

**19. Norgesmesterskap innendørs**

Sted: Rud, Bærum

Dato: 18.-19. februar 2023

Arena: Bærum Idrettspark

Arrangør: Oslo og Akershus FIK, IL i BUL,
IK Tjalve, SK Vidar**Bærum Idrettspark**

Anlagt: 2013

Dekketype: Mondo

Deltakelse og påmelding			
	Utøvere		
	Påmeldt	Startet	Forfall
Menn	241		
Kvinner	168		
Total	409		
	Starter		
	Påmeldt	Startet	
Menn	345	267	22,6%
Kvinner	231	180	22,1%
Total	576	447	22,4%
	Klubber		
	Påmeldt	Startet	
Klubber	96	85	11,5%
	Stafett		
	Påmeldt	Startet	
Lag	30	14	53,3%
Klubber	14	10	28,6%

Para er ikke med

Klubb	Gull	Sølv	Bronse	Total
Tjalve	5	6	2	13
Norna-Salhus	4	3	3	10
Gular	2	2	0	4
Tyrving	2	1	1	4
Tønsberg	2	0	0	2
Fredrikstad	1	2	2	5
Fana	1	2	1	4
Vidar	1	2	1	4
Sandnes	1	1	1	3
Lambertseter	1	1	0	2
BUL	1	0	1	2
Aremark	1	0	1	2
Dimna	1	0	1	2
Brandbu	1	0	0	1
Moelven	1	0	0	1
Sørild	1	0	0	1
Trondheim	1	0	0	1
Ås	1	0	0	1

Klubb	Poeng
Tjalve	118
Norna-Salhus	88
Tyrving	77
BUL	75
Gular	65
Fana	56
Fredrikstad	48
Sandnes	42
Vidar	41
Skjalg	27
Gneist	24
Moelven	24
Ranheim	22
Dimna	21
Trondheim	21

Resultatene

= ikke medaljeberettiget utøver

Menn 60 meter

Finale		18. feb	
1	Even Meinseth	Sørild	6.73
2	Jacob Vaula	Gular	6.74
3	Salum Ageze Kashafali	Norna-Salhus	6.75
4	Per Tinius Fremstad-Waldron	BUL	6.77
5	Edem Agbo	BUL	6.86
6	Alexander Skrede	Sandnes	6.92
7	Marius Bull Hjeltne	Tjalve	6.96
8	Amund Sjursen	Gneist	7.13

Semifinale 1. (18. feb.) 1 Meinseth 6.82, 2 Hjeltne 6.90, 3 A.Sjursen 6.92, 4 August Hemstad, Gular 6.94, 5 Jonathan Holen, BUL 7.08, 6 Sondre Gjesdal, Gular 7.11, 7 Didrik Grøm, Fredrikstad 7.11, 8 Gjert Sjursen, Gneist 7.19

Semifinale 2. (18. feb.) 1 Kashafali 6.76, 2 Fremstad-Waldron 6.77, 3 Skrede 6.92, 4 Daniel Alejandro Johnsen, Ask 6.98, 5 Sander Myrvang, Tjalve 7.05, 6 Jørgen Homstad, Overhalla 7.08, 7 Einar Johannes Rye, Trondheim 7.08, 8 Emil Gundersen, Fyllingen 7.23

Semifinale 3. (18. feb.) 1 Vaula 6.84, 2 Agbo 6.89, 3 Sondre Witzøe, Sandvin 6.98, 4 Sondre Matias Rudi, Moelven 6.99, 5 Vegard Sverd, Norna-Salhus 7.09, 6 Stephan Kyereme, BUL 7.09, 7 Ilunga Josue Kongolo, Gneist 7.11, 8 Markus Le Fjeld, Tyrving 7.12

Forsøk 1. (18. feb.) 1 Hjeltne 6.94, 2 Homstad 7.08, 3 Simen Larsen, Skjalg 7.12, 4 Simen Nordheim Berg, Vidar 7.12, 5 Albin Muhumuza Lydersen Botez, Tjalve 7.29, 6 Christopher Ekene Nordlie, BUL 7.29, 7 Elijah Ramirez, BUL 7.42, 8 Vilmer Fossum Beyer, Asker Skiklubb 7.62

Forsøk 2. (18. feb.) 1 Meinseth 6.98, 2 A. Sjursen 7.05, 3 Rye 7.08, 4 Oliver August Solsvik, Fana 7.17, 5 Nicolas Alexander Eriksen, BUL 7.18, 6 Sigmund Le Fjeld, Tyrving 7.31, 7 Thomas Gaftås, BUL 7.32, 8 Sondre Johannes Espelid, Dimna 7.63

Forsøk 3. (18. feb.) 1 Rudi 7.05, 2 M. Le Fjeld 7.07, 3 Holen 7.09, 4 Snorre Sliper Bonesmo, Ranheim 7.12, 5 Erik Olof Artelius, Raufoss 7.18, 6 Emiliano Storm Røgeberg-Ortiz, Vidar 7.23, 7 Sondre Vik, Moelven 7.37, 8 Lukas Øiseth, Asker Skiklubb 7.44

Forsøk 4. (18. feb.) 1 Johnsen 6.99, 2 Myrvang 7.06, 3 Mats Hjørnevik, BUL 7.16, 4 Jonas Fjordholm, Sandnes 7.22, 5 Sindre Andersen, Sandnes 7.23, 6 Axel Andreas Mjør, Tyrving 7.32, 7 Ariand Shegani, BUL 7.49, 8 William Johansen, Asker Skiklubb 7.52

Forsøk 5. (18. feb.) 1 Witzøe 6.96, 2 Agbo 6.98, 3 Grøm 7.06, 4 Elias Solheim Sollid, Sørild 7.21, 5 Tobias Dybos Larsson, Kristiansand 7.28, 6 Andreas Solheim Sollid, Sørild 7.33, 7 Benjamin Carlsen-Brown, Tyrving 7.45, 8 Jon-Magnus Restad, Romerike 7.53

