

# NM 2015

## Resultatliste

02.08.2015

<b>KS</b>	<b>10 000 m</b>		<b>Finale</b>	
1	384	Silje Fjørtoft (87)	Vidar, Sportsklubben	34,33,10
2	387	Veronika Brennhovd Blom (90)	Vidar, Sportsklubben	34,48,35
3	261	Live Solheimdal (96)	Steinkjer Friidrettsklubb	34,49,88
4	38	Heidi Dietrichson Pharo (87)	Bøler IF - Friidrett	35,42,67
5	92	Kjersti Fresvik (92)	Gular, IL	36,01,50
6	205	Ida Meli Narbuvoll (95)	Ren-Eng, FIK	36,06,57
7	165	Heidi Hestmark (86)	Namdal løpeklubb	36,24,06
8	253	Ann Kristin Mosbron (80)	Stavanger Friidrettsklubb	38,30,38
9	272	Katharina Kahrs (85)	Strindheim il	39,41,97
10	109	Hanne Steinstø (89)	Haugesund Idrettslag Friidrett	39,51,71
	333	Karoline Egeland Skatteboe (9)	Tyrving IL	DNF
	249	Vienna Søyland Dahle (92)	Skjalg IL	DNF

### Runde tider

1000m	205	3,31,03	2000m	205	7,06,63	3000m	261	10,41,64	4000m	38	14,16,59
5000m	38	17,50,37	6000m	261	21,22,10	7000m	261	24,51,93	8000m	384	28,11,74
9000m	384	31,27,07									

Mesterskapsrekord: 32.24,06

Norgesrekord: 30.13,74

<b>KS</b>	<b>200 m</b>		<b>Forsøk</b>	
<b>Heat: 1</b>		Vind: -1.1		
1	237	Elisabeth Slettum (86)	Skjalg IL	24,67 Q
2	8	Sara Dorthea Jensen (96)	Bryne Friidrettsklubb	24,93 Q
3	320	Mari Gilde Brubak (90)	Trondheim Friidrett - Friidrett	25,15 Q
4	287	Alvilde Grønneberg (92)	Tjalve, IK	25,61 Q
5	374	Karin Busch (92)	Vidar, Sportsklubben	25,83
6	150	Elin Serine Vik Johannessen (0)	Lyngdal IL	26,71
7	138	Veslemøy Kollstad (97)	Kristiansands IF-Friidrett	27,24
<b>Heat: 2</b>		Vind: -0.3		
1	220	Ida Bakke Hansen (93)	Sandnes IL	25,28 Q
2	134	Benedicte Hauge (89)	Kristiansands IF-Friidrett	25,48 Q
3	328	Heidi Hessian Næss (89)	Tyrving IL	25,82 Q
4	56	Ingrid Linn Nordahl (97)	Fredrikstad IF	26,35 Q
5	231	Marte Maria Doeven Jermstad	Selsbakk IF	26,53
6	156	Ingrid Storlien (99)	Moelven IL	26,58
7	228	Tonje Nedberg (99)	Sandvin, IL	27,21
<b>Heat: 3</b>		Vind: +1.0		
1	84	Christine Bjelland Jensen (94)	Gular, IL	25,23 Q

# NM 2015

## Resultatliste

02.08.2015

<b>KS</b>		<b>200 m</b>		<b>Forsøk</b>	
2	329	Helene Rønningen (98)	Tyrving IL	25,29	Q
3	60	Julie Viken (97)	FRI IL	25,81	Q
4	368	Caroline Kuvaas (95)	Vidar, Sportsklubben	25,81	Q
5	239	Karoline Eskeland (92)	Skjalg IL	25,83	
6	216	Emilie Sandberg (00)	Sandnes IL	26,58	
7	158	Karen Leonila Clemente Skanc	Moelven IL	26,78	

### Heat: 4

Vind: +0.7

1	263	Tara Norum (91)	Steinkjer Friidrettsklubb	25,50	Q
2	58	Marlen Aakre (93)	Fredrikstad IF	25,55	Q
3	265	Thale Leirfall Bremset (99)	Stjørdal Friidrettsklubb	25,86	Q
4	37	Thale Kristine Fannemel Espeli	Bækkelagets SK	26,01	Q
5	340	Mina Marie Anglero (97)	Tyrving IL	26,19	
	367	Astrid Mangen Cederkvist (94)	Vidar, Sportsklubben	DQ:"R163	

