

KS		230			
5-kamp E					
4425	Amalie Iuel	IL Tyrving	060874	Birmingham,U	11.03.2016
	8.48-1.80-11-08-6.15-2:12.41				
4194	Anne Brit Skjæveland	Minerva	240762	Berlin, GER	09.02.1991
	8.54-1.80-11.31-5.86-2:22.86				
3839	Caroline Fleischer	Ski IL	261096	Sandnes	04.03.2018
	9.31-1.80-8.59-5.53-2:16.32				
3495	Miranda Lauvstad	IL Tyrving	221103	Rud	22-23.01.2022
	9.33-1.58-9.58/5.60-2.28.67				
3345	Anastasia Schnell	IL Tyrving	140201	Hvam	19.01.2020
	9.76-1.60-10.55-5.12-2:32.36				
3267	Kamilla Brandt	IL Tyrving	011271	Stange	27.02.1993
	9.16-1.59-9.92-5.08-2:41.04				
3137	Lene Berger	IL Tyrving	070181	Stange	20.03.1999
	10.01-1.59-8.53-5.07-2:30.16				
3013	Mimi Storm-Hansen	IL Tyrving	060874	Drammen	22-23.02.1992
	10.11-1.68-8.02/4.91-2:41.50				

5-kamp M					
3676	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	260465	Drammen	09-10.02.1991
	15.3-11.16-1.70/5.41-2:24.1				
3451	Siw Bakken	Asker Skiklubb	310365	Drammen	09-10.02.1991
	16.8-12.29-1.79/5.17-2:28.4				
3196	Maren Skaset	IL Tyrving	090468	Drammen	09-10.02.1985
	15.6-9.14-1.47/5.49-2:29.1				
3170	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	010168	Drammen	09-10.02.1985
	15.2-8.00-1.47/5.34-2:25.9				
3105	Kristine Thorsen	Fossum IF	070564	Drammen	09.10.02.1985
	16.2-10.25-1.49/4.97-2:25.7				
2964	Berit Sylstad	Nittedal IL	060666	Drammen	09-10.02.1965
	16.9-9.52-1.61/4.92-2:29.4				

4x100m					
52.93	Minerva IS			Stangehallen	18.03.2006
	Veronica Andersen92-Camilla Bjørnstad92-Ragnhild Hafskjær92-Ingeborg Løvnes92				
53.78	IL Tyrving			Stangehallen	20.03.2010
	Sofie Olsholt96-Ingvild Drabløs96-Elise Janson96-Ida Planke Berg96				
54.67	Asker Skiklubb			Stangehallen	25.03.2003
	Mathilde Pilskog89-Tea Cummings90-Line Kloster90-Charlotte Aanonsen89				
55.78	Aurskog-Høland FIL			Stangehallen	08.03.2008
	Astrid Cederkvist94-Evelyn Saxegaard95-Marianne Skjæggenæs95-Eirin Paulsen94				
55.82	Strømmen IF			Stangehallen	08.03.2008
	Pernille Halle95-Marita Berge Næss95-Camilla Olsen95-Lise Gaupset94				
57.32	Ski IL			Stangehallen	19.03.2011
	Mia Johansen97-Kristine Widerøe97-Hanna Gåsemyr98-Ellen Valø98				

KS		231			
4x100m					
48.6	IL Tyrving			Göteborg, SWE	24.03.1968
	Maj-Lena Andersen41-Berit Berthelsen44-Vigdis Hjort Simonsen44-Kjersti Jahr46				
	Overlang bane ca. 380m				
4x200m					
1:38.27	IL Tyrving			Rud	04.03.2018
	Helene Rønningen98-Mari Drabløs98-Maria Aaberg01-Marie Skjæggestad99)				
1:41.39	Fossum IF			Oslo/Ek	08.02.1986
	Catherine Berg66-May Karin Mannes66-Berit Marstein65-Vivian Johansen69				
1:45.72	Minerva			Stange	12.02.1995
	Nina Johannessen78-Victoria Eriksen79-Anette Lekve73-Rannveig Øksne76				
1:48.9	Nittedal IL			Oslo/Ek	03.02.1985
	Berit Sylstad66-Bente Teksum70-Anne Mette Goddoken68-Charlotte Habberstad68				
1:48.95	Aurskog-Høland FIL			Stange	12.02.1995
	Trine Syversen75-Mette Hanneborg75-Heidi Berger74-Rita Nilsen75				
1:50.04	Romerike Friidrett			Stange	23.03.2019
	Oda Schatvedt04-Kjersti Lilleby04-Oda Linnea Ng04-Stella Seraina Wang03				
1:51.85	Asker Skiklubb			Sandnes	11.03.2012
	Signe Sævareid96-Sofie Holmenes96-Eline Hoftun96-Marie Fostvedt96				
1:52.59	Ullensaker/Kisa IL			Steinkjer	06.03.2022
	Elèn Skar06-Natalie Jøransen07-Synne Markussen07-Linnèa Sjøstrøm Johansen07				
1:52.72	Lørenskog FIL			Rud	09.03.2014
	Aimy Brunstad98-Kristine Roland98-Northa Thaycoperan99-Ingrid Ragnarsøn98				
1:57.06	Oppegård IL			Stange	17.03.2018
	Erika Iden04-Anna Eva Hallan03-Nora Martinsen03-Kaja Skogmo04				
1:57.17	Nesøya IL			Stange	21.03.2015
	Aurora Larsen Græger02-Synne Bogsti01-Maria Vestheim Nordh01-Julie von Krogh01				
1:57.97	IL Jardar			Rud	08.03.2020
	Nora Haugland05-June Rønning05-Mina Dahlen05-Thea Eek-Floten05				
1:59.88	Nesodden IF			Stange	22.03.2014
	Malin Andersen99-Malin Østmo99-Elisabeth Øvretveit97-Victoria Øvretveit99				
2:02.21	Ås IL			Stange	16.03.2013
	Oda Marie Hegstad98-Jenny Jarnes98-Sarah Amundsen98-Kathinka Kruse-Jensen98				
2:03.11	Drøbak-Frogn IL			Stange	17.03.2018
	Anniken Norstrøm04-Linnea Holten05-Aurora Grøndalen04-Henriette Bakken05				
2:08.44	Heggedal IL			Stange	17.03.2018
	Melisa Nezic04-Amanda Fredheim06-Cecilie Marken04-Julia Refvik04				