Forsøk 6. (18. feb.) 1 Vaula 6.97, 2 Sverd 7.07, 3 Even Pettersen, Tjalve 7.11, 4 Soban Nortaza Inayat, Sandnes 7.12, 5 Martin Pettersen, Orion 7.37, 6 Johannes Lunde, Kristiansand 7.30, 7 Snorre Cornelius Sund, Kristiansand 7.50, 8 Fredrik Sveen Schonhowd, Moelven 7.67

Forsøk 7. (18. feb.) 1 Kashafali 6.95, 2 Gjesdal 7.05, 3 Gundersen 7.06, 4 Christian Nicholas Wright, BUL 7.19, 5 Remark Rozhani, Fyllingen 7.20, 6 Eskild Hillesund, Sandnes 7.25, 7 Akshathan Nadarajah, BUL 7.48, 8 Adrian Sevaldstad, BUL 7.72

Forsøk 8. (18. feb.) 1 Fremstad-Waldron 6.97, 2 Gjert Sjursen, Gneist 7.12, 3 Christian Øydne, Søgne 7.19, 4 Bereket Geda Wayu, BUL 7.26, 5 Peter Svoren, Tyrving 7.33, 6 Jonathan Askeland, Sørild 7.36, 7 Zion Ramirez, BUL 7.38, 8 Dmitrii Kuzkin, BUL 7.65

Forsøk 9. (18. feb.) 1 Hemstad 6.97, 2 Skrede 6.98, 3 Kyereme 7.08, 4 Kongolo 7.07, 5 Alexander Nyheim, Moelven 7.27, 6 Jonathan Hertwig-Ødegaard, Tyrving 7.28, 7 Erlend Halmøy, Bækkelaget 7.29, 8 August Johansen, Asker Skiklubb 7.63

Men 200 meter (Tid avgjørende til finale)

Finale		19. feb.	
1	Kenny Emi Tijani Ajayi	Tjalve	21.54
2	Filip Bøe	Gular	21.94
3	Alexander Skrede	Sandnes	21.99
4	Øyvind Kjerpeset	Florø	22.38
5	Jonas Berggård Skåden	Sandnes	22.46
6	Sondre Gjesdal	Gular	22.92

Forsøk 1. (18. feb.) 1 Remark Rozhani, Fyllingen 22.40, 2 Nicolas Alexander Eriksen, BUL 22.95, 3 Jakob Slåtten, Dimna 23.28, Carl Emil Kåshagen, Moelven DQ: TR17.3.1

Forsøk 2. (18. feb.) 1 Theodore Einar Fremstad-Waldron, BUL 22.32, 2 Didrik Grøm,

Fredrikstad 22.33, 3 Oliver August Solsvik, Fana 23.96, 4 Snorre Cornelius Sund, Kristiansand 23.43

Forsøk 3. (18. feb.) 1 Skrede 21.90, 2 Sander Myrvang, Tjalve 22.30, 3 Sindre Strønstad-Løseth, Gneist 22.80, 4 Andreas Joseph Dixon, Fana 22.98

Forsøk 4. (18. feb.) 1 Einar Johannes Rye, Trondheim 22.22, 2 Elias Solheim Sollid, Sørild 22.32, 3 Eskild Hillesund, Sandnes 22.78, 4 Alexander Nyheim, Moelven 22.87

Forsøk 5. (18. feb.) 1 Skåden 21.94, 2 Andreas Solheim Sollid, Sørild 22.53, 3 Sigmund Le Fjeld, Tyrving 23.35, 4 William Johansen, Asker Skiklubb 24.02

Forsøk 6. (18. feb.) 1 Kjerpeset 21.83, 2 Snorre Sliper Bonesmo, Ranheim 22.48, 3 Bereket Geda Wayu, BUL 22.58, 4 Sondre Vik, Moelven 23.46, 5 Sondre Johannes Espelid, Dimna 24.02

Forsøk 7. (18. feb.) 1 Gjesdal 22.01, 2 Christian Nicholas Wright, BUL 22.38, 3 Sivert Sellevold, Gular 22.92, 4 Anders Kvesetberget, Moelven 23.93

Forsøk 8. (18. feb.) 1 Tijani-Ajayi 21.77, 2 Johannes Lunde, Kristiansand 22.72, 3 Martin Pettersen, Orion 22.84, 4 Vilmer Fossum Beyer, Asker Skiklubb 24.20, 5 August Johansen, Asker Skiklubb 24.40

Forsøk 9. (18. feb.) 1 Bøe 21.71, 2 Emil Gundersen, Fyllingen 22.43, 3 Jonas Fjordheim, Sandnes 23.28, Christian Øydne, Søgne DQ: TR17.3.1

Forsøk 10. (18. feb.) 1 Andreas Bakketun, Gular 22.06, 2 Mads Hjort-Larsen, Nesodden 22.42, 3 Markus Le Fjeld, Tyrving 23.21, 4 Sindre Andersen, Sandnes 23.72, 5 Tobias Dybos Larsson, Kristiansand 24.08

Forsøk 11. (18. feb.) 1 August Hemstad, Gular 22.29, 2 Jonathan Holen, BUL 22.74, 3 Axel Andreas Mjør, Tyrving 23.70

