

Resultatliste

18.04.2009

Gutter 15 **2000 meter**

1	11	Ole Andre Austevoll	Austevoll IK Friidrett	6,31,5
2	56	Magnus Sirnes Hjellum	Haugesund IL Friidrett	6,34,0
3	62	Erik Udø Pedersen	Holum IL	6,37,2
4	120	Eirik Bråten Richenberg	Lillehammer IF	6,39,0
5	12	Endre Aamodt	Bagn IL	6,40,8
6	47	Hallgeir Aspli	Frol IL	6,42,5
7	175	Asbjørn Rafdal	Stord IL	6,49,8
8	199	Trond Einar Moen Pedersli	Strindheim IL	6,51,1
9	129	Torleif Syrstad	Lundamo IL	7,01,2
10	196	Olav M Romundstad	Strindheim IL	7,01,9
11	188	Eirik Fjær Skåre	Strindheim IL	7,02,5
12	225	Sondre Micheler	Byåsen IL Friidrett	7,06,7
13	96	Per Gunnar Brødreskift	IL Molde-Olymp	7,21,3
14	221	Jon Are Stavås	Åndalsnes IF	7,26,1
15	97	Sondre Nyvold Lid	IL Molde-Olymp	7,46,5
16	194	Mats Bjørgum	Strindheim IL	7,47,9

Gutter 16 **2000 meter**

1	67	Ferdinand Kvan Edman	IF Sturla	6,16,5
2	10	Sander S Terum	Aurland IL	6,22,2
3	130	Håkon Mushom	Lyngdal IL Friidrett	6,25,9
4	124	Anders Stensås	Lundamo IL	6,36,1
5	37	Martin Sæther	Dimna IL Friidrett	6,36,2
6	54	Espen Halvorsen Verpe	Haugesund IL Friidrett	6,37,4
7	6	Stian Klungland	Asker Skiklubb Friidrett	6,37,6
8	128	Martin Riseth	Lundamo IL	6,46,1
9	197	Sondre Engan	Strindheim IL	6,50,3
10	84	Jørgen Jensen Axelsen	IL Gneist	6,56,7
11	240	Halvard Stemshaug	Svorkmo/NOI	7,02,8
12	118	Lars Ove Aunli	Kyrksæterøra IL	7,03,8
13	239	Anton Killi Ringen	Selbu IL Friidrett	7,25,7
14	167	Thomas Sauvik Bakken	Snåsa IL Friidrett	8,03,6

Resultatliste

18.04.2009

Gutter 17 **2000 meter**

1	58	Thomas Solberg Eide	Haugesund IL Friidrett	6,05,8
2	216	Vegard Gjelsvik	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	6,07,0
3	177	Harald Kårbø	Stord IL	6,11,4
4	81	Jaad Orten	IL Fri	6,16,4
5	108	Eivind Øygaard	Jølster IL Friidrett	6,21,2
6	153	Ahmad Muktar Adam	Sandnes IL Friidrett	6,23,2
7	109	Knut Olav Øygaard	Jølster IL Friidrett	6,25,2
8	59	Tom Erik Vestvik	Haugesund IL Friidrett	6,27,5
9	160	Mahad Abdirahman Yusuf	Selsbakk IL Friidrett	6,28,0
10	159	Aman Haidari	Selsbakk IL Friidrett	6,28,1
11	77	Ole Sæterbø	IK Rindals-Troll	6,28,7
12	157	Tommy Haga	Sandnes IL Friidrett	6,40,6
13	210	Fredrik Anthi Svinø	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	6,45,7
14	39	Jørgen Austvik	Fana IL	6,46,2
15	126	Erik Rostad	Lundamo IL	6,48,3
16	7	Anders Sandvik	Askim IF Friidrett	6,52,6
17	83	Didrik Mikkelsen	IL Gneist	6,53,1
18	18	Erlend Eldrup	Bjarg IL Friidrett	6,56,3
19	201	Vegard Kvam	Strindheim IL	7,01,4
20	202	Vemund Vognild Volden	Strindheim IL	7,01,4
21	174	Anders Sætherø	Stjørdal FIK	7,11,9
22	233	Martin Lundemo Syvertsen	Åsen IL	7,31,0

