

### KS

#### 10 000 m

1	8	Kristin Størmer Steira (81)	Vidar	33,40,75
2	135	Fride Vullum-Bruer (76)	Strindheim	35,26,74
3	164	Elise Selvikvåg Molvik (94)	Stavanger	36,49,16
4	322	Hanne Steinstø (89)	Haugesund	37,16,69
5	333	Eli Anne Dvergsdal (91)	Gular	37,35,97
6	165	Ann Kristin Mosbron (80)	Stavanger	38,09,58

### Runde tider

1000 m	8	3,24,49	2000 m	8	6,47,61	3000 m	8	10,11,02	4000 m	8	13,32,14
5000 m	8	16,53,49	6000 m	8	20,17,05	7000 m	8	23,40,11	8000 m	8	27,02,96
9000 m	8	30,24,00									

### KS

#### 200 m

#### Heat: 1

Vind: +0.8

1	169	Elisabeth Slettum (86)	Skjalg	25,30
2	9	Astrid M. Cederkvist (94)	Vidar	25,32
3	395	Sara Dorthea Jensen (96)	Bryne	25,79
4	415	Hedda Hauge Hornes (98)	Tyrving	26,18
5	194	Eline Netland (95)	Sandnes	26,37
6	280	Emma Natalie H. Dhir (99)	Kristiansand	26,51
	225	Vilde Gjesbakk (96)	Rana	DNS

#### Heat: 2

Vind: +0.5

1	122	Ingvild Meinseth (99)	Sørild	25,55
2	153	Tara Marie Norum (91)	Steinkjer	25,65
3	82	Maren Sofie H. Andersen (94)	Tjalve	25,73
4	83	Thale Kristine F. Espeli (89)	Tjalve	26,10
5	149	Thale Leirfall Bremset (99)	Stjørdal	26,23
6	265	Therese Skyttermoen (99)	Lillehammer	26,58
7	206	Wendel M. Håvardstun (98)	Sandefjord	26,94

#### Heat: 3

Vind: +1.4

1	191	Ida Bakke Hansen (93)	Sandnes	24,78
2	281	Benedicte Hauge (89)	Kristiansand	25,38
3	399	Vilde Lund Bjørnsen (96)	BFG Bergen	25,50
4	363	Agathe H. Wathne (94)	Fri	25,56
5	34	Marte Pettersen (97)	Urædd	25,57
6	192	Hanne Berit Irgens (94)	Sandnes	26,49
7	12	Marit Aarvaag Storaker (88)	Vidar	26,84

### KS

#### 200 m

##### Heat: 4

Vind: +0.0

1	15	Line Kloster (90)	Vidar	25,16
2	261	Mari Gilde Brubak (90)	Malvik	25,35
3	334	Christine B. Jensen (94)	Gular	25,37
4	54	Heidi Hessian Næss (89)	Tyrving	25,58
5	154	Alisa P. Andersen (89)	Steinkjer	26,06
6	172	Anna B. Jakobsen (93)	Skjalg	27,00
7	284	Emilie Berge (97)	Iveland	27,10

### KS

#### 200 m, Finale

Vind: -0.7

1	169	Elisabeth Slettum	Skjalg	23,98
2	191	Ida Bakke Hansen	Sandnes	24,04
3	153	Tara Marie Norum	Steinkjer	24,18
4	15	Line Kloster	Vidar	24,42
5	334	Christine B. Jensen	Gular	24,46
6	281	Benedicte Hauge	Kristiansand	24,66
7	9	Astrid M. Cederkvist	Vidar	24,90
8	261	Mari Gilde Brubak	Malvik	25,12

### KS

#### 200 m, Semifinale

##### Heat: 1

Vind: -1.1

1	334	Christine B. Jensen	Gular	24,70
2	191	Ida Bakke Hansen	Sandnes	24,73
3	153	Tara Marie Norum	Steinkjer	24,81
4	9	Astrid M. Cederkvist	Vidar	25,15
5	363	Agathe H. Wathne	Fri	25,45
6	122	Ingvild Meinseth	Sørild	25,55
7	395	Sara Dorteia Jensen	Bryne	25,59
8	415	Hedda Hauge Hornes	Tyrving	26,04