Mesterskapsrekord: 23,41

Norgesrekord: 23,30

## KS 200 m Finale

Vind: +0.9

1	237	Elisabeth Slettum	Skjalg IL	23,88	
2	263	Tara Norum	Steinkjer Friidrettsklubb	23,97	
3	220	Ida Bakke Hansen	Sandnes IL	23,97	
4	134	Benedicte Hauge	Kristiansands IF-Friidrett	24,64	
5	329	Helene Rønningen	Tyrving IL	24,89	
6	8	Sara Dorthea Jensen	Bryne Friidrettsklubb	25,03	
7	320	Mari Gilde Brubak	Trondheim Friidrett - Friidrett	25,30	
	84	Christine Bjelland Jensen	Gular, IL	DNS	

Mesterskapsrekord: 23,41

Norgesrekord: 23,30

## KS 200 m Semifinale

### Heat: 1

Vind: -0.4

1	263	Tara Norum	Steinkjer Friidrettsklubb	24,74	Q
2	237	Elisabeth Slettum	Skjalg IL	24,76	Q
3	8	Sara Dorthea Jensen	Bryne Friidrettsklubb	25,09	Q
4	320	Mari Gilde Brubak	Trondheim Friidrett - Friidrett	25,33	Q
5	58	Marlen Aakre	Fredrikstad IF	25,85	
6	287	Alvilde Grønneberg	Tjalve, IK	25,86	
	56	Ingrid Linn Nordahl	Fredrikstad IF	DNS	
	265	Thale Leirfall Bremset	Stjørdal Friidrettsklubb	DQ:167.2	

### KS

#### 200 m Semifinale

##### Heat: 2

Vind: +2.2

1	220	Ida Bakke Hansen	Sandnes IL	24,77	Q
2	329	Helene Rønningen	Tyrving IL	24,79	Q
3	84	Christine Bjelland Jensen	Gular, IL	24,90	Q
4	134	Benedicte Hauge	Kristiansands IF-Friidrett	24,90	Q
5	60	Julie Viken	FRI IL	25,52	
6	328	Heidi Hessian Næss	Tyrving IL	25,67	
7	368	Caroline Kuvaas	Vidar, Sportsklubben	25,81	
8	37	Thale Kristine Fannemel Espeli	Bækkelagets SK	26,45	

Mesterskapsrekord: 23,41

Norgesrekord: 23,30

### KS

#### 800 m Finale

1	124	Ida Fillingsnes	Herkules Friidrett	2,10,67	BR
2	277	Yngvild Elvemo	Strindheim il	2,10,68	BR
3	258	Emily Rose Norum	Steinkjer Friidrettsklubb	2,11,35	BR
4	6	Martine Eikemo Borge	Gneist,IL	2,12,73	
5	203	Mathilde Myhrvold	Raufoss IL -Friidrett	2,13,34	
6	133	Amalie Sæten	Kristiansands IF-Friidrett	2,13,41	
7	278	Ane Bakken Hodt	Sturla IF	2,14,11	
8	11	Anniken Johansen	BUL, IL i	2,14,40	
9	128	Veronica Undseth	Herkules Friidrett	2,15,08	
10	166	Maria Sagnes Wågan	Namdal løpeklubb	2,19,44	
	271	Hedda Hynne	Strindheim il		DNS
	272	Katharina Kahrs	Strindheim il		DNS

Mesterskapsrekord: 2,02,03

Norgesrekord: 1,59,82

Banerekord: 2,11,91

### KS

#### Lengde

#### Finale

1	24	Nadia Akpana Assa (95)	BUL, IL i	6,31
	+1,3	+1,7	+3,0	
	6,17	X	6,15	6,31
			X	X
2	301	Margrethe Renstrøm (85)	Tjalve, IK	6,14
		+1,2		
	X	6,14	X	X
			X	X
3	12	Chiamaka Okparaebo (92)	BUL, IL i	5,90
	+1,0	+0,8	+1,1	+3,3
	5,90	5,71	5,82	5,75
			X	5,70

