



Dato	Mesterskap	Sted	Senior	Junior	UM*
27.-28.1	NM mangekamp innendørs	Rud	X	U20	X
17.-18.2	NM hopp uten tilløp	Steinkjer	X	U20	
20.-21.4	NM terrengløp kort løype + stafett	Oslo	X	U20	X
6.4	NM ultraløp 100km	Bergen	X		
4.5	NM ultraløp terreng	Skien	X		
25.5	NM halvmaraton	Birkeland	X	U23	
25.-26.5	NM/UM mangekamp	Bergen	X	U20	X
22.6	NM maraton	Knarvik	X		
13.7	NM motbakkeløp	Ulvik	X		
17.8	NM OCR Hinderløp	Nannestad	X		
17.-18.8	NM stafetter	Moelv	X	U20	X
28.9	NM 5km gateløp	Jessheim	X	U20	
13.10	NM terrengløp lang løype	Oslo	X	U20	
19.10	NM 10km gateløp	Røyse	X	U20	
Ikke arrangert	NM kappgang langdistanse		X		
Ikke arrangert	NM kappgang		X		

* UM er uoffisielle mesterskap

NM mangekamp innendørs



10. NM mangekamp innendørs

Sted: Rud

Arrangør: IL Koll

Arena: Bærum Idrettspark

Dato: 27.-28. januar 2024

Menn 7-kamp NM Senior

1	Geir Høie Sjørten	Gneist	5.064p
2	Olav Kvåle Gissinger	Ranheim	4.532p
3	Fredrik Johannes Haraldstad	Hind	3.706p

Enkeltresultater: (60m, lengde, kule 7,26 kg, høyde/60m hekk 106,7m/9,14m, stav, 1000m)

1 7.04-6.87-13.01-1.79 – 8.27-4.05-3:08.86

2 7.38-6.30-8.65-1.76 – 8.81-4.05-2:55.28

2 7.49-5.653-10.39-1.73 – 9.99-2.75-3:08.46

Menn 7-kamp NM Junior

1	Jonathan Hertwig-Ødegaard	Vidar	5.620p
2	Simen Johan Teigstad	Sandvin	4.774p
3	Nikolai Stavik Moshagen	Søndre Land	4.491p
4	Tobias Kalmo Thorbjørnsen	Sandvin	3.616p

Martin Beitnes Kremen. Modum DNF, Oscar Barikmo Stühr, Fana DNF, Håvard Haugen, Sandnes DNF

Enkeltresultater: (60m, lengde, kule 6,0 kg, høyde/60m hekk 100cm/8,5m, stav, 1000m)

1 6.97-6.83-15.47-1.73 – 7.96-4.45-2:44.19

2 7.47-6.14-12.15-1.79 – 8.84-4.55-3:02.33

3 7.48-6.10-12.48-1.88 – 9.17-3.75-3:09.51

4 8.08-5.56-11.34-1.61 – 10.21-3.55-3:12.29

7.43-5.78-11.39-1.70 – 8.85-NM-DNS

7.91-5.80-10.16-1.79 – DNS

7.40-5.88-12.25 DNS

Menn 7-kamp UM G17

1	August Grimeli	Flåværingen	4.063p
2	August Høgvold	Tønsberg	3.723p
3	Eskil Ekenes	Halden	3.651p
4	Eurico A. Chiquito Bergum	Pioner	3.480p
5	Nikolai See Berre	Stjørdal	3.392p
6	Jacob Egeberg Holm	Moss	3.391p
7	Jesper Dypvik Kvaale	Steibkjær	3.243p

Christopher Ekene Nordlie, BUL DNF

Enkeltresultater: (60m, lengde, kule 5,0 kg, høyde/60m hekk 91,4cm/8,5m, stav, 800m)

1 7.62-5.93-10.48-1.64 – 9.08-3.85-3:17.60

2 7.77-5.74-7.83-1.76 – 8.89-2.45-3:05.19

3 7.54-5.55-8.12-1.61 – 8.76-2.55-3:10.90

4 7.49-9.45-9.43-1.40 – 9.18-2.45-2:57.88

5 7.78-5.78-10.88-1.73 – 9.90-2.05-3:28.79

6 8.03-5.64-9.83-1.64 – 9.92-2.35-3:07.80

7 7.91-5.48-8.85-1.55 – 10.70-2.25-2:53.27

7.18-5.69-9.62-1.67 – DNS

Menn 7-kamp UM G16

1	Lucas Francois Bricot	Sandvin	4.288p
2	Even Bogen Nørjordet	Koll	3.965p
3	Kirill Eikanger	Gneist	3.920p
4	Leif-Andreas Borgersen	Hind	3.641p
5	Mikael Girma Worku	BUL	3.482p
6	Mats Emilsen Bäckström	Sarpsborg	3.356p
7	Karl-Henrik Borgersen	Hind	3.228p
8	Radin Kalbasi	BUL	2.976p

Håkon Klausen Hotth, Larvik Turn DNF

Enkeltresultater: (60m, lengde, kule 5,0 kg, høyde/60m hekk 91,4cm/8,5m, stav, 800m)

1 7.52-5.87-12.36-1.79 – 8.87-3.25-2:21.84

2 7.62-5.68-8.33-1.67 – 9.04-3.55-2:17.73

3 7.66-5.76-10.06-1.70 – 9.16-3.15-2:21.39

4 7.84-5.75-8.30-1.58 – 9.40-2.65-2:09.62

5 7.53-5.44-7.53-1.52 – 9.26-2.45-2:16.55

6 7.88-5.09-10.08-1.52 – 10.04-2.75-2:17.41

7 8.11-5.24-7.51-1.49 – 9.92-2.85-2:14.11

8 7.85-5.10-7.36-1.46 – 9.90-2.35-2:27.88

7.95-5.08-9.82-1.49 – 9.84-DNS

Menn 7-kamp UM G15

1	Adrian Bolsøy	Sandnes	3.324p
2	David Sindre Risberg	Sandefjord	3.313p
3	Sofian Grimstad Nilsen	Sandnes	3.182p
4	Vebjørn Grimeli	Flåværingen	2.953p
5	Henrik Høgvold	Sem	2.604p
6	Thomas Svendsen	Tyrving	2.162p

Enkeltresultater: (60m, lengde, kule 4,0 kg, høyde/60m hekk 84cm/8m, stav, 800m)

1 8.12-4.92-8.75-1.58 – 9.35-2.65-2:18.24

2 8.11-4.72-10.04-1.55 – 9.41-2.45-2:16.07

3 8.25-5.04-9.67-1.58 – 9.44-2.65-2:32.93

4 8.35-4.79-8.71-1.67 – 9.81-2.75-2:44.96

5 8.63-4.57-8.63-1.49 – 10.55-2.35-2:31.83

6 8.55-4.35-9.99-1.43 – 11.64-NM-2:40.08

Kvinner 5-kamp NM Senior

Ingen deltakere

Enkeltresultater: (60m hekk 84,0cm/8,5m, høyde, kule 4,0 kg/lengde, 800m)

Kvinner 5-kamp NM Junior

1	Sunniva Indahl	Ski	3.863p
2	Jamila Isman	Fredrikstad	3.845p
3	Elise Eikeland	Sandnes	3.604p
4	Mirian Gjertsen Barkbu	Jardar	3.129p

Enkeltresultater: (60m hekk 84,0cm/8,5m, høyde, kule 4,0 kg/lengde, 800m)

1 8.65-1.64-11.09-5.62-2:24.77

2 8.94-1.61-10.57-5.31-2:27.03

3 8.88-1.58-8.44-5.61-2:21.95

4 8.98-1.49-8.66-5.15-2:40.94

Kvinner 5-kamp UM J17

1	Susanne Tveit Amundsen	Asker Skiklubb	3.584p
2	Helene Lauvdahl Myhren	Sørild	2.884p

Enkeltresultater: (60m hekk 76,2cm/8m, høyde, kule 3,0 kg/lengde, 600m)

1 9.04-1.46-13.12-5.32-2:27.68

2 9.53-1.49-9.67-4.66-2:47.03

Kvinner 5-kamp UM J16

1	Lina Svarlien	Tyrving	3.513p
2	Oda Lier	Koll	3.008p
3	Ragnhild Smaadahl	Aremark	2.798p
4	Aase Ulstein	Dimna	2.540p

5	Aurora B. Venholen	Hamar	2.469p
6	Nila Oldebråten Tjomsland	Lørenskog	2.188p

Enkeltresultater: (60m hekk 76,2cm/8m, høyde, kule 3,0 kg/lengde, 600m)

1 9.03-1.64-10.74-5.42-1:55.88
 2 8.87-1.43-7.69-5.21-1:58.52
 3 9.48-1.37-9.54-4.83-2:01.12
 4 10.45-1.28-7.73-4.70-1:50.29
 5 10.15-1.49-7.41-4.73-2:13.57
 6 11.36-1.37-6.76-4.19-1:56.85

Kvinner 5-kamp UM J15

1	Elena Marija White	Gui	2.903p
2	Maja Gundersen Palmgren	Urædd	2.429p
3	Mari H. Brandstadmoen	Lambertseter	2.291p
4	Elina Maylinn Refvik	Gui	2.272p
5	Vigdis Sigurdsdottir	Runar	2.185p
6	Olea Kristin Løberg Fladeby	Runar	1.825p

Enkeltresultater: (60m hekk 76,2cm/8m, høyde, kule 3,0 kg/lengde, 600m)

1 9.93-1.55-7.04-4.79-1:50.44
 2 10.41-1.31-10.12-3.99-1:58.58
 3 10.86-1.37-7.40-4.52-2:03.66
 4 10.48-1.22-6.70-4.22-1:51.52
 5 12.61-1.46-8.75-4.83-2:12.20
 6 DNF-1.34-8.27-4.16-1:53.18

NM hopp uten tilløp



106. NM hopp uten tilløp

Sted: Steinkjer
 Arrangør: Steinkjer FIK og Overhalla IL
 Arena: Steinkjerhallen
 Dato: 17.-18. februar 2024

Menn Høyde uten tilløp NM Senior

		17. feb	
1	Jonathan Askeland	Sørild	1.64
2	Teodor Heldal	Fana	1.61
3	Muamba Caleb Kongolo	Søndre Land	1.55

Serie	1.40	1.50	1.55	1.58	1.61	1.64	1.68
1							xxx
2							xxx
3							xxx

Menn Lengde uten tilløp NM Senior

		18. feb.	
1	Kenneth Bjorvatn	Birkenes	3.43
2	Bjørn Erik Stavenjord	Fagernes	3.23
3	Edem Schaanning Agbo	BUL	3.12
4	Ilunga Josue Kongolo	Gneist	3.08
5	Soban Mortaza Inayat	Sandnes	3.05
6	Jonathan Askeland	Sørild	3.04
7	Muamba Caleb Kongolo	Søndre Land	2.98
8	Aanund Olavson Tveitå	Otra	2.89

9 Sivert Fløgstad Sellevold, Gular 2.87, 10 Julian Rene Bastesen, Hattfjelldal 2.85, 11 Henrik From Vesterlid, Hattfjelldal 2.74, 12 Johannes Steinsland Gulbrandsen Lunde, Kristiansand 2.58, 13 Tor Jakob Lien, Norodd 2.56

Serie	1	2	3	4	5	6
1	3.32	3.40	3.43	3.40	3.34	3.29
2	3.20	3.17	3.17	3.11	3.21	3.23

3	3.11	3.06	3.12	r		
4	3.08	3.01	2.96	3.05	3.06	3.03
5	2.83	2.95	2.92	3.00	2.98	3.05
6	2.98	3.04	2.98	3.02	r	
7	2.98	2.89	2.93	2.86	2.83	r
8	2.89	2.73	2.80	2.81	2.76	2.80
9	2.87	2.78	2.85			
10	2.85	2.85	2.71			
11	2.73	2.74	2.72			
12	2.55	2.57	2.58			
13	2.48	2.49	2.56			

Kvinner Høyde uten tilløp NM Senior

		17. feb	
1	Pil Bødtker Rotabakk	Trondheim	1.56
2	Anna Solheim	Gneist	1.33
3	Emelia Tveitå	Otra	1.30

Serie	1.15	1.20	1.25	1.30	1.33	1.36	1.39	1.44	1.50	1.53	1.56	1.58
1												
2												
3												