##### Heat: 2

Vind: -1.5

1	169	Elisabeth Slettum	Skjalg	25,27
2	15	Line Kloster	Vidar	25,31
3	261	Mari Gilde Brubak	Malvik	25,54
4	281	Benedicte Hauge	Kristiansand	25,58

### KS

#### 200 m, Semifinale

5	54	Heidi Hessian Næss	Tyrving	25,68
6	399	Vilde Lund Bjørnsen	BFG Bergen	25,74
7	82	Maren Sofie H. Andersen	Tjalve	25,94
8	83	Thale Kristine F. Espeli	Tjalve	26,38

### KS

#### 800 m

1	137	Hedda Hynne (90)	Strindheim	2,05,17
2	138	Yngvild Elvemo (90)	Strindheim	2,06,19
3	315	Ida Fillingsnes (90)	Herkules	2,06,59
4	216	Mathilde Myhrvold (98)	Raufoss	2,07,79
5	123	Karoline Daland (99)	Sørild	2,09,26
6	342	Lena Indrebø	Gular	2,12,05
7	58	Mari Drabløs (98)	Tyrving	2,12,88
8	185	Marthe Olsen (96)	Selsbakk	2,12,90
9	316	Veronica Undseth (94)	Herkules	2,15,88
10	253	Heidi Hestmark (86)	Namdal	2,16,74
11	121	Irene Johansen (96)	Sørum	2,16,86
12	129	Ane Bakken Hodt (95)	Sturla	2,18,69

### KS

#### Lengde, Finale

1	288	Nadia Akpana Assa	IL BUL	6,36
	+0,9	+0,6	-1,1	
	6,36	6,11	x	4,80
				-
				x
2	289	Phylis Boateng	IL BUL	5,95
	+0,9	-0,9	+0,4	-1,6
	5,95	5,77	5,64	x
				5,65
				-
3	2	Ida Marcussen	Våg	5,87
	+1,0	+0,1	+0,4	-0,8
	5,87	5,86	5,74	x
				5,65
				5,71
4	365	Lene Secher Myrmel	Fri	5,80
	+0,8			-1,2
	5,61	x	x	x
				5,23
				5,80
5	61	Katarina Mögenburg	Tyrving	5,75
	+1,4		0,0	-1,6
	5,75	x	5,53	5,49
				-
6	386	Renate Grimstad	Dimna	5,52
	+0,3	0,0	-0,1	0,0
	5,45	5,52	x	5,27
				x
				5,41

### KS

#### Lengde, Finale

7	179	Fleischer Caroline			Ski		5,40	
			-1,1	-0,6	+0,3	+0,9	-1,1	+0,2
			5,31	5,22	5,40	5,17	4,93	5,15
8	285	Mai Brit Berge				Iveland		5,39
			0,0	0,0	+1,3	0,0	-1,2	+0,1
			5,34	5,33	5,39	5,12	1,81	5,38
9	192	Hanne Berit Irgens				Sandnes		5,35
			-0,4					
			5,35	x	x			
10	158	Jenny Nyborg				Steinkjer		5,30
			+1,3	-0,6	+0,8			
			5,30	5,01	4,96			
	401	Maren Haugen Lillefosse				BFG Bergen		DNS
	92	Margrethe Renstrøm				Tjalve		DNS

