

Øvelser laurdag

Øvelse 4x400m MJ

Forsøk kl.14.00

Heat 1

Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe	2. etappe	3.etappe	4.etappe Markus Loftås	Heat	Bane
1	109	Osterøy IL	3:36,36	Erlend Mjøs Njord Erlend	Vebjørn Borge	Martin L. Kåstad Vegard Løberg		1	3
2	94	Ullensaker/Kisa IL 1.lag	3:37,20	Wiker	Vetle Aasland	Gjelsvik	Thomas Roth Stian	1	2
3	5	Asker skiklubb	3:38,79	Johan Kvalberg	Ole Jakob Raa	Stian Klungland	Johansen	1	4
4	14	BFG Fana	3:45,51	Adrian Kvinge	Thomas Trefall	Didrik Mikkelsen	Vegar Hope	1	5

Heat 2

Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe	2. etappe	3.etappe	4.etappe Henning Grønnes	Heat	Bane
1	58	IL Skjalg	3:36,69	Espen Sele	René Gilje	John Huse Olsen		2	2
2	82	Sandnes IL	3:37,63	Kjartan Løvoll	Tommy Haga Fredrik Anthi	Ahmad Muktar Adam	Marius Bakken Støle	2	3
3	96	Ullensaker/Kisa IL 2.lag	3:41,69	Andreas Roth	Svinø	Karl Jørgen Nyqvist	Kevin Fritz	2	4
	34	IL Gular	dns	-	-	-	-		

Øvelse 4x400m MJ

Finale kl.16.35

Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe Njord Erlend Wiker	2. etappe Vetle Aasland	3.etappe Vegard Løberg Gjelsvik	4.etappe Thomas Roth Henning Grønnes Martin L. Kåstad	Bane
1	94	Ullensaker/Kisa IL 1.lag	3:24,28					2
2	58	IL Skjalg	3:25,73	Espen Sele	René Gilje	John Huse Olsen		4
3	109	Osterøy IL	3:27,12	Markus Loftås	Vebjørn Borge	Erlend Mjøs		3
4	82	Sandnes IL	3:36,82	Kjartan Løvoll	Tommy Haga Fredrik Anthi	Ahmad Muktar Adam	Marius Bakken Støle	5
5	96	Ullensaker/Kisa IL 2.lag	3:41,01	Andreas Roth	Svinø	Karl Jostein Nyqvist	Kevin Fritz Stian	6
6	5	Asker skiklubb	3:41,15	Johan Kvalberg	Ole Jakob Raa	Stian Klungland	Johansen	1

Øvelse 4x100m KJ

Forsøk kl.14.25

Finale kl.16.50

Heat 1

Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe Benedicte Abrahamsen	2. etappe Christiane Gjerde	3.etappe Ingvild Andersen	4.etappe Isabelle Pedersen Julie Bertheussen	Heat	Bane
1	51	IL Norna Salhus 1.lag	48,39					1	3
2	117	Trondheim Friidrett	48,99	Marte Kristoffersen	Julie Andrea Håskjold	Viktoria Konstanse Kvalsvik	Falkanger Cecilie	1	5
3	71	Ranheim IL	50,16	Krokstad	Stensheim	Stine Marie Grønhaug	Hofstad	1	1
4	6	Asker skiklubb 1.lag	51,41	Ellertsen	Malene Tveit	Pernille Kloster	Line Kloster	1	4
5	98	IL i BUL	51,87	Julie Farseth Berg	Tora Spangen Normann	Phylis Boateng - Gyamfi	Janani Princley	1	2

Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe	2. etappe	3.etappe	4.etappe	Heat	Bane
6	124	Asker skiklubb 3.lag	53,17	Ine Marie Raa	Karoline H. Koritzinsky	Hilde F. Jansen	Torunn S. Hovden	1	6
1	17	FIK Orion	49,84	Maria Teigland	Silje Aukrust	Nina Harby Nygaard	Gerd Lahlum Lystad	2	4
2	61	Kristiansand IF	49,91	Stine Sørensen Landsnes	Marte Wildson	Guro Forbord Anderssen	Eline Breilid	2	2
3	64	Moelven IL, friidrett	52,71	Kristine Vanem	Ingvild Fåshagen	Åsta Sulen	Ayla Swart Linn Rise	2	5
4	8	Asker skiklubb 2.lag	53,67	Martine Østlie Heidi Stubbs	Agnete Astrup Silje Nordahl	Tea Tyrdal	Johnsen	2	1
5	89	Ullensaker/Kisa IL	54,53	Holdal	Disserud	Frida Forberg	Lillan Buraas Ida Marie Hjelmås	2	3
	53	IL Norna Salhus 2.lag	DISQ	Fride M. Olsen	Mette Algerøy	Åse Sandven		2	6
	26	IL Gular	dns	-	-	-	-		