Menn 400 meter

Tid avgjørende					18. feb		
Heat							
	1	2	3	4			
1				1	Andreas Grimerud	Moelven	46.52
2				2	Fredrik Øvereng	Overhalla	47.42
3			1		Stephan Kyeremeh	BUL	48.67
4				3	Andreas Bakketun	Gular	48.74
5		1			Håvard Haugen	Sandnes	49.57
6			2		T.E. Fremstad-Waldron	BUL	49.60
7		2			Sigurd Clementsen	Tyrving	49.63
8			3		Tobias Johansen	Hind	49.84
9		3			Sindre Strønstad-Løseth	Gneist	50.00
10		4			Sivert Sellevold	Gular	50.51
11			4		Aiden Floyd Vincent	Goruddalen	50.81
12	1				Jonathan Hertwig-Ødegaard	Tyrving	51.38
13	2				Sondre Svarholt	Stadsbygd	51.53
14	3				Mads Hjort-Larsen	Nesodden	51.60
15	4				Kim Baliruno Kamanzi	Tyrving	52.42
				X	Bastian Einan Aurstad	Steinkjer	DNS

Menn 800 meter

Tid avgjørende					19. feb
Heat					
	1	2	3	4	
1				1	Ole Jakob Solbu Ås 1:49.63
2				2	Andreas Vangsnes Vidar 1:50.37
3				3	Sander D. Mathiesen Vidar 1:52.67
4				4	Philip Morken AKS-77 1:52.76
5				5	Luca Thompson Viking 1:52.77
6				6	Håkon Moe Berg Kyrksæterøra 1:53.32
7			1		Ole Sivert Røyhus Ranheim 1:54.33
8			2		Markus Westhagen Vidar 1:54.95
9			3		Merih S. Hailemicheal Ull/Kisa 1:55.08
10			4		Sondre Svarholt Stadsbygd 1:55.33
11				7	Sondre Rishøi Selsbakk 1:56.22
12			5		Tobias Allers-Hansen Gneist 1:58.25
13				6	Sindre Fredriksen Sarpsborg 2:00.12
14		1			Bakr Ettayebi Vidar 2:00.88
15	1				Adrian Stene Olsen BUL 2:00.89
16		2			Andreas Kværner Ull/Kisa 2:01.70
17		3			Christian Bredeken Steinkjer 2:02.35
18		4			Ole-Kristian Kværner Ull/Kisa 2:03.03
19	2				Lars Wold Møller BUL 2:03.33
20		5			Tesfay Brhane Moelven 2:03.55

21	7	Tobias Johansen	Hind	2:04.49
22	3	Jonas Mæland Rosholt	BUL	2:05.53
23	4	Adrian Sevaldstad	BUL	2:05.95
24	5	Adrian T. Holmen Bakke	Tjalve	2:07.75
25	6	Sebastian Selbekk	Tyrving	2:09.03
	X	Kjetil Gagnås	Børsa	DNF

Menn 1500 meter

Tid avgjørende		18. feb.		
Heat		1	2	3
1	1	Johannes Teigland	Gular	3:53.46
2	2	Sondre Rishøi	Selsbakk	3:53.47
3	3	Ånung Viken	Vollan	3:53.90
4	1	Narve Gilje Nordås	Sandnes	3:54.05
5	2	Ferdinand Kvan Edman	Tjalve	3:54.16
6	4	Eldar Fagerbakke	Gular	3:54.75
7	3	Kristoffer Sagli	Aure	3:55.11
8	4	Andreas Halvorsen	Ull/Kisa	3:55.21
9	5	Moa Bollerød	Sem	3:55.80
10	6	Håkon Moe Berg	Kyrksæterøra	3:56.04
11	5	Merih Solomon Hailmicheal	Ull/Kisa	3:56.16
12	6	Halvor Nymoen Winberg	Herkules	3:56.17
13	7	Andreas Vangsnes	Vidar	3:56.36
14	8	Even Dahl	Orion	3:56.45
15	1	Trym Fjøsne-Hexeberg	Ull/Kisa	3:56.65
16	7	Mathias Flak	Steinkjer	3:57.15
17	8	Kristian Bråthen Børve	Ull/Kisa	3:57.16
18	9	Henrik Ferdinand Hanssen	Ull/Kisa	3:57.32
19	9	Eivind Trym Wikshåland	Gular	3:57.46
20	10	Sander Dybwad Mathiesen	Vidar	3:58.01
21	11	Bjørnar Lillefosse	Gular	3:59.83
22	2	Didrik Jensen	Nittedal	4:00.61
23	3	Tobias Allers-Hansen	Gneist	4:03.58
24	4	Lars-Olav Apold	Gular	4:04.23
25	5	Adrian Stene Olsen	BUL	4:04.30
26	6	Eirik Alvik	Tyrving	4:04.98
27	7	Sondre Martinsen	Nesodden	4:11.38
28	8	Lars Wold Møller	BUL	4:15.80
29	9	Ole-Kristian Kværner	Ull/Kisa	4:31.06
	X	Sigurd Egeland Valseeth	Verdal	DNS

Menn 3000 meter

Tid avgjørende		19. feb.		
Heat		1	2	
1	1	Narve Gilje Nordås	Sandnes	7:58.19
2	2	Per Sveta	Norna-Salhus	8:00.60
3	3	Ibrahim Buras	BUL	8:04.40
4	4	Kristoffer Sagli	Aure	8:08.39
5	5	Bjørnar Lillefosse	Gular	8:09.07
6	6	Eivind Trym Wikshåland	Gular	8:10.11
7	7	Mathias Flak	Steinkjer	8:13.57
8	8	Trym Halvard Tønnesen	Halden	8:17.09
9	9	Vebjørn Hovdejord	Snøgg	8:21.21
10	1	Tore Akerlie	Gular	8:21.37
11	2	Nikolai Magnus Gundersen	Skjalg	8:22.59
12	3	Rune Solli	Vidar	8:26.39
13	10	Erik Tangen Gundersen	Skjalg	8:26.78
14	4	Tord Ulset	Selsbakk	8:28.66
15	5	Mikkel Thomassen	Tjalve	8:29.72
16	11	Philip A. Anthelme Massacand	Gneist	8:33.37
17	6	Mikkel Bakken	Tjalve	8:36.18
18	7	Lars-Olav Apold	Gular	8:36.56
19	8	Haakon Berg	Bøler	8:46.72
20	9	Daniel Jacobsen	Gular	8:48.06
21	10	Abdulah Ali	Tjalve	8:50.58
22	11	Jonas Riseth	Tjalve	8:51.94
23	12	Sindre Swan Moland	BUL Tromsø	8:59.73
24	13	Mathias Lillehagen	Aure	9:05.72
25	14	Emil Martin Ahlbäck	Tjalve	9:27.12
	X	Eldar Fagerbakke	Gular	DNF
	X	Jesper Andreas Lundin	BUL Tromsø	DNF
	X	Theodor Jacobsen	Vidar	DNF