Kvinner Lengde uten tilløp NM Senior

		18. feb.	
1	Mathilde S. Karlsen Klokseth	Tjalve	2.72
2	Edel Halle	BUL	2.56
3	Elina Heia	Kristiansand	2.52
4	Emelia Tveitå	Otra	2.47
5	Unni Olavsdotter Tveitå	Otra	2.39
6	Helena Heskestad	Ranheim	2.37

Serie	1	2	3	4	5	6
1	2.62	2.67	2.72	2.64	r	
2	2.49	2.43	2.56	2.50	2.56	2.52
3	2.52	2.45	2.45	2.49	2.39	2.49
4	2.41	2.31	2.39	2.40	2.47	2.33
5	2.30	2.27	2.28	2.39	x	2.33
6	2.31	2.36	2.37	2.31	2.34	2.30

Menn Høyde uten tilløp NM Junior

		18. feb	
1	Amund Skogstad Sjøvik	Hattfjelldal	1.61
2	Oskar Stattin	Hind	1.61
3	Martin Hjertaker	Os Turn	1.55
4	Tshishimbi Nissi Kongolo	Søndre Land	1.50
5	Thomas Viksaas Biermann	BUL	1.50
6	Nikolai Stavik Moshagen	Søndre Land	1.35

Serie	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.58	1.61	1.64
1								
2								
3								
4								
5								
6								

Menn Lengde uten tilløp NM Junior

		18. feb.	
1	Christian Øydne	Søgne	3.22
2	Sverre Ranes Olstad	Ranheim	3.01
3	Tshishimbi Nissi Kongolo	Søndre Land	2.99
4	Markus Le Fjeld	Tyrving	2.98
5	Amund Skogstad Sjøvik	Hattfjelldal	2.79
6	Aksel Wormdahl	Ranheim	2.79
7	Elias Tveitane Furuset	Moelven	2.70
8	Teodor Miller	Tyrving	2.61

Serie	1	2	3	4	5	6
1	3.16	3.22	3.17	3.07	3.03	3.08
2	3.01	2.93	2.93	2.93	2.92	2.95

3	2,51	2,88	2,89	2,95	2,69	2,99
4	2,95	2,92	2,98	2,83	2,85	2,97
5	2,79	2,73	2,78	r		
6	2,77	2,77	2,70	r		
7	2,54	2,70	2,31	2,64	2,43	X
8	2,51	2,60	2,61	2,60	2,59	2,45

Kvinner Høyde uten tilløp NM Junior

18. feb

Ingen deltakere

Kvinner Lengde uten tilløp NM Junior

18. feb

1	Ronja Johnsen Skåtøy	Egersund	2.43
2	Hedda Guldseth Sørensen	Selbu	2.43
3	Shideh Sadeghi	Snøgg	2.29
4	Nora Jazz Werenskiold Proctor	BUL	2.27
5	Åse Vik Larsen	Hattfjelldal	2.19

Serie	1	2	3	4	5	6
1	2.39	2.39	2.40	2.42	2.42	2.43
2	2.35	2.41	2.41	2.43	-	2.33
3	2.22	2.25	2.28	2.26	2.17	2.29
4	2.27	2.18	2.21	2.25	2.20	2.19
5	2.19	2.10	2.12	1.94	2.17	2.11

NM terrengløp kort løype



69. NM terrengløp kort løype

Sted: Oslo

Arrangør: Ullensaker/Kisa IL og Oslo FIK

Arrangementssted: Bjerkebanen

Dato: 20.-21. april 2024

Menn 3km NM Senior

20. apr

1	Jacob Bouter	Ull/Kisa	8:56
2	Mikkel Blikstad Thomassen	Tjalve	9:00
3	Trygve Fedje Mjelde	Osterøy	9:01
4	Tobias Alstad	Frol	9:03
5	Eivind Øygard	Jølster	9:04
6	Tore Akerlie	Gular	9:05
7	Simon Steinshamn	BUL	9:08
8	Andreas Fjeld Halvorsen	Ull/Kisa	9:10

9 Eivind Trym Wikshåland, Tjalve 9:11, 10 Ulrik Astrup Arnesen, Tjalve 9:12, 11 Sindre Solbakken Omvik, Gular 9:15, 12 Theodor Berre Jacobsen, Vidar 9:16, =13 Johannes Teigland, Gular 9:20, =13 Trond Einar Moen Pedersli, Vidar 9:20, 15 Vette Solbakken, BUL 9:23, 16 Mads Orø Olsen, Ringerike 9:25, 17 Sebastian Vanderveen, BUL 9:33, 18 Andreas Ullern Tønning, Ull/Kisa 9:39, 19 Jonas Riseth, Tjalve 9:43, 20 Johannes Dalland, BUL 9:44

21 Knut Borkholm, Vidar 9:52, 22 Leif Christian Tallaksen, Lillehammer 9:59, 23 Iver Matias Linge Glomnes, Tjalve 10:01, 24 Oliver Kjos, Ringerike 10:10, 25 Børge Berg,

Tjalve 10:16, 26 Henrik Velle, Tjalve 10:20, 27 Adrean Bakke, Tjalve 10:36, 28 Trond Steinar Gjønnes, Tyrving 10:38

Senay Fissehatsion, Ull/Kisa DNS, Mathias Flak, Steinkjer DNS, Sondre Arne Hoff, Gular DNS, Erlend Magnus Hombie, Ull/Kisa DNS, Jacob Hystad, Stord DNS, Jonas Krossøy, Ull/Kisa DNS, Sjur Krystad Prestsæter, Vidar DNS, Trym Tønnesen, Ull/Kisa DNS

Kvinner 2km NM Senior

20. apr

1	Selma Løchen Engdahl	Orion	6:38
2	Sigrid Alvik	Tyrving	6:39
3	Grethe Tyldum	Steinkjer	6:40
4	Anne Gine Løvås	Tjalve	6:41
5	Madelene Wanvik Holum	Vidar	6:44
6	Ina Halle Haugen	Runar	6:50
=7	Mari Roligheten Ruud	BUL	6:52
=7	Synne Marie Engebretsen	Varegg	6:52

9 Christina Maria Toogood, Sandnes 7:06, 10 Silje Lindstad, Varegg 7:13, 11 Siren Amelia Sejler, Kristiansand 7:19, 12 Lea Fiedler, Varegg 7:27, 13 Maja Belsås, Ranheim 7:28, 14 Sonje Emilie Moen, Oslostudentene 7:32, Bertine-Helene Færø, Varegg DNS, Thea Charlotte Knutsen, Varegg DNS

Menn 2km NM Junior

20. apr

1	Kristian Bråthen Børve	Ull/Kisa	5:47
2	Sigurd Egeland Valseth	Verdal	5:59
3	Lars Lystad Svorkdal	Svorkmo	6:00
4	Eirik Alvik	Tyrving	6:03
5	Teodor Hansen	Ull/Kisa	6:06
6	Andreas Lindebø Kværner	Ull/Kisa	6:07
=7	Odin Fjøsne-Hexeberg	Ull/Kisa	6:08
=7	Axel Dabe	Runar	6:08

9 Magnus Lindhjem-Godal, Tyrving 6:09, 10 Jonas Skjerven, Mjøsdaalen 6:11, 11 Herman Hesjedal-Tronstad, Spydeberg 6:17, 12 Sondre Harstad Rinde, Skarphedin 6:22, 13 Idar Odland, Varegg 6:24, 14 Eskil Brænden, Lillomarka 6:35, 15 Adrian Sevaldstad, BUL 6:46, =16 Sander Spilhaug Stuve, Ull/Kisa 6:51, =16 Viljar Stavrum, Verdal 6:51, 18 Eskil Mørk, Rustad 7:04, Lars Wold Møller, BUL DNF, Halvard Grape Fladby, BUL DNS

Kvinner 2km NM Junior

20. apr

1	Malin Sørtorp Solberg	Sarpsborg	7:09
2	Selma A. Boesen Skisaker	Runar	7:16
3	Astrid Finnestad	Sarpsborg	7:24
4	Inger Russnes	BUL	7:38
5	Therese Bjorland	Sandnes	8:01

Sara Yasmin Abid, Tjalve DNS, Thea Bjorland, Sandnes DNS, Marte Hovland, Vik DNS, Julie Sand-Hanssen, Eiker-Kvik DNS, Norah Sand-Hanssen, Eiker-Kvik DNS

Menn 2km UM G17

20. apr

1	Aron Mathisen Askim	Sem	6:06
2	Philip Storm Gulbrandsen	Ull/Kisa	6:07
3	Fredrik Hesjedal-Tronstad	Spydeberg	6:20
4	Elias Torjussen	Vidar	6:21
5	Amund Nybakke	Oppegård	6:36
6	Sondre Røed Momrak	Fyresdal	6:37
7	Håkon Prøsch Johnsen	Ull/Kisa	6:40
8	Sebastian Børset	Rindal	6:41

9 Markus Jacobsen, Ull/Kisa 6:44, 10 Marius Pedersen, Haugesund 6:52, 11 Frederik Stickler, BUL 6:54, 12 Gunnar Bjerva, Ås 7:41, Lukas Buncic, Lørenskog DNS, Åsmund Sunde Førde, Jølser DNS, Magnus Øyen, Rindal DNS, Mathias Kapland Rudstaden, Modum DNS

Kvinner 2km UM J17

20. apr

1	Wilma B. Thorbiörnsson	Ull/Kisa	6:41
---	------------------------	----------	------

2	Eline Skaar	Nittedal	7:13
3	Mia Sofie Skarbøvik	Sem	7:18
4	Nora Flyvholm Berg	Ull/Kisa	9:13

Maren Haave Harstad, Nittedal DNS, Aurora Langbakk, BUL DNS, Vilde Måseide, Nittedal DNS

Menn 2km UM G16

		20. apr	
1	Martin Tjelle	Nittedal	6:08
2	Axel Wold Møller	Koll	6:12
3	Ulrik Jåvoll Hagen	Brandbu	6:16
4	Håkon K. Heltzer Sørstad	Ull/Kisa	6:20
5	Herman Eide Troye	Ull/Kisa	6:38
6	Tobias Harstad Rinde	Skarphedin	6:43
7	Haakon Røvik Svanæs	Koll	6:44
8	Hans Øyvind Sundve	Sandvin	6:54

=9 Julian Fagerli, Rana 7:00, =9 Mattis Hansen, Nordre Eidsvoll 7:00, =11 Kristian Melkeråsen, Haugesund 7:01, =11 Jaco Aamodt Hoel, Nordre Eidsvoll 7:01, 13 Isak Eliassen Løkke, Sem 7:02, 14 Peder Hagen, Ren-Eng 7:25, 15 Ludvig Bjørge Svendsen, Sandvin 7:29, Jan-Olav Gullbrå Hilleren, Ask DNS, Sivert Rusten, Lørenskog DNS

Kvinner 2km UM J16

		20. apr	
1	Tuva Alme	Sandnes	6:42
2	Venus Abraham Teffera	Ull/Kisa	7:04
3	Aurora Kanutte Brandt Sande	Koll	7:14
4	Amanda Rørvik	Førde	7:27
5	Frøy Bøe Løkke	Eiker-Kvikk	8:05
6	Victoria Osen	Varegg	8:16
7	Emma Elise Meinert Rød	Oppegård	8:25
8	Synnøve Kjøsevik	Runar	8:30

9 Vida Myrén, Sem 8:40, Leah Sewali Aalberg, Romerike DNS, Thea Hia Ommundsen, Hjelmeland DNS

Menn 2km UM G15

		20. apr	
1	Fabian Vibekken	Ull/Kisa	6:19
2	Eric Haugen Grønvold	Nittedal	6:20
3	Martin Sørensen	Askim	6:22
4	Per August Halle Haugen	Runar	6:26
5	Emanuel Aarseth	Jølster	6:27
6	Kirill Myroniuk	Lørenskog	6:42
7	Alexander Gjerulff	Vidar	6:43
8	Tarjei Røed Momrak	Fyresdal	6:52

9 Vetle Titlestad Bye, Runar 7:00, 10 Ask Fjøsne-Hexeberg, Nittedal 7:03, 11 Thorbjørn Forbord Jacobsen, Tyrving 7:05, 12 Aksel Myrstad Olsen, Sem 7:07, 13 Mats Haugen Pande, Runar 7:10, 14 Embrik Nordset, Nittedal 7:12, 15 Eiven Skram, Nittedal 7:32, 16 Sverre Hansen Munkvold, Lambertseter 7:53, Lars Kålås Abrahamsen, Runar DNS, Martin Håland, Gjesdal DNS