KJ22		232			
1000m (100-200-300-400)					
2:20.87	Strømmen IF			Stange	18.03.2007
	Vibeke Neraker Solem91-Marte Jørgensen93-Stine Eriksen89-Ingeborg Løvnes92				
2:21.86	Minerva IS			Stange	15.03.2009
	Ragnhild Hafskjær-Veronica Andersen92-Emilie Grime Orning93-Solveig Olsen91				
2:23.13	Asker Skiklubb			Stange	09.03.2008
	Ellen Ellertsen93-Kristine Bjørshol92-Karoline Hillestad90-Line Kloster90				
2:23.27	IL Tyrving			Stange	18.03.2007
	Tine Teigene Dalen90-Emilie Førland92-Mia Haave90-Line Skjervheim Gilhuus92				
2:30.68	Lørenskog FIL			Trondheim/Ra	12.03.2011
	Michelle Aloyseus93-Karoline Hansen91-Julie Heggdal94-Elisabeth Pedersen91				
2:31.94	Ullensaker/Kisa IL			Stange	09.03.2008
	Susann Rønning Bakke92-Heidi Holdal92-Betina Nilssen92-Frida Forberg92				
2:41.22	Eidsvold Turnforening			Stange	15.03.2003
	Ragnhild Malum86-Christina Gran Ellingsen88-Mari Solbrekken87-Iris A. Andersen87				

4-3-2-1 runder - 2000m					
4:23.6	IL Tyrving			Oslo/Ek	29.02.1976
	Heidi Vien55-Aud Sugar58-Mona Hansen59-Bente Jacobsen58				
4:40.6	Strømmen IF			Oslo/Ek	29.02.1976
	Anne Sofie Pedersen59-Vanja Sortnes60-Lena Berntzen61-Reidun Granheim61				

KJ22		233			
5-kamp E					
4425	Amalie Iuel	IL Tyrving	74	Birmingham,GB	11.03.2016
	8.48-1.80-11-08-6.15-2:12.41				
3805	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Sandnes	04.03.2018
	9.31-1.80-8.59-5.53-2:16.32				
3345	Anastasia Schnell	IL Tyrving	01	Hvam	19.01.2020
	9.76-1.60-10.55-5.12-2:32.36				
3182	Kamilla Brandt	IL Tyrving	71	Stange	27.02.1993
	9.18-1.61-9.39-5.12-2:48.46				
3137	Lene Berger	IL Tyrving	81	Stange	20.03.1999
	10.01-1.59-8.53-5.07-2:30.16				

5-kamp M					
3676	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	65	Drammen	09-10.02.1985
	15.3-11.16-1.70/5.41-2:24.1				
3451	Siw Bakken	Asker Skiklubb	65	Drammen	09-10.02.1985
	16.8-12.29-1.70/5.17-2:28.4				
3196	Maren Skaset	IL Tyrving	68	Drammen	09-10.02.1985
	15.6-9.14-1.47/5.49-2:29.1				
3179	Berit Sylstad	Nittedal IL	66	Drammen	11-12.02.1984
	17.4-8.59-1.60/4.94-2:26.6				
3170	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Drammen	09-10.02.1985
	15.2-8.99-1.49/5.34-2:25.9				
3105	Kristine Thorsen	Fossum IF	64	Drammen	09-10.02.1985
	16.2-10.25-1.49/4.97-2:25.7				

KJ22		234			
4x200m					
1:38.27	IL Tyrving			Rud	04.02.2018
	Helene Rønningen98-Mari Drabløs98-Maria Aaberg01-Marie Skjæggestad99				
1:41.39	Fossum IF			Oslo/Ek	08.02.1986
	Catherine Berg66-May Karin Mannes66-Berit Marstein65-Vivian Johansen69				
1:45.72	Minerva			Stange	12.02.1995
	Nina Johannessen78-Victoria Eriksen79-Anette Lekve73-Rannveig Øksne76				
1:48.9	Nittedal IL			Oslo/Ek	03.02.1985
	Berit Sylstad66-Bente Teksum70-Anne Mette Goddoken68-Charlotte Habberstad68				
1:48.95	Aurskog-Høland FIL			Stange	12.02.1995
	Trine Syversen75-Mette Hanneborg75-Heidi Berger74-Rita Nilsen75				
1:50.04	Romerike Friidrett			Stange	23.03.2019
	Oda Schatvedt04-Kjersti Lilleby04-Oda Linnea Ng04-Stella Seraina Wang03				
1:51.85	Asker Skiklubb			Sandnes	11.03.2012
	Signe Sævareid96-Sofie Holmenes96-Eline Hoftun96-Marie Fostvedt96				
1:52.72	Lørenskog FIL			Rud	09.03.2014
	Aimy Brunstad98-Kristine Roland98-Northa Thaycoperan99-Ingrid Ragnarsøn98				
1:53.14	Ullensaker/Kisa IL			Steinkjer	10.03.2013
	Ann Kristin Aslaksrud94-Charlotte Grasmø96-Pia Bålsrud95-Sofie Skancke Krauss98				
1:57.06	Oppegård IL			Stange	17.03.2018
	Erika Iden04-Anna Eva Hallan03-Nora Martinsen03-Kaja Skogmo04				

KJ20		235			
5-kamp E					
3805	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Sandnes	20.02.2016
	9.36-1.72-8.99-5.49-2:12.43				
3345	Anastasia Schnell	IL Tyrving	01	Hvam	19.01.2020
	9.76-1.60-10.55-5.12-2:32.36				
3137	Lene Berger	IL Tyrving	81	Stange	20.03.1999
	10.01-1.59-8.53-5.07-2:30.16				
3014	Mimi Storm-Hansen	IL Tyrving	74	Drammen	22-23.02.1992
	10.11-8.02-1.68/4.91-2:41.50				
3004	Kamilla Brandt	IL Tyrving	71	Drammen	24-25.02.1990
	9.37-1.52-8.57/5.07-2:45.49				

