

NM innendørs 2020

Stevnerapport

Navn	NM innendørs 2020
Sted	Bærum Idrettspark
Arrangør	Oslo og Akershus Friidrettskretser, IL i BUL, I
Dato	01.02.2020 - 02.02.2020
Dag	
Kontaktperson	Matias Lavik
Telefon	45204125
E-Post	matias@tjalve.no
Kommentar	

NM innendørs 2020

Resultatliste

01.02.2020

KJ

Høyde uten tilløp

1	199	Mathilde Sofie Karlsen Klokseth	(03)	Moss IL	1,38
		1,30 1,35 1,38 1,41			
		o o o xxx			
2	143	Lillian Amponsah Washington	(03)	Hellas, IF	1,38
		1,30 1,35 1,38 1,41			
		xo xo o xxx			
3	337	Hedvig Kallåk	(04)	Tyrving IL	1,35
		1,25 1,30 1,35 1,38			
		o xo o xxx			
4	302	Madelen Haaheim Sveinungsen	(02)	Sørild FIK	1,35
		1,25 1,30 1,35 1,38			
		o o xo xxx			
5	301	Kristine Moland Leiknes	(03)	Sørild FIK	1,35
		1,25 1,30 1,35 1,38			
		o xo xxo xxx			
6	6	Michelle Marie Nyberget	(03)	Askim IF	1,30
		1,20 1,25 1,30 1,35			
		o o xxo xxx			

Mesterskapsrekord: 1,46

KS

60 m

Heat: 1

1	1	Henriette Jæger	(03)	Aremark IF	7,46 Q
2	387	Lovise Skarbøvik Andresen	(04)	Ålesund FIK	7,72 Q
3	114	Una Haukanes	(03)	Gneist, IL	7,85 Q
4	271	Emily Nyborg	(98)	Steinkjer Friidrettsklubb	7,85 q
5	205	Martine Nilsen	(94)	Nittedal IL	8,12
6	27	Josefina Maria Biernacki	(03)	BUL, IL i	8,15
7	45	Udoka Chile Madu	(98)	BUL, IL i	8,30

Heat: 2

1	182	Elin Serine Vik Johannessen	(00)	Lyngdal IL	7,72 Q
2	88	Tonje Fjellet Kristiansen	(99)	FIK Orion	7,78 Q
3	348	Miranda Lauvstad	(03)	Tyrving IL	7,89 Q
4	377	Ingrid Pernille Rismark	(01)	Vidar, Sportsklubben	7,96 q
5	99	Miriam Pedersen	(04)	Gausdal Friidrettsklubb	8,00
6	385	Rakel Bakke	(00)	Vollan I.K.	8,21
7	178	Malin Furuhaug	(02)	Lillehammer IF	DNS

Heat: 3

1	326	Vilde Humstad Aasmo	(98)	Tjalve, IK	7,62 Q
2	55	Alice Ulla Berg	(97)	Dimna IL	7,65 Q
3	235	Malin Bårdsgård Kulseth	(96)	Ranheim IL	7,89 Q
4	303	Lisa Wilker	(03)	Tingvoll Friidrettskl.	8,03
5	2	Leah Marie Henriksen Indrebø	(02)	Ask Friidrett	8,04
6	108	Hilda-Lovise Riisnes Riise	(03)	Gneist, IL	8,05
7	44	Tora Grieg-Cappelen	(05)	BUL, IL i	8,87

Heat: 4

1	338	Helene Rønningen	(98)	Tyrving IL	7,55 Q
2	154	Nathalie Ommundsen Johnsen	(98)	Idrettslaget Skjalg	7,76 Q
3	15	Angelica Okparaebo	(97)	BUL, IL i	7,82 Q
4	52	Pernille Sina Lund	(93)	Bækkelagets SK	7,91 q
5	48	Karine Jacobsen	(99)	Bækkelagets SK	7,99
6	270	Amalie Grande Bjørnstad	(00)	Steinkjer Friidrettsklubb	8,09
7	234	Linn Røen Skjeremo	(95)	Ranheim IL	8,19

NM innendørs 2020

Resultatliste

01.02.2020

KS

60 m

Heat: 5

1	329	Mari Gilde Brubak	(90)	Trondheim Friidrett - Fri	7,69	Q
2	192	Maren Bakke Amundsen	(03)	Moelven IL	7,83	Q
3	105	Emma Dahl Sørbo	(03)	Gneist,IL	7,87	Q
4	289	Hedda Ekrem Johansen	(03)	Sturla IF	7,92	q
5	353	Claudia Maria Hastie Foss	(05)	Tønsberg Friidrettsklub	8,03	
6	375	Helene Oulie	(01)	Vidar, Sportsklubben	8,14	
7	224	Sofie Olsvold Hausberg	(00)	Os Turnforening	8,30	
8	141	Thelma Aase	(03)	Haugesund Idrettslag Fr	8,31	

Heat: 6

1	208	Ezinne Okpaerebo	(88)	Norna-Salhus IL	7,54	Q
2	21	Elea Jørstad Bock	(02)	BUL, IL i	7,84	Q
3	277	Thale Leirfall Bremset	(99)	Stjørdal Friidrettsklubb	7,86	Q
4	46	Emma Fatu Suhonen	(91)	Bækkelagets SK	7,87	q
5	307	Astri Ayo Lakeri Ertzgaard	(02)	Tjalve, IK	7,95	q
6	138	Inger Constanse Eidhammer Lunde	(02)	Haugesund Idrettslag Fr	8,02	
7	61	Kornelia Roppen	(02)	Dimna IL	8,16	

Mesterskapsrekord: 7,17

Norgesrekord: 7,10

KS

200 m

Heat: 1

1	1	Henriette Jæger	(03)	Aremark IF	24,09	q
2	231	Agnes Elisabeth Morud	(03)	Ranheim IL	25,41	
3	148	Lisa Maylen Stensøy	(04)	Herkules Friidrett	25,91	

Heat: 2

1	330	Marte Pettersen	(97)	Trondheim Friidrett - Fri	24,82	q
2	348	Miranda Lauvstad	(03)	Tyrving IL	25,02	
3	56	Anna Garnes Kleven	(02)	Dimna IL	26,04	
4	314	Line Maltun Helland	(01)	Tjalve, IK	26,16	

Heat: 3

1	235	Malin Bårdsgård Kulseth	(96)	Ranheim IL	25,41	
2	321	Sara Dorthea Jensen	(96)	Tjalve, IK	25,47	
3	108	Hilda-Lovise Riisnes Riise	(03)	Gneist,IL	25,85	
4	2	Leah Marie Henriksen Indrebø	(02)	Ask Friidrett	25,90	

Heat: 4

1	198	Linn Oppegaard	(98)	Moss IL	24,69	q
2	307	Astri Ayo Lakeri Ertzgaard	(02)	Tjalve, IK	25,25	
3	377	Ingrid Pernille Rismark	(01)	Vidar, Sportsklubben	25,68	
4	99	Miriam Pedersen	(04)	Gausdal Friidrettsklubb	26,42	

Heat: 5

1	152	Elisabeth Slettum	(86)	Idrettslaget Skjalg	24,04	q
2	46	Emma Fatu Suhonen	(91)	Bækkelagets SK	25,47	
3	105	Emma Dahl Sørbo	(03)	Gneist,IL	25,67	
4	141	Thelma Aase	(03)	Haugesund Idrettslag Fr	26,49	

Heat: 6

1	338	Helene Rønningen	(98)	Tyrving IL	23,76	q
2	48	Karine Jacobsen	(99)	Bækkelagets SK	25,94	
3	239	Sara Havang	(94)	Ranheim IL	25,97	

Heat: 7

1	384	Naomi van den Broeck	(96)	Viking, TIF	24,38	
2	52	Pernille Sina Lund	(93)	Bækkelagets SK	25,64	
3	271	Emily Nyborg	(98)	Steinkjer Friidrettsklubb	25,79	
4	138	Inger Constanse Eidhammer Lunde	(02)	Haugesund Idrettslag Fr	26,57	

NM innendørs 2020

Resultatliste

01.02.2020

KS

200 m

Heat: 8

1	88	Tonje Fjellet Kristiansen	(99)	FIK Orion	24,88	q
2	256	Nora Haugen	(03)	Sandnes IL	25,81	
3	353	Claudia Maria Hastie Foss	(05)	Tønsberg Friidrettsklub	26,48	
4	385	Rakel Bakke	(00)	Vollan I.K.	26,90	

Mesterskapsrekord: 23,41

Norgesrekord: 23,41

KS

400 m

Heat: 1

1	305	Amalie Hammild Iuel	(94)	Tjalve, IK	54,97	Q
2	239	Sara Havang	(94)	Ranheim IL	57,80	
3	134	Mille Eide Nyhus	(03)	Hamar IL	57,96	
4	9	Hanne Arstein	(01)	Bergens TF	58,06	
5	233	Hanna Eid	(97)	Ranheim IL	58,41	

Heat: 2

1	321	Sara Dorthea Jensen	(96)	Tjalve, IK	56,24	Q
2	212	June Sævbøe Tveit	(99)	Norna-Salhus IL	56,68	q
3	314	Line Maltun Helland	(01)	Tjalve, IK	58,12	
4	256	Nora Haugen	(03)	Sandnes IL	58,98	
5	148	Lisa Maylen Stensøy	(04)	Herkules Friidrett	59,26	

