Skøytekalenderen 2022

Norges beste skøyteløpere - i alle aldre

INNHOLD

Forord..... 3

Ajourførte REKORD-TABELLER pr. 2. april 2022..... **4**

(inkl. nye rekorder/bestenoteringer satt i sesongen **2021/22**)
- Gjeldende norske rekorder / menn-kvinner, senior-junior / 4
- Uoffisielle bestenoteringer / menn-kvinner, senior-junior / 6
- Nasjonale mesterskapsrekorder (NM/LM) 7
- Norske bestenoteringer, gutter/jenter 11-16 år pr. 2.4.2022..... 10
- Uoffisielle norske bestenoteringer for veteraner pr. 2.4.2022..... 12

Norsk skøytesports resultatutvikling 1976-2022..... **16**

NORGES BESTE SESONGEN 2021/2022

Kvinner **18**

500 m:	54,0	s.18	5000 m:	Alle	s. 25
1000 m:	1.56,0	" 20	10000 m:	Alle	" 25
1500 m:	3.00,0	" 22			
3000 m:	Alle	" 23	**INDEX 2021/22:**		" 26

Menn **28**

500 m:	46,0	s. 28	5000 m:	9.00,0	s. 39
1000 m:	1.36,0	" 31	10000 m:	Alle	" 41
1500 m:	2.27,0	" 34			
3000 m:	5.10,0	" 37	**INDEX 2021/22**:		" 43

Jente-/guttestatistikken 2021/2022. **(10, 11, 12 år + Junior C-B)**..... **48**

	Jenter:			**Gutter:**	
	10 år: (1.7.2010-....)	s. 48		10 år: (1.7.2010-....)	s.63
	11 år: (1.7.2009-30.6.2010)	55		11 år: (1.7.2009-30.6.2010)	71
	12 år: (1.7.2008-30.6.2009)	56		12 år: (1.7.2008-30.6.2009)	73
JC:	13 år: (1.7.2007-30.6.2008)	57	JC:	13 år: (1.7.2007-30.6.2008)	75
	14 år: (1.7.2006-30.6.2007)	59		14 år: (1.7.2006-30.6.2007)	77
JB:	15 år: (1.7.2005-30.6.2006)	61	JB:	15 år: (1.7.2005-30.6.2006)	79
	16 år: (1.7.2004-30.6.2005)	62		16 år: (1.7.2004-30.6.2005)	81

Veteranstatistikken 2020/2021 kvinner/menn..... **83**

Kvinner: (K 30 - K 80) s. 83 Menn : (M 30 - M 85) s. 87

Adelskalendre gjennom tidene for NORGE pr. 2.4.2022..... **103**

- Mini-adelskalender, kvinner..... 103
- Sprintadelskalender, kvinner..... 107
- Stor adelskalender, menn..... 112
- Sprintadelskalender, menn..... 120

Utenlandske statsborgere for norske klubber 2021/2022..... **126**

Redaksjonsarbeidet avsluttet 20. april 2022
Layout: Thorleiv Teigen og Stein Opdahl

Foto førstesiden: Emil Aannø fra Bjugn – viser enorm skøyteglede og høy konsentrasjon før start. Foto: Bjørn Hanssen

Skøytekalenderen 2022

Nok en gang foreligger **SKØYTEKALENDEREN** etter en endt sesong. Dette er nr. 47 i rekken. Som nevnt i fjorårets utgave kommer **SKØYTEKALENDEREN** nå kun i digital versjon. Til og med 2020 ble den utgitt som en del av bladet **SKØYTENYTT**.

Også sesongen 2021/2022 ble sterkt preget av COVID-19 pandemien, men i motsetning til forrige sesong ble alle ISU-stevnene avviklet. Også OL i Beijing ble arrangert som planlagt. Mange av stevnene ble dog avviklet uten publikum. Nasjonalt ble alle mesterskapene avviklet denne sesongen, men for Norges Cup ble bare de to første arrangert som normalt. Deretter ble noen omgjort til elitestevner for løpere kvalifisert etter strengere kriterier. Mange nasjonale løp ble også avlyst en periode. Heldigvis åpnet samfunnet igjen fra midten av februar. For Norge var det mange positive prestasjoner internasjonalt. Høyest henger gullmedaljen i lagtempo fra OL. I OL ble det i tillegg bronsemedalje til Hallgeir Engebråten på 5000 m og Håvard Holmefjord Lorentzen på 1000 m. Gøy var det også at Norge vant gull på lagsprint i VM på hjemmebane. På kvinnesiden var det mange sterke individuelle prestasjoner av Ragne Wiklund i tillegg til at lagtempolaget åpnet sesongen sterkt. På juniorsiden ble det gull til Sigurd Henriksen på 5000 m i junior-VM og bronse både på 1500 m og i allround til Emil Pedersen Matre.

SKØYTEKALENDEREN 2022 er et uunnværlig oppslagsverk for de som vil ha oversikt over norsk skøytesport. Her kan man finne aktiviteten i de enkelte klubber og kretser fra de yngste til de eldste.

Hovedstatistikken går ned til samme grenser som før.
NB: Selv om **aldersbestemte klasser** offisielt omfatter to og to år (JC 13/14 - JB 15/16 år) har vi som vanlig valgt å beholde «år for år-statistikkene» av rent statistiske årsaker, slik at man klarere ser utviklingen for våre løpere i «aldersbestemte klasser». Dessuten har vi fyldige sesongstatistikker for alle **veteranklassene.**

Statistikkene er basert på resultater fra alle kategorier stevner - fra de store mesterskapene til krets-/klubb-/treningsløp. Statistikkgruppa skiller altså **ikke** mellom de forskjellige stevnekategorier, ei heller mellom NSF-tilknyttede lag og bedriftslag. Dog med **ett unntak**: Resultater fra «*spontane testløp*» under «tvilsomme» start- og tidtakerprosedyrer, er IKKE tatt med i listene.

SKØYTEKALENDEREN 2022 er som tidligere resultatet av klubber/kretsers innrapportering til NSFs webmaster og til SGs medlemmer - samt SGs egne notater etc. Stadig flere kretser/klubber har tatt vår oppfordring om innrapportering alvorlig - spesielt til NSFs webside! **TAKK!** - men fortsatt er det klubber/kretser som unnlater «å gjøre sin borgerplikt» - noe som fratar oss muligheten til å yte de aktive full rettferdighet. Anmodning: **Send inn resultater umiddelbart etter stevneslutt!!**

Hovedpersonene bak årets utgave har vært:
Stein Opdahl (stopdahl@gmail.com) – Preben Gorud Petersen (pgp@post4.tele.dk)
Thorleiv Teigen (thorleiv@online.no) – Georg Wiig (geor-wi@online.no)
Roar Eriksen (roarer@online.no)

Vi finner det på sin plass å takke **Statistikkguppens** mange kontakter i inn- og utland for godt samarbeide.

SKØYTEKALENDEREN 2022 overlates til det årvåkne, kritiske skøytefolket som sikkert vil sjekke hver linje med «argusøyne». Vi ber om at evt. feil/mangler som oppdages, blir meldt tilbake **så snart som mulig**. Har du forslag til endringer, mottas disse med takk - og vil selvsagt bli tatt opp til seriøs vurdering av statistikkgruppa. **(Benytt våre email-adresser** - se ovenfor**)**

Porsgrunn, 11. april 2022

NSFs Statistikkgruppe
Roar Eriksen (leder)

Gjeldende norske rekorder / bestenoteringer

(Forbedringer i sesongen 2021/22 i rødt)

Offisielle NORSKE REKORDER

MENN, SENIOR

100 m:	9,70	Grunde Njøs	Leinstrand IL	Heerenveen / Thialf	14.3.1995
500 m:	34,28	Håvard Holmefjord Lorentzen (9,77 - 34,28)	Fana IL	Salt Lake City	10.3.2019
2x500 m:	70,02	Espen Aarnes Hvammen ($34,97^{9}$ + $35,05^{7}$)	Eidsvold TF	Heerenveen / Thialf	15.2.2015
1000 m:	1.06,51	Håvard Holmefjord Lorentzen (16,44 - 40,94 - 1.06,51)	Fana IL	Salt Lake City	9.3.2019
1500 m:	1.42,39	Sverre Lunde Pedersen (23,80 - 49,33 - 1.15,56 - 1.42,39)	Fana IL	Salt Lake City	10.3.2019
3000 m:	*(3.34,66*	*Sverre Lunde Pedersen* *(18,42 - 46,23 - 1.14,32 - 1.42,51 - 2.10,62 - 2.38,57 - 3.06,50 - 3.34,66) - Ikke godkjent - uapprobert stevne*	*Fana IL*	*Calgary Olympic Oval*	*7.11.2015)*
	3.37,28	Eskil Ervik (18,75 - 47,22 - 1.15,71 - 1.44,07 - 2.11,99 - 2.39,81 - 3.07,96 - 3.37,28 **WR**)	Hamar IL	Calgary Olympic Oval	5.11.2005
5000 m:	6.07,16	Sverre Lunde Pedersen (18,88 - 47,87 - 1.16,68 - 1.45,78 - 2.14,87 - 2.44,00 - 3.13,05 - 3.42,13 - 4.11,16 - 4.40,11 - 5.08,87 - 5.37,78 - 6.07,16)	Fana IL	Inzell	7.2.2019
10000 m:	12.53,89	Håvard Bøkko (34,39 - 1.04,86 - 1.36,14 - 2.06,97 - 2.38,10 - 3.09,03 - 3.40,31 - 4.11,14 - 4.42,16 - 5.13,51 - 5.44,97 - 6.16,17 - 6.47,43 - 7.18,70 - 7.49,82 - 8.20,88 - 8.52,05 - 9.23,03 - 9.53,41 - 10.22,84 - 10.52,47 - 11.22,33 - 11.52,44 - 12.22,72 - 12.53,89)	Hol IL	Calgary Olympic Oval	13.2.2011
Sprint-frik.:	136,280	Håvard Holmefjord Lorentzen (34,43 - 1.07,08 / 34,62 - 1.07,38)	Fana IL	Calgary Olympic Oval	22.-26.2.2017
Liten firk.:	148,457	Petter Andersen (36,09 / 3.43,56 / 1.46,88 - 6.34,81)	ASK	Calgary Olympic Oval	15.-17.3.2001
Stor firk.:	146,075	Sverre Lunde Pedersen (35,85 - 6.10,10 / 1.43,11 - 12.56,91)	Fana IL	Calgary Olympic Oval	2.-3.3.2019
Lagtempo : (8 runder)	**3.36,39**	Landslaget Peder Kongshaug - Hallgeir Engebråten - Sverre Lunde Pedersen (17,96 - 31,16 - 43,89 - 56,59 - 1.09,37 - 1.22,17 - 1.35,06 - 1.48,04 - 2.01,08 - 2.14,45 - 2.27,92 - 2.41,49 - 2.55,14 - 3.08,82 - 3.22,61 - 3.36,39)	(World Cup)	Salt Lake City	5.12.2021
	3.36,24	Landslaget Peder Kongshaug - Hallgeir Engebråten - Sverre Lunde Pedersen (17,76 - 30,87 - 43,68 - 56,45 - 1.09,27 - 1.22,15 - 1.35,17 - 1.48,24 - 2.01,41 - 2.14,62 - 2.28,00 - 2.41,42 - 2.54,92 - 3.08,58 - 3.22,32 - 3.36,24)	(World Cup)	Calgary	12.12.2021
Lagsprint : (3 runder)	1.18,56	Team Norge Bjørn Magnussen - Henrik Fagerli Rukke - Håvard Holmefjord Lorentzen (16,70 - 28,93 - 41,00 - 53,38 - 1.05,90 - 1.18,56)	(World Cup)	Calgary Olympic Oval	1.12.2017

KVINNER, SENIOR

100 m:	**10,76**	Martine Ripsrud	Stange Spk	Leeuwarden	16.3.2022
500 m:	37,43	Hege Bøkko (10,58 - 37,43)	Hol IL	Calgary Olympic Oval	25.2.2017
2x500 m:	77,80	Hege Bøkko (38,91 + 38,88)	Hol IL	Kolomna	13.2.2016
1000 m:	1.13,81	Hege Bøkko (17,95 - 44,85 - 1.13,81)	Hol IL	Salt Lake City	10.12.2017
1500 m:	**1.52,61**	Ragne Wiklund (25,98 - 53,40 - 1.22,24 - 1.52,61)	Aktiv SK	Salt Lake City	5.12.2021

	1.52,47	Ragne Wiklund	Aktiv SK	Calgary	12.12.2021
		(25,84 - 53,41 - 1.22,22 - 1.52,47)			
3000 m:	**3.55,51**	Ragne Wiklund	Aktiv SK	Salt Lake City	3.12.2021
		(20,21 - 50,70 - 1.20,91 - 1.51,12 - 2.21,31 - 2.51,87 - 3.23,11 - 3.55,51)			
5000 m:	6.54,98	Maren Haugli	Jevnaker IF	Calgary Olympic Oval	19.3.2006
		(20,75 - 53,36 - 1.25,91 - 1.58,58 - 2.31,55 - 3.04,45 - 3.37,44 - 4.10,86 - 4.44,00 - 5.16,99 - 5.49,91 - 6.22,64 - 6.54,98)			
10000 m:	14.47,49	Mari Hemmer	Aktiv SK	Calgary Olympic Oval	20.3.2009
		(39,86 - 1.15,15 - 1.50,26 - 2.25,23 - 2.59,90 - 3.35,13 - 4.10,33 - 4.45,63 - 5.20,49 - 5.55,59 - 6.31,06 - 7.06,53 - 7.41,86 - 8.17,68 - 8.53,07 - 9.28,94 - 10.04,47 - 10.39,92 - 11.15,46 - 11.51,12 - 12.26,76 - 13.02,14 - 13.37,47 - 14.13,04 - 14.47,49)			
Sprint firk.:	149,310	Hege Bøkko	Hol IL	Calgary Olympic Oval	25.- 26.2.2017
		(37,43 - 1.13,96 / 37,88 - 1.14,04)			
Mini-firk.:	161,014	Hege Bøkko	Hol IL	Moskva / Krylatskoje	12.-13.3.2010
		(39,78 - 1.59,32 / 1.17,40 - 4.16,57)			
	(155,735	Ida Nåtun	Asker SK	Salt Lake City	15.-17.11.2013)
		(39,40 - 4.01,47 / 1.54,09 / 1.16,12) - Ikke godkjent p.g.a. feil distanserekkefølge !			
Liten firk.:	159,795	Ida Njåtun	Asker SK	Calgary Olympic Oval	7.- 8.3.2015
		(39,01 - 4.04,89 / 1.52,71 - 7.04,00)			
Lagtempo :	**2.56,79**	Landslaget	(World Cup)	Salt Lake City	4.12.2021
(6 runder)		Marit Fjellanger Bøhm - Ragne Wiklund - Sofie Karoline Haugen			
		(19,61 - 33,86 - 47,77 - 1.01,71 - 1.15,76 - 1.29,84 - 1.43,97 - 1.58,19 - 2.12,58 - 2.27,03 - 2.41,75 - 2.56,79)			
Lagsprint :	1.26,38	Team Norge	(World Cup)	Calgary Olympic Oval	1.12.2017
(3 runder)		Martine Ripsrud - Hege Bøkko - Ida Njåtun			
		(18,33 - 31,82 - 44,89 - 58,33 - 1.12,15 - 1.26,38)			

MENN, JUNIOR (19 år)

100 m:	9,93	Christoffer Fagerli Rukke	Hol IL	Calgary Olympic Oval	17.3.2007
500 m:	35,51	Henrik Fagerli Rukke	Hol IL	Calgary Olympic Oval	19.3.2016
		(9,99 - 35,51)			
2x500 m:	72,35	Henrik Fagerli Rukke	Hol IL	Hamar / Vikingskipet	22.1.2016
		(36,26 + 36,07)			
1000 m:	1.08,02	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	Salt Lake City	10.3.2018
		(17,36 - 42,28 - 1.08,02)			
1500 m:	1.43,13	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	Calgary Olympic Oval	3.12.2017
		(24,58 - 50,26 - 1.16,30 - 1.43,13)			
3000 m:	3.40,14	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	Salt Lake City	2.3.2018
		(18,68 - 47,86 - 1.15,50 - 1.44,27 - 2.12,96 - 2.41,89 - 3.11,09 - 3.40,14 JWR)			
5000 m:	6.18,93	Håvard Bøkko	Hol IL	Calgary Olympic Oval	13.11.2005
		(19,06 - 48,83 - 1.18,82 - 1.48,80 - 2.18,59 - 2.48,26 - 3.17,93 - 3.47,50 - 4.17,24 - 4.47,30 - 5.17,59 - 5.48,33 - 6.18,93 JWR)			
10000 m:	13.24,09	Håvard Bøkko	Hol IL	Hamar / Vikingskipet	15.1.2006
		(35,39 - 1.07,80 - 1.39,35 - 2.11,28 - 2.43,30 - 3.15,13 - 3.47,22 - 4.19,13 - 4.51,34 - 5.23,43 - 5.55,54 - 6.27,69 - 6.59,83 - 7.32,04 - 8.03,98 - 8.35,93 - 9.07,91 - 9.39,76 - 10.11,67 - 10.43,63 - 11.15,87 - 11.47,90 - 12.20,14 - 12.52,21 - 13.24,09)			
Sprint-firk.:	141,005	Odin By Farstad	Spk Falken	Calgary Olympic Oval	16.-18.3.2017
		(35,82 - 1.09,80 / 35,77 - 1.09,03)			
Liten jr. firk.:	143,060	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	Salt Lake City	9.-10.3.2018
		(35,82 - 1.43,62 / 1.08,02 - 6.26,90)			
Liten firk.:	150,041	Håvard Bøkko	Hol IL	Erfurt / GNS-Halle	10.-12.3.2006
		(36,82 - 3.45,51 / 1.49,75 / 6.30,53)			
Stor firk.:	150,369	Håvard Bøkko	Hol IL	Calgary Olympic Oval	18.-19.3.2006
		(36.42 - 6:20.42 / 1:46.31 - 13:29.42)			
Lagtempo :	3.45,70	Juniorlandslaget	(JVM)	Salt Lake City	11.3.2018
(8 runder)		Thomas Lande Eriksen - Hallgeir Engebråten - Allan Dahl Johansson			

Lagsprint :	1.23,65	Team Norge Junior	(World Cup Junior)	Collalbo / Arena Ritten	21.1.2017
(3 runder)		Marius Bratli - Bjørn Magnussen - Odin By Farstad			
		(17,14 - 29,94 - 42,68 - 55,90 - 1.09,43 - 1.23,65)			

KVINNER, JUNIOR (19 år)

100 m:	**11,07**	Julie Nistad Samsonsen	Fana IL	Hamar / Vikingskipet	10.8.2018
500 m:	39,05	Hege Bøkko	Hol IL	Calgary Olympic Oval	12.2.2011
		(11,01 - 39,05)			
2x500 m:	79,58	Hege Bøkko	Hol IL	Moskva / Krylatskoje	12./14.3.2010
		(39,78 + 39,80)			
1000 m:	1.16,43	Hege Bøkko	Hol IL	Salt Lake City	13.12.2009
		(18,79 - 46,93 - 1.16,43)			
1500 m:	1.57,59	Ragne Wiklund	Aktiv SK	Inzell	10.2.2019
		(26,60 - 55,14 - 1.25,09 - 1.57,59)			
3000 m:	4.07,31	Ragne Wiklund	Aktiv SK	Heerenveen / Thialf	16.12.2018
5000 m:	7.21,59	Maren Haugli	Jevnaker IF	Heerenveen / Thialf	29.2.2004
		(21,48 - 55,54 - 1.30,17 - 2.04,80 - 2.39,46 - 3.13,86 -			
		3.48,35 - 4.23,18 - 4.58,01 - 5.33,52 - 6.09,36 - 6.45,55 - 7.21,59)			
Sprint-firk.:	159,230	Hege Bøkko	Hol IL	Heerenveen / Thialf	22.-23.1.2011
		(40,07 - 1.18,56 / 40,28 - 1.19,20)			
Mini-firk.:	161,014	Hege Bøkko	Hol IL	Moskva / Krylatskoje	12.-13.3.2010
		(39,78 - 1.59,32 / 1.17,40 - 4.16,57)			
Liten firk.:	171,077	Ida Njåtun	Asker SK	Hamar / Vikingskipet	13.-14.2.2010
		(40,91 - 4.20,66 / 2.02,44 - 7.39,11)			
Lagtempo :	**3.16,46**	Juniorlandslaget	(Junior-WC)	Inzell	4.12.2021
(6 runder)		Amalie Haugland - Sarah Marie Sanderud - Aurora Løvås			
		(35,96 - 1.07,86 - 1.40,71 - 2.13,09 - 2.44,87 - 3.16,46)			
Lag-sprint:	1.32,23	Team Norge Junior	(Junior - VM)	Salt Lake City	10.3.2018
(3 runder)		(Julie Nistad Samsonsen - Ane By Farstad - Ragne Wiklund)			

Beste resultat i «Ikke-rekord-øvelser»

(Uoffisielle norske bestenoteringer, senior / junior)

Menn, senior

1 eng.mile:	2.02,00	Johann Olav Koss	SK-94	Heerenveen / Thialf	16.3 1993
		(33,27 - 1.02,21 - 1.32,08 - 2.02,00 Uoff.VR)			
Timesløp	39532,85 m	Øystein Grødum	Arendal SK	Arendal Myra	27.2.2016
		(98 runder + 333,85 m på 60 min)			
Mini-firk.:	149,748	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	Heerenveen / Thialf	26.-27.2.2016
		(37,48 - 3.51,68 / 1.12,81 - 1.51,75)			

Kvinner, senior

Stor firk.:	168,287	Mari Hemmer	Aktiv SK	Calgary Olympic Oval	12.-14.3.2008
		(40,76 / 1.59,87 - 7.10,45 / 14.50,52)			

Menn, junior

Mini-firk.:	149,748	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	Heerenveen / Thialf	26.-27.2.2016
		(37,48 - 3.51,68 / 1.12,81 - 1.51,75)			

Kvinner, junior

10000 m:	16.54,71	Caroline Hallås Farestveit	Bergen SK	Stavanger / SA	22.3.2015
		(44,99 - 1.24,86 - 2.05,09 - 2.45,39 - 3.26,09 - 4.06,76 -			
		4.47,28 - 5.28,23 - 6.08,80 - 6.50,08 - 7.31,38 - 7.57,22 -			
		8.53,03 - 9.33,83 - 10.14,61 - 10.55,08 - 11.36,10 - 12.15,05 -			
		12.55,26 - 13.35,68 - 14.16,69 - 14.57,36 - 15.37,22 - 16.16,31 - 16.54,71)			
Stor firk.:	189,922	Caroline Hallås Farestveit	Bergen SK	Stavanger / SA	20.-22.3.2015
		(44,83 / 8.06,64 / 2.17,08 - 16.54,71)			

NORSKE MESTERSKAPSREKORDER

Menn, senior allround

500 m	35,92	Håvard Bøkko	Hol IL	Stavanger / SA	15.12.2012
1500 m	1.46,21	Peder Kongshaug	SSSK	Hamar / Vikingskipet	7.3.2021
5000 m	6.19,25	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	Stavanger / SA	19.12.2015
10 000 m	13.23,78	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	Stavanger / SA	20.12.2015
Sam.lagt	150,084	Håvard Bøkko	Hol IL	Stavanger / SA	15.-16.12.2012
		(35,92 - 6.21,45 / 1.46,67 - 13.29,27)			
(3000 m	4.07,99	Johann Olav Koss	SK-94	Savalen Kunstis	29.12.1991)
(Sam.lagt	163,621	Johann Olav Koss	SK-94	Savalen Kunstis	28-29.12.1991)
		(39,22 - 6.54,07 / 2.04,99 - 4.07,99)			

Kvinner, senior allround

500 m	39,52	Ida Njåtun	Asker SK	Stavanger / SA	19.12.2015
1500 m	1.58,21	Ragne Wiklund	Aktiv SK	Hamar / Vikingskipet	7.3.2021
3000 m	4.07,47	Ragne Wiklund	Aktiv SK	Hamar / Vikingskipet	6.3.2021
5000 m	7.10,63	Ragne Wiklund	Aktiv SK	Hamar / Vikingskipet	7.3.2021
Sam.lagt	164,201	Ragne Wiklund	Aktiv SK	Hamar / Vikingskipet	6.-7.3.2021
		(40,49 - 4.07,47 / 1.58,21 - 7.10,63)			
(1000 m	1.25,45	Bjørg Eva Jensen	IF Fram	Kolbotn / Sofiemyr	10.1.1982)
(Sam.lagt	177,062	Bjørg Eva Jensen	IF Fram	Kolbotn / Sofiemyr	9-10.1.1982)
		(43,95 - 2.13,79 / 1.25,45 - 4.34,75)			

Menn, senior sprint

500 m	35,20	Håvard Holmefjord Lorentzen	Fana IL	Hamar / Vikingskipet	14.1.2017
1000 m	1.09,08	Håvard Holmefjord Lorentzen	Fana IL	Hamar / Vikingskipet	14.1.2017
Sam.lagt	140,060	Håvard Holmefjord Lorentzen	Fana IL	Hamar / Vikingskipet	14.- 15.1.2017
		(35,20 - 1.09,08 / 35,36 - 1.09,92)			

Kvinner, senior sprint

500 m	38,64	Hege Bøkko	Hol IL	Hamar / Vikingskipet	15.1.2017
1000 m	1.17,40	Hege Bøkko	Hol IL	Hamar / Vikingskipet	14.1.2017
Sam.lagt	155,290	Hege Bøkko	Hol IL	Hamar / Vikingskipet	14.- 15.1.2017
		(39,02 - 1.17,40 / 38,64 - 1.17,86)			

Menn, senior enkeltdistanser

500 m	35,03	Håvard Holmefjord Lorentzen	Fana IL	Hamar / Vikingskipet	2.11.2018
2x500 m	70,45	Håvard H. Lorentzen (35,21+35,24)	Fana IL	Stavanger / SA	27.10.2017
1000 m	1.09,62	Håvard Holmefjord Lorentzen	Fana IL	Stavanger / SA	28.10.2017
1500 m	1.46,21	Peder Kongshaug	SSSK	Hamar / Vikingskipet	7.3.2021
5000 m	6.21,47	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	Hamar / Vikingskipet	6.3.2021
10 000 m	13.18,40	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	Stavanger / SA	29.10.2017

Kvinner, senior enkeltdistanser

500 m	38,74	Hege Bøkko	Hol IL	Stavanger / SA	27.10.2017
2x500 m	77,93	Hege Bøkko (38,74+39,19)	Hol IL	Stavanger / SA	27.10.2017
1000 m	1.16,57	Ida Njåtun	Asker SK	Hamar / Vikingskipet	1.11.2020
1500 m	1.58,06	Ida Njåtun	Asker SK	Hamar / Vikingskipet	30.10.2020
3000 m	4.07,47	Ragne Wiklund	Aktiv SK	Hamar / Vikingskipet	6.3.2021
5000 m	7.10,63	Ragne Wiklund	Aktiv SK	Hamar / Vikingskipet	7.3.2021

Menn, junior allround (-> 19 år)

500 m	36,81	Johann Jørgen Sæves	Aktiv SK	Hamar / Vikingskipet	8.2.2014
1500 m	1.50,21	Hallgeir Engebråten	Nord-Odal IL	Hamar / Vikingskipet	13.1.2019
3000 m	3.49,98	Hallgeir Engebråten	Nord-Odal IL	Hamar / Vikingskipet	12.1.2019
5000 m	6.44,47	Hallgeir Engebråten	Nord-Odal IL	Hamar / Vikingskipet	13.1.2019

Sam.lagt	153,033	Hallgeir Engebråten (37,52 - 3.49,98 / 1.50,21 - 6.44,47)	Nord-Odal IL	Hamar / Vikingskipet	12.- 13.1.2019

Kvinner, junior allround (-> 19 år)

500 m	40,45	Martine Ripsrud	Stange SK	Hamar / Vikingskipet	8.2.2014
1000 m	1.20,63	Ellen Bjertnes	Geithus IL	Hamar / Vikingskipet	9.2.2014
1500 m	2.05,26	Marte Bjerkreim Furnée	Asker SK	Stavanger / SA	1.2.2020
3000 m	4.23,06	Camilla Lund	Leinstrand IL	Hamar / Vikingskipet	9.2.2014
Sam.lagt	168,631	Ellen Bjertnes (41,04 - 2.05,84 / 1.20,63 - 4.31,98)	Geithus IL	Hamar / Vikingskipet	8.- 9.2.2014

Menn, junior sprint (-> 19 år)

500 m	36,75	Odin By Farstad	Spk Falken	Hamar / Vikingskipet	14.1.2017
1000 m	1.11,32	Peder Kongshaug	SSSK	Stavanger / SA	12.1.2020
Sam.lagt	145,200	Peder Kongshaug (36,88 - 1.11,78 / 36,77 - 1.11,32)	SSSK	Stavanger / SA	11.- 12.1.2020

Kvinner, junior sprint (-> 19 år)

500 m	40,12	Hege Bøkko	Hol IL	Hamar / Vikingskipet	3.1.2010
1000 m	1.19,10	Hege Bøkko	Hol IL	Hamar / Vikingskipet	2.1.2010
Sam.lagt	159,880	Hege Bøkko (40,20 - 1.19,10 / 40,12 - 1.20,02)	Hol IL	Hamar / Vikingskipet	2.- 3.1.2010

Menn, junior enkeltdistanser (-> 19 år) - strøket som off. JNM f.o.m.2006

500 m	38,78	Håvard Bøkko	Hol IL	Bergen / Slåtthaug	11.3.2005
2x500 m	78,44	Frode Bartholdsen (39,39+39,05)	Hamar IL	Drammen / Marienlyst k.	5.3.2004
1000 m	1.15,82	Håvard Bøkko	Hol IL	Bergen / Slåtthaug	12.3.2005
1500 m	1.59,40	Henrik Christiansen	Asker SK	Båstad Kunstis	10.3.2002
3000 m	4.08,18	Håvard Bøkko	Hol IL	Bergen / Slåtthaug	12.3.2005
5000 m	7.07,89	Olav Slinning	Gjøvik SK	Båstad Kunstis	10.3.2002

Kvinner, junior enkeltdistanser (-> 19 år) - strøket som off. JNM f.o.m.2006

500 m	43,22	Ester Stølen	Gol IL	Hamar / Vikingskipet	6.1.1995
2x500 m	87,60	Hedvig Bjelkevik (44,08+43,52)	Arendal SK	Tønsberg Kunstis	26.2.1999
1000 m	1.25,99	Hedvig Bjelkevik	Arendal SK	Tønsberg Kunstis	27.2.1999
1500 m	2.15,38	Hedvig Bjelkevik	Arendal SK	Savalen Kunstis	14.3.1998
3000 m	4.47,15	Maren Haugli	Jevnaker IF	Båstad Kunstis	10.3.2002

LANDSMESTERSKAPSREKORDER / Beste resultater oppnådd pr.årsklasse /

Jenter (12-16 år)

Lagtempo:		2.17,23	Hedmark Skøytekrets Martine Ripsrud, Inga Anne Vasaasen, Vilde Bakkeli Sand	Hamar / Vikingskipet	9.2.2013
12 år	100 m	11,68	Anne Sofie Birkedal	Asker SK	Hamar / Vikingskipet	6.8.2021
	500 m	45,61	Martine Lilløy Bruun	Sandefjord SK	Bjugn / FosenHallen	13.2.2010
	1000 m	1.32,55	Pauline Lysø Olsen	Bjugn/Ørland SK	Hamar / Vikingskipet	7.8.2021
	1500 m	2.24,36	Malin Øverjordet	Sør-Fron IL	Hamar / Vikingskipet	14.2.2015
	Sam.lagt	144,570	Ida Njåtun (47,26 - 2.29,52 / 1.34,94)	Asker SK	Hamar / Vikingskipet	14.-15.2.2004
13 år	100 m	11,82	Anne Sofie Birkedal	Asker SK	Oslo / Frogner Stadion	11.2.2022
	500 m	43,31	Martine Lilløy Bruun	Sandefjord SK	Stavanger / SA	12.2.2011
	1000 m	1.27,08	Martine Lilløy Bruun	Sandefjord SK	Stavanger / SA	13.2.2011
	1500 m	2.16,57	Inga Anne Vasaasen	Stange SK	Stavanger / SA	12.2.2011
	3000 m	4.47,15	Martine Solem	Bjugn/Ørland SK	Hamar / Vikingskipet	8.8.2021
	Sam.lagt	135,375	Hanne Haugland (44,52 - 2.18,63 / 1.29,29)	Austevoll IK	Hamar / Vikingskipet	4.- 5.2.2006
14 år	100 m	11,64	Signe Eide Kirkesæther	TT	Hamar / Vikingskipet	6.8.2021
	500 m	42,90	Ane By Farstad	Spk Falken	Hamar / Vikingskipet	14.2.2015
	1000 m	1.25,81	Ragne Wiklund	Aktiv SK	Hamar / Vikingskipet	15.2.2015
	1500 m	2.11,88	Ragne Wiklund	Aktiv SK	Hamar / Vikingskipet	14.2.2015

