Ingvild Aksnes	Verdal Friidrettsklubb	DNS				

J-12**Spyd****400gr**

								Tyrving
1	9	Julie Svendsen	Byåsen IL	20,36	19,24	20,36 20,30 19,24		713
		19,24 20,36 20,30 19,24						
		17,24 17,62 X 18,74						
2	89	Eileen Ruud	Rana Friidrettsklubb	18,74	17,24	17,62 X 18,74		632
		17,24 17,62 X 18,74						
3	18	Siv Rakel Bratsve	Byåsen IL	11,90	X	10,82 11,90 11,28		290
		X 10,82 11,90 11,28						
4	175	Silje-Emilie Rygg	Steinkjer Friidrettsklubb	10,54	10,54	8,90 10,08 8,78		222
		10,54 8,90 10,08 8,78						
5	161	Marianne Finstad Langli	Steinkjer Friidrettsklubb	10,32	9,98	9,22 10,32 9,64		211
		9,98 9,22 10,32 9,64						
	206	Ingvild Aksnes	Verdal Friidrettsklubb	DNS				

J-13**200 m**

Vind: 0,0

								Tyrving
1	208	Line Plahn	Verdal Friidrettsklubb	27,57				1025
2	10	Julie Andrea Håskjold	Byåsen IL	27,58				1024
3	78	Martine Johannesen Flakk	Namsen Friidrettsforening	28,57				947



KM for N-T 06

4	61	Maria Bergdal	Malvik IL	30,93	763
5	86	Ragna Torås Halseth	Ogndal IL	33,13	592
	66	Ragnhild Øie Langåker	Malvik IL	DNS	
	211	Marte Norum Lerfald	Verdal Friidrettsklubb	DNS	
	15	Marte Kristoffersen	Byåsen IL	DNS	
	160	Mari Romstad	Steinkjer Friidrettsklubb	DNS	

J-13

60 m hekk

68,0 7,5m

Heat: 1

Vind: +0,6

Tyrving

1	95	Malin F Dahl	Rana Friidrettsklubb	11,02	816
2	160	Mari Romstad	Steinkjer Friidrettsklubb	11,31	758
2	66	Ragnhild Øie Langåker	Malvik IL	11,31	758

Heat: 2

Vind: 0,0

Tyrving

1	10	Julie Andrea Håskjold	Byåsen IL	10,55	910
2	61	Maria Bergdal	Malvik IL	11,30	760
	15	Marte Kristoffersen	Byåsen IL	DNS	

Plassering Totalt

1	10	Julie Andrea Håskjold	Byåsen IL	10,55
2	95	Malin F Dahl	Rana Friidrettsklubb	11,02
3	61	Maria Bergdal	Malvik IL	11,30
4	160	Mari Romstad	Steinkjer Friidrettsklubb	11,31
4	66	Ragnhild Øie Langåker	Malvik IL	11,31
	15	Marte Kristoffersen	Byåsen IL	DNS

J-13

600 m

Tyrving

1	24	Silje Marie Sporildnes	Follafoss IL	1.49,13	862
2	209	Malin Engelin Selbo	Verdal Friidrettsklubb	1.52,15	790
3	95	Malin F Dahl	Rana Friidrettsklubb	2.00,88	580
4	93	Kine Løseth	Rana Friidrettsklubb	2.02,81	534
5	86	Ragna Torås Halseth	Ogndal IL	2.03,91	507
	212	Rebekka Anfinnes	Verdal Friidrettsklubb	DNS	
	10	Julie Andrea Håskjold	Byåsen IL	DNS	

J-13

Høyde

Tyrving

1	95	Malin F Dahl	Rana Friidrettsklubb	1,35	880			
		1,10	1,15	1,20	1,25	1,30	1,35	1,40
		0	0	0	0	0	0	XXX