5-kamp M					
3676	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	65	Drammen	09-10.02.1985
	15.3-11.16-1.70/5.41-2:24.1				
3451	Siw Bakken	Asker Skiklubb	65	Drammen	09-10.02.1985
	16.8-12.29-1.70/5.17-2:28.4				
3196	Maren Skaset	IL Tyrving	68	Drammen	09-10.02.1985
	15.6-9.14-1.47/5.49-2:29.1				
3179	Berit Sylstad	Nittedal IL	66	Drammen	11-12.02.1984
	17.4-8.59-1.60/4.94-2:26.6				
3170	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Drammen	09-10.02.1985
	15.2-8.99-1.49/5.34-2:25.9				

4x200m					
1:38.27	IL Tyrving			Rud	04.02.2018
	Helene Rønningen98-Mari Drabløs98-Maria Aaberg01-Marie Skjæggstad99				
1:48.9	Nittedal IL			Oslo/Ek	03.02.1985
	Berit Sylstad66-Bente Teksum70-Anne Mette Goddøken68-Charlotte Habberstad68				
1:50.04	Romerike Friidrett			Stange	23.03.2019
	Oda Schatvedt04-Kjersti Lilleby04-Oda Linnea Ng04-Stella Seraina Wang03				
1:50.8	Minerva			Drammen	11.02.1979
	Reidun Granheim61-Mette Eggen61-Elin Holen64-Elin Sollie65				
1:51.85	Asker Skiklubb			Sandnes	11.03.2012
	Signe Sævereid96-Sofie Holmenes96-Eline Hoftun96-Marie Fostvedt96				
1:52.59	Ullensaker/Kisa IL			Steinkjer	06.03.2022
	Elèn Skar06-Natalie Jøransen07-Synne Markussen07-Linnèa Sjøstrøm Johansen07				
1:52.72	Lørenskog FIL			Rud	09.03.2014
	Aimy Brunstad98-Kristine Roland98-Northa Thaycoperan99-Ingrid Ragnarsøn98				
1:57.06	Oppegård IL			Stange	17.03.2018
	Erika Iden04-Anna Eva Hallan03-Nora Martinsen03-Kaja Skogmo04				
1:57.97	IL Jardar			Rud	08.03.2020
	Nora Haugland05-June Rønning05-Mina Dahlen05-Thea Eek-Floten05				

KJ19		236			
5-kamp E					
3764	Caroline Fleischer	Ski IL	96	Sandnes	10-11-01.2015
	9.18-1.75-8.50/5.50-2:18.55				
3345	Anastasia Schnell	IL Tyrving	01	Hvam	19.01.2020
	9.76-1.60-10.55-5.12-2:32.36				
3137	Lene Berger	IL Tyrving	81	Stange	20.03.1999
	10.01-1.59-8.53-5.07-2:30.16				
3014	Mimi Storm-Hansen	IL Tyrving	74	Drammen	22-23.02.1992
	10.11-8.02-1.68/4.91-2:41.50				
3004	Kamilla Brandt	IL Tyrving	71	Drammen	24-25.02.1990
	9.37-1.52-8.57/5.07-2:45.49				

5-kamp M					
3428	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL	65	Drammen	11-12.02.1984
	15.5-1.65-10.18/5.29-2:28.9				
3198	Siw Bakken	Asker Skiklubb	65	Drammen	11-12.02.1985
	16.8-12.29-1.70/5.17-2:28.4				
3196	Maren Skaset	IL Tyrving	68	Drammen	09-10.02.1985
	15.6-9.14-1.47/5.49-2:29.1				
3179	Berit Sylstad	Nittedal IL	66	Drammen	11-12.02.1984
	17.4-8.59-1.60/4.94-2:26.6				
3170	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL	68	Drammen	09-10.02.1985
	15.2-8.00-1.47/5.34-2:25.9				

4x200m					
1:42.86	IL Tyrving			Rud	09.03.2014
	Helene Rønningen98Hedda Hornes98-Mina Anglero97-Mari Drabløs98				
1:48.9	Nittedal IL			Oslo/Ek	03.02.1985
	Berit Sylstad66-Bente Teksum70-Anne Mette Goddoken68-Charlotte Habberstad68				
1:50.04	Romerike Friidrett			Stange	23.03.2019
	Oda Schatvedt04-Kjersti Lilleby04-Oda Linnea Ng04-Stella Seraina Wang03				
1:50.8	Minerva			Drammen	11.02.1979
	Reidun Granheim61-Mette Eggen61-Elin Holen64-Elin Sollie65				
1:51.85	Asker Skiklubb			Sandnes	11.03.2012
	Signe Sævareid96-Sofie Holmenes96-Eline Hoftun96-Marie Fostvedt96				
1:52.59	Ullensaker/Kisa IL			Steinkjer	06.03.2022
	Elèn Skar06-Natalie Jøransen07-Synne Markussen07-Linnèa Sjøstrøm Johansen07				
1:52.72	Lørenskog FIL			Rud	09.03.2014
	Aimy Brunstad98-Kristine Roland98-Northa Thaycoperan99-Ingrid Ragnarson98				
1:57.06	Oppegård IL			Stange	17.03.2018
	Erika Iden04-Anna Eva Hallan03-Nora Martinsen03-Kaja Skogmo04				
1:57.97	IL Jardar			Rud	08.03.2020
	Nora Haugland05-June Rønning05-Mina Dahlen05-Thea Eek-Floten05				
1:59.88	Nesodden IF			Stange	22.03.2014
	Malin Andersen99-Malin Østmo99-Elisabeth Øvretveit97-Victoria Øvretveit99				

K22		237			
5-kamp E					
4444	Amalie Iuel	IL Tyrving		Seattle, USA	26.02.2016
	8.48-1.78-11-07-6.03-2:06.88				
3939	Caroline Fleischer	Ski IL		Sandnes	04.03.2018
	9.31-1.80-8.59-5.53-2:16.32				
3182	Kamilla Brandt	IL Tyrving		Stange	27.02.1993
	9.18-1.61-9.39-5.12-2:48.46				

5-kamp M					
3381	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL		Stavanger	14-15.03.1987
	9.4-11.18-1.70/5.39-2:35.9				