<b>KS</b>		<b>Lengde</b>				<b>Finale</b>		
4	135	Eline Breilid (93)				Kristiansands IF-Friidrett		5,77
		+0,9	+2,8			+1,9	+3,2	
		5,64	5,77	X	X	5,61	5,60	
5	218	Hanne Berit Irgens (94)				Sandnes IL		5,61
			+2,4	+3,3		+2,5		
		X	X	5,61	5,12	3,28	X	
6	64	Anne Engen Andersen (95)				Frol IL		5,55
		+2,0	+3,0	+2,4	+2,3	+1,7	+1,4	
		5,45	5,55	5,30	5,54	5,44	5,49	
7	310	Sofie Olsholt (96)				Tjalve, IK		5,55
		+2,4	+4,3	+1,2	+2,0	+2,2		
		5,32	5,43	5,22	5,34	5,55	X	
8	236	Caroline Fleischer (96)				Ski IL Friidrett		5,43
			+1,2	+3,4				
		X	X	5,43	5,35	X	X	
9	259	Jenny Nyborg (96)				Steinkjer Friidrettsklubb		5,34
		+2,8	+1,3	+2,1				
		5,34	5,20	5,29				
10	257	Emily Nyborg (98)				Steinkjer Friidrettsklubb		5,29
			+1,2	+5,0				
		X	5,27	5,29				
11	265	Thale Leirfall Bremset (99)				Stjørdal Friidrettsklubb		5,25
		+1,1	+0,4					
		5,25	5,13	X				
12	150	Elin Serine Vik Johannessen (0)				Lyngdal IL		5,05
			+2,8	+2,8				
		X	5,05	4,97				
13	230	Cecilia Håkegård (94)				Selsbakk IF		4,38
			+2,9					
		X	X	4,38				

Mesterskapsrekord: 6,64

Norgesrekord: 6,68

<b>KS</b>		<b>Slegge</b>				<b>4,0kg/119,5cm Finale</b>		
1	139	Beatrice Nedberge LLano (97)				Laksevåg TIL		67,05
		63,62	x	63,00	x	67,05	x	
2	73	Trude Raad (90)				Gloppen Friidrettslag		65,03
		63,41	64,07	65,03	x	64,94	48,06	
3	376	Katja Vangsnes (91)				Vidar, Sportsklubben		58,45
		x	57,39	57,86	57,49	x	58,45	
4	175	Helene Sofie Ingvaldsen (96)				Norna-Salhus IL		57,51
		56,70	53,56	57,51	57,30	57,27	54,44	
5	302	Mari Strange Øya (90)				Tjalve, IK		53,24
		53,17	x	x	53,24	51,63	49,85	
6	5	Solveig Fredriksen (92)				Austevoll Idrettsklubb		51,62
		48,21	50,81	51,62	x	x	x	
7	188	Vilde Emilie Ingvaldsen (99)				Norna-Salhus IL		45,30
		x	44,84	45,30	x	44,37	x	
8	252	Marit Jørgenrud (95)				Spydeberg IL		42,93
		39,91	42,50	42,93	x	40,26	38,53	

<b>KS</b>		<b>Slegge</b>	<b>4,0kg/119,5cm Finale</b>	
9	104	Silje Stenersrød (94)	Halden IL	38,13
	x	x		38,13