	3000 m	4.45,67	Signe Eide Kirkesæther	TT	Hamar / Vikingskipet	8.8.2021
	Sam.lagt	131,215	Ida Njåtun	Asker SK	Hamar / Vikingskipet	4.- 5.2.2006
			(43,82 - 2.12,99 / 1.26,13)			
15 år	100 m	11,55	Aurora Løvås	Nord-Odal IL	Hamar / Vikingskipet	6.8.2021
	500 m	42,44	Sofie Karoline Haugen	Sandefjord SK	Stavanger / SA	12.2.2011
	1000 m	1.24,66	Ellen Bjertnes	Geithus IL	Stavanger / SA	13.2.2011
	1500 m	2.09,39	Ellen Bjertnes	Geithus IL	Stavanger / SA	12.2.2011
	3000 m	4.30,06	Ellen Bjertnes	Geithus IL	Stavanger / SA	13.2.2011
	Sam.lagt	179,673	Camilla Hallås Farestveit	Bergen SK	Hamar / Vikingskipet	4.- 5.2.2006
			(44,39 - 2.15,21 / 1.27,72 - 4.38,12)			
16 år	100 m	11,78	Sofie Ulset	Bjugn/Ørland SK	Hamar / Vikingskipet	6.8.2021
	500 m	41,34	Martine Ripsrud	Stange SK	Hamar / Vikingskipet	9.2.2013
	1000 m	1.23,48	Martine Ripsrud	Stange SK	Hamar / Vikingskipet	10.2.2013
	1500 m	2.10,42	Julie Berg Sjøbrend	Aktiv SK	Stavanger / SA	16.2.2019
	3000 m	4.39,40	Sarah Marie Sanderud	Nord-Odal IL	Bjugn / FosenHallen	16.2.2020
	Sam.lagt	178,644	Frida van Megen	Rakkestad IF	Hamar / Vikingskipet	4.- 5.2.2006
			(43,53 - 2.14,54 / 1.26,34 - 4.42,59)			

Gutter (12-16 år)

Lagtempo:		2.02,24	Hedmark Skøytekrets		Stavanger SA	16.2.2019
			Emil Ervik, Sander Eitrem, Håkon Sæther			
12 år	100 m	11,39	Miika Klevstuen	Oslo SK	Bjugn / FosenHallen	14.2.2020
	500 m	40,60	Didrik Eng Strand	Hamar IL	Stavanger / SA	16.2.2019
	1000 m	1.20,38	Didrik Eng Strand	Hamar IL	Stavanger / SA	17.2.2019
	1500 m	2.02,84	Didrik Eng Strand	Hamar IL	Stavanger / SA	16.2.2019
	Sam.lagt	124,635	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	Hamar / Vikingskipet	4.- 5.2.2006
			(41,66 - 2.06,72 / 1.21,47)			
13 år	100 m	11,24	Paul Fredrik Michelet	Båstad IL	Hamar / Vikingskipet	6.8.2021
	500 m	39,47	Didrik Eng Strand	Hamar IL	Bjugn / FosenHallen	15.2.2020
	1000 m	1.18,55	Didrik Eng Strand	Hamar IL	Bjugn / FosenHallen	16.2.2020
	1500 m	2.00,12	Didrik Eng Strand	Hamar IL	Bjugn / FosenHallen	15.2.2020
	3000 m	4.15,72	Didrik Eng Strand	Hamar IL	Bjugn / FosenHallen	16.2.2020
	Sam.lagt	123,908	Andreas Minge	Båstad IL SK	Hamar Olympiahall	4.- 5.2.2006
			(41,42 - 2.05,50 / 1.21,31)			
14 år	100 m	10,56	Didrik Eng Strand	Hamar IL	Hamar / Vikingskipet	6.8.2021
	500 m	38,02	Didrik Eng Strand	Hamar IL	Hamar / Vikingskipet	6.8.2021
	1000 m	1.15,08	Didrik Eng Strand	Hamar IL	Hamar / Vikingskipet	7.8.2021
	1500 m	1.55,67	Didrik Eng Strand	Hamar IL	Hamar / Vikingskipet	7.8.2021
	3000 m	4.07,42	Didrik Eng Strand	Hamar IL	Hamar / Vikingskipet	8.8.2021
	Sam.lagt	117,450	Tobias Stokke	Sandefjord SK	Hamar / Vikingskipet	4.-5.2.2006
			(38,80 - 1.59,67 / 1.17,52)			
15 år	100 m	10,67	Martin Solberg Andreassen	Spk Falken	Bjugn / FosenHallen	14.2.2020
	500 m	38,48	Henrik Fagerli Rukke	Hol IL	Hamar / Vikingskipet	9.2.2013
	1000 m	1.16,23	Kjetil Stiansen	Aktiv SK	Asker / Risenga	17.2.2008
	1500 m	1.55,08	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	Geithus / Furumo	14.2.2009
	3000 m	4.06,02	Birk Finnstø Refsaas	Bjugn/Ørland SK	Stavanger / SA	17.2.2019
	Sam.lagt	160,796	Fredrik van der Horst	TT	Hamar / Vikingskipet	4.- 5.2.2006
			(40,33 - 1.59,02 / 1.17,10 - 4.13,46)			
16 år	100 m	10,52	Cristian Landrø Magnussen	Spk Falken	Hamar / Vikingskipet	6.8.2021
		10,52	Martin Solberg Andreassen	Spk Falken	Hamar / Vikingskipet	6.8.2021
	500 m	37,39	Simen Spieler Nilsen	Arendal SK	Stavanger / SA	12.2.2011
	1000 m	1.14,62	Kasper Tveter	IF Fram	Stavanger / SA	17.2.2019
	1500 m	1.52,11	Simen Spieler Nilsen	Arendal SK	Stavanger / SA	12.2.2011
	3000 m	4.02,48	Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	Bjugn / FosenHallen	16.2.2020
	Sam.lagt	157,646	Even Johansen	Hamar IL	Hamar / Vikingskipet	4.- 5.2.2006
			(38,62 - 1.56,73 / 1.16,34 - 4.11,68)			

Uoffisielle norske bestenoteringer - gutter / jenter 11-16 år

(Av statistiske grunner beholdes "år for år"-noteringene innenfor klassebestemmelsene.)

NB: KUN max distanser/distansekombinasjoner anvist i NSFs Spes. Best. og NIFs"barneidrettsbest.

NSF har anbefalt at det ikke publiseres bestenoteringer for 10-års klassene. Dette er implementert fra og med 1.1.2014

GUTTER

11 år	500 m	43,37	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Heerenveen	3.3.2018
	1000 m	1.26,76	Tobias Fløiten	011001	Sand IF	Hamar / Vikingskipet	1.3.2014
	1500 m	2.10,82	Tobias Fløiten	011001	Sand IF	Hamar / Vikingskipet	2.3.2014
	Spr-4k	175,870	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Hamar/Vikingskipet 24-5.2.2018	
			(43,93 - 1.27,96 / 43,89 - 1.28,14)				
12 år	500 m	40,54	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Heerenveen	1.3.2019
	1000 m	1.20,38	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Stavanger / SA	17.2.2019
	1500 m	2.02,84	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Stavanger / SA	16.2.2019
	3000 m	4.32,11	Didrik Møller Nordal	071000	IF Fram	Stavanger / SA	29.3.2014
	Spr-4k	164,180	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Hamar/Vikingskipet 5-6.1.2019	
			(40,63 - 1.22,15 / 41,01 - 1.22,93)				
	Mini-4k	185,354	Oddbjørn Mellemstrand	100102	Stvg.Sandnes SK	Stavanger / SA	13.-14.12.2014
			(45,21 - 2.20,50 / 1.31,10 - 4.46,57)				
		180,610	*Vegard Rye*	*141101*	*Stvg.Sandnes SK*	*Stavanger / SA*	*21.-22.3.2015*
			(1.27,44 - 4.45,54 / 44,71 - 2.13,77) - Ukurant distanserekkefølge				
Junior C							
13 år	500 m	38,10	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Heerenveen	29.2.2020
	1000 m	1.15,73	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Heerenveen	29.2.2020
	1500 m	1.57,61	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Hamar/Vikingskipet	30.11.2019
	3000 m	4.10,04	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Inzell	22.12.2019
	5000 m	7.34,17	Didrik Møller Nordal	071000	IF Fram	Stavanger / SA	21.3.2015
	Spr-4k	152,265	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Heerenveen	28.-29.2.2020
			(38,35 - 1.15,90 / 38,10 - 1.15.73)				
	Mini-4k	157,814	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Inzell	21.-22.12.2019
			(38,48 - 1.58,22 / 1.16,51 - 4.10,04)				
	Liten 4k	172,105	Christer Skuterud	020796	Geithus IL	Calgary	15.-16.3.2011
			(41,11 - 4.19,90 / 2.05,36 - 7.38,93)				
14 år	500 m	37,53	Miika Klevstuen	050906	OSK	Heerenveen	4.3.2022
	1000 m	1.14,72	Sverre Lunde Pedersen	170792	Fana IL	Heerenveen	7.3.2008
	1500 m	1.53,02	Sverre Lunde Pedersen	170792	Fana IL	Heerenveen	8.3.2008
	3000 m	4.02,19	Simen Spieler Nilsen	040893	Arendal SK	Calgary	18.3.2009
	5000 m	6.56,14	Sverre Lunde Pedersen	170792	Fana IL	Hamar / Vikingskipet	12.1.2008
	Spr-4k	152,060	Didrik Eng Strand	110905	Hamar	Hamar Vikingskipet	5.-6.3.2021
			(37,93 - 1.15,67 / 38,14 - 1.16,31)				
	Mini-4k	156,867	Emil Pedersen Matre	031203	Fana IL	Stavanger / SA	16.-17.3.2019
			(38,48 - 1.56,12 / 1.15,57 - 4.11,38)				
	Liten firk.:	160,803	Simen Spieler Nilsen	040893	Arendal SK	Calgary	18.-19.3.2009
			(38,88 - 4.02,19 / 1.56,63 - 7.06,82)				
Junior B							
15 år	500 m	37,05	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Inzell	5.12.2021
	1000 m	1.11,93	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Inzell	27.11.2021
	1500 m	1.50,87	Sverre Lunde Pedersen	170792	Fana IL	Hamar / Vikingskipet	11.1.2009
	3000 m	3.54,32	Sverre Lunde Pedersen	170792	Fana IL	Heerenveen	13.3.2009
	5000 m	6.40,51	Sigurd Henriksen	261004	Fana IL	Hamar / Vikingskipet	6.3.2021
	10000 m	13.54,35	Sigurd Henriksen	261004	Fana IL	Hamar / Vikingskipet	7.3.2021
	Spr-4k	150,685	Sverre Lunde Pedersen	170792	Fana IL	Hamar/Vikingskip.	8-9.11.2008
			(38,32 - 1.14,42 / 38,10 - 1.14,11)				
	Mini-4k	149.393	Didrik Eng Strand	110905	Hamar IL	Inzell	4.-5.12.2021
			(1.12,27 - 3.54.99 / 37,05 - 1.51.13)				
	Liten 4k	156,958	Tobias Fløiten	011001	Nord-Odal IL	Hamar/Vikingsk.	6.-17.12.2017
			(39,01 - 3.55,98 / 1.54,08 - 6.45,92)				
	Stor 4k	158,051	Sigurd Henriksen	261004	Fana IL	Hamar/Vikingskip.	6.-7.3.2021
			(38,72 - 6.40,51 / 1.52,69 - 13.54,35)				

16 år	500 m	36,15	Bjørn Magnussen	020198	Spk Falken	Calgary	21.3.2015
	1000 m	1.12,17	Kristian Reistad Fredriksen	100593	Geithus IL	Calgary	21.3.2010
	1500 m	1.47,53	Sverre Lunde Pedersen	170792	Fana IL	Calgary	4.12.2009
	3000 m	3.42,43	Sigurd Henriksen	261004	Fana IL	Inzell	4.12.2021
	5000 m	6.33,16	Sigurd Henriksen	261004	Fana IL	Innsbruck	29.1.2022
	10000 m	13.30,85	Sigurd Henriksen	261004	Fana IL	Hamar/Vikingskipet	31.10.2021
	Spr-4k	147,410	Kristian Reistad Fredriksen (37,78 - 1.12,59 / 37,25 - 1.12,17)	100593	Geithus IL	Calgary	20.-21.3.2010
	Mini-4k	149,748	Allan Dahl Johansson (37,48 - 3.51,68 / 1.12,81 - 1.51,75)	051098	Aktiv SK	Heerenveen	26-27.2.2016
	Liten 4k	151,179	Sverre Lunde Pedersen (37,21 - 3.47.05 / 1.49,28 - 6.36,82)	170792	Fana IL	Moskva Kry	12.-13.3.2010
	Stor 4k	162,227	Vetle Stangeland (38,49 - 6.54,14 / 1.54,18 - 14.45,27)	120897	TT	Stavanger / SA	21.-22.3.2015

JENTER

11 år	500 m	45,39	Martine Lilløy Bruun	121296	Sandefjord SK	Heerenveen	14.3.2009
	1000 m	1.34,62	Camilla Kvamme	120800	Bergen SK	Hamar / Vikingskipet	2.3.2013
	1500 m	2.24,39	Martine Lilløy Bruun	121296	Sandefjord SK	Hamar / Vikingskipet	18.1.2009
	Spr-4k	192,345	Ingvild Hellem (48,07 - 1.36,37 / 47,78 - 1.36,62)	220993	Bjugn/Ørland SK	Trondheim L	4.- 5.3.2006
12 år	500 m	44,13	Martine Lilløy Bruun	121296	Sandefjord SK	Heerenveen	26.2.2010
	1000 m	1.29,59	Martine Lilløy Bruun	121296	Sandefjord SK	Hamar/Vikingskipet	20.2.2010
	1500 m	2.17,85	Martine Lilløy Bruun	121296	Sandefjord SK	Hamar/Vikingskipet	21.2.2010
	3000 m	4.58,78	Nora Tveit	191202	SSSK	Hamar/Vikingskipet	12.3.2016
	Spr-4k	180,155	Martine Lilløy Bruun (44,88 - 1.32,53 / 44,15 - 1.30,52)	121296	Sandefjord SK	Hamar/Vikingskipet	2.- 3.1.2010
	Mini-4k	198,332	Lise Hølland (47,67 - 5.12,46 / 1.37,44 - 2.29,60)	051000	SSSK	Stavanger / SA	29.-30.3.2014
Junior C							
13 år	500 m	43,29	Pauline Lysø Olsen	291007	Bjugn/Ørland SK	Heerenveen	5.3.2022
	1000 m	1.26,62	Martine Lilløy Bruun	121296	Sandefjord SK	Hamar / Vikingskipet	9.1.2011
	1500 m	2.15,27	Ellen Bjertnes	081294	Geithus IL	Hamar / Vikingskipet	17.1.2009
	3000 m	4.41,94	Ellen Bjertnes	081294	Geithus IL	Hamar / Vikingskipet	18.1.2009
	5000 m	8.27,33	Ellen Bjertnes	081294	Geithus IL	Hamar / Vikingskipet	11.1.2009
	Spr-4k	174,795	Martine Lilløy Bruun (43,90 - 1.28,12 / 43,52 - 1.26,62)	121296	Sandefjord SK	Hamar / Vikingsk.	8.- 9.1.2011
	Mini-4k	182,644	Pauline Lysø Olsen (43,52 - 2.17,30 / 1.28,88 - 4.53,51)	291007	Bjugn/Ørland SK	Stavanger / SA	26.- 27.3.2022
	Liten 4k	191,238	Ellen Bjertnes (45,32 - 4.51,75 / 2.19,68 - 8.27,33)	081294	Geithus IL	Hamar/Vikingskipet	10.-11.1.2009
14 år	500 m	41,68	Marte Vatn	260695	Spk Falken	Hamar/Vikingskipet	20.2.2010
	1000 m	1.23,81	Ane By Farstad	310300	Spk Falken	Calgary	19.3.2015
	1500 m	2.08,20	Ellen Bjertnes	081294	Geithus IL	Calgary	17.3.2010
	3000 m	4.32,80	Ellen Bjertnes	081294	Geithus IL	Hamar/Vikingskipet	21.2.2010
	5000 m	8.08,44	Ellen Bjertnes	081294	Geithus IL	Hamar/Vikingskip.	23.10.2009
	Spr-4k	170,215	Ellen Bjertnes (43,37 - 1.23,87 / 42,91 - 1.24,00)	081294	Geithus IL	Calgary	20.-21.3.2010
	Mini-4k	177,345	Martine Solem (43,00 - 2.12,36 / 1.26,41 - 4.42,12)	240507	Bjugn/Ørland SK	Stavanger / SA	15.-16.1.2022
	Liten 4k	184,242	Ragne Wiklund (44,06 / 4.41,79 / 2.12,20 - 8.11,51)	090500	Aktiv SK	Stavanger / SA	13.-15.3.2015
Junior B							
15 år	500 m	41,34	Julie Nistad Samsonsen	050400	Fana IL	Heerenveen	26.2.2016
	1000 m	1.22,55	Helene Tveter	150783	IF Fram	Calgary	18.3.2000
	1500 m	2.05,01	Vilde Semb	100705	TT	Inzell	5.12.2021
	3000 m	4.29,96	Ragne Wiklund	090500	Aktiv SK	Heerenveen	27.2.2016
	5000 m	7.50,60	Ellen Bjertnes	081294	Geithus IL	Hama /Vikingskipet	27.2.2011

	10000 m	18.03,14	Olina Norheim	220904	Fana IL	Bergen Sl	26.1.2021
	Spr-4k	169,515	Martine Ripsrud (42,33 - 1.25,07 / 42,13 - 1.25,04)	311095	Stange SK	Hamar / Vikingskipet	25.-26.2.2012
	Mini-4k	170,674	Amalie Haugland (41,90 - 2.06,40 / 1.23,12 - 4,30,49)	061103	Bergen SK	Inzell	21.-22.2.2019
	Liten 4k	178,257	Ellen Bjertnes (42,89 - 4.30,55 / 2.09,65 - 7.50,60)	081294	Geithus IL	Hamar/Vikingsk.	26.-27.2.2011
	Stor 4k	199,281	Katrine Haug (8.27,56 / 45,97 - 2.23,91 - 18.11,70) - Ukurrant distanserekkefølge	030898	Drammens SK	Stavanger / SA	21.-22.3.2015
16 år	500 m	40,32	Hege Bøkko	050991	Hol IL	Heerenveen	13.3.2009
	1000 m	1.19,04	Hege Bøkko	050991	Hol IL	Moskva K	18.1.2009
	1500 m	2.02,43	Hege Bøkko	050991	Hol IL	Heerenveen	11.1.2009
	3000 m	4.19,07	Aurora Løvås	140305	Nord-Odal IL	Inzell	4.12.2021
	5000 m	7.51,51	Aurora Løvås	140305	Nord-Odal IL	Stavanger / SA	20.3.2022
	10000 m	17.21.27	Katrine Haug	030898	Drammens SK	Stavanger / SA	13.3.2016
	Spr-4k	160,740	Hege Bøkko (40,43 - 1.20,22 / 40,68 - 1.19,04)	050991	Hol IL	Moskva K	17.-18.1.2009
	Mini-4k	165,904	Ragne Wiklund (41.50 - 2.03.22 / 1.20.11 - 4.19.66)	090500	Aktiv SK	Heerenveen	3.-4.3.2017
	Liten 4k	175,832	Aurora Løvås (41,47 - 4.28,23 / 2.07,52 - 7.51,51)	140305	Nord-Odal IL	Stavanger / SA	19.-20.3.2022
	Stor firk.	204,313	Caroline Hallås Farestveit (47,93 - 8.39,08 / 2.29,66 - 18.11,79)	120996	Bergen SK	Bjugn FH	15.-16.3.2014

Uoffisielle norske bestenoteringer for VETERANER, kvinner/menn

Ajourført i henhold til regel-endringene vedtatt av NSF før sesongstart 2004/05

KVINNER, veteraner

Veteran K 30

500 m:	38,40	Edel Therese Høiseth	270166	Geithus IL	Calgary	29.1.2000
1000 m:	1.15,37	Edel Therese Høiseth	270166	Geithus IL	Calgary	30.1.2000
1500 m:	1.57,31	Ida Njåtun	060291	Asker SK	Heerenveen	17.1.2021
3000 m:	4.05,98	Mari Hemmer	201183	Aktiv SK	Salt Lake City	15.11.2013
5000 m:	7.04,45	Mari Hemmer	201183	Aktiv SK	Sotsji	19.2.2014
10000 m:	19.50,62	Marit Stubø Jorde	280986	Simonsen Vogt W	Oslo Fr	18.1.2019

Veteran K 35

500 m:	39,02	Edel Therese Høiseth	270166	Geithus IL	Calgary	4.3.2001
1000 m:	1.16,67	Edel Therese Høiseth	270166	Geithus IL	Calgary	2.3.2001
1500 m:	2.01,78	Edel Therese Høiseth	270166	Geithus IL	Calgary	9.12.2001
3000 m:	4.27,40	Nina Johanne Tørset	260773	Leinstrand IL	Calgary	27.2.2011
5000 m:	7.56,63	Astrid Helen Njærheim	120279	SSSK	Stavanger / SA	11.10.2015
10000 m:	19.17,08	Guri Fossdal	030479	Drammens SK	Geithus	5.12.2015

Veteran K 40

500 m:	43,09	Nina Johanne Tørset	260773	Leinstrand IL	Stavanger / SA	7.3.2014
1000 m:	1.25,24	Nina Johanne Tørset	260773	Leinstrand IL	Stavanger / SA	8.3.2014
1500 m:	2.10,91	Nina Johanne Tørset	260773	Leinstrand IL	Stavanger / SA	8.3.2014
3000 m:	4.39,06	Nina Johanne Tørset	260773	Leinstrand IL	Stavanger / SA	9.3.2014
5000 m:	8.14,25	Bjørg Eva Jensen	150260	Geithus IL	Hundorp	24.2.2002
10000 m:	16.44,01	Nina Johanne Tørset	260773	Leinstrand IL	Hamar/Vikingskipet	18.1.2015

Veteran K 45

500 m:	44,31	Renate Jeppsson	160473	Nesodden IF	Calgary	1.3.2020
1000 m:	1.28,02	Renate Jeppsson	160473	Nesodden IF	Calgary	1.3.2020

1500 m:	2.16,46	Bjørg Eva Jensen	150260	Geithus IL	Hamar/Vikingskip.	29.1.2006
3000 m:	4.42,42	Bjørg Eva Jensen	150260	Geithus IL	Hamar/Vikingskip.	28.1.2006
5000 m:	8.00,80	Bjørg Eva Jensen	150260	Geithus IL	Hamar/Vikingskip.	29.1.2006
10000 m:	18.50,01	Anne Berit Skolem	180955	H&BSK	Hamar/Vikingskip.	21.1.2001

Veteran K 50

500 m:	47,37	Marita Agnethe Steen	090359	Bjugn/Ørland SK	Salt Lake City	17.3.2013
1000 m:	1.32,93	Marita Agnethe Steen	090359	Bjugn/Ørland SK	Salt Lake City	17.3.2013
1500 m:	2.26,54	Marita Agnethe Steen	090359	Bjugn/Ørland SK	Calgary	25.2.2011
3000 m:	5.04,27	Marita Agnethe Steen	090359	Bjugn/Ørland SK	Calgary	27.2.2011
5000 m:	9.27,02	Sara Hemmer	250359	Aktiv SK	Stavanger / SA	19.1.2013
10000 m:	19.11,29	Sara Hemmer	250359	Aktiv SK	Stavanger / SA	20.1.2013

Veteran K 55

500 m:	49,03	Marita Agnethe Steen	090359	Bjugn/Ørland SK	Berlin S	8.2.2014
1000 m:	1.37,61	Marita Agnethe Steen	090359	Bjugn/Ørland SK	Berlin S	9.2.2014
1500 m:	2.29,44	Marita Agnethe Steen	090359	Bjugn/Ørland SK	Stavanger / SA	7.3.2014
3000 m:	5.16,13	Marita Agnethe Steen	090359	Bjugn/Ørland SK	Stavanger / SA	9.3.2014
5000 m:	9.46,84	Sara Hemmer	250359	Aktiv SK	Stavanger / SA	29.3.2014
10000 m:	19.41,43	Sara Hemmer	250359	Aktiv SK	Stavanger / SA	30.3.2014

Veteran K 60

500 m:	52,85	Marita Agnethe Steen	090359	Bjugn/Ørland SK	Hamar/Vikingskip.	12.2.2022
1000 m:	1.47,65	Marita Agnethe Steen	090359	Bjugn/Ørland SK	Hamar/Vikingskip.et	13.2.2022
1500 m:	2.46,72	Sara Hemmer	250359	Aktiv SK	Stavanger / SA	17.3.2019
	2.46,72	Marita Agnethe Steen	090359	Bjugn/Ørland SK	Hamar / Vikingskip.	12.2.2022
3000 m:	5.43,07	Sara Hemmer	250359	Aktiv SK	Oslo VH	26.2.2019
5000 m:	9.22,37	Sara Hemmer	250359	Aktiv SK	Stavanger / SA	16.3.2019
10000 m:	19.33,17	Sara Hemmer	250359	Aktiv SK	Stavanger / SA	27.3.2022

Veteran K 65

500 m:	80,42	Jenny Noraberg Müller	020652	Geithus IL	Geithus F	14.1.2017
1000 m:	2.44,96	Jenny Noraberg Müller	020652	Geithus IL	Geithus F	14.1.2017
1500 m:	4.34,30	Jenny Noraberg Müller	020652	Geithus IL	Geithus F	24.2.2021
3000 m:		Ikke notert				
5000 m:	15.47,31	Ragnhild Collin-Hansen	220248	Panserkam.	Bjugn FH	14.3.2014
10000 m:	32.01,06	Ragnhild Collin-Hansen	220248	Panserkam.	Bjugn FH	15.3.2014

Veteran K 70

500 m:	84,10	Jenny Noraberg Müller	020652	Geithus IL	Geithus F	6.3.2022
1000 m:	2.53,65	Jenny Noraberg Müller	020652	Geithus IL	Geithus F	9.3.2022
1500 m:	4.24,10	Jenny Noraberg Müller	020652	Geithus IL	Geithus F	9.3.2022
3000 m:	8.53,82	Jenny Noraberg Müller	020652	Geithus IL	Geithus F	6.3.2022

Veteran K 75

500 m:	106,34	Kamilla Bergliot Riise	020935	Aktiv SK	Stavanger SA	30.3.2014

Veteran K 75+

500 m:	95,88	Marit Hoff	050440	Tynset IF	Tynset	6.2.2020
1000 m:	3.21,76	Marit Hoff	050440	Tynset IF	Tynset	24.1.2021
1500 m:	4.49,72	Marit Hoff	050440	Tynset IF	Tynset	2.1.2021
3000 m:	10.32,72	Marit Hoff	050440	Tynset IF	Tynset	24.1.2021
5000 m:	18.09,19	Marit Hoff	050440	Tynset IF	Tynset	25.2.2022
10000 m:	35.03,61	Marit Hoff	050440	Tynset IF	Tynset	8.2.2020

MENN, veteraner

Lagtempo :	4.30,48	Veteranlaget, menn	Kolomna	9.4.2008
(8 runder)		Morten Henriksen (M45) - Ragnvald Næss (M50) - Arne Stenhaug (M50)		

Veteran M 30

500 m:	35,36	Grunde Njøs	200667	Leinstrand IL	Calgary	3.3.2001
1000 m:	1.08,15	Ådne Søndrål	100571	Hol IL	Salt Lake City	2.12.2001
1500 m:	1.43,99	Håvard Bøkko	020287	Hol IL	Salt Lake City	9.12.2017
3000 m:	3.37,28	Eskil Ervik	110175	Hamar IL	Calgary	5.11.2005
5000 m:	6.10,65	Eskil Ervik	110175	Hamar IL	Salt Lake City	19.11.2005
10000 m:	12.56,85	Lasse Sætre	100374	Sand IF	Calgary	19.3.2006

Veteran M 35

500 m:	35,76	Grunde Njøs	200667	Leinstrand IL	Hamar / Vikingski.	19.1.2002
1000 m:	1.11,31	Grunde Njøs	200667	Leinstrand IL	Hamar / Vikingskip.	20.1.2002
1500 m:	1.49,46	Eskil Ervik	110175	Hamar IL	Salt Lake City	11.12.2009
3000 m:	3.54,16	Eskil Ervik	110175	Hamar IL	Salt Lake City	12.9.2009
5000 m:	6.38,17	Eskil Ervik	110175	Hamar IL	Hamar / Vikingsk.	23.10.2009
10000 m:	13.30,28	Øystein Grødum	150277	Arendal SK	Heerenveen	3.12.2011

Veteran M 40

500 m:	37,5 .	Ivar Njøs	221065	Leinstrand IL	Hamar / Vikingsk.	21.12.2006
1000 m:	1.16,23	Ivar Njøs	221065	Leinstrand IL	Calgary	18.2.2007
1500 m:	1.57,85	Thor Olav Tveter	250272	IF Fram	Stavanger / SA	9.3.2014
3000 m:	4.03,87	Øystein Grødum	150277	Arendal SK	Hamar / Vikingsk.	27.10.2018
5000 m:	6.40,96	Øystein Grødum	150277	Arendal SK	Stavanger / SA	16.3.2019
10000 m:	13.39,12	Øystein Grødum	150277	Arendal SK	Stavanger / SA	17.3.2019

Veteran M 45

500 m:	37,58	Ivar Njøs	221065	Leinstrand IL	Stavanger / SA	13.3.2011
1000 m:	1.14,88	Ivar Njøs	221065	Leinstrand IL	Salt Lake City	17.3.2013
1500 m:	1.56,92	John Arthur Olafsen	220660	Sandefjord SK	Calgary	22.2.2007
3000 m:	4.09,63	John Arthur Olafsen	220660	Sandefjord SK	Calgary	22.2.2007
5000 m:	7.07,27	Øystein Grødum	150277	Arendal SK	Stavanger / SA	26.3.2022
10000 m:	14.43,24	Øystein Grødum	150277	Arendal SK	Stavanger / SA	27.3.2022

Veteran M 50

500 m:	38,21	Ivar Njøs	221065	Leinstrand IL	Hamar/Vikingskip.	26.11.2016
1000 m:	1.17,47	Ivar Njøs	221065	Leinstrand IL	Stavanger / SA	13.3.2016
1500 m:	2.00,46	Morten Henriksen	031258	Geithus IL	Calgary	19.3.2009
3000 m:	4.10,34	Frode Eidsmo	180159	Aktiv SK	Calgary	24.2.2011
5000 m:	7.03,62	Frode Eidsmo	180159	Aktiv SK	Calgary	26.2.2011
10000 m:	15.01,47	Ragnvald Næss	050754	Narvik SK	Hamar/Vikingskip.	11.1.2009

Veteran M 55

500 m:	39,86	Ivar Njøs	221065	Leinstrand IL	Hamar V	12.2.2022
1000 m:	1.20,59	Rolf Amundsen	030755	Herkules SK	Salt Lake City	6.3.2011
1500 m:	2.01,73	Frode Eidsmo	180159	Aktiv SK	Calgary	7.2.2015
3000 m:	4.12.13	Frode Eidsmo	180159	Aktiv SK	Calgary	6.2.2015
5000 m:	7.06,31	Frode Eidsmo	180159	Aktiv SK	Calgary	8.2.2015
10000 m:	14.55,21	Ragnvald Næss	050754	Narvik SK	Kolomna	3.4.2010

Veteran M 60

500 m:	41,43	Brynjulf Måkestad	171251	Hardanger SK	Calgary	15.3.2012
1000 m:	1.23,50	Brynjulf Måkestad	171251	Hardanger SK	Calgary	17.3.2012
1500 m:	2.06,05	Erik Vea	110651	Aktiv SK	Calgary	27.2.2011
3000 m:	4.20,09	Erik Vea	110651	Aktiv SK	Calgary	26.2.2011
5000 m:	7.28,73	Frode Eidsmo	180159	Oslo Speedskaters	Berlin	24.2.2019
10000 m:	15.38,90	Ragnvald Næss	050754	Narvik SK	Erfurt	5.10.2015

Veteran M 65

500 m:	42,47	Alf Gjølga	010446	Bjugn/Ørland SK	Calgary	25.2.2011
1000 m:	1.23,04	Alf Gjølga	010446	Bjugn/Ørland SK	Calgary	27.2.2011
1500 m:	2.08,28	Alf Gjølga	010446	Bjugn/Ørland SK	Calgary	26.2.2011
3000 m:	4.33,96	Alf Gjølga	010446	Bjugn/Ørland SK	Calgary	27.2.2011
5000 m:	8.02,09	Onar Westerheim	150348	Stord IL	Hamar/Vikingsk.	11.11.2012

10000 m:	16.34,60	Onar Westerheim	150348	Stord IL	Stavanger / SA	20.1.2013

Veteran M 70

500 m:	44,51	Leif Harry Hansen	220244	Tromsø SK	Inzell	25.1.2015
1000 m:	1.30,36	Onar Westerheim	150348	Stord IL	Moskva Kry	4.3.2018
1500 m:	2.19,95	Knut Harald Nesse	080842	Tysvær SK	Inzell	22.2.2013
3000 m:	4.54,57	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Calgary	25.2.2007
5000 m:	8.33,23	Harald Westerheim	270945	Stord IL	Stavanger / SA	12.3.2016
10000 m:	17.47,73	Harald Westerheim	270945	Stord IL	Stavanger / SA	13.3.2016

Veteran M 75

500 m:	46,16	Svein Bruket	061042	Sør-Fron IL	Hamar / Vikingskip.	19.1.2019
1000 m:	1.33,61	Svein Bruket	061042	Sør-Fron IL	Hamar / Vikingskip	20.1.2019
1500 m:	2.26,38	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Hamar / Vikingskip	24.1.2010
3000 m:	5.08,13	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Calgary	27.2.2011
5000 m:	8.42,67	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Hamar / Vikingskip	23.1.2010
10000 m:	17.57,52	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Hamar / Vikingskip	24.1.2010

Veteran M 80

500 m:	49,98	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Calgary	6.2.2015
1000 m:	1.42,68	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Calgary	7.2.2015
1500 m:	2.36,81	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Calgary	7.2.2015
3000 m:	5.31,52	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Calgary	8.2.2015
5000 m:	9.44,28	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Hamar / Vikingskip	17.1.2015
10000 m:	20.27,21	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Hamar / Vikingskip	18.1.2015

Veteran M 85

500 m:	54,19	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Inzell	12.1.2020
1000 m:	1.52,11	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Inzell	11.1.2020
1500 m:	3.00,48	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Collalbo	24.1.2020
3000 m:	6.34,32	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Collalbo	26.1.2020
5000 m:	11.43,27	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Heerenveen	10.3.2020
10000 m:	25.06,72	Arne Kjell Foldvik	171234	Spk Falken	Heerenveen	11.3.2020

Breddeutvikling 1976-2022:

Antall besteresultater under Skøytekalenderens grenser: Menn: 46,0 – 1.36,0 – 2.27,0 -5.10,0 - 9.00,0 – alle på 10000 m. Kvinner: 54,0 – 1.56,0 – 3.00,0 – alle på 3000 og 5000 m.