Kvinner 2km UM J15

		20. apr	
1	Ronja M. Indrearne Furevik	Ask	7:18
2	Ingrid Skaar	Nittedal	7:29
3	Maia Kulle Andreassen	Vidar	7:30
4	Erle Haukåen Stødle	Nittedal	7:38
5	Frida Sønsteby-Larsen	Sem	7:46
6	Anna Juliussen	Runar	7:47
7	Ida Frøysland	Førde	8:01
8	Erle Vullum-Bruer	Utleira	8:03

9 Olea Kristin Løberg Fladeby, Runar 8:18, 10 Ingrid Engen, Sunndal 8:36, 11 Frida Engen Eliassen, Koll 8:47, 12 Leia Moqvist, Lambertseter 10:24, Margrethe Engenes Birkeland, Driv DNS, Filippa Luthr, Sandvin DNS

Menn 1x6km stafett 2 utøvere NM Senior

21. apr

1	Tjalve 1	17:03
2	BUL 1	17:04
3	Gular 1	17:05
4	Vidar 1	17:09
5	Lillehammer 1	17:17
6	Ullensaker/Kisa 1	17:33
7	BUL 2	18:04
8	Tjalve 2	18:18

9 Nittedal 1 18:19, 10 Lillehammer 2 18:25, 11 Varegg 1 18:26, 12 Vidar 2 18:29, 13 Verdal 1 18:39, 14 Vidar 3 18:43, 15 Tjalve 4 19:36, 16 Tjalve 3 19:54, 17 Ringerike 20:01, BUL 3 DNS

Lagene:

1 Einar Wikshåland, Mikkel Thomassen
2 Vetle Solbakken, Simen Steinshamn
3 Sindre Solbakken Omvik, Tore Akerlie
4 Theodor Berre Jacobsen, Trond Einar Moen Pedersli
5 Petter Johansen, Elmer Mullen Skalle
6 Henrik Hansen, Kristian Bråthen Børve
7 Johannes Dalland, Sebastian van der Veen
8 Jonas Riseth, Iver Glomnes
9 Martin Tjelle, Eric Grønval
10 Johannes Havn, Leif Christian Tallaksen
11 Tomas Skjæråsen, Idar Odland
12 Elias Haugen Torjussen, Magnus Warvik
13 Sigurd Egeland Valse, Viljar Stavrum
14 Dina Herilanto Randrianampiantsoa, Knut Borkholm
15 Jacob Løvold, Børge Berg
16 Bendik Skaalerud, Henrik Velle
17 Eirik Strand Sørensen, Oliver Kjos
Adrian Stene Olsen, Halvard Grabe Fladby

Kvinner 1x6km stafett 2 utøvere NM Senior

		21. apr
1	Tjalve 1	19:46
2	Sandnes 1	19:48
3	BUL 1	19:54
4	Vidar 1	20:21
5	Ullensaker/Kisa 1	20:32
6	Varegg 1	21:07
7	Nittedal 1	21:43
8	Nittedal 4	22:52

9 Nittedal 5 26:18, 10 Nittedal 3 27:15, 11 Nittedal 2 27:36, Sandnes 2 DNS, Varegg 2 DNS, Vidar 2 DNS

Lagene:

1 Malin Nyfors, Anne Gine Løvås
2 Christina Toogood, Tuva Alme
3 Mari Roligheten Ruud, Andrea Modin Engeseth
4 Inger Helene Nyhus, Madelene Wanvik Holum
5 Venus Teffera, Wilma Thorbiörnsson
6 Bertine-Helene Færø, synne Marie Engebretsen
7 Eline Skaar, Ingrid Skaar
8 Erle Haukåen Stødle, Maria Rutle
9 Ingeborg Jacobsen, Karoline Aigner
10 Hedda Omland, Maren Harstad
11 Alma Owrehagen, Vilde Måseide

Ikke oppgitt

Lea Fiedler, Silje Lindstad

Ikke oppgitt

NM 100 km Ultraløp



11. NM 100km Ultra løp

Sted: Bergen

Arena: Fana Stadion

Arrangør: BFG Bergen Løpeklubb

Dato: 6. april 2024

Menn

1	Ebrahim Abdulaziz	Strindheim	7:01:48
2	Bjørn T. Kronen Tananger	BFG Bergen	7:05:42
3	Ramn Erstad	BFG Bergen	7:52:45
4	Christian Lothe	Bækkelaget	8:16:59
5	Erik Nilsen Onarheim	Stord	8:19:45
6	David Wroldsen	Torvastad	8:33:36
7	Geir Nygård	Førde	8:48:20
8	Terje Sandness	Bodø Bauta	8:55:04

9 Dino Jakupovic, Florø 9:05:16, 10 Lars Erik Gylland, Hell Ultraløperklubb 9:33:46, 11 Halfdan Skjeldestad, Nymark 9:42:37, 12 Sondre Synnevåg, NTNUI 9:48:24, 13 Eirik Håvik, Bardu 9:51:27, 14 Per Audun Heskestad, AKS-77 10:17:52, 15 Sølve Funderud, Klypetussen 10:54:42, Sebastian Conrad Håkansson, Svorkmo DNF

Kvinner

1	Ingrid Lid	BFG Bergen	7:45:10
2	Anne Mjelva	Hell Ultraløper	9:23:38

NM terrengultra



9. NM terrengultra

Sted: Skien

Arrangement: Skogvokter'n Ultra

Arrangør: Gjerpen IF

Dato: 4. mai 2024

Menn

1	Tobias Dahl Fenre	Siljan	8:02
2	Kristoffer Eftedal	Sandefjord	8:43
3	Steffen Brufladt	Romerike Ultra	9:15
4	Jørgen Jevne	Heming	9:20
5	Mathis Dahl Fenre	Romerike Ultra	9:22
6	Askild Vatnbakk Larsen	Lofoten Løpe	9:33
7	Åsmund Skatvedt	Åsen	9:34
8	Emil Folkvard Bråthen	Siljan	9:59

9 Mats Hobæk, Gjerpen 10:08, 10 Anders Braastad, Gjerpen 10:08, 11 Henrik Ingstad, Vidar 10:18, 12 Lasse Ringkilen, Nord-Odal 10:21, =13 Fredrik Fjose, Viljar 10:32, =13 Konrad Naborczyk, Romerike Ultra 10:32, 15 Alexander Dybvad, Hell Ultraløper 10:35, 16 Ole Loftesnes, Isfjorden 10:36, 17 Rune Eie, Spirit 10:50, 18 Marius Stengle-Håkensen, Romerike Ultra 10:53, 19 Jan Rikard Olafsen, Kristiansand Løpe 10:59, 20 Tor-Einar Wahl, Voss 11:13, 21 Kenneth Hansen, Siljan 11:18, 22 Erlend Brandsnes, Romerike Ultra 11:26, 23 John F. Jahre, Tjøme Løpe 11:29, 24 Johan Ingemarsson, Midgard 11:48, 25 Rune Dybwad, Hell Ultraløper 11:57, 26 Petter Repsjø, Nærnes Løpe 11:59, 27 Håkon Amundsen Nesheim, Vægg 12:06, 28 Jonas Ryen, Oslofjord Triathlon 12:09, 29 Klas Færøvik, Opptur Løpe 12:09, 30 Mirsad Pandzic, Romerike Ultra 12:11, 31 Thomas Hagen, Eidanger 12:26, 32 Sondre Taranger, Gjerpen 12:45, 33 Lars Aurlande, Nesodden 12:47, 34 Ole Bjørn Kittang, Kristiansand Løpe 13:04, 35 Arne Andre Vetthus, Spirit 13:09, 36 Torgeir Kruke, Hell Ultraløper 13:15, 37 Tom Johannessen, Romerike Ultra 13:15, 38 Leif Arne Flåte, Klypetussen 13:16, 39 Sveinung Aas, Snøgg 13:28, 40 Trygve Nyborg, Gjerpen 13:28, 41 Terje Sandness, Bodø Bauta 13:29, 42 Kevin Hughes, Romerike Ultra 13:33, 43 Ådne Usterud Høiseth, Siljan 13:51, 44 Tage Røsten, Hell Ultraløper 13:57, 45 Lasse Hagen, Eidanger 14:09, 46 Jan Roar Haugland, Hell Ultraløper 14:15, 47 Rikard Tollefsen, Tjøme Løper 14:39, 48 Rudi Placht, Romerike Ultraløper 14:42, 49 Svein Aasmund Aasen, Gjerpen 14:47, 50 Vegard Tøkle, Romerike Ultraløper 15:15, 51 Morten Almquist, Tjøme Løpe 15:21, 52 Arne Nåtødal, Re 15:21, 53 Dennis Nordhov Gulbrandsen, Siljan 15:45, 54 Mari Constanzo, Gjerpen 16:17, 55 Øystein Karlsen, Herkules 16:21, 56 Christian Andersen, Romerike Ultraløper 16:32, 57 Espen Mathias Sperre, Eidanger 16:49, 58 Morten Vinnstad, Eidanger 17:14, 59 Gjermund Øydvinn, Fossum 17:41, 60 Kai Morten Slåen, Eidanger 18:01, 61 Jarl Odin Herland, Romerike Ultraløper 18:03, 62 Arne K. Iversen, Fossum 18:06, 63 Vegard Rekvik, Siljan 19:06, 64 Anders Aks, Herkules 19:44, Thomas Mikkelsen, Gjerpen DNF, Sander Mikkelsen, Snøgg DNF, Magne Kvalsøren, Bjørn DNF, Thomas Ellingsen, Gjerpen DNF, Daniel Rajalehto, Eidanger DNF, Bendik Ohm Sørensen, Urædd DNF, Vincent Borgmo, Snøgg DNF, Fredrik Forfang, Rjukan DNF, Stian Dalen, Eidanger DNF, Per-Stian Kristoffersen, Lillesand DNF, Erling Furunes, Kolbotn DNF, Christian Geitle Andersen, Tjøme Løpe DNF, Shezad Inayat, Spirit DNF

Kvinner

1	Mari Klakegg Fenre	Siljan	9:36
2	Anna Louise Astad Sørli	Heming	10:32
3	Mari Wetterhus	Svene	11:03
4	Anne-Sofie Pollestad	Lillehammer	11:08
5	Anne Jorunn Hodne	Spirit	11:48
6	Kristiane Fon Holmøy	Gjerpen	11:56
7	Christine Berger	Bratsberg	12:29
8	Cathrine Aass	Gjerpen	12:47

9 Randi Aalgaard, Nesodden 13:08, 10 Sissel Skjæggestad Mohn, Kongsberg 13:16, 11 Marianne Heibø, Gjerpen 13:29, 12 Kari Beate Hovde, Sauland 13:34, 13 Marie Nordhov Gundersen, Gjerpen 13:59, 14 Hanne Nilssen, Gulset 13:59, 15 Silje Zetterstrøm, Gjerpen 14:15, 16 Inga Rubberdt, Romerike Ultraløper 15:21, 17 Karoline Halvorsen, Gjerpen 15:22, 18 Hedvig Tangen Hansen, Langesund Triathlon 16:19, 19 Ann Gunn Folgerø, Tromøy 16:32, 20 Renate Henriksen, Modum 16:59, 21 Eirin Løberg, Gjerpen 16:59, 22 Ane Ingeborg Heskestad, GTI 17:57, 23 Victoria Placht, Romerike Ultraløper 18:20, 24 Karen Wærdal, BFG Bergen 19:36

NM halvmaraton



BIRKENES IL
FRIIDRETT

39. NM Halvmaraton

Sted: Birkeland
Arrangement: Gloppen Halvmaraton
Arrangør: Birkenes IL
Start og mål: Birkeland
Dato: 25. mai 2024

Menn Senior

1	Marius Garmann Sørli	Ask	1:09:53
2	Hans Petter Strand Rolke	Kr.sand Løpe	1:10:22
3	Lars Aanensen	Mandal/Halse	1:10:51
4	Bjørn Stenberg	Flekkefjord	1:13:29
5	Ulrik Lolland	Rygge	1:13:29
6	Per Anders Dugstad	Birkenes	1:15:18
7	Vegard Danielsen	Kr.sand Løpe	1:15:43
8	Kristian Tjørnholm	Kr.sand Løpe	1:15:46