Mesterskapsrekord: 70,43

Norgesrekord: 70,43

<b>MS</b>		<b>10 000 m</b>	<b>Finale</b>	
1	386	Sondre Nordstad Moen (91)	Vidar, Sportsklubben	30,25,78
2	94	Marius Vedvik (92)	Gular, IL	30,26,16
3	255	Ørjan Grønnevig (91)	Stavanger Friidrettsklubb	30,29,83
4	309	Snorre Holtan Løken (94)	Tjalve, IK	30,34,06
5	144	Gishe Abdi Wako (91)	Lillehammer IF	30,34,59
6	95	Per Svela (92)	Gular, IL	30,37,53
7	270	Ebrahim Abdulaziz (78)	Strindheim il	30,37,89
8	370	Eirik Gramstad (84)	Vidar, Sportsklubben	30,39,23
9	132	Stian Mekdim Bekkevoll (95)	Kristiansand Løpeklubb	30,44,33
10	400	Rolf Steier	Vidar, Sportsklubben	30,46,70
11	232	Ola Sakshaug (84)	Selsbakk IF	30,47,06
12	121	Urige Arado Buta (78)	Haugesund Idrettslag Friidrett	30,48,51
13	276	Trond Ørjan Eide (90)	Strindheim il	30,49,26
14	273	Lars Bendic Eide (91)	Strindheim il	31,06,53
15	274	Mats Bjørgum (94)	Strindheim il	31,15,27
16	371	Harald Solhaug Næss (88)	Vidar, Sportsklubben	31,16,09
17	113	Magnus Sirnes Hjellum (94)	Haugesund Idrettslag Friidrett	31,17,67
18	130	Eivind Øygard (92)	Jølster IL	31,19,17
19	275	Petter M. Rypdal (93)	Strindheim il	31,21,34
20	120	Stian Vestbø (81)	Haugesund Idrettslag Friidrett	31,54,74
21	143	Arne Mjelde Sæther (77)	Lillehammer IF	32,13,71
22	349	Kristian Monsen (77)	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	32,16,95
23	65	Ragnar Stølsmark (85)	Glad Trim International idretts	32,21,12
24	207	Helge Langen (85)	Rindal IL	33,42,85
	245	Simen Bergseth (92)	Skjalg IL	DNF
	164	Ola Berg Fines (90)	Mosvik IL - Friidrett	DNF
	260	Johan Asphjell Bjørnaas (87)	Steinkjer Friidrettsklubb	DNF
	118	Ole Mikal Tørsdal (91)	Haugesund Idrettslag Friidrett	DNF
	206	Vegard Ølstad (92)	Ren-Eng, FIK	DNF

Mesterskapsrekord: 27.50,8

Norgesrekord: 27.32,52

<b>MS</b>	<b>200 m</b>	<b>Forsøk</b>	
<b>Heat: 1</b> Vind: +0.5			
1	49 Jonathan Tetteh Quarcoo (96)	FIK Orion	21,83 Q
2	27 Ousman Touray (95)	BUL, IL i	21,98 Q
3	148 Tormod Hjortnæs Larsen (86)	Lillehammer IF	22,54
4	286 Alexander Dahlstrøm Winger (	Tjalve, IK	22,63
5	29 Peter Efe Rasmussen Osazuw	BUL, IL i	22,99
6	90 Joakim Dang (90)	Gular, IL	23,06
7	110 Kristian Magnussen (86)	Haugesund Idrettslag Friidrett	23,14
<b>Heat: 2</b> Vind: +1.6			
1	53 Øyvind Strømmen Kjerpeset (9	Florø Tog IF	22,03 Q
2	62 Martin Roe (92)	FRI IL	22,07 Q
3	50 Øystein Klareng (96)	FIK Orion	22,55
4	126 Simen Sigurdson (93)	Herkules Friidrett	22,63
5	336 Lars Gausemel Stølen (97)	Tyrving IL	22,97
6	196 Christian Mensah (96)	Ranheim IL	23,07
7	31 Riquelvis Santiago (87)	BUL, IL i	23,08
<b>Heat: 3</b> Vind: +0.4			
1	154 Carl Emil Kåshagen (91)	Moelven IL	22,01 Q
2	240 Lars Jøran Storhaug (89)	Skjalg IL	22,22 Q
3	184 Samuel Gyedu (94)	Norna-Salhus IL	22,33 Q
4	327 Hallgeir Martinsen (89)	Tyrving IL	22,61
5	45 Abou Granli Diomandè (97)	FIK Orion	22,91
6	247 Stephen Owusu (98)	Skjalg IL	23,37
7	51 Jostein Joshua Fossøy (92)	Florø Tog IF	23,67
<b>Heat: 4</b> Vind: +1.4			
1	97 Torbjørn Lysne (90)	Gular, IL	22,08 Q
2	185 Sebastian Gullien Perez (97)	Norna-Salhus IL	22,29 Q
3	316 Eirik Thorshaug (87)	Trondheim Friidrett - Friidrett	22,53 Q
4	190 Martin Kåstad (90)	Osterøy IL	22,82
5	339 Markus Nikolai Berner (97)	Tyrving IL	22,97
6	223 Jon Erik Nesse (95)	Sandnes IL	23,08
7	111 Leonard Johan Nesheim (95)	Haugesund Idrettslag Friidrett	24,52
<b>Heat: 5</b> Vind: +0.4			
1	192 sondre loftås kåstad (96)	Osterøy IL	22,23 Q
2	364 Anders Erlend Idås (90)	Vidar, Sportsklubben	22,30 Q
3	25 Nivethan Panchalingam (93)	BUL, IL i	22,44 Q
4	47 Haakon Gaukerud Høye (95)	FIK Orion	22,61