Heat: 3

1	384	Naomi van den Broeck	(96)	Viking, TIF	54,30	Q
2	97	Nora Kollerød Wold	(97)	Fredrikstad IF	55,65	q
3	194	Sigrid Kongssund Amlie	(02)	Moelven IL	58,79	
4	345	Lea Mathilde Trong-Johansen	(02)	Tyrving IL	59,70	
5	259	Mari Øverby	(01)	Sandvin, IL	1,02,93	

Heat: 4

1	379	Line Kloster	(90)	Vidar, Sportsklubben	56,02	Q
2	170	Andrea Rooth	(02)	Lambertseter IF	57,18	
3	316	Malin Ingeborg Nyfors	(97)	Tjalve, IK	57,62	
4	368	Summer Thalys Steinsrud	(01)	Ullensaker/Kisa IL Friidr	59,02	

Mesterskapsrekord: 54,09

Norgesrekord: 52,52

KS

800 m

1	310	Hedda Hynne	(90)	Tjalve, IK	2,04,79	MR
2	315	Malin Edland	(99)	Tjalve, IK	2,09,71	
3	240	Sigrid Bjørnsdatter Wahlberg	(03)	Ranheim IL	2,11,40	
4	323	Solveig Cristina Hernandez Vråle	(99)	Tjalve, IK	2,13,76	
5	241	Synnøve Antonsen Torp	(99)	Ranheim IL	2,19,58	
6	134	Mille Eide Nyhus	(03)	Hamar IL	2,24,10	
7	183	Ingunn Nilsen Hagen	(00)	Løten Friidrett	2,33,51	

Mesterskapsrekord: 2,07,09

Norgesrekord: 2,01,55

KS

3000 m

1	140	Kristine Lande Dommersnes	(99)	Haugesund Idrettslag Fr	9,42,77	
2	246	Andrea Modin Engesæth	(01)	Runar, IL	9,44,48	
3	247	Mari Roligheten Ruud	(02)	Runar, IL	9,49,26	
4	364	Hanne Mjøen Maridal	(96)	Ullensaker/Kisa IL Friidr	9,54,31	
5	123	Ine Bakken	(96)	Gular, IL	10,06,27	

NM innendørs 2020

Resultatliste

01.02.2020

KS

3000 m

6	333	Astrid Brathaug Sørset	(90)	Tyrving IL	10,30,70
7	238	Olea Villa Furre	(93)	Ranheim IL	10,34,53
8	122	Hilde Brennskag	(97)	Gular, IL	10,51,23
	104	Eli Anne Dvergsdal	(91)	Gneist,IL	DNF

Mesterskapsrekord: 9,21,66

Norgesrekord: 8,44,68

KS

3000 m Kappgang

Kappgang 3000 m

1	169	Siri Gamst Glittenberg	(02)	Laksevåg TIL	14,05,36
2	290	Maren Karlsen Bekkestad	(03)	Sturla IF	NT
3	58	Fride Møller Flatin	(97)	Dimna IL	16,07,34
4	62	Marie Teige Grov	(04)	Dimna IL	17,05,04

Mesterskapsrekord: 13,42,22

Norgesrekord: 11,49,3

KS

400 m, finale

1	305	Amalie Hammild Iuel	(94)	Tjalve, IK	52,25
2	379	Line Kloster	(90)	Vidar, Sportsklubben	54,11
3	97	Nora Kollerød Wold	(97)	Fredrikstad IF	55,09
4	321	Sara Dorthea Jensen	(96)	Tjalve, IK	55,62
5	170	Andrea Rooth	(02)	Lambertseter IF	56,92
6	212	June Sæbøe Tveit	(99)	Norna-Salhus IL	57,49

KS

60 m, finale

1	1	Henriette Jæger	(03)	Aremark IF	7,37
2	338	Helene Rønningen	(98)	Tyrving IL	7,45
3	326	Vilde Humstad Aasmo	(98)	Tjalve, IK	7,57
4	55	Alice Ulla Berg	(97)	Dimna IL	7,62
5	387	Lovise Skarbøvik Andresen	(04)	Ålesund FIK	7,64
6	192	Maren Bakke Amundsen	(03)	Moelven IL	7,69
7	329	Mari Gilde Brubak	(90)	Trondheim Friidrett - Fri	7,70
	208	Ezinne Okpaerebo	(88)	Norna-Salhus IL	DNS

KS

60 m, semifinale

Heat: 1

1	208	Ezinne Okpaerebo	(88)	Norna-Salhus IL	7,42 Q
2	387	Lovise Skarbøvik Andresen	(04)	Ålesund FIK	7,66 Q
3	329	Mari Gilde Brubak	(90)	Trondheim Friidrett - Fri	7,67 q
4	192	Maren Bakke Amundsen	(03)	Moelven IL	7,68 q
5	46	Emma Fatu Suhonen	(91)	Bækkelaget SK	7,84
6	348	Miranda Lauvstad	(03)	Tyrving IL	7,85
7	114	Una Haukanes	(03)	Gneist,IL	7,87
8	377	Ingrid Pernille Rismark	(01)	Vidar, Sportsklubben	8,05

Heat: 2

1	1	Henriette Jæger	(03)	Aremark IF	7,43 Q
2	55	Alice Ulla Berg	(97)	Dimna IL	7,65 Q
3	182	Elin Serine Vik Johannessen	(00)	Lyngdal IL	7,74
4	307	Astri Ayo Lakeri Ertzgaard	(02)	Tjalve, IK	7,82
5	15	Angelica Okparaebo	(97)	BUL, IL i	7,84

NM innendørs 2020

Resultatliste

01.02.2020

KS

60 m, semifinale

6	235	Malin Bårdsgård Kulseth	(96)	Ranheim IL	7,86
7	271	Emily Nyborg	(98)	Steinkjer Friidrettsklubb	7,93
8	21	Elea Jørstad Bock	(02)	BUL, IL i	7,97

Heat: 3

1	338	Helene Rønningen	(98)	Tyrving IL	7,47 Q
2	326	Vilde Humstad Aasmo	(98)	Tjalve, IK	7,57 Q
3	154	Nathalie Ommundsen Johnsen	(98)	Idrettslaget Skjalg	7,73
4	88	Tonje Fjellet Kristiansen	(99)	FIK Orion	7,81
5	52	Pernille Sina Lund	(93)	Bækkelaget SK	7,84
6	277	Thale Leirfall Bremset	(99)	Stjørdal Friidrettsklubb	7,89
7	105	Emma Dahl Sørbo	(03)	Gneist,IL	7,92
8	289	Hedda Ekrem Johansen	(03)	Sturla IF	7,97

KS

Høyde uten tilløp

1	344	Katarina Mögenburg	(91)	Tyrving IL	1,50
		1,30 1,35 1,38 1,42 1,46 1,50 1,54			
		o o o o o o o xxx			
2	298	Telma Eid	(98)	Søndre Land IL, Friidret	1,35
		1,20 1,25 1,30 1,35 1,38			
		o o xo xo xxx			

Mesterskapsrekord: 1,53

Norgesrekord: 1,53

KS

Kule

4,0kg

1	12	Lotta Flatum Fallinge	(02)	Brandbu IF	14,35
		13,42 x x 14,09 13,96 14,35			
2	3	Elisabeth Thon Rosvold	(02)	Asker Sk. Friidrett	13,31
		12,21 12,56 13,31 x 12,66 x			
3	363	Hanna Emilie Hjeltnes	(04)	Ullensaker/Kisa IL Friidr	12,64
		11,92 11,72 12,64 12,34 12,06 12,26			
4	90	Kristina Thunem	(98)	Fiskå IL	12,02
		12,02 11,82 11,06 11,35 x 11,11			
5	226	Emelia Tveitå	(02)	Otra IL	11,99
		11,73 11,65 x x 11,01 11,99			
6	269	Marit Jørgenrud	(95)	Spydeberg IL	11,75
		10,18 11,47 11,75 11,56 11,62 11,59			
7	203	Marianne Rabbe Husby	(94)	Nesodden IF	11,65
		10,45 11,24 11,65 x x x			

Mesterskapsrekord: 15,21

Norgesrekord: 17,25

KS

Stav

1	359	Birgitte Kjuus	(99)	Ullensaker/Kisa IL Friidr	3,80
		3,44 3,63 3,73 3,80 3,90			
		o o xo o xxx			
2	231	Agnes Elisabeth Morud	(03)	Ranheim IL	3,44
		3,20 3,28 3,36 3,44 3,51			
		o o o o xxx			
3	84	Synne Marie Engebretsen	(02)	Fana IL	3,44
		3,10 3,20 3,28 3,36 3,44 3,51			
		o xo o o xo xxx			

NM innendørs 2020

Resultatliste

01.02.2020

KS

Stav

4	276	Stine Grong Ruud	(94)	Stjørdal Friidrettsklubb	3,36
	3,28	3,36	3,44		
	o	o	xxx		
5	196	Tiril Malm Sunde	(97)	Moelven IL	3,36
	3,20	3,28	3,36	3,44	
	xo	-	xxo	xxx	
6	391	Maren Rønnevig		Tyrving IL	3,10
	2,80	3,00	3,10	3,20	
	o	o	xo	xxx	