KM for N-T 06

2	208	Line Plahn		Verdal Friidrettsklubb	1,30	840
		1,20	1,25	1,30	1,35	
		0	XX0	0	XXX	
3	14	Marte Kristoffersen		Byåsen IL	1,30	840
		1,20	1,25	1,30	1,35	
		0	0	X0	XXX	
4	86	Ragna Torås Halseth		Ogndal IL	1,25	800
		1,20	1,25	1,30		
		0	0	XXX		
5	160	Mari Romstad		Steinkjer Friidrettsklubb	1,20	760
		1,10	1,15	1,20	1,25	
		0	0	X0	XXX	
	61	Maria Bergdal		Malvik IL	DNS	
	66	Ragnhild Øie Langåker		Malvik IL	DNS	
	209	Malin Engelin Selbo		Verdal Friidrettsklubb	DNS	

J-13

Spyd

400gr

						Tyrving
1	194	Kristin Marie Wiseth		Sør-Beitstad IL	31,42	935
		31,42	29,54	30,36	31,15	
2	86	Ragna Torås Halseth		Ogndal IL	26,03	771
		21,84	25,33	26,03	23,71	
3	78	Martine Johannesen Flakk		Namsen Friidrettsforening	25,94	767
		24,52	25,94	X	25,38	
4	24	Silje Marie Sporildnes		Follafooss IL	22,73	606
		22,44	21,76	22,73	19,02	
5	208	Line Plahn		Verdal Friidrettsklubb	21,24	532
		15,92	17,60	15,62	21,24	
6	211	Marte Norum Lerfald		Verdal Friidrettsklubb	20,84	512
		20,84	17,50	19,41	16,85	
7	61	Maria Bergdal		Malvik IL	14,59	199
		14,08	14,59	12,46	13,34	
8	209	Malin Engelin Selbo		Verdal Friidrettsklubb	13,76	158
		13,20	13,70	13,76	12,14	
	66	Ragnhild Øie Langåker		Malvik IL	DNS	
	212	Rebekka Anfinnes		Verdal Friidrettsklubb	DNS	

J-14

200 m

Heat: 1

Vind: 0,0

						Tyrving
1	108	Julie Skevik		Ranheim IL	27,77	955
2	8	Jeanette Stensheim		Byåsen IL	29,64	809
3	48	Signe Kiil		Kolvereid IL	30,77	721



KM for N-T 06

4	243	Maria Sandbu	Byåsen IL	30,92	709
5	105	Elin Fornes Gundersen	Ranheim IL	31,21	687
Heat: 2		Vind: 0,0			Tyrving
1	200	Ann Kristin Skrove	Verdal Friidrettsklubb	28,06	932
2	85	Mari Jensen	Ogndal IL	29,42	826
3	5	Oda Ulsund	Beitstad IL	29,51	819
4	3	Ingrid Eide Aadland	Beitstad IL	29,63	810
5	193	Vilde Stræte Ingstad	Stjørdal Friidrettsklubb	29,81	796
6	187	Kristin Munkeby Forbord	Stjørdal Friidrettsklubb	31,47	666

Plassering Totalt

1	108	Julie Skevik	Ranheim IL	27,77
2	200	Ann Kristin Skrove	Verdal Friidrettsklubb	28,06
3	85	Mari Jensen	Ogndal IL	29,42
4	5	Oda Ulsund	Beitstad IL	29,51
5	3	Ingrid Eide Aadland	Beitstad IL	29,63
6	8	Jeanette Stensheim	Byåsen IL	29,64
7	193	Vilde Stræte Ingstad	Stjørdal Friidrettsklubb	29,81
8	48	Signe Kiil	Kolvereid IL	30,77
9	243	Maria Sandbu	Byåsen IL	30,92
10	105	Elin Fornes Gundersen	Ranheim IL	31,21
11	187	Kristin Munkeby Forbord	Stjørdal Friidrettsklubb	31,47