<b>MS</b>	<b>200 m</b>		<b>Forsøk</b>	
5	3	Vegard Fluge (95)	Ask Friidrett	22,75
6	389	Henrik JF Holmberg (89)	Vik IL	22,79
7	381	Markus Loftås (94)	Vidar, Sportsklubben	23,61

<b>Heat: 6</b>		Vind: +1.5		
1	145	Håkon Morken (93)	Lillehammer IF	21,84 Q
2	246	Simen Tjelta Larsen (94)	Skjalg IL	22,20 Q
3	242	Mathias Hove Johansen (98)	Skjalg IL	22,35 Q
4	26	Nzimirro Adam Obiora (94)	BUL, IL i	22,59
5	377	Kjartan Løvoll (92)	Vidar, Sportsklubben	22,82
6	199	Martin Trondseth Gjertsen (93)	Ranheim IL	23,21

Mesterskapsrekord: 20,29

Norgesrekord: 19,89

Banerekord: 21,82

<b>MS</b>	<b>200 m Finale</b>			
Vind: +0.8				
1	49	Jonathan Tetteh Quarcoo	FIK Orion	21,08
2	145	Håkon Morken	Lillehammer IF	21,37
3	97	Torbjørn Lysne	Gular, IL	21,45
4	27	Ousman Touray	BUL, IL i	21,49
5	154	Carl Emil Kåshagen	Moelven IL	21,68
6	53	Øyvind Strømmen Kjerpeset	Florø Tog IF	21,95
6	246	Simen Tjelta Larsen	Skjalg IL	21,95
8	185	Sebastian Gullien Perez	Norna-Salhus IL	22,15

Mesterskapsrekord: 20,29

Norgesrekord: 19,89

<b>MS</b>	<b>200 m Semifinale</b>			
<b>Heat: 1</b>		Vind: +0.3		
1	49	Jonathan Tetteh Quarcoo	FIK Orion	21,50 Q
2	97	Torbjørn Lysne	Gular, IL	21,72 Q
3	246	Simen Tjelta Larsen	Skjalg IL	21,75 Q
4	53	Øyvind Strømmen Kjerpeset	Florø Tog IF	21,95 Q
5	62	Martin Roe	FRI IL	22,05
6	316	Eirik Thorshaug	Trondheim Friidrett - Friidrett	22,30
7	184	Samuel Gyedu	Norna-Salhus IL	22,33
	364	Anders Erlend Idås	Vidar, Sportsklubben	DNS

<b>Heat: 2</b>		Vind: +2.3		
1	27	Ousman Touray	BUL, IL i	21,42 Q
2	145	Håkon Morken	Lillehammer IF	21,54 Q

### MS

#### 200 m Semifinale

3	154	Carl Emil Kåshagen	Moelven IL	21,78	Q
4	185	Sebastian Gullien Perez	Norna-Salhus IL	21,80	Q
5	240	Lars Jøran Storhaug	Skjalg IL	21,81	
6	192	sondre loftås kåstad	Osterøy IL	21,91	
7	242	Mathias Hove Johansen	Skjalg IL	22,34	
8	25	Nivethan Panchalingam	BUL, IL i	22,51	