Mesterskapsrekord: 4,51

Norgesrekord: 4,60

KS

Tresteg

1	112	Monika Elisabeth Benserud	(96)	Gneist,IL	12,79
	11,71	12,13	12,56	12,79	
	x		x		
2	214	Mari Sellevåg Aarø	(98)	Norna-Salhus IL	12,25
	12,20	x	x	12,25	
	x		x		
3	311	Hedda Kronstrand Kvalvåg	(02)	Tjalve, IK	12,25
	12,25	12,11	12,18	x	
	x		x		
4	209	Guri Sellevåg Aarø	(99)	Norna-Salhus IL	12,01
	11,56	x	x	11,73	
	x		x		
5	28	Julie Margrete Gaustad	(96)	BUL, IL i	11,99
	11,99	x	x	11,74	
	x		x		
6	199	Mathilde Sofie Karlsen Klokseth	(03)	Moss IL	11,58
	10,62	10,67	11,13	11,58	
	x		x		
7	203	Marianne Rabbe Husby	(94)	Nesodden IF	11,15
	x	10,64	11,15	11,04	
	x		x		
8	298	Telma Eid	(98)	Søndre Land IL, Friidret	11,04
	11,04	11,03	11,03	11,01	
	x		x		
9	224	Sofie Olsvold Hausberg	(00)	Os Turnforening	10,84
	x	10,84	10,78		
	x		x		
10	139	Kaja Kleppe Salemonsens	(01)	Haugesund Idrettslag Fr	10,81
	10,67	10,81	10,79		
	x		x		
11	301	Kristine Moland Leiknes	(03)	Sørild FIK	10,69
	9,91	10,33	10,69		
	x		x		
12	51	Marte Mina Gravdal	(99)	Bækkelaget SK	10,27
	10,07	10,20	10,27		
	x		x		
13	53	Regine Josefine Vatland Johansen	(00)	Bækkelaget SK	10,20
	x	10,13	10,20		
	x		x		
	79	Målfrid Pettersen Lunde	(97)	Fana IL	nm
	x	x	x		

Mesterskapsrekord: 13,65

Norgesrekord: 13,65

KS para

60 m

1	159	Ida-Louise Øverland	(03)	IK Hind	8,41
2	67	Ann Selda Deliler	(99)	Eidanger Idrettslag	11,68
3	186	Anisa Abdihakim Abdulle	(05)	Moelven IL	14,06
4	374	Hanne Øverli Eriksson	(94)	Vidar, Sportsklubben	14,88

MJ

Høyde uten tilløp

1	280	Julian Skimmeland Aasheim	(03)	Stord IL (Allianseidrettsl)	1,67 MR
	1,45	1,50	1,55	1,60	
	xo	o	o	o	
	xo		xo	xxx	

NM innendørs 2020

Resultatliste

01.02.2020

MJ

Høyde uten tilløp

2	300	Jonathan Askeland	(03)	Sørild FIK	1,60
	1,45	1,50	1,55	1,60	1,64
	xo	o	xxo	xxo	xxx
3	85	Teodor Heldal	(04)	Fana IL	1,50
	1,35	1,40	1,45	1,50	1,55
	o	o	xo	o	xxx
4	184	Magnus Myklebost	(01)	Modum Friidrettsklubb	1,45
	1,40	1,45	1,50		
	o	o	xxx		
	296	Ilunga Josue Kongolo	(02)	Søndre Land IL, Friidret	NM
	145				
	xxx				

Mesterskapsrekord: 1,66

MS

60 m

Heat: 1

1	153	Mathias Hove Johansen	(98)	Idrettslaget Skjalg	7,02	Q
2	135	Erik Tanawat Mikkelfjord	(99)	Hattfjelldal IL	7,07	Q
3	35	Riquelvys Rafael Santiago	(87)	BUL, IL i	7,13	Q
4	227	Mathias Michelet Bredesen	(03)	Otra IL	7,27	
5	106	Gjert Høie Sjursen	(00)	Gneist,IL	7,30	
6	147	Kim Baliruno Kamanzi	(01)	Herkules Friidrett	7,35	
7	244	Markus Kristiansen	(02)	Raufoss Friidrett	7,47	
8	22	Felix Christensen	(02)	BUL, IL i	7,65	

Heat: 2

1	94	Didrik Grøm	(02)	Fredrikstad IF	6,94	Q
2	216	Muhammed Dodou Jatta	(98)	Norna-Salhus IL	7,03	Q
3	156	Sergejs Kononovs	(89)	Idrettslaget Skjalg	7,16	Q
4	63	Nicolas Roppen Masters		Dimna IL	7,17	q
5	38	Sander Werge Nielsen	(03)	BUL, IL i	7,35	
6	145	Aleksander Fikru Amlie	(95)	Herkules Friidrett	7,37	
7	352	Sondre Alexander Høyland	(98)	Tyrving IL	7,61	
	17	Bereket Geda Wayu	(01)	BUL, IL i	DQ:R162.8	

Heat: 3

1	341	Iver Lars Håvard Koppen	(99)	Tyrving IL	7,02	Q
2	327	Christian Mensah	(96)	Trondheim Friidrett - Fri	7,06	Q
3	50	Khoa Henrik Luong	(93)	Bækkelagets SK	7,22	Q
4	100	Osazee Parkson	(04)	Gausdal Friidrettsklubb	7,22	
5	98	Tobias Lien	(98)	Fredrikstad IF	7,33	
6	254	Jonas Berggård Skåden	(02)	Sandnes IL	7,36	
7	160	Knut Arvid Tibor Werge-Olsen	(03)	Jotun IL	7,43	
8	32	Nicolas Alexander Baranyi Eriksen	(05)	BUL, IL i	7,68	

Heat: 4

1	34	Per Tinius Fremstad-Waldron	(00)	BUL, IL i	6,98	Q
2	157	Simen Tjelta Larsen	(94)	Idrettslaget Skjalg	7,00	Q
3	72	Christian Marthinussen	(83)	Fana IL	7,06	Q
4	149	Tobias Dybos Larsson	(02)	Herkules Friidrett	7,26	
5	42	Thomas Graftås	(01)	BUL, IL i	7,28	
6	120	Erlend Hognestad Nilsen	(98)	Gular, IL	7,38	
7	68	Eivind Kleven Hagen	(96)	Fagernes IL	7,42	
8	242	Didrik Christoffer Bråten	(02)	Raufoss Friidrett	7,70	

Heat: 5

1	59	Jonas André Ose	(02)	Dimna IL	7,01	Q
2	121	Even Meinseth	(96)	Gular, IL	7,02	Q
3	349	Patrick Monga Bifuko	(96)	Tyrving IL	7,18	Q

NM innendørs 2020

Resultatliste

01.02.2020

MS

60 m

4	245	Simen Nordheim Berg	(03)	Romerike Friidrett	7,20	q
5	219	Samuel Gyedu	(94)	Norna-Salhus IL	7,30	
6	31	Mickey Joe	(91)	BUL, IL i	7,31	
7	191	Lavrants Kongssund	(00)	Moelven IL	7,40	
8	37	Rune Bråten Liholt	(76)	BUL, IL i	7,74	

Heat: 6

1	102	Amund Høie Sjursen	(96)	Gneist,IL	6,98	Q
2	89	Øystein Vårhus Klareng	(96)	FIK Orion	6,99	Q
3	92	Hallgeir Martinsen	(89)	Florø Toq IF	7,03	Q
4	20	Edem Schaanning Agbo	(99)	BUL, IL i	7,11	q
5	322	Sindre Olsvik	(98)	Tjalve, IK	7,23	
6	297	Muamba Caleb Kongolo	(00)	Søndre Land IL, Friidret	7,31	
7	41	Theodore Einar Fremstad-Waldron	(02)	BUL, IL i	7,40	
8	193	Paul-Louis O'Rock	(89)	Moelven IL	7,63	

Heat: 7

1	118	Daniel Alejandro Johnsen	(98)	Gular, IL	7,01	Q
2	279	Jacob Vaula	(01)	Stord IL (Allianseidrettsl	7,02	Q
3	258	Tomasz Siemieniuch	(00)	Sandnes IL	7,11	Q
4	26	Jonathan Holen	(01)	BUL, IL i	7,24	
5	328	Marcus Kwadwo Barkhald-Langjord	(96)	Trondheim Friidrett - Fri	7,26	
6	228	Aanund Olavson Tveitå	(03)	Otra IL	7,30	
7	243	Erik Olof Artelius	(01)	Raufoss Friidrett	7,32	
8	220	Vegard Dragsund Sverd	(99)	Norna-Salhus IL	7,33	

Mesterskapsrekord: 6,68

Norgesrekord: 6,55

MS

200 m

Heat: 1

1	93	Øyvind Strømmen Kjerpeset	(91)	Florø Toq IF	21,94	q
2	94	Didrik Grøm	(02)	Fredrikstad IF	22,59	
3	156	Sergejs Kononovs	(89)	Idrettslaget Skjalg	23,48	
4	244	Markus Kristiansen	(02)	Raufoss Friidrett	24,15	

Heat: 2

1	59	Jonas André Ose	(02)	Dimna IL	22,31	
2	331	Timofei Porjajev	(03)	Trondheim Friidrett - Fri	23,77	
	89	Øystein Vårhus Klareng	(96)	FIK Orion	DQ:R163.3a	
	220	Vegard Dragsund Sverd	(99)	Norna-Salhus IL	DNS	