X	Halvor Nymoen Winberg	Herkules	DNF
---	-----------------------	----------	-----

Menn 60 meter hekk

Finale		19. feb.	
1	Vladimir Vukicevic	Vidar	7.75
2	Sander Skotheim	Tjalve	8.04
3	Gjert Sjursen	Gneist	8.24
4	Jonathan Hertwig-Ødegaard	Tyrving	8.42
5	Andreas Joseph Dixon	Fana	8.74
6	Jakob Slåtten	Dimna	8.79

Menn 5000 meter kappgang

Finale		18. feb.	
1	Tobias Lømo	Tjalve	24:03.40
2	Kristoffer Randall	Drøbak-Frogn	24:48.46
3	Tor-Ivar Guttulrød	Fredrikstad	27:58.04

Menn Høyde

Finale		19. feb.	
1	Sander Skotheim	Tjalve	2.04
2	Sondre Jahren	Asker Skiklubb	1.98
3	Martin Hjertaker	Os Turn	1.90
=4	Teodor Heldal	Fana	1.85
=4	Tobias Heldal	Fana	1.85
6	Oscar Ellingsen	Gneist	1.80
7	Mathias Myrmel Herdlevær	Fana	1.80
8	Torgim Frøystein	Tyrving	1.75

Kenneth Hoffmann, Fagernes NM

Serie	1.75	1.80	1.85	1.90	1.95	1.98	2.01	2.04	2.09
1									
2									
3									
=4									
=4									
6									
7									
8									

Menn Stav

Finale		19. feb.	
1	Pål Lillefosse	Fana	5.80
2	Philip Andreas Kubon	Fana	5.05
3	Andreas Gjesdal	Fana	4.85
4	Sander Skotheim	Tjalve	4.75
5	Sebastian Røed Hovland	Fana	4.65
6	Simen Johan Teigstad	Sandvin	4.40
7	Kjell Augustin Kubon	Fana	4.25
8	Lucas Fernandes T. Gjesdal	Tjalve	4.05

Serie	3.85	4.05	4.25	4.40	4.55	4.65	4.75	4.85	4.95	5.05	5.15	5.40	5.60	5.80	5.91
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															

Menn Lengde

Finale		19. feb.	
1	Henrik Flåtnes	Tønsberg	7.38
2	Sander Skotheim	Tjalve	7.30
3	Marius Bull Hjeltne	Tjalve	7.22
4	Viljar Gjerde	Norna-Salhus	6.74
5	Sigmund Le Fjeld	Tyrving	6.64
6	Sivert Vataker Liverød	Tønsberg	6.41
7	Johannes Lunde	Kristiansand	6.40
8	Sondre Jahren	Asker Skiklubb	6.32

9 Jonathan Hertwig-Ødegaard, Tyrving 6.21, 10 Thomas Biermann, BUL 5.88, Markus Le Fjeld, Tyrving NM

Serie	1	2	3	4	5	6
1	7.32	7.18	7.01	X	7.38	7.21

2	6.98	7.10	7.30	7.21	r	
3	7.05	X	7.22	X	X	X
4	6.56	6.69	6.74	6.68	6.72	6.57
5	-	5.87	6.38	6.31	6.64	6.30
6	6.03	6.41	6.23	5.89	X	
7	6.26	6.40	-	r		
8	X	6.32	X	X	X	X
9	5.99	6.21	6.21			
10	5.88	5.71	X			
	X	r				

Menn Tresteg

	Finale	18. feb	
1	Henrik Flåtnes	Tønsberg	16.07
2	Sander Skotheim	Tjalve	16.00
3	Viljar Gjerde	Norna-Salhus	15.25
4	Sondre Ytrearne	Fana	15.18
5	Marius Bull Hjeltnes	Tjalve	14.63
6	Carl Erik Hjeltestad Landsvik	Fana	14.39
7	Teodor Heldal	Fana	14.15
8	Oscar Stuhr	Fana	13.99

Serie	1	2	3	4	5	6
1	15.27	15.68	-	15.53	15.67	16.07
2	15.14	-	15.24	15.64	15.89	16.00
3	X	15.09	15.05	15.25	15.16	15.06
4	X	X	X	15.18	15.05	14.99
5	14.63	X	-	X	X	-
6	X14.39	X	X	14.29	X	
7	13.90	13.92	12.66	14.03	X	14.15
8	13.59	13.99	X	13.79	13.45	X

Menn Kule

	Finale	18. feb	
1	Marcus Thomsen	Norna-Salhus	20.39
2	Sven Martin Skagestad	Norna-Salhus	16.67
3	Stig Ove selnes	Namsen	15.37
4	Henrik Vesterlid	Hattfjelldal	15.06
5	Sander Skotheim	Tjalve	13.32
6	Erlend Bergfjord Næss	Ask	12.90
7	Alexander Nilsson	Askim	12.90
8	Sondre Alexander Høyland	Tyrving	12.36