J-14

60 m hekk

76,2 7,5m

		Vind: +0,0			Tyrving
1	200	Ann Kristin Skrove	Verdal Friidrettsklubb	10,33	894
2	108	Julie Skevik	Ranheim IL	10,69	822
3	5	Oda Ulsund	Beitstad IL	11,01	758
4	100	Sandra Kolåsæther	Rana Friidrettsklubb	11,37	686
5	105	Elin Fornes Gundersen	Ranheim IL	11,38	684
	3	Ingrid Eide Aadland	Beitstad IL	DNS	

J-14

600 m

					Tyrving
1	19	Viktoria Konstane Kvalsvik	Byåsen IL	1.36,29	1127
2	8	Jeanette Stensheim	Byåsen IL	1.50,61	783
3	193	Vilde Stræte Ingstad	Stjørdal Friidrettsklubb	1.53,60	712
4	48	Signe Kiil	Kolvereid IL	1.53,99	702

J-14

Diskos

0,75kg



							Tyrving	
1	3	Ingrid Eide Aadland				Beitstad IL	21,05	481
		19,39	18,71	18,62	21,05			
2	187	Kristin Munkeby Forbord				Stjørdal Friidrettsklubb	16,88	230
		16,76	16,70	16,88	X			
3	5	Oda Ulsund				Beitstad IL	12,70	
		10,48	10,55	12,70	11,37			

J-14**Høyde**

							Tyrving	
1	200	Ann Kristin Skrove				Verdal Friidrettsklubb	1,43	896
		1,25	1,30	1,35	1,40	1,43	1,46	
		0	0	0	X0	X0	XXX	
2	120	Guro Våg				Snåsa IL	1,30	792
		1,20	1,25	1,30	1,35			
		0	0	0	XXX			
3	100	Sandra Kolåsæther				Rana Friidrettsklubb	1,30	792
		1,10	1,15	1,20	1,25	1,30	1,35	
		0	0	0	X0	XX0	XXX	
	35	Trine Elise Rødal				Frol IL	DNS	

J-14**Spyd****400gr**

							Tyrving	
1	200	Ann Kristin Skrove				Verdal Friidrettsklubb	31,17	829
		31,17	X	28,69	29,55			
2	108	Julie Skevik				Ranheim IL	29,80	780
		X	X	23,94	29,80			
3	3	Ingrid Eide Aadland				Beitstad IL	26,21	600
		26,21	23,50	23,65	23,73			
4	187	Kristin Munkeby Forbord				Stjørdal Friidrettsklubb	21,13	346
		21,06	17,26	21,13	17,06			
5	5	Oda Ulsund				Beitstad IL	19,22	251
		15,58	13,32	14,38	19,22			

J-15**200 m****Heat: 1**

Vind: +0,1

							Tyrving	
1	106	Ida Westgård Gjølvaag				Ranheim IL	27,26	964
2	11	Julie Bertheussen Falkanger				Byåsen IL	27,73	927
3	101	Stine Johannessen Haugum				Rana Friidrettsklubb	31,02	670

Heat: 2

Vind: +0,1

							Tyrving	
1	142	Carina Haugseth Holøyen				Steinkjer Friidrettsklubb	28,11	897
2	181	Amanda Øien				Stjørdal Friidrettsklubb	28,43	872
3	37	Kari Bøhle Langen				Grong IL	29,62	780



KM for N-T 06

188	Linn Vikan	Stjørdal Friidrettsklubb	DNS
127	Lena Nyborg	Snåsa IL	DNS

Plassering Totalt

1	106	Ida Westgård Gjølvaag	Ranheim IL	27,26
2	11	Julie Bertheussen Falkanger	Byåsen IL	27,73
3	142	Carina Haugseth Holøyen	Steinkjer Friidrettsklubb	28,11
4	181	Amanda Øien	Stjørdal Friidrettsklubb	28,43
5	37	Kari Bøhle Langen	Grong IL	29,62
6	101	Stine Johannessen Haugum	Rana Friidrettsklubb	31,02
	188	Linn Vikan	Stjørdal Friidrettsklubb	DNS
	127	Lena Nyborg	Snåsa IL	DNS