Heat: 3

1	263	Håvard Becker	(99)	Sem IF	22,09	q
2	147	Kim Baliruno Kamanzi	(01)	Herkules Friidrett	22,51	
3	349	Patrick Monga Bifuko	(96)	Tyrving IL	22,72	
4	37	Rune Bråten Liholt	(76)	BUL, IL i	24,62	

Heat: 4

1	115	Andreas Haara Bakketun	(01)	Gular, IL	21,67	q
2	327	Christian Mensah	(96)	Trondheim Friidrett - Fri	22,06	q
3	160	Knut Arvid Tibor Werge-Olsen	(03)	Jotun IL	23,83	
4	360	Emil Nordal	(03)	Ullensaker/Kisa IL Friidr	24,23	

Heat: 5

1	75	Filip Bøe	(00)	Fana IL	21,67	q
2	92	Hallgeir Martinsen	(89)	Florø Toq IF	22,62	
3	100	Osazee Parkson	(04)	Gausdal Friidrettsklubb	23,39	

Heat: 6

1	153	Mathias Hove Johansen	(98)	Idrettslaget Skjalg	21,37	q
2	282	Snorre Sliper Bonesmo	(01)	Strindheim il	22,81	

NM innendørs 2020

Resultatliste

01.02.2020

MS

200 m

70 Andreas Joseph Dixon (01) Fana IL DQ:R163.3a

Mesterskapsrekord: 20,91

Norgesrekord: 20,51

MS

400 m

Heat: 1

1	190	Jørgen Kåshagen	(94)	Moelven IL	49,55	Q
2	131	Torbjørn Lysne	(90)	Gular, IL	49,99	q
3	185	Andreas Grimerud	(03)	Moelven IL	50,92	
4	155	Oscar Alm Harestad	(00)	Idrettslaget Skjalg	50,96	
	282	Snorre Sliper Bonesmo	(01)	Strindheim il	DQ:R163.3a	

Heat: 2

1	229	Fredrik Gerhardsen Øvereng	(99)	Overhalla IL	49,14	Q
2	188	Håvard Bentsdal Ingvaldsen	(02)	Moelven IL	50,14	
3	110	Kristoffer André Johannes Blücher	(99)	Gneist,IL	50,91	
4	107	Herman Ellingsen	(02)	Gneist,IL	51,52	
	132	Tor-Junor Kringstad Vedde	(97)	Gular, IL	DQ:R163.3a	

Heat: 3

1	187	Carl Emil Kåshagen	(91)	Moelven IL	49,65	Q
2	206	Sebastian Casper Plows	(01)	Nittedal IL	49,83	q
3	127	Sivert Fløgstad Sellevold	(00)	Gular, IL	50,09	q
4	350	Peter Horvati Svoren	(01)	Tyrving IL	51,47	
5	313	Leonard-Johan Nesheim	(95)	Tjalve, IK	51,75	

Mesterskapsrekord: 45,59

Norgesrekord: 45,05

MS

1500 m

Heat: 1

1	262	Sondre Rishøi	(00)	Sarpsborg IL	4,01,96	
2	39	Simen Seeberg-Rommetveit	(00)	BUL, IL i	4,02,64	
3	124	Johannes Teigland	(95)	Gular, IL	4,03,55	
4	381	Theodor Berre Jacobsen	(01)	Vidar, Sportsklubben	4,03,59	
5	128	Sondre Arne Hoff	(93)	Gular, IL	4,04,03	
6	109	Jon Temesgen Overå Sætre	(01)	Gneist,IL	4,05,89	
7	16	Bendik Schartum Thorbjørnson	(98)	BUL, IL i	4,06,16	
8	111	Martin Mæle	(00)	Gneist,IL	4,06,24	
9	36	Roderick Appiadjei Duodu	(02)	BUL, IL i	4,06,39	
10	275	Simen Hernes Ellingsdalen	(96)	Steinkjer Friidrettsklubb	4,07,28	
11	151	Magnar Fossbakken Lundberg	(97)	Hommelvik IL	4,07,73	
	40	Svein Erik Strand Tønnesen	(87)	BUL, IL i	DNF	
	343	Jørgen Johan Bjørtomt	(97)	Tyrving IL	DNF	
	283	Thomas Hoel Syrstad	(96)	Strindheim il	DNF	

Heat: 2

1	255	Narve Gilje Nordås	(98)	Sandnes IL	3,55,15	
2	125	Marius Øyre Vedvik	(92)	Gular, IL	3,55,32	
3	361	Erik Udø Pedersen	(94)	Ullensaker/Kisa IL Friidr	3,55,79	
4	116	Bjørnar Sandnes Lillefosse	(92)	Gular, IL	3,56,17	
5	362	Fredrik Sandvik	(98)	Ullensaker/Kisa IL Friidr	3,56,77	
6	87	Even Brøndbo Dahl	(94)	FIK Orion	3,56,81	
7	66	Ådne Andersen	(94)	Dimna IL	3,56,91	
8	386	Ånung Viken	(93)	Vollan I.K.	3,57,14	
9	274	Mathias Flak	(99)	Steinkjer Friidrettsklubb	3,57,71	
10	162	Hans Kristian Fløystad	(89)	Kristiansand Løpeklubb	3,59,71	
11	355	Oliver Andersen Vedvik	(98)	Tønsberg Friidrettsklub	4,05,99	
12	392	Abdurahman Hir		Steinkjer Friidrettsklubb	4,11,61	

NM innendørs 2020

Resultatliste

01.02.2020

MS

1500 m

Mesterskapsrekord: 3,42,31

Norgesrekord: 3,36,02

MS

400 m, finale

1	229	Fredrik Gerhardsen Øvereng	(99)	Overhalla IL	48,31
2	190	Jørgen Kåshagen	(94)	Moelven IL	48,65
3	206	Sebastian Casper Plows	(01)	Nittedal IL	49,45
4	187	Carl Emil Kåshagen	(91)	Moelven IL	49,48
5	127	Sivert Fløgstad Sellevold	(00)	Gular, IL	50,54
6	131	Torbjørn Lysne	(90)	Gular, IL	50,67

MS

5 km Kappgang

Kappgang 5 km

1	210	Håvard Haukenes	(90)	Norna-Salhus IL	19,56,45 MR
2	137	Andreas Døske	(03)	Haugesund Idrettslag Fr	23,09,56
3	324	Tobias Lømo	(00)	Tjalve, IK	23,27,78

Mesterskapsrekord: 20,24,34

Norgesrekord: 18,49,10

MS

60 m, finale

1	121	Even Meinseth	(96)	Gular, IL	6,83
2	153	Mathias Hove Johansen	(98)	Idrettslaget Skjalg	6,85
3	102	Amund Høie Sjursen	(96)	Gneist,IL	6,87
4	341	Iver Lars Håvard Koppen	(99)	Tyrving IL	6,90
5	157	Simen Tjelta Larsen	(94)	Idrettslaget Skjalg	6,92
6	279	Jacob Vaula	(01)	Stord IL (Allianseidrettsl	6,95
7	34	Per Tinius Fremstad-Waldron	(00)	BUL, IL i	6,97
8	59	Jonas André Ose	(02)	Dimna IL	7,01

MS

60 m, semifinale

Heat: 1

1	153	Mathias Hove Johansen	(98)	Idrettslaget Skjalg	6,90 Q
2	341	Iver Lars Håvard Koppen	(99)	Tyrving IL	6,91 Q
3	327	Christian Mensah	(96)	Trondheim Friidrett - Fri	6,97
4	94	Didrik Grøm	(02)	Fredrikstad IF	7,10
5	35	Riquelvys Rafael Santiago	(87)	BUL, IL i	7,14
6	156	Sergejs Kononovs	(89)	Idrettslaget Skjalg	7,22
7	245	Simen Nordheim Berg	(03)	Romerike Friidrett	7,28
	216	Muhammed Dodou Jatta	(98)	Norna-Salhus IL	DNS

Heat: 2

1	102	Amund Høie Sjursen	(96)	Gneist,IL	6,92 Q
2	279	Jacob Vaula	(01)	Stord IL (Allianseidrettsl	6,94 Q
3	258	Tomasz Siemieniuch	(00)	Sandnes IL	7,05
4	89	Øystein Vårhus Klareng	(96)	FIK Orion	7,06
5	349	Patrick Monga Bifuko	(96)	Tyrving IL	7,08
6	118	Daniel Alejandro Johnsen	(98)	Gular, IL	7,10
7	135	Erik Tanawat Mikkelfjord	(99)	Hattfjelldal IL	7,10
8	63	Nicolas Roppen Masters		Dimna IL	7,16

NM innendørs 2020

Resultatliste

01.02.2020

MS

60 m, semifinale

Heat: 3

1	121	Even Meinseth	(96)	Gular, IL	6,90	Q
2	157	Simen Tjelta Larsen	(94)	Idrettslaget Skjalg	6,93	Q
3	59	Jonas André Ose	(02)	Dimna IL	6,96	q
4	34	Per Tinius Fremstad-Waldron	(00)	BUL, IL i	6,96	q
5	92	Hallgeir Martinsen	(89)	Florø Tog IF	7,03	
6	50	Khoa Henrik Luong	(93)	Bækkelaget SK	7,19	
7	20	Edem Schaanning Agbo	(99)	BUL, IL i	7,39	
	72	Christian Marthinussen	(83)	Fana IL	DNS	