Sesong	**Menn**	**Kvinner**	**Totalt**
1975/76	1.140	***239***	1.379
1976/77	1.488	270	1.758
1977/78	1.236	259	1.493
1978/79	1.344	292	1.636
1979/80	1.468	319	1.787
1980/81	1.562	439	2.001
1981/82	1.630	477	2.107
1982/83	**1.635**	489	**2.124**
1983/84	1.593	478	2.071
1984/85	1.479	**585**	2.064
1985/86	1.501	556	2.057
1986/87	1.472	580	2.052
1987/88	1.412	581	1.993
1988/89	1.232	512	1.744
1989/90	1.329	452	1.781
1990/91	1.238	424	1.662
1991/92	1.144	358	1.502
1992/93	1.349	401	1.750
1993/94	1.299	386	1.685
1994/95	1.129	374	1.503
1995/96	1.077	371	1.448
1996/97	975	345	1.320
1997/98	1.070	425	1.495
1998/99	1.178	415	1.593
1999/00	1.245	400	1.645
2000/01	1.187	393	1.580
2001/02	1.227	402	1.629
2002/03	1.189	385	1.574
2003/04	1.284	432	1.716
2004/05	1.258	413	1.671
2005/06	1.384	441	1.825
2006/07	1.258	408	1.666
2007/08	1.198	404	1.602
2008/09	1.158	393	1.551
2009/10	1.114	332	1.446

2010/11	1.066	319	1.385
2011/12	1.046	353	1.399
2012/13	1.100	439	1.539
2013/14	1.104	518	1.622
2014/15	1.119	485	1.604
2015/16	1.063	451	1.514
2016/17	979	452	1.431
2017/18	953	439	1.392
2018/19	956	393	1.349
2019/20	*826*	371	***1.197***
2020/21	*550*	*302*	*852*
2021/22	***794***	*417*	1.211

Interessant sammenligning av bredden av norsk skøytesport de siste 46 årene. I forhold til toppåret 1983 er antall menn mer enn halvert under grensene våre denne sesongen. Kvinnene har derimot en økning i vinter i forhold til de tre siste sesongene. Økningen kommer først og fremst av en stor økning av jenter som har gått de tre lengste distansene 3000, 5000 og 10000 meter. **Derfor - vi har en stor utfordring med å bygge en større bredde i norsk skøytesport i tiden fremover!!**

Ser vi litt videre på årets sesong 2021/22 så ser vi at det aldri har vært så få norske mannlige løpere under grensene på hoved-statistikken vår. Til tross for at man på 80- og 90-tallet verken hadde dagens trikoter, innendørsbaner eller klappskøyter å ty til for å komme seg under grensene.

Forrige sesong 2020/21 var helt spesiell ved at mange løpere ikke fikk gått løp i det hele tatt på grunn av korona-pandemien og tallene må sees ut fra det. Også årets sesong har vært litt preget av avlysninger, men langt mer normal enn 2021-sesongen – slik at alle norske aktive har fått gode muligheter til å delta mer normalt i mesteparten av sesongen. Derfor er det ikke noen god trend at antall løpere under Skøytekalenderens tidsgrenser fortsatt synker blant gutta. Jentene har de siste 30-årene holdt seg mer stabilt, mens gutta har siden 1993 hatt en reduksjon på mer enn 40 prosent aktive løpere!

Også i de aldersbestemte årsklassene har antall løpere vært synkene de siste 20-30 årene. Klubber, kretser og forbund har derfor en jobb å gjøre slik at trenden snus og vi igjen kan få flere barn, ungdom og eldre ut på isen i ulike konkurranser.

Vi vil nevne ett unikt arrangement: **Undergrunnskeiserørslemeisterskapen** som Per Gunnar Stensvaag med venner og BØSK arrangerer hvert år. I vinter ble det satt ny norsk, nordisk og europeisk rekord i antall løpere som fullførte stor firkamp (500, 5000, 1500, 10000m) i ett og samme stevne med 51 løpere. Den gamle rekorden var 35 løpere – også det fra samme mesterskap – i 2021.

Disse godt voksne løperne bobler over av skøyteglede og koser seg etter løpene med bankett og god musikalsk underholdning – som løperne selv står for!! Vi har også fått to nye aktive skøyte-klubber i vinter; **Sandnes SK og Hardanger SK** (har hatt aktive løpere tidligere). Lykke til begge to!

NORGES BESTE SESONGEN 2021/22

500 meter kvinner:

Under 54,0:	1980	2000	2010	2015	2020	2021
	108	105	93	130	109	91

1.	Julie Nistad Samsonsen, Fana IL	050400	37.94	7	Salt Lake Ci	4.12	38.50	-21
2.	Martine Ripsrud, Stange SK	311095	38.12	7	Calgary	11.12	38.40	-17
3.	Ragne Wiklund, Aktiv SK	090500	39.59	9	Hamar V	5.3	40.00	-21
4.	Ane By Farstad, Spk Falken	310300	40.25	3	Inzell	28.11	40.20	-18
5.	Marte Bjerkreim Furnée, Asker SK	170601	40.62	11	Inzell	26.2	41.22	-20
6.	Aurora Grinden Løvås, Nord-Odal IL	140305	40.64	19	Inzell	28.11	42.86	-21
7.	Amalie Haugland, Bergen SK	061103	40.65	20	Inzell	28.11	41.42	-21
8.	Vilde Baas, Dølemo IL	300800	40.71	10	Inzell	5.12	42.22	-19
9.	Carina Jagtøyen, Leinstrand IL	050598	40.79	15	Inzell	9.10	40.98	-21
10.	Martine Solem, Bjugn/Ørland SK	240507	41.90	1	Stavanger Sø	26.3	45.08	-21
11.	Sofie Karoline Haugen, Sandefjord SK	220495	41.91	17	Hamar V	5.3	40.35	-17
12.	Victoria Keltie Sætersdal, Bergen SK	270600	42.02	3	Inzell	20.2	43.11	-20
13.	Arwen Szygenda, Sør-Fron IL	300602	42.29	2	Hamar V	21.11	42.35	-20
14.	Julie Berg Sjøbrend, Aktiv SK	070602	42.32	1	Hamar V	21.2	42.42	-20
15.	Ellen Bjertnes, Geithus IL	081294	42.36	1	Hamar V	12.2	39.66	-16
16.	Sofie Ulset, Bjugn/Ørland SK	160104	42.52	1	Hamar V	21.11	42.65	-20
17.	Sarah Marie Sanderud, Nord-Odal IL	200702	42.60	39	Inzell	5.12	43.30	-20
18.	Vilde Semb, TT	100705	42.79	41	Inzell	5.12	44.41	-20
	Aline Holbø Dyrset, Leinstrand IL	210506	42.79	2	Hamar V	20.2	44.28	-20
20.	Olina Norheim, Fana IL	220904	42.83	1	Stavanger Sø	26.3	44.28	-21
21.	Hanna Svenni, Asker SK	050502	43.06	7	Stavanger Sø	19.3	43.20	-21
22.	Pauline Lysø Olsen, Bjugn/Ørland SK	291007	43.29	2	Heerenveen	5.3	46.43	-21
23.	Signe Eide Kirkesæther, TT	200506	43.37	5	Heerenveen	5.3	45.09	-20
24.	Ina Nakken, TT	190305	43.38	2	Hamar V	6.8	44.26	-20
25.	Kari Celine Reiss-Jacobsen, SSK Toten	101202	43.54	2	Hamar V	21.11	42.90	-20
26.	Patricia Johannessen, TT	070404	43.74	2	Hamar V	20.2	45.10	-21
27.	Dina Storelid, Stord IL	121203	44.06	17	Inzell	19.2	43.87	-20
28.	Anne Sofie Knutsen Birkedal, Asker SK	080807	44.07	4	Heerenveen	5.3	47.85	-21
29.	Emily Plozicki, Arendal SK	080205	44.21	4	Hamar V	31.10	44.87	-21
30.	Guro Samdahl Melhuus, Spk Falken	010406	44.57	4	Hamar V	20.2	45.07	-20
31.	Hanna Engebråten, Nord-Odal IL	080404	44.78	6	Hamar V	20.11	45.15	-21
32.	Stella Horka, Arendal SK	120406	44.88	2	Stavanger Sø	26.3	45.38	-20
33.	Silje S Stomperudhaugen, Herkules SK	250204	45.34	1	Kristiansund	6.2	47.00	-21
34.	Ingrid Håkegård Eichler, Skreia SK Toten	070305	45.58	7	Hamar V	19.2	48.26	-21
35.	Åse Marie Dahn, Fana IL	050206	45.70	2	Stavanger Sø	6.11	46.43	-21
36.	Predika Sivaganesan, TT	120703	45.80	7	Hamar V	20.11	48.95	-18
37.	Maria Therese Davidsen, Jevnaker IF	230205	46.12	6	Hamar V	20.11	47.99	-20
38.	Victoria Pagar, Gjøvik SK	020109	46.14	1	Hamar V	20.2	47.73	-21
39.	Lovisia Olstad Grinden, Nord-Odal IL	011107	46.16	4	Hamar V	20.2	51.53	-20
	Josefine Henriksen, Kongsvinger SK	290307	46.16	4	Hamar V	20.2	50.25	-21
41.	Amalie Haugerud Teig, Båstad IL SK	200407	46.18	2	Stavanger Sø	27.3	48.29	-21
42.	Pauliina Klevstuen, OSK	120604	46.40	6	Hamar V	19.2	48.51	-20
43.	Stine Finsland, Asker SK	300704	46.46	7	Hamar V	20.11	48.50	-21
44.	Ingeborg Sjøthun, SSSK	240408	46.52	5	Stavanger Sø	26.3	49.45	-21
45.	Hedda Finsland, Asker SK	220908	46.56	2	Hamar V	20.2	49.09	-21
46.	Linnea Haneberg, Hamar IL	170108	46.62	6	Hamar V	20.2	49.50	-21
47.	Lina Ulvan Resell, Spk Falken	190606	46.65	8	Hamar V	19.2	48.13	-21
	Siri Moseng Reiersen, Arendal SK	081289	46.65	3	Arendal Myra	1.3	41.11	-15
49.	Camilla Hallås Farestveit, Bergen SK	051289	46.83	2	Bergen Sl	20.2	42.02	-14

	Linnea Melgårdshagen, Sør-Fron IL	071008	46.83	3	Hamar V	20.2	52.19	-21
51.	Renate Jeppsson, Nesodden IF	160473	47.10	1	Hamar V	12.2	42.90	-07
52.	Ada Darup, TT	190805	47.11	8	Hamar V	20.2	48.44	-21
53.	Anine Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	130806	47.23	6	Hamar V	19.2	56.24	-18
54.	Milla Grønvold Andersen, Drammens SK	050508	47.28	8	Hamar V	19.2	52.51	-21
	Nina Cecilie Vinslid, Asker SK	041104	47.28	9	Hamar V	20.2	47.42	-21
56.	Latika Suyambudurai, Geithus IL	230110	47.49	1	Stavanger Sø	26.3	53.59	-21
57.	Emmeline Berentsen, Aktiv SK	051006	47.54	9	Hamar V	19.2	50.64	-21
58.	Leona Olstad Grinden, Nord-Odal IL	170306	48.06	4	Hamar V	6.8	49.21	-20
59.	Synne Elise Hangstad, Tromsø SK	080600	48.10	1	Tromsø	28.12	44.80	-19
60.	Eline Lupke Tveter, OSK	050708	48.27	4	Stavanger Sø	27.3	53.11	-20
61.	Pernille H Løvestad Skolem, H&BSK	080106	48.37	11	Hamar V	20.11	51.47	-20
62.	Helene Søreng Soleng, Tromsø SK	130406	48.40	10	Hamar V	19.2	49.88	-20
63.	Jenny Skjæveland Solhaug, Sandefjord SK	220209	48.50	4	Hamar V	19.2	55.74	-20
64.	Elle Borgen Steen, Fana IL	200608	48.70	4	Hamar V	20.11	54.12	-21
65.	Maren Bjerke Wullum, Skreia SK Toten	060509	48.80	5	Hamar V	19.2	53.15	-21
66.	Synne Moen Bredalslien, Tynset IF	061099	48.86	1	Tynset	2.1	44.16	-18
67.	Sigrid Bakken Vold, Hamar IL	270908	48.99	4	Hamar V	21.2	51.39	-21
68.	Karoline Vestre, Leinstrand IL	270506	49.07	11	Hamar V	20.2	52.24	-20
69.	Malin Øverjordet, Sør-Fron IL	120102	49.24	1	Hundorp	2.2	45.49	-17
70.	Ella Ananyah Pokpoon, SSSK	070406	49.34	1	Stavanger Sø	2.2	49.69	-21
71.	Ingeborg Ingvoldstad, Geithus IL	140909	49.48	2	Stavanger Sø	26.3	52.58	-21
72.	Kitty Marie Hurum Nesset, Arendal SK	050608	49.56	9	Stavanger Sø	26.3	53.46	-20
73.	Tuva Fløiten, Nord-Odal IL	220404	49.82	9	Hamar V	14.8	47.32	-19
74.	Sunniva Haug Johannessen, Aktiv SK	280110	50.03	3	Hamar V	19.2	71.54	-19
75.	Tuva Sofie Sundsvold, Leinstrand IL	110306	50.12	12	Hamar V	20.2	54.14	-21
76.	Mari Grøsland, Geithus IL	260492	50.18	5	Geithus	13.11	44.74	-09
77.	Karoline Hilsen, Drammens SK	060905	50.38	13	Hamar V	19.2	55.11	-20
78.	Natalia Skrzypiec, Sandefjord SK	301207	50.44	11	Hamar V	20.2	56.54	-20
79.	Ragnhild Andresen, Sats Sjølyst BIL Oslo	080478	50.60	2	Oslo Fr	1.12	43.88	-01
80.	Miriam Tangen Kind, Harstad SK	040706	50.66	12	Hamar V	20.2	51.92	-20
81.	Victoria Melgårdshagen, Sør-Fron IL	110610	51.24	2	Stavanger Sø	27.3	55.07	-21
82.	Inka M Boldingh Debernard, Aktiv SK	220307	51.36	13	Hamar V	21.11	56.46	-20
83.	Selma Victoria Opdahl-Njøs, Leinstrand IL	071008	51.39	6	Hamar V	19.2	58.93	-21
	Helle S Boldingh Debernard, Aktiv SK	250109	51.39	7	Hamar V	20.2	60.22	-20
85.	Thomine Sæves Myran, Båstad IL SK	250508	51.73	12	Hamar V	19.2	57.41	-21
86.	Margrethe Vårvik, TSK	091106	52.01	15	Hamar V	20.2	50.46	-21
87.	Monika Holth, Geithus IL	140377	52.12	1	Stavanger Sø	10.10	53.48	-20
88.	Johanne Braathen, Kongsvinger SK	030606	52.22	9	Hamar V	29.11	55.20	-21
89.	Ada Halvorsen Bjerknes, Drammens SK	260309	52.24	9	Hamar V	20.2	58.04	-20
90.	Greta Tollefsen, Tromsø SK	251068	52.28	2	Bjugn Fosenh	1.4	48.64	-17
91.	Joséphine Stenback, OSK	050409	52.42	2	Oslo Fr	8.1	66.78	-20
	Sunniva Øverjordet, Sør-Fron IL	070611	52.42	1	Stavanger Sø	26.3	62.55	-21
93.	Frida Maude, IL Braatt Kr.sund	291108	52.43	2	Kristiansund	19.3	58.82	-21
94.	Mathilde Horn Østerlie, TSK	220109	52.81	3	Kristiansund	19.3	68.04	-19
95.	Marita Agnethe Steen, Bjugn/Ørland SK	090359	52.85	1	Hamar V	12.2	47.37	-13
96.	Lovise Ulveseth, Fana IL	240109	52.87	6	Stavanger Sø	27.3	65.31	-21
97.	Hedda Hylen, Tynset IF	100208	52.93	16	Hamar V	20.2	57.89	-21
98.	Cecilie Larsen, Arendal SK	070891	53.16	1	Stavanger Sø	26.3	49.29	-08
99.	Oda Bergersen, Herkules SK	120808	53.20	10	Hamar V	20.2	56.14	-21
100.	Johanna Novak Orderud, Båstad IL SK	220807	53.23	8	Hamar V	6.8	50.82	-21
101.	Thea Sofie Andreassen, Nord-Odal IL	271008	53.30	14	Hamar V	15.11	57.85	-20
102.	Ava Lynn Skinstad, Nord-Odal IL	291009	53.32	5	Hamar V	20.2		
103.	Marja Haartsen, Aktiv SK	080172	53.34	1	Hamar V	12.2	49.49	-14
104.	Thea Myhre, Geithus IL	170910	53.50	2	Geithus	9.3	58.94	-21
105.	Augustine Trijntje Kaper, OSK	081110	53.54	2	Hamar V	20.2	74.58	-20

106.	Helena Naomi Evensen, Hamar IL	290407	53.84	4	Hamar V	14.2	59.42	-21

1000 meter kvinner:

Under 1.56,0:	1980	2000	2010	2015	2020	2021
	104	106	86	129	101	84

1.	Ragne Wiklund, Aktiv SK	090500	1.14.11	3	Salt Lake Ci	4.12	1.17.33	-19
2.	Martine Ripsrud, Stange SK	311095	1.16.17	23	Salt Lake Ci	4.12	1.16.62	-17
3.	Julie Nistad Samsonsen, Fana IL	050400	1.17.09	29	Salt Lake Ci	4.12	1.18.60	-20
4.	Ane By Farstad, Spk Falken	310300	1.19.03	5	Inzell	27.11	1.20.27	-20
5.	Marte Bjerkreim Furnée, Asker SK	170601	1.19.41	6	Inzell	27.11	1.21.09	-19
6.	Amalie Haugland, Bergen SK	061103	1.20.27	12	Inzell	4.12	1.22.35	-21
7.	Carina Jagtøyen, Leinstrand IL	050598	1.20.75	30	Inzell	9.10	1.21.84	-21
8.	Aurora Grinden Løvås, Nord-Odal IL	140305	1.21.06	17	Inzell	4.12	1.26.70	-21
9.	Victoria Keltie Sætersdal, Bergen SK	270600	1.21.41	13	Inzell	4.12	1.24.94	-21
10.	Hanna Svenni, Asker SK	050502	1.21.92	16	Inzell	4.12	1.25.60	-21
11.	Marit Fjellanger Bøhm, SSSK	241088	1.22.71	4	Beijing Chao	17.2	1.22.26	-20
12.	Sarah Marie Sanderud, Nord-Odal IL	200702	1.23.23	28	Inzell	4.12	1.22.59	-20
13.	Arwen Szygenda, Sør-Fron IL	300602	1.23.66	2	Hamar V	21.11	1.22.63	-19
14.	Julie Berg Sjøbrend, Aktiv SK	070602	1.24.08	3	Stavanger Sø	16.1	1.23.36	-20
15.	Vilde Semb, TT	100705	1.24.47	2	Hamar V	21.11	1.27.37	-20
16.	Vilde Baas, Dølemo IL	300800	1.24.68	4	Stavanger Sø	16.10	1.22.91	-19
17.	Martine Solem, Bjugn/Ørland SK	240507	1.25.12	1	Hamar V	20.2	1.30.48	-21
18.	Kari Celine Reiss-Jacobsen, SSK Toten	101202	1.25.40	4	Stavanger Sø	18.3	1.24.52	-19
19.	Ellen Bjertnes, Geithus IL	081294	1.25.75	1	Hamar V	12.2	1.17.72	-16
20.	Ina Nakken, TT	190305	1.25.81	1	Kristiansund	6.2	1.28.30	-20
21.	Aline Holbø Dyrset, Leinstrand IL	210506	1.25.93	3	Hamar V	20.2	1.30.60	-20
22.	Dina Storelid, Stord IL	121203	1.26.32	1	Hamar V	21.11	1.27.05	-20
23.	Signe Eide Kirkesæther, TT	200506	1.27.63	8	Heerenveen	4.3	1.33.00	-20
24.	Sofie Ulset, Bjugn/Ørland SK	160104	1.27.72	2	Hamar V	21.11	1.27.57	-19
25.	Pauline Lysø Olsen, Bjugn/Ørland SK	291007	1.28.22	2	Heerenveen	5.3	1.36.21	-21
26.	Ingrid Håkegård Eichler, SSK Toten	070305	1.28.56	7	Heerenveen	5.3	1.36.26	-21
27.	Olina Norheim, Fana IL	220904	1.29.11	7	Stavanger Sø	16.10	1.28.51	-21
28.	Patricia Johannessen, TT	070404	1.29.28	4	Heerenveen	5.3	1.34.69	-21
29.	Anne Sofie Knutsen Birkedal, Asker SK	080807	1.29.63	4	Heerenveen	4.3	1.40.69	-21
30.	Åse Marie Dahn, Fana IL	050206	1.30.37	2	Hamar V	7.8	1.32.93	-21
31.	Hanna Engebråten, Nord-Odal IL	080404	1.30.80	3	Hamar V	21.11	1.31.05	-19
32.	Stella Horka, Arendal SK	120406	1.31.05	3	Hamar V	7.8	1.30.59	-20
33.	Emily Plozicki, Arendal SK	080205	1.31.78	6	Hamar V	31.10	1.33.52	-21
34.	Stine Finsland, Asker SK	300704	1.31.86	2	Stavanger Sø	27.3	1.37.10	-21
35.	Camilla Hallås Farestveit, Bergen SK	051289	1.32.42	1	Bergen Sl	20.2	1.21.67	-14
36.	Guro Samdahl Melhuus, Spk Falken	010406	1.32.61	5	Hamar V	21.11	1.30.26	-20
37.	Linnea Haneberg, Hamar IL	170108	1.33.35	4	Hamar V	20.2	1.41.79	-21
38.	Milla Grønvold Andersen, Drammens SK	050508	1.33.81	5	Hamar V	20.2	1.49.58	-21
39.	Ingeborg Sjøthun, SSSK	240408	1.33.98	2	Stavanger Sø	27.3	1.42.86	-21
40.	Victoria Pagar, Gjøvik SK	020109	1.34.25	1	Hamar V	19.2	1.42.19	-21
41.	Nina Cecilie Vinslid, Asker SK	041104	1.34.42	6	Hamar V	20.2	1.37.26	-21
42.	Predika Sivaganesan, TT	120703	1.34.68	4	Hamar V	20.2	1.41.60	-18
43.	Amalie Haugerud Teig, Båstad IL SK	200407	1.34.86	2	Stavanger Sø	26.3	1.37.86	-20
44.	Pauliina Klevstuen, OSK	120604	1.34.87	5	Hamar V	20.2	1.42.82	-21
45.	Silje S Stomperudhaugen, Herkules SK	250204	1.35.07	6	Hamar V	20.2	1.40.61	-20
46.	Emmeline Berentsen, Aktiv SK	051006	1.35.32	6	Hamar V	20.2	1.42.97	-21
47.	Lovisia Olstad Grinden, Nord-Odal IL	011107	1.35.46	7	Hamar V	20.2	1.51.65	-20
48.	Linnea Melgårdshagen, Sør-Fron IL	071008	1.35.76	2	Hamar V	19.2	1.48.07	-21

49.	Hedda Finsland, Asker SK	220908	1.36.01	3	Hamar V	19.2	1.43.61	-21
50.	Lina Ulvan Resell, Spk Falken	190606	1.36.15	7	Hamar V	20.2	1.41.06	-21
51.	Jenny Skjæveland Solhaug, Sandefjord SK	220209	1.36.71	3	Hamar V	20.2	1.56.57	-21
52.	Anine Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	130806	1.37.03	9	Hamar V	20.2	1.53.39	-18
53.	Maria Therese Davidsen, Jevnaker IF	230205	1.37.10	7	Hamar V	21.11	1.42.49	-20
54.	Pernille H Løvestad Skolem, H&BSK	080106	1.37.86	4	Hamar V	7.8	1.43.77	-19
55.	Renate Jeppsson, Nesodden IF	160473	1.38.59	1	Hamar V	13.2	1.24.82	-07
56.	Leona Olstad Grinden, Nord-Odal IL	170306	1.38.88	6	Hamar V	7.8	1.40.35	-20
57.	Eline Lupke Tveter, OSK	050708	1.38.91	1	Stavanger Sø	27.3		
58.	Ada Darup, TT	190805	1.39.13	15	Heerenveen	4.3	1.43.75	-20
59.	Latika Suyambudurai, Geithus IL	230110	1.39.15	1	Hamar V	20.2	1.56.49	-21
60.	Natalia Skrzypiec, Sandefjord SK	301207	1.39.49	10	Hamar V	20.2	1.56.48	-20
61.	Josefine Henriksen, Kongsvinger SK	290307	1.39.53	11	Hamar V	20.2	1.49.46	-20
62.	Sunniva Haug Johannessen, Aktiv SK	280110	1.39.93	2	Hamar V	20.2		
63.	Tuva Fløiten, Nord-Odal IL	220404	1.40.09	4	Hamar V	7.8	1.34.03	-19
64.	Elle Borgen Steen, Fana IL	200608	1.40.28	6	Hamar V	21.11	1.53.58	-21
65.	Sigrid Bakken Vold, Hamar IL	270908	1.40.29	4	Hamar V	20.2	1.47.51	-21
66.	Maren Bjerke Wullum, Skreia SK Toten	060509	1.40.31	2	Stavanger Sø	27.3	1.49.52	-21
67.	Kitty Marie Hurum Nesset, Arendal SK	050608	1.40.70	4	Stavanger Sø	26.3	1.50.77	-20
68.	Helene Søreng Soleng, Tromsø SK	130406	1.41.16	10	Hamar V	21.11	1.44.89	-20
69.	Ragnhild Andresen, Sats Sjølyst BIL	080478	1.41.76	1	Oslo Fr	1.12	1.28.0	-01
70.	Karoline Hilsen, Drammens SK	060905	1.41.81	5	Stavanger Sø	27.3	1.55.77	-20
71.	Ingeborg Ingvoldstad, Geithus IL	140909	1.42.21	3	Hamar V	20.2	1.54.32	-21
72.	Victoria Melgårdshagen, Sør-Fron IL	110610	1.44.81	3	Stavanger Sø	27.3	2.04.13	-21
73.	Tuva Sofie Sundsvold, Leinstrand IL	110306	1.45.07	10	Hamar V	20.2	1.56.79	-21
74.	Karoline Vestre, Leinstrand IL	270506	1.45.34	11	Hamar V	20.2	1.54.66	-20
75.	Trine Landsem, Spk Falken	290468	1.45.42	29	Inzell	30.1	1.45.75	-19
76.	Oda Bergersen, Herkules SK	120808	1.46.07	6	Hamar V	20.2		
77.	Johanne Braathen, Kongsvinger SK	030606	1.46.54	12	Hamar V	15.11	1.53.14	-20
78.	Monika Holth, Geithus IL	140377	1.47.06	2	Hamar V	13.2	1.47.29	-20
79.	Helle S Boldingh Debernard, Aktiv SK	250109	1.47.63	7	Hamar V	19.2		
80.	Marita Agnethe Steen, Bjugn/Ørland SK	090359	1.47.65	1	Hamar V	13.2	1.32.93	-13
81.	Ava Lynn Skinstad, Nord-Odal IL	291009	1.47.70	5	Hamar V	20.2		
82.	Lovise Ulveseth, Fana IL	240109	1.48.07	4	Stavanger Sø	26.3	2.22.06	-21
83.	Marja Haartsen, Aktiv SK	080172	1.48.96	1	Hamar V	13.2	1.37.80	-07
84.	Selma Victoria Opdahl-Njøs, LIL	071008	1.49.27	8	Hamar V	20.2	2.18.33	-21
85.	Maiken Skau Bjørge, Herkules SK	171208	1.49.77	9	Hamar V	20.2		
86.	Miriam Tangen Kind, Harstad SK	040706	1.49.81	12	Hamar V	20.2	1.55.44	-21
87.	Ada Halvorsen Bjerknes, Drammens SK	260309	1.50.15	10	Hamar V	20.2	2.26.14	-20
88.	Thomine Sæves Myran, Båstad IL SK	250508	1.50.23	13	Hamar V	20.2	2.06.84	-21
89.	Ingunn Sandø, Sør-Fron IL	240363	1.50.71	6	Erfurt	5.12	1.35.66	-07
90.	Inka M Boldingh Debernard, Aktiv SK	220307	1.50.79	14	Hamar V	20.2	1.56.89	-20
91.	Thea Sofie Andreassen, Nord-Odal IL	271008	1.52.7	3	Sand	5.2		
92.	Hedda Hylen, Tynset IF	100208	1.52.74	15	Hamar V	20.2	2.04.91	-21
93.	Sunniva Øverjordet, Sør-Fron IL	070611	1.53.64	1	Hundorp	9.3	2.11.72	-21
	Esther Serina Andersen, H&BSK	300909	1.53.64	4	Stavanger Sø	27.3		
95.	Thea Myhre, Geithus IL	170910	1.55.18	11	Geithus	16.1	2.15.79	-21
96.	Isabella Efraimsen, Tromsø SK	291008	1.55.42	11	Hamar V	19.2	2.14.81	-21
97.	Nila Mariell Nybakk, Hamar IL	051109	1.55.86	4	Hamar V	21.11		

1500 meter kvinner:

Under 3.00,0: 1980	2000	2010	2015	2020	2021
71	92	75	120	80	53

1.	Ragne Wiklund, Aktiv SK	090500	1.52.47	4	Calgary	12.12	1.54.61	-21
2.	Sofie Karoline Haugen, Sandefjord SK	220495	1.57.27	17	Salt Lake Ci	5.12	1.57.11	-20
3.	Marit Fjellanger Bøhm, SSSK	241088	2.00.38	12	Heerenveen	8.1	2.03.73	-14
4.	Amalie Haugland, Bergen SK	061103	2.00.95	4	Inzell	28.11	2.04.92	-21
5.	Victoria Keltie Sætersdal, Bergen SK	270600	2.01.06	4	Inzell	5.12	2.08.03	-21
6.	Ane By Farstad, Spk Falken	310300	2.01.32	6	Inzell	5.12	2.05.15	-20
7.	Marte Bjerkreim Furnée, Asker SK	170601	2.01.69	8	Inzell	5.12	2.03.96	-20
8.	Aurora Grinden Løvås, Nord-Odal IL	140305	2.03.57	12	Inzell	5.12	2.11.85	-20
9.	Vilde Semb, TT	100705	2.05.01	16	Inzell	5.12	2.16.50	-21
10.	Julie Berg Sjøbrend, Aktiv SK	070602	2.08.44	1	Hamar V	20.11	2.07.76	-20
11.	Hanna Svenni, Asker SK	050502	2.08.88	4	Stavanger Sø	15.1	2.11.01	-21
12.	Ina Nakken, TT	190305	2.08.89	2	Heerenveen	5.3	2.14.26	-20
13.	Sarah Marie Sanderud, Nord-Odal IL	200702	2.09.67	1	Hamar V	20.11	2.09.70	-20
14.	Kari Celine Reiss-Jacobsen, SSK Toten	101202	2.10.95	2	Hamar V	20.11	2.11.63	-20
15.	Dina Storelid, Stord IL	121203	2.11.27	3	Hamar V	20.11	2.11.14	-20
16.	Arwen Szygenda, Sør-Fron IL	300602	2.11.40	5	Stavanger Sø	15.1	2.06.59	-19
17.	Martine Solem, Bjugn/Ørland SK	240507	2.11.87	4	Heerenveen	5.3	2.23.22	-21
18.	Ingrid Håkegård Eichler, SSK Toten	070305	2.12.00	5	Heerenveen	5.3	2.25.34	-21
19.	Signe Eide Kirkesæther, TT	200506	2.15.78	1	Hamar V	7.8	2.24.83	-20
20.	Olina Norheim, Fana IL	220904	2.16.16	1	Stavanger Sø	26.3	2.16.11	-20
21.	Pauline Lysø Olsen, Bjugn/Ørland SK	291007	2.17.30	2	Stavanger Sø	26.3	2.31.91	-21
22.	Vilde Baas, Dølemo IL	300800	2.17.44	9	Stavanger Sø	20.3	2.12.95	-19
23.	Sofie Ulset, Bjugn/Ørland SK	160104	2.17.85	4	Hamar V	20.11	2.16.07	-20
24.	Åse Marie Dahn, Fana IL	050206	2.17.99	2	Hamar V	7.8	2.25.40	-21
25.	Aline Holbø Dyrset, Leinstrand IL	210506	2.18.09	2	Hamar V	20.11	2.20.32	-20
26.	Stine Finsland, Asker SK	300704	2.20.02	3	Hamar V	20.11	2.28.14	-21
27.	Anne Sofie Knutsen Birkedal, Asker SK	080807	2.20.37	3	Hamar V	19.2		
28.	Stella Horka, Arendal SK	120406	2.20.68	2	Stavanger Sø	26.3	2.22.92	-20
29.	Patricia Johannessen, TT	070404	2.20.95	5	Hamar V	20.11	2.27.79	-21
30.	Guro Samdahl Melhuus, Spk Falken	010406	2.22.08	5	Hamar V	19.2	2.22.37	-20
31.	Hanna Engebråten, Nord-Odal IL	080404	2.22.65	2	Hamar V	19.2	2.22.36	-19
32.	Linnea Haneberg, Hamar IL	170108	2.22.92	4	Hamar V	19.2		
33.	Amalie Haugerud Teig, Båstad IL SK	200407	2.23.60	3	Hamar V	20.11	2.32.08	-20
34.	Milla Grønvold Andersen, Drammens SK	050508	2.25.35	5	Hamar V	19.2	2.45.03	-21
35.	Emmeline Berentsen, Aktiv SK	051006	2.25.52	6	Hamar V	19.2	2.47.54	-20
36.	Emily Plozicki, Arendal SK	080205	2.27.18	5	Hamar V	20.11	2.26.13	-21
37.	Lovisia Olstad Grinden, Nord-Odal IL	011107	2.28.29	7	Hamar V	19.2		
38.	Ingeborg Sjøthun, SSSK	240408	2.28.67	4	Stavanger Sø	26.3	2.38.35	-21
39.	Pernille H Løvestad Skolem, H&BSK	080106	2.28.89	7	Stavanger Sø	9.10	2.35.84	-20
40.	Pauliina Klevstuen, OSK	120604	2.29.00	3	Hamar V	19.2	2.46.94	-20
41.	Nina Cecilie Vinslid, Asker SK	041104	2.30.36	5	Stavanger Sø	26.3	2.33.35	-20
42.	Hedda Finsland, Asker SK	220908	2.30.57	1	Hamar V	20.11		
43.	Predika Sivaganesan, TT	120703	2.30.91	9	Hamar V	20.11	2.41.10	-18
44.	Tuva Fløiten, Nord-Odal IL	220404	2.30.93	4	Hamar V	7.8	2.20.09	-19
45.	Josefine Henriksen, Kongsvinger SK	290307	2.31.45	8	Hamar V	19.2	2.51.84	-20
46.	Linnea Melgårdshagen, Sør-Fron IL	071008	2.31.62	1	Stavanger Sø	27.3	3.12.84	-20
47.	Anine Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	130806	2.31.87	9	Hamar V	19.2	3.04.43	-21
48.	Lina Ulvan Resell, Spk Falken	190606	2.32.20	5	Hamar V	7.8	2.34.80	-21
49.	Maren Bjerke Wullum, Skreia SK Toten	060509	2.33.17	1	Stavanger Sø	26.3		
50.	Karoline Hilsen, Drammens SK	060905	2.33.44	6	Hamar V	19.2	2.50.49	-20
51.	Leona Olstad Grinden, Nord-Odal IL	170306	2.34.24	7	Hamar V	20.11	2.37.42	-20