9 Marius Harv, Rustad 1:16:50, 10 Espen Uldal, Birkenes 1:17:34, 11 Tor Olav Svaland, Birkenes 1:17:38, 12 Anders Tveit, Birkenes 1:18:19, 13 Philip Puru Øiseth, Lillesand 1:18:26, 14 Martin Grundetjern Fjellstad, Vindbjart 1:19:08, 15 Simen Skaansar, Tvedestrand 1:19:08, 16 Marius Engeland, Flekkerøy 1:21:05, 17 Lars Aasheim Svaland, Birkenes 1:21:39, 18 Christian Moen, Kristiansand Løpe 1:22:40, 19 Simen Hanto Kolstad, Adamstuen 1:22:57, 20 Eirik Taraldsen, Kristiansand Løpe 1:23:45
21 Oskar Dalene, Birkenes 1:27:45, 22 Kristoffer Wæting, Lillesand 1:27:48, 23 Ørjan Svaland Aas, Birkenes 1:27:56, 24 Vidar Erlandsen, Birkenes 1:28:34, 25 Lars Reiten, Birkenes 1:34:09, 26 Kristian Valle, Dølemo 1:36:28, 27 Frode Strømme, Lillesand 1:43:25, 28 Finn Kristian Hartvigsen, Birkenes 1:43:28, 29 Simen Røstad, Birkenes 1:46:50, 30 Andreas Rayner-Battle Sivertsen, Birkenes 1:49:51
31 Anders Erlandsen, Birkenes 2:07:09
Ole Tørsdal, Kristiansand Løpe DNF, Harald-Inge Vassnes, Austevoll DNF

Kvinner Senior

1	Sigrun Gjølberg	Rygge	1:19:55
2	Silje Torsvik	Spirit	1:20:24
3	Vilde Malmei	Vidar	1:25:28
4	Emilie Snartemo	Birkenes	1:40:32

Mathilde Opheim, Lillesand DNF, Maria Sagnes Wågan, Namdal Løpe DNS

Menn Junior U23

1	Knut Borkholm	Vidar	1:13:04
2	Sebastian Høydal	Varegg	1:17:55
3	Kristoffer Randall	Drøbak-Frogn	1:28:48

Kvinner Junior U23

1	Nora Fauske Heia	Birkenes	1:48:27
2	Hanne Røstad Matre	Birkenes	1:49:50
3	Kine Botn Stoveland	Birkenes	2:03:19

NM mangekamp



105. NM mangekamp

Sted: Bergen
Arrangør: IL Gneist
Arena: Fana Stadion
Dato: 25.-26. mai 2024

Menn 10-kamp NM Senior

			25.-26. mai
1	Gjert Høie Sjursen	Gneist	7.195p
2	Olav Kvåle Kissinger	Ranheim	4.093p
	Sondre Jahren	Tjalve	DNF

Enkeltresultater: (100m, lengde, kule 7,26 kg, høyde, 400m/110m hekk 106,7cm/9,14m, Diskos 2kg, stav, spyd 0,8kg, 1500m)
1 10.99-6.97-12.43-1.89-50.66 – 14.96-43.75-4.20-50.23-5:02.88
2 11.51-6.15-8.84-1.74-50.09 – 21.34-24.57-NM-30.86-DNF
11.36-NM-NM-2.07-DNS

Menn 10-kamp NM Junior

			25.-26. mai
1	Jonathan Hertwig-Ødegaard	Vidar	7.628p
2	Simen Johan Teigstad	Sandvin	6.969p
3	Håvard Haugen	Sandnes	6.780p
4	Martin Beitnes Kreken	Modum	6.449p
5	Nikolai Stavik Moshagen	Søndre Land	5.822p
6	Tobias Kalmo Thorbjørnsen	Sandvin	4.912p

Enkeltresultater: (100m, lengde, kule 6,0 kg, høyde, 400m/110m hekk 100cm/9,14m, Diskos 1,75kg, stav, spyd 0,8kg, 1500m)
1 10.86-6.46-15.69-1.80-48.79 – 14.22-44.57-4.20-48.99-4:26.59
2 11.43-6.44-12.21-1.83-50.81 – 14.96-39.40-4.40-47.49-4:40.14
3 11.42-6.05-12.85-1.65-50.23 – 15.44-41.94-4.10-45.61-4:25.03
4 11.49-6.17-13.29-1.74-52.30 – 15.61-34.81-4.00-52.13-5:06.61
5 11.65-6.35-11.06-1.83-52.82 – 17.98-33.85-4.00-34.67-5:11.20
6 12.49-5.33-10.99-1.65-56.84 – 19.13-32.45-3.50-37.96-5:10.19

Menn 10-kamp UM G17

			25.-26. mai
1	August Grimeli	Flåværingen	5.121p
2	Jacob Egeberg Holm	Moss	4.804p
	Adrian Sandholtbråten	Bøler	DNF

Enkeltresultater: (110m hekk 91,4cm/9,14m, Diskos 1,5kg, stav, spyd 0,7kg, 400m/100m, lengde, kule 5,0 kg, høyde, 1500m)
1 11.91-5.55-8.67-1.68-56.50 – 16.28-29.96-3.90-31.99-5:29.17
2 12.32-5.50-9.83-1.74-56.01 – 16.97-25.29-2.40-36.17-5:07.67
12.91-5.01-8.90-1.65-57.57 - DNS

Menn 10-kamp UM G16

			25.-26. mai
1	Even Jakob Ragnhildsløkken	Ull/Kisa	5.707p
2	Lucas Francois Bricot	Sandvin	5.385p

3	Even Bogen Nørjordet	Koll	5.192p
4	Kirill Eikanger	Gneist	5.020p
5	Mats Emilsen Bäckstrøm	Sarpsborg	4.590p

Enkeltresultater: (100m hekk 91,4cm/8,5m, Diskos 1,5kg, Stav, spyd 0,7kg, 300m/100m, Lengde, Kule 5,0kg, Høyde, 1500m)
 1 12.12-5.84-11.22-1.83-52.27 – 14.43-32.11-3.60-33.74-5:17.43
 2 11.92-5.68-11.90-1.80-55.36 – 14.59-24.21-3.30-40.62-5:29.46
 3 11.78-6.02-8.82-1.71-54.00 – 14.56-24.27-3.50-28.89-5:24.93
 4 11.96-5.83-10.00-1.71-56.11 – 15.21-26.64-3.00-35.14-5:27.54
 5 12.38-5.35-9.82-1.56-55.70 – 16.02-24.45-2.80-32.13-5:11.00

Menn 9-kamp UM G15

1	Sondre Rosseland	Vindbjart	5.166p
2	Adrian Bolsøy	Sandnes	4.297p
3	Theodor Nathaniel Gutvik	Kristiansand	4.077p
4	Sofian Grimstad Nilsen	Sandnes	4.052p
5	Vebjørn Grimeli	Flåværingen	3.883p

Enkeltresultater: (100m hekk 84cm/8,5m, Diskos 1,0kg, stav, spyd 0,6kg/100m, lengde, kule 4,0 kg, høyde, 1000m)
 1 12.27-5.63-13.08-1.59 – 14.34-43.60-3.60-44.53-3:30.95
 2 12.81-4.58-9.82-1.71 – 15.22-27.91-3.00-34.63-3:02.16
 3 12.31-5.85-10.10-1.53 – 15.15-24.82-2.20-29.34-3:16.58
 4 13.12-4.83-9.98-1.62 – 15.20-27.43-2.80-36.78-3:18.92
 5 13.33-4.98-9.49-1.68 – 15.91-29.20-3.00-32.13-3:33.49

Kvinner 7-kamp NM Senior

1	Lisa Wilker	Tingvoll	5.189p
2	Madelen H. Sveinungsen	Sørild	4.359p
3	Ada Medea Westerlund	Sem	4.118p
	Elise Hoel Ulseth	Norodd	DNF
	Anna Solheim	Gneist	DNF

Enkeltresultater: (100m hekk 84,0cm/8,5m, høyde, kule 4,0 kg, 200m/lengde, spyd 0,6kg, 800m)
 1 14.03-1.56-11.31-25.63-5.75-35.38-2:27.34
 2 16.04-1.68-9.49-27.14-5.10-20.34-2:26.12
 3 15.20-1.53-7.57-27.48-4.77-27.75-2:31.70
 14.13-1.65-10.34-DNS
 14.86-DNS

Kvinner 7-kamp NM Junior

1	Jamila Isman	Fredrikstad	5.171p
2	Elise Eikeland	Sandnes	4.957p
3	Sunniva Indahl	Ski	4.616p

Enkeltresultater: (100m hekk 84,0cm/8,5m, høyde, kule 4,0 kg, 200m/lengde, spyd 0,6kg, 800m)
 1 14.28-1.68-10.75-25.25-5.13-34.67-2:21.84
 2 14.53-1.62-9.17-25.08-5.32-32.40-2:24.11
 3 14.11-1.50-11.99-25.26-5.55-NM-2:22.20

Kvinner 7-kamp UM J17

1	Susanne Tveit Amundsen	Asker Skicl.	5.132p
2	Helena Lauvdal Myhren	Sørild	4.148p
3	Anna Maria Kostaris	Hareid	3.669p
	Hannah R. Murai-Ubby	Vidar	DNF
	Oda Asdal Hansen	Skjalg	DNF

Enkeltresultater: (100m hekk 76,2cm/8,5m, høyde, kule 3,0 kg, 200m/lengde, spyd 0,5kg, 800m)
 1 14.53-1.47-13.08-26.08-5.51-36.23-2:20.38
 2 15.82-1.59-10.74-27.45-4.75-22.42-2:36.87
 3 15.90-1.35-9.41-27.72-4.51-25.48-2:45.11
 15.04-1.56-10.56-25.40-5.60-14.77-DNS
 14.16-DNS

Kvinner 7-kamp UM J16

1	Oda Lier	Koll	4.089p
---	----------	------	--------

2	Mia Helene Gulbrandsen	Gneist	4.023p
3	Aurora B. Venholen	Hamar	3.463p
4	Synnøve Kjosavik	Runar	3.233p
5	Aase Ulstein	Dimna	3.113p

Enkeltresultater: (100m hekk 76,2cm/8m, høyde, kule 3,0 kg, 200m/lengde, spyd 0,5kg, 800m)
 1 11.86-1.53-9.20-26.64 – 5.25-23.04-2:57.90
 2 12.45-1.47-12.71-29.02 – 4.39-34.36-2:51.64
 3 13.18-1.50-7.27-28.86 – 4.57-22.14-2:47.78
 4 13.77-1.32-8.71-28.26 – 3.86-19.34-2:36.63
 5 14.47-1.32-7.12-28.34 – 4.41-15.31-2:34.90

Kvinner 7-kamp UM J15

1	Vigdis Sigordsdottir	Runar	3.673p
2	Maja Gundersen Palmgren	Urædd	3.277p

Enkeltresultater: (80m hekk 76,2cm/8m, kule 3,0 kg, høyde, 200m/lengde, spyd 0,5kg 800m)
 1 12.79-1.35-8.98-27.60 – 4.97-27.30-2:57.07
 2 13.56-1.44-10.62-29.25 – 3.74-23.92-2:57.10

NM maraton



79. NM maraton

Sted: Knarvik
 Arrangement: Knarvikmila
 Arrangør: IL AKS77
 Start og mål: Knarvik stadion
 Dato: 22. juni 2024

Menn

1	Frode Stenberg	Lørenskog	2:25:53
2	Morten Urdal Bakke	Kamp/Vestheim	2:29:02
3	Jarand Blom	Fri	2:30:35
4	Ådne Skogsbakken	Søndre Land	2:35:00
5	Bjørn T. Kronen Taranger	BFG Bergen	2:35:02
6	Håvard Berland	BFG Bergen	2:36:25
7	Erling Viljugrein Stølen	Tjalve	2:36:49
8	Øyvind Loftås	Fri	2:44:32
9 Ole-Andreas Elvik Naess, BFG Bergen 2:48:50, 10 Stein Tore Vinterstø, Flekkefjord 2:51:00, 11 Sverre Gunnar Brunstad, Lørenskog 2:52:49, 12 Paal Andersen, Varegg 2:56:20, 13 Sverre Johansen, AKS-77 2:56:48, 14 Robert Næss, Varegg 2:57:21, 15 Stein Erik Olausen, Varegg 3:03:31, 16 Arne Dingstad Rong, Øygarden 3:05:36, 17 Bjørnar Eidsheim, Eikanger 3:09:07, 18 Tor Arild Melby, Spirit 3:11:53, 19 Aadne Smidesang, Lillehammer 3:11:54, 20 Dag Taule, Eikanger 3:15:35 21 Frode Johansen, BFG Bergen 3:17:28, 22 Kjetil Kårbø, Laksevåg 3:21:41, 23 Christer Wollertsen, BFG Bergen 3:22:46, 24 Agbar Øystein Versi, Sirma 3:24:59, 25 Odd Gunnar Tveit, Birkenes 3:27:49, 26 Jan-Helge Balto, Sirma 3:36:49, 27 Øyvind Lende, Sandnes 3:37:38, 28 Halfdan Skjeldstad, Nymark 3:47:36, 29 Per Audun Heskestad, AKS-77 3:49:44, 30 Ole Holgersen, Ask 3:53:52 31 Dag Grønnestad, Varegg 3:54:06, 32 Lars Olav Knutsen, Samnanger 3:55:06, 33 Morten Olaf Wold, GTI 4:04:33, 34 Harald Sel, Bryne 4:57:26, 35 Asbjørn Kvernørød, 5:00:55 Thomas Førland Asgautsen, Spirit DNF, Knut Borkholm, Vidar DNF, Bjarne Gausvik, Eikanger DNF, Helge Haugen, Hordvik DNF, Arne Kalland Olsen, Ålesund DNF, Tor Erik Nilseen, Sotra Sport DNF, Kjell Arne Olsen, Lørenskog DNF, Anders Orvedal, Eikanger DNF			