### KS

#### Slegge

#### 4,0kg/119,5cm

1	354	Trude Raad (90)				Gloppen		61,46
			x	60,92	61,46	58,03	61,02	60,69
2	89	Mona C. H. Solberg (83)				Tjalve		60,91
			56,09	60,91	60,45	58,96	59,28	58,01
3	358	Marte Rygg Årdal (92)				Gloppen		60,14
			x	57,15	54,13	58,38	58,72	60,14
4	274	Beatrice N. LLano (97)				Laksevåg		59,90
			x	59,90	x	59,87	x	x
5	240	Helene S. Ingvaldsen (96)				Norna-Salhus		53,43
			53,43	x	52,65	x	x	x
6	93	Mari Strange Øya (90)				Tjalve		51,26
			51,26	x	48,05	50,81	x	x
7	408	Solveig Fredriksen (92)				Austevoll		50,37
			x	x	50,37	45,84	48,75	x
8	343	Helene Hofstad (91)				Gular		48,93
			48,13	48,93	46,12	47,19	48,73	x
9	239	Mona Ekroll Jaidi (95)				Norna-Salhus		47,15
			44,85	47,15	x			
10	330	Silje Stenersrød (94)				Halden		46,99
			46,99	46,71	45,06			
11	409	Marianne Skjeggenes (95)				Aurskog-Høland		41,87
			41,87	x	x			

### MS

#### 10 000 m

1	297	Weldu N.Gebretsadik (86)			IL BUL	29,32,59
2	19	Dadafo T. Dhaqaibi (89)			Vidar	29,33,42

### MS

### 10 000 m

3	166	Ørjan Grønnevig (91)	Stavanger	29,37,21
4	195	Frew Zenebe Brkineh (84)	Sandnes	29,47,16
5	98	Hans Kristian Fløystad (89)	Tjalve	30,13,46
6	345	Marius Vedvik (92)	Gular	30,19,37
7	21	Eirik Gramstad (84)	Vidar	30,26,10
8	314	Glenn T. Martinsen (81)	Hind	30,28,79
9	275	Stian Mekdim Bekkevoll (95)	Krs løpeklubb	31,20,34
10	186	Ola Sakshaug (84)	Selsbakk	31,25,21
11	159	Jens Høiås (87)	Steinkjer	31,28,23
12	40	Kristian Monsen (77)	Ull/Kisa	31,30,24
13	213	Helge Langen (85)	Rindal	31,36,41
14	23	Harald Solhaug Næss (88)	Vidar	31,37,45
15	276	Eivind Knutsen (90)	Krs løpeklubb	31,49,28
16	37	Svein Ove Risa (74)	Undheim	31,55,14
17	160	Johan Asphjell Bjørnaas (87)	Steinkjer	31,57,10
18	324	Erik Rullestad (94)	Haugesund	32,00,32
19	167	Kristian Nedregård (74)	Spjelkavik	32,48,93
	140	Petter M. Rypdal (93)	Strindheim	DNS
	406	Espen Roll Karlsen (91)	BFG Bergen	DNS

### Runde tider

1000 m	297	2,55,33	2000 m	297	5,49,08	3000 m	345	8,48,51	4000 m	297	11,45,77
5000 m	345	14,46,27	6000 m	297	17,47,46	7000 m	297	20,47,89	8000 m	345	23,53,80
9000 m	166	26,47,55									

### MS

### 200 m

#### Heat: 1

Vind: +0.1

1	108	Josh-Kevin R. Talm (96)	Tjalve	22,06
2	367	Martin Roe (92)	Fri	22,11
3	222	Jonas A. Grønnhaug (89)	Ranheim	22,19
4	197	Joachim Sandberg (95)	Sandnes	22,27
5	305	Nivethan Panchalingam (93)	IL BUL	22,83
	298	Jaysuma Saidy Ndure (84)	IL BUL	DNS
	120	Brede Solberg Stølen (93)	Tingvoll	DNS

#### Heat: 2

Vind: +0.1

1	233	Jonathan Quarcoo (96)	Orion	22,11
2	109	Alexander D. Winger (89)	Tjalve	22,27
3	302	Einar-Andre Jakobsen (86)	IL BUL	22,30

### MS

#### 200 m

4	77	Kristoffer Buhagen (92)	Trondheim	22,47
5	181	Eirik Tanberg (87)	Sigdal	22,71
6	65	Hallgeir Martinsen (89)	Tyrving	22,76
7	200	Jon Erik Nesse (95)	Sandnes	22,94