Gutter U20 **2000 meter**

1	105	Lars Erik Malde	IL Skjalg	5,57,5
2	192	Jørgen Bye Brevik	Strindheim IL	5,59,8
3	85	Anders Huun Monsen	IL GULAR	6,03,2
4	186	Didrik Tønset	Strindheim IL	6,05,8
5	236	Halfdan Emil Færø	Aks-77	6,08,6
6	237	Emil Andre Erstad	Aks-77	6,22,2
7	178	Idar Helland	Stord IL	6,23,1
8	131	Jonas Hammer	Lørenskog FIL	6,26,3

Resultatliste

18.04.2009

9	217	Vetle Aasland	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	6,27,5
10	212	Karl Jostein Nyquist	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	6,28,2
11	133	Lars Aanensen	Mandal og Halse IL (MHI)	6,31,5
12	102	Erling Engh	IL Skjalg	6,34,2
13	198	Sondre Oldervoll	Strindheim IL	6,34,6
14	179	Steffen Hjelmeland	Stord IL	6,38,2
15	29	Mathias Rundgreen	Byaasen Skiklub	6,41,8
16	195	Olav Foss Presthus	Strindheim IL	6,45,2
17	14	Eivind Gamst	BFG Fana	7,11,1

Jenter 15 2000 meter

1	182	Frida Berge	Strandebarn IL friidrett	7,29,1
2	46	Synne Mala Visnes	Frisk IL	7,35,7
3	158	Hanne Setsaas Hoven	Selbu IL Friidrett	7,38,9
4	99	Vilde Ottestad	IL Molde-Olymp	7,39,9
5	30	Ida Uvsløkk Normann	Børsa IL Friidrett	8,09,6
6	19	Therese Sundstrøm	Bodø FIK	8,15,6
7	20	Anniken Henriksen	BUL IL	8,24,8

Jenter 16 2000 meter

1	219	Ida Østerås	Verdal FIK	7,21,1
2	45	Karoline Finne	Frisk IL	7,44,3
3	228	Mali Galaaen Røsseth	Selbu IL Friidrett	7,51,5
4	70	Berit Mogstad	IK Rindals-Troll	8,01,9

Jenter 17 2000 meter

1	208	Sigrid Jervell Våg	Trondheim Friidrett	7,15,6
2	13	Sara Amalie Solheim	Berg IL	7,17,9
3	207	Mari Steinkjer Øyen	Trondheim Friidrett	7,22,3
4	38	Helene Strømblad Hansen	Fana IL	7,34,1
5	235	Bertine Helen Færø	Aks-77	7,43,8
6	36	Maria Ringstad	Dimna IL Friidrett	7,48,8
7	151	Guro Ørndal Nilsen	Ranheim IL	7,59,1
8	145	Ingvild Vedde	Nesbyen IL Friidrett	8,01,9

Resultatliste

18.04.2009

9	103	Ingrid Kristiansen	IL Skjalg	8,02,0
10	28	Martine Ranum Lehn	Byaasen Skiklub	8,04,0
11	209	Tonje Uvsløkk Haugen	Trondheim Friidrett	8,06,0
12	211	Frida Forberg	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	8,14,8
13	48	Tonje Lerfald Nilssen	Grong IL Friidrett	8,30,0

Jenter U20 2000 meter

1	203	Ingeborg Løvnes	Strømmen IF Friidrett	7,05,6
2	137	Veronika Brennhovd Blom	Modum FIK	7,07,8
3	173	Runa Skrove Falch	Steinkjer FIK	7,12,6
4	136	Silje Bære Hørthe	Modum FIK	7,17,3
5	25	Lilli Marie Myhre Ofstad	Byåsen IL Friidrett	7,18,7
6	180	Synne Vie Sundal	Stord IL	7,36,7
7	223	Marita Rustad Martinsen	Åndalsnes IF	7,40,7
8	68	Tonje Høgli Andersen	IF Sturla	7,51,5
9	190	Ida Engan	Strindheim IL	8,13,8
10	227	Ida Anette Klokset	IL Molde-Olymp	9,00,1

Kvinner 35-39 2000 meter

1	134	Hilde Hovdenak	Modum FIK	7,11,9
2	183	Anne Nevin	Strindheim IL	7,16,1
3	112	Anne Kari Borgersen	Kristiansand IF Friidrett	7,28,9
4	193	Marianne Houbiers	Strindheim IL	7,55,2
5	214	Marianne Opsahl	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	7,58,2