K21					
5-kamp M					
3105	Kristine Thorsen	Fossum IF		Drammen	09-10.02.1985
	16.2-10.25-1.49/4.97-2:25.7				

K20					
5-kamp E					
3805	Caroline Fleischer	Ski IL		Sandnes	20.02.2016
	9.36-1.72-8.99-5.49-2:12.43				

K20					
5-kamp M					
3805	Caroline Fleischer	Ski IL		Sandnes	21.02.2016
	9.36-1.72-8.99-5.49-2:12.43				
3676	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL		Drammen	09-10.02.1985
	15.3-11.16-1.70/5.41-2:24.1				
3451	Siw Bakken	Asker Skiklubb		Drammen	09-10.02.1985
	16.8-12.29-1.70/5.17-2:28.4				

K19					
5-kamp E					
3764	Caroline Fleischer	Ski IL		Sandnes	10-11-01.2015
	9.18-1.75-8.50/5.50-2:18.55				
3345	Anastasia Schnell	IL Tyrving		Hvam	19.01.2020
	9.76-1.60-10.55-5.12-2:32.36				
3004	Kamilla Brandt	IL Tyrving		Drammen	24-25.02.1990
	9.37-8.57-1.52/4.92-2:29.4				
21781	Ida Sophie Leir	IL Tyrving		Rus	22-23-01.2022
	9.61-1.28-6.81/4.84-2:33.83				

K19		238			
5-kamp M					
3428	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL		Drammen	11-12.02.1984
	15.5-1.65-10.18/5.29-2:28.9				
3198	Siw Bakken	Asker Skiklubb		Drammen	11-12.02.1984
	16.1-1.60-11.18/4.87-2:32.8				
2964	Berit Sylstad	Nittedal IL		Drammen	09-10.02.1985
	16.9-9.52-1.61/4.92-2:29.4				

J18					
5-kamp E					
3570	Caroline Fleischer	Ski IL		Sandnes	11.01.2014
	9.50-1.70-7.77-5.38-2:20.06				
3137	Lene Berger	IL Tyrving		Stange	20.03.1999
	10.01-1.59-8.53-5.07-2:30.16				
3015	Mimi Storm-Hansen	IL Tyrving		Drammen	22-23.02.1992
	10.11-1.68-8.02/4.91-2:41.50				
2612	Kamilla Brandt	IL Tyrving		Drammen	09-10.02.1989
	9.74-1.68-8.02/4.91-2:41.50				

5-kamp M					
3424	Berit Sylstad	Nittedal IL		Drammen	11-12.02.1984
	17.4-1.60-8.59/4.94-2:26.6				

J17					
5-kamp E					
3626	Sunniva Indahl	Ski IL		Rud	22-23.01.2022
	8.91-1.52-12.23/5.29-1:45.83				
3456	Cassandra Ø. Nilsen	Nittedal IL		Rud	22-23.01.2022
	8.91-1.52-12.03-5.12-1:43.03				
2781	Mariam Gjertsen Barkbu	IL HJardar		Rud	22-23.01.2022
	9.57-1.43-8.86/4.85-2:02.76				

5-kamp M					
3319	Siw Bakken	Asker Skiklubb		Drammen	06-07.02.1982
	16.2-10.43-1.62/4.81-2:37.8				
3259	Kristin Lunner	Aurskog-Høland FIL		Drammen	06-07.02.1982
	16.5-9.62-1.62/4.85-2:36.5				
2773	Lene Berger	IL Tyrving		Stange	27.03.1998
	10.22-1.55-7.58/4.81-2:42.69				
2075	Lisa Digernes	Nittedal IL		Drammen	23-24.02.1991
	12.93-1.31-7.99/4.42-2:38.86				

5-kamp M					
3341	Inger Birgitte Reppe	Ullensaker/Kisa IL		Drammen	09-10.02.1985
	15.2-8.00-1.47/5.34-2:25.9				
3136	Maren Skaset	IL Tyrving		Drammen	09-10.02.1985
	15.6-9.14-1.47/5.49-2:29.1				

J17		239			
5-kamp E					
3476	Anastasia Schnell	IL Tyrving		Sandnes	04.03.2018
	9.51-1.59-11.15(3)-5.01-1:44.62				
3205	Marie Skjeggestad	IL Tyrving		Sandnes	21-22.02.2016
	9.27-1.57-8.27/4.60-1:43.29				

J17					
5-kamp M					
3505	Guri Fjeldberg	Ullensaker/Kisa IL		Drammen	09-10.02.1985
	17.1-11.33-1.59/5.48-2:26.2				
3288	Maren Skaset	IL Tyrving		Drammen	22.01.1984
	15.5-1.49-9.82-5.32-2:34.7				

J16					
5-kamp E					
3527	Hedda Marie Hauge	Ski IL		Sandnes	18-19.02.2017
	9.13-1.64-11.69/4.84-1:47.77				
3228	Anastasia Schnell	IL Tyrving		Sandnes	18-19.02.2017
	9.76-1.61-9.09/4.85-1:46.04				
2853	Martine Bjugan Aam	Ski IL		Hvam	19.01.2020
	9.49-1.39-9.67/4.62-1:55.68				

J15					
5-kamp E					
2343	Anna Overvoll	Ås IL		Rud	22-23-01.2022
	10.97-1.28-7.15/4.30-1:48.61				

J13					
4-kamp E					
3738	Susanne Tveit Amundsen	Asker Skiklubb		Hvam	18.01.2020
	8.89-4.72-12.89-1:46.96				
2782	Frida Rimstad	Raumnes & Årnes IL		Hvam	18.01.2020
	8.92-4.74-10.66---				

Stafetter					
K21					
1200m (200-180-300-520)					
3:12.30	IL Tyrving		Stange	04.02.2001	
	Kristine Skogseid84-Elisabeth Bache-Wiel85-Lisa Svarva80-Ane Brochmann84				

Stafetter	240
------------------	------------

K20				
4x200m				
1:38.27	IL Tyrving		Rud	04.02.2018
	Helene Rønningen98-Mari Drabløs98-Maria Aaberg01-Marie Skjæggestad99			
1:48.95	Aurskog-Høland FIL		Stange	12.02.1995
	Trine Syversen75-Mette Hanneborg75-Heidi Berger74-Rita Nilsen75			