#### Heat: 3

Vind: +1.3

1	299	Ousman Touray (95)	IL BUL	21,97
2	125	Even Meinseth (96)	Sørild	22,16
3	268	Sondre M. Nystrøm (94)	Lillehammer	22,23
4	174	Simen Tjelta Larsen (94)	Skjalg	22,29
5	78	Eirik Thorshaug (87)	Trondheim	22,41
6	234	Stian Løvås Aaen (95)	Orion	23,43
	221	Martin T. Gjertsen (93)	Ranheim	DNF

#### Heat: 4

Vind: +0.1

1	99	Nickolai Jallow (91)	Tjalve	21,80
2	230	Martin Kåstad (90)	Osterøy	21,84
3	175	Lars Jøran Storhaug (89)	Skjalg	21,95
4	270	Håkon Morken (93)	Lillehammer	22,12
5	236	Abou G. Diomandè (97)	Orion	22,45
	307	Samuel Gyedu (94)	IL BUL	DNF

#### Heat: 5

Vind: +1.3

1	378	Øyvind S. Kjerpeset (91)	Florø	21,91
2	258	Carl Emil Kåshagen (91)	Moelven	21,93
3	269	Tormod H. Larsen (86)	Lillehammer	22,10
4	235	Øystein Klareng (96)	Orion	22,46
5	301	Riquelvis Santiago (87)	IL BUL	22,75
6	67	Eivind Hvistendahl (96)	Tyrving	23,17

### MS

#### 200 m, Finale

Vind: +1.1

1	258	Carl Emil Kåshagen	Moelven	21,39
2	299	Ousman Touray	IL BUL	21,45
3	233	Jonathan Quarcoo	Orion	21,46
4	222	Jonas A. Grønnehaug	Ranheim	21,57
5	230	Martin Kåstad	Osterøy	21,65
6	99	Nickolai Jallow	Tjalve	21,66
7	269	Tormod H. Larsen	Lillehammer	21,83

### MS

#### 200 m, Finale

8	175	Lars Jøran Storhaug	Skjalg	21,94
---	-----	---------------------	--------	-------

### MS

#### 200 m, Semifinale

##### Heat: 1

Vind: -1.3

1	99	Nickolai Jallow	Tjalve	21,89
2	233	Jonathan Quarcoo	Orion	21,90
3	222	Jonas A. Grønnhaug	Ranheim	22,00
4	269	Tormod H. Larsen	Lillehammer	22,18
5	125	Even Meinseth	Sørild	22,28
6	270	Håkon Morken	Lillehammer	22,28
7	367	Martin Roe	Fri	22,73
	108	Josh-Kevin R. Talm	Tjalve	DQ:R162.6

##### Heat: 2

Vind: -0.5

1	258	Carl Emil Kåshagen	Moelven	21,82
2	299	Ousman Touray	IL BUL	21,84
3	230	Martin Kåstad	Osterøy	21,85
4	175	Lars Jøran Storhaug	Skjalg	22,05
5	378	Øyvind S. Kjerpeset	Florø	22,06
6	302	Einar-Andre Jakobsen	IL BUL	22,15
7	109	Alexander D. Winger	Tjalve	22,16
8	268	Sondre M. Nystrøm	Lillehammer	22,22

### MS

#### 800 m, Finale

1	43	Thomas Roth	Ull/Kisa	1,47,97
2	46	Andreas Roth	Ull/Kisa	1,48,53
3	199	Filip Ingebrigtsen	Sandnes	1,49,50
4	215	Emil Oustad	Ren-Eng	1,50,63
5	27	Håkon Mushom	Vidar	1,51,99
6	107	Edvard K. Nygaard	Tjalve	1,52,89
7	105	Mathias B. Engevik	Tjalve	1,53,21
8	213	Helge Langen	Rindal	1,58,55