9 Muamba Caleb Kongolo, Søndre Land 11.29

Serie	1	2	3	4	5	6
1	20.11	20.26	20.39	20.12	20.28	X
2	16.18	X	16.67	X	16.24	X
3	X	14.20	14.28	14.86	14.72	15.37
4	14.63	X	15.06	14.66	14.62	14.50
5	13.10	X	X	12.86	13.32	12.98
6	12.88	X	X	X	12.90	12.41
7	11.77	12.51	12.90	X	11.80	11.95
8	11.00	12.36	-	X	12.10	-
9	10.57	11.29	11.20			

Menn 4x200 meter stafett

	Tid avgjørende	18. feb.
	Heat	
	1 2	
1	1 Gular	1:27.38
2	2 Sandnes	1:27.60
3	3 BUL 1. lag	1:28.36
4	1 BUL 2. lag	1:32.15
5	4 Tyrving	1:32.24
6	2 BUL 3. lag	1:33.31
7	3 Sandvin	1:33.90
8	4 Moelven 2. lag	1:34.58

Moelven 1. lag DQ:TR24.7

Lagene:

- 1 Jacob Vaula, Sondre Gjesdal, Filip Bøe, Andreas Bakketun
- 2 Alexander Skrede, Jonas Berggård Skåden, Håvard Haugen, Soban Mortaza Inayat
- 3 Per Tinius Fremstad-Waldron, Stephan Kyeremeh, Theodore Einar Fremstad-Waldron, Edem agbo
- 4 Zion Ramirez, Tobias Gulbrandsen, Christopher Ekene Nordlie, Christian Nicholas Wright
- 5 Sigmund Le Fjeld, Sigurd Clementsen, Jonathan Hertwig-Ødegaard, Kim Balruno Kamanzi
- 6 Joanthan Holen, Bereket Geda Wayu, Elijah Ramirez, Thomas Biermann

7 Alexander Tomala, Simen Johan Teigstad, Oliver Tomala, Sondre Witzøe
8 Alexander Nyheim, Lauritz Kongssund, Anders Kvesetberget, Fredrik Sveen
Sconhowd
Andrea Grimerud, Carl Emil Kåshagen, Sondre Matias Rudi, Håvard Bentald
Ingvaldsen

Kvinner 60 meter

	Finale	18. feb	
1	Helene Rønningen	Tyrving	7.32
2	Vilde Humstad Aasmo	Tjalve	7.51
3	Dina Rosenvinge Aasen	Fredrikstad	7.55
4	Marte Pettersen	Trondheim	7.62
5	Tora Bøgeberg Lilleaas	Eidanger	7.72
6	Maren Bakke Amundsen	Moelven	7.81
7	Kaja Berg	Herkules	7.85
8	Maja Emilia Medic	Lyngdal	7.85

Semifinale 1. (18.feb.) 1 Rønningen 7.40, 2 Medic 7.78, 3 Berg 7.80, 4 Amundsen 7.81, 5 Iben Carnhed, Bækkelaget 7.94, 6 Leah Marie Indrebø, Tjalve 7.98, 7 Mia Prøsch Johnsen, Lillehammer 8.05, 8 Anna Solheim, Stord 8.21

Semifinale 2. (18.feb.) 1 Aasen 7.50, 2 Pettersen 7.67, 3 Emma Fatu Suhonen, Bækkelaget 7.87, 4 Mille Matilde Røsæg, Fredrikstad 7.92, 5 Emily Nyborg, Steinkjer 7.93, 6 Guro Hjeltnes, Fyllingen 8.03, Sigrid Amlie, Moelven DQ:TR16.8, Julie Ose, Søgne DNS

Semifinale 3. (18.feb.) 1 Aasmo 7.57, 2 Lilleaas 7.69, 3 Nora Aune, Ranheim 7.82, 4 Una Haukanes, Gneist 7.88, 5 Ronja Johnsen Skåtøy, Egersund 7.98, 6 Oda Asdal Hansen, Skjalg 8.02, 7 Lovise Skarbøvik Andresen, Dimna 9.51, Claudia Maria Foss, Tønsberg DNS

Forsøk 1. (18.feb.) 1 Rønningen 7.46, 2 Aune 7.87, 3 Foss 7.95, 4 Johnsen 7.99, 5 Hansen 8.01, 6 Mille Berg, Tyrving 8.27, 7 Udoka Chile Madu, BUL 8.36

Forsøk 2. (18.feb.) 1 Aasen 7.54, 2 K. Berg 7.80, 3 Carnhed 7.88, 4 Hjeltnes 8.06, 5 Solheim 8.09, 6 Ose 8.13, 7 Linn Røen Skjermo, Fredrikstad 8.33

Forsøk 3. (18.feb.) 1 Aasmo 7.73, 2 Suhonen 7.85, 3 Medic 7.89, 4 Amlie 7.96, 5 Skåtøy 8.06, 6 Sanna Johnsen Møkkelgård, Ranheim 8.21, 7 Mina Sørensen, Tjalve 8.24

Forsøk 4. (18.feb.) 1 Andresen 7.71, 2 Amundsen 7.83, 3 Rosæg 7.86, 4 Haukanes 7.91, 5 Emma Hagen, Seljord 8.11, 6 Bendikte Thomassen, Lillehammer 8.22, 7 Ida-Louise Øverland, Hind 8.41

Forsøk 5. (18.feb.) 1 Pettersen 7.73, 2 Lilleaas 7.85, 3 Nyborg 7.89, 4 Indrebø 8.01, 5 Agnes Elisabeth Morud, Ranheim IL 8.01, 6 Ella Njaastad Skjesol, Ranheim 8.24, 7 Alma Iben Kolseth, Tyrving 8.40

Kvinner 200 meter (Tid avgjørende til finale)

	Finale	19. feb.	
1	Christine Jensen	Norna-Salhus	23.50
2	Helene Rønningen	Tyrving	23.90
3	Elisabeth Slettum	Skjalg	24.06
4	Marte Pettersen	Trondheim	24.51
5	Maren Bakke Amundsen	Moelven	24.52
6	Hannah Rebekah Murai-Ubby	Ranheim	25.64