Kvinner 40-44 2000 meter

1	117	Solveig Pedersen	Kristiansand IF Friidrett	7,12,5
---	-----	------------------	---------------------------	--------

Kvinner 45-49 2000 meter

1	114	Lisbeth Gallefoss	Kristiansand IF Friidrett	7,58,3
---	-----	-------------------	---------------------------	--------

Kvinner 55-59 2000 meter

1	27	Wenche Lande	Byåsen IL Friidrett	8,54,2
---	----	--------------	---------------------	--------

Resultatliste

18.04.2009

Kvinner senior 2000 meter

1	162	Karoline Bjerkeli Grøvdal	SK Vidar	6,23,2
2	65	Hanne Lyngstad	Idrettsklubben Tjalve	6,59,4
3	161	Christina Bus Holth	SK Vidar	7,00,6
4	172	Kristin Brøndbo	Steinkjer FIK	7,06,9
5	15	Pernille Thomassen	BFG Fana	7,16,8
6	135	Mari Haugen	Modum FIK	7,21,2
7	205	Cecilie Benedicte Isern	Trondheim Friidrett	7,21,9
8	26	Marte Oldervoll	Byåsen IL Friidrett	7,54,0
9	88	Ingvild Berg Saksvik	IL GULAR	8,04,2

Menn 35-39 3000 meter

1	107	Kristian Nedregård	IL Tyrving	9,37,7
2	17	Ronny Ingebrigtsen	Bratsberg IL Friidrett	10,00,1
3	150	Trond Einar Elden	Ogndal IL	10,02,2
4	215	Tommy Torgersen	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	10,14,0
5	16	Petter Rasmussen	BFG Fana	11,09,7

Menn 40-44 3000 meter

1	220	Tor Erik Nyquist	Øystre Slidre IL Friidrett	9,59,3
2	31	Geir-Arve Clausen	Dalebrand IL	11,33,8

Menn 45-49 3000 meter

1	113	Helge Dolsvåg	Kristiansand IF Friidrett	9,49,9
2	98	Terje Gautvik	IL Molde-Olymp	10,09,2
3	185	Bjarne Lien	Strindheim IL	10,30,7
4	32	Håkon Kyllø	Dalebrand IL	10,32,0
5	72	Bjørn Vonheim	IK Rindals-Troll	10,50,4
6	139	Leif Arne Sagmo	Mosvik IL	11,27,2
7	9	Tommy Jacobsen	Askim IF Friidrett	12,14,9
8	1	Olai Nepstad	Aks-77	14,11,2

Menn 50-54 3000 meter

Resultatliste

18.04.2009

1	184	Atle Magnar Bones	Strindheim IL	10,53,5
2	176	Harald Engevik	Stord IL	10,58,5
3	149	Ola Berget	Ogndal IL	11,04,0
4	156	Sverre Mohagen	Sandnes IL Friidrett	11,06,2
5	148	Kjell Eriksen	Ogndal IL	11,11,3
6	91	Morten Straume	IL GULAR	11,50,3
7	187	Einar Hjorthol	Strindheim IL	12,01,8
8	63	Paul Håkon Almås	Hommelvik IL Friidrett	12,03,0
9	34	Stein Morten Hoff	Dalebrand IL	12,07,8

Menn 55-59 3000 meter

1	110	Øyvind Trongmo	Korgen IL	10,32,4
2	189	Even Løkken	Strindheim IL	10,35,7
3	231	Kjell Hjelle	Strindheim IL	11,51,1
4	232	Sverre Buan	Strindheim IL	12,12,6

Menn 60-64 3000 meter

1	49	Olav Hagland	GTI Stavanger	11,39,4
2	166	Arvid Syrstad	Skaun IL Friidrett	12,08,1
3	125	Brage Melby	Lundamo IL	12,17,7
4	152	Per Gunnar Vullum	Rennebu IL Friidrett	14,13,0
5	234	Magnar Bendheim	Nidelv IL Friidrett	14,29,7

Menn 65-69 3000 meter

1	2	Audun Lavik	Ask Friidrett	12,20,1
2	24	Harry Sollie	Byåsen IL Friidrett	12,57,9
3	229	Hagbart Vebostad	Strindheim IL	13,09,4
4	146	Knut E Møller	Nidelv IL Friidrett	13,19,5