### MS

#### Slegge

7,26kg/121,5cm

### MS

### Slegge

7,26kg/121,5cm

1	111	Eivind P. Henriksen (90)	Tjalve	72,70
	x	69,12 72,70 68,46	x	71,70
2	368	Jørgen Austnes (94)	Fri	61,45
		58,35 61,45 60,71 x	60,98 x	
3	412	Richard Villanger (91)	Ask	61,01
		60,39 x 58,71 58,99	61,01 58,88	
4	398	Kjetil Røste Ringen (93)	Brandbu	59,43
		x 52,37 56,74 58,41	55,72 59,43	
5	379	Steinar Kleppe (88)	Florø	58,83
		56,19 x 57,33 58,83	58,53 57,97	
6	360	Evald Osnes Devik (95)	Gloppen	52,85
		49,84 x 52,85 x	51,74 x	
7	413	Markus Villanger (95)	Ask	52,05
		51,34 52,05 48,59 x	x 51,46	
8	367	Martin Roe (92)	Fri	51,24
		x x 51,24 x	51,23 x	
9	247	Jon Nerdal (96)	Norna-Salhus	51,12
		50,80 x 51,12		
10	263	Erlend Vada (83)	Løten	49,03
		x 49,03 x		
11	361	Hans Sande (96)	Gloppen	48,28
		45,51 47,70 48,28		
12	29	Karl K. Marthinussen (60)	Vidar	45,69
		45,31 45,69 x		

### MS

### Stav

1	369	Eirik Dolve (95)	Fri	5,20
		4,60 4,70 4,80 5,00	5,20 5,36	
		o o o xxo	o xxx	
2	205	Per Magne Florvaag (93)	Sandnes	5,00
		5,00 5,20		
		o xxx		
3	224	Odd Eiken (91)	Ranheim	5,00
		4,70 4,80 5,00 5,10		
		xxo xxo o xxx		
4	227	Bjørn Øivind Berger (94)	Pioner	4,60
		4,20 4,30 4,40 4,50	4,60 4,70	
		xo o xo o	o xxx	
5	116	Andreas F. T. Gjesdal (95)	Tjalve	4,50
		4,20 4,30 4,40 4,50	4,60	
		xxo o o xxo	xxx	
6	117	Audun Bakke Jensen (98)	Tjalve	4,30
		3,90 4,10 4,20 4,30	4,40	
		o o o xo	xxx	



### MS

### Stav

6	223	Fredrik Weiseth (94)			Ranheim	4,30
		3,90	4,10	4,20	4,30	4,40
		o	o	o	xo	xxx
8	128	Daniel Hessvik Holm (93)			Svelgen	4,20
		3,90	4,10	4,20	4,30	
		xo	o	xo	xxx	
9	371	Thorbjørn Vika Tholo (97)			Fri	4,20
		3,90	4,10	4,20	4,30	
		o	o	xxo	xxx	
10	370	Kristian H. Bruvik (94)			Fri	3,90
		3,90	4,10			
		xo	xxx			

### MS

### Tresteg

1	114	Vetle Utsi Onstad (87)			Tjalve	15,53
		+1,8	-0,7	-0,1	0,0	
		15,53	13,95	15,43	x	15,00 x
2	383	Sindre Almsengen (85)			Fana	15,47
		+1,0				
		x	15,47	x	x	x
3	311	Mateusz Parlicki (84)			IL BUL	15,26
		+0,8				+1,2
		15,26	x	x	x	15,19
4	127	Joakim Henrik Urdahl (83)			Syriil	15,19
				+0,7		+0,5
		x	x	14,97	x	15,19
5	248	Jonathan V. Byrkjenes (91)			Norna-Salhus	14,46
		+1,0	-0,9	-0,1		
		13,19	14,42	x	14,46	x x
6	347	Marius Bull Hjeltnes (96)			Gular	13,84
		+2,1	+0,2	-1,9	-0,1	+0,9
		13,57	13,58	13,84	13,50	12,59 13,79
7	397	Erik Lund (97)			Brandbu	13,79
		+1,0	+0,5		-0,7	
		13,79	12,02	x	-	13,59 x
	245	Christian Boe Helland (91)			Norna-Salhus	x
		x	-			
	119	Jesper Vestbø (92)			Tjalve	x
		x	x	x		