Øvelse 4x100m KJ
Finale kl.16.50

Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe	2. etappe	3.etappe	4.etappe	Bane
1	51	IL Norna Salhus 1.lag	47,66	Benedicte Abrahamsen	Christiane Gjerde	Ingvild Andersen	Isabelle Pedersen Julie Bertheussen	3
2	117	Trondheim Friidrett	49,18	Marte Kristoffersen	Julie Andrea Håskjold	Viktoria Konstanse Kvalsvik	Falkanger	4
3	61	Kristiansand IF	49,40	Stine Sørensen Landsnes	Marte Wildson	Guro Forbord Anderssen	Eline Breilid	5
4	17	FIK Orion	49,62	Maria Teigland Synne	Silje Aukrust Jeanette Stensheim	Nina Harby Nygaard	Gerd Lahlum Lystad Cecilie Hofstad	2
5	71	Ranheim IL	50,10	Krokstad	Karoline Koritzinsky	Stine Marie Grønnhaug		1
6	6	Asker skiklubb 1.lag	51,18	Pernille Kloster		Line Kloster	Malene Tveit	6

Øvelse 4x800m KJ
Finale kl.15.45

Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe	2. etappe	3.etappe	4.etappe
1	28	IL Gular	9:30,78	Synne Visnes	Heidi Ann Bruknapp	Frida Berge	Karoline Finne
2	72	Ranheim IL	9:37,80	Anna Victoria Van Der Zwaag	Jeanette Stensheim	Julie Skevik	Cecilie Hofstad Helene Hansen
3	11	BFG Fana	9:38,89	Marie Rekve Maiken	Martine Borge	Kristin Birkelund	
4	104	IL Tyrving 1.lag	9:58,95	Skoie Brustad	Kristin Skolt	Kaja Høvik Sivertsen	Johanna Gateman

5 105 IL Tyrving 2.lag 10:43,38 Ingeborg Karoline Kari
90 Ullensaker/Kisa IL dns Treu Røe Skatteboe Eva Vister Kristiansen

Øvelse 4x100m MS
Forsøk kl.14.50

Heat 1

Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe	2. etappe	3.etappe	4.etappe	Heat	Bane
1	49	IL Norna Salhus	42,50	Erik Johansen	Byrkjenes	Ragnar Bergheim	Jørgen H. Johansen	1	4
2	23	IK Tjalve	43,84	Lars Ytterhaug	Henrik Johnsen	Vetle Utsi Onstad	Abdi Gulled	1	3
3	40	IL Gular 2.lag	44,27	Jon Anders Løkkevik	Torbjørn Lysne	Joakim Dang	Torstein Harness	1	2
4	126	Moelven IL, friidrett 2.lag	46,36	Magnus Lørstad	Mauritz Kåshagen	Marius Fauskerud	Jørgen Kåshagen	1	5

Heat 2

Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe	2. etappe	3.etappe	4.etappe	Heat	Bane
1	67	Moelven IL, friidrett 1.lag	43,26	Pål Jostad	Alexander Dahlstrøm Winger	Carl Emil Kåshagen	Martin Forbugskog Lars	2	4
2	46	IL Mogutten	44,13	Stein Eirik Sollien	Fredrik Bergseteren	Øystein Sva	Tangnes Frantzen	2	2
3	73	Ranheim IL	45,47	Simen Berg Saksvik	Frederik Stendahl Leira	Odd Eiken	Jonas Andre Grønnhaug	2	5
	37	IL Gular 1.lag	DNF	Christian Marthinussen	Andreas Kristiansen	Jarle Hollund	Alexander Karlsson	2	3
	125	FIK Orion	DNS	-	-	-	-		

