

## Team Innlandet Totenbanken 2024-25

### Krav NM senior og krav NM junior

U20 (født 2004 eller tidligere. U23 født 2001 eller tidligere) Kravene må være oppnådd i 2023 eller senere.

Menn					Team	Team Elite
Sondre Matias Rudi v	Moelven	2000	100m	10.77		X
Jørgen Evensen Lund v	Raufoss	2003	100m	10.88		X
Didrik Bråten v	Raufoss	2002	100m	10.76		X
Martin Pettersen v	FIK Orion	2002	100m	11.04	X	
Anders Kvesetberget v	Moelven	2002	200m	22,65	X	
Markus Kristiansen v	Raufoss	2002	100m	11.38	X	
Amin Aden Arten v	FIK Orion	2004	100m	11.06	X	
Johannes Eiksund v	Moelven	2003	100m	11.15	X	
Elias Tveitane Furuseth v	Moelven	2007	100m	11,56	X	
Sjur Grung Thallaug v	Moelven	2006	400m	48,73		X
Fredrik Schonhowd v	Moelven	2003	100m	11.21	X	
Vegard O. Kyseth v	Gausdal	2007	200m	22,97	X	
Tshishimbi Nissi Kongolo v	Søndre Land	2006	Lengde	6,61	X	
Henrik Melbø-Hammershaug v	Lillehammer	2007	100m	11.55	X	
Claes Joakim Lille-Mæhlum Gardskär v	Hamar IL	2008	100m	11,57	X	
Carl Emil Kåshagen v	Moelven	1991	200m	22.05		X
Johannes Jemer Mjelde v	Hamar	2005	200m	23.50	X	
Håvard Bentsdal Ingvaldsen v	Moelven	2002	400m	44.39		X
Andreas Grimerud v	Moelven	2003	400m	45.90		X
Alexander Løvik Nyheim v	Moelven	1996	400m	48.75		X
Sander Ekeberg v	FIK Orion	2006	400m	52,52	X	
Ivar Plukkerud v	Hamar	2005	400m hk	54.82		X
Sverre Grønvold v	FIK Ren-Eng	1999	800m	1.55.19	X	
Even Brøndbo Dahl v	FIK Orion	1994	1500m	3.37.89		X
Esten Hansen-Møllerud Hauen v	FIK Ren-Eng	2003	1500m	3.38.87		X
Elmer Mulleri Skalle v	Lillehammer	1992	1500m	3.45.88		X
Petter Johansen v	Lillehammer	1998	10.000m	29.27,46		X
Kristoffer Petersen Skonnord v	Lillehammer	1993	3000m hind.	9.13,86		X
Lars Horten Jordet v	FIK Ren-Eng	2005	3000m	8.23,56		X
Truls Engen Olsen v	Løten	2003	Slegge	59.18		X
Emil Lukassen Tårneby v	Løten	2003	Slegge	48,66	X	
Marcus Henriksen v	FIK Orion	2002	Spyd	62.54	X	
Nikolai Stavik Moshagen v	Søndre Land	2005	Mangek.			X
Magnus Nergård Antonsen v	Hamar	2006	Mangek.		X	
Skjalg Kongssund v	Moelven		Para			X

Ulrik Jåvoll Hagen v	Brandbu	2008	3000m hind.	9.20,25		X
Siem Mengisteab Debesai v	Hamar IL	2007	1500m	4.07,97	X	
Martin Holtet v	Kongsvinger	2007	3000m	8:49,22	X	
Ole Jacob Ellevold v	Kongsvinger	2007	800m	1.58,29	X	
Markus Kristoffer Jacobsen v	Hamar IL	2001	800m	1.55,7	X	
Mathias Hoelsveen v	Raufoss	2005	800m	1.56,82	X	
Kristian Kongssund v	FIK Ren-Eng	2004	3000m	8:57,80	X	
Lars Kongssund v	FIK Ren-Eng	2004	800m	1.57,74	X	
Sigurd Ruud Skjeseth v	FIK Orion	1996	5000m	14.18,49		X
Jens Kristian Lunde v	Lillehammer	2008	1500m	4.00,43	X	
Johannes Havn v	Lillehammer	2001	5000m	14.47,69	X	
Marius Haugen Strandhaug v	Lillehammer	2003	5000m	15.44.08	X	

<b>Kvinner</b>					Team	Team Elite
Malin Furuhaug v	Lillehammer	2002	100m	11,75		X
Mia Prøsch Johnsen v	Lillehammer	2005	200m	24,87		X
Bjørg Pas v	FIK Orion	2004	100m	12.86	X	
Else Haug Karlsen v	Lillehammer	2006	100m	12.99	X	
Maria Andersen-Hemstad v	Hamar	2009	200m	25,92	X	
Ida Saxegaard v	Moelven	2009	200m	25.32	X	
Malin Hoelsveen v	Raufoss	2005	800m	2.01,15		X
Anniken Årebrot v	FIK Orion	2002	400m	56.06		X
Sunniva Fjeld v	Fagernes	2005	400m	56.90		X
Ingrid Johanne Solheim v	Fagernes	2005	400m	56,55		X
Emilie Flugsrud v	Lillehammer	2008	1500m	4.51,49	X	
Maia Holm-Lombnæs v	Lillehammer	2008	800m	4.56,20	X	
Andrea Brække v	Hamar	2007	1500m	4.47.72	X	
Mali Jåvoll Hagen v	Brandbu	2007	1500m	5.04.96	X	
Anna Helene B. Grønberg v	Lillehammer	2007	1500m	4.47,25	X	
Mia Evensen v	FIK Orion	2002	100m hk	14.95		X
Sunniva Bakkene Myhre v	Fagernes	2005	Tresteg	10,74	X	
Lotta Flatum v	Brandbu	2002	Diskos	57.38		X
Thea Engen Olsen v	Løten	2005	Slegge	38.16	X	
Lea Busterud v	Løten	2002	Slegge	36.57	X	
Eline Raddum Hvitsand v	Søndre Land	2007	Spyd	39,06	X	
Kisanet Daniel v	Moelven		Para		X	
Aurora Brennodden Venholen v	Hamar II	2008	Stav	3,05	X	
Selma Løchen Engdahl v	FIK Orion	2001	1500m	4.13,80		X
Frida Byfuglien v	Lillehammer	2002	3000m	10.35,46	X	