MS

Høyde uten tilløp

1	292	Martin Fagelund	(95)	Sturla IF	1,67	
		1,60	1,64	1,67	1,70	
		o	xo	xo	xxx	
2	293	Ola Stunes Isene	(95)	Sturla IF	1,64	
		1,50	1,55	1,60	1,64	1,67
		o	xo	xo	xxx	xxx
3	352	Sondre Alexander Høyland	(98)	Tyrving IL	1,55	
		1,55	1,60			
		xo	xxx			
3	5	Alexander Nyberget	(00)	Askim IF	1,55	
		1,50	1,55	1,60		
		o	xo	xxx		
3	297	Muamba Caleb Kongolo	(00)	Søndre Land IL, Friidret	1,55	
		1,50	1,55	1,60		
		o	xo	xxx		

Mesterskapsrekord: 1,82

Norgesrekord: 1,82

MS

Kule

7,26kg

1	317	Marcus Thomsen	(98)	Tjalve, IK	21,01	MRNR
		20,64	21,01	x	x	x
2	352	Sondre Alexander Høyland	(98)	Tyrving IL	14,34	
		13,01	14,25	13,58	14,10	14,34
						x
3	65	Toralv Opsal	(98)	Dimna IL	13,83	
		13,28	13,83	13,58	13,41	13,60
						13,60
4	101	Mathias Andreas Reksten Dale	(03)	Gloppen Friidrettslag	12,81	
		11,42	x	x	12,73	x
						12,81
5	383	Henrik Johan Fjærestad Holmberg	(89)	Vik IL	12,24	
		12,24	x	12,13	12,18	x
						x
6	222	Nikolai Røeggen Ulvund	(03)	Norodd, IL	11,88	
		x	11,51	x	x	11,88
						x
7	297	Muamba Caleb Kongolo	(00)	Søndre Land IL, Friidret	11,70	
		11,16	11,00	x	10,92	11,08
						11,70

Mesterskapsrekord: 20,36

Norgesrekord: 20,98

MS

Tresteg

1	318	Marius Bull Hjeltnes	(96)	Tjalve, IK	14,96	
		x	x	14,45	14,61	14,96
						14,56
2	83	Sondre Vie Ytrearne	(01)	Fana IL	14,91	
		14,37	x	14,60	14,60	x
						14,91
3	320	Sander Aae Skotheim	(02)	Tjalve, IK	14,89	
		14,16	14,33	14,77	14,53	14,74
						14,89

NM innendørs 2020

Resultatliste

01.02.2020

MS

Tresteg

4	81	Per Bucher Johannessen	(02)	Fana IL	14,84	
	14,29	x	14,84	14,51	x	x
5	71	Carl Erik Hjellevstad Landsvik	(01)	Fana IL	14,52	
	14,01	14,39	14,52	x	14,20	14,50
6	291	Marius Kristoffer Tronslien	(98)	Sturla IF	14,37	
	x	14,35	14,35	14,17	x	14,37
7	221	Viljar Helgestad Gjerde	(00)	Norna-Salhus IL	14,22	
	13,96	13,98	13,80	14,22	x	13,93
8	280	Julian Skimmeland Aasheim	(03)	Stord IL (Allianseidrettsl)	13,88	
	13,27	13,68	13,86	13,88	13,84	13,60
9	389	Per Ellef Ryen Aalerud	(00)	Ås IL	13,66	
	12,44	13,34	13,66			
10	309	Elias Sanden Søvik	(00)	Tjalve, IK	13,63	
	x	x	13,63			
11	80	Oscar Barikmo Stuhr	(05)	Fana IL	13,25	
	13,25	13,06	12,88			

Mesterskapsrekord: 15,88

Norgesrekord: 16,96

MS para

60 m

1	220	Vegard Dragsund Sverd	(99)	Norna-Salhus IL	7,35
2	165	Ole Kristian Antonsen	(90)	Kristiansands IF	7,99
3	164	Nikkolaj Gulbrandsen	(04)	Kristiansands IF	8,74
4	294	Sander Johansen	(04)	Sømna IL	8,75
5	378	Knut Sørskår	(99)	Vidar, Sportsklubben	8,81
6	195	Skjalq Kongssund	(06)	Moelven IL	9,82

NM innendørs 2020

Resultatliste

02.02.2020

KJ

Lengde uten tilløp

1	303	Lisa Wilker			(03) Tingvoll Friidrettskl.	2,66	
		2,55	2,66	2,48	2,51	2,55	2,56
2	287	Ester Holt			(01) Sturla IF	2,64	
		2,54	2,50	2,62	2,62	2,64	
3	199	Mathilde Sofie Karlsen Klokseth			(03) Moss IL	2,57	
		2,53	2,57	2,46	2,52	2,57	2,50
4	143	Lillian Amponsah Washington			(03) Hellas, IF	2,56	
		2,47	2,52	2,48	2,44	2,43	2,56
5	348	Miranda Lauvstad			(03) Tyrving IL	2,55	
		2,45	2,51	2,53	2,50	2,55	2,51
6	207	Andrea Thorsheim			(01) Norna-Salhus IL	2,53	
		2,40	2,53	2,44	2,34	2,43	2,35
7	167	Fride Vågen			(02) Laksevåg TIL	2,52	
		2,52	2,38	2,40	2,47	2,44	2,48
8	387	Lovise Skarbøvik Andresen			(04) Ålesund FIK	2,52	
		2,48	2,52	r			
9	226	Emelia Tveitå			(02) Otra IL	2,45	
		2,44	2,45	2,43			
10	301	Kristine Moland Leiknes			(03) Sørilid FIK	2,40	
		2,40	2,40	2,33			
11	231	Agnes Elisabeth Morud			(03) Ranheim IL	2,39	
		2,33	2,39	2,34			
12	91	Nikoline Thunem			(04) Fiskå IL	2,29	
		2,26	2,25	2,29			

Mesterskapsrekord: 2,80

KS

1500 m

1	315	Malin Edland			(99) Tjølve, IK	4,30,20
2	272	Grethe Tyldum			(01) Steinkjer Friidrettsklubb	4,32,13
3	140	Kristine Lande Dommersnes			(99) Haugesund Idrettslag Fr	4,32,53
4	250	Christina Maria Toogood			(89) Sandnes IL	4,33,95
5	248	Petronella Tordsdatter Halle			(02) Runar, IL	4,39,12
6	351	Sigrid Alvik			(03) Tyrving IL	4,40,03
7	380	Sara Aarsvoll Svarstad			(97) Vidar, Sportsklubben	4,42,16
8	123	Ine Bakken			(96) Gular, IL	4,43,15
9	370	Bertine-Helene Færø			(92) Varegg Fleridrett	4,44,16
10	241	Synnøve Antonsen Torp			(99) Ranheim IL	4,44,28
11	122	Hilde Brennskaug			(97) Gular, IL	4,44,46
12	372	Emilie Mo			(01) Vidar, Sportsklubben	4,47,82
13	238	Olea Villa Furre			(93) Ranheim IL	4,50,81

Mesterskapsrekord: 4,19,73

Norgesrekord: 4,08,65

KS

200 m, finale

1	1	Henriette Jæger			(03) Aremark IF	23,55
2	338	Helene Rønningen			(98) Tyrving IL	23,97
3	152	Elisabeth Slettum			(86) Idrettslaget Skjalq	24,07
4	330	Marte Pettersen			(97) Trondheim Friidrett - Fri	24,88
5	198	Linn Oppegaard			(98) Moss IL	24,97
	88	Tonje Fjellet Kristiansen			(99) FIK Orion	DNS

KS

60 m hekk

NM innendørs 2020

Resultatliste

02.02.2020

KS

60 m hekk

Heat: 1

1	25	Isabelle Sandstedt Pedersen	(92)	BUL, IL i	8,17	Q MR
2	267	Thea Haahr	(20)	Sparta Atletik	8,59	Q
3	260	Magdeli Støten	(98)	Sarpsborg IL	8,68	Q
4	251	Emilie Sandberg	(00)	Sandnes IL	8,99	q
5	9	Hanne Arstein	(01)	Bergens TF	9,10	

Heat: 2

1	170	Andrea Rooth	(02)	Lambertseter IF	8,51	Q
2	387	Lovise Skarbøvik Andresen	(04)	Ålesund FIK	8,60	Q
3	215	Martine Kolbeinshavn Hjørnevik	(01)	Norna-Salhus IL	8,68	Q
4	377	Ingrid Pernille Rismark	(01)	Vidar, Sportsklubben	8,73	q
5	114	Una Haukanes	(03)	Gneist, IL	9,15	
6	345	Lea Mathilde Trong-Johansen	(02)	Tyrving IL	9,43	

Mesterskapsrekord: 8,22

Norgesrekord: 7,83

KS

60 m hekk, finale

1	25	Isabelle Sandstedt Pedersen	(92)	BUL, IL i	8,17	
2	170	Andrea Rooth	(02)	Lambertseter IF	8,46	
3	215	Martine Kolbeinshavn Hjørnevik	(01)	Norna-Salhus IL	8,60	
4	267	Thea Haahr	(20)	Sparta Atletik	8,62	
5	260	Magdeli Støten	(98)	Sarpsborg IL	8,67	
6	377	Ingrid Pernille Rismark	(01)	Vidar, Sportsklubben	8,84	
7	251	Emilie Sandberg	(00)	Sandnes IL	9,05	
	387	Lovise Skarbøvik Andresen	(04)	Ålesund FIK	DNF	