Tage Morken Augustson, Varegg DNS, Geir Haugen, Lillehammer DNS. Esben Rohit Hellebø, Kyrkjebø DNS, Ulf-Tore Herheim, Gjøvik DNS, Andreas Kjelby, Tørvikbygd DNS, Bjørn Johan Laastad, BFG Bergen DNS, Lars.Erik Sandersen Notevarp, Varegg DNS, Ståle Slorafoss, Rjukan DNS, Jan Tore Tellefsen, BFG Bergen DNS,

Kvinner

1	Lina Rivedal	Varegg	2:44:26
2	Siri Schøne Ness	Vidar	2:47:36
3	Maryna Novik	Klypetussen	3:03:28
4	Målfrid Hermansen	BFG Bergen	3:05:50
5	Leni Økland-Lihaug	BFG Bergen	3:11:02
6	Ingvild Aurdal	Fet	3:14:54
7	Linn Evjen	AKS-77	3:50:09
8	Grete Håvåg Lothe	Korlevoll-Odda	3:55:34

9 Lise Lithun, Gjesdal 5:49:46

Silje Eklund, Raufoss DNS, Camilla Slorafoss, Raufoss

NM Motbakkkeløp



19. NM motbakkkeløp

Sted: Kvasshovden Opp

Arrangør: Ulvik IL

Dato: 13. juli 2024

Menn NM Senior

1	Håkon Skarholt	Andebu	46:56
2	Øyvind Heiberg sundby	Tjalve	48:04
3	Halfdan-Emil Færø	Varegg	48:50
4	Jonas Hesthaug	Eidsdal	50:34
5	Andreas Dahlø Wærnes	Rindal	51:23
6	Torstein Tengsareid	Egersund	52:01
7	Aron Rodal Haugen	Trollheimen	52:27
8	Anders Kjærevik	BFG Bergen	52:50

9 Andre Lennungsvik, Varegg 53:54, 10 Martin Ukkelberg Sløgedal, Kristiansand 54:49, 11 Yngve Kiserød, BFG Bergen 54:56, 12 Håvard Tonheim, Eikefjord 55:28, 13 Lars Olaf Haaheim, Varegg 55:39, 14 Jens Dybvik, BFG Bergen 55:52, 15 Andreas Fleten Nielsen, Varegg 56:02, 16 Espen Roll Karlsen, Gneist 56:25, 17 Jens Torgersen, Asker Skiklubb 56:42, 18 Håvard Klakegg, Jølster 56:52, 19 Anders Tveit, Birkenes 57:34, 20 Leif Bjørn Grindedal, Bjørgum 58:02

21 Simen Gløggard Stensrud, Ull/Kisa 59:45, 22 Emil Brattebø, Bulken 1:00:16, 23 Sigmund Aasen Kvalheim, Lillehammer 1:00:42, 24 William Samlund Eik, Uskedal 1:01:19, 25 Svein Arne Drægni, Vik 1:01:59, 26 Thomas Haugen de Lange, Jutul 1:02:13, 27 Bjørn Tore Kronen Taranger, BFG Bergen 1:02:31, 28 Endre Wigaard, BUL 1:03:04, 29 Erling Hisdal, Tjalve 1:03:16, 30 Georg Smedsaas, Tvedestrand 1:03:35

31 Vetle Svanes Strand, Spirit 1:04:25, 32 Henrik Lien, Varegg 1:04:37, 33 Jan-Erik Småbrekke, Voss 1:05:33, 34 Vegard Krangnes, Bjørgum 1:05:50, 35 Kjell Mundal, Fjærland 1:05:53, 36 Johan Berge Børshem, Voss 1:06:02, 37 Jon Kristian Aasen, Egersund 1:06:17, 38 Leif Malvin Hjelmvoll, Ulvik 1:06:22, 39 Lars Engeli, Varegg 1:06:44, 40 Ove Måge, Strandebarm 1:06:59

41 Alexander Andersen Skjelbred, NTNUI 1:07:14, 42 Kurt Brekke, Varegg 1:07:35, 43 Arvid Brudevoll, Vik 1:07:45, 44 Sturla Oma Engevik, Strandebarm 1:08:43, 45 Bjørn Harald Bongom, Varegg 1:08:44, 46 Terje Skinstad, Sturla 1:09:39, 47 Øyvind Bugge, Eidsvåg 1:10:29, 48 Bjørn Ketil Sørvik, Bremnes 1:10:58, 49 Jan Helge Olsen, Varegg 1:11:01, 50 Daniel Fenne, BFG Bergen 1:12:03

51 Sondre Måge, Strandebarm 1:12:47, 52 Einar Bystøl, Voss 1:12:51, 53 Olav Terum, Aurland 1:13:16, 54 Kåre Ulevåg, Tvedestrand 1:13:27, 55 Aadne

Smidesang, Lillehammer 1:14:42, 56 Julian Næss, Bøler 1:14:58, 57 Knut Oen, Varegg 1:15:02, 58 Arne Kristian Marø, Voss 1:15:12, 59 Lars Litlere, Fana 1:15:19, 60 Oddmund Soldal, BFG Bergen 1:16:15

61 Lars Måge, Strandebarm 1:17:52, 62 Arnstein Lofthus, Øystese 1:18:38, 63 Olav Fleten, NTNUI 1:20:03, 64 Aksel Øvsthus, Mjøsdalen 1:22:20, 65 Rune Gjerstad, Mjøsdalen 1:25:39, 66 Geir Jørgensen, Rye 1:27:41, 67 Magne Vikne, Osterøy 1:27:53, 68 Bård Gjerde, Voss 1:29:37, 69 Bernt Heggøy, Voss 1:39:26, 70 Roger Anglevik, Fri 1:42:52

71 Birger Normann Hanstveit, Mjøsdalen 1:43:40, 72 Ove Arne Bernes, Mjøsdalen 1:47:51, 73 Svein Steinsland, Samnanger 2:24:07

Andreas Iversen Lilleskare, BFG Bergen DNF, Axel Aronsen Skjeldal, Koll DNS, Simen Smidesang, Lillehammer DNS, Geir Steig, Luster DNS

Kvinner NM Senior

1	Hanne Mjøen Maridal	Strindheim	57:14
2	Karoline Holsen Kyte	Førde	58:14
3	Mari Fosse Vaksdal	Bjørgum	1:00:29
4	Ingvild Sangesland	Søgne	1:03:52
5	Ine Skjellum	Vidar	1:04:41
6	Leni Økland Lihaug	BFG Bergen	1:04:49
7	Ingrid Ukkelberg	Søgne	1:05:21
8	Emma Julie Dyrhovden	Bjørn West	1:06:13

9 Nora Markus, Stord 1:08:06, 10 Hege Linn Eie Vatland, Gylend 1:08:49, 11 Lene Hollund, BFG Bergen 1:09:22, 12 Ingeborg K. Hoftun, NTNUI 1:12:05, 13 Kirsti Johnsen Skåtøy, Egersund 1:12:08, 14 Maren N. Bjerkestrand, Varegg 1:12:59, 15 Hilde Aders, Kvæfjord 1:15:31, 16 Caroline Christie, Varegg 1:16:12, 17 Mariannne Straume, Varegg 1:16:19, 18 Marianne Nesbø Ådland, Fri 1:20:22, 19 Teresa Melvær, Ask 1:20:41, 20 Anne Margrethe Tråve, Lærdal 1:20:52

21 Synne Oma Engevik, Strandebarm 1:21:21, 22 Astrid Olafsdottir, Fri 1:22:12, 23 Hanne Elisabeth Liland, Varegg 1:23:27, 24 Anne Smidesang, Faaberg 1:28:18, 25 Gunvor Refsdal, Vik 1:28:50, 26 Kirsti Midttømme, Fana 1:29:26, 27 Andrea Heimdal Aase, Vik 1:31:54, 28 Marit Skorve, GTI 1:33:03, 29 Ragnhild Guri Korneliussen, Fri 1:34:49, 30 Elisabeth de Lange, Jutul 1:34:56

31 Ingunn Agnete Ytrehus, Romerike Ultra 1:45:49, 32 Tove Alm, Søre Ål 2:48:02

Anita Iversen Lilleskare, BFG Bergen DNF, Tori Angell, Odda DNS, Iga Koplec, BFG Bergen DNS

NM OCR Hinderløp



2. NM OCR Hinderløp

Sted: Nannestad

Arrangør: Nannestad IL

Arena: Nannestad Stadion

Dato: 17. august 2024

Menn 8km

		17. aug	
1	Ånung Viken	Vollan	41:44
2	Espen Berget	Spirit	41:54
3	Kristoffer Berezo Gertz	Vidar	41:58
4	Luke Arthur John Cambridge	Haugesund	43:27
5	Kristoffer Arne Adolfsen	Vidar	43:40
6	Jens Nikolai Handle Jensen	Velledalen	45:44
7	Brage Malm Monstad	Tyrving	48:12
8	Mathias Hoelsveen	Raufoss	48:26

9 Ørjan Trenmo, Volla 48:31, Sebastian Bakken, Jæren DNC 1:04:40, Aenr Willy Forsell, Midgard DNC 58:43, Espen Inge Jansen, Nannestad DNC 59:51, Lars Erik Malde, Skjalg DNC 48:08, Kjetil Berge, Gjerpen DNS

Kvinner 8km

		17. aug	
1	Katrine Haaland Leveraas	Gjesdal	51:24
2	Anette Heimli Jokstad	Velledalen	53:38
3	Katrine Barli Evensen	Midgard	54:19
4	Gunhild Viljugren Stølen	Tyrving	57:53
5	Adna Tahirovic	Nannestad	57:53
6	Nora Camilla Janzso	Midgard	1:03:25
7	Eirin Løberg	Gjerpen	1:10:41
8	Torill Egner	Midgard	1:12:36

9 Katrine Prestvold, GTI 1:15:28. 10 Benedicte Messel, Vestby 1:16:17, Idun Gjølby, Midgard, DNC 1:28:58, Kamilla Storstein Grønnestad. Haugesund DNC 1:06:21, Linda Kristiansen, Midgard DNC 1:11:37, Christina Skaalbones Meyenberg, Vestby DNC 1:18:58, Tonje Nordal-Pedersen, Midgard DNC 1:15:43, Ellen Pernille Olsen, Sturla DNC 1:26:13, Hilde Trageton, Midgard DNC 1:17:25, Renate Marie Henriksen, Modum DNS, Anne Johanne Lind, Nydalen DNS, Silje Torsvik, Spirit DNS

NM stafetter

NM

STAFETTER 2024

FRIDRETT | MOELV 17.-18. AUGUST

102. NM stafetter
Sted: Moelv
Arrangør: Moelven IL
Arena: Skarpsno Arena
Dato: 17.-18. juni 2024

Menn 4x100 meter stafett NM Senior

		17. aug
1	BUL 1	41.09
2	Sandnes	41.16
3	Moelven 1	41.48
4	Skjalg	41.60
5	Søndre Land	46.46
	Tyrving	DNF