52.	Natalia Skrzypiec, Sandefjord SK	301207	2.34.34	11	Hamar V	19.2		
53.	Maria Therese Davidsen, Jevnaker IF	230205	2.34.49	8	Hamar V	20.11	2.44.56	-20
54.	Ada Darup, TT	190805	2.35.12	15	Heerenveen	5.3	2.45.22	-20
55.	Victoria Pagar, Gjøvik SK	020109	2.35.73	3	Hamar V	20.11	2.55.67	-21
56.	Renate Jeppsson, Nesodden IF	160473	2.35.94	1	Hamar V	12.2	2.12.37	-07
57.	Eline Lupke Tveter, OSK	050708	2.36.70	2	Stavanger Sø	26.3		
58.	Elle Borgen Steen, Fana IL	200608	2.38.21	8	Hamar V	20.11	2.57.06	-21
59.	Helene Søreng Soleng, Tromsø SK	130406	2.39.01	6	Hamar V	7.8	2.44.60	-20
	Kitty Marie Hurum Nesset, Arendal SK	050608	2.39.01	9	Hamar V	20.11	2.59.91	-21
61.	Jenny Skjæveland Solhaug, Sandefjord SK	220209	2.39.86	1	Tønsberg	19.12	2.57.62	-21
62.	Silje S Stomperudhaugen, Herkules SK	250204	2.39.94	5	Hamar V	19.2	2.38.95	-20
63.	Johanne Braathen, Kongsvinger SK	030606	2.41.67	9	Hamar V	20.11	2.53.99	-20
64.	Trine Landsem, Spk Falken	290468	2.44.27	3	Heerenveen	17.3	2.41.61	-20
65.	Greta Tollefsen, Tromsø SK	251068	2.44.85	2	Bjugn Fosenh	2.4	2.25.78	-16
66.	Monika Holth, Geithus IL	140377	2.45.23	2	Hamar V	12.2	2.41.57	-20
67.	Latika Suyambudurai, Geithus IL	230110	2.45.64	1	Geithus	6.3	2.53.44	-21
68.	Sigrid Bakken Vold, Hamar IL	270908	2.45.78	3	Hamar V	13.12		
69.	Ingunn Sandø, Sør-Fron IL	240363	2.46.52	1	Hamar V	20.11	2.27.70	-07
70.	Marita Agnethe Steen, Bjugn/Ørland SK	090359	2.46.72	1	Hamar V	12.2	2.26.54	-11
71.	Lovise Ulveseth, Fana IL	240109	2.46.91	4	Stavanger Sø	27.3		
72.	Tuva Sofie Sundsvold, Leinstrand IL	110306	2.47.77	10	Hamar V	19.2	3.05.16	-21
73.	Inka M Boldingh Debernard, Aktiv SK	220307	2.48.06	12	Hamar V	19.2	3.06.63	-20
74.	Victoria Melgårdshagen, Sør-Fron IL	110610	2.49.09	4	Hamar V	13.12	3.40.00	-19
75.	Solfrid Sivertsen, Gjøvik SK	190776	2.49.21	4	Bjugn Fosenh	2.4	2.23.91	-95
76.	Ava Lynn Skinstad, Nord-Odal IL	291009	2.49.85	3	Stavanger Sø	26.3		
77.	Karoline Vestre, Leinstrand IL	270506	2.50.28	11	Hamar V	19.2	2.59.73	-20
78.	Thomine Sæves Myran, Båstad IL SK	250508	2.51.68	13	Hamar V	19.2		
79.	Ingeborg Ingvoldstad, Geithus IL	140909	2.51.70	2	Geithus	6.3	2.46.26	-21
80.	Mathilde Horn Østerlie, TSK	220109	2.51.87	1	Kristiansund	19.3		
81.	Sara Hemmer, Aktiv SK	250359	2.51.99	1	Stavanger Sø	27.3	2.43.50	-12
82.	Frida Maude, IL Braatt Kr.sund	291108	2.52.13	2	Kristiansund	19.3		
83.	Hedda Hylen, Tynset IF	100208	2.52.64	14	Hamar V	19.2	3.39.37	-21
84.	Marja Haartsen, Aktiv SK	080172	2.55.87	2	Hamar V	12.2	2.32.24	-07
85.	Selma Victoria Opdahl-Njøs, Leinstrand	071008	2.59.95	4	Oslo Fr	12.2		

3000 meter kvinner:

Alle:	1980	2000	2010	2015	2020	2021
	36	66	53	71	56	47

1.	Ragne Wiklund, Aktiv SK	090500	3.55.51	3	Salt Lake Ci	3.12	3.58.95	-21
2.	Sofie Karoline Haugen, Sandefjord SK	220495	4.02.66	5	Salt Lake Ci	3.12	4.04.69	-20
3.	Marit Fjellanger Bøhm, SSSK	241088	4.06.69	14	Salt Lake Ci	3.12	4.10.66	-21
4.	Marte Bjerkreim Furnée, Asker SK	170601	4.15.16	3	Inzell	4.12	4.26.81	-21
5.	Amalie Haugland, Bergen SK	061103	4.16.72	5	Inzell	27.11	4.29.03	-21
6.	Victoria Keltie Sætersdal, Bergen SK	270600	4.16.99	4	Inzell	4.12	4.31.01	-21
7.	Aurora Grinden Løvås, Nord-Odal IL	140305	4.19.07	8	Inzell	4.12	4.38.04	-21
8.	Hanna Svenni, Asker SK	050502	4.22.35	8	Inzell	4.12	4.34.40	-21
9.	Sarah Marie Sanderud, Nord-Odal IL	200702	4.25.40	13	Inzell	4.12	4.25.11	-20
10.	Julie Berg Sjøbrend, Aktiv SK	070602	4.28.45	2	Hamar V	14.8	4.31.70	-20
11.	Ingrid Håkegård Eichler, SSK Toten	070305	4.34.11	2	Heerenveen	4.3	4.58.80	-21
12.	Ina Nakken, TT	190305	4.35.14	3	Heerenveen	4.3	4.43.38	-21
13.	Dina Storelid, Stord IL	121203	4.35.92	5	Inzell	19.2	4.38.34	-21
14.	Martine Solem, Bjugn/Ørland SK	240507	4.38.27	1	Stavanger Sø	27.3	5.06.48	-21
15.	Arwen Szygenda, Sør-Fron IL	300602	4.41.94	8	Stavanger Sø	19.3	4.32.39	-19
16.	Kari Celine Reiss-Jacobsen, SSK Toten	101202	4.42.16	2	Hamar V	21.11	4.34.69	-20

17.	Vilde Semb, TT	100705	4.43.40	3	Hamar V	31.10	5.01.49	-20
18.	Signe Eide Kirkesæther, TT	200506	4.45.67	1	Hamar V	8.8		
19.	Åse Marie Dahn, Fana IL	050206	4.46.23	2	Hamar V	8.8	5.01.59	-21
20.	Olina Norheim, Fana IL	220904	4.49.18	2	Hamar V	8.8	5.01.37	-21
21.	Pauline Lysø Olsen, Bjugn/Ørland SK	291007	4.53.51	2	Stavanger Sø	27.3	5.24.32	-21
22.	Stine Finsland, Asker SK	300704	4.57.46	1	Hamar V	21.11	5.11.69	-21
23.	Aline Holbø Dyrset, Leinstrand IL	210506	4.58.00	2	Hamar V	14.8	5.09.85	-20
24.	Ellen Bjertnes, Geithus IL	081294	5.03.69	1	Geithus	6.3	4.21.83	-17
25.	Pernille H Løvestad Skolem, H&BSK	080106	5.05.30	2	Stavanger Sø	10.10	5.27.01	-20
26.	Stella Horka, Arendal SK	120406	5.07.89	3	Hamar V	8.8	5.03.27	-20
27.	Milla Grønvold Andersen, Drammens SK	050508	5.09.65	3	Stavanger Sø	27.3	6.01.97	-21
28.	Tuva Fløiten, Nord-Odal IL	220404	5.11.71	2	Hamar V	14.8	4.54.41	-20
29.	Patricia Johannessen, TT	070404	5.12.58	6	Heerenveen	5.3	5.46.71	-20
30.	Hanna Engebråten, Nord-Odal IL	080404	5.16.80	2	Hamar V	8.8	5.10.21	-21
31.	Emmeline Berentsen, Aktiv SK	051006	5.20.43	4	Stavanger Sø	27.3		
32.	Amalie Haugerud Teig, Båstad IL SK	200407	5.23.01	2	Hamar V	8.8	5.28.75	-21
33.	Ingeborg Sjøthun, SSSK	240408	5.23.88	2	Stavanger Sø	10.10	5.44.77	-21
34.	Linnea Haneberg, Hamar IL	170108	5.25.62	1	Hamar V	13.12		
35.	Karoline Hilsen, Drammens SK	060905	5.38.18	3	Stavanger Sø	27.3		
36.	Monika Holth, Geithus IL	140377	5.40.08	1	Stavanger Sø	10.10	5.41.40	-20
37.	Johanne Braathen, Kongsvinger SK	030606	5.44.28	2	Hamar V	13.12	6.03.72	-21
38.	Linnea Melgårdshagen, Sør-Fron IL	071008	5.45.20	1	Hundorp	5.1	6.29.84	-20
39.	Helene Søreng Soleng, Tromsø SK	130406	5.46.81	5	Hamar V	8.8		
40.	Josefine Henriksen, Kongsvinger SK	290307	5.47.77	2	Hamar V	14.8	5.49.36	-21
41.	Latika Suyambudurai, Geithus IL	230110	5.51.60	1	Geithus	9.3		
42.	Predika Sivaganesan, TT	120703	5.53.61	7	Heerenveen	5.3	6.12.99	-18
43.	Kitty Marie Hurum Nesset, Arendal SK	050608	5.53.75	2	Hamar V	21.11		
44.	Elle Borgen Steen, Fana IL	200608	5.55.66	5	Stavanger Sø	27.3	6.47.96	-21
45.	Anine Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	130806	5.56.93	2	Geithus	2.1	6.52.16	-18
46.	Trine Landsem, Spk Falken	290468	5.58.68	1	Hamar V	13.2	5.42.62	-19
47.	Ingunn Sandø, Sør-Fron IL	240363	5.59.10	6	Erfurt	5.12	5.14.30	-07
48.	Marita Agnethe Steen, Bjugn/Ørland SK	090359	5.59.26	1	Hamar V	13.2	5.04.27	-11
49.	Pauliina Klevstuen, OSK	120604	6.00.95	2	Oslo Fr	8.12		
50.	Sara Hemmer, Kuben VGS BIL Oslo	250359	6.10.17	1	Oslo Fr	12.1	5.43.07	-19
51.	Maiken Nerstad Gundersen, Båstad IL SK	030102	6.14.28	1	Båstad	27.1	6.04.47	-18
52.	Victoria Melgårdshagen, Sør-Fron IL	110610	6.25.04	2	Hundorp	12.1		
53.	Marja Haartsen, Aktiv SK	080172	6.26.10	2	Hamar V	13.2	5.32.19	-07
54.	Ingeborg Ingvoldstad, Geithus IL	140909	6.33.98	4	Geithus	2.1		
55.	Hege Stubberud Fossum, Tynset IF	150983	6.58.78	1	Tynset	26.2	7.22.54	-21
56.	Maria Godø Birkeli, Geithus IL	010782	7.00.60	2	Geithus	6.3		
57.	Miriam Tangen Kind, Harstad SK	040706	7.01.70	2	Tromsø	6.2		
58.	Thea Isaksen, Tromsø SK	190291	7.06.64	3	Tromsø	6.2		
59.	Inka M Boldingh Debernard, Aktiv SK	220307	7.11.89	4	Oslo Fr	13.2		
60.	Susanne Vangen Stensvaag, Hamar IL	020271	7.13.50	3	Hamar V	13.2	6.33.02	-19
61.	Martine Nordstrand, Tromsø SK	170407	7.27.71	4	Tromsø	6.2		
62.	Jenny Støholen, Tynset IF	081277	7.34.71	2	Tynset	26.2	7.29.26	-20
63.	Mari Trætteberg Haraldsen, Sør-Fron IL	180492	7.47.12	3	Hundorp	12.1		
64.	Vilma Fossum, Tynset IF	270412	8.03.09	3	Tynset	26.2	9.00.25	-21
65.	Hedda Hylen, Tynset IF	100208	8.03.97	4	Tynset	26.2		
66.	Aina Veronika Nesmoen, Nesmoen Design Trh	021274	8.31.11	2	Trondheim L	28.2		
67.	Mira Fossum, Tynset IF	110209	8.47.27	5	Tynset	26.2		
68.	May Silje Findahl, Tynset IF	290175	8.50.82	6	Tynset	26.2		
69.	Jenny Noraberg Müller, Geithus IL	020652	8.53.82	3	Geithus	6.3		
70.	Marit Dalseth Riktor, AHUS BIL Oslo	111167	8.58.85	2	Oslo Fr	12.1	7.12.80	-14
71.	Emma Hylen, Tynset IF	260310	9.46.62	7	Tynset	26.2		
72.	Guro Nyhus Hylen, Tynset IF	140281	9.48.86	1	Tynset	2.3		

73.	Marit Hoff, Tynset IF	050440	10.50.28	3	Tynset	25.2	10.32.72	-21
74.	Kari Jønland, Tynset IF	220464	13.37.37	4	Tynset	25.2		

5000 meter kvinner:

1.	Ragne Wiklund, Aktiv SK	090500	6.56.34	5	Beijing Chao	10.2	6.58.76	-21
2.	Sofie Karoline Haugen, Sandefjord SK	220495	7.18.67	2	Hamar V	31.10	6.56.64	-20
3.	Marte Bjerkreim Furnée, Asker SK	170601	7.45.49	1	Stavanger Sø	20.3	7.46.52	-21
4.	Victoria Keltie Sætersdal, Bergen SK	270600	7.49.49	2	Stavanger Sø	20.3	7.53.44	-21
5.	Aurora Grinden Løvås, Nord-Odal IL	140305	7.51.51	3	Stavanger Sø	20.3		
6.	Hanna Svenni, Asker SK	050502	7.58.30	4	Stavanger Sø	20.3	7.55.62	-21
7.	Ingrid Håkegård Eichler, SSK Toten	070305	8.05.41	5	Stavanger Sø	20.3		
8.	Arwen Szygenda, Sør-Fron IL	300602	8.07.12	6	Stavanger Sø	20.3	7.53.49	-19
9.	Dina Storelid, Stord IL	121203	8.16.78	7	Stavanger Sø	20.3		
10.	Olina Norheim, Fana IL	220904	8.41.69	8	Stavanger Sø	20.3	8.59.52	-21
11.	Milla Grønvold Andersen, Drammens SK	050508	9.15.31	1	Geithus	11.12		
12.	Sara Hemmer, Aktiv SK	250359	9.40.97	1	Stavanger Sø	26.3	9.22.37	-19
13.	Trine Landsem, Spk Falken	290468	9.51.23	2	Heerenveen	16.3	9.41.72	-20
14.	Solfrid Sivertsen, Gjøvik SK	190776	10.07.72	2	Bjugn Fosenh	1.4	8.37.5	-95
15.	Marita Agnethe Steen, Bjugn/Ørland SK	090359	10.16.02	3	Bjugn Fosenh	1.4	9.30.86	-10
16.	Greta Tollefsen, Tromsø SK	251068	10.22.06	5	Bjugn Fosenh	1.4	8.53.52	-17
17.	Elle Borgen Steen, Fana IL	200608	10.30.22	1	Bergen Sl	26.2	11.06.24	-21
18.	Hege Stubberud Fossum, Tynset IF	150983	10.58.60	6	Bjugn Fosenh	1.4	13.56.57	-20
19.	Maria Godø Birkeli, Geithus IL	010782	11.58.71	1	Geithus	9.3		
20.	Eirin Lien, Tynset IF	241190	12.17.64	1	Tynset	2.3		
21.	Susanne Vangen Stensvaag, Hamar IL	020271	12.40.82	8	Bjugn Fosenh	1.4	11.58.94	-19
22.	Marit Dalseth Riktor, Lilleborg IK	111167	12.44.73	9	Bjugn Fosenh	1.4	11.35.6	-09
23.	Ingrid Fiskvik Rokseth, Trondheim KK	060267	12.57.20	10	Bjugn Fosenh	1.4		
24.	Hedda Hylen, Tynset IF	100208	13.45.72	2	Tynset	2.3	16.28.29	-20
25.	Tove Julianne Nerdahl, Trondheim KK	220778	14.18.11	11	Bjugn Fosenh	1.4	14.23.60	-21
26.	May Silje Findahl, Tynset IF	290175	14.29.27	3	Tynset	2.3		
27.	Britt Bakken Løvlien, Tynset IF	021284	14.30.50	4	Tynset	2.3		
28.	Mona Brøten, Tynset IF	200768	15.17.32	1	Tynset	8.3		
29.	Anne Bjørnsmoen, Tynset IF	070359	17.23.32	2	Tynset	8.3	11.53.95	-17
30.	Vilma Fossum, Tynset IF	270412	17.47.26	5	Tynset	2.3	15.36.77	-20
31.	Maja Distad, Tynset IF	270112	17.48.83	6	Tynset	2.3		
32.	Marit Hoff, Tynset IF	050440	18.09.19	1	Tynset	25.2	18.20.83	-20

10000 meter kvinner:

1.	Olina Norheim, Fana IL	220904	18.55.81	1	Bergen Sl	22.1	18.03.14	-21
2.	Sara Hemmer, Aktiv SK	250359	19.33.17	1	Stavanger Sø	27.3	19.11.29	-13
3.	Milla Grønvold Andersen, Drammens SK	050508	20.06.26	1	Geithus	2.1		
4.	Trine Landsem, Spk Falken	290468	20.20.69	1	Bjugn Fosenh	2.4	19.52.97	-20
5.	Solfrid Sivertsen, Gjøvik SK	190776	21.12.84	2	Bjugn Fosenh	2.4		
6.	Marita Agnethe Steen, Bjugn/Ørland SK	090359	22.06.78	4	Bjugn Fosenh	2.4	19.35.85	-10
7.	Hege Stubberud Fossum, Tynset IF	150983	22.40.28	5	Bjugn Fosenh	2.4	28.31.31	-20
8.	Elle Borgen Steen, Fana IL	200608	23.20.43	2	Bergen Sl	22.1	23.23.87	-21
9.	Line Moen Bredalslien, Tynset IF	201190	24.12.75	1	Tynset	27.2		
10.	Svetlana K Johnsen, Tynset IF	060175	25.11.67	2	Tynset	27.2	22.20.93	-20
11.	Marit Dalseth Riktor, Lilleborg IK	111167	25.21.00	7	Bjugn Fosenh	2.4	23.52.6	-07
12.	Eirin Lien, Tynset IF	241190	25.34.27	4	Tynset	27.2		
13.	Susanne Vangen Stensvaag, Hamar IL	020271	25.45.58	8	Bjugn Fosenh	2.4	25.00.06	-19
14.	Jenny Støholen, Tynset IF	081277	26.49.08	5	Tynset	27.2	29.33.85	-20
15.	Ingrid Fiskvik Rokseth, Trondheim KK	060267	27.29.33	9	Bjugn Fosenh	2.4		
16.	Tove Julianne Nerdahl, Trondheim KK	220778	28.00.05	10	Bjugn Fosenh	2.4		
17.	Hedda Hylen, Tynset IF	100208	29.01.94	6	Tynset	27.2		

18.	Mira Fossum, Tynset IF	110209	31.07.61	7	Tynset	27.2	
19.	Britt Bakken Løvlien, Tynset IF	021284	31.30.67	8	Tynset	27.2	
20.	Vilma Fossum, Tynset IF	270412	31.42.61	9	Tynset	27.2	
21.	May Silje Findahl, Tynset IF	290175	31.59.42	10	Tynset	27.2	
22.	Leah Fossum, Tynset IF	190307	32.22.26	11	Tynset	27.2	
23.	Maja Distad, Tynset IF	270112	35.53.41	12	Tynset	27.2	

KVINNER INDEX/ADELSKALENDRE - SESONGEN 2021/22

Navn	Klubb	født	500m	1000m	1500m	3000m	5000m	10000m	Sprint-k		Mini 4-k		Liten 4-k	
Andersen Esther Serina	H&BSK	300909	54.45	1.53.64	3.08.87	-	-	-	111.270	96	-	-	-	-
Andersen Milla Grønvold	Drammens SK	050508	47.28	1.33.81	2.25.35	5.09.65	9.15.31	20.06.26	94.185	44	194.243	25	202.869	11
Andreassen Thea Sofie	Nord-Odal IL	271008	53.30	1.52.7	-	-	-	-	109.650	91	-	-	-	-
Andresen Ragnhild	Sats Sjølyst BIL Oslo	080478	50.60	1.41.76	-	-	-	-	101.480	70	-	-	-	-
Berentsen Emmeline	Aktiv SK	051006	47.54	1.35.32	2.25.52	5.20.43	-	-	95.200	50	197.111	29	-	-
Bergersen Oda	Herkules SK	120808	53.20	1.46.07	-	-	-	-	106.235	79	-	-	-	-
Birkedal Anne Sofie Knutsen	Asker SK	080807	44.07	1.29.63	2.20.37	-	-	-	88.885	27	-	-	-	-
Birkeli Maria Godø	Geithus IL	010782	63.43	2.10.86	3.30.74	7.00.60	11.58.71	-	128.860	126	269.206	57	275.647	18
Bjerknes Ada Halvorsen	Drammens SK	260309	52.24	1.50.15	-	-	-	-	107.315	85	-	-	-	-
Bjertnes Ellen	Geithus IL	081294	42.36	1.25.75	-	5.03.69	-	-	85.235	17	-	-	-	-
Bjørge Maiken Skau	Herkules SK	171208	54.54	1.49.77	-	-	-	-	109.425	90	-	-	-	-
Bjørklund Anine Haugnæs	Geithus IL	130806	47.23	1.37.03	2.31.87	5.56.93	-	-	95.745	51	205.856	36	-	-
Bjørnsmoen Anne	Tynset IF	070359	-	-	-	-	17.23.32	-	-	-	-	-	-	-
Bredalslien Line Moen	Tynset IF	201190	-	-	-	-	-	24.12.75	-	-	-	-	-	-
Bredalslien Synne Moen	Tynset IF	061099	48.86	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Brøten Mona	Tynset IF	200768	-	-	-	-	15.17.32	-	-	-	-	-	-	-
Braathen Johanne	Kongsvinger SK	030606	52.22	1.46.54	2.41.67	5.44.28	-	-	105.490	75	216.760	42	-	-
Bøhm Marit Fjellanger	SSSK	241088	-	1.22.71	2.00.38	4.06.69	-	-	-	-	-	-	-	-
Baas Vilde	Dølemo IL	300800	40.71	1.24.68	2.17.44	-	-	-	83.050	10	-	-	-	-
Dahn Åse Marie	Fana IL	050206	45.70	1.30.37	2.17.99	4.46.23	-	-	90.885	33	184.586	20	-	-
Darup Ada	TT	190805	47.11	1.39.13	2.35.12	-	-	-	96.675	54	-	-	-	-
Davidsen Maria Therese	Jevnaker IF	230205	46.12	1.37.10	2.34.49	-	-	-	94.670	47	-	-	-	-
Debernard Helle S Boldingh	Aktiv SK	250109	51.39	1.47.63	3.03.30	-	-	-	105.205	74	-	-	-	-
Debernard Inka M Boldingh	Aktiv SK	220307	51.36	1.50.79	2.48.06	7.11.89	-	-	106.755	81	234.756	49	-	-
Distad Maja	Tynset IF	270112	72.52	-	-	-	17.48.83	35.53.41	-	-	-	-	-	-
Dyrset Aline Holbø	Leinstrand IL	210506	42.79	1.25.93	2.18.09	4.58.00	-	-	85.755	18	181.451	18	-	-
Efraimsen Isabella	Tromsø SK	291008	54.27	1.55.42	-	-	-	-	111.980	97	-	-	-	-
Eichler Ingrid Håkegård	Skreia SK Toten	070305	45.58	1.28.56	2.12.00	4.34.11	8.05.41	-	89.860	28	179.545	15	183.806	9
Engebråten Hanna	Nord-Odal IL	080404	44.78	1.30.80	2.22.65	5.16.80	-	-	90.180	30	190.530	24	-	-
Evensen Helena Naomi	Hamar IL	290407	53.84	2.01.19	-	-	-	-	114.435	102	-	-	-	-
Farestveit Camilla Hallås	Bergen SK	051289	46.83	1.32.42	-	-	-	-	93.040	36	-	-	-	-
Farstad Ane By	Spk Falken	310300	40.25	1.19.03	2.01.32	-	-	-	79.765	4	-	-	-	-
Findahl May Silje	Tynset IF	290175	85.22	-	4.16.76	8.50.82	14.29.27	31.59.42	-	-	-	-	346.203	21
Finsland Hedda	Asker SK	220908	46.56	1.36.01	2.30.57	-	-	-	94.565	46	-	-	-	-
Finsland Stine	Asker SK	300704	46.46	1.31.86	2.20.02	4.57.46	-	-	92.390	34	188.639	23	-	-
Fløiten Tuva	Nord-Odal IL	220404	49.82	1.40.09	2.30.93	5.11.71	-	-	99.865	64	202.126	31	-	-
Fossum Hege Stubberud	Tynset IF	150983	59.93	2.09.91	3.03.88	6.58.78	10.58.60	22.40.28	124.885	119	255.974	55	256.879	16
Fossum Leah	Tynset IF	190307	-	-	-	-	-	32.22.26	-	-	-	-	-	-
Fossum Mira	Tynset IF	110209	68.50	2.29.29	-	8.47.27	-	31.07.61	143.145	144	-	-	-	-
Fossum Vilma	Tynset IF	270412	66.56	2.41.78	-	8.03.09	17.47.26	31.42.61	147.450	146	-	-	-	-
Furnée Marte Bjerkreim	Asker SK	170601	40.62	1.19.41	2.01.69	4.15.16	7.45.49	-	80.325	5	163.414	2	170.258	3
Grinden Leona Olstad	Nord-Odal IL	170306	48.06	1.38.88	2.34.24	-	-	-	97.500	58	-	-	-	-
Grinden Lovisia Olstad	Nord-Odal IL	011107	46.16	1.35.46	2.28.29	-	-	-	93.890	43	-	-	-	-
Grøsland Mari	Geithus IL	260492	50.18	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Gundersen Maiken Nerstad	Båstad IL SK	030102	56.02	1.58.27	3.01.91	6.14.28	-	-	115.155	103	238.171	52	-	-
Haneberg Linnea	Hamar IL	170108	46.62	1.33.35	2.22.92	5.25.62	-	-	93.295	39	195.205	26	-	-
Hangstad Synne Elise	Tromsø SK	080600	48.10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Haraldsen Mari Trætteberg	Sør-Fron IL	180492	-	-	-	7.47.12	-	-	-	-	-	-	-	-
Haugen Sofie Karoline	Sandefjord SK	220495	41.91	-	1.57.27	4.02.66	7.18.67	-					165.310	2
Haugland Amalie	Bergen SK	061103	40.65	1.20.27	2.00.95	4.16.72	-	-	80.785	6	163.887	3	-	-
Hemmer Sara	Aktiv SK(1,3,5,6) Kuben VGS BIL Oslo(2,4)	250359	59.77	2.03.76	2.51.99	6.10.17	9.40.97	19.33.17	121.650	114	240.675	53	236.892	15
Henriksen Josefine	Kongsvinger SK	290307	46.16	1.39.53	2.31.45	5.47.77	-	-	95.925	52	204.369	35	-	-
Hilsen Karoline	Drammens SK	060905	50.38	1.41.81	2.33.44	5.38.18	-	-	101.285	69	208.794	37	-	-
Hoff Marit	Tynset IF	050440	-	-	-	10.50.28	18.09.19	-	-	-	-	-	-	-
Holth Monika	Geithus IL	140377	52.12	1.47.06	2.45.23	5.40.08	-	-	105.650	77	217.406	43	-	-