1000m (100-200-300-400)				
2:30.68	Lørenskog FIL		Trondheim/Ra	12.03.2011
	Michelle Aloyseus93-Karoline Hansen91-Julie Heggdal94-Elisabeth Pedersen91			

1200m (200-180-300-520)				
2:58.59	IL Tyrving		Stange	04.02.2001
	Ane Høgseth84-Siri Westengen82-Lene Berger81-Thea Næss82			

K19				
4x200m				
1:45.77	IL Tyrving		Rud	09.03.2014
	Sofie Olsholt97-Ida Planke Berg96-Ingvild Drabløs96-Leah Røste95			
1:53.14	Ullensaker/Kisa IL		Steinkjer	10.03.2013
	Ann Kristin Aslaksrud94-Charlotte Grasmø96-Pia Bålsrud95-Sofie Skancke Krauss98			
1:58.31	Asker Skiklubb		Stange	21.03.2015
	Stina Karlsen98-Birgitte Strand-Hanne Köping Hoftun99-Eline K`opning Hoftun96			

1000m				
2:24.12	Asker Skiklubb		Stange	15.03.2009
	Ellen Ellertsen93-Agnete Winsnes Astrup93-Karoline Koritzinsky90-Line Tveter90			
2:24.14	Minerva		Stange	21.03.2010
	Veronica Skuse Andersen92-Iselin Trejos92-Emilie Grime Orning93-Solveig Olsen91			
2:33.74	IL Tyrving		Stange	13.03.2004
	Agnete Ellingsen86-Tone Hjalmarssen85-Cecilie Gjersum85-Ida Landgraff86			
2:35.21	Lørenskog FIL		Stange	21.03.2010
	Michelle Aloyseus93-Rebecca Snekenes94-Karoline Hansen91-Elisabeth Pedersen91			
2:41.15	Ullensaker/Kisa IL		Trondheim/Ra	12.03.2011
	Anne Aslaksrud94-Rikke Gustavsen93-Maren Skappel96-Frida Forberg92			

Stafetter	241
------------------	------------

J18					
4x200m					
1:43.60	IL Tyrving			Stange	02.02.2014
	Helene Rønningen98-Jenny Labråten97-Sofie Olsholt96-Mari Drabløs98				
1:50.8	Minerva			Drammen	11.02.1979
	Reidun Granheim61-Mette Eggen61-Elin Holen64-Elin Sollie65				
1:54.69	Lørenskog FIL			Rud	08.03.2020
	Celine Johannessen02-Maiken Kallhovd03-Julie Stang05-Andrea kristiansen02				
1:57.48	Ullensaker/Kisa IL			Sandnes	11.03.2012
	Ann Kristin Aslakrud94-Pia Bålsrud97-Heidi Kristine Helling97-Maren Skappel96				
2:01.86	Romerike Friidrett			Stange	18.03.2017
	Gowsiga Sureskaran99-Malin Skyrud01-Clementina Fernandes99-Amalie Mysiara02				

1200m (200-180-300-520)					
3:12.73	Ullensaker/Kisa IL			Stange	09.02.2003
	Kari Robøle86-Hilde Gustavsson87-Tonje Berg85-Elisabeth Langrusten86				

1000m					
2:20.87	Strømmen IF			Stange	18.03.2007
	Vibeke Neraker Solem91-Marte Jørgensen93-Stine Eriksen89-Ingeborg Løvnes92				
2:21.86	Minerva IS			Stange	15.03.2009
	Ragnhild Hafskjær-Veronica Andersen92-Emilie Grime Orning93-Solveig Olsen91				
2:23.13	Asker Skiklubb			Stange	09.03.2008
	Ellen Ellertsen93-Kristine Bjørshol92-Karoline Hillestad90-Line Kloster90				
2:27.88	IL Tyrving			Stange	09.03.2008
	Karin Busch92-Ester Kate Jansson93-Johanna Gateman93-Marte Holter90				
2:35.30	Ullensaker/Kisa IL			Stange	13.03.2004
	Silje Bråthen91-Mari Solbrekken86-Hilde Gustavson86-Elisabeth Langrusten86				

Stafetter	242
------------------	------------

J17				
1000m				
2:23.27	IL Tyrving		Stange	18.03.2007
	Tine Teigene Dalen90-Emilie Førland92-Mia Haave90-Line Skjervheim Gilhuus92			
2:25.76	Minerva Idrettsskole		Stange	09.03.2008
	Veronica Skuse Andersen92-Emilie Orning93-Iselin T. Pedersen92-Solveig Olsen91			
2:29.46	Asker Skiklubb		Stange	18.03.2007
	Hilde Fjærtøft Jansen92-Torunn S. Hovden92-Line Kloster90-Karoline Koritzinsky90			
2:41.22	Eidsvold Turnforening		Stange	15.03.2003
	Ragnhild Malum86-Christina Gran Ellingsen88-Mari Solbrekken87-Iris A. Andersen87			

1200m (200-180-300-520)				
2:57.36	Strømmen IF		Stange	28.01.2007
	Marie Brochmann90-Vibeke Neraker Solem91-Charlotte Halle90-Ingeborg Løvnes92			
3:03.38	IL Tyrving		Stange	28.01.2007
	Bente Hvistendahl91-Katharina Mögenburg91-Emilie Førland92-Marte Holter90			
3:23.58	Hurdal IL		Stange	28.01.2007
	Nicoline Solsrud90-Lillian Buraas91-Ragnhild Hammeren90-Anne Lene Jeppedal92			

4x200m				
1:42.86	IL Tyrving		Rud	09.03.2014
	Helene Rønningen98Hedda Hornes98-Mina Anglero97-Mari Drabløs98			
1:59.88	Nesodden IF		Stange	22.03.2014
	Malin Andersen99-Malin Østmo99-Elisabeth Øvretveit97-Victoria Øvretveit99			
2:00.38	Romerike Friidrett		Rud	05.03.2017
	Malin Skyrud01-Gaaviga Sureskaran02-Mathuya Nakulan02-Lotte Nordås00			