KS

Høyde

1	325	Tonje Angelsen	(90)	Tjalve, IK	1,90			
		1,75	1,78	1,81	1,84	1,87	1,90	1,93
		o	-	o	o	o	xo	xxx
2	344	Katarina Mögenburg	(91)	Tyrving IL	1,81			
		1,65	1,70	1,75	1,78	1,81	1,84	1,87
		o	o	o	xo	xxo	x-	xx
3	302	Madelen Haaheim Sveinungsen	(02)	Sørild FIK	1,70			
		1,60	1,65	1,70	1,75			
		o	o	o	xxx			
4	278	Thea Leirfall Bremset	(99)	Stjørdal Friidrettsklubb	1,70			
		1,65	1,70	1,75				
		xo	o	xxx				
5	213	Malin Støyva	(94)	Norna-Salhus IL	1,70			
		1,60	1,65	1,70	1,75			
		o	o	xxo	xxx			
6	6	Michelle Marie Nyberget	(03)	Askim IF	1,65			
		1,55	1,60	1,65	1,70			
		o	o	o	xxx			
7	144	Malene Kollberg	(99)	Hellas, IF	1,65			
		1,55	1,60	1,65	1,70			
		o	xo	xxo	xxx			
8	200	Marie Brekke	(00)	Målselv Idrettslag	1,60			
		1,55	1,60	1,65				
		o	o	xxx				
9	146	Elin Maria Forsberg Dale	(96)	Herkules Friidrett	1,60			
		1,50	1,55	1,60	1,65			
		o	xo	o	xxx			

NM innendørs 2020

Resultatliste

02.02.2020

KS

Høyde

10	298	Telma Eid			(98) Søndre Land IL, Friidret	1,60
	1,50	1,55	1,60	1,65		
	xxo	o	xxo	xxx		
11	74	Elisabeth Bolstad Raa			(03) Fana IL	1,50
	1,50	1,55				
	o	xxx				

Mesterskapsrekord: 1,91

Norgesrekord: 2,00

KS

Lengde

1	236	Mia Guldteig Lien			(03) Ranheim IL	5,74
	5,74	-	-			
2	277	Thale Leirfall Bremset			(99) Stjørdal Friidrettsklubb	5,67
	5,67	-	-			
3	114	Una Haukanes			(03) Gneist,IL	5,43
	5,23	5,07	5,43			
4	61	Kornelia Roppen			(02) Dimna IL	5,42
	5,42	5,32	5,35			
5	303	Lisa Wilker			(03) Tingvoll Friidrettskl.	5,36
	5,18	5,28	5,36			
6	108	Hilda-Lovise Riisnes Riise			(03) Gneist,IL	5,30
	5,30	5,28	5,26			
7	56	Anna Garnes Kleven			(02) Dimna IL	5,24
	4,96	5,24	5,18			
8	105	Emma Dahl Sørbo			(03) Gneist,IL	5,22
	5,22	5,22	x			
9	144	Malene Kollberg			(99) Hellas, IF	5,22
	5,03	5,17	5,22			
10	214	Mari Sellevåg Aarø			(98) Norna-Salhus IL	5,21
	4,83	5,21	5,19			
11	57	Caroline Amalie Sætre			(01) Dimna IL	5,21
	5,09	x	5,21			
12	78	Jennifer Charoenchon Mjøs			(01) Fana IL	5,20
	5,20	5,06	5,17			
13	253	Hanne Berit Irgens			(94) Sandnes IL	5,19
	x	x	5,19			
14	224	Sofie Olsvold Hausberg			(00) Os Turnforening	5,15
	5,15	5,14	x			
15	167	Fride Vågen			(02) Laksevåg TIL	5,11
	5,05	5,08	5,11			
16	207	Andrea Thorsheim			(01) Norna-Salhus IL	5,06
	5,05	4,95	5,06			
	348	Miranda Lauvstad			(03) Tyrving IL	nm
	x	-	-			

Mesterskapsrekord: 6,37

Norgesrekord: 6,51

KS

Lengde uten tilløp

1	217	Oda Utsi Onstad			(90) Norna-Salhus IL	3,03 MRNR
	3,03	3,01	3,00	3,03	2,91	3,01
2	295	Gracia Thiama Kongolo			(97) Søndre Land IL, Friidret	2,70
	2,55	2,53	2,64	2,70	2,58	2,53
3	299	Ingvild Meinseth			(99) Sørild FIK	2,65
	2,64	2,61	2,60	2,59	2,57	2,65
4	271	Emily Nyborg			(98) Steinkjer Friidrettsklubb	2,63
	2,53	2,63	2,60	2,56	2,53	2,62
5	385	Rakel Bakke			(00) Vollan I.K.	2,55
	2,44	2,55	2,51	2,46	2,14	2,47

NM innendørs 2020

Resultatliste

02.02.2020

KS

Lengde uten tilløp

6	233	Hanna Eid			(97)	Ranheim IL	2,46
	2,46	2,37	2,44	2,18	2,07	2,43	
7	234	Linn Røen Skjermo			(95)	Ranheim IL	2,41
	2,22	2,23	2,41	2,17	2,30	2,17	
8	224	Sofie Olsvold Hausberg			(00)	Os Turnforening	2,40
	2,36	2,40	2,32	2,26	2,31	r	
9	298	Telma Eid			(98)	Søndre Land IL, Friidret	2,34
	2,34	2,33	r				

Mesterskapsrekord: 2,99

Norgesrekord: 2,99

KS

Lengde, finale

1	236	Mia Guldteig Lien			(03)	Ranheim IL	5,97
	x	x	5,67	5,97	x	5,97	
2	277	Thale Leirfall Bremset			(99)	Stjørdal Friidrettsklubb	5,97
	5,68	5,79	x	5,77	5,91	5,97	
3	303	Lisa Wilker			(03)	Tingvoll Friidrettskl.	5,61
	5,30	5,53	5,61	5,39	x	5,08	
4	56	Anna Garnes Kleven			(02)	Dimna IL	5,60
	5,32	5,26	5,31	5,60	5,32	5,24	
5	61	Kornelia Roppen			(02)	Dimna IL	5,52
	5,46	5,52	5,46	5,48	5,43	5,41	
6	105	Emma Dahl Sørbo			(03)	Gneist,IL	5,46
	5,01	5,44	5,32	5,26	5,46	5,23	
7	114	Una Haukanes			(03)	Gneist,IL	5,41
	4,88	5,20	5,41	5,12	5,02	x	
8	108	Hilda-Lovise Riisnes Riise			(03)	Gneist,IL	5,37
	5,37	5,37	5,37	x	5,33	x	
9	214	Mari Sellevåg Aarø			(98)	Norna-Salhus IL	5,31
	5,29	2,93	5,31				
10	144	Malene Kollberg			(99)	Hellas, IF	5,24
	-	5,19	5,24				
11	78	Jennifer Charoenchon Mjøs			(01)	Fana IL	5,16
	5,16	x	5,10				
12	57	Caroline Amalie Sætre			(01)	Dimna IL	5,08
	4,02	5,08	x				

MJ

Lengde uten tilløp

1	265	Søndre Mork Kasin			(02)	Snøgg Friidrett	3,09
	2,88	3,09	3,03	2,96	2,97	3,06	
2	4	Vebjørn Sæten Skre			(02)	Asker Sk. Friidrett	3,06
	2,96	3,06	3,02	2,94	3,03	2,98	
3	319	Markus Rooth			(01)	Tjalve, IK	3,05
	3,05	3,03	3,04	3,03	3,04	3,01	
4	171	Kristian Trigueno Steen			(01)	Larvik Turn & IF	2,98
	2,94	2,89	2,96	2,98	2,90	2,88	
5	300	Jonathan Askeland			(03)	Sørild FIK	2,93
	2,79	2,88	2,89	2,93	2,74	2,85	
6	339	Haakon Petersen Amble			(01)	Tyrving IL	2,92
	2,87	2,92	2,88	2,74	2,80	2,83	
7	296	Ilunga Josue Kongolo			(02)	Søndre Land IL, Friidret	2,87
	2,78	2,87	2,87	2,85	2,86	2,85	
8	371	Fabian Ekholdt Holmen			(04)	Vestfossen IF	2,84
	2,84	2,78	2,74	2,73	2,68	2,66	
9	331	Timofei Porjajev			(03)	Trondheim Friidrett - Fri	2,83
	2,64	2,83	2,82				

NM innendørs 2020

Resultatliste

02.02.2020

MJ

Lengde uten tilløp

10	38	Sander Werge Nilsen	(03)	BUL, IL i	2,66
	2,45	2,56	2,66		
11	32	Nicolas Alexander Baranyi Eriksen	(05)	BUL, IL i	2,54
	2,49	2,52	2,54		