Menn senior 3000 meter

1	155	Bjørnar Ustad Kristensen	Sandnes IL Friidrett	8,58,2
2	164	Sondre Nordstad Moen	SK Vidar	9,00,1
3	165	Øystein Sylta	SK Vidar	9,01,1

Resultatliste

18.04.2009

4	101	Dabaya Badhaso	IL Skjalg	9,03,1
5	57	Morten Velde	Haugesund IL Friidrett	9,09,0
6	163	Sindre Buraas	SK Vidar	9,09,6
7	171	Joachim Brøndbo	Steinkjer FIK	9,10,1
8	115	Ole Kristian Heggheim	Kristiansand IF Friidrett	9,10,6
9	93	Terje Aggvin	IL GULAR	9,11,6
10	95	Tommy Laitinen	IL GULAR	9,12,4
11	181	Tom Erling Kårbø	Stord IL	9,14,9
12	21	Henrik Berg-Olsen	BUL IL	9,19,8
13	218	Audun Nordtveit	Urædd Friidrett	9,20,5
14	111	André Hammerø Løset	Kristiansand IF Friidrett	9,20,6
15	74	Henrik Grøseth	IK Rindals-Troll	9,22,7
16	53	Christian Sørøng Bjørge	Haugesund IL Friidrett	9,25,2
17	4	Tord Eirik Solberg	Ask Friidrett	9,26,7
18	82	Lars Nesbø Bakke	IL Fri	9,28,3
19	69	Arnt Inge Nilsen	IK Rindals-Troll	9,28,7
20	168	Eivind Jenssen	Steinkjer FIK	9,30,2
21	90	Martin Johnsen	IL GULAR	9,30,5
22	144	Tumsa Robele Oda	Namdal Løpeklubb	9,33,0
23	86	Asbjørn Høyem Amundsen	IL GULAR	9,34,1
24	61	Terje Olsen	Heimdal IF	9,34,7
25	238	Ivar Husby	Vollan IK	9,37,0
26	119	Arne Mjelde Sæther	Lillehammer IF	9,37,5
27	213	Kristian Monsen	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	9,37,6
28	94	Tomas Windheim	IL GULAR	9,38,8
29	22	Marius Frøvig Schneider	BUL IL	9,41,3
30	224	Erik Hovlandsdal	BFG Fana	9,41,9
31	104	Jul Fredrik Kaltenborn	IL Skjalg	9,42,9
32	60	Kjetil Magne Dørheim Hals	Haugesund IL Friidrett	9,44,6
33	75	Juan Miguel Valdes Rodriguez	IK Rindals-Troll	9,46,5
34	87	Gjermund Groven	IL GULAR	9,47,3
35	79	Thomas Holm	IK Rindals-Troll	9,47,8
35	92	Sigbjørn Groven	IL GULAR	9,47,8
37	123	Trond Vognild	Lillehammer IF	9,50,7
38	226	Geir Johan Einang	Dalebrand IL	9,53,2

Resultatliste

18.04.2009

39	3	Christer Vonheim	Ask Friidrett	9,54,7
40	33	Jens Høiås	Dalebrand IL	9,55,2
41	43	John Henry Strupstad	FIK Ren-Eng	9,59,2
42	106	Torstein Tengsareid	IL Skjalg	10,01,6
43	76	Lars Morten Bardal	IK Rindals-Troll	10,01,9
44	100	Leif Sæggrov	IL Pioner Friidrett	10,02,0
45	140	Tore Sagmo	Mosvik IL	10,10,0
46	169	Henrik Nortug	Steinkjer FIK	10,11,2
47	42	Haagen Urset	FIK Ren-Eng	10,11,4
48	191	Jerreh Ceesay	Strindheim IL	10,16,5
49	73	Helge Langen	IK Rindals-Troll	10,19,4
50	23	Pål Johannes Larsen	BUL IL	10,20,3
51	78	Terje Maroni	IK Rindals-Troll	10,21,6
52	41	Einar Furulund	FIK Ren-Eng	10,26,5
53	71	Bjørn Sæther	IK Rindals-Troll	10,34,5
54	138	Arve Sagmo	Mosvik IL	10,37,9
55	200	Trygve Ellingsen	Strindheim IL	10,52,2
56	35	Joar Opsahl Moldskred	Dimna IL Friidrett	10,54,0
57	44	Audun Johanson	FIK Stein	11,07,1