J-15

80 m hekk

76,2 8m

					Tyrving
1	112	Nora Synnestvedt Johansen	Ranheim IL	13,64	829
2	142	Carina Haugseth Holøyen	Steinkjer Friidrettsklubb	14,38	718
3	101	Stine Johannessen Haugum	Rana Friidrettsklubb	16,00	475
	188	Linn Vikan	Stjørdal Friidrettsklubb	DNS	

J-15

800 m

						Tyrving
1	11	Julie Bertheussen Falkanger	Byåsen IL	2.25,42		881
2	241	Maren Aalberg	Steinkjer Friidrettsklubb	2.28,36		837
3	142	Carina Haugseth Holøyen	Steinkjer Friidrettsklubb	2.38,38		686
4	210	Margunn Aksnes	Verdal Friidrettsklubb	2.42,48		625

J-15

Diskos

0,75kg

									Tyrving
1	106	Ida Westgård Gjølvaag	Ranheim IL	25,46					475
	X	23,10	X	25,46	X	X			
2	246	Eline Bye	Ogndal IL	24,52					419
		23,13	24,52	21,59	20,38	21,49	21,68		
3	210	Margunn Aksnes	Verdal Friidrettsklubb	20,56					181
	X	X	17,34	16,72	20,56	20,30			
4	125	Kjersti Våg	Snåsa IL	18,41					52
	X	14,59	16,02	16,17	15,19	18,41			

J-15

Høyde

										Tyrving
1	125	Kjersti Våg	Snåsa IL	1,45						880
		1,20	1,25	1,30	1,35	1,40	1,45	1,50		
		0	0	0	0	0	0	XXX		



KM for N-T 06

2	181	Amanda Øien			Stjørdal Friidrettsklubb	1,45	880
		1,25	1,30	1,35	1,40	1,45	1,50
		0	0	0	0	X0	XXX
3	37	Kari Bøhle Langen			Grong IL	1,45	880
		1,20	1,25	1,30	1,35	1,40	1,45
		0	0	0	0	X0	X0
							XX-
4	101	Stine Johannessen Haugum			Rana Friidrettsklubb	1,25	720
		1,10	1,15	1,20	1,25	1,30	
		0	0	0	0	XXX	
	188	Linn Vikan			Stjørdal Friidrettsklubb	DNS	

J-15

Spyd

400gr

								Tyrving
1	246	Eline Bye			Ogndal IL	31,01	705	
		26,11	31,01	29,79	29,76	X	X	
2	2	Gunnbjørg Foosnæs			Beitstad IL	27,80	545	
		20,65	23,07	27,46	25,28	27,80	27,50	
3	112	Nora Synnøstvedt Johansen			Ranheim IL	27,49	529	
		19,83	25,68	X	26,42	20,52	27,49	
4	210	Margunn Aksnes			Verdal Friidrettsklubb	27,34	522	
		25,76	27,34	22,96	26,04	26,59	22,81	
5	181	Amanda Øien			Stjørdal Friidrettsklubb	26,60	485	
		24,08	25,78	25,79	26,60	24,38	26,33	
6	1	Andrea Finstad Mortensen			Beitstad IL	24,93	401	
		24,89	19,60	24,93	24,70	X	23,85	
7	37	Kari Bøhle Langen			Grong IL	22,69	289	
		X	22,69	X	X	X	X	
	188	Linn Vikan			Stjørdal Friidrettsklubb	DNS		
	127	Lena Nyborg			Snåsa IL	DNS		

J-15

Tresteg

								Tyrving
1	112	Nora Synnøstvedt Johansen			Ranheim IL	10,14	938	
						+0,8		
		X	9,86	10,13	X	10,14		
	188	Linn Vikan			Stjørdal Friidrettsklubb	DNS		