Lagene:
1 Edem Schaanning Agbo, Christopher Ekene Nordlie, Sander Werge Nilsen, Stephan Kyeremeh
2 Håvard Haugen, Jonas Skåden, Eskild Hillesund, Soban Inayat
3 Sondre Matias Rudi, Andreas Grimerud, Alexander Løvik Nyheim, Håvard Bentdal Ingvaldsen
4 Sergejs Kononovs, Erik Steinsland, Mathias Hove Johansen, Simen Bogunovic Larsen
5 Nissi Kongolo, Noah Bakken Hesla, Nikolai Stavik Moshagen, Christian Kongolo Mark Daniel Reyes, Simen Gimnes, Tobias Windjusveen, Franz Philip Pap Holmen
Forsøk 1: (17.aug): 1 BUL 41.35, 2 Sandnes 41.35, 3 Moelven 41.39, 4 Søndre Land. 46.62
Lagene:
1 Edem Schaanning Agbo, Christopher Ekene Nordlie, Sander Werge Nilsen, Stephan Kyeremeh
2 Håvard Haugen, Jonas Skåden, Eskild Hillesund, Soban Inayat

3 Sondre Matias Rudi, Andreas Grimerud, Alexander Løvik Nyheim, Håvard Bentdal Ingvaldsen
4 Nissi Kongolo, Noah Bakken Hesla, Nikolai Stavik Moshagen, Christian Kongolo
Forsøk 2: (17.aug): 1 Skjalg 41.84, 2 Tyrving 41.96, BUL 2 DNF, Moelven 2 DNF
Lagene:

1 Sergejs Kononovs, Erik Steinsland, Mathias Hove Johansen, Simen Bogunovic Larsen
2 Mark Daniel Reyes, Simen Gimnes, Tobias Windjusveen, Franz Philip Pap Holmen
Bereket Geda Wayu, Mads Gravråk Hjort-Larsen, Christian Nicholas Wright, Ariand Shegani
Carl Emil Kåshagen, Sjur Grung Thallaug, Johannes Eiksund, Anders Kvesetberget

Menn 4x400 meter stafett NM Senior

		18. aug
1	Moelven 1	3:10.58
2	BUL	3:16.26
3	Sandnes	3:17.18
4	Moelven 2	3:30.22
5	Moelven 3	3:49.91

Lagene:
1 Sjur Grung Thallaug, Alexander Løvik Nyheim, Andreas Grimerud, Håvard Bentdal Ingvaldsen
2 Tobias D. Gulbrandsen, Mads Hjort-Larsen, Stephan Skogheim, Leon M. Douglas
3 Soban Inayat, Håvard Haugen, Eskild Hillesund, Jonas Skåden
4 Carl Emil Kåshagen, Sondre Matias Rudi, Elias Furuseth, Anders Kvesetberget
5 Joren Sleeking, Pål Jostad, Kristoffer Kvarstad, Johannes Eiksund

Menn 4x1500 meter stafett NM Senior

		17. aug
1	Gular	15:52.69
2	Moelven	18:00.48

Lagene:
1 Sondre Hoff, Johannes Teigland, Tore Akerlie, Bjørnar S. Lillefosse
2 Skjalg Kongssund, Stian Snekkerhaugen, Testay Brhane, Pål Jostad

Kvinner 4x100 meter stafett NM Senior

		18. aug
1	Skjalg	46.48
2	Sandnes	48.93

Lagene:
1 Line Al-Saidi, Oda Asdal Hansen, Elisabeth Slettum, Kaisa Sol Fagerland
2 Ingvild Engevik, Anna Heikkinen, Victoria Sørland, Hedda Haglund

Kvinner 4x400 meter stafett NM Senior

		17. aug
1	Skjalg	3:41.77
2	Varegg	4:18.34
3	Moelven	4:25.52

Lagene:
1 Kaisa Sol Fagerland, Line Al-Saidi, Astrid Cecile Berntsen, Elisabeth Slettum
2 Erika Davidova, Alexandra Irgens, Bethine Carlsen, Silje Lindstad
3 Tessa Phillippaevs, Ida Saxegaard, Karoline Bogsti, Eli Tangsås

Kvinner 4x800 meter stafett NM Senior

		17. aug
1	Varegg	9:39.05
2	Moelven	11:04.84

Lagene:
1 Vilde Lindvall, Victoria Osen, Bethine Carlsen, Silje Lindstad
2 Tessa Philippaerts, Eir Gangsås, Karoline Bogsti, Kirsti Mengshoel

Menn 4x100 meter stafett NM Junior

		18. aug
1	BUL 1	42.02
2	Tyrving	43.26
3	BUL 2	43.49
4	Tjålve	44.67
5	Søndre Land	46.67
	Sandnes	DNF

Lagene:
1 Josh Bjerke, Christopher E. Nordlie, Christian Nicholas Wright, Ariand Shegani

2 Axel Andreas Mjør, Markus Le Fjeld, Benjamin Carlsen-Brown, Franz Philip Pap Holmen
3 Elijah Narciso Ramirez, Nicolas B. Eriksen, Thomas Biermann, Zion Ramirez
4 Lucas N. Eggen, Marcus Stålby, Magnus Odland, Even B. Nørjordet
5 Nissi Kongolo, Noah Bakken Hesla, Johan Engelen Andresen, Nikolai Stavik Moshagen
Mathias Skrede, Eskild Hillesund, Håvard Haugen, Lucas Nilssen

Menn 4x400 meter stafett NM Junior

1	BUL	17. aug
2	Tjalve	3:27.72
		3:44.08

Lagene:

- 1 Zion Narciso Ramirez, Elijah Narciso Ramirez, Jonas Gruner-Mørck, Jonas Sande Rosholt
2 Magnus Maximillion Odland, Jacob Retvem Kolderup, Even Bogen Nørjordet, Lucas Nande Eggen

Menn 4x1500 meter stafett NM Junior

	BUL	18. aug
--	-----	---------

Lagene:

Ikke opgitt

Kvinner 4x100 meter stafett NM Junior

1	Sandnes	17. aug
2	BUL	49.39
3	Tjalve	49.70
		52.10

Lagene:

- 1 Emmaa Tayler, Anna Heikkinen, Victoria Sørland, Hedda Haglund
2 Dorothy McManus Ampong, Lilje L. Patey, Mathilde Falck, Linnea Kristoffersen
3 Frida J. Valstad Elsness, Ava V. Sætnan Valio, Mina Mikkelsen Sørensen, Oda Lier

Kvinner 4x400 meter stafett NM Junior

1	BUL	18. aug
2	Moelven	4:06.99
3	Gjøvik	4:25.43
		4:42.29

Lagene:

- 1 Aurora Langbakk, Sofie Sunde, Mathilde Falck, Lilje L. Patey
2 Ida Saxegaard, Melina Danielsen, Eir Gangsås, Helene Bakke
3 Julie Nyborg, Hedda Njå, Benedikte Fossumstuen, Maggie Hveem

Kvinner 4x800 meter stafett NM Junior

1	Varegg	17. aug
2	Moelven	10:31.22
		11:07.18

Lagene:

- 1 Victoria Osen, Helene Osen, Ida Eide Bergesen, Vide Lindvall
Eir Trangås, Helne Bekke, Karoline Bogsti, Melina Hanssen

Menn 4x100 meter stafett UM G16

1	BUL	17. aug
	Koll	47.35
		DQ:TR24.7

Lagene:

- 1 Carl William Holst, Mikael Girma Worku, Radin Kalbasi, Chinua Macfoy-Hutchinson
Lucas Nande Eggen, Jakob Retvem Kolderup, Magnus Maximilliam Odland, Even Bogen Nørjordet

Menn 4x600 meter stafett UM G16

1	Koll	18. aug
2	Moelven	6:08.72
3	Hamar	6:56.27
		6:58.99

Lagene:

- 1 Magnus Odland, Ajkob Retven Kolderup, Axel Wold Møller, Haakon Røvik Svanæs
2 Erlend Robstad, Pål Bostad, Isak Engeskaug, Jarle Welum Glomseth
3 Trym Haave Norderhaug, Linus Holum-Jakobsen, Emil Haave Norderhaug, Henrik Sebastian Jensrud

Kvinner 4x100 meter stafett UM J16

1	Lambertseter	17. aug
2	Runar	52.81
	Koll	53.51

Lagene:

- 1 Lea Moqvist, Vilje Elida Blekkerud, Mari Brandstadmoen, Ingrid Larssen Taggart
2 Alva Skisaker, Vigdis sigurdsdottir Anna Strøm Juliusen, Olea Fladeby
Fride Engen Eliassen, Frida J. Valstad Elsness, Ava V. Sætnan Valio, Aurora K. Brandt Sande

Kvinner 4x600 meter stafett UM J16

1	Tyrving	18. aug
2	Koll	7:08.93
3	Runar	7:13.26
		7:28.50

Lagene:

- 1 Elise Kongsgaard, Mia Andersen, Celine Henningsen, Maria Damhaug
2 Fride Engen Eliassen, Frida Johanna V. Elsness, Ava Sætnan Valio, Aurora Brandt
3 Anna Strøm Juliussen, Vigdis Sigurdsdottir, Olea Fladeby, Alva Skisaker

NM 5km gateløp

NORGESLØPET

1. NM 5km gateløp
Sted: Jessheim
Arena: Norgesløpet
Arrangør: Ullensaker/Kisa IL
Dato: 28. september 2024

Menn 5km gateløp NM

1	Filip Mangen Ingebrigtsen	Sandnes	13.48
2	Vegard Warnes	Svorkmo	13:58
3	Eivind Øygard	Jølster	14:02
4	Jacob Bouter	Ull/Kisa	14:10
5	Magnus Tuv Myhre	Tjalve	14:13
6	Fredrik Sandvik	Ull/Kisa	14:22
7	Tommy Bangjord Hove	Bratsberg	14:24
8	Mathias Flak	Steinkjer	14:26
9	Trond Einar Moen Pedersli, Vidar 14:28, 10 Sjur Krystad Prestsæter, Vidar 14:30, 11 Didrik Røssum Jensen, Nittedal 14:34, 12 Mads Oro Olsen, Ringerike 14:41, 13 Elmer Mulleri Skalle, Lillehammer 14:42, 14 Henrik Marius Laukli, Strindheim 14:42, 15 Andreas Penne Nygård, Sandnes 14:42, 16 Henrik Husdal, Svorkmo 14:42, 17 Mathias Moen, Vidar 14:42, 18 Marius Liljeberg Wang, Herkules 14:45, 19 Erik Lomås, Salangen 14:53, 20 Rolf Steier, Vidar 14:54		
21	Abdullah Dahir Rabi, BUL 14:55, 22 Abdullah Hassan Ali, Tjalve 14:55, 23 Vegard Sæbu, Skautvål 15:04, 24 Tord Ulset, Selsbakk 15:05, 25 Sindre Grønås, Trondheim & Omegn 15:12, 26 Johannes Dalland, BUL 15:15, 27 Lars-Martin Melheim, Olden 15:18, 28 Nicolay Andersen, Langesund Sykle-og Triathlonklubb 15:27, 29 Haakon Engelsen Berg, Vidar 15:28, 30 Andreas Ullern Tønning, Ull/Kisa 15:33		
31	Christian Hannestad, Lillehammer 15:36, 32 Pål Onsrud, Gjøvik 15:40, 33 Mads Bigum Johansen, Tjalve 15:43, 34 Øyvind Wiger, Modum 15:48, 35 Robert Hisdal, BFG Bergen 15:53, 36 Ronny Losoa, Sigdal 16:11, 37 Pål Johnsen, Vidar 16:19, 38 Jonas Kveen, Ull/Kisa 16:22, 39 Terje Gulbrandsen, Lillehammer 16:27, 40 Simen Hegstad Krüger, Lyn 16:30		
41	Håkon Helge Hjemly, Vidar 16:32, 42 Dag Skretteberg, Sturla 16:35, 43 Håvard Høiaas, Klæbu Løpeklubb 16:41, 44 Roger Thompson, Driv 16:41, 45 Kristian Nedregård, Spjelkavik 17:02, 46 Karl-Olaf Høntorp, Oppegård 17:11, 47 Hallvard Moian Nydal, Koll 17:19, 48 Henning Moholdt, Romerike Ultra 17:26, 49 Robert Strongman Eikheim, Nesøya 17:31, 50 Bo Engdahl, Koll 17:40		