Stafetter	243
------------------	------------

J16					
4x100m E					
60.95	Eidsvold Turnforening			Stange	25.01.2003
	Emma Dalen90-Hanne Lüdemann Elstad90-Tea S. Andersen87-Silje Yri90				

4x200m				
1:44.27	IL Tyrving		Rud	05.03.2017
	Maria Aaberg01-Canstance Løken Dahl01-Linnea Gateman01-Anna Langeland02			
1:50.04	Romerike Friidrett		Stange	23.03.2019
	Oda Schatvedt04-Kjersti Lilleby04-Oda Linnea Ng04-Stella Seraina Wang03			
1:51.5	Minerva		Drammen	24.01.1984
	Kjersti Aga68-Torill Børresen70-Anne Merete Evenrud70-Cecilie Freng68			
1:51.85	Asker Skiklubb		Sandnes	11.03.2012
	Signe Sævareid96-Sofie Holmenes96-Eline Hoftun96-Marie Fostvedt96			
1:52.59	Ullensaker/Kisa IL		Steinkjer	06.03.2022
	Elèn Skar06-Natalie Jøransen07-Synne Markussen07-Linnèa Johansen06			
1:52.72	Lørenskog FIL		Rud	09.03.2014
	Aimy Brunstad98-Kristine Roland98-Northa Thaycoperan99-Ingrid Ragnarsøn98			
1:53.1	Nittedal IL		Drammen	29.01.1984
	Bente Teksum70-Anne Mette Goddoken68-Torunn Liven69-Charlotte Habberstad68			
1:55.9	Aurskog-Høland FIL		Drammen	16.02.1985
	Camilla Lunner71-Henriette Høntorp72-Stine Røisheim71-Merlen Eng70			
2:00.26	Ås IL		Stange	22.03.2014
	Jenny Jarnes98-Sarah Amundsen98-Sofie Dalheim99-Hanna Hegstad99			

1000m				
2:25.17	IL Tyrving		Stange	17.03.2012
	Ida Planke Berg96-Jenny Labråten97-Sofie Olsholt96-Ingvild Drabløs96			
2:27.47	Asker Skiklubb		Stange	06.03.2005
	Tea Cummings90-Charlotte Aanonsen89-Line Kloster90-Karoline Hillestad90			
2:31.94	Ullensaker/Kisa IL		Stange	09.03.2008
	Susann Rønning Bakke92-Heidi Holdal92-Betina Nilssen92-Frida Forberg92			
2:35.89	Strømmen IF		Stange	15.03.2003
	Linn Gustavson88-Hege Gundersen88-Stine Eriksen89-Inger-Marie Hoberg87			

1200m (200-180-300-520)				
3:15.65	Eidsvold Turnforening		Stange	09.02.2003
	Stine L. Elstad87-Christina G. Ellingsen88-Mari Solbrekken87-Iris S. Andersen87			

Stafetter	244
------------------	------------

J15					
1000m					
2:29.44	IL Tyrving			Stange	06.03.2005
	Marte Hergot Festøy90-Tine Teigene Dalen90-Mia Haave90-Marte Holter90				
2:35.43	Asker Skiklubb			Stange	13.03.2004
	Elisabeth Gurholt89-Mathilde Pilskog89-Charlotte Aanonsen89-Marianne Bjelke89				
2:38.86	Ullensaker/Kisa IL			Stange	19.03.2006
	Linn Helene Bakke91-Silje Disserud91-Marie Tømmerberg91-Tonje Oliveresen91				
2:47.76	Lørenskog FIL			Stange	17.03.2012
	Sonja Karlsen97-Victoria Pedersen96-Ajantha Jeyakumar96-Julia Farkas96				

1200m (100-200-300-400m)					
2:40.87	IL Tyrving			Stange	19.03.2011
	Andrea Storås96-Ingrid Astrup96-Anne-Marie Aarø96-Ingrid Muri96				

1200m (200-180-300-520)					
3:03.73	IL Tyrving			Stange	30.01.2005
	Sara Meling90-Tine Teigene Dalen90-Mia Haave90-Marte Holter90				

4x200m					
1:50.83	IL Tyrving			Stange	23.03.2019
	Oda Schatvedt04-Kjerati Lilleby04-Oda Linnea Ng-Stella Seraina Wang03				
1:54.12	Nittedal IL			Steinkjer	11.03.2018
	Tracie Duodu03-Maren Normann03-Selma Gullikstad03-Anna Normann03				
1:57.06	Oppegård IL			Stange	17.03.2018
	Erika Iden04-Anna Eva Hallan03-Nora Martinsen03-Kaja Skogmo04				
1:57.97	IL Jardar			Rud	08.03.2020
	Nora Haugland05-June Rønning05-Mina Dahlen05-Thea Eek-Floten05				
2:02.21	Ås IL			Stange	16.03.2013
	Oda Marie Hegstad98-Jenny Jarnes98-Sarah Amundsen98-Kathinka Kruse-Jensen98				
2:06.80	Romerike Friidrett			Stange	18.03.2017
	Gaaviga Sureskaran02-Ingrid Dahle02-Vilde Tinglev02-Januka Sahthadayalan02				
2:05.16	Asker Skiklubb			Stange	18.03.2017
	Julie Astrup02-Matilde Lande02-Hannah Skancke02-Tora Bergan02				