Forsøk 1. (18. feb.) 1 Jensen 23.61, 2 Sunniva Indahl, Ski 25.44, 3 Ella Njaastad Skjesol, Ranheim 26.38, Hedda Sandvik Kjelland, Dimna DNS

Forsøk 2. (18. feb.) 1 Pettersen 24.92, 2 Rora Bøgeberg Lilleaas, Eidanger 25.22, 3 Sigrid Amlie, Moelven 25.48, 4 Mia Prøsch Johnsen, Lillehammer 25.98, 5 Jamila Isman, Fredrikstad 26.20

Forsøk 3. (18. feb.) 1 Amundsen 24.47, 2 Lisa Maylen Stensøy, Herkules 25.50, 3 Mille Berg, Tyrving 26.25, 4 Sanna Johnsen Møkkelgård, Ranheim 26.58

Forsøk 4. (18. feb.) 1 Rønningen 23.79, 2 Murai-Ubby 24.88, 3 Leah Marie Indrebø, Tjalve 25.90, 4 Kaja Carlsen-Brown, Tyrving 26.31

Forsøk 5. (18. feb.) 1 Slettum 23.91, 2 Nora Aune, Ranheim 25.25, 3 Una Haukanes, Gneist 25.75, 4 Emma Fatu Suhonen, Bækkelaget 26.05, 5 Sunniva Fjeld, Fagernes 26.92

Kvinner 400 meter (Tid avgjørende)

	Finale	18. feb.	
	Heat		
	1 2 3 4		
1	1 Henriette Jæger	Aremark	52.33
2	2 Andrea Rooth	Lambertseter	53.57
3	3 Line Al-Saidi	Skjalg	54.15
4	4 Nora K. Wold	Fredrikstad	55.60
5	1 Camilla Kristiansen	Tyrving	57.61
6	5 Mari Skraastad	Stadsbygd	58.23

7	2	Hanna Bakke	Trysil	58.34
8	3	Lisa M. Stensøy	Herkules	58.75
9	1	Emma S. Bekkevik	Fredrikstad	58.90
10	2	Josefin Victoria Heier	Ull/Kisa	59.01
11	3	Anna Kolstø Jensen	Haugesund	60.01
12	4	Sunniva Fjeld	Fagernes	60.11
13	1	Marianne Husby	Nesodden	60.61
14	4	Selma A.B. Skisaker	Larvik Turn	61.14
15	2	Kristin Haugstad	Nesodden	61.61
16	3	Maren Storaas Alsaker	Haugesund	62.03
17	4	Hedda Sandvik Kielland	Dimna	62.06

Kvinner 800 meter

Tid avjørende		19. feb.		
Heat				
1	2			
1	1	Malin Ingeborg Nyfors	Tjalve	2:06.80
2	2	Josefin Victoria Heier	Ull/Kisa	2:10.58
3	3	Line Al-Saiddi	Skjalg	2:11.88
4	4	Astrid Cecilie Berntsen	Skjalg	2:12.69
5	5	Caroline S. Fleischer	Trondheim	2:12.85
6	6	Ingrid Nilssen	Herøy	2:13.21
7	7	Erle Lyng	Gular	2:14.15
8	8	Mari Skraastad	Stadsbygd	2:15.17
9	1	Charlotte Olszak	Sørild	2:19.19
10	2	Selma Alison Boesen Skisaker	Larvik Turn	2:20.37
11	3	Ida Forsmo	Gular	2:20.97
12	4	Maria Straume	Ørsta	2:21.15

Kvinner 1500 meter

Finale		18. feb.		
1	Sigrid Alvik	Tyrving	4:30.35	
2	Malin Edland	Tjalve	4:30.78	
3	Maiken Homlung Prøitz	Sarpsborg	4:30.78	
4	Kristine Dommersnes	Haugesund	4:30.89	
5	Malin Sørtorp Solberg	Sarpsborg	4:41.78	
6	Astrid Cecilie Berntsen	Skjalg	4:47.57	
7	Linnea Låhne	Tyrving	4:48.27	
8	Ida Forsmo	Gular	4:49.77	

9 Vilde-Sofie Torvund, Fri 4:50.20, 10 Oda Gjerstad, Skjalg 4:51.34, 11 Dordi Forseth, Steinkjer 5:01.86

Kvinner 3000 meter

Finale		19. feb.		
1	Malin Edland	Tjalve	9:27.18	
2	Ine Bakken	Vidar	9:28.41	
3	Hanne Maridal	Strindheim	9:29.30	
4	Sigrid Alvik	Tyrving	9:31.28	
5	Kristine Dommersnes	Haugesund	9:32.35	
6	Sara Svarstad	Vidar	9:32.42	
7	Selma Engdahl	Tjalve	9:33.03	
8	Synne Marie Engebretsen	Varegg	9:51.78	

9 Sigrun Gjølberg, Rygge 9:55.15, 10 Synne Amundsgård, Gular 10:09.16, 11 Anzu Kovise Kvam, Gular 10:39.39, Oda Gjerstad, Skjalg DNF

Kvinner 60 meter hekk

Finale		19. feb.		
1	Andrea Rooth	Lambertseter	8.17	
2	Martine Hjørnevik	Norna-Salhus	8.36	
3	Lovise Skarbøvik Andresen	Dimna	8.42	
4	Elea Jørstad Bock	Vidar	8.47	
5	Ingrid Pernille Rismark	Vidar	8.56	
6	Sunniva Indahl	Ski	8.65	
7	Lea Alise Gundersen	Fyllingen	8.70	
8	Kajsa Rooth	Tjalve	8.97	

Forsøk 1. (19. feb.) 1 A. Rooth 8.35, 2 Andresen 8.55, 3 Rismark 8.60, 4 Gundersen 8.72, 5 Jamila Isman, Fredrikstad 9.15