51 Egil Tronstad, Spydeberg 17:46, 52 Magnus Stenbrenden, Vidar 17:46, 53 Øystein Dahl, Ull/Kisa 18:12, 54 Knut Lium, Nordre Land 18:19, 55 Hans Ivar Laukli, Konnerud 18:52, 56 Øivind Larsen, Vidar 18:57, 57 Geir Haugen, Lillehammer 19:15, 58 Bjørnar Tyberg, Modum 19:15, 59 Simen Hagerup Kjeldsen, Vidar 19:16, 60 Børre Olsen, Driv 19:17
61 Christian Johannesen, ROS 19:20, 62 Hans Terje Nesbråten, Grue 19:22, 63 Clemet Haugerud, Ull/Kisa 19:45, 64 Thorstein Heimdal, Kjelsås 19:49, 65 Aadne Smidesang, Lillehammer 20:01, 66 Agnar Øystein Varsi, Sirma 20:12, 67 Per Kolstad, Aurskog-Høland 20:28, 68 Henning Grøndalen, Raufoss 21:04, 69 Roger Christiansen, Tjøme Løpeklubb 21:26, 95 Per Stian Olsen, Sortland 21:27, 96 Øystein Syversen, Oppstad 21:32, 70 Tore Engen, Nord-Odal 21:42
71 Reidar Søbstad, Vidar 21:57, 72 Kim Kolstad, Ull/Kisa 21:58, 73 Ingulf Nordahl, Gular 22:34, 74 Herbjørn Brennhovd, Gol 22:51, 75 Lars Jørgen Skaret, Aurskog-Høland 22:52, 76 Per Oddmund Pedersen, Tønsberg 23:00, 77 Torbjørn Eiken, Nykirke 23:25, 78 Runar Gilberg, Vidar 23:33, 79 Hjalmar August Schiøtz, Tønsberg 23:41, 80 Kjell Jonhaugen, Nittedal 24:01
81 Odd Kinsbekken, Ull/Kisa 24:20, 82 Kjetil Tangen, Sørbråten 24:48, 83 Olav Hagland, GTI 24:57, 84 Morten Hansen, Vidar 25:15, 85 Afnan Ahmed, Asker Skiklubb 26:34, 86 Stig Andy Kvalheim, Romerike Ultra 29:56, 87 Marius Fjellheim, Hvam 32:58

Kvinner 5km gateløp NM

1	Amalie Sæten	Ull/Kisa	16:13
2	Madelene Wanvik Holum	Vidar	16:20
3	Andrea Modin Engesæth	BUL	16:32
4	Anzu Lovise Kvam	Gular	16:40
5	Maiken Prøitz	Tjalve	16:51
6	Emilie Krey Ludviksen	Tromsø Løpe	16:59
7	Vibeke Jensen	Strindheim	16:59
8	Frida Bjørnstad Konow	Vidar	17:30

9 Maja Belsås, Ranheim 17:41, 10 Liv Tone Heramb, Risberget 17:45, 11 Hilde Brennskag, Gular 17:45, 12 Sunniva Isabel Cook, Strindheim 17:47, 13 Hannah Bjelland, Vidar 17:52, 14 Ine Skjellum, Vidar 18:25, 15 Åse Klínenberg, Ringerike 18:36, 16 Silje Ravnsborg Christiansen, Driv 18:42, 17 Benedicte Solvin, Modum 19:03, Synøve Brox, Vidar 19:16, 18 Torhild Dybwad Mathiesen, Vidar 19:34, 19 Tonje Gangeskær, Ringerike 19:36, 20 Gunhild Dugstad, Ørnar 19:56
21 Linn Kristin Vibekken, Ull/Kisa 20:01, 22 Ingvild Aurdal, Romerike Ultra 20:47, 23 Liz-Helen Løchen, Vidar 20:54, 24 Ninette Solveig Banoun, Romerike Ultra 21:46, 25 Anne Bakken Hinsch, Rye 22:10, 26 Dorte Foss, Raufoss 22:35, 27 Mette Fjuk, Aurskog-Høland 24:41, 28 Yvette Ricciotti Gran Christiansen, Tjøme Løpeklubb 24:56, 29 Ingunn Agnete Ytrehus, Romerike Ultra 25:49

Menn 5km gateløp NM Junior U20

1	Magnus Øyen	Rindal	14:05
2	Lukas Buncic	Ull/Kisa	14:31
3	Vidar Bjørnås	Målselv	15:01
4	Martin Sølvberg Tjelle	Nittedal	15:05
5	Kristian Bråthen Børve	Ull/Kisa	15:12
6	Axel Dabe	Runar	15:13
7	Axel Wold Møller	Tjalve	15:21
8	Jens Kristian Samuelsen	Rjukan	15:25

9 Fredrik Hesjedal-Tronstad, Spydeberg 15:31, 10 Andreas Lindebø Kværner, Ull/Kisa 15:32, 11 Per August Halle Haugen, Runar 15:34, 12 Elias Hagen Torjussen, Vidar 15:42, 13 Eric Haugen Grønvold, Nittedal 15:43, 14 Amund Nybakke, Oppegård 15:48, 15 Martin Mjelde, Gneist 15:52, 16 Mathias Kopland Rudstaden, Modum 15:56, 17 Adrian Monkvik, Sarpsborg 16:03, 18 Åsmund Sunde Førde, Jølster 16:06, 19 Sebastian Lie Stahlsberg, Langesund Sykle-og Triathlonklubb 16:23, 20 Simen Debesai, Hamar 16:29
21 Haakon Sørstad, Ull/Kisa 17:21, 22 Petter Laukli, Sturla 17:34, 23 Fredrik Skretteberg, Sturla 17:35, 24 Eirik Alexander Håkansson, Norna-Salhus 18:04, Tobias Repstad Andersen, Rygge DNS

Kvinner 5km gateløp NM Junior U20

1	Wilma A.B. Torbiörnsson	Ull/Kisa	16:18
2	Venus Abraham Teffera	Ull/Kisa	16:37
3	Marte Hovland	Vik	16:43
4	Malin Sørtorp Solberg	Sarpsborg	17:39
5	Anna Helene Grønberg	Lillehammer	18:36
6	Frøy Bøe Løkke	Eiker-Kvikk	19:05

7	Astrid Finnstad	Sarpsborg	19:16
8	Dordi Forseth	Steinkjer	46:20

NM terrengløp lang løype



78. NM terrengløp lang løype

Sted: Oslo
Arena: Ekebergparken59
Arrangør: SK Vidar
Dato: 13. oktober 2024

Menn 10km NM Senior

1	Senay Fissehatsion	Ull/Kisa	27:08
2	Magnus Tuv Myhre	Tjalve	27:09
3	Jacob Bouter	Ull/Kisa	27:11
4	Kasper Foss	Heming	27:18
5	Simen Halle Haugen	Tjalve	27:27
6	Eivind Øygard	Jølster	27:27
7	Mads Orø Olsen	Ringerike	27:36
8	Vegard Warnes	Svorkmo	27:45

9 Fredrik Sandvik, Ull/Kisa 27:46, 10 Mathias Flak, Steinkjer 27:51, 11 Tobias Alstad, Frol 28:10, 12 Henrik Husdal, Svorkmo 28:11, 13 Vegbjørn Hovdejord, Snøgg 28:12, 14 Tore Akerlie, Gular 28:16, 15 Sjur Krystad Prestsæter, Vidar 28:23, 16 Theodor Berre Jacobsen, Vidar 28:25, 17 Johan Bugge, Eidsvåg 28:29, 19 Mikkel Blikstad Thomassen, Tjalve 28:34, 19 Vetle Solbakken, BUL 28:53, 20 Didrik Røssum Jensen, Nittedal 28:43

21 August Hovde, Gjøvik 29:03, 22 Eirik Bergene Aabrekk, Sandefjord 29:05, 23 Aballa Targan Yousif, Spirit 29:17, 24 Henrik Marius Laukli, Strindheim 29:21, 25 Simen Ellingsdalen, BUL 29:24, 26 Sigurd Lund Røer, Bækkelaget 29:35, 27 Piera Tobiasen, Sirma 29:50, 28 Lars-Martin Melheim, Olden 29:50, 29 Bjørn Rusten Lundberg, Vægg 30:30, 30 Gabriel Ingebretsen, Kristiansand Løpeklubb 30:34
21 Atle Scheie, Tjalve 31:16, 32 Anders Veum, Vægg 32:06, 33 Henrik Velle, Tjalve 32:42, 34 Vetle Thyli, Raufoss 32:46, 35 Andreas Øyen Tøraasen, Ren-Eng 33:19, 36 Kristoffer Gulbrand Holmerud, Vidar 35:21

Tord Ulset, Ull/Kisa DNF

Kvinner 6km NM Senior

1	Andrea Modin Engesæth	BUL	25:13
2	Selma Løchen Engdahl	Orion	25:15
3	Thea Charlotte Knutsen	Vægg	25:27
4	Maiken Prøitz	Tjalve	25:27
5	Mari Roligheten	BUL	25:31
6	Anna M. Nordengen Sirevåg	Vidar	26:07
7	Anine Dyrdal	Vægg	26:10
8	Kristine Dommersnes	Haugesund	26:16

9 Maria Sagnes Wågan, Namdal Løpeklubb 26:23, 10 Kristine Meinert Rød, Vidar 26:39, 11 Sonja Moen, Oslostudentene 26:43, 12 Bethine Riise Carlsen, Vægg

26:49, 13 Adele Norheim Henriksen, Gular 26:58, 14 Sunniva Isabel Cook, Strindheim 27:04, 15 Synne Marie Engebretsen, Varegg 27:11, 16 Josefine Lind, Heming 27:23, 17 Amanda Frøynes, Sem 27:36, 18 Kristin Walaker Opland, Bratsberg 28:09, 19 Maja Belsås, Ranheim 28:29, 20 Katharina Kahrs, Namdal Løpeklubb 28:36

Annie Bergsagel, Tjalve DNS, Sara Busic, Skjalg DNS, Madelene Wanvik Holum, Vidar DNS, Nora Sanness, Kjelsås DNS, Sigrid Jervell Våg, Tjalve DNS

Menn 6km NM Junior

1	Andreas Fjeld Halvorsen	Ull/Kisa	16:33
2	Magnus Øyen	Rindal	16:33
3	Kristian Bråthen Børve	Ull/Kisa	16:41
4	Åsmund Sunde Førde	Jølster	16:47
5	Lukas Buncic	Ull/Kisa	16:59
6	Tewelde Nahom	Ull/Kisa	17:14
7	Lars Lystad Svorkdal	Svorkmo	17:29
8	Aleksander Øyen	Gneist	17:33

9 Jens Kristian Samuelsen, Rjukan 17:41, 10 Vidar Bjørnås, Målselv 17:42, 11 Magnus Lindhjem-Godal, Tyrving 17:49, 12 Mikkel Bakken, Tjalve 17:54, 13 Martin Ukkelberg Sløgedal, Marnadal 17:54, 14 Elias Haugen Torjussen, Vidar 17:55, 15 Eirik Alvik, Tyrving 17:55, 16 Sondre Harstad Rinde, Skarphedin 18:05, 17 Amund Nybakke, Oppegård 18:07, 18 Oliver Sund, Ranheim 18:08, 19 Sondre Strande Omland, Ull/Kisa 18:17, 20 Mats Engan Heggelund, Frol 18:25, 21 Markus Hirsch, Bækkelaget 18:38, 22 Andreas Lindebø Kværner, Ull/Kisa 18:53, 23 Sondre Signebøen, Halden Løpeklubb 19:48

Johannes Sandvik Bø, Stord DNF, Philip Storm Gulbrandsen, Ull/Kisa DNF, Lars Horten Jordet, Ren-Eng DNF

Axel Dabe, Runar DNS, Halvard Grape Fladby, BUL DNS, Dagfinn Gjerstad, Osterøy DNS, Jonas Fenne Ingierd, Bækkelaget DNS, Lars Wold Møller, BUL DNS, Idar Odland, Varegg DNS, Simen Skeide Paulsen, Ull/Kisa DNS, Jonas Skjerven, Mjøsdaalen DNS

Kvinner 4km NM Junior

1	Marte Hovland	Vik	12:59
2	Selma Eldevik	Varegg	13:18
3	Malin Sørtorp Solberg	Sarpsborg	13:33
4	Vilde-Sofie Torvund	Fri	13:33
5	Selma Alison Boesen Skisaker	Runar	13:54

Sara Yasmin Adid, Tjalve DNS, Dordi Forseth, Steinkjer DNS, Norah Sand-Hanssen, Eiker-Kvik DNS, Julie Sand-Hanssen, Eiker-Kvik DNS

Menn 4km UM G17

1	Fredrik Hesjedal-Tronstad	Spydeberg	11:51
2	Sondre Røed Momrak	Fyresdal	12:01
3	Sebastian Børset	Rindal	12:04
4	Magnus Sigurdsson	Stokke	12:09
5	Markus Bye Jacobsen	Ull/Kisa	12:17
6	Håkon Prøsch Johnsen	Ull/Kisa	12:41
7	Fredrik Redigh Stickler	BUL	12:45
8	Jack Bendiksen	Asker Skickl.	13:57