Horka Stella	Arendal SK	120406	44.88	1.31.05	2.20.68	5.07.89	-	-	90.405	31	188.613	22	-	-
Hylen Emma	Tynset IF	260310	-	-	-	9.46.62	-	-	-	-	-	-	-	-
Hylen Guro Nyhus	Tynset IF	140281	-	-	-	9.48.86	-	-	-	-	-	-	-	-
Hylen Hedda	Tynset IF	100208	52.93	1.52.74	2.52.64	8.03.97	13.45.72	29.01.94	109.300	89	247.507	54	273.709	17
Haartsen Marja	Aktiv SK	080172	53.34	1.48.96	2.55.87	6.26.10	-	-	107.880	86	230.793	49	-	-
Ingvoldstad Ingeborg	Geithus IL	140909	49.48	1.42.21	2.51.70	6.33.98	-	-	100.585	68	223.481	46	-	-
Isaksen Thea	Tromsø SK	190291	70.52	2.22.97	3.24.58	7.06.64	-	-	142.005	141	281.304	59	-	-
Jagtøyen Carina	Leinstrand IL	050598	40.79	1.20.75	-	-	-	-	81.165	7	-	-	-	-
Jeppsson Renate	Nesodden IF	160473	47.10	1.38.59	2.35.94	-	-	-	96.395	53	-	-	-	-
Johannessen Patricia	TT	070404	43.74	1.29.28	2.20.95	5.12.58	-	-	88.380	26	187.459	21	-	-
Johannessen Sunniva Haug	Aktiv SK	280110	50.03	1.39.93	-	-	-	-	99.995	66	-	-	-	-
Johnsen Svetlana K	Tynset IF	060175	54.58	-	-	-	-	25.11.67	-	-	-	-	-	-
Jønland Kari	Tynset IF	220464	-	-	-	13.37.37	-	-	-	-	-	-	-	-
Kaper Augustine Trijntje	OSK	081110	53.54	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Kind Miriam Tangen	Harstad SK	040706	50.66	1.49.81	3.01.68	7.01.70	-	-	105.565	76	236.408	50	-	-
Kirkesæther Signe Eide	TT	200506	43.37	1.27.63	2.15.78	4.45.67	-	-	87.185	22	180.056	16	-	-
Klevstuen Pauliina	OSK	120604	46.40	1.34.87	2.29.00	6.00.95	-	-	93.835	42	203.659	34	-	-
Landsem Trine	Spk Falken	290468	55.26	1.45.42	2.44.27	5.58.68	9.51.23	20.20.69	107.970	87	222.506	45	228.919	13
Larsen Cecilie	Arendal SK	070891	53.16	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Lien Eirin	Tynset IF	241190	-	-	-	-	12.17.64	25.34.27	-	-	-	-	-	-
Løvlien Britt Bakken	Tynset IF	021284	-	-	-	-	14.30.50	31.30.67	-	-	-	-	-	-
Løvås Aurora Grinden	Nord-Odal IL	140305	40.64	1.21.06	2.03.57	4.19.07	7.51.51	-	81.170	8	165.538	4	172.159	5
Maude Frida	IL Braatt Kr.sund	291108	52.43	-	2.52.13	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Melgårdshagen Linnea	Sør-Fron IL	071008	46.83	1.35.76	2.31.62	5.45.20	-	-	94.710	48	202.783	33	-	-
Melgårdshagen Victoria	Sør-Fron IL	110610	51.24	1.44.81	2.49.09	6.25.04	-	-	103.645	73	224.181	47	-	-
Melhuus Guro Samdahl	Spk Falken	010406	44.57	1.32.61	2.22.08	-	-	-	90.875	32	-	-	-	-
Müller Jenny Noraberg	Geithus IL	020652	84.10	2.53.65	4.24.10	8.53.82	-	-	170.925	152	347.928	61	-	-
Myhre Thea	Geithus IL	170910	53.50	1.55.18	-	-	-	-	111.090	95	-	-	-	-
Myran Thomine Sæves	Båstad IL SK	250508	51.73	1.50.23	2.51.68	-	-	-	106.845	82	-	-	-	-
Nakken Ina	TT	190305	43.38	1.25.81	2.08.89	4.35.14	-	-	86.285	20	175.104	12	-	-
Nerdahl Tove Julianne	Trondheim KK	220778	55.46	2.03.74	3.36.58	-	14.18.11	28.00.05	117.330	109	-	-	-	-
Nesmoen Aina Veronika	Nesmoen Design BIL Trh	021274	64.99	2.25.36	3.45.46	8.31.11	-	-	137.670	136	298.008	60	-	-
Nesset Kitty Marie Hurum	Arendal SK	050608	49.56	1.40.70	2.39.01	5.53.75	-	-	99.910	65	211.871	41	-	-
Nordstrand Martine	Tromsø SK	170407	56.96	2.01.04	3.14.61	7.27.71	-	-	117.480	111	256.968	56	-	-
Norheim Olina	Fana IL	220904	42.83	1.29.11	2.16.16	4.49.18	8.41.69	18.55.81	87.385	24	180.967	17	188.581	10
Nybakk Nila Mariell	Hamar IL	051109	55.45	1.55.86	3.20.92	-	-	-	113.380	99	-	-	-	-
Olsen Pauline Lysø	Bjugn/Ørland SK	291007	43.29	1.28.22	2.17.30	4.53.51	-	-	87.400	25	182.084	19	-	-
Opdahl-Njøs Selma Victoria	Leinstrand IL	071008	51.39	1.49.27	2.59.95	-	-	-	106.025	78	-	-	-	-
Orderud Johanna Novak	Båstad IL SK	220807	53.23	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Pagar Victoria	Gjøvik SK	020109	46.14	1.34.25	2.35.73	-	-	-	93.265	38	-	-	-	-
Plozicki Emily	Arendal SK	080205	44.21	1.31.78	2.27.18	-	-	-	90.100	29	-	-	-	-
Pokpoon Ella Ananyah	SSSK	070406	49.34	2.01.93	-	-	-	-	110.305	93	-	-	-	-
Reiersen Siri Moseng	Arendal SK	081289	46.65	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Reiss-Jacobsen Kari Celine	Skreia SK Toten	101202	43.54	1.25.40	2.10.95	4.42.16	-	-	86.240	19	176.916	13	-	-
Resell Lina Ulvan	Spk Falken	190606	46.65	1.36.15	2.32.20	-	-	-	94.725	49	-	-	-	-
Riktor Marit Dalseth	Lilleborg IK(1,3,5,6) AHUS BIL Oslo(4)	111167	74.57	-	3.44.08	8.58.85	12.44.73	25.21.00	-	-	-	-	315.544	20
Ripsrud Martine	Stange SK	311095	38.12	1.16.17	-	-	-	-	76.205	1	-	-	-	-
Rokseth Ingrid Fiskvik	Trondheim KK	060267	58.23	-	3.17.42	-	12.57.20	27.29.33	-	-	-	-	-	-
Samsonsen Julie Nistad	Fana IL	050400	37.94	1.17.09	-	-	-	-	76.485	2	-	-	-	-
Sanderud Sarah Marie	Nord-Odal IL	200702	42.60	1.23.23	2.09.67	4.25.40	-	-	84.215	13	171.671	7	-	-
Sandø Ingunn	Sør-Fron IL	240363	54.61	1.50.71	2.46.52	5.59.10	-	-	109.965	92	225.321	48	-	-
Semb Vilde	TT	100705	42.79	1.24.47	2.05.01	4.43.40	-	-	85.025	16	173.928	9	-	-
Sivaganesan Predika	TT	120703	45.80	1.34.68	2.30.91	5.53.61	-	-	93.140	37	202.378	32	-	-
Sivertsen Solfrid	Gjøvik SK	190776	54.40	-	2.49.21	-	10.07.72	21.12.84	-	-	-	-	-	-
Sjøbrend Julie Berg	Aktiv SK	070602	42.32	1.24.08	2.08.44	4.28.45	-	-	84.360	14	171.914	8	-	-
Sjøthun Ingeborg	SSSK	240408	46.52	1.33.98	2.28.67	5.23.88	-	-	93.510	40	197.046	28	-	-
Skinstad Ava Lynn	Nord-Odal IL	291009	53.32	1.47.70	2.49.85	-	-	-	107.170	84	-	-	-	-
Skolem Pernille H Løvestad	H&BSK	080106	48.37	1.37.86	2.28.89	5.05.30	-	-	97.300	57	197.813	30	-	-
Skrzypiec Natalia	Sandefjord SK	301207	50.44	1.39.49	2.34.34	-	-	-	100.185	67	-	-	-	-
Solem Martine	Bjugn/Ørland SK	240507	41.90	1.25.12	2.11.87	4.38.27	-	-	84.460	15	174.794	10	-	-
Soleng Helene Søreng	Tromsø SK	130406	48.40	1.41.16	2.39.01	5.46.81	-	-	98.980	62	209.784	38	-	-
Solhaug Jenny Skjæveland	Sandefjord SK	220209	48.50	1.36.71	2.39.86	-	-	-	96.855	55	-	-	-	-
Steen Elle Borgen	Fana IL	200608	48.70	1.40.28	2.38.21	5.55.66	10.30.22	23.20.43	98.840	60	210.852	39	223.734	12
Steen Marita Agnethe	Bjugn/Ørland SK	090359	52.85	1.47.65	2.46.72	5.59.26	10.16.02	22.06.78	106.675	80	222.124	44	229.901	14
Stenback Joséphine	OSK	050409	52.42	2.03.57	3.15.03	-	-	-	114.205	101	-	-	-	-
Stensvaag Susanne Vangen	Hamar IL	020271	62.88	2.15.02	3.24.82	7.13.50	12.40.82	25.45.58	130.390	131	270.913	58	279.485	19

Stomperudhaugen Silje S	Herkules SK	250204	45.34	1.35.07	2.39.94	-	-	-	92.875	35	-	-	-	-
Storelid Dina	Stord IL	121203	44.06	1.26.32	2.11.27	4.35.92	8.16.78	-	87.220	23	176.962	14	183.480	8
Støholen Jenny	Tynset IF	081277	68.08	-	-	7.34.71	-	26.49.08	-	-	-	-	-	-
Sundsvold Tuva Sofie	Leinstrand IL	110306	50.12	1.45.07	2.47.77	-	-	-	102.655	72	-	-	-	-
Suyambudurai Latika	Geithus IL	230110	47.49	1.39.15	2.45.64	5.51.60	-	-	97.065	56	210.878	40	-	-
Svenni Hanna	Asker SK	050502	43.06	1.21.92	2.08.88	4.22.35	7.58.30	-	84.020	11	170.705	6	177.575	6
Szygenda Arwen	Sør-Fron IL	300602	42.29	1.23.66	2.11.40	4.41.94	8.07.12	-	84.120	12	174.910	11	181.792	7
Sætersdal Victoria Keltie	Bergen SK	270600	42.02	1.21.41	2.01.06	4.16.99	7.49.49	-	82.725	9	165.909	5	172.153	4
Teig Amalie Haugerud	Båstad IL SK	200407	46.18	1.34.86	2.23.60	5.23.01	-	-	93.610	41	195.311	27	-	-
Tollefsen Greta	Tromsø SK	251068	52.28	-	2.44.85	-	10.22.06	-	-	-	-	-	-	-
Tveter Eline Lupke	OSK	050708	48.27	1.38.91	2.36.70	-	-	-	97.725	59	-	-	-	-
Ulset Sofie	Bjugn/Ørland SK	160104	42.52	1.27.72	2.17.85	-	-	-	86.380	21	-	-	-	-
Ulveseth Lovise	Fana IL	240109	52.87	1.48.07	2.46.91	-	-	-	106.905	83	-	-	-	-
Vestre Karoline	Leinstrand IL	270506	49.07	1.45.34	2.50.28	-	-	-	101.740	71	-	-	-	-
Vinslid Nina Cecilie	Asker SK	041104	47.28	1.34.42	2.30.36	-	-	-	94.490	45	-	-	-	-
Vold Sigrid Bakken	Hamar IL	270908	48.99	1.40.29	2.45.78	-	-	-	99.135	63	-	-	-	-
Vårvik Margrethe	TSK	091106	52.01	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Wiklund Ragne	Aktiv SK	090500	39.59	1.14.11	1.52.47	3.55.51	6.56.34	-	76.645	3	153.386	1	157.965	1
Wullum Maren Bjerke	Skreia SK Toten	060509	48.80	1.40.31	2.33.17	-	-	-	98.955	61	-	-	-	-
Østerlie Mathilde Horn	TSK	220109	52.81	1.56.45	2.51.87	-	-	-	111.035	94	-	-	-	-
Øverjordet Malin	Sør-Fron IL	120102	49.24	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Øverjordet Sunniva	Sør-Fron IL	070611	52.42	1.53.64	-	-	-	-	109.240	88	-	-	-	-

NORGES BESTE SESONGEN 2021/22

500 meter menn:

Under 46,0:	1980	2000	2010	2015	2020	2021
	369	266	234	230	185	135

1.	Håvard Holmefjord Lorentzen, Fana IL	021092	34.29	11	Calgary	10.12	34.28	-19
2.	Bjørn Magnussen, Spk Falken	020198	34.36	1	Calgary	12.12	34.74	-21
3.	Henrik Fagerli Rukke, Hol IL	201096	34.47	4	Salt Lake Ci	3.12	34.70	-18
4.	Pål Myhren Kristensen, Arendal SK	190200	35.17	17	Calgary	12.12	35.93	-20
5.	Odin By Farstad, Spk Falken	011297	35.75	2	Inzell	26.2	35.27	-20
6.	Erik Resell, Spk Falken	110600	35.97	5	Inzell	26.2	36.36	-21
7.	Cristian Landrø Magnussen, Spk Falken	110703	36.30	5	Inzell	5.12	37.54	-21
8.	Peder Kongshaug, SSSK	130801	36.40	2	Hamar V	5.3	36.24	-21
9.	Simon Aannø, Bjugn/Ørland SK	280603	36.52	11	Inzell	28.11	37.28	-20
10.	Siver Brattgjerd, Spk Falken	090102	36.54	3	Inzell	25.2	37.09	-21
11.	Kasper Tveter, SSSK	050901	36.56	7	Inzell	28.11	36.88	-21
12.	Johann Jørgen Sæves, Båstad IL SK	281094	36.59	1	Hamar V	20.11	35.03	-19
13.	Kristian Gamme Ulekleiv, Gjøvik SK	280896	36.77	6	Hamar V	5.3	36.43	-21
14.	Allan Dahl Johansson, Aktiv SK	051098	36.83	7	Stavanger Sø	16.10	35.82	-18
15.	Sander Eitrem, Nord-Odal IL	120202	36.92	8	Hamar V	5.3	38.02	-20
16.	Magnus Dahle, SSSK	220497	36.93	8	Hamar V	31.10	36.84	-19
17.	Sindre Baas, Dølemo IL	101298	36.98	9	Stavanger Sø	16.10	36.69	-20
18.	Didrik Eng Strand, Hamar IL	130905	37.05	18	Inzell	5.12	37.89	-21
19.	Martin Solberg Andreassen, Spk Falken	130404	37.07	1	Stavanger Sø	15.1	37.92	-21
20.	Sondre Buer Åsebø, Fana IL	151002	37.19	26	Inzell	28.11	37.82	-21
21.	Emil Pedersen Matre, Fana IL	031203	37.29	22	Inzell	5.12	37.99	-20
22.	John Granli, Stord IL	020102	37.31	11	Inzell	5.12	37.97	-20
23.	Miika Johan Klevstuen, OSK	050906	37.53	1	Heerenveen	4.3	40.62	-21
24.	Oddbjørn Mellemstrand, SSSK	100102	37.70	5	Inzell	12.2	37.79	-20
25.	Daniel Thuv Eriksen, Herkules SK	180101	37.77	13	Stavanger Sø	16.10	38.06	-20
26.	Håkon Sundøen Brørby, Jevnaker IF	200797	37.78	14	Stavanger Sø	16.10	37.98	-21
27.	Finn Elias Haneberg, Hamar IL	120605	38.15	1	Hamar V	19.2	40.84	-21
28.	Magnus Myhren Kristensen, Arendal SK	240396	38.19	5	Inzell	19.10	36.75	-16

29.	Thomas Lande Eriksen, Aktiv SK	160299	38.22	16	Stavanger Sø	16.10	38.23	-19
30.	Simen Kroken, Aktiv SK	290992	38.23	17	Stavanger Sø	16.10	35.64	-19
	Vetle Stangeland, TT	120897	38.23	8	Inzell	12.2	37.73	-17
32.	Aron Aannø, Bjugn/Ørland SK	050505	38.34	1	Heerenveen	4.3	39.55	-20
33.	Bendik Mauseth, Hamar IL	040101	38.36	11	Hamar V	31.10	38.12	-19
34.	Erlend Andre Rue, Gol IL	200502	38.37	12	Hamar V	31.10	38.45	-21
35.	Birk Finnstø Refsaas, Bjugn/Ørland SK	250902	38.44	5	Hamar V	30.10	38.47	-20
36.	Emil Ervik, Hamar IL	080901	38.46	15	Hamar V	30.10	38.40	-21
37.	Fredrik Pedersen, OSK	070406	38.53	2	Hamar V	19.2	40.48	-21
38.	Vegard Hansen, Kongsvinger SK	301294	38.54	3	Hamar V	21.11	38.31	-21
39.	Arne Lernes, Tromsø SK	160705	38.68	2	Hamar V	31.10	40.63	-20
40.	Marcus Rasmussen Kvarme, Stord IL	280601	38.74	16	Hamar V	30.10	38.60	-20
41.	Frederik Gajos Hamre, SSSK	190306	38.79	1	Stavanger Sø	23.2	40.63	-21
42.	Sander Tveter, SSSK	270699	38.82	13	Inzell	12.2	38.51	-20
43.	Joren Sleeking, Hol IL	291202	38.83	5	Stavanger Sø	15.1	40.16	-21
44.	Sigurd Holbø Dyrset, Trondheim KK	210404	38.85	6	Stavanger Sø	15.1	39.53	-21
45.	Sondre Kvalshaugen Glesne, Geithus IL	090600	38.95	12	Stavanger Sø	18.3	38.41	-21
46.	Sigurd Henriksen, Fana IL	261004	39.00	54	Inzell	1.10	38.72	-21
47.	Vegard Rye, SSSK	141101	39.07	20	Hamar V	30.10	39.02	-20
48.	Christoffer Tellinga Hovde, Jevnaker IF	120305	39.13	3	Hamar V	20.2	41.09	-21
49.	Ole Mikkel Mellemstrand, SSSK	280899	39.17	21	Hamar V	30.10	38.85	-20
50.	Nicolai Ulvan, Spk Falken	271005	39.20	5	Hamar V	19.2	42.21	-21
51.	Linus August Risnes, Aktiv SK	290405	39.24	15	Stavanger Sø	18.3	40.30	-20
52.	Thomas Andreassen, Nord-Odal IL	280604	39.27	6	Hamar V	19.2	40.80	-21
53.	Filip Møller Nordal, IF Fram	201205	39.28	7	Hamar V	19.2	41.97	-21
54.	Erlend Belsvik, Stord IL	150402	39.33	20	Stavanger Sø	16.10	38.89	-20
55.	Ivar Norheim, Fana IL	220904	39.43	2	Stavanger Sø	27.3	40.72	-21
56.	Paul Fredrik Michelet, Båstad IL SK	241106	39.51	2	Hamar V	19.2	42.15	-21
57.	Anders Geving Langli, Spk Falken	010602	39.56	6	Trondheim L	13.11	37.51	-21
58.	Karl Didrik Møller Nordal, IF Fram	071000	39.76	7	Hamar V	20.11	39.55	-17
59.	Ole Bjørnsmoen Næss, Tynset IF	020691	39.81	6	Hamar V	30.1	38.30	-14
60.	Ivar Njøs, Leinstrand IL	221065	39.86	1	Hamar V	12.2	37.5	-01
61.	Robin Sleeking, Hol IL	081100	40.09	23	Hamar V	30.10	41.09	-21
62.	Eirik Andersen, Aktiv SK	211006	40.12	5	Heerenveen	4.3	44.52	-21
63.	Jørn Ingebrigt Pettersen, Arendal SK	200372	40.13	1	Stavanger Sø	26.3	39.07	-19
64.	Herman Hoff, Sandefjord SK	081103	40.15	2	Stavanger Sø	9.10	40.06	-20
65.	Ask Darup, TT	051203	40.31	7	Hamar V	31.10	41.41	-21
66.	Tinius Rambøl Alme, Aktiv SK	120306	40.38	8	Hamar V	19.2	43.77	-21
	Sivert Refsdal, Hamar IL	150405	40.38	8	Hamar V	19.2	41.52	-21
68.	Viktor Smedstad Haukaas, Aktiv SK	180303	40.61	9	Hamar V	31.10	41.69	-20
69.	Sigve Elstrøm Borlaug, Herkules SK	060204	40.69	7	Hamar V	20.2	42.22	-20
70.	Halvor Kjøsterud Erlingsen, Asker SK	151006	40.74	2	Hamar V	20.2	44.58	-21
71.	Kristoffer Knag Songstad, Fana IL	171205	40.82	3	Stavanger Sø	6.11	42.96	-21
72.	Sigmund Løvlien-Krokhaug, Tynset IF	280907	40.95	1	Tynset	6.2	45.37	-21
	Martin Bjertnes, Geithus IL	120293	40.95	1	Geithus	6.3	37.23	-12
74.	Thor-Andrè Pedersen, Oslo Speedskaters	131269	41.02	2	Hamar V	12.2	37.04	-98
75.	Eivind Vegard Lia, Geithus IL	220781	41.04	1	Hamar V	12.2	37.91	-06
76.	Odd Øystein Langegård, Geithus IL	220480	41.20	2	Hamar V	12.2	38.97	-02
77.	Sondre Hvammen, Kongsberg IF	040903	41.31	12	Stavanger Sø	16.10	41.07	-20
78.	Tarjei Tverråen, Arendal SK	060378	41.35	2	Arendal Myra	6.1	36.60	-06
79.	Oliver Fjellgård Lyby, Leinstrand IL	020308	41.61	5	Hamar V	19.2	46.84	-21
80.	Mathias Myhrer, Båstad IL SK	100806	41.64	4	Hamar V	20.2	44.92	-21
81.	Sondre Dahn, Fana IL	270204	41.70	1	Stavanger Sø	6.11	42.69	-21
82.	Tage Alexander Linn, Bjugn/Ørland SK	081007	41.77	6	Hamar V	19.2	45.03	-21
83.	Philip Grønvold Andersen, Drammens SK	211103	41.82	7	Hamar V	29.1	43.27	-21
84.	Nicolai Bjerke, OSK	080406	41.85	10	Hamar V	19.2		

85.	Kenneth Melin-Grødahl, Narvik SK	031280	41.93	1	Harstad	26.2	40.70	-99
86.	Elias Skogen, SSSK	210207	41.98	1	Stavanger Sø	27.3	43.82	-21
87.	Hans Arne Frodal, Skreia SK Toten	151192	42.02	10	Hamar V	20.11	40.60	-20
88.	Bernard K Benjaminsen, Båstad IL SK	160406	42.10	11	Hamar V	19.2	49.16	-21
89.	Henrik Kvalshaugen Glesne, Geithus IL	171202	42.16	1	Geithus	26.1	40.76	-19
90.	Leo Løland Eikeseth, Fana IL	021004	42.17	6	Hamar V	6.8	41.11	-20
91.	Nikolai Sæther Ottesen, TSK	300705	42.25	9	Hamar V	20.2	43.43	-21
92.	Reidar Bohlin Borgersen, Geithus IL	100480	42.27	3	Hamar V	12.2	39.03	-08
93.	Aron Magnus Feiring, Aktiv SK	140407	42.29	5	Hamar V	20.2	47.46	-20
94.	Marius Moen, Drammens SK	031003	42.37	17	Stavanger Sø	17.10	42.40	-20
95.	Jostein Maageng Lund, Kongsberg IF	140396	42.39	1	Stavanger Sø	6.11	40.11	-15
96.	William Vorvik, TSK	150407	42.43	6	Hamar V	20.2	45.45	-21
97.	Arild Jøssing Kotte, Bjugn/Ørland SK	270276	42.46	1	Hamar V	12.2	42.14	-20
98.	Frank Erik Tindvik, H&BSK	090781	42.47	4	Hamar V	12.2	40.84	-20
99.	Lucas Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	190308	42.52	7	Hamar V	20.2	47.82	-21
100.	Jonas Olderli Berget, Spk Falken	140405	42.59	4	Stavanger Sø	26.3	48.51	-21
101.	Bendik Becker Pedersen, Fana IL	091107	42.64	3	Stavanger Sø	26.3	48.59	-21
102.	Anders Tandberg Nummedal, TT	280689	42.69	1	Tønsberg	21.12	37.29	-13
	Martin Gabrielsen Røysland, Arendal SK	010706	42.69	8	Hamar V	20.2	46.52	-20
104.	Anne Gerben Wind, Bjugn/Ørland SK	200392	42.74	4	Bjugn Fosenh	23.3	39.52	-15
105.	Jørgen Szygenda, Sør-Fron IL	220804	42.75	13	Hamar V	19.2	45.43	-20
106.	Arild Finnesand, SSSK	120374	42.90	2	Stavanger Sø	2.2	42.63	-20
107.	Frode Midjo, Trondheim KK	120274	42.97	2	Bjugn Fosenh	1.4	39.86	-15
108.	Mads Nordhus, Aktiv SK	290806	42.99	8	Hamar V	20.11	45.04	-21
109.	Brage Olsen Børtnes, Drammens SK	160196	43.00	1	Drammen	18.1	37.09	-17
	John Ivar Kristensen, Skreia SK Toten	040372	43.00	22	Inzell	30.1	39.8	-93
111.	Patrik Hansen, Skjervøy SIK	180506	43.06	14	Hamar V	20.11	46.81	-21
112.	Morten Kolstad, Lilleborg IK	050592	43.15	1	Hamar V	12.2	41.07	-19
113.	Lars Ulveseth, Fana IL	170805	43.16	6	Stavanger Sø	26.3	47.65	-21
114.	Lucas Sandmo, Bjugn/Ørland SK	220404	43.18	23	Hamar V	30.10	44.49	-21
115.	Einar Mathiassen, SSSK	170177	43.24	1	Stavanger Sø	27.10	41.80	-96
116.	Emil Hansen, Drammens SK	171000	43.33	2	Drammen	18.1	40.36	-18
117.	Odd Bohlin Borgersen, Geithus IL	100480	43.40	4	Geithus	6.3	37.73	-06
118.	Andreas Flaatten, TT	180306	43.43	12	Hamar V	20.2	48.86	-21
119.	Adriaen Verheyleweghen, NTNU BIL Trh	141091	43.50	1	Trondheim L	15.11	39.49	-10
120.	Morten Kjellemyr Eilertsen, Herkules SK	190270	43.55	2	Stavanger Sø	26.3	42.17	-20
	Ronny Pettersen, Harstad SK	010874	43.55	2	Stavanger Sø	26.3	44.63	-21
	Kjell Håvard Belsvik, Stord IL	201065	43.55	2	Stavanger Sø	27.3	39.2	-87
123.	Thomas Røste, Trondheim KK	301274	43.57	5	Bjugn Fosenh	1.4	39.59	-07
124.	Bjørnar Schultze Borgersen, Geithus IL	200499	43.62	2	Geithus	6.3	39.59	-17
125.	Jakob J Bjelland Forsaa, SSSK	280307	43.71	7	Stavanger Sø	1.12	47.69	-20
126.	Torbjørn Lie, SSSK	161272	43.92	5	Stavanger Sø	9.3	39.9	-98
127.	Ketil Aalberg, Bjugn/Ørland SK	280469	43.97	7	Bjugn Fosenh	5.2	43.43	-20
128.	Martin Geving Langli, Spk Falken	160604	44.06	10	Hamar V	6.8	43.47	-20
	Nathaniel Høyer, Leinstrand IL	120508	44.06	13	Hamar V	19.2	47.66	-21
130.	Colin Nyborg, Nord-Odal IL	120103	44.23	12	Hamar V	14.8	42.61	-20
131.	Geir Nesset, TSK	041065	44.24	6	Bjugn Fosenh	1.4	41.39	-11
132.	Ekrem Erkin, Arendal SK	200692	44.26	4	Stavanger Sø	26.3	49.17	-21
133.	Geir Johnsen, Bjugn/Ørland SK	201068	44.28	4	Bjugn Fosenh	20.10	41.39	-11
134.	Marius Innhaug Dahl, TT	190506	44.44	10	Hamar V	21.11	47.28	-21
	Knut Birger Andersen, H&BSK	250275	44.44	5	Stavanger Sø	26.3	44.1	-91
136.	Øystein Grødum, Arendal SK	150277	44.48	3	Arendal Myra	10.2	39.10	-06
137.	Sebastian Strand-Bjørkum, Leinstrand IL	180208	44.68	14	Hamar V	19.2	51.84	-21
138.	Sindre Heggelund Ljungquist, Kongsv. SK	260207	44.69	4	Hamar V	14.8	47.16	-21
139.	Marius Krokhaug, Tynset IF	110277	44.79	2	Hamar V	21.11	42.85	-94
	David Martin Davidsen, Jevnaker IF	110907	44.79	15	Hamar V	19.2	49.00	-21

141.	Edvard Morkemo, Asker SK	291105	44.89	7	Stavanger Sø	26.3	46.30	-21
142.	Fosi Mohamed Suleiman, Tynset IF	070999	45.01	2	Tynset	10.3	40.34	-16
143.	Morten Andre Engen, Harstad SK	010279	45.02	3	Harstad	26.2	45.0	-98
144.	Øystein Akselsen, Harstad SK	280891	45.05	1	Harstad	2.2	41.03	-11
145.	Fredrik Colbensen-Tveten, Aktiv SK	220307	45.12	15	Hamar V	20.11	50.36	-20
146.	Elias Brubak, Sør-Fron IL	140808	45.23	1	Stavanger Sø	26.3	51.17	-20
147.	Arne Rimmereid, Arendal SK	170671	45.24	7	Stavanger Sø	26.3	44.97	-19
148.	Andreas Haugerud, Sykehuset Innlandet BIL	210787	45.34	3	Oslo Fr	2.2	41.82	-16
149.	Christian Eidsvåg, Tynset IF	220582	45.40	3	Kristiansund	19.3	54.22	-21
150.	Alfred Blandhoel Pedersen, Tromsø SK	201105	45.41	9	Hamar V	6.8	46.17	-21
151.	Morten Henriksen, Geithus IL	031258	45.51	1	Hamar V	12.2	39.70	-77
	Geir Hestad, Harstad SK	270354	45.51	8	Stavanger Sø	26.3	39.97	-86
153.	Vetle Folland, TT	040198	45.58	4	Tønsberg	21.12	40.12	-16
154.	Matheo Kahn, Spk Falken	050107	45.63	11	Trondheim L	13.11	45.12	-21
155.	Frode Kleveland Vik, SSSK	110570	45.64	7	Stavanger Sø	11.12	45.12	-20
156.	Håvard Straumsnes, Oslo Speedskaters	071291	45.66	2	Hamar V	12.2	53.75	-19
157.	Svein-Erik Morkemo, Asker SK	121168	45.67	7	Hamar V	12.2	44.95	-20
	Anders Ratdal, Trondheim KK	171176	45.67	10	Bjugn Fosenh	1.4	39.52	-02
159.	Marius Sæther Nilsen, Båstad IL SK	050905	45.68	5	Stavanger Sø	27.3	42.34	-20
160.	Adrian Andreas Grønnevik, Båstad IL SK	260108	45.73	16	Hamar V	19.2	57.75	-21
161.	August Herlin Røkaas, TT	231007	45.78	11	Heerenveen	4.3	52.57	-21
162.	Sveinung Øvretveit, SSSK	160660	45.82	9	Stavanger Sø	26.3	45.70	-20
163.	Mats Bye Martinsen, Geithus IL	290305	45.90	16	Hamar V	19.2	47.32	-20
	Jørn Egil Andreassen, Spk Falken	071171	45.90	10	Stavanger Sø	26.3	44.0	-89
165.	Jørgen Brochmann, Tromsø SK	220806	45.91	13	Hamar V	20.2	51.59	-21
166.	Bertil Grødahl, Oslo Speedskaters	060157	45.93	1	Hamar V	14.8	42.01	-98

1000 meter menn:

Under 1.36,0:	1980	2000	2010	2015	2020	2021
	316	266	224	237	173	114

1.	Håvard Holmefjord Lorentzen, Fana IL	021092	1.07.00	4	Salt Lake Ci	5.12	1.06.51	-19
2.	Henrik Fagerli Rukke, Hol IL	201096	1.07.63	7	Salt Lake Ci	5.12	1.08.78	-19
3.	Allan Dahl Johansson, Aktiv SK	051098	1.07.99	13	Salt Lake Ci	5.12	1.08.02	-18
4.	Bjørn Magnussen, Spk Falken	020198	1.08.17	10	Calgary	12.12	1.09.77	-20
5.	Odin By Farstad, Spk Falken	011297	1.08.91	24	Calgary	12.12	1.08.60	-20
6.	Peder Kongshaug, SSSK	130801	1.10.06	2	Beijing Chao	31.1	1.10.32	-21
7.	Kristian Gamme Ulekleiv, Gjøvik SK	280896	1.10.61	22	Stavanger Sø	19.11	1.10.36	-19
8.	Pål Myhren Kristensen, Arendal SK	190200	1.10.69	6	Inzell	1.10	1.12.08	-19
9.	Sindre Henriksen, Fana IL	240792	1.10.81	4	Inzell	22.10	1.08.63	-20
10.	Erik Resell, Spk Falken	110600	1.11.13	24	Inzell	9.10	1.11.43	-20
11.	Kasper Tveter, SSSK	050901	1.11.20	5	Inzell	27.11	1.11.57	-21
12.	John Granli, Stord IL	020102	1.11.70	6	Inzell	4.12	1.13.55	-21
13.	Simon Aannø, Bjugn/Ørland SK	280603	1.11.88	12	Inzell	4.12	1.13.76	-20
14.	Didrik Eng Strand, Hamar IL	130905	1.11.93	11	Inzell	27.11	1.15.67	-21
15.	Sondre Buer Åsebø, Fana IL	151002	1.12.15	14	Inzell	27.11	1.14.18	-20
16.	Sindre Baas, Dølemo IL	101298	1.12.20	10	Hamar V	31.10	1.11.93	-20
17.	Emil Pedersen Matre, Fana IL	031203	1.12.97	2	Hamar V	31.10	1.15.57	-19
18.	Håkon Sundøen Brørby, Jevnaker IF	200797	1.13.08	13	Hamar V	31.10	1.14.40	-21
19.	Oddbjørn Mellemstrand, SSSK	100102	1.13.49	37	Inzell	1.10	1.14.68	-20
20.	Cristian Landrø Magnussen, Spk Falken	110703	1.13.92	30	Inzell	27.11	1.15.91	-21
21.	Magnus Dahle, SSSK	220497	1.14.04	14	Hamar V	31.10	1.13.51	-19
22.	Vetle Stangeland, TT	120897	1.14.10	1	Stavanger Sø	19.1	1.12.29	-18
23.	Sander Tveter, SSSK	270699	1.14.32	2	Stavanger Sø	19.1	1.15.70	-19
24.	Emil Ervik, Hamar IL	080901	1.14.46	15	Hamar V	31.10	1.15.24	-21
25.	Martin Solberg Andreassen, Spk Falken	130404	1.14.53	26	Inzell	15.10	1.17.28	-21