Mesterskapsrekord: 3,22

MS

800 m

Heat: 1

1	202	Mads Gravråk Hjort-Larsen	(03)	Nesodden IF	2,04,68
2	33	Nils Christian Christensen	(02)	BUL, IL i	2,04,71
3	174	Elias Tesfamichael Negassi	(01)	Lillehammer IF	2,05,02
4	14	Andreas Endalkachew Christiansen	(00)	BUL, IL i	2,05,05
5	266	Tor Alfred Bredesen	(93)	Snøgg Friidrett	2,12,05

Heat: 2

1	388	Ole Jakob Høstelend Solbu	(03)	Ås IL	1,57,93
2	151	Magnar Fossbakken Lundberg	(97)	Hommelvik IL	1,58,17
3	39	Simen Seeberg-Rommetveit	(00)	BUL, IL i	1,58,87
4	109	Jon Temesgen Overå Sætre	(01)	Gneist,IL	1,58,91
5	111	Martin Mæle	(00)	Gneist,IL	1,58,93
6	113	Thomas Strønstad-Løseth	(03)	Gneist,IL	2,02,02
7	357	Abdirahim Abdullahi Dahir	(94)	Ullensaker/Kisa IL Friidr	2,03,36
8	261	Sindre Fredriksen	(03)	Sarpsborg IL	2,06,92
	283	Thomas Hoel Syrstad	(96)	Strindheim il	DNS

Heat: 3

1	334	Didrik Hexeberg Warlo	(99)	Tyrving IL	1,49,87
2	163	Sigurd Tveit	(00)	Kristiansand Løpeklubb	1,50,77
3	369	Thomas Arne Roth	(91)	Ullensaker/Kisa IL Friidr	1,51,06
4	29	Leon Samuel Douglas Mjaaland	(00)	BUL, IL i	1,51,42
5	262	Sondre Rishøi	(00)	Sarpsborg IL	1,53,44
6	54	Kjetil Brenno Gagnås	(00)	Børsa IL	1,53,64
7	43	Tobias Grønstad	(02)	BUL, IL i	1,54,38
	366	Per Andreas Roth	(93)	Ullensaker/Kisa IL Friidr	DNF

Plassering Totalt

3	334	Didrik Hexeberg Warlo	Tyrving IL	1,49,87
4	163	Sigurd Tveit	Kristiansand Løpeklubb	1,50,77
5	369	Thomas Arne Roth	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	1,51,06
6	29	Leon Samuel Douglas Mjaaland	BUL, IL i	1,51,42
7	262	Sondre Rishøi	Sarpsborg IL	1,53,44
8	54	Kjetil Brenno Gagnås	Børsa IL	1,53,64
9	43	Tobias Grønstad	BUL, IL i	1,54,38
10	388	Ole Jakob Høstelend Solbu	Ås IL	1,57,93
11	151	Magnar Fossbakken Lundberg	Hommelvik IL	1,58,17
12	39	Simen Seeberg-Rommetveit	BUL, IL i	1,58,87
13	109	Jon Temesgen Overå Sætre	Gneist,IL	1,58,91
14	111	Martin Mæle	Gneist,IL	1,58,93
15	113	Thomas Strønstad-Løseth	Gneist,IL	2,02,02
16	357	Abdirahim Abdullahi Dahir	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	2,03,36
17	202	Mads Gravråk Hjort-Larsen	Nesodden IF	2,04,68
18	33	Nils Christian Christensen	BUL, IL i	2,04,71
19	174	Elias Tesfamichael Negassi	Lillehammer IF	2,05,02
20	14	Andreas Endalkachew Christian	BUL, IL i	2,05,05
21	261	Sindre Fredriksen	Sarpsborg IL	2,06,92
22	266	Tor Alfred Bredesen	Snøgg Friidrett	2,12,05
	366	Per Andreas Roth	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	DNF
	283	Thomas Hoel Syrstad	Strindheim il	DNS

Mesterskapsrekord: 1,48,90

Norgesrekord: 1,46,28

NM innendørs 2020

Resultatliste

02.02.2020

MS

3000 m

Heat: 1

1	60	Kamal Bashiir Tahlil	(00)	Dimna IL	8,59,50
2	126	Matias Andersen Førde	(98)	Gular, IL	9,02,87
3	119	Daniel Lundegaard Jacobsen	(98)	Gular, IL	9,07,49
4	24	Henrik Fjeld	(02)	BUL, IL i	9,08,90
5	273	Henrik Nordtug	(87)	Steinkjer Friidrettsklubb	9,08,95
6	18	Christian André Falkum Olsen	(01)	BUL, IL i	9,10,55
7	23	Filip Aleksander Meo	(02)	BUL, IL i	9,14,48
8	175	Elmer Mulleri Skalle	(92)	Lillehammer IF	9,17,22
9	19	Christian Hannestad	(92)	BUL, IL i	9,18,36
10	180	Mikkel Thomassen	(03)	Lillehammer IF	9,22,61
11	343	Jørgen Johan Bjørtomt	(97)	Tyrving IL	9,23,13
12	268	Kristian Nedregård	(74)	Spjelkavik og Omegn Fr	9,30,45

Heat: 2

1	128	Sondre Arne Hoff	(93)	Gular, IL	8,43,32
2	225	Magnus Gjerstad	(00)	Osterøy IL	8,46,17
3	281	Iver Matias Linge Glomnes	(96)	Strindheim il	8,48,69
4	124	Johannes Teigland	(95)	Gular, IL	8,49,88
5	275	Simen Hernes Ellingsdalen	(96)	Steinkjer Friidrettsklubb	8,55,91
6	204	Sondre Martinsen	(03)	BUL, IL i	8,57,44
7	264	Ronny Losoa	(80)	Sigdal Friidrettsklubb	8,58,52
8	181	Petter Johansen	(98)	Lillehammer IF	8,59,83

Heat: 3

1	125	Marius Øyre Vedvik	(92)	Gular, IL	8,23,63
2	367	Per Svela	(92)	Ullensaker/Kisa IL Friidr	8,23,74
3	116	Bjørnar Sandnes Lillefosse	(92)	Gular, IL	8,24,29
4	255	Narve Gilje Nordås	(98)	Sandnes IL	8,24,74
5	361	Erik Udø Pedersen	(94)	Ullensaker/Kisa IL Friidr	8,26,09
6	274	Mathias Flak	(99)	Steinkjer Friidrettsklubb	8,28,09
7	13	Magnus Tuv Myhre	(00)	Brandbu IF	8,28,33
8	284	Trond Einar Moen Pedersli	(94)	Strindheim il	8,28,40
9	223	Elias Johan Jonsson	(99)	Nydalens Skiklub	8,30,05
10	161	Håkon Jarvis Westergård	(92)	Kamp/Vestheim IF	8,31,70
11	335	Einar Johan Melsom	(99)	Tyrving IL	8,36,51
12	308	Eivind Trym Wikshåland	(97)	Tjalve, IK	8,37,48
13	133	Trym Halvard Sagstuen Tønnesen	(00)	Halden IL	8,39,74

NM innendørs 2020

Resultatliste

02.02.2020

MS

3000 m

Plassering Totalt

1	125	Marius Øyre Vedvik	Gular, IL	8,23,63
2	367	Per Svøla	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	8,23,74
3	116	Bjørnar Sandnes Lillefosse	Gular, IL	8,24,29
4	255	Narve Gilje Nordås	Sandnes IL	8,24,74
5	361	Erik Udø Pedersen	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	8,26,09
6	274	Mathias Flak	Steinkjer Friidrettsklubb	8,28,09
7	13	Magnus Tuv Myhre	Brandbu IF	8,28,33
8	284	Trond Einar Moen Pedersen	Strindheim il	8,28,40
9	223	Elias Johan Jonsson	Nydalens Skiklub	8,30,05
10	161	Håkon Jarvis Westergård	Kamp/Vestheim IF	8,31,70
11	335	Einar Johan Melsom	Tyrving IL	8,36,51
12	308	Eivind Trym Wikshåland	Tjalve, IK	8,37,48
13	133	Trym Halvard Sagstuen Tønnes	Halden IL	8,39,74
14	128	Sondre Arne Hoff	Gular, IL	8,43,32
15	225	Magnus Gjerstad	Osterøy IL	8,46,17
16	281	Iver Matias Linge Glomnes	Strindheim il	8,48,69
17	124	Johannes Teigland	Gular, IL	8,49,88
18	275	Simen Hernes Ellingsdalen	Steinkjer Friidrettsklubb	8,55,91
19	204	Sondre Martinsen	BUL, IL i	8,57,44
20	264	Ronny Losoa	Sigdal Friidrettsklubb	8,58,52
21	60	Kamal Bashiir Tahlil	Dimna IL	8,59,50
22	181	Petter Johansen	Lillehammer IF	8,59,83
23	126	Matias Andersen Førde	Gular, IL	9,02,87
24	119	Daniel Lundegaard Jacobsen	Gular, IL	9,07,49
25	24	Henrik Fjeld	BUL, IL i	9,08,90
26	273	Henrik Nordtug	Steinkjer Friidrettsklubb	9,08,95
27	18	Christian André Falkum Olsen	BUL, IL i	9,10,55
28	23	Filip Aleksander Meo	BUL, IL i	9,14,48
29	175	Elmer Mulleri Skalle	Lillehammer IF	9,17,22
30	19	Christian Hannestad	BUL, IL i	9,18,36
31	180	Mikkel Thomassen	Lillehammer IF	9,22,61
32	343	Jørgen Johan Bjørtomt	Tyrving IL	9,23,13
33	268	Kristian Nedregård	Spjelkavik og Omegn Friidretts	9,30,45