Forsøk 2. (19. feb.) 1 Hjørnevik 8.41, 2 Bock 8.41, 3 Indahl 8.78, 4 K. Rooth 8.99, 5 Anna Solheim, Stord 9.04, 6 Oda Asdal Hansen, Skjalg 9.07

Kvinner 3000 meter kappgang

Finale		18. feb.		
1	Fride Flatin	Dimna	13:56.62	
2	Maren Bekkestad	Sturla	14:18.96	

Kvinner Høyde

Finale		19. feb.		
1	Caroline Sophie Fleischer	Trondheim	1.69	
2	Jamila Isman	Fredrikstad	1.66	
3	Hedvig Kallåk	Tyrving	1.63	
4	Michelle Marie Nyberget	Askim	1.55	

Serie	1.50	1.55	1.60	1.63	1.66	1.69	1.72
1			o	o	xo	o	xxx
2	o	o	o	xo	o	xxx	
3	o	xo	o	o	xxx		
4		o	xxx				

Kvinner Stav

Finale		18. feb.		
1	Lene Retzius	BUL	4.35	
2	Kitty Augusta Faya	Fana	4.30	
3	Embla Matilde Njerve	Bergens Turn	3.85	
4	Nora Eikeng	Urædd	3.75	
5	Birgitte Kjuus	Ull/Kisa	3.70	
6	Sara Guttormsen	Vidar	3.50	
7	Mathilde Handeland	Fana	3.50	
8	Tiril Sunde	Fana	3.30	

9 Mirian Barkbu, Jarlar 3.20, 10 Jennie Irenes Bos, Fana 3.20, 11 Karine Magnussen, Fredrikstad 2.80

Serie	2.80	3.00	3.10	3.20	3.30	3.40	3.50	3.60	3.70	3.75	3.80	3.85	3.90	4.10	4.20	4.30
1	4.35	4.52													o	xo
2		o	xxx								o	-	xo	o	xo	xo
3	xxx															
4						o	-	xo	-	-	o	xo	xxx			
5						o	o	o	o	o	x-	xx	xx			
6						o	o	o	xx-	x						
7		o	o	o	o	o	xo	xxx								
8				xo	xo	xxx										
9		o	o	xo	xxx											
10	o	o	xxo	xxo	xxx											
11	xxo	xxx														

Kvinner Lengde

Finale		19. feb.		
1	Ida Andrea Breigan	Fredrikstad	6.29	
2	Live Hilton	Gneist	6.05	
3	Thale Bremset	Norna-Salhus	6.02	
4	Thea Bremse	Norna-Salhus	5.79	
5	Rachel Ombeni	Norna-Salhus	5.76	
6	Nora Pauline Helm	Tjalve	5.51	
7	Hannah Rebekah Murai-Ubby	Ranheim	5.51	
8	Andrea Thorsheim	Norna-Salhus	5.46	

9 Sunniva Indahl, Ski 5.27, 10 Kornelia Roppen, Dimna 5.19, 11 Kaia Carlsen-Brown, Tyrving 5.08, 12 Marianne Husby, Nesodden 5.05

Serie	1	2	3	4	5	6
1	6.29	6.22	-	6.09	-	-
2	5.77	5.87	6.05	5.74	5.84	5.56
3	5.57	x	x	5.91	x	6.02
4	5.54	3.83	5.46	5.79	5.38	5.37
5	5.56	5.32	5.76	5.55	5.67	5.73
6	5.26	4.07	5.50	5.26	x	5.51
7	5.47	5.51	5.48	5.08	r	
8	5.46	x	5.45	5.43	5.28	5.27
9	x	x	5.27			
10	5.11	x	5.19			
11	3.31	3.71	5.08			
12	x	4.86	5.05			

Kvalifiseringsgruppe 1 (19. feb.) 1 Breigan 6.02, 2 Thea Bremset 5.64, 3 Hilton 5.64, 4 Ombeni 5.58, 5 Husby 5.39, 6 Thorsheim 5.34, 7 Ronja Johnsen Skåtøy, Egersund 5.28, 8 Marie Mollestad, Kristiansand 5.11, 9 Tora Damsgaard, Kristiansand 4.93, 10 Frida Sætrum, Fana 4.72, 11 Sunniva Fjeld, Fagernes 4.70

Serie	1	2	3	Serie	1	2	3
1	x	6.02		7	5.16	5.24	5.28
2	x	5.30	5.64	8	4.86	5.03	5.11

3	5.64			9	4.86	4.93	4.60
4	5.17	5.35	5.58	10	4.41	4.72	4.70
5	5.01	5.39	4.80	11	4.66	4.70	X
6	5.34	5.33	5.12				

Kvalifiseringsgruppe 2 (19. feb.) 1 Thale Bremset 5.88, 2 Hekm 5.42, 3 Murai-Ubby 5.41, 4 Indahl 5.40, 5 Carlsen-Brown 5.36, 6 Roppen 5.35, 7 Susanne Amundsen, Asker Skiklubb 5.23, 8 Mirian Barkbu, Jardar 5.12, 9 Sugrid Kapskarmo, Hattfjelldal 5.03, 10 Sophia Oliva Borgen, Tyrving 5.03

Serie	1	2	3	Serie	1	2	3
1	5.88			6	5.24	5.18	5.35
2	3.97	X	5.42	7	4.93	5.23	4.90
3	5.40	5.41	5.32	8	X	4.79	5.12
4	5.31	X	5.40	9	4.89	5.03	X
5	5.36	5.13	5.03	10	4.80	4.76	5.03