Stafetter	245
------------------	------------

J14				
4x100m E				
52.93	Minerva		Stange	18.03.2006
	Veronica Andersen92-Camilla Bjørnstad92-Ragnhild Hafskjær92-Ingeborg Løvnes92			
53.78	IL Tyrving		Stange	20.03.2010
	Sofie Olsholt-Ingvild Drabløs96-Elise Janson96-Ida Planke Berg96			
54.67	Asker Skiklubb		Stange	15.03.2003
	Mathilde Pilskog89-Tea Cummings90-Line Kloster90-Charlotte Aanonsen89			
55.78	Aurskog/Høland FIL		Stange	08.03.2008
	Astrid Cederkvist94-Evelyn Saxegaard95-Marianne Skjæggenes95-Eirin Paulsen94			
55.82	Strømmen IF		Stange	08.03.2008
	Pernille Halle95-Marita Berge Næss95-Camilla Olsen95-Lise Gaupset94			
55.97	Lørenskog FIL		Stange	17.03.2012
	Thaniya Panchalingam98-Aimy Brunstad98-Ingrid Ragnarsøn98-Nathana Sockanathan99			
56.20	Ullensaker/Kisa IL		Stange	05.03.2005
	Linn Helene Bakke91-Charlotte Oliversen91-Tonje Oliversen91-Kathrine Hoff91			
57.44	Ski IL		Stange	17.03.2012
	Hedda Gåsemyr98-Isabel Lie98-Mari Bergane98-Ellen Riseng Valø98			
58.22	Nittedal IL		Stange	20.03.2010
	Thea Lindam96-Vilde Sylstad Mikalsen97-Elise Beyer Nilssen97-Dina Stovvik96			
58.76	Oppegård IL		Stange	05.03.2005
	Felicia Færavaag91-Matilde Ringheim92-Katja Vangsnes91-Ida Marie Sørødal91			
58.84	Eidsvold Turnforening		Stange	15.03.2003
	Hanne Lüdemann Elstad90-Emma Dalen90-Marthe Sørhagen89-Thea Linnea Soland90			
58.90	Nesøya IL		Stange	17.03.2012
	Emma Bryne99-Inger Genberg99-Oda Hovland99-Fannie von Krogh98			
60.01	Hurdal IL		Stange	19.03.2011
	Eli Bekken97-Sara Bålsrud97-Ylva Rognstad98-Live Rongstad00			
60.44	Nesodden IF		Stange	17.03.2012
	Malin Østmo99-Telma Stensrud99-Malin Andersen98-Alexandra Dramstad98			

4x200m				
1:53.62	Romerike Friidrett		Stange	17.03.2018
	Kjersti Lilleby04-Vilde West Evensen05-Oda Schatvedt04-Linnea Ng04			
1:54.46	IL Tyrving		Stange	21.03.2015
	Juni Gjertsen Barkbu01-Ansatasia Schnell01-Linnea Gateman01-Maria Aaberg01			
1:55.25	Nittedal IL		Stange	12.03.2016
	Elina Løken Dahl03-Cornelia Johnsen-Braseth02-Synnøve Undset02-Anna Langeland02			
1:57.17	Nesøya IL		Stange	21.03.2015
	Aurora Larsen Græger02-Synne Bogsti01-Maria Vestheim Nordh01-Julie von Krogh01			

2:00.16	Eidsvold Turnforening		Stange	27.03.2004
	Betina Nilssen92-Hanne Lüdemann Elstad90-Thea Linnea Soland90-Marlen Nilsen91			
2:00.96	Ullensaker/Kisa IL		Stange	22.03.2014
	Tonje Moen00-Hedda Tverås01-Vilde Svardal01-Emilie Andreassen00			

Stafetter	246
------------------	------------

J14				
4x200m forts.				
2:02.27	Lørenskog FIL		Stange	23.03.2019
	Tuva Marcussen05-Linnea Hoff05-Mia Bakkelund05-Julie Stang05			
2:03.31	Drøbak-Frogn IL		Stange	17.03.2018
	Anniken Norstrøm04-Linnea Holten05-Aurora Grøndalen04-Henriette Bakken04			
2:04.95	Asker Skiklubb		Stange	22.03.2014
	Theresa Østvold00-Julie Danielsen00-Julie Lunn01-Synnøve Frantzen00			
2:06.59	Nesodden IF		Stange	16.03.2013
	Pia Gundersen00-Stina Lundquist00-Regine Johansen00-Mailin Andersen99			
2:08.44	Heggedal IL		Stange	17.03.2018
	Melisa Nezic04-Amanda Fredheim06-Cecilie Marken04-Julia Refvik04			
2:09.13	Oppegård IL		Stange	18.03.2017
	Hanna Rehn03-Kaja Skogmo04-Erika Iden04-Anna Hallan03			
2:15.36	Nordre Eidsvoll IL		Stange	18.03.2017
	Selma Enstad03-Isabelle Nyman03-Martine Smedsrud03-Josefine Spjeld05			

1000m					
2:48.06	Eidsvold Turnforening			Stange	24.01.2004
	Marit Frydenlund90-Hanne Lüdemann Elstad90-Britt R. Kristiansen90-Thea L. Soland90				

Stafetter	247
------------------	------------

J13				
4x100m E				
56.99	IL Tyrving		Stange	18.03.2006
	Aase Marie Brown93-Amalie Brobakken93-Johanna Gateman93-Ester Kate Jansson93			
57.32	Ski IL		Stange	19.03.2011
	Mia Johansen97-Kristine Widerøe97-Hanna Gåsemyr98-Ellen Riseng Valø98			
57.69	Minerva		Stange	19.03.2011
	Dorothea Olsen98-Frida Kolstad Erdal98-Victoria Børresen98-Maria Johansen Greenidge98			
57.84	Romerike Friidrett		Hvam	10.12.2016
	Stella Wang03-Oda Schatvedt04-Kjersti Lilleby04-Linnea Ng04			
58.29	Ås IL		Stange	08.03.2008
	Maren Rognerud95-Mari Storholt95-Kaja Nordhagen95-Mari Cecilie Hansen95			
58.33	Ullensaker/Kisa IL		Stange	13.03.2004
	Pernille Haslie91-Tonje Oliversen91-Charlotte Oliversen91-Linn Helene Bakke91			
58.36	Strømmen IF		Stange	08.03.2008
	Ane Gjøystdal95-Emilie Marie Log95-Jenny Aambø95-Marie Skarstein95			
61.55	Asker Skiklubb		Stange	17.03.2007
	Johanne Dølvik94-Vilde Nielsen Kvillum94-Ida-Marie Bjørnstad94-Helene Bøhler94			
62.64	Eidsvold Turnforening		Stange	13.03.2004
	Thea Bålsrud Berg91-Guro Sørhagen91-Marlen Nilsen91-Emmelie Edset Holter91			
63.65	Lørenskog FIL		Stange	08.03.2008
	Maria Båtnes95-Marie Mathiassen95-Kristine Hansen95-Aleksandra Hjertaker95			
63.90	Hurdal IL		Stange	17.03.2007
	Ann-Kristin Aslaksrud94-Pia Bålsrud95-Caroline Sveen94-Kristine Solsrud94			