26.	Siver Brattgjerd, Spk Falken	090102	1.14.68	29	Inzell	15.10	1.17.38	-21
27.	Johann Jørgen Sæves, Båstad IL SK	281094	1.14.77	1	Hamar V	21.11	1.09.73	-19
28.	Thomas Lande Eriksen, Aktiv SK	160299	1.14.81	3	Stavanger Sø	19.1	1.14.13	-19
29.	Birk Finnstø Refsaas, Bjugn/Ørland SK	250902	1.14.93	6	Hamar V	31.10	1.14.69	-20
30.	Vegard Rye, SSSK	141101	1.15.02	47	Inzell	1.10	1.15.80	-20
31.	Finn Elias Haneberg, Hamar IL	120605	1.15.19	1	Heerenveen	5.3	1.23.49	-21
32.	Marcus Rasmussen Kvarme, Stord IL	280601	1.15.33	1	Hamar V	30.10	1.15.18	-19
33.	Erlend Andre Rue, Gol IL	200502	1.15.45	2	Hamar V	21.11	1.15.31	-21
34.	Ole Bjørnsmoen Næss, Tynset IF	020691	1.15.53	25	Inzell	25.2	1.13.66	-12
35.	Sigurd Holbø Dyrset, Trondheim KK	210404	1.15.68	2	Hamar V	21.11	1.16.76	-21
	Miika Johan Klevstuen, OSK	050906	1.15.68	1	Heerenveen	4.3	1.22.52	-20
37.	Magnus Myhren Kristensen, Arendal SK	240396	1.15.69	1	Inzell	19.10	1.11.51	-16
38.	Bendik Mauseth, Hamar IL	040101	1.15.76	2	Hamar V	30.10	1.17.04	-19
39.	Aron Aannø, Bjugn/Ørland SK	050505	1.15.78	2	Heerenveen	5.3	1.19.43	-20
40.	Vegard Hansen, Kongsvinger SK	301294	1.16.03	4	Hamar V	21.11	1.15.00	-21
41.	Filip Møller Nordal, IF Fram	201205	1.16.33	4	Heerenveen	5.3	1.24.29	-21
42.	Fredrik Pedersen, OSK	070406	1.16.51	1	Hamar V	20.2	1.20.20	-20
43.	Daniel Thuv Eriksen, Herkules SK	180101	1.16.55	1	Hamar V	30.1	1.14.88	-21
44.	Erlend Belsvik, Stord IL	150402	1.16.76	7	Stavanger Sø	19.1	1.16.51	-20
45.	Christoffer Tellinga Hovde, Jevnaker IF	120305	1.16.96	4	Hamar V	20.2	1.21.55	-20
46.	Ivar Norheim, Fana IL	220904	1.17.00	2	Hamar V	21.11	1.21.14	-21
47.	Ole Mikkel Mellemstrand, SSSK	280899	1.17.02	4	Stavanger Sø	17.10	1.15.72	-20
48.	Joren Sleeking, Hol IL	291202	1.17.22	5	Bjugn Fosenh	27.2	1.19.78	-21
49.	Linus August Risnes, Aktiv SK	290405	1.17.49	8	Stavanger Sø	18.3	1.19.50	-20
50.	Thomas Andreassen, Nord-Odal IL	280604	1.17.68	3	Hamar V	7.8	1.19.44	-21
51.	Sondre Kvalshaugen Glesne, Geithus IL	090600	1.18.13	13	Stavanger Sø	19.3	1.16.15	-17
52.	Arne Lernes, Tromsø SK	160705	1.18.56	5	Hamar V	20.2	1.22.99	-20
53.	Tinius Rambøl Alme, Aktiv SK	120306	1.18.80	6	Hamar V	20.2	1.29.20	-20
54.	Nicolai Ulvan, Spk Falken	271005	1.18.81	7	Hamar V	20.2	1.26.92	-21
55.	Frederik Gajos Hamre, SSSK	190306	1.18.87	15	Stavanger Sø	18.3	1.22.67	-21
56.	Herman Hoff, Sandefjord SK	081103	1.19.60	4	Hamar V	13.12	1.18.91	-20
57.	Sivert Refsdal, Hamar IL	150405	1.19.86	8	Hamar V	20.2	1.23.98	-21
58.	Kristoffer Knag Songstad, Fana IL	171205	1.20.06	3	Stavanger Sø	7.11	1.26.23	-21
59.	Eirik Andersen, Aktiv SK	211006	1.20.14	7	Heerenveen	4.3	1.29.83	-20
60.	Sigve Elstrøm Borlaug, Herkules SK	060204	1.20.27	5	Hamar V	20.2	1.25.02	-20
61.	Ask Darup, TT	051203	1.20.47	5	Hamar V	21.11	1.25.47	-21
62.	Sondre Hvammen, Kongsberg IF	040903	1.20.64	4	Hamar V	7.8	1.20.69	-20
63.	Viktor Smedstad Haukaas, Aktiv SK	180303	1.20.85	4	Stavanger Sø	17.10	1.22.08	-20
64.	Paul Fredrik Michelet, Båstad IL SK	241106	1.20.99	1	Stavanger Sø	27.3	1.26.63	-21
65.	Sondre Dahn, Fana IL	270204	1.21.08	6	Hamar V	21.11	1.26.90	-21
66.	Halvor Kjøsterud Erlingsen, Asker SK	151006	1.21.50	8	Heerenveen	4.3	1.30.09	-21
67.	Karl Didrik Møller Nordal, IF Fram	071000	1.21.96	4	Trollhättan	14.11	1.17.94	-17
68.	Jørn Ingebrigt Pettersen, Arendal SK	200372	1.21.99	1	Stavanger Sø	26.3	1.18.74	-20
69.	Tarjei Tverråen, Arendal SK	060378	1.22.26	2	Arendal Myra	10.2	1.11.78	-06
70.	Oliver Fjellgård Lyby, Leinstrand IL	020308	1.22.29	4	Hamar V	20.2	1.41.92	-21
71.	Robin Sleeking, Hol IL	081100	1.22.50	4	Hamar V	15.11	1.22.08	-20
72.	Philip Grønvold Andersen, Drammens SK	211103	1.22.60	14	Hamar V	31.10	1.26.75	-21
73.	Sigmund Løvlien-Krokhaug, Tynset IF	280907	1.23.13	2	Tynset	22.12	1.33.32	-21
74.	Nicolai Bjerke, OSK	080406	1.23.29	9	Hamar V	20.2		
75.	Mathias Myhrer, Båstad IL SK	100806	1.23.42	5	Hamar V	20.2	1.33.32	-21
76.	Arild Finnesand, SSSK	120374	1.24.50	1	Stavanger Sø	2.2	1.25.79	-20
77.	Elias Skogen, SSSK	210207	1.24.72	2	Stavanger Sø	26.3	1.31.07	-21
78.	Einar Mathiassen, SSSK	170177	1.25.08	1	Stavanger Sø	27.10	1.24.00	-96
79.	Reidar Bohlin Borgersen, Geithus IL	100480	1.25.27	1	Geithus	9.2	1.15.62	-03
80.	Ivar Njøs, Leinstrand IL	221065	1.25.31	2	Geithus	16.1	1.14.88	-13
81.	Aron Magnus Feiring, Aktiv SK	140407	1.25.61	11	Heerenveen	4.3	1.40.71	-19

82.	Bernard K Benjaminsen, Båstad IL SK	160406	1.25.68	10	Hamar V	20.2	1.39.93	-21
83.	Bendik Becker Pedersen, Fana IL	091107	1.25.75	3	Stavanger Sø	26.3	1.56.50	-21
84.	Lars Ulveseth, Fana IL	170805	1.25.94	2	Stavanger Sø	27.3	1.41.79	-21
85.	Lucas Sandmo, Bjugn/Ørland SK	220404	1.26.36	15	Hamar V	31.10	1.30.50	-21
86.	Mads Nordhus, Aktiv SK	290806	1.26.41	5	Hamar V	21.11	1.32.31	-20
87.	Lucas Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	190308	1.26.47	7	Hamar V	20.2	1.38.39	-20
88.	Marius Moen, Drammens SK	031003	1.26.48	9	Hamar V	7.8	1.24.88	-20
89.	Torbjørn Lie, SSSK	161272	1.26.68	2	Stavanger Sø	2.2	1.19.07	-98
90.	Kenneth Melin-Grødahl, Narvik SK	031280	1.26.77	1	Harstad	30.1	1.20.59	-99
91.	Kjell Håvard Belsvik, Stord IL	201065	1.26.80	2	Stavanger Sø	26.3	1.21.4	-87
92.	Ronny Pettersen, Harstad SK	010874	1.27.00	3	Stavanger Sø	26.3	1.30.10	-19
93.	John Ivar Kristensen, Skreia SK Toten	040372	1.27.08	29	Inzell	30.1	1.19.24	-13
94.	Nikolai Sæther Ottesen, TSK	300705	1.27.13	11	Hamar V	20.2	1.32.38	-21
95.	Martin Gabrielsen Røysland, Arendal SK	010706	1.27.24	3	Stavanger Sø	27.3	1.34.29	-21
96.	Patrik Hansen, Skjervøy SIK	180506	1.27.26	7	Hamar V	7.8	1.35.67	-20
97.	Ketil Aalberg, Aalberg skoservice BIL	280469	1.27.36	1	Trondheim L	10.1	1.26.55	-21
98.	Hans Arne Frodal, Skreia SK Toten	151192	1.27.55	3	Hamar V	12.2	1.21.76	-19
99.	Jostein Maageng Lund, Kongsberg IF	140396	1.27.66	1	Stavanger Sø	7.11	1.21.34	-14
100.	Henrik Kvalshaugen Glesne, Geithus IL	171202	1.27.83	1	Geithus	26.1	1.21.71	-19
101.	Tage Alexander Linn, Bjugn/Ørland SK	081007	1.27.89	2	Bjugn Fosenh	11.12	1.39.21	-21
102.	Anne Gerben Wind, Bjugn/Ørland SK	200392	1.28.26	3	Bjugn Fosenh	23.3	1.17.77	-15
103.	Marius Innhaug Dahl, TT	190506	1.28.84	1	Kongsberg	5.2	1.33.54	-21
104.	William Vorvik, TSK	150407	1.28.90	10	Hamar V	20.2	1.37.89	-21
105.	Andreas Flaatten, TT	180306	1.28.99	2	Kongsberg	5.2	1.34.88	-21
106.	Morten Kolstad, Bekk BIL Oslo	050592	1.29.19	2	Oslo Fr	1.12	1.22.37	-18
107.	Emil Hansen, Drammens SK	171000	1.29.36	1	Drammen	18.1	1.20.46	-18
108.	Nathaniel Høyer, Leinstrand IL	120508	1.29.48	11	Hamar V	20.2	1.45.20	-21
109.	Jonas Olderli Berget, Spk Falken	140405	1.29.67	3	Stavanger Sø	27.3		
110.	Morten Andre Engen, Harstad SK	010279	1.29.75	2	Stavanger Sø	27.3	1.34.55	-94
111.	Jørgen Szygenda, Sør-Fron IL	220804	1.29.90	12	Hamar V	21.11	1.36.85	-20
112.	Frode Eidsmo, Oslo Speedskaters	180159	1.30.70	7	Stavanger Sø	12.12	1.20.66	-15
113.	Knut Birger Andersen, H&BSK	250275	1.30.80	3	Stavanger Sø	27.3	1.33.7	-90
114.	David Martin Davidsen, Jevnaker IF	110907	1.30.89	12	Hamar V	20.2	1.38.79	-21
115.	Frode Kleveland Vik, SSSK	110570	1.31.11	8	Stavanger Sø	12.12	1.30.17	-20
116.	Sindre Heggelund Ljungquist, Kongsv. SK	260207	1.31.20	3	Hamar V	14.8	1.39.10	-21
	Morten Henriksen, Geithus IL	031258	1.31.20	4	Hamar V	12.2	1.19.33	-07
118.	Geir Nesset, TSK	041065	1.31.25	3	Trondheim L	5.3	1.23.19	-19
119.	Christian Eidsvåg, Tynset IF	220582	1.31.43	1	Tynset	17.2	1.54.10	-21
120.	Geir Hestad, Harstad SK	270354	1.31.44	44	Inzell	29.1	1.19.92	-07
121.	Fredrik Colbensen-Tveten, Aktiv SK	220307	1.31.59	12	Hamar V	21.11	1.43.01	-20
122.	Marius Krokhaug, Tynset IF	110277	1.31.68	2	Tynset	27.1	1.26.61	-94
123.	Terje Meling, SSSK	260271	1.31.74	10	Stavanger Sø	12.12	1.26.11	-17
124.	Jakob J Bjelland Forsaa, SSSK	280307	1.31.78	3	Stavanger Sø	27.10	1.40.00	-20
125.	Arne Rimmereid, Arendal SK	170671	1.32.07	11	Stavanger Sø	12.12	1.31.50	-20
126.	Elias Brubak, Sør-Fron IL	140808	1.32.33	1	Hamar V	20.2	1.48.26	-21
127.	Terje Ingvoldstad, Geithus IL	080768	1.32.37	4	Stavanger Sø	27.3	1.43.15	-21
128.	Edvard Morkemo, Asker SK	291105	1.32.51	2	Stavanger Sø	26.3	1.35.30	-21
129.	Mats Bye Martinsen, Geithus IL	290305	1.32.68	12	Hamar V	20.2	1.37.38	-20
130.	Sveinung Øvretveit, SSSK	160660	1.32.69	5	Stavanger Sø	26.3	1.32.78	-20
131.	Ekrem Erkin, Arendal SK	200692	1.32.90	6	Stavanger Sø	26.3	1.46.30	-21
132.	Alfred Blandhoel Pedersen, Tromsø SK	201105	1.33.14	9	Hamar V	7.8	1.43.64	-21
133.	Erik Vea, Kaldfarnes IL	110651	1.33.36	13	Stavanger Sø	12.12	1.20.8	-79
134.	Audun Semb, TT	250609	1.33.67	1	Hamar V	21.11	1.45.68	-21
135.	Johan Vikhals, Bjugn/Ørland SK	230568	1.33.79	4	Bjugn Fosenh	17.11		
136.	Ivar Amundsen, Arendal SK	240152	1.33.92	2	Hamar V	13.2	1.22.69	-08
137.	Geir Johnsen, Bjugn/Ørland SK	201068	1.33.94	5	Hamar V	12.2	1.24.64	-11
	Jørgen Brochmann, Tromsø SK	220806	1.33.94	13	Hamar V	20.2	1.45.17	-21

139.	Helge Flesland, Skuteviken SC	140961	1.34.36	5	Stavanger Sø	27.3	1.23.72	-11
140.	Pål Agdestein, Asker SK	260557	1.34.40	2	Hamar V	13.2	1.20.8	-00
141.	Øystein Akselsen, Harstad SK	280891	1.35.17	4	Harstad	30.1	1.22.58	-10
142.	Isak Kringlebotn Hauge, SSSK	040108	1.35.22	7	Stavanger Sø	2.2	2.01.14	-21
	August Herlin Røkaas, TT	231007	1.35.22	12	Heerenveen	4.3	1.53.02	-21
144.	Sindre Soleng Jakobsen, Tromsø SK	190109	1.35.24	3	Hamar V	20.2	1.51.76	-21
145.	Trygve Bertil Reitan, Equinor BIL Trh	260169	1.35.38	3	Trondheim L	10.1	1.31.53	-17
146.	Øyvind Ryen-Herland, Fana IL	261007	1.35.58	3	Stavanger Sø	7.11	1.50.76	-21
	Bastian Gundersen Bottegård, Geithus IL	071109	1.35.58	1	Hamar V	21.11	1.47.55	-21
148.	Sebastian Lackner, TSK	201106	1.35.74	14	Hamar V	20.2	1.49.49	-20
149.	Bo Oscar Lilletvedt, Fana IL	100306	1.35.82	4	Bergen Sl	20.2	1.43.66	-21
150.	Øystein Borgersen, Geithus IL	060864	1.35.89	1	Kongsberg	22.1	1.31.63	-19
151.	Ewan George Shirlaw, Austrått IL	121208	1.36.02	4	Stavanger Sø	27.3	1.52.73	-21

1500 meter menn:

Under 2.27,0: 1980	2000	2010	2015	2020	2021
292	273	232	235	157	98

1.	Allan Dahl Johansson, Aktiv SK	051098	1.42.61	8	Salt Lake Ci	4.12	1.42.92	-19
2.	Peder Kongshaug, SSSK	130801	1.42.88	9	Salt Lake Ci	4.12	1.45.75	-21
3.	Kristian Gamme Ulekleiv, Gjøvik SK	280896	1.43.43	13	Salt Lake Ci	4.12	1.46.33	-20
4.	Hallgeir Engebråten, Nord-Odal IL	171299	1.43.71	1	Calgary	11.12	1.45.05	-21
5.	Odin By Farstad, Spk Falken	011297	1.45.11	14	Salt Lake Ci	4.12	1.47.84	-20
6.	Sander Eitrem, Nord-Odal IL	120202	1.45.82	20	Calgary	11.12	1.50.66	-21
7.	Kasper Tveter, SSSK	050901	1.46.39	1	Inzell	28.11	1.49.16	-21
8.	John Granli, Stord IL	020102	1.47.49	3	Inzell	5.12	1.53.73	-21
9.	Emil Pedersen Matre, Fana IL	031203	1.48.39	6	Inzell	5.12	1.55.84	-20
10.	Sverre Lunde Pedersen, Fana IL	170792	1.48.44	1	Beijing Chao	8.2	1.42.39	-19
11.	Sigurd Henriksen, Fana IL	261004	1.49.19	10	Inzell	5.12	1.52.69	-21
12.	Sindre Henriksen, Fana IL	240792	1.49.21	6	Hamar V	30.10	1.43.34	-20
13.	Erik Resell, Spk Falken	110600	1.49.41	6	Inzell	28.11	1.52.68	-20
14.	Vetle Stangeland, TT	120897	1.50.71	9	Hamar V	30.10	1.48.36	-18
	Sondre Buer Åsebø, Fana IL	151002	1.50.71	14	Inzell	28.11	1.53.84	-21
16.	Didrik Eng Strand, Hamar IL	130905	1.51.13	16	Inzell	5.12	1.56.59	-21
17.	Thomas Lande Eriksen, Aktiv SK	160299	1.51.43	10	Hamar V	30.10	1.50.16	-18
18.	Håkon Sundøen Brørby, Jevnaker IF	200797	1.51.65	11	Hamar V	30.10	1.53.91	-21
19.	Sander Tveter, SSSK	270699	1.52.14	5	Stavanger Sø	17.10	1.52.57	-21
20.	Ole Bjørnsmoen Næss, Tynset IF	020691	1.52.53	6	Inzell	20.2	1.49.76	-15
21.	Simon Aannø, Bjugn/Ørland SK	280603	1.52.79	1	Hamar V	20.11	1.52.87	-20
22.	Vegard Rye, SSSK	141101	1.53.17	13	Hamar V	30.10	1.55.11	-20
23.	Oddbjørn Mellemstrand, SSSK	100102	1.53.33	7	Stavanger Sø	17.10	1.53.00	-20
24.	Daniel Thuv Eriksen, Herkules SK	180101	1.53.75	1	Hamar V	20.11	1.56.14	-21
25.	Sindre Baas, Dølemo IL	101298	1.53.78	8	Stavanger Sø	17.10	1.51.50	-18
26.	Emil Ervik, Hamar IL	080901	1.53.89	14	Hamar V	30.10	1.54.20	-21
27.	Birk Finnstø Refsaas, Bjugn/Ørland SK	250902	1.53.94	7	Hamar V	30.10	1.54.61	-21
28.	Sigurd Holbø Dyrset, Trondheim KK	210404	1.54.50	2	Hamar V	20.11	2.03.24	-21
29.	Finn Elias Haneberg, Hamar IL	120605	1.54.71	2	Hamar V	19.2	2.13.17	-20
30.	Karl Didrik Møller Nordal, IF Fram	071000	1.54.77	17	Hamar V	30.10	1.56.13	-18
31.	Thomas Andreassen, Nord-Odal IL	280604	1.55.69	2	Stavanger Sø	16.1	2.08.26	-20
32.	Vegard Hansen, Kongsvinger SK	301294	1.56.15	3	Hamar V	20.11	1.55.15	-16
33.	Erlend Belsvik, Stord IL	150402	1.56.31	11	Stavanger Sø	16.1	1.56.46	-21
34.	Fredrik Pedersen, OSK	070406	1.56.95	3	Stavanger Sø	16.1	2.08.19	-20
35.	Ole Mikkel Mellemstrand, SSSK	280899	1.57.13	18	Hamar V	30.10	1.55.71	-20
36.	Filip Møller Nordal, IF Fram	201205	1.57.27	4	Heerenveen	5.3	2.09.16	-21
37.	Miika Johan Klevstuen, OSK	050906	1.57.29	1	Heerenveen	5.3	2.17.00	-20

38.	Joren Sleeking, Hol IL	291202	1.57.34	8	Hamar V	30.10	2.01.95	-21
39.	Marcus Rasmussen Kvarme, Stord IL	280601	1.57.35	6	Stavanger Sø	9.10	1.55.19	-19
40.	Ivar Norheim, Fana IL	220904	1.57.59	2	Hamar V	20.11	2.01.30	-21
41.	Erlend Andre Rue, Gol IL	200502	1.57.73	19	Hamar V	30.10	2.01.07	-21
42.	Linus August Risnes, Aktiv SK	290405	1.57.79	20	Inzell	20.2	2.04.14	-20
43.	Tinius Rambøl Alme, Aktiv SK	120306	1.59.17	5	Hamar V	19.2	2.14.50	-20
44.	Aron Aannø, Bjugn/Ørland SK	050505	1.59.56	3	Hamar V	20.11	2.01.05	-20
45.	Johann Jørgen Sæves, Båstad IL SK	281094	1.59.66	5	Hamar V	20.11	1.48.90	-14
46.	Herman Hoff, Sandefjord SK	081103	1.59.94	7	Stavanger Sø	16.1	2.01.21	-20
47.	Sondre Kvalshaugen Glesne, Geithus IL	090600	2.00.30	8	Stavanger Sø	9.10	1.57.27	-19
48.	Bendik Mauseth, Hamar IL	040101	2.00.85	11	Stavanger Sø	17.10	1.59.55	-19
49.	Viktor Smedstad Haukaas, Aktiv SK	180303	2.00.89	13	Hamar V	30.10	2.05.01	-20
50.	Cristian Landrø Magnussen, Spk Falken	110703	2.01.74	1	Hamar V	7.8	1.59.98	-20
51.	Nicolai Ulvan, Spk Falken	271005	2.02.27	7	Hamar V	19.2	2.13.18	-21
52.	Sondre Hvammen, Kongsberg IF	040903	2.02.96	2	Hamar V	7.8	2.03.94	-20
53.	Kristoffer Knag Songstad, Fana IL	171205	2.03.00	3	Stavanger Sø	26.3	2.12.08	-21
54.	Sivert Refsdal, Hamar IL	150405	2.03.10	8	Hamar V	19.2	2.12.46	-21
55.	Arne Lernes, Tromsø SK	160705	2.03.19	9	Hamar V	19.2	2.12.67	-20
56.	Eivind Vegard Lia, Geithus IL	220781	2.03.20	1	Hamar V	13.2	1.50.86	-08
57.	Robin Sleeking, Hol IL	081100	2.03.27	8	Hamar V	20.11	2.05.89	-20
58.	Eirik Andersen, Aktiv SK	211006	2.03.28	6	Heerenveen	5.3	2.23.13	-20
59.	Frederik Gajos Hamre, SSSK	190306	2.03.36	2	Stavanger Sø	6.11	2.08.50	-21
60.	Sondre Dahn, Fana IL	270204	2.03.49	7	Hamar V	20.11	2.12.56	-21
61.	Reidar Bohlin Borgersen, Geithus IL	100480	2.03.51	2	Hamar V	13.2	1.52.01	-03
62.	Sigve Elstrøm Borlaug, Herkules SK	060204	2.03.58	5	Hamar V	19.2	2.10.95	-21
63.	Sigmund Løvlien-Krokhaug, Tynset IF	280907	2.04.21	2	Hamar V	19.2	2.22.57	-21
64.	Paul Fredrik Michelet, Båstad IL SK	241106	2.04.31	3	Hamar V	19.2	2.21.29	-21
65.	Ask Darup, TT	051203	2.04.35	8	Hamar V	20.11	2.11.03	-21
66.	Frank Erik Tindvik, H&BSK	090781	2.04.50	3	Hamar V	13.2	1.59.58	-19
67.	Martin Solberg Andreassen, Spk Falken	130404	2.04.51	3	Hamar V	7.8	2.04.99	-20
68.	Philip Grønvold Andersen, Drammens SK	211103	2.05.13	12	Stavanger Sø	17.10	2.10.86	-21
69.	Odd Øystein Langegård, Geithus IL	220480	2.06.21	4	Hamar V	13.2	1.55.07	-02
70.	Halvor Kjøsterud Erlingsen, Asker SK	151006	2.06.22	5	Hamar V	19.2	2.22.20	-20
71.	Arild Jøssing Kotte, Bjugn/Ørland SK	270276	2.06.46	1	Hamar V	13.2	2.07.51	-19
72.	Jørn Ingebrigt Pettersen, Arendal SK	200372	2.07.39	1	Hamar V	13.2	2.04.59	-19
73.	Oliver Fjellgård Lyby, Leinstrand IL	020308	2.07.52	6	Hamar V	19.2	2.26.19	-21
74.	Kjetil Johansen Amundrud, Brandbu IF	241278	2.07.82	23	Hamar V	30.10	1.56.30	-08
75.	Nicolai Bjerke, OSK	080406	2.08.31	10	Hamar V	19.2		
76.	Einar Mathiassen, SSSK	170177	2.08.83	2	Stavanger Sø	11.12	2.08.5	-96
77.	Andreas Flaatten, TT	180306	2.09.03	11	Hamar V	19.2	2.23.47	-21
78.	Geir Nesset, TSK	041065	2.09.61	3	Heerenveen	17.3	2.06.61	-07
79.	Ketil Aalberg, Bjugn/Ørland SK	280469	2.10.42	2	Bjugn Fosenh	2.4	2.10.46	-20
80.	Torbjørn Lie, SSSK	161272	2.10.73	7	Stavanger Sø	9.3	1.58.44	-98
81.	Arild Finnesand, SSSK	120374	2.10.94	8	Stavanger Sø	9.3	2.12.11	-20
82.	Morten Kjellemyr Eilertsen, Herkules SK	190270	2.10.97	2	Hamar V	13.2	2.05.20	-16
83.	Patrik Hansen, Skjervøy SIK	180506	2.11.14	12	Hamar V	19.2	2.26.45	-20
84.	Marius Moen, Drammens SK	031003	2.11.16	21	Hamar V	30.10	2.12.60	-20
85.	Andreas Haugerud, Sykehuset Innlandet BIL	210787	2.11.24	1	Hamar V	13.2	2.03.37	-16
86.	Mathias Myhrer, Båstad IL SK	100806	2.11.26	7	Hamar V	19.2	2.29.06	-21
87.	Frode Midjo, Trondheim KK	120274	2.12.24	3	Bjugn Fosenh	2.4	1.59.63	-15
88.	Thomas Røste, Trondheim KK	301274	2.12.36	4	Bjugn Fosenh	2.4	1.57.06	-07
89.	Bernard K Benjaminsen, Båstad IL SK	160406	2.12.44	13	Hamar V	19.2	2.33.85	-19
90.	Aron Magnus Feiring, Aktiv SK	140407	2.12.89	11	Heerenveen	5.3	2.32.60	-20
91.	Lucas Sandmo, Bjugn/Ørland SK	220404	2.13.42	22	Hamar V	30.10	2.20.18	-21
92.	Mads Nordhus, Aktiv SK	290806	2.13.60	6	Hamar V	20.11	2.35.15	-20
93.	Kjell Håvard Belsvik, Stord IL	201065	2.13.73	2	Hamar V	13.2	2.06.22	-15

94.	Tarjei Tverråen, Arendal SK	060378	2.13.81	1	Dølemo	5.2	1.50.60	-06
95.	Elias Skogen, SSSK	210207	2.14.34	1	Stavanger Sø	27.3	2.20.96	-21
96.	Morten Kolstad, Bekk BIL Oslo	050592	2.14.55	2	Oslo Fr	5.1	2.05.91	-19
97.	Marius Innhaug Dahl, TT	190506	2.14.67	12	Hamar V	20.11	2.24.86	-21
98.	Lucas Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	190308	2.14.68	10	Hamar V	19.2	2.30.11	-21
99.	Ronny Pettersen, Harstad SK	010874	2.14.72	2	Stavanger Sø	27.3	2.20.21	-19
100.	Lars Ulveseth, Fana IL	170805	2.15.21	14	Hamar V	20.11	2.42.55	-21
101.	Hans Arne Frodal, Skreia SK Toten	151192	2.16.22	11	Hamar V	20.11	2.06.92	-18
102.	John Ivar Kristensen, Skreia SK Toten	040372	2.16.57	2	Hamar V	20.11	2.00.34	-13
103.	Morten Andre Engen, Harstad SK	010279	2.17.20	5	Hamar V	13.2	2.27.48	-93
104.	Martin Gabrielsen Røysland, Arendal SK	010706	2.17.40	2	Stavanger Sø	26.3	2.37.47	-21
105.	William Vorvik, TSK	150407	2.17.85	11	Hamar V	19.2	2.28.54	-21
106.	Håvard Straumsnes, Oslo Speedskaters	071291	2.17.86	2	Hamar V	13.2		
107.	Geir Johnsen, Bjugn/Ørland SK	201068	2.18.09	7	Bjugn Fosenh	2.4	2.05.47	-11
108.	Martin Grothe Lien, Bygganalyse BIL Oslo	060783	2.18.18	3	Oslo Fr	5.1	2.14.30	-18
109.	Nathaniel Høyer, Leinstrand IL	120508	2.18.47	12	Hamar V	19.2	2.32.91	-21
110.	Tage Alexander Linn, Bjugn/Ørland SK	081007	2.18.54	3	Oslo Fr	12.2	2.28.94	-21
111.	Geir Hestad, Harstad SK	270354	2.18.60	4	Stavanger Sø	27.3	2.01.71	-07
	Arne Rimmereid, Arendal SK	170671	2.18.60	4	Stavanger Sø	27.3	2.20.45	-19
113.	Marius Krokhaug, Tynset IF	110277	2.18.62	2	Tynset	30.1	2.16.55	-94
114.	Anne Gerben Wind, Bjugn/Ørland SK	200392	2.18.84	8	Bjugn Fosenh	2.4	1.58.45	-15
115.	Frode Eidsmo, Oslo Speedskaters	180159	2.18.99	7	Stavanger Sø	11.12	2.01.73	-15
116.	Kenneth Melin-Grødahl, Narvik SK	031280	2.19.10	1	Tromsø	6.2	2.02.89	-99
117.	Henrik Kvalshaugen Glesne, Geithus IL	171202	2.19.89	1	Geithus	11.12	2.07.20	-19
	Knut Birger Andersen, H&BK	250275	2.19.89	3	Stavanger Sø	26.3	2.24.6	-91
119.	Johan Vikhals, Bjugn/Ørland SK	230568	2.20.19	9	Bjugn Fosenh	2.4	2.26.66	-21
120.	Jostein Maageng Lund, Kongsberg IF	140396	2.20.21	1	Stavanger Sø	6.11	2.05.55	-15
121.	Christian Eidsvåg, Tynset IF	220582	2.20.27	3	Tynset	30.1	2.58.18	-21
122.	Bo Oscar Lilletvedt, Fana IL	100306	2.20.48	1	Stavanger Sø	27.3	2.42.28	-21
123.	Fredrik Colbensen-Tveten, Aktiv SK	220307	2.20.51	12	Hamar V	20.11	2.32.80	-20
124.	Trygve Bertil Reitan, Equinor BIL Trh	260169	2.20.56	2	Trondheim L	14.2	2.19.18	-17
125.	Terje Meling, SSSK	260271	2.20.65	9	Stavanger Sø	11.12	2.12.53	-16
126.	Bendik Becker Pedersen, Fana IL	091107	2.20.67	4	Oslo Fr	12.2	2.53.46	-21
127.	Svein-Erik Morkemo, Asker SK	121168	2.20.86	4	Hamar V	13.2	2.21.21	-17
128.	Erik Vea, Kaldfarnes IL	110651	2.21.14	1	Hamar V	12.2	2.00.44	-80
129.	David Martin Davidsen, Jevnaker IF	110907	2.21.36	13	Hamar V	20.11	2.39.85	-21
130.	Mats Bye Martinsen, Geithus IL	290305	2.21.37	14	Hamar V	19.2	2.27.27	-21
131.	Øystein Borgersen, Geithus IL	060864	2.21.54	3	Hamar V	13.2	2.18.98	-19
132.	Jonas Olderli Berget, Spk Falken	140405	2.21.92	5	Stavanger Sø	26.3		
133.	Pål Agdestein, Asker SK	260557	2.22.10	1	Hamar V	12.2	2.02.59	-11
134.	Terje Ingvoldstad, Geithus IL	080768	2.22.75	6	Hamar V	13.2	2.31.57	-21
135.	Morten Henriksen, Geithus IL	031258	2.22.90	2	Hamar V	13.2	2.00.09	-07
136.	Jørgen Szygenda, Sør-Fron IL	220804	2.23.63	15	Hamar V	19.2	2.34.24	-20
137.	Sander Innhaug Dahl, TT	190506	2.24.34	17	Hamar V	20.11	2.36.23	-21
138.	Nils Juell, Oslo Speedskaters	300570	2.24.36	7	Hamar V	13.2	2.24.10	-20
139.	Edvard Morkemo, Asker SK	291105	2.24.84	2	Stavanger Sø	27.3	2.30.98	-20
140.	Jakob J Bjelland Forsaa, SSSK	280307	2.24.94	6	Stavanger Sø	17.11	2.38.30	-20
	Helge Flesland, Skuteviken SC	140961	2.24.94	5	Stavanger Sø	26.3	2.08.75	-11
142.	Anders Ratdal, Trondheim KK	171176	2.25.13	16	Bjugn Fosenh	2.4	1.59.12	-02
143.	Elias Brubak, Sør-Fron IL	140808	2.25.19	1	Stavanger Sø	27.3	3.07.58	-20
144.	Jørgen Brochmann, Tromsø SK	220806	2.25.29	14	Hamar V	19.2	2.52.47	-20
145.	Audun Semb, TT	250609	2.25.64	1	Hamar V	20.11	2.52.13	-21
146.	Sindre Heggelund Ljungquist, Kongsv. SK	260207	2.25.71	6	Hamar V	7.8	2.30.44	-21
	Frode Kleveland Vik, SSSK	110570	2.25.71	14	Stavanger Sø	11.12	2.22.53	-20

3000 meter menn:

Under 5.10,0: 1980	2000	2010	2015	2020	2021
240	207	176	188	131	87

1.	Hallgeir Engebråten, Nord-Odal IL	171299	3.40.60	1	Beijing Chao	31.1	3.41.25	-21
2.	John Granli, Stord IL	020102	3.42.33	1	Inzell	4.12	4.00.77	-21
3.	Sigurd Henriksen, Fana IL	261004	3.42.43	1	Inzell	4.12	3.58.01	-21
4.	Peder Kongshaug, SSSK	130801	3.44.22	2	Hamar V	14.8	3.47.50	-21
5.	Sander Eitrem, Nord-Odal IL	120202	3.44.70	1	Hamar V	29.1	3.54.66	-21
6.	Allan Dahl Johansson, Aktiv SK	051098	3.45.74	3	Hamar V	14.8	3.40.14	-18
7.	Kristian Gamme Ulekleiv, Gjøvik SK	280896	3.46.74	2	Stavanger Sø	16.10	3.46.33	-21
8.	Sverre Lunde Pedersen, Fana IL	170792	3.46.95	1	Hamar V	29.10	3.34.66	-16
9.	Odin By Farstad, Spk Falken	011297	3.48.92	5	Inzell	2.10	3.47.72	-21
10.	Kasper Tveter, SSSK	050901	3.49.05	3	Inzell	27.11	3.54.49	-21
11.	Emil Pedersen Matre, Fana IL	031203	3.49.93	7	Inzell	27.11	4.04.01	-21
12.	Ole Bjørnsmoen Næss, Tynset IF	020691	3.50.04	2	Inzell	19.2	3.48.89	-18
13.	Sander Tveter, SSSK	270699	3.50.11	1	Inzell	12.2	3.51.17	-21
14.	Vetle Stangeland, TT	120897	3.50.78	4	Inzell	19.2	3.47.39	-18
15.	Vegard Rye, SSSK	141101	3.51.33	5	Inzell	19.2	3.56.15	-20
16.	Sindre Henriksen, Fana IL	240792	3.52.07	8	Inzell	2.10	3.42.12	-16
17.	Thomas Lande Eriksen, Aktiv SK	160299	3.53.55	5	Inzell	4.12	3.52.13	-18
18.	Simon Aannø, Bjugn/Ørland SK	280603	3.53.68	11	Inzell	4.12	3.57.52	-20
19.	Didrik Eng Strand, Hamar IL	130905	3.54.99	12	Inzell	4.12	4.10.04	-20
20.	Oddbjørn Mellemstrand, SSSK	100102	3.55.14	9	Inzell	19.2	3.55.66	-21
21.	Erlend Belsvik, Stord IL	150402	3.56.41	10	Inzell	19.2	4.02.93	-21
22.	Sondre Buer Åsebø, Fana IL	151002	3.56.55	11	Inzell	19.2	4.02.73	-21
23.	Daniel Thuv Eriksen, Herkules SK	180101	3.57.71	2	Hamar V	14.8	4.09.36	-21
24.	Karl Didrik Møller Nordal, IF Fram	071000	3.57.94	3	Hamar V	14.8	3.59.61	-21
25.	Birk Finnstø Refsaas, Bjugn/Ørland SK	250902	3.59.77	2	Hamar V	31.10	4.01.77	-20
26.	Håkon Sundøen Brørby, Jevnaker IF	200797	3.59.88	14	Inzell	19.2	3.58.31	-20
27.	Marcus Rasmussen Kvarme, Stord IL	280601	4.02.37	5	Hamar V	31.10	4.01.24	-19
28.	Finn Elias Haneberg, Hamar IL	120605	4.03.22	2	Heerenveen	4.3	4.35.94	-21
29.	Emil Ervik, Hamar IL	080901	4.04.20	10	Stavanger Sø	16.10	3.59.37	-21
30.	Ivar Norheim, Fana IL	220904	4.05.52	1	Stavanger Sø	7.11	4.15.06	-21
31.	Thomas Andreassen, Nord-Odal IL	280604	4.05.60	4	Stavanger Sø	15.1	4.14.98	-21
32.	Sigurd Holbø Dyrset, Trondheim KK	210404	4.05.98	5	Stavanger Sø	15.1	4.12.88	-20
33.	Filip Møller Nordal, IF Fram	201205	4.06.59	4	Heerenveen	4.3	4.33.38	-21
34.	Ole Mikkel Mellemstrand, SSSK	280899	4.06.78	8	Hamar V	31.10	4.05.83	-20
35.	Joren Sleeking, Hol IL	291202	4.08.78	2	Hamar V	21.11	4.16.11	-21
36.	Viktor Smedstad Haukaas, Aktiv SK	180303	4.10.61	3	Hamar V	21.11	4.14.36	-21
37.	Erlend Andre Rue, Gol IL	200502	4.11.55	9	Hamar V	31.10	4.16.37	-21
38.	Fredrik Pedersen, OSK	070406	4.12.85	6	Stavanger Sø	15.1	4.23.88	-21
39.	Aron Aannø, Bjugn/Ørland SK	050505	4.13.55	8	Heerenveen	4.3	4.17.23	-20
40.	Vegard Hansen, Kongsvinger SK	301294	4.13.59	14	Stavanger Sø	15.1	4.08.63	-15
41.	Bendik Mauseth, Hamar IL	040101	4.14.65	10	Hamar V	31.10	4.14.41	-18
42.	Sindre Baas, Dølemo IL	101298	4.15.22	5	Stavanger Sø	1.12	4.00.44	-19
43.	Sondre Hvammen, Kongsberg IF	040903	4.15.71	2	Hamar V	8.8	4.19.85	-20
44.	Herman Hoff, Sandefjord SK	081103	4.15.93	4	Hamar V	21.11	4.14.88	-20
45.	Linus August Risnes, Aktiv SK	290405	4.16.34	20	Inzell	19.2	4.24.01	-20
46.	Reidar Bohlin Borgersen, Geithus IL	100480	4.18.22	1	Hamar V	12.2	3.51.50	-02
47.	Øystein Grødum, Arendal SK	150277	4.18.45	1	Arendal Myra	1.3	3.41.02	-06
48.	Frank Erik Tindvik, H&BSK	090781	4.19.19	1	Stavanger Sø	27.3	4.10.72	-20
49.	Kristoffer Knag Songstad, Fana IL	171205	4.19.96	1	Stavanger Sø	27.3	4.39.58	-21
50.	Sondre Dahn, Fana IL	270204	4.20.58	5	Hamar V	21.11	4.37.72	-20
51.	Tinius Rambøl Alme, Aktiv SK	120306	4.20.63	2	Kristiansund	5.2	4.39.29	-21
52.	Robin Sleeking, Hol IL	081100	4.21.17	4	Hamar V	21.11	4.22.70	-21

53.	Frederik Gajos Hamre, SSSK	190306	4.21.76	10	Hamar V	31.10	4.28.32	-21
54.	Eivind Vegard Lia, Geithus IL	220781	4.21.77	3	Hamar V	12.2	4.01.92	-05
55.	Nicolai Ulvan, Spk Falken	271005	4.23.31	2	Stavanger Sø	27.3	4.54.74	-21
56.	Arild Jøssing Kotte, Bjugn/Ørland SK	270276	4.23.47	1	Bjugn Fosenh	5.2	4.25.02	-21
57.	Ask Darup, TT	051203	4.23.92	6	Hamar V	21.11	4.44.56	-21
58.	Ketil Aalberg, Bjugn/Ørland SK	280469	4.24.70	2	Bjugn Fosenh	5.2	4.22.12	-21
59.	Arne Lernes, Tromsø SK	160705	4.24.77	11	Hamar V	31.10	4.42.96	-20
60.	Odd Øystein Langegård, Geithus IL	220480	4.26.66	1	Hamar V	14.8	4.03.43	-99
61.	Kjetil Johansen Amundrud, Brandbu IF	241278	4.26.70	11	Hamar V	31.10	4.04.88	-16
62.	Sigmund Løvlien-Krokhaug, Tynset IF	280907	4.27.71	1	Hamar V	21.11		
63.	Sigve Elstrøm Borlaug, Herkules SK	060204	4.28.37	3	Hamar V	8.8	4.33.36	-20
64.	Andreas Holmen Minge, Båstad IL SK	111091	4.28.76	1	Båstad	27.1	3.53.58	-12
65.	Leo Løland Eikeseth, Fana IL	021004	4.29.47	4	Hamar V	8.8	4.23.85	-20
66.	Tarjei Tverråen, Arendal SK	060378	4.29.86	2	Arendal Myra	1.3	3.57.73	-06
67.	Philip Grønvold Andersen, Drammens SK	211103	4.31.24	13	Hamar V	31.10	4.50.22	-21
68.	Sivert Refsdal, Hamar IL	150405	4.31.43	5	Hamar V	21.11	4.44.13	-21
69.	Miika Johan Klevstuen, OSK	050906	4.33.58	1	Hamar V	8.8	4.40.78	-21
70.	Patrik Hansen, Skjervøy SIK	180506	4.35.34	6	Hamar V	21.11	4.55.55	-20
71.	Morten Kjellemyr Eilertsen, Herkules SK	190270	4.35.42	1	Hamar V	12.2	4.19.51	-16
72.	Halvor Kjøsterud Erlingsen, Asker SK	151006	4.36.71	1	Stavanger Sø	27.3		
73.	Einar Mathiassen, SSSK	170177	4.37.26	7	Stavanger Sø	12.12	4.34.77	-20
74.	Andreas Haugerud, Sykehuset Innlandet BIL	210787	4.37.99	1	Hamar V	12.2	4.21.55	-19
75.	Bernard K Benjaminsen, Båstad IL SK	160406	4.38.49	3	Stavanger Sø	27.3	5.30.17	-20
76.	Marius Innhaug Dahl, TT	190506	4.38.81	7	Hamar V	21.11		
77.	Lucas Sandmo, Bjugn/Ørland SK	220404	4.39.77	15	Hamar V	31.10	4.55.26	-21
78.	Martin Bjertnes, Geithus IL	120293	4.40.38	1	Geithus	6.3	3.57.24	-13
79.	Marius Moen, Drammens SK	031003	4.41.79	7	Hamar V	8.8	4.37.33	-21
80.	Eirik Andersen, Aktiv SK	211006	4.43.47	4	Oslo Fr	8.12	4.55.87	-21
81.	Jørn Ingebrigt Pettersen, Arendal SK	200372	4.43.65	3	Hamar V	12.2	4.33.32	-18
82.	Kjell Håvard Belsvik, Stord IL	201065	4.45.78	2	Stavanger Sø	27.3	4.26.2	-87
83.	Morten Kolstad, Lilleborg IK	050592	4.45.80	2	Hamar V	12.2	4.30.54	-19
84.	Geir Nesset, TSK	041065	4.46.40	1	Hamar V	12.2	4.30.07	-11
85.	Arild Finnesand, SSSK	120374	4.46.46	8	Stavanger Sø	1.12	4.39.78	-19
86.	Håvard Straumsnes, Oslo Speedskaters	071291	4.46.76	3	Hamar V	12.2	6.16.46	-19
87.	Ronny Pettersen, Harstad SK	010874	4.47.19	2	Hamar V	12.2	5.21.34	-21
88.	Paul Fredrik Michelet, Båstad IL SK	241106	4.48.16	2	Stavanger Sø	27.3	4.54.39	-21
89.	Marius Krokhaug, Tynset IF	110277	4.48.26	1	Tynset	4.2	4.46.69	-93
90.	Nicolai Bjerke, OSK	080406	4.48.61	7	Tønsberg	29.1		
91.	Kenneth Melin-Grødahl, Narvik SK	031280	4.49.95	3	Tromsø	5.2	4.17.02	-99
92.	Johan Vikhals, Bjugn/Ørland SK	230568	4.50.34	3	Bjugn Fosenh	5.2		
93.	Elias Skogen, SSSK	210207	4.50.40	10	Stavanger Sø	1.12		
94.	Adriaen Verheyleweghen, NTNU BIL Trh	141091	4.50.52	2	Trondheim L	15.11	4.09.44	-10
95.	Pål Agdestein, Asker SK	260557	4.51.27	1	Hamar V	13.2	4.16.50	-11
96.	Frode Eidsmo, Oslo Speedskaters	180159	4.52.17	11	Stavanger Sø	12.12	4.10.34	-11
97.	Christian Eidsvåg, Tynset IF	220582	4.52.79	2	Tynset	4.2		
98.	Trygve Bertil Reitan, Equinor BIL Trh	260169	4.53.33	4	Trondheim L	15.11	4.49.09	-19
99.	Geir Hestad, Harstad SK	270354	4.53.60	2	Hamar V	13.2	4.15.35	-07
100.	Eric Christie Askildsen, AFK BIL Oslo	120661	4.54.01	2	Oslo Fr	12.1	4.32.49	-20
101.	Jostein Maageng Lund, Kongsberg IF	140396	4.54.27	1	Stavanger Sø	7.11	4.26.99	-14
102.	Lars Ulveseth, Fana IL	170805	4.54.49	8	Hamar V	21.11	5.34.41	-21
103.	John Ivar Kristensen, Skreia SK Toten	040372	4.54.55	7	Hamar V	13.12	4.18.7	-93
104.	Lucas Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	190308	4.55.52	2	Hamar V	21.11	5.18.24	-21
105.	Vidar Skripeland, Lilleborg IK	260559	4.56.01	2	Hamar V	12.2	4.45.03	-16
106.	Andreas Flaatten, TT	180306	4.56.66	8	Tønsberg	29.1		
107.	Jakob J Bjelland Forsaa, SSSK	280307	4.58.27	11	Stavanger Sø	1.12		
108.	Øystein Borgersen, Geithus IL	060864	4.58.46	3	Hamar V	12.2	4.51.09	-20
109.	Bertil Grødahl, Oslo Speedskaters	060157	4.58.96	3	Hamar V	14.8	4.27.2	-98

110.	Svein-Erik Morkemo, Asker SK	121168	4.59.58	4	Hamar V	12.2	5.13.96	-19
111.	Mads Nordhus, Aktiv SK	290806	4.59.94	3	Hamar V	8.8		
112.	Petter Nesset, Arendal SK	260763	5.00.28	4	Hamar V	14.8	4.42.94	-16
113.	Erik Vea, Kaldfarnes IL	110651	5.00.33	10	Erfurt	5.12	4.12.40	-04
114.	Morten Andre Engen, Harstad SK	010279	5.01.19	5	Hamar V	12.2	5.09.53	-94
115.	William Vorvik, TSK	150407	5.01.78	4	Hamar V	8.8		
116.	Iver Johansen, Spk Ceres	100258	5.02.21	3	Hamar V	12.2	4.35.38	-02
117.	Arne Rimmereid, Arendal SK	170671	5.02.52	5	Hamar V	12.2	5.10.56	-20
118.	Sander Innhaug Dahl, TT	190506	5.03.57	10	Hamar V	21.11		
119.	Olav Langeland, Hortens SK	040156	5.04.19	8	Inzell	13.11	4.34.04	-15
120.	Terje Meling, SSSK	260271	5.04.86	15	Stavanger Sø	12.12	4.43.13	-17
121.	Oliver Fjellgård Lyby, Leinstrand IL	020308	5.04.93	4	Bjugn Fosenh	11.12		
122.	Nils Juell, Oslo Speedskaters	300570	5.05.39	6	Hamar V	12.2	5.03.79	-20
123.	Espen Hansen, Takeda BIL Oslo	030156	5.05.49	3	Oslo Fr	9.2	4.11.21	-99
124.	Terje Ingvoldstad, Geithus IL	080768	5.05.60	7	Hamar V	12.2	5.30.99	-21
125.	Stein Neset, Arendal SK	250461	5.06.14	4	Hamar V	12.2	4.40.47	-13
126.	Ragnvald Næss, Narvik SK	050754	5.07.57	5	Tromsø	5.2	4.14.64	-11
127.	Knut Birger Andersen, H&BSK	250275	5.08.94	4	Stavanger Sø	27.3	5.24.78	-91
128.	Isak Kringlebotn Hauge, SSSK	040108	5.09.82	3	Stavanger Sø	27.3		
129.	Mathias Myhrer, Båstad IL SK	100806	5.10.06	5	Hamar V	8.8	5.22.26	-21

5000 meter menn:

Under 9.00,0: 1980	2000	2010	2015	2020	2021
183	137	136	128	85	50

1.	Hallgeir Engebråten, Nord-Odal IL	171299	6.09.88	3	Beijing Chao	6.2	6.09.21	-21
2.	Sander Eitrem, Nord-Odal IL	120202	6.12.87	4	Calgary	10.12	6.41.09	-21
3.	Sverre Lunde Pedersen, Fana IL	170792	6.14.32	7	Calgary	10.12	6.07.16	-19
4.	Peder Kongshaug, SSSK	130801	6.17.50	17	Salt Lake Ci	3.12	6.19.18	-21
5.	Kristian Gamme Ulekleiv, Gjøvik SK	280896	6.28.38	14	Hamar V	5.3	6.28.65	-20
6.	Ole Bjørnsmoen Næss, Tynset IF	020691	6.33.05	2	Inzell	26.2	6.23.30	-15
7.	Sigurd Henriksen, Fana IL	261004	6.33.16	1	Innsbruck	29.1	6.40.51	-21
8.	Allan Dahl Johansson, Aktiv SK	051098	6.36.17	5	Hamar V	29.10	6.26.90	-18
9.	Vetle Stangeland, TT	120897	6.39.57	2	Inzell	20.2	6.34.93	-19
10.	Vegard Rye, SSSK	141101	6.41.94	3	Inzell	20.2	7.03.89	-20
11.	John Granli, Stord IL	020102	6.42.58	4	Inzell	20.2	6.59.30	-19
12.	Emil Pedersen Matre, Fana IL	031203	6.44.09	5	Innsbruck	29.1	7.10.28	-21
13.	Sander Tveter, SSSK	270699	6.45.19	8	Hamar V	29.10	6.40.69	-21
14.	Oddbjørn Mellemstrand, SSSK	100102	6.47.48	8	Inzell	2.10	6.43.83	-21
15.	Karl Didrik Møller Nordal, IF Fram	071000	6.55.30	6	Stavanger Sø	16.1	7.01.23	-21
16.	Erlend Belsvik, Stord IL	150402	6.55.37	7	Stavanger Sø	16.1	7.01.81	-21
17.	Thomas Lande Eriksen, Aktiv SK	160299	6.55.94	5	Stavanger Sø	19.3	6.38.41	-18
18.	Simon Aannø, Bjugn/Ørland SK	280603	6.57.53	7	Stavanger Sø	19.3	7.29.37	-19
19.	Sondre Buer Åsebø, Fana IL	151002	6.58.48	17	Innsbruck	29.1	6.59.55	-21
20.	Daniel Thuv Eriksen, Herkules SK	180101	7.00.02	9	Stavanger Sø	19.3	7.07.97	-21
21.	Birk Finnstø Refsaas, Bjugn/Ørland SK	250902	7.05.04	11	Stavanger Sø	19.3	6.50.66	-21
22.	Didrik Eng Strand, Hamar IL	130905	7.06.34	12	Stavanger Sø	19.3		
23.	Øystein Grødum, Arendal SK	150277	7.07.27	1	Stavanger Sø	26.3	6.15.50	-06
24.	Sigurd Holbø Dyrset, Trondheim KK	210404	7.08.84	2	Stavanger Sø	16.1	9.42.10	-18
25.	Ivar Norheim, Fana IL	220904	7.09.26	1	Stavanger Sø	16.10	7.37.50	-21
26.	Joren Sleeking, Hol IL	291202	7.16.85	4	Stavanger Sø	16.1	7.19.61	-21
27.	Viktor Smedstad Haukaas, Aktiv SK	180303	7.18.61	5	Stavanger Sø	16.1	7.15.35	-21
28.	Vegard Hansen, Kongsvinger SK	301294	7.19.59	11	Stavanger Sø	16.1	7.06.34	-16
29.	Herman Hoff, Sandefjord SK	081103	7.22.96	3	Stavanger Sø	16.10	7.34.99	-20
30.	Filip Møller Nordal, IF Fram	201205	7.23.13	7	Stavanger Sø	16.1	8.15.79	-21

31.	Reidar Bohlin Borgersen, Geithus IL	100480	7.24.43	1	Hamar V	13.2	6.25.77	-08
32.	Frank Erik Tindvik, H&BSK	090781	7.27.85	2	Stavanger Sø	26.3	7.12.43	-20
33.	Sondre Hvammen, Kongsberg IF	040903	7.29.59	1	Stavanger Sø	26.3	7.49.89	-20
34.	Fredrik Pedersen, OSK	070406	7.31.10	8	Stavanger Sø	16.1		
35.	Ketil Aalberg, Bjugn/Ørland SK	280469	7.32.68	1	Bjugn Fosenh	1.4	7.31.92	-20
36.	Kristoffer Knag Songstad, Fana IL	171205	7.34.81	1	Stavanger Sø	26.3	8.45.31	-21
37.	Eivind Vegard Lia, Geithus IL	220781	7.37.46	3	Hamar V	13.2	7.13.32	-05
38.	Robin Sleeking, Hol IL	081100	7.40.70	5	Stavanger Sø	16.10	7.34.26	-21
39.	Morten Kjellemyr Eilertsen, Herkules SK	190270	7.45.64	3	Stavanger Sø	26.3	7.25.61	-20
40.	Finn Elias Haneberg, Hamar IL	120605	7.46.69	9	Tønsberg	13.3		
41.	Arild Jøssing Kotte, Bjugn/Ørland SK	270276	7.46.92	1	Hamar V	13.2	8.01.38	-21
42.	Sigve Elstrøm Borlaug, Herkules SK	060204	7.50.51	3	Kristiansund	6.2		
43.	Geir Nesset, TSK	041065	7.51.06	4	Heerenveen	16.3	7.58.54	-11
44.	Aron Aannø, Bjugn/Ørland SK	050505	7.54.70	11	Tønsberg	13.3		
45.	Andreas Haugerud, Sykehuset Innlandet BIL	210787	7.55.88	1	Hamar V	13.2	7.24.04	-16
46.	Ask Darup, TT	051203	7.56.16	4	Stavanger Sø	16.10	8.34.40	-21
47.	Sigmund Løvlien-Krokhaug, Tynset IF	280907	7.56.87	2	Tynset	12.12	10.24.03	-20
48.	Håvard Straumsnes, Oslo Speedskaters	071291	7.59.46	2	Hamar V	13.2		
49.	Linus August Risnes, Aktiv SK	290405	8.01.32	14	Tønsberg	13.3		
50.	Arild Finnesand, SSSK	120374	8.01.33	4	Stavanger Sø	26.3	8.22.72	-20
51.	Odd Øystein Langegård, Geithus IL	220480	8.03.42	4	Hamar V	13.2	7.00.21	-00
52.	Frode Midjo, Trondheim KK	120274	8.03.93	3	Bjugn Fosenh	1.4	7.31.62	-14
53.	Frederik Gajos Hamre, SSSK	190306	8.06.32	15	Tønsberg	13.3		
54.	Kjell Håvard Belsvik, Stord IL	201065	8.09.10	7	Stavanger Sø	26.3	7.44.2	-87
55.	Morten Kolstad, Lilleborg IK	050592	8.10.09	8	Stavanger Sø	26.3	7.47.37	-18
56.	Jørn Ingebrigt Pettersen, Arendal SK	200372	8.11.51	2	Hamar V	13.2	7.50.44	-15
57.	Sondre Dahn, Fana IL	270204	8.12.13	1	Bergen Sl	5.12	8.47.46	-19
58.	Ronny Pettersen, Harstad SK	010874	8.14.58	2	Hamar V	13.2	8.58.80	-20
59.	Vidar Skripeland, Lilleborg IK	260559	8.15.07	9	Stavanger Sø	26.3	7.46.16	-17
60.	Frode Eidsmo, Oslo Speedskaters	180159	8.18.82	2	Hamar V	13.2	7.03.62	-11
61.	Johan Vikhals, Bjugn/Ørland SK	230568	8.20.14	3	Hamar V	13.2	9.06.90	-21
62.	Marius Krokhaug, Tynset IF	110277	8.22.64	1	Tynset	6.2	8.31.7	-93
63.	Christian Eidsvåg, Tynset IF	220582	8.23.44	2	Tynset	6.2		
64.	Patrik Hansen, Skjervøy SIK	180506	8.23.68	1	Tromsø	6.2		
65.	Thomas Røste, Trondheim KK	301274	8.24.59	7	Bjugn Fosenh	1.4	7.12.93	-07
66.	Ragnvald Næss, Narvik SK	050754	8.27.16	4	Bjugn Fosenh	1.10	7.06.51	-11
67.	Kenneth Melin-Grødahl, Narvik SK	031280	8.28.09	2	Harstad	26.2	7.21.65	-99
68.	Eric Christie Askildsen, AFK BIL Oslo	120661	8.29.29	5	Oslo Fr	26.1	7.47.48	-20
69.	Geir Hestad, Harstad SK	270354	8.29.59	5	Bjugn Fosenh	1.10	7.22.98	-10
70.	Bo Oscar Lilletvedt, Fana IL	100306	8.33.01	2	Stavanger Sø	26.3	9.37.49	-21
71.	Trygve Bertil Reitan, Lademoen SF	260169	8.33.57	7	Bjugn Fosenh	1.10	8.11.94	-19
72.	Hans Kristian Smedsrød, Nok Nok Regnsk.BIL	200189	8.35.33	6	Oslo Fr	26.1	7.31.33	-08
73.	Iver Johansen, Spk Ceres	100258	8.37.51	8	Bjugn Fosenh	1.10	7.59.85	-02
74.	Lars Ulveseth, Fana IL	170805	8.38.05	3	Stavanger Sø	26.3	9.58.65	-21
75.	Arne Rimmereid, Arendal SK	170671	8.38.90	12	Stavanger Sø	26.3	9.06.31	-18
76.	Øystein Borgersen, Geithus IL	060864	8.39.24	3	Hamar V	13.2	8.28.31	-20
77.	Sveinung Vea, Skift Gir BIL Oslo	240572	8.42.25	3	Geithus	26.2	7.59.10	-16
78.	Fredrik Smith, Lilleborg IK	090775	8.43.52	4	Geithus	26.2		
79.	Geir Johnsen, Bjugn/Ørland SK	201068	8.46.02	9	Bjugn Fosenh	1.10	7.48.52	-11
80.	Terje Ingvoldstad, Geithus IL	080768	8.49.17	4	Hamar V	13.2	9.26.54	-21
81.	Erik Vea, Lillestrøm Kommune	110651	8.49.19	8	Oslo Fr	26.1	7.20.85	-04
82.	Morten Andre Engen, Harstad SK	010279	8.50.15	5	Hamar V	13.2		
83.	Svein-Erik Morkemo, Asker SK	121168	8.52.99	6	Hamar V	13.2	9.06.35	-84
84.	Jon Kjetil Gauslaa, Arendal SK	100162	8.54.02	11	Bjugn Fosenh	1.10	7.15.10	-11
85.	Olav Langeland, Hortens SK	040156	8.56.56	12	Bjugn Fosenh	1.10	7.46.19	-15
86.	Andreas Falk-Larssen, Boa Offshore BIL Trh	181188	8.58.30	5	Trondheim L	31.1		
87.	Nils Juell, Oslo Speedskaters	300570	8.58.91	7	Hamar V	13.2	8.54.91	-19

10000 meter menn:

Under 19.00,0:	1980	2000	2010	2015	2020	2021
	61	56	68	56	30	31

1.	Hallgeir Engebråten, Nord-Odal IL	171299	13.17.76	1	Hamar V	31.10	13.17.97	-21
2.	Sander Eitrem, Nord-Odal IL	120202	13.20.40	4	Hamar V	6.3	14.33.07	-21
3.	Peder Kongshaug, SSSK	130801	13.30.09	6	Hamar V	6.3	13.51.58	-21
4.	Sigurd Henriksen, Fana IL	261004	13.30.85	1	Hamar V	31.10	13.54.35	-21
5.	Sverre Lunde Pedersen, Fana IL	170792	13.35.21	19	Stavanger Sø	20.11	12.56.91	-19
6.	Ole Bjørnsmoen Næss, Tynset IF	020691	13.46.88	3	Hamar V	31.10	13.09.34	-15
7.	Vetle Stangeland, TT	120897	13.52.22	5	Hamar V	31.10	13.58.22	-18
8.	Sander Tveter, SSSK	270699	14.17.42	6	Hamar V	31.10	14.04.56	-21
9.	Simon Aannø, Bjugn/Ørland SK	280603	14.23.18	4	Stavanger Sø	20.3		
10.	John Granli, Stord IL	020102	14.27.14	5	Stavanger Sø	20.3	14.55.39	-21
11.	Oddbjørn Mellemstrand, SSSK	100102	14.28.24	6	Stavanger Sø	20.3	14.16.80	-21
12.	Thomas Lande Eriksen, Aktiv SK	160299	14.39.93	7	Stavanger Sø	20.3	14.29.67	-18
13.	Øystein Grødum, Arendal SK	150277	14.43.24	1	Stavanger Sø	27.3	12.56.38	-06
14.	Viktor Smedstad Haukaas, Aktiv SK	180303	14.51.91	2	Hamar V	31.10		
15.	Daniel Thuv Eriksen, Herkules SK	180101	14.54.14	8	Stavanger Sø	20.3	15.05.37	-21
16.	Joren Sleeking, Hol IL	291202	15.05.76	3	Hamar V	31.10	15.56.64	-19
17.	Ivar Norheim, Fana IL	220904	15.07.17	10	Stavanger Sø	20.3	15.56.54	-21
18.	Ketil Aalberg, Bjugn/Ørland SK	280469	15.27.93	1	Bjugn Fosenh	2.4	15.31.46	-19
19.	Birk Finnstø Refsaas, Bjugn/Ørland SK	250902	15.29.38	11	Stavanger Sø	20.3	14.35.93	-21
20.	Robin Sleeking, Hol IL	081100	15.59.52	7	Hamar V	31.10	17.16.39	-18
21.	Morten Kjellemyr Eilertsen, Herkules SK	190270	16.24.26	2	Stavanger Sø	27.3	15.32.69	-20
22.	Arild Jøssing Kotte, Bjugn/Ørland SK	270276	16.27.79	2	Bjugn Fosenh	2.10	16.54.80	-21
23.	Ask Darup, TT	051203	16.36.58	4	Hamar V	31.10		
24.	Geir Nesset, TSK	041065	16.38.97	3	Heerenveen	17.3	17.02.59	-03
25.	Frode Midjo, Trondheim KK	120274	16.58.33	2	Bjugn Fosenh	2.4	15.33.59	-15
26.	Ragnvald Næss, Narvik SK	050754	16.58.76	3	Bjugn Fosenh	2.10	14.55.21	-10
27.	Vidar Skripeland, Lilleborg IK	260559	16.59.66	3	Stavanger Sø	27.3	15.48.15	-17
28.	Håvard Straumsnes, Oslo Speedskaters	071291	17.06.48	4	Stavanger Sø	27.3		
29.	Sveinung Vea, Skift Gir BIL Oslo	240572	17.11.63	5	Stavanger Sø	27.3	16.14.26	-17
30.	Geir Hestad, Harstad SK	270354	17.16.87	5	Bjugn Fosenh	2.10	15.36.12	-10
31.	Johan Vikhals, Bjugn/Ørland SK	230568	17.19.67	6	Bjugn Fosenh	2.4	18.18.25	-21
32.	Andreas Haugerud, Aktiv SK	210787	17.24.65	6	Stavanger Sø	27.3	15.45.87	-17
33.	Trygve Bertil Reitan, Lademoen SF	260169	17.25.57	6	Bjugn Fosenh	2.10	17.00.52	-18
34.	Kristoffer Knag Songstad, Fana IL	171205	17.34.89	2	Bergen Sl	22.1	17.28.42	-21
35.	Iver Johansen, Spk Ceres	100258	17.48.19	10	Bjugn Fosenh	2.4	16.37.85	-07
36.	Thomas Røste, Trondheim KK	301274	17.49.42	11	Bjugn Fosenh	2.4	16.08.48	-98
37.	Marius Krokhaug, Tynset IF	110277	17.49.54	12	Bjugn Fosenh	2.4	18.45.72	-20
38.	Sondre Dahn, Fana IL	270204	17.51.24	3	Bergen Sl	22.1	18.09.33	-21
39.	Eric Christie Askildsen, Lilleborg IK	120661	17.54.32	2	Geithus	27.2	15.52.04	-20
40.	Geir Johnsen, Bjugn/Ørland SK	201068	18.11.26	9	Bjugn Fosenh	2.10	17.36.21	-10
41.	Christian Eidsvåg, Tynset IF	220582	18.20.32	13	Bjugn Fosenh	2.4		
42.	Erik Vea, Kaldfarnes IL	110651	18.23.76	10	Bjugn Fosenh	2.10	15.34.5	-78
43.	Bo Oscar Lilletvedt, Fana IL	100306	18.33.16	2	Bergen Sl	26.2	20.10.69	-21
44.	Arne Rimmereid, Arendal SK	170671	18.35.24	14	Bjugn Fosenh	2.4	18.10.89	-19
45.	Terje Ingvoldstad, Geithus IL	080768	18.38.75	8	Stavanger Sø	27.3	19.25.89	-21
46.	Fredrik Smith, Lilleborg IK	090775	18.39.59	4	Geithus	27.2		
47.	Anne Gerben Wind, Bjugn/Ørland SK	200392	18.40.09	15	Bjugn Fosenh	2.4	15.10.04	-13
48.	Ronny Støbakk, Panserkam.	110373	18.41.09	16	Bjugn Fosenh	2.4	17.29.14	-11
49.	Jon Kjetil Gauslaa, Arendal SK	100162	18.41.63	11	Bjugn Fosenh	2.10	15.14.26	-11
50.	Øystein Borgersen, Geithus IL	060864	18.43.50	3	Geithus	2.1	18.05.55	-19
51.	Svein-Erik Morkemo, Asker SK	121168	18.47.67	17	Bjugn Fosenh	2.4		
52.	Torbjørn Sæther, Eidsvold TF	051250	18.49.63	18	Bjugn Fosenh	2.4	16.31.2	-93