J-16

200 m

								Tyrving
								Vind: +0,2
1	75	Ida Johannesen Flakk			Namsen Friidrettsforening	28,35	847	
2	81	Therese Tømmerås Larsen			Namsen Friidrettsforening	29,90	727	

J-16

800 m



										Tyrving
1	213	Runa Skrove Falch	Verdal Friidrettsklubb	2.27,60						818
2	12	Kristin Grøtte Bostrøm	Byåsen IL	2.29,75						786

J-16 Høyde

										Tyrving
1	81	Therese Tømmerås Larsen	Namsen Friidrettsforening	1,45						856
	1,30	1,40	1,45	1,50						
	0	0	0	XX-						

J-16 Spyd 600gr

										Tyrving
1	75	Ida Johannesen Flakk	Namsen Friidrettsforening	31,05						826
2	220	Beate Slind Grøtte	Vikvarvet IL	30,39						809

J-16 Tresteg

										Tyrving
1	75	Ida Johannesen Flakk	Namsen Friidrettsforening	10,10						895
	+0,5									
	10,10	X	X	X	9,86	9,81				

J-17 200 m

Vind: +0,2

										Tyrving
1	140	Alisa Andersen	Steinkjer Friidrettsklubb	26,48						970
2	167	Rachel Nordtømme	Steinkjer Friidrettsklubb	26,81						944
3	157	Malin Hegge	Steinkjer Friidrettsklubb	28,13						841

J-17 800 m

										Tyrving
170	Rut Appelkvist	Steinkjer Friidrettsklubb	DNS							

J-17 Spyd 600gr

										Tyrving
1	43	Ragnhild Solem	Hegra IL	31,92						796
2	157	Malin Hegge	Steinkjer Friidrettsklubb	20,20						210

J-18/19 200 m

Vind: 0,0

										Tyrving
1	151	Kari Marte Brandt	Steinkjer Friidrettsklubb	25,59						1016
2	159	Maren Haugan Aasheim	Steinkjer Friidrettsklubb	27,82						842



KM for N-T 06

3	189	Rebekka Laanke	Stjørdal Friidrettsklubb	28,71	773
4	185	Ida Eide	Stjørdal Friidrettsklubb	29,70	695
	240	Linda Ukkelberg	Steinkjer Friidrettsklubb	DNS	

J-18/19

800 m

						Tyrving
1	185	Ida Eide	Stjørdal Friidrettsklubb	2.26,27	793	
2	151	Kari Marte Brandt	Steinkjer Friidrettsklubb	2.27,41	776	
3	113	Stine Braa Sjøholtstrand	Ranheim IL	2.29,23	749	
4	110	Maiken Braa Sjøholtstrand	Ranheim IL	2.29,50	745	
5	178	Susann Westermann	Steinkjer Friidrettsklubb	2.29,84	739	
	229	Ane Bjerkan	Steinkjer Friidrettsklubb	DNF		

J-18/19

Spyd

600 g

							Tyrving
1	190	Runa Pedersen	Stjørdal Friidrettsklubb	34,94			
				34,94	33,97	31,88	32,18
				32,80	34,30		
2	44	Solaug Solem	Hegra IL	27,50			
				25,06	27,50	23,41	22,91
				21,95	22,78		
3	189	Rebekka Laanke	Stjørdal Friidrettsklubb	25,83			
				23,80	24,18	23,22	25,83
				22,32	X		

J-18/19

Tresteg

							Tyrving
1	189	Rebekka Laanke	Stjørdal Friidrettsklubb	9,37			743
				+0,7			
				9,12	9,05	9,15	X
				9,31	9,37		

KS

200 m

							Tyrving
				Vind: 0,0			
1	156	Liv-Miriam Nordtømme	Steinkjer Friidrettsklubb	26,48			
2	153	Kristina S. Ryan	Steinkjer Friidrettsklubb	28,01			

KS

400 m hekk

76,2 35m

						Tyrving
1	167	Rachel Nordtømme	Steinkjer Friidrettsklubb	1.04,43		

KS

800 m