4x200m				
2:01.53	Ullensaker/Kisa IL		Stange	27.03.2004
	Silje Bråten91-Charlotte Oliversen91-Tonje Oliversen91-Christine Høgbakken91			
2:02.86	IL Tyrving		Stange	12.03.2022
	Frida Sønsteby-Larsen09-Elise Tornberg09-Mia Andersen09-Alvilde Dalen09			
2:04.64	Nittedal IL		Stange	12.03.2016
	Selma Gullikstad03-Anna Normann03-Tracie Kværnrud03-Maren Normann03			
2:08.03	Lørenskog FIL		Stange	17.03.2018
	Tuva Marcussen05-Linnea Mariann Hoff05-Erle Norli05-Julie Stang05			
2:11.99	Oppegård IL		Stange	23.03.2019
	Stella Skiri06-Andrea Furrevik06-Oleanna Utgård-Weltzien06-Frida Drage06			
2:15.06	Ski IL		Stange	12.03.2016
	Martine Aam04-Celine Hesthagen04-Hanna Såheim03-Egilia Sæther03			

Stafetter	248
------------------	------------

J12					
4x100m E					
58.97	IL Tyrving			Stange	08.03.2008
	Ingvild Drabløs96-Ingrid Nicolaisen96-Elise Janson96-Ida Planke Berg96				
59.03	Asker Skiklubb			Stange	18.03.2006
	Astrid Hermansen94-Silje Sivertsen94-Marthe Frøyhaug94-Malene Tveit94				
59.77	Minerva			Stange	13.03.2004
	Ragnhild Hafskjær92-Oda Wennemo92-Camilla Bjørnstad92-Ingeborg Løvnes92				
59.99	Nesøya IL			Stange	16.03.2013
	Synne Bogsti01-Caroline Wasa01-Martine Haggren01-Julie von Krogh01				
60.57	Romerike Friidrett			Stange	12.03.2016
	Kjersti Lilleby04-Linnea Ng04-Katrine Thonvald04-Oda Schatvedt04				
61.63	Ski IL			Stange	18.03.2017
	Sara Guttormsen05-Anna Elise Jansen05-Viktoria Karlstrøm05-Sunniva Indahl06				
61.63	Ullensaker/Kisa IL			Stange	12.03.2022
	Ella Hjeltnes11-Lea Hammer10-Hanna Rimstad10-Harmine Opsahl Torgersen10				
62.15	Strømmen IF			Stange	17.03.2007
	Ane Gjølvsdal95-Martine Trondsen95-Emilie Log95-Marie Skarstein95				
62.75	Nittedal IL			Stange	23.03.2019
	Eline Skaar07-Linnea Bratteng07-Pernille Løvhaugen-Bjerke07-Oda Skari07				
64.22	Lørenskog FIL			Stange	14.03.2009
	Taniya Panchalingam98-Amy Helena Brunstad98-Ingrid Ragnarsøn98-Sonja Karlsen97				
65.01	Eidsvold Turnforening			Stange	15.03.2003
	Betina Nilssen92-Shannin Østenvik92-Marlen Nilsen91-Thea Bålsrud Berg91				
66.65	Oppegård IL			Stange	22.03.2014
	Selma Hegge02-Mia Witeng02-Christina Abrahamsen02-Yme Thomsen02				
68.82	Hurdal IL			Stange	17.03.2012
	Live Rognstad00-Kristine Kristiansen00-Susanne Kristiansen00-Tiril Akselsen00				
70.97	Ås IL			Stange	17.03.2018
	Helene Platzack06-Anna Overvoll07-Mari Henriksen06-Vilma Wiker Nygård08				

Stafetter	249
------------------	------------

J11				
4x100m E				
62.70	IL Tyrving		Stange	17.03.2007
	Ingrid Nicolaisen96-Stine Eriksen96-Ingvild Drabløs96-Ida Planke Berg96			
63.46	Nesøya IL		Stange	17.03.2012
	Sofie Fjørtoft02-Caroline Wasa01-Martine Haggren01-Julie von Krogh01			
64.97	Asker Skiklubb		Stange	17.03.2018
	Emilie Borgen-Forberg07-Helle Gulbrandsen07-Amrlia Borgen-Forsberg07-Susanne Amundsen07			
65.44	Ski IL4		Hvam	10.12.2016
	Sara Guttormsen05-Ellevine Skare05-Torild Indahl05-Sunniva Indahl06			
66.25	Ullensaker/Kisa IL		Stange	12.03.2016
	Silje Berg-Knutsen05-Oda Gladheim05-Oda Rognstad05-Sophie Mannion05			
68.26	Nittedal IL		Stange	23.03.2019
	Selma Skari08-Ingrid Skaar09-Sofie Johnskareng09-Lilja Glømmi-Gakkestad08			
69.03	Lørenskog FIL		Stange	20.03.2010
	Marte Reed99-Jenny Berge99-Miranda Neal99-Anne Slyngstad Færø99			
69.82	Romerike Friidrett		Stange	17.03.2018
	Elina Grundetjern07-Nora Aaneby08-Alma Owrehagen07-Oda Skari07			
70.02	Eidsvold Turnforening		Stange	17.03.2007
	Johanna Disserud96-Liv Kristina Holter97-Malin Forberg96-Marthe Sofie Buraas96			
72.44	Hurdal IL		Stange	08.03.2008
	Eli Bekken97-Sara Bålsrud97-Vilde Håkegård97-Karita Westengen97			
86.87	Kråkstad IL		Stange	17.03.2018
	Helena Walstad07-Anna Dahl-Halbakken07-Anna Bremnes07-Helena Walstad Enes07			

J10				
4x100m E				
77.12	Romerike Friidrett		Stange	21.03.2015
	Mia Frosterud Larsen05-Maja Moum05-Bettina Oulie07-Signe Sølvi Jensen05			
78.38	Heggedal IL		Stange	17.03.2018
	Hedda Vik Pedersen08-Thea Ramstad08-Stiene van de Velde08-Elina Refvik08			
79.42	IL Tyrving		Stange	05.03.2005
	Ingvild Drabløs95-Iselin Martinsen95-Emilie Voje95-Christina Wahl95			