Kvinner Tresteg

Finale		18. feb.
1	Rachel Ombeni	Norna-Salhus 13.28
2	Mathilde Klokseth	Tjalve 12.70
3	Elise Søvik	Tjalve 12.01
4	Sigrid Kapskarmo	Hattfjelldal 11.61
5	Sofie Olsvold Hausberg	Os Turn 11.51
6	Susanne Amundsen	Asker Skiklubb 11.43
7	Julie Margrete Gaustad	BUL 11.39
8	Martine Vik	Norna-Salhus 11.30

9 Guro Hjeltnes, Fyllingen 11.15, 10 Frida Sætrum, Fana 11.11, 11 Julie Ose, Søgne 11.02

Serie	1	2	3	4	5	6
1	12.62	12.80	12.81	13.00	13.28	X
2	11.88	12.42	12.46	12.41	12.67	12.70
3	11.82	11.62	11.75	X	11.87	12.01
4	11.25	11.22	11.61	11.41	11.43	11.56
5	X	11.34	11.51	11.33	11.41	X
6	10.96	10.72	11.43	11.29	11.18	11.34
7	10.61	X	11.39	11.25	11.05	X
8	11.08	11.09	11.30	11.03	11.16	11.26
9	10.65	10.92	11.15			
10	X	11.11	X			
11	10.58	10.88	11.02			

Kvinner Kule

Finale		18. feb.
1	Lotta Flatum	Brandbu 13.91
2	Mariell Morken	Voss 13.50
3	Henriette Jæger	Aremark 12.94
4	Emelie Tveitå	Otra 12.45
5	Sunniva Indahl	Ski 12.45
6	Mette Elise Vaskinn	Ringerike 12.01
7	Sonja Jervidalo	Otra 11.78
8	Helene Marlei Ramslien	Norna-Salhus 11.51

9 Marianne Husby, Nesodden 10.97, 10 Maria Døske, Haugesund 10.74, 11 Anette Tveitå, Otra 10.54, 12 Unni Olavsdatter Tveitå, Otra 10.31

Serie	1	2	3	4	5	6
1	13.42	13.91	13.77	13.59	13.75	13.84
2	12.68	13.22	X	12.86	13.22	13.50
3	12.27	12.94	12.14	12.40	12.59	12.87
4	11.67	11.65	X	12.45	12.13	12.09
5	11.42	12.45	11.93	11.71	X	12.09
6	12.01	10.98	10.59	11.42	11.64	11.54
7	10.21	11.61	11.61	10.70	11.78	X
8	10.48	X	11.51	X	X	X
9	10.91	10.97	10.85			
10	10.74	X	10.70			
11	9.30	10.64	10.39			
12	10.31	10.11	X			

Kvinner 4x200 meter stafett

Tid avgjørende		18. feb.
1	Norna-Salhus	1:38.30
2	Fredrikstad	1:39.07
3	Ranheim	1:43.03
4	Tyrving	1:45.06
5	Bækkelaget	1:46.06

Lagene:

- Christine Jensen, Martine Hjørnevik, Thale Bremset, Thea Bremset
- Dina Rosenvinge Aasen, Nora Kollerød Wold, Marlen Aakre, Ida Andrea Breigan
- Nora Aune, Agnes Elisabeth Morud, Sanna Møkkelgård, Ella Njaastad Skjesol

4 Mille Berg, Camilla Kristiansen, Ida Leir, Kaja Carlsen-Brown
5 Emma Fatu Suhonen, Karine Jacobsen, Iben Carnhed, Linn Borander

Menn 60 meter Para

Finale		18. feb.
1	Salum Ageze Kashafali	Norna-Salhus 6.91
2	Vegard Sverd	Norna-Salhus 7.13
3	Nikkolaj Gulbrandsen	Kristiansand 8.22
4	Sander Andreas Hegni	Tjalve 8.32
5	Odd Markus Lütken	Steinkjer 13.34
6	Kenneth Heggdal	Tjalve 8.47

Menn 60 meter Para UH

Finale		18. feb.
1	Simon Limstrand	Rana 8.18
2	Trygve Havro	Gneist 8.28
3	Eirik Lindø	Ranheim 8.60

Menn 200 meter Para

Finale		19. feb.
1	Vegard Sverd	Norna-Salhus 22.78
2	Odd Markus Lütken	Steinkjer 40.33
3	Kenneth Heggdal	Tjalve 26.11
4	Nikkolaj Gulbrandsen	Kristiansand 27.55
5	Sander Andreas Hegni	Tjalve 26.77

Menn 400 meter Para

Finale		18. feb.
1	Skjalg Kongssund	Moelven 59.58
2	Trygve Havro	Gneist 58.39
3	Eirik Lindø	Ranheim 61.99
4	Simon Linstrand	Rana 65.91

Menn Lengde Para

Finale		19. feb.
1	Nikkolaj Gulbrandsen	Kristiansand 4.93

Serie	1	2	3	4	5	6
1	4.90	4.51	4.90	4.59	4.93	4.76

Kvinner 60 meter Para

Finale		18. feb.
1	Ida Louise Øverland	Hind 8.40
2	Ann Selda Deliler	Tyrving 11.05
3	Julie Saurasunet	Steinkjer 13.02
4	Anisa Abdihakim Abdulle	Jardar 13.35
5	Sofie Jansen	Sandnes 14.49
6	Marte Aasvang	Stokke 24.02

Kvinner 200 meter Para

Finale		18. feb.
1	Ida-Louise Overland	Hind 27.77
2	Anisa Abdihakim Abdulle	Jardar 34.18

Kvinner 400 meter Para

Finale		18. feb.
Anisa Abdihakim Abdulle	Jardar	DQ:TR17.4

Kvinner 1500 meter Para

Finale		18. feb.
1	Anisa Abdihakim Abdulle	Jardar 4:16.69
2	Sofie Jansen	Sandnes 8:08.42

Kvinner Kule Para

Finale		18. feb.
1	Ida Yessica Nesse	Tyrving 9.59

Serie	1	2	3	4	5	6
1	9.17	9.37	9.59	9.40	X	X