Mesterskapsrekord: 7,56,74

Norgesrekord: 7,45,54

MS

200 m, finale

1	153	Mathias Hove Johansen	(98) Idrettslaget Skjalg	21,39
2	75	Filip Bøe	(00) Fana IL	21,56
3	115	Andreas Haara Bakketun	(01) Gular, IL	21,57
4	327	Christian Mensah	(96) Trondheim Friidrett - Fri	22,50
5	263	Håvard Becker	(99) Sem IF	22,85
	93	Øyvind Strømmen Kjerpeset	(91) Florø Tog IF	DNS

MS

60 m hekk

Heat: 1

1	382	Vladimir Erik Vukicevic	(91) Vidar, Sportsklubben	8,03 Q
2	71	Carl Erik Hjeltestad Landsvik	(01) Fana IL	8,66 Q
3	106	Gjert Høie Sjursen	(00) Gneist,IL	8,83 Q
4	155	Oscar Alm Harestad	(00) Idrettslaget Skjalg	9,22 q
5	390	Donovan Miloss	(99) Tyrving IL	10,49 q

Heat: 2

1	263	Håvard Becker	(99) Sem IF	8,54 Q
2	70	Andreas Joseph Dixon	(01) Fana IL	8,68 Q
3	352	Sondre Alexander Høyland	(98) Tyrving IL	9,40 Q
	383	Henrik Johan Fjærestad Holmberg	(89) Vik IL	DQ:R162.8

NM innendørs 2020

Resultatliste

02.02.2020

MS

60 m hekk

Mesterskapsrekord: 7,75

Norgesrekord: 7,69

MS

60 m hekk, finale

1	382	Vladimir Erik Vukicevic	(91)	Vidar, Sportsklubben	7,91
2	263	Håvard Becker	(99)	Sem IF	8,39
3	71	Carl Erik Hjellevik	(01)	Fana IL	8,53
4	106	Gjert Høie Sjursen	(00)	Gneist,IL	8,63
5	155	Oscar Alm Harestad	(00)	Idrettslaget Skjalg	8,99
	70	Andreas Joseph Dixon	(01)	Fana IL	DNF
	390	Donovan Miloss	(99)	Tyrving IL	DNS
	352	Sondre Alexander Høyland	(98)	Tyrving IL	DNS

MS

Høyde

1	86	Vetle Raa Ellingsen	(00)	Fana IL	2,08
		1,90 1,95 2,00 2,04		2,08 2,11	
		o o o o		xo xxx	
2	65	Toralv Opsal	(98)	Dimna IL	2,04
		1,90 1,95 2,00 2,04		2,08	
		o o o o		xxx	
3	304	Abraham Sandvin Vogelsang	(03)	Tjalve, IK	2,04
		1,80 1,85 1,90 1,95		2,00 2,04 2,08	
		o o o o		xo xxo xxx	
4	336	Frederik Jahr	(91)	Tyrving IL	1,95
		1,85 1,90 1,95 2,00			
		o o o xxx			
5	320	Sander Aae Skotheim	(02)	Tjalve, IK	1,95
		1,80 1,85 1,90 1,95		2,00	
		o o xo xxo		xxx	
6	85	Teodor Heldal	(04)	Fana IL	1,90
		1,75 1,80 1,85 1,90		1,95	
		o o o xxo		xxx	
7	80	Oscar Barikmo Stuhr	(05)	Fana IL	1,80
		1,75 1,80 1,85			
		o o xxx			
8	69	Kenneth John Hoffmann	(73)	Fagernes IL	1,80
		1,75 1,80 1,85			
		xxo o xxx			
	232	Erik Lønskog	(99)	Ranheim IL	NM
		1,75			
		x-			

Mesterskapsrekord: 2,16

Norgesrekord: 2,36

MS

Lengde

2	376	Ingar Kiplesund	(96)	Vidar, Sportsklubben	7,47
		7,38 7,47 7,40 x		7,38 x	
3	354	Henrik Flåtnes	(01)	Tønsberg Friidrettsklub	7,33
		7,33 6,89 7,30 7,17		7,28 7,22	
4	318	Marius Bull Hjeltnes	(96)	Tjalve, IK	7,29
		7,18 6,78 7,03 7,24		7,09 7,29	
5	102	Amund Høie Sjursen	(96)	Gneist,IL	7,03
		x 6,95 5,83 7,03		x -	

NM innendørs 2020

Resultatliste

02.02.2020

MS

Lengde

6	228	Aanund Olavson Tveitå	(03) Otra IL	6,87
	6,66	6,66 6,60 6,68	6,79 6,87	
7	383	Henrik Johan Fjærestad Holmberg	(89) Vik IL	6,79
	6,76	6,79 6,51 6,69	x x	
8	322	Sindre Olsvik	(98) Tjålve, IK	6,59
	6,59	6,46 5,16 6,38	6,42 6,59	
9	230	Iver Strand Øvereng	(00) Overhalla IL	6,18
	6,11	6,14 6,07 6,18	6,06 6,15	
10	390	Donovan Miloss	(99) Tyrving IL	5,73
	5,70	5,73 5,69		
11	352	Sondre Alexander Høyland	(98) Tyrving IL	5,54
	5,54	5,53 5,51		
	309	Elias Sanden Søvik	(00) Tjålve, IK	DNS

Mesterskapsrekord: 7,56

Norgesrekord: 7,81

MS

Lengde uten tilløp

1	47	Joachim Peter Skjønhaug	(00) Bækkelaget SK	3,34
	3,34	x 3,18 3,19	3,22 3,05	
2	68	Eivind Kleven Hagen	(96) Fagernes IL	3,29
	3,15	3,21 3,27 3,18	3,29 3,25	
3	11	Kenneth Bjorvatn	(97) Birkenes IL	3,29
	3,13	3,29 x 2,95	3,27 3,09	
4	356	Reidar Bergh Moss	(96) Tønsberg Friidrettsklub	3,25
	3,14	3,12 3,25 3,21	3,12 3,22	
5	150	John-Arild Steen	(95) Hommelvik IL	3,24
	3,24	3,22 3,19 3,13	3,15 3,23	
6	158	Sebastian Holmberg	(19) IFK Lund	3,21
	3,20	3,13 3,21 3,20	3,21 3,10	
7	293	Ola Stunes Isene	(95) Sturla IF	3,19
	3,07	x 3,19 3,10	3,16 3,08	
8	352	Sondre Alexander Høyland	(98) Tyrving IL	3,12
	3,04	2,96 3,06 3,12	2,88 3,01	
9	142	Christopher Sinclair Williams Selmer	(81) Hellas, IF	3,08
	3,07	3,07 3,05 3,03	3,05 3,08	
10	49	Kasper Sagen	(99) Bækkelaget SK	3,03
	3,03	3,03 2,97		
11	5	Alexander Nyberget	(00) Askim IF	2,99
	2,84	2,94 2,99		
12	168	Håkon Lerøy Riple	(93) Laksevåg TIL	2,95
	2,88	2,91 2,95		
13	297	Muamba Caleb Kongolo	(00) Søndre Land IL, Friidret	2,93
	2,93	2,87 2,73		
14	197	Atcha Prommetta	(99) Moss IL	2,92
	2,92	2,81 2,86		
15	63	Nicolas Roppen Masters	Dimna IL	2,89
	2,82	2,89 2,77		
16	155	Oscar Alm Harestad	(00) Idrettslaget Skjalg	2,83
	2,83	2,38 2,59		
17	288	Frode Holt	(64) Sturla IF	2,81
	2,81	2,76 2,81		
18	107	Herman Ellingsen	(02) Gneist,IL	2,72
	2,17	2,72 2,65		

Mesterskapsrekord: 3,58

Norgesrekord: 3,71

MS

Stav

NM innendørs 2020

Resultatliste

02.02.2020

MS

Stav

1	82	Pål Haugen Lillefosse			(01) Fana IL	5,65 MR
		5,20	5,30	5,40	5,55	5,65 5,74
		o	-	xo	o	xo xxx
2	73	Eirik Greibrokk Dolve			(95) Fana IL	5,20
		5,00	5,10	5,20	5,30	5,40
		o	-	xo	-	xxx
3	306	Andreas Fernandes Thomaz Gjesdal			(95) Tjalve, IK	5,10
		4,90	5,00	5,10	5,20	5,30
		o	-	xxo	xx-	x
4	7	Christian Vik Pettersen			(02) Bergens TF	4,50
		4,30	4,50	4,70		
		o	o	xxx		
5	166	Fabian August Furnes Warpe			(03) Laksevåg TIL	4,50
		4,50	4,70			
		xo	xxx			
6	8	Eskil Reier Njerve			(02) Bergens TF	4,30
		4,10	4,30	4,50		
		o	o	xxx		
7	10	Philip Andreas Kubon			(04) Bergens TF	4,30
		3,80	4,10	4,30	4,50	
		o	xo	o	xxx	
8	191	Lavrants Kongssund			(00) Moelven IL	3,80
		3,80	4,10			
		xxo	xxx			
	197	Atcha Prommetta			(99) Moss IL	NM
		3,80				
		xxx				

Mesterskapsrekord: 5,50

Norgesrekord: 5,73