9 Jovard Tunestveit Karlsen, Varegg 14:25, Kristoffer Randall, Drøbak-Frogn DNS

Kvinner 4km UM J17

1	Wilma A.B. Torbiörnsson	Ull/Kisa	12:35
2	Mia Austevik Bø	Skjalg	13:13
3	Oda Rosland Gjerstad	Skjalg	13:58
4	Ida M. Sirevåg Nordengen	Vidar	14:24
5	Inger Bergsvik	Skjalg	14:48
	Mathea Lægran	Skjalg	DNS
	Aurora Langbakk	BUL	DNS

Menn 4km UM G16

1	Martin Sjølvberg Tjelle	Nittedal	11:36
2	Ulrik Jåvoll Hagen	Brandbu	11:38
3	Tobias Harstad Rinde	Skarphedin	12:11
4	Adrian Monkvik	Sarpsborg	12:13
5	Alfred Lauvsnes Hovdet	Skjalg	12:40

6	Haakon Røvik Svanæs	Koll	12:43
7	Haakon Sørstad	Ull/Kisa	12:59
8	Martinius Wissting	Svorkmo	13:06

Axel Wold Møller, Koll DNS

Kvinner 4km UM J16

1	Venus Abraham Teffera	Ull/Kisa	12:51
2	Frøy Bøe Løkke	Eiker-Kvik	14:48
3	Emma Elise Meinert Rød	Oppegård	15:23
	Aurora Kanutte Brandt Sande	Koll	DNS

Menn 4km UM G15

1	Eric Grønvold	Nittedal	11:44
2	Per August Halle Haugen	Runar	11:49
3	Magnus Hauge Øyen	Gneist	12:30
4	Tarjei Røed Momrak	Fyresdal	12:37
5	Sivert Landrø Grindedal	Rustad	12:44
6	Herman Harstad Jacobsen	Fredrikstad	12:57
7	Vetle Titlestad Bye	Runar	13:08

Alexander Gjerulff, Vidar DNF, Fabian Vibekken, Ull/Kisa DNS, Ask Fjøsne-Hexeberg, Nittedal DNS

Kvinner 4km UM J15

1	Ingrid Skaar	Nittedal	14:03
2	Maia Kulle Andreassen	Vidar	14:27

NM 10km gateløp



1. NM 10km gateløp

Sted: Røyse
Arena: Hytteplanmila
Arrangør: IL Høleværingen
Dato: 19. oktober 2024

Menn 10km gateløp NM

1	Narve Gilje Nordås	Sandnes	28:24
2	Per Sveta	Norna-Salhus	28:32
3	Senay Fissehatsion	Ull/Kisa	28:37
4	Sondre Nordstad Moen	Vidar	28:48
5	Ferdinand Kvan Edman	Tjalve	28:51
6	Vegard Vesterhaug Warnes	Svorkmo	29:18
7	Simen Halle Haugen	Tjalve	29:22
8	Jacob Bouteria	Ull/Kisa	29:25

9 Awet Librab, Ull/Kisa 29:56, 10 Tommy Bangjord Hove, Bratsberg 29:57, 11 Mads Orø Olsen, Ringerike 29:59, 12 Tore Akerlie, Gular 30:05, 13 Tom Erling Kårbø, Stord 30:06, 14 Mathias Flak, Steinkjer 30:08, 15 Sigurd Ruud Skjeseth, Orion 30:10, 16 Marius Liljeberg Wang, Herkules 30:21, 17 Erik Lomås, Salangen 30:24, 18

Trond Einar Moen Pedersli, Vidar 30:27, 19 Marius Garmann Sørli, Ask 30:28, 20 Didrik Røssum Jensen, Nittedal 30:28
 21 Jørgen Baklid, NTNUI 30:28, 22 Sindre Solbakken Omvik, Gular 30:28, 23 Henrik Husdal, Svorkmo 30:31, 24 Marius Vedvik, Førde 30:39, 25 Mathias Moen, Vidar 30:47, 26 Tobias Alstad, Frol 30:48, 27 Sondre Arne Hoff, Gular 30:50, 28 Mattis Holt, Freidig 30:51, 29 Andreas Sjuseth, Vidar 30:54, 30 Andreas Penne Nygård, Sandnes 30:55
 31 Petter Mekvik Rypdal, Namdal Løpeklubb 31:09, 32 Eirik Bergene Aabrekk, Sandefjord 31:10, 33 Veibjørn Hovdejord, Snøgg 31:11, 34 Geir Endre Rogn, Fjellblom 31:13, 35 Magnus Sirnes Hjellum, Vidar 31:14, 36 Karl Jonas Tronstad, Vægg 31:16, 37 Sigurd Lund Røer, Bækkelaget 31:18, 38 Andreas Fossan, Vidar 31:23, 39 Lars Aanensen, Mandal og Halse 31:26, 40 Ola Korbøl, Ottestad 31:26
 41 Kristian Ulriksen, Tromsø Løpeklubb 31:27, 42 Ulrik Astrup Arnensen, Tjalve 31:28, 43 Magnus Warvik, Vidar 31:30, 44 Andreas Dahlg Wærnes, Rindal 31:34, 45 Sigurd Skogan Brensholm, Ogndal 31:34, 46 Simen Ellingsdalen, BUL 31:36, 47 Kristoffer Petersen Skonnord, Lillehammer 31:37, 48 Kim-Roger Trøite, Hind 31:40, 49 Simen Steinshamn, BUL 31:44, 50 Abdalla Targan Yousif, Spirit 31:44
 51 Bjørnar Ustad Kristensen, Sandnes 31:45, 52 Henrik Marius Laukli, Strindheim 31:49, 53 Lars-Olav Måkestad Apold, Gular 31:50, 54 Jostein Rogstad, Vidar 31:53, 55 Sander Dybwad Mathiesen, Vidar 31:57, 56 Sindre Nervik Grønås, Trondheiem & Omegn 32:00, 57 Martin Finne, Vidar 32:08, 58 Sondre Lomeland, Vidar 32:12, 59 Henrik Vik Tolo, Asker Skiklubb 32:14, 60 Eivind Klokkehaug, Vidar 32:34
 61 Johannes Øvereng, Namdal Løpeklubb 32:37, 62 Theodor Berre Jacobsen, Vidar 32:44, 63 Abdullahi Hassan Ali, Tjlsve 32:47, 64 Kristian Grue, Ull/Kisa 32:56, 65 Tord Ulset, Ull/Kisa 33:38, 66 Asbjørn Slagtern Fjellvåg, Nydalen 34:03, 67 Sven Kilander, Vidar 35:55

Kvinner 10km gateløp NM

1	Karoline Bjerkeli Grøvdal	Tjalve	31:12
2	Selma Løchen Engdahl	Orion	33:33
3	Amalie Sæten	Ull/Kisa	33:43
4	Sigrid Jervell Våg	Tjalve	34:09
5	Mari Roligheten Ruud	BUL	34:12
6	Madelene Wanvik Holum	Vidar	34:15
7	Vibeke Jensen	Strindheim	34:37
8	Marte Lien Johnsen	Bratsberg	34:39

9 Anzu Lovise Kvam, Gular 34:40, 10 Karoline Harnes Mongstad, Gular 34:42, 11 Anna Marie Nordengen Sirevåg, Vidar 34:43, 12 Ingrid Syltern Nerland, Gular 34:53, 13 Kristine Meinert Rød, Vidar 34:58, 14 Julie Aspesletten, Oslostudentene 35:00, 15 Sunniva Isabel Cook, Strindheim 35:01, 16 Adele Norheim Henriksen, Gular 35:20, 17 Emilie Krey Ludviksen, Tromsø Løpeklubb 35:31, 18 Maiken Prøitz, Tjalve 35:38, 19 Christina Toogood, Sandnes 35:50, 20 Ane Brekke, Førde 35:53
 21 Anette Killerud Ødegård, Vidar 36:00, 22 Vathrine Dyrendahl, Strindheim 36:12, 23 Marie Kloster, Skjalg 36:29, 24 Rebekka Birkeland, Ask 36:45, 25 Hanne Mjøen Maridal, Strindheim 36:52, 26 Tuva Toftdahl Staver, Heming 36:52, 27 Anita Iversen Lilleskare, BFG Bergen Løpeklubb 36:55, 28 Hannah Bjelland, Vidar 36:55, 29 Cecilie Høgset, Røa 36:58, 30 Maja Belsås, Ranheim 37:05
 31 Marianne Harnes, Vidar 37:14, 32 Oda A. Lundebj, Spirit 37:25, 33 Gjendine Gjelstad Rebård, Runar 37:25, 34 Silje Eklund, Raufoss 37:28, 35 Leni Økland, BFG Bergen Løpeklubb 38:52, 36 Ingrid Eikaas Ukkelberg, Søgne 38:58, 37 Hannah Bentzen, Vidar 41:07

Menn 10km gateløp NM Junior U20

1	Magnus Øyen	Rindal	29:14
2	Philip Storm Gulbrandsen	Ull/Kisa	31:06
3	Lars Horten Jordet	Ren-Eng	31:10
4	Martin Sølberg Tjelle	Nittedal	31:18
5	Haakon Sørstad	Ull/Kisa	31:24
6	Jens Kristian Samuelsen	Rjukan	31:37
7	Fredrik Hesjedal-Tronstad	Spydeberg	32:07
8	Per August Halle Haugen	Runar	32:18

9 Magnus Lindhjem-Godal, Tyrving 32:21, 10 Mats Daviknes-Andreassen, Nittedal 32:27, 11 Andreas Iver Lilleskare, BFG Bergen Løpeklubb 32:32, 12 Ludvig Langøygard, Frol 32:33, 13 Sondre Strande Omeland, Ull/Kisa 32:35, 14 Martin Ukkelberg Sløgedal, Kristiansand 32:36, 15 Eric Haugen Grønvold, Nittedal 32:37, 16 Sebastian Børset, Rindal 32:56, 17 Mathias Kopland Rudstaden, Modum 33:05, 18 Ulrik Jåvoll Hagen, Brandbu 33:26, 19 Christopher Holberg, Heming 33:28, 20 Mikkel Bakken, Tjalve 33:39
 21 Lauritz Dyrkolbotn, Mandal og Halse 33:39, 22 Vidar Junior Bjørnås, Målselv 33:43, 23 Jonas Nordviken, Bøler 33:43, 24 Elias Haugen Torjussen, Vidar 34:18, 25

Sebastian Stahlsberg, Langesund Sykle-og Triathlonklubb 34:40, 26 Håvard Nøttestad, Gneist 35:12, 27 Mats Engan Heggelund, Frol 35:14, 28 Iver Bastlien, Sauda 35:37, 29 Truls Tollersrud von der Lippe, Nittedal 35:42, 30 Peder Taraldsen, Lyn 35:51

31 Blu William Opdal, Langesund Sykle-og Triathlonklubb 36:23, 32 Lars Wold Møller, BUL 36:23, 33 Anders Daviknes-Andreassen, Nittedal 36:31, 34 Jonas Iversen Lilleskare, BFG Bergen Løpeklubb 36:55, 35 Kasper Andre Hartikkalla-Pettersen, Langesund Sykle-og Triathlonklubb 36:58, 36 Henrik Holberg, Heming 37:09, 37 Petter Laukli, Sturla 37:16, 38 Hans Kumar Westberg, BUL 40:58, 39 Kristoffer Ødemark Aaby, Sigdal 44:14, 40 Magnus Hammer Myhre, Høleværingen 48:39

41 Axel Wold Møller, Tjalve 50:11, 42 Haakon Røvik Svanæs, Tjalve 51:43

Kvinner 10km gateløp NM Junior U20

1	Wilma Anna B. Torbiörnsson	Ull/Kisa	33:29
2	Venus Abraham Teffera	Ull/Kisa	35:09
3	Tuva Meinke Kylland	Sturla	38:11
4	Selma Skisaker	Runar	38:12
5	Inger Russnes	BUL	38:23
6	Aurora Kanutte Brandt Sande	Koll	38:45
7	Sunniva Tangen Andersen	Langesund S-T	39:25
8	Julie Lous	Strindheim	41:10

9 Frøy Bøe Løkke, Eiker-Kvikk 41:15, 10 Mali Jåvoll Hagen, Brandbu 43:23