Øvelse 4x100m MS
FINALE KL 17.05

Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe	2. etappe	3.etappe	4.etappe	Bane	
1	67	Moelven IL, friidrett 1.lag	42,28	Pål Jostad	Alexander Dahlstrøm Winger	Carl Emil Kåshagen	Martin Forbugskog	4	
2	49	IL Norna Salhus	42,42	Erik Johansen	Byrkjenes	Ragnar Bergheim	Jørgen H. Johansen	3	
3	46	IL Mogutten	43,33	Stein Eirik Sollien	Fredrik Bergseteren	Øystein Sva	Tangnes Frantzen	5	
4	23	IK Tjalve	43,41	Lars Ytterhaug	Henrik Johnsen	Vetle Utsi Onstad	Abdi Gulled	2	
5	40	IL Gular 2.lag	44,34	Jon Anders Løkkevik	Torbjørn Lysne	Joakim Dang	Torstein Harness	1	
6	73	Ranheim IL	DISQ	Simen Berg Saksvik	Frederik Stendahl Leira	Odd Eiken	Jonas Andre Grønnhaug	6	Tid 44,71

Øvelse 4x1500m MS
Finale kl.15.25

Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe	2. etappe	3.etappe	4.etappe
1	87	Friidrettsklubb	15:43,83	Per Erik Vullum	Torje Klevmo	Joachim Brøndbo	Eivind Jensen

2	121	Haugesund IL	15:51,55	Urige Arado Buta	Christian S. Bjørge	Thomas S. Eide	Morten Velde Asle Rønning
3	59	IL Skjalg	16:03,09	Kjetil Foss Angeltveit	Lars Erik Malde	Dabayaa Badosho	Tjelta
4	38	IL Gular 1.lag	16:11,26	Anders Huun Monsen	Vidar Dahle	Tommy B. Laitinen	Ådne Svan Dæhlin Gjermund Groven Andreas Pallberg
5	41	IL Gular 2.lag	16:24,70	Eirik Myrmel	Lars Røttingen	Hallvard Nilsen	Pettersen Sigbjørn Reigstad
6	43	IL Gular 3.lag	17:09,22	Tomas B. Windheim	Sigbjørn Groven Terje	Bjørnar Lillefosse	
7	108	Osterøy IL	17:32,95	Emil Hosøy	Simmenes	Bjarte Vik	

Øvelse		4x400m KS						
Finale kl.16.20								
Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe	2. etappe	3.etappe	4.etappe	Bane
1	86	Steinkjer Friidrettsklubb	3:50,49	Tara Norum	Marit Bruvoll	Rachel Nordtømme	Nina Brandt Andrea Gaukerud	3
2	119	Trondheim Friidrett	3:51,20	Trine Sjaastad	Julie Andrea Håskjold	Viktoria Kvalsvik	Høye Anna Victoria Van Der Zwaag	4
3	77	Ranheim IL	4:43,36	Guro Ørndal Nilsen	Ane Vognild Volden	Julie Skevik		2
	19	FIK Orion	dns					
	30	IL Gular	dns					
	63	Kristiansand IF	dns					

Øvelse		4x400m MV							
Finale kl.16.05									
Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	Klasse	1.etappe	2. etappe	3.etappe	4.etappe	Bane
1	114	Osterøy IL	3:55,41	MV40-49	Frode Langhelle	Arne Reigstad	Eystein Markmanrup	Bjarte Lohne	2
1	115	Osterøy IL	4:31,86	MV60-69	Johan Bergersen	Vidar Simmenes	John Bernes	Arne Mjelde	3
1	56	IL Norodd	6:05,56	MV70-79	Harald Søbstad	Gunnar Eckhoff	Arvid Fjærli	Henry Opland	4
	36	IL Gular	dns	MV70-79					

Øvelse		4x100m G15/16						
Finale kl.15.10								
Plass	Startnr.	Klubb	Resultat	1.etappe	2. etappe	3.etappe	4.etappe	Bane

1	99	IL i BUL	46,38	Lars Tynes	Jonas Alm	Nzimirro Adam Obiora	Aleksandar Radulovic	3
2	110	Osterøy IL	47,03	Markus Loftås	Vebjørn Borge Øystei	Stig Andreas Langeland	Andre Skår Bernes Eskild	2
3	83	Selsbakk IF	48,09	Thapakorn Sitawan	Kornelius Rødsjø	Mats Solberg	Abelseth Pütz	6
4	69	Namsen FIF	48,14	Espen Andresen	Fredrik Skarland	Mattias Nordfjellmark	Morten Sagnes Stian	1
5	123	Asker skiklubb	49,69	Birkeland Adrian	Ole Jakob Raa	Andreas Drivenes	Klungland	4
6	15	Fana IL	50,12	Manum Kvinge	Olav Kjellstad	Jostein Almenningen	Thomas Trefall	5