Mesterskapsrekord: 20,29

Norgesrekord: 19,89

### MS

#### 800 m Finale

1	345	Andreas Roth	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	1,56,04
2	372	Håkon Mushom	Vidar, Sportsklubben	1,57,09
3	350	Markus Einan	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	1,57,17
4	204	Emil Oustad	Ren-Eng, FIK	1,57,29
5	355	Terje Snarby	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	1,57,36
6	229	Abduljaleel Hir	Selsbakk IF	1,57,72
7	105	Ådne Andersen	Hareid IL	1,58,20
8	354	Sverre Blom Breivik	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	1,58,39
	189	Yeimer Lopez Garcia	Norna-Salhus IL	DNS

Mesterskapsrekord: 1,44,74

Norgesrekord: 1,42,58

Banerekord: 1,54,26

### MS

#### Slegge

#### 7,26kg/121,5cm Finale

1	291	Eivind Henriksen (90)	Tjalve, IK	70,65
		69,30 70,65 x 67,47	x 69,57	
2	71	Steinar Kleppe (88)	Gloppen Friidrettslag	63,79
		63,79 62,68 x 60,56	x x	
3	61	Jørgen Austnes (94)	FRI IL	61,23
		58,30 59,87 61,05 x	x 61,23	
4	7	Kjetil Røste Ringen (93)	Brandbu IF	59,75
		x 57,41 x x	57,11 59,75	
5	176	Jon Nerdal (96)	Norna-Salhus IL	56,75
		54,70 54,48 55,37 56,68	x 56,75	
6	68	Evald Osnes Devik (95)	Gloppen Friidrettslag	55,84
		55,84 x 52,83 x	53,71 x	
7	69	Hans Sande (96)	Gloppen Friidrettslag	52,25
		52,25 x x x	x 51,14	
8	2	Markus Villanger (95)	Ask Friidrett	51,56
		51,56 50,56 48,06 49,67	50,41 49,25	
	141	Joachim Heier (96)	Laksevåg TIL	NM
		x x x		



# NM 2015

## Resultatliste

02.08.2015

### **MS** **Slegge** **7,26kg/121,5cm** **Finale**

153	Marius Grinden (91)	Løten Friidrett	NM
x	x x		
186	Sondre Kolbjørnsen (95)	Norna-Salhus IL	NM
x	x x		

Mesterskapsrekord: 73,14

Norgesrekord: 75,57

### **MS** **Stav** **Finale**

1	59	Eirik Dolve (95)	FRI IL	4,60
	4,60	5,00		
	xxo	xxx		
2	200	Odd Eiken (91)	Ranheim IL	4,40
	4,40	4,50		
	o	xxx		
2	197	Fredrik Weiseth (94)	Ranheim IL	4,40
	4,40	4,50		
	o	xxx		
4	129	Bjørn Øivind Berger (94)	IL Pioner Friidrett	4,40
	4,10	4,20	4,30	4,40
	o	o	xo	o xxx
5	281	Daniel Hessvik Holm (93)	Svelgen T&IF	4,20
	3,90	4,10	4,20	4,30
	o	xo	o	xxx
6	282	Tor-Inge Øvrebotten Myrhol (8	Svelgen T&IF	3,90
	3,90	4,10		
	xxo	xxx		
	225	Per Magne ; Florvaag (93)	Sandnes IL	NM
	4,70			
	xxx			

Mesterskapsrekord: 5,70

Norgesrekord: 5,72

### **MS** **Tresteg** **Finale**

1	307	Sindre Almsengen (85)	Tjalve, IK	15,36
	-2,0	+0,4		
	15,23	15,36	x x	x X
2	296	Jesper Vestbø (92)	Tjalve, IK	14,89
	+1,5	+2,8	+0,0	+2,9
	14,33	14,89	14,69	14,36
				14,74
				14,89
3	177	Jonathan Varela Byrkjenes (91)	Norna-Salhus IL	14,67
		+2,4		
	x	x	x	14,67
				- -
4	172	Christian Boe Helland (91)	Norna-Salhus IL	14,56
			+2,9	-0,8
	x	x	x	14,21
				x 14,56
5	283	Joakim Urdahl (83)	Syrlil IL	14,50
	+2,6	+0,6	+1,1	+1,4
	14,34	14,28	14,50	x
				14,29
				14,26

---

***MS***

**Tresteg**

***Finale***

Mesterskapsrekord: 17,27

Norgesrekord: 17,27