53.	Martin Grothe Lien, Bygganalyse BIL Oslo	060783	18.52.03	4	Oslo Fr	15.12	18.00.31	-18
54.	Olav Langeland, Hortens SK	040156	18.54.88	12	Bjugn Fosenh	2.10	16.17.94	-11
55.	Lars Ulveseth, Fana IL	170805	19.00.37	4	Bergen Sl	22.1	22.18.01	-21
56.	Lucas Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	190308	19.07.72	5	Geithus	2.1	21.51.53	-20
57.	Njål Nore, Asker SK	030560	19.20.10	6	Geithus	27.2	18.34.85	-19
58.	Ståle Sveia Heitmann, Hafslund Nett BIL	240770	19.23.26	5	Oslo Fr	15.12	19.14.25	-20
59.	Nils Juell, Oslo Speedskaters	300570	19.27.29	8	Geithus	27.2	19.32.58	-20
60.	Gard Skoe Fredriksen, EBY BIL Oslo	041073	19.29.02	6	Oslo Fr	15.12	18.21.21	-17
61.	Rolf Espen Riktor, Lilleborg IK	160561	19.43.88	21	Bjugn Fosenh	2.4	18.12.34	-15
62.	Gaute Haftor Sørensen, Arendal SK	100765	19.49.12	22	Bjugn Fosenh	2.4		
63.	Ole Løland, Assa Abloy BIL	160359	19.49.42	23	Bjugn Fosenh	2.4		
64.	Bendik Becker Pedersen, Fana IL	091107	19.56.22	5	Bergen Sl	22.1	24.32.16	-21
65.	Arnstein Sunde, Arendal SK	010763	19.58.42	24	Bjugn Fosenh	2.4	17.58.03	-15
66.	Per Raudberget, Bjugn/Ørland SK	310860	20.03.78	25	Bjugn Fosenh	2.4	19.26.58	-17
67.	Tord Skoe Fredriksen, Lilleborg IK	200565	20.04.89	12	Geithus	27.2	18.27.66	-18
68.	Lars Enok Engvik, IL Braatt Kr.sund	010466	20.13.75	26	Bjugn Fosenh	2.4	18.06.89	-16
69.	Alf Gjølga, Bjugn/Ørland SK	010446	20.22.66	16	Bjugn Fosenh	2.10	17.54.52	-09
70.	Morten Saur, Bjugn/Ørland SK	200945	20.28.47	28	Bjugn Fosenh	2.4	17.18.58	-13
71.	Per Johan Gjølga, Bjugn/Ørland SK	110466	20.30.20	17	Bjugn Fosenh	2.10	19.14.09	-09
72.	Arne Kjølen, Skuteviken SC	120956	20.30.26	11	Stavanger Sø	27.3	18.41.47	-19
73.	Magnar Langvik, TSK	290845	20.35.80	18	Bjugn Fosenh	2.10	18.18.64	-13
74.	Per Gunnar Stensvaag, Hamar IL	180556	20.47.96	19	Bjugn Fosenh	2.10	16.49.57	-04
75.	Eirik Knudsen Gåseidnes, Asker SK	201194	20.52.11	13	Geithus	27.2	21.23.52	-20
76.	Ole Martin Nodenes, Unit Oslo BIL	310171	20.59.45	8	Oslo Fr	15.12	21.21.63	-20
77.	Ole Kjell Langmyren, Lillomarka OL	030861	21.14.86	10	Oslo Fr	15.12	21.24.96	-20
78.	Bjørn Fjelnseth, Trondheim KK	270967	21.18.04	20	Bjugn Fosenh	2.10	22.00.31	-18
79.	Rune Sundland, Lilleborg IK	250660	21.23.90	31	Bjugn Fosenh	2.4	21.28.14	-16
80.	Tore Hansen Hvideberg, Drammens SK	130270	21.24.33	6	Geithus	2.1	19.01.71	-05
81.	Anders Ratdal, Trondheim KK	171176	21.32.70	32	Bjugn Fosenh	2.4	16.04.42	-02
82.	Bjørn Ingar Fjeldstad, NTHI	270372	21.36.30	33	Bjugn Fosenh	2.4	19.30.48	-94
83.	Magnar Lundberg, Lilleborg IK	150442	21.48.39	34	Bjugn Fosenh	2.4	18.45.30	-16
84.	Terje Erfjord, Statnett BIL Oslo	210651	21.53.39	12	Oslo Fr	15.12	16.08.9	-93
85.	Bastian Gundersen Bottegård, Geithus IL	071109	22.03.75	7	Geithus	2.1	23.03.49	-21
86.	Petter Moe Løken, Geithus IL	160308	22.08.29	8	Geithus	2.1		
87.	Ivar Nilssen, IL Stjørdals/Bl.	080347	22.19.88	22	Bjugn Fosenh	2.10	17.09.29	-03
88.	Kåre Segadal, Skuteviken SC	100254	22.37.39	7	Bergen Sl	22.1	18.22.51	-08
89.	Arnt Åge Grande, Bjugn/Ørland SK	040867	22.49.22	23	Bjugn Fosenh	2.10	20.56.38	-10
90.	Eirik Brynhildsen, Geithus IL	091180	22.51.86	15	Geithus	27.2		
91.	Morten Jarnskjegge Knutsen, Bjugn/Ørl. SK	120161	23.03.13	37	Bjugn Fosenh	2.4	22.57.15	-21
92.	Jarle Håbrekke, Bjugn/Ørland SK	010143	23.04.30	38	Bjugn Fosenh	2.4	19.57.14	-13
93.	Herbert Kristoffersen, Oslo Speedskaters	241159	23.27.42	16	Geithus	27.2	21.14.2	-09
94.	Per Espen Kristoffersen, Oslo Speedskaters	141261	23.32.74	17	Geithus	27.2	21.06.33	-18
95.	Bjørn Moen, Tynset IF	010278	23.37.56	3	Tynset	23.1		
96.	Endre Storholt, TSK	210465	23.54.31	40	Bjugn Fosenh	2.4		
97.	Frank-Einar Pedersen, Stord IL	201146	24.04.77	8	Bergen Sl	22.1	19.17.6	-84
98.	Bjørn-Erik Hanssen, Panserkam.	130152	24.48.27	26	Bjugn Fosenh	2.10	20.49.13	-04
99.	Rune Fossum, Tynset IF	081173	25.06.77	3	Tynset	27.2	24.14.63	-20
100.	Jan Kåre Frøyen, Tynset IF	020150	27.42.95	1	Tynset	8.3	32.10.91	-21
101.	Ivar Gjølga, Bjugn/Ørland SK	240849	28.35.51	27	Bjugn Fosenh	2.10	28.55.22	-19
102.	Hans Erik Eidsvåg, Tynset IF	150457	29.44.15	4	Tynset	27.2		
103.	Per-Sverre Hagen, Tynset IF	081179	30.03.52	5	Tynset	27.2		
104.	Jon Magne Vingelsgaard, Tynset IF	300857	31.29.67	6	Tynset	27.2	28.56.69	-20
105.	Lars Hans Rambøl, Lilleborg IK	180646	31.30.26	18	Geithus	27.2	25.06.0	-10
106.	Trym Riise, Tynset IF	040401	32.20.66	7	Tynset	27.2		
107.	Arne Inge Næss, Tynset IF	070953	34.54.17	8	Tynset	27.2	41.53.79	-20
108.	Arne Kjell Foldvik, Spk Falken	171234	36.16.81	28	Bjugn Fosenh	2.10	17.34.27	-03
109.	Marius Lærum Hagen, Tynset IF	250607	36.20.08	9	Tynset	27.2		

110.	Olaf Santiago Larsen, Tynset IF	300888	36.28.82	10	Tynset	27.2
111.	Terje Hylen, Tynset IF	290568	36.30.18	11	Tynset	27.2
112.	Alexander Ottershagen, Hamar IL	150910	39.00.87	12	Tynset	27.2
113.	Benjamin Elias Eidsvåg, Tynset IF	281013	41.05.44	13	Tynset	27.2
114.	Bjørn Eidsvåg, Tynset IF	131054	41.56.02	14	Tynset	27.2

MENN INDEX / ADELSKALENDRE - SESONGEN 2021/22

Navn	Klubb	født	500m	1000m	1500m	3000m	5000m	10000m	Sprint-k		Liten 4-k		Stor 4-k	
Agdestein Pål	Asker SK	260557	47.89	1.34.40	2.22.10	4.51.27	-	-	95.090	149	-	-	-	-
Akselsen Øystein	Harstad SK	280891	45.05	1.35.17	2.34.74	5.26.29	9.55.91	-	92.635	134	210.602	85	-	-
Alme Tinius Rambøl	Aktiv SK	120306	40.38	1.18.80	1.59.17	4.20.63	-	-	79.780	54	-	-	-	-
Amundrud Kjetil Johansen	Brandbu IF	241278	-	-	2.07.82	4.26.70	-	-	-	-	-	-	-	-
Amundsen Ivar	Arendal SK	240152	48.18	1.33.92	2.27.34	5.15.42	-	-	95.140	151	-	-	-	-
Andersen Eirik	Aktiv SK	211006	40.12	1.20.14	2.03.28	4.43.47	-	-	80.190	57	-	-	-	-
Andersen Knut Birger	H&BSK	250275	44.44	1.30.80	2.19.89	5.08.94	-	-	89.840	111	-	-	-	-
Andersen Philip Grønvold	Drammens SK	211103	41.82	1.22.60	2.05.13	4.31.24	-	-	83.120	73	-	-	-	-
Andreassen Jørn Egil	Spk Falken	071171	45.90	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Andreassen Martin Solberg	Spk Falken	130404	37.07	1.14.53	2.04.51	-	-	-	74.335	22	-	-	-	-
Andreassen Thomas	Nord-Odal IL	280604	39.27	1.17.68	1.55.69	4.05.60	-	-	78.110	51	-	-	-	-
Askildsen Eric Christie	Lillebor IK(1,3,6) AFK BIL Oslo(4,5)	120661	47.54	-	2.28.75	4.54.01	8.29.29	17.54.32	-	-	197.053	70	201.768	40
Belsvik Erlend	Stord IL	150402	39.33	1.16.76	1.56.31	3.56.41	6.55.37	-	77.710	46	159.038	19	-	-
Belsvik Kjell Håvard	Stord IL	201065	43.55	1.26.80	2.13.73	4.45.78	8.09.10	-	86.950	99	184.666	53	-	-
Benjaminsen Bernard K	Båstad IL SK	160406	42.10	1.25.68	2.12.44	4.38.49	-	-	84.940	78	-	-	-	-
Berget Jonas Olderli	Spk Falken	140405	42.59	1.29.67	2.21.92	5.28.19	-	-	87.425	102	-	-	-	-
Bjerke Nicolai	OSK	080406	41.85	1.23.29	2.08.31	4.48.61	-	-	83.495	75	-	-	-	-
Bjertnes Martin	Geithus IL	120293	40.95	-	-	4.40.38	-	-	-	-	-	-	-	-
Bjørklund Lucas Haugnæs	Geithus IL	190308	42.52	1.26.47	2.14.68	4.55.52	-	19.07.72	85.755	85	-	-	-	-
Borgersen Bjørmar Schultze	Geithus IL	200499	43.62	-		5.50.74	-	-	-	-	-	-	-	-
Borgersen Odd Bohlin	Geithus IL	100480	43.40	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Borgersen Reidar Bohlin	Geithus IL	100480	42.27	1.25.27	2.03.51	4.18.22	7.24.43	-	84.905	77	170.919	35	-	-
Borgersen Øystein	Geithus IL	060864	47.36	1.35.89	2.21.54	4.58.46	8.39.24	18.43.50	95.305	156	196.207	67	202.639	43
Borlaug Sigve Elstrøm	Herkules SK	060204	40.69	1.20.27	2.03.58	4.28.37	7.50.51	-	80.825	61	173.662	40	-	-
Bottegård Bastian Gundersen	Geithus IL	071109	47.36	1.35.58	2.35.17	5.29.08	9.59.47	22.03.75	95.150	152	213.876	89	225.217	66
Brattgjerd Siver	Spk Falken	090102	36.54	1.14.68	-	-	-	-	73.880	18	-	-	-	-
Brochmann Jørgen	Tromsø SK	220806	45.91	1.33.94	2.25.29	5.27.83	-	-	92.880	135	-	-	-	-
Brubak Elias	Sør-Fron IL	140808	45.23	1.32.33	2.25.19	5.35.90	-	-	91.395	126	-	-	-	-
Brynhildsen Eirik	Geithus IL	091180	49.59	1.46.44	2.47.07	6.12.69	10.34.28	22.51.86	102.810	213	230.823	107	237.301	74
Brørby Håkon Sundøen	Jevnaker IF	200797	37.78	1.13.08	1.51.65	3.59.88	-	-	74.320	21	-	-	-	-
Børtnes Brage Olsen	Drammens SK	160196	43.00	1.38.71	-	-	-	-	92.355	132	-	-	-	-
Baas Sindre	Dølemo IL	101298	36.98	1.12.20	1.53.78	4.15.22	-	-	73.080	13	-	-	-	-
Colbensen-Tveten Fredrik	Aktiv SK	220307	45.12	1.31.59	2.20.51	5.17.73	-	-	90.915	118	-	-	-	-
Dahl Marius Innhaug	TT	190506	44.44	1.28.84	2.14.67	4.38.81	-	-	88.860	109	-	-	-	-
Dahl Sander Innhaug	TT	190506	47.23	1.37.51	2.24.34	5.03.57	-	-	95.985	165	-	-	-	-
Dahle Magnus	SSSK	220497	36.93	1.14.04	-	-	-	-	73.950	19	-	-	-	-
Dahn Sondre	Fana IL	270204	41.70	1.21.08	2.03.49	4.20.58	8.12.13	17.51.24	82.240	68	175.506	43	185.638	23
Darup Ask	TT	051203	40.31	1.20.47	2.04.35	4.23.92	7.56.16	16.36.58	80.545	59	173.362	39	179.205	18
Davidsen David Martin	Jevnaker IF	110907	44.79	1.30.89	2.21.36	-	-	-	90.235	114	-	-	-	-
Dyrset Sigurd Holbø	Trondheim KK	210404	38.85	1.15.68	1.54.50	4.05.98	7.08.84	-	76.690	39	160.896	21	-	-
Eidsmo Frode	Oslo Speedskaters	180159	46.72	1.30.70	2.18.99	4.52.17	8.18.82	-	92.070	128	191.627	61	-	-
Eidsvåg Benjamin Elias	Tynset IF	281013	85.19	-	5.09.77	-	-	41.05.44	-	-	-	-	-	-
Eidsvåg Bjørn	Tynset IF	131054	-	-	-	-	-	41.56.02	-	-	-	-	-	-
Eidsvåg Christian	Tynset IF	220582	45.40	1.31.43	2.20.27	4.52.79	8.23.44	18.20.32	91.115	120	191.298	59	197.516	34
Eidsvåg Hans Erik	Tynset IF	150457	61.40	-	3.36.78	-	12.27.62	29.44.15	-	-	-	-	297.629	90
Eikeseth Leo Løland	Fana IL	021004	42.17	-	-	4.29.47	-	-	-	-	-	-	-	-
Eilertsen Morten Kjellemyr	Herkules SK	190270	43.55	-	2.10.97	4.35.42	7.45.64	16.24.26	-	-	179.673	47	182.983	21

Eitrem Sander	Nord-Odal IL	120202	36.92	-	1.45.82	3.44.70	6.12.87	13.20.40	-	-	146.930	2	149.500	2
Engebråten Hallgeir	Nord-Odal IL	171299	-	-	1.43.71	3.40.60	6.09.88	13.17.76	-	-	-	-	-	-
Engen Morten Andre	Harstad SK	010279	45.02	1.29.75	2.17.20	5.01.19	8.50.15	-	89.895	113	193.966	65	-	-
Engvik Lars Enok	IL Braatt Kr.sund	010466	51.10	-	2.39.83		9.45.93	20.13.75	-	-	-	-	223.656	63
Erfjord Terje	Aktiv SK(3)	210651	53.44	1.48.66	2.41.17	5.33.21	9.52.04	21.53.39	107.770	242	221.902	101	232.036	71
	Statnett BIL Oslo(1,2,4,5,6)													
Eriksen Daniel Thuv	Herkules SK	180101	37.77	1.16.55	1.53.75	3.57.71	7.00.02	14.54.14	76.045	32	157.306	17	162.395	11
Eriksen Thomas Lande	Aktiv SK	160299	38.22	1.14.81	1.51.43	3.53.55	6.55.94	14.39.93	75.625	26	155.882	15	160.953	10
Erkin Ekrem	Arendal SK	200692	44.26	1.32.90	2.40.48		-	-	90.710	117	-	-	-	-
Erlingsen Halvor Kjøsterud	Asker SK	151006	40.74	1.21.50	2.06.22	4.36.71	-	-	81.490	66	-	-	-	-
Ervik Emil	Hamar IL	080901	38.46	1.14.46	1.53.89	4.04.20	-	-	75.690	27	-	-	-	-
Falk-Larssen Andreas	Boa Offshore BIL Trh	181188	48.71	1.38.86	2.34.63	5.16.22	8.58.30	-	98.140	177	206.786	79	-	-
Farstad Odin By	Spk Falken	011297	35.75	1.08.91	1.45.11	3.48.92	-	-	70.205	4	-	-	-	-
Feiring Aron Magnus	Aktiv SK	140407	42.29	1.25.61	2.12.89	5.14.62	-	-	85.095	79	-	-	-	-
Finnesand Arild	SSSK	120374	42.90	1.24.50	2.10.94	4.46.46	8.01.33	-	85.150	80	182.422	49	-	-
Fjeldstad Bjørn Ingar	NTHI	270372	53.75	-	2.47.75	-	10.12.78	21.36.30	-	-	-	-	235.759	72
Fjelnseth Bjørn	Trondheim KK	270967	46.76	1.37.55	2.31.45	-	9.51.45	21.18.04	95.535	158	-	-	220.290	58
Flesland Helge	Skuteviken SC	140961	46.86	1.34.36	2.24.94	5.22.10	-	-	94.040	141	-	-	-	-
Flaatten Andreas	TT	180306	43.43	1.28.99	2.09.03	4.56.66	-	-	87.925	106	-	-	-	-
Foldvik Arne Kjell	Spk Falken	171234	67.47	2.43.28	4.34.98	9.40.20	18.05.61	36.16.81	149.110	326	364.391	121	376.531	94
Folland Vetle	TT	040198	45.58	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Forsaa Jakob J Bjelland	SSSK	280307	43.71	1.31.78	2.24.94	4.58.27	-	-	89.600	110	-	-	-	-
Fossum Rune	Tynset IF	081173	59.15	2.50.39	3.25.07	-	-	25.06.77	144.345	319	-	-	-	-
Fredriksen Gard Skoe	EBY BIL Oslo	041073	-	-	-	5.16.75	-	19.29.02	-	-	-	-	-	-
Fredriksen Tord Skoe	Lilleborg IK	200565	57.92	-	2.55.16	-	9.55.46	20.04.89	-	-	-	-	236.096	73
Frodal Hans Arne	Skreia SK Toten	151192	42.02	1.27.55	2.16.22	-	-	-	85.795	87	-	-	-	-
Frøyen Jan Kåre	Tynset IF	020150	66.85	2.13.87	3.29.02	7.33.07	12.02.05	27.42.95	133.785	312	284.239	120	291.875	89
Gauslaa Jon Kjetil	Arendal SK	100162	54.02	-	2.33.55	-	8.54.02	18.41.63	-	-	-	-	214.686	52
Gjølga Alf	Bjugn/Ørland SK	010446	49.92	1.43.42	2.37.96	-	9.43.30	20.22.66	101.630	203	-	-	222.036	59
Gjølga Ivar	Bjugn/Ørland SK	240849	73.88	-	3.56.91	-	13.58.35	28.35.51	-	-	-	-	322.460	92
Gjølga Per Johan	Bjugn/Ørland SK	110466	58.38	-	2.50.03	-	10.21.04	20.30.20	-	-	-	-	238.670	76
Glesne Henrik Kvalshaugen	Geithus IL	171202	42.16	1.27.83	2.19.89	-	-	-	86.075	89	-	-	-	-
Glesne Sondre Kvalshaugen	Geithus IL	090600	38.95	1.18.13	2.00.30	-	-	-	78.015	50	-	-	-	-
Grande Arnt Åge	Bjugn/Ørland SK	040867	56.19	-	2.50.91	-	10.49.89	22.49.22	-	-	-	-	246.610	79
Granli John	Stord IL	020102	37.31	1.11.70	1.47.49	3.42.33	6.42.58	14.27.14	73.160	14	150.453	5	156.755	5
Grødahl Bertil	Oslo Speedskaters	060157	45.93	-	-	4.58.96	-	-	-	-	-	-	-	-
Grødum Øystein	Arendal SK	150277	44.48	-	-	4.18.45	7.07.27	14.43.24	-	-	-	-	-	-
Grønnevik Adrian Andreas	Båstad IL SK	260108	45.73	1.38.86	2.37.69	-	-	-	95.160	153	-	-	-	-
Gåseidnes Eirik Knudsen	Asker SK	201194	51.02	1.40.60	2.28.09	5.21.85	9.27.32	20.52.11	101.320	200	210.756	86	219.720	56
Hagen Marius Lærum	Tynset IF	250607	85.95	-	-	-	-	36.20.08	-	-	-	-	-	-
Hagen Per-Sverre	Tynset IF	081179	69.28	-	3.41.85	-	14.09.85	30.03.52	-	-	-	-	318.391	91
Hamre Frederik Gajos	SSSK	190306	38.79	1.18.87	2.03.36	4.21.76	8.06.32	-	78.225	52	172.168	38	-	-
Haneberg Finn Elias	Hamar IL	120605	38.15	1.15.19	1.54.71	4.03.22	7.46.69	-	75.745	28	163.591	25	-	-
Hansen Emil	Drammens SK	171000	43.33	1.29.36	-	-	-	-	88.010	107	-	-	-	-
Hansen Espen	Takeda BIL Oslo	030156	47.29	1.37.03	2.27.18	5.05.49	-	-	95.805	160	-	-	-	-
Hansen Patrik	Skjervøy SIK	180506	43.06	1.27.26	2.11.14	4.35.34	8.23.68	-	86.690	96	183.031	51	-	-
Hansen Vegard	Kongsvinger SK	301294	38.54	1.16.03	1.56.15	4.13.59	7.19.59	-	76.555	37	163.480	24	-	-
Hanssen Bjørn-Erik	Panserkam.	130152	61.38	2.58.78	3.14.04	-	11.44.35	24.48.27	150.770	327	-	-	270.908	88
Hauge Isak Kringlebotn	SSSK	040108	47.30	1.35.22	2.28.66	5.09.82	-	-	94.910	148	-	-	-	-
Haugerud Andreas	Aktiv SK(6)	210787	45.34	-	2.11.24	4.37.99	7.55.88	17.24.65	-	-	183.005	50	188.906	25
	Sykehuset Innlandet BIL(1,3,4,5)													
Haukaas Viktor Smedstad	Aktiv SK	180303	40.61	1.20.85	2.00.89	4.10.61	7.18.61	14.51.91	81.035	63	166.535	28	169.362	15
Heitmann Ståle Sveia	Hafslund Nett BIL	240770	53.91	-	2.41.28	5.28.15	-	19.23.26	-	-	-	-	-	-
Henriksen Morten	Geithus IL	031258	45.51	1.31.20	2.22.90	-	-	-	91.110	119	-	-	-	-
Henriksen Sigurd	Fana IL	261004	39.00	-	1.49.19	3.42.43	6.33.16	13.30.85	-	-	151.783	6	155.254	3
Henriksen Sindre	Fana IL	240792	-	1.10.81	1.49.21	3.52.07	-	-	-	-	-	-	-	-
Hestad Geir	Harstad SK	270354	45.51	1.31.44	2.18.60	4.53.60	8.29.59	17.16.87	91.230	123	191.602	60	194.512	28
Hoff Herman	Sandefjord SK	081103	40.15	1.19.60	1.59.94	4.15.93	7.22.96	-	79.950	55	67.081	29	-	-
Hovde Christoffer Tellinga	Jevnaker IF	120305	39.13	1.16.96	-	-	-	-	77.610	44	-	-	-	-

Hvammen Sondre	Kongsberg IF	040903	41.31	1.20.64	2.02.96	4.15.71	7.29.59	-	81.630	67	169.873	32	-	-
Hvideberg Tore Hansen	Drammens SK	130270	56.04	1.57.37	2.51.12	-	-	21.24.33	114.725	270	-	-	-	-
Hylen Terje	Tynset IF	290568	-	-	-		-	36.30.18	-	-	-	-	-	-
Høyer Nathaniel	Leinstrand IL	120508	44.06	1.29.48	2.18.47	5.11.92	-	-	88.800	108	-	-	-	-
Håbrekke Jarle	Bjugn/Ørland SK	010143	55.11	1.52.00	2.52.50	6.08.77	11.13.67	23.04.30	111.110	258	241.438	113	249.192	81
Ingvoldstad Terje	Geithus IL	080768	46.35	1.32.37	2.22.75	5.05.60	8.49.17	18.38.75	92.535	133	197.783	71	202.787	44
Jakobsen Sindre Soleng	Tromsø SK	190109	46.19	1.35.24	2.34.49	-	-	-	93.810	139	-	-	-	-
Johansen Iver	Spk Ceres(1,3,4,5,6) FFI BIL Oslo(2)	100258	49.80	1.39.70	2.27.75	5.02.21	8.37.51	17.48.19	99.650	185	201.169	75	204.210	45
Johansson Allan Dahl	Aktiv SK	051098	36.83	1.07.99	1.42.61	3.45.74	6.36.17	-	70.825	6	148.273	4	-	-
Johnsen Geir	Bjugn/Ørland SK	201068	44.28	1.33.94	2.18.09	-	8.46.02	18.11.26	91.250	124	-	-	197.475	33
Juell Nils	Oslo Speedsk.(1,3-6) Geodata BIL Oslo(2)	300570	48.22	1.39.69	2.24.36	5.05.39	8.58.91	19.27.29	98.065	176	201.129	74	208.595	47
Kahn Matheo	Spk Falken	050107	45.63	1.38.41	2.35.73	-	-	-	94.835	147	-	-	-	-
Kjølen Arne	Skuteviken SC	120956	49.09	1.45.70	2.38.42	6.10.31	9.28.23	20.30.26	101.940	208	220.437	97	220.232	57
Klevstuen Miika Johan	OSK	050906	37.53	1.15.68	1.57.29	4.33.58	-	-	75.370	25	-	-	-	-
Knutsen Morten Jarnskjegge	Bjugn/Ørland SK	120161	59.94	2.06.06	3.05.25	6.39.98	11.06.21	23.03.13	122.970	293	254.974	117	257.467	85
Kolstad Morten	Lilleborg IK(1,4,5) Bekk BIL Oslo(2,3)	050592	43.15	1.29.19	2.14.55	4.45.80	8.10.09	-	87.745	105	184.642	52	-	-
Kongshaug Peder	SSSK	130801	36.40	1.10.06	1.42.88	3.44.22	6.17.50	13.30.09	71.430	7	145.813	1	148.947	1
Kotte Arild Jøssing	Bjugn/Ørland SK	270276	42.46	-	2.06.46	4.23.47	7.46.92	16.27.79	-	-	175.216	42	180.694	20
Kristensen John Ivar	Skreia SK Toten	040372	43.00	1.27.08	2.16.57	4.54.55	-	-	86.540	95	-	-	-	-
Kristensen Magnus Myhren	Arendal SK	240396	38.19	1.15.69	-	-	-	-	76.035	31	-	-	-	-
Kristensen Pål Myhren	Arendal SK	190200	35.17	1.10.69	-	-	-	-	70.515	5	-	-	-	-
Kristoffersen Herbert	Oslo Speedsk.(1,3,5,6) Finansdep BIL Oslo(4)	241159	56.88	-	3.01.16	6.16.88	11.17.53	23.27.42	-	-	247.832	115	255.390	82
Kristoffersen Per Espen	Oslo Speedskaters	141261	56.60	-	3.03.91	-	11.24.68	23.32.74	-	-	-	-	257.008	84
Kroken Simen	Aktiv SK	290992	38.23	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Krokhaug Marius	Tynset IF	110277	44.79	1.31.68	2.18.62	4.48.26	8.22.64	17.49.54	90.630	116	189.303	58	194.737	29
Kvarme Marcus Rasmussen	Stord IL	280601	38.74	1.15.33	1.57.35	4.02.37	-	-	76.405	36	-	-	-	-
Lackner Sebastian	TSK	201106	47.46	1.35.74	2.31.89	-	-	-	95.330	157	-	-	-	-
Langegård Odd Øystein	Geithus IL	220480	41.20	-	2.06.21	4.26.66	8.03.42	-	-	-	176.055	44	-	-
Langeland Olav	Hortens SK	040156	50.60	1.40.13	2.29.19	5.04.19	8.56.56	18.54.88	100.665	194	204.684	78	210.730	49
Langli Anders Geving	Spk Falken	010602	39.56	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Langli Martin Geving	Spk Falken	160604	44.06	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Langmyren Ole Kjell	Gabler BIL Oslo(1,3,6) Lillomarka OL(4,5)	030861	58.53	-	3.00.57	5.56.74	10.01.41	21.14.86	-	-	238.317	110	242.604	77
Langvik Magnar	TSK	290845	50.43	1.42.44	2.42.15	5.48.59	10.00.73	20.35.80	101.650	204	222.651	102	226.343	67
Larsen Olaf Santiago	Tynset IF	300888	-	-	-	-	-	36.28.82	-	-	-	-	-	-
Lernes Arne	Tromsø SK	160705	38.68	1.18.56	2.03.19	4.24.77	-	-	77.960	48	-	-	-	-
Lia Eivind Vegard	Geithus IL	220781	41.04	-	2.03.20	4.21.77	7.37.46	-	-	-	171.480	36	-	-
Lie Torbjørn	SSSK	161272	43.92	1.26.68	2.10.73	-	-	-	87.260	101	-	-	-	-
Lien Martin Grothe	Bygganalyse BIL Oslo	060783	46.54	1.36.39	2.18.18	-	-	18.52.03	94.735	146	-	-	-	-
Lilletvedt Bo Oscar	Fana IL	100306	46.54	1.35.82	2.20.48	5.12.35	8.33.01	18.33.16	94.450	144	196.725	68	200.325	37
Linn Tage Alexander	Bjugn/Ørland SK	081007	41.77	1.27.89	2.18.54	-	-	-	85.715	84	-	-	-	-
Ljungquist Sindre Heggelund	Kongsvinger SK	260207	44.69	1.31.20	2.25.71	5.10.53	-	-	90.290	115	-	-	-	-
Lorentzen Håvard Holmefjord	Fana IL	021092	34.29	1.07.00	-	-	-	-	67.790	1	-	-	-	-
Lund Jostein Maageng	Kongsberg IF	140396	42.39	1.27.66	2.20.21	4.54.27	-	-	86.220	92	-	-	-	-
Lundberg Magnar	Lilleborg IK(2-6) LKS BIL Oslo(1)	150442	54.12	1.49.90	2.47.90	5.46.27	10.29.17	21.48.39	109.070	248	230.714	106	238.422	75
Lyby Oliver Fjellgård	Leinstrand IL	020308	41.61	1.22.29	2.07.52	5.04.93	-	-	82.755	72	-	-	-	-
Løken Petter Moe	Geithus IL	160308	49.25	1.40.85	2.32.92	5.37.03	10.16.92	22.08.29	99.675	186	218.086	94	228.329	70
Løland Ole	Assa Abloy BIL	160359	53.26	1.49.64	2.40.44	5.40.91	9.34.47	19.49.42	108.080	243	221.005	98	223.658	64
Løvlien-Krokhaug Sigmund	Tynset IF	280907	40.95	1.23.13	2.04.21	4.27.71	7.56.87	-	82.515	70	174.658	41	-	-
Magnussen Bjørn	Spk Falken	020198	34.36	1.08.17	-	-	-	-	68.445	3	-	-	-	-
Magnussen Cristian Landrø	Spk Falken	110703	36.30	1.13.92	2.01.74	-	-	-	73.260	15	-	-	-	-
Martinsen Mats Bye	Geithus IL	290305	45.90	1.32.68	2.21.37	5.20.87	-	-	92.240	131	-	-	-	-
Mathiassen Einar	SSSK	170177	43.24	1.25.08	2.08.83	4.37.26	-	-	85.780	86	-	-	-	-
Matre Emil Pedersen	Fana IL	031203	37.29	1.12.97	1.48.39	3.49.93	6.44.09	-	73.775	17	152.150	7	-	-
Mauseth Bendik	Hamar IL	040101	38.36	1.15.76	2.00.85	4.14.65	-	-	76.240	35	-	-	-	-

Melin-Grødahl Kenneth	Narvik SK	031280	41.93	1.26.77	2.19.10	4.49.95	8.28.09	-	85.315	81	187.430	56	-	-
Meling Terje	SSSK	260271	46.35	1.31.74	2.20.65	5.04.86	-	-	92.220	130	-	-	-	-
Mellemstrand Oddbjørn	SSSK	100102	37.70	1.13.49	1.53.33	3.55.14	6.47.48	14.28.24	74.445	23	155.414	13	159.636	9
Mellemstrand Ole Mikkel	SSSK	280899	39.17	1.17.02	1.57.13	4.06.78	-	-	77.680	45	-	-	-	-
Michelet Paul Fredrik	Båstad IL SK	241106	39.51	1.20.99	2.04.31	4.48.16	-	-	80.005	56	-	-	-	-
Midjo Frode	Trondheim KK	120274	42.97	-	2.12.24	-	8.03.93	16.58.33	-	-	-	-	186.359	24
Minge Andreas Holmen	Båstad IL SK	111091	-	-	-	4.28.76	-	-	-	-	-	-	-	-
Moen Bjørn	Tynset IF	010278	61.38	-	-	6.40.32	-	23.37.56	-	-	-	-	-	-
Moen Marius	Drammens SK	031003	42.37	1.26.48	2.11.16	4.41.79	-	-	85.610	83	-	-	-	-
Morkemo Edvard	Asker SK	291105	44.89	1.32.51	2.24.84	-	-	-	91.145	121	-	-	-	-
Morkemo Svein-Erik	Asker SK	121168	45.67	-	2.20.86	4.59.58	8.52.99	18.47.67	-	-	195.852	66	202.305	42
Myhrer Mathias	Båstad IL SK	100806	41.64	1.23.42	2.11.26	5.10.06	-	-	83.350	74	-	-	-	-
Neset Stein	Arendal SK	250461	47.41	-	2.27.43	5.06.14	9.06.85	-	-	-	202.261	76	-	-
Nesset Geir	TSK	041065	44.24	1.31.25	2.09.61	4.46.40	7.51.06	16.38.97	89.865	112	182.282	48	184.497	22
Nesset Petter	Arendal SK	260763	-	-	-	5.00.28	-	-	-	-	-	-	-	-
Nilsen Marius Sæther	Båstad IL SK	050905	45.68	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Nilssen Ivar	IL Stjørdals/BIL(1,3,5,6) Trondheim BIL(2,4)	080347	61.34	2.10.06	3.07.48	6.38.64	10.47.59	22.19.88	126.370	303	255.032	118	255.586	83
Njøs Ivar	Leinstrand IL	221065	39.86	1.25.31	-	-	-	-	82.515	70	-	-	-	-
Nodenes Ole Martin	Lilleborg IK(1,3,5) Unit Oslo BIL(2,4,6)	310171	51.08	1.49.57	2.43.72	5.40.75	9.49.78	20.59.45	105.865	230	221.422	99	227.603	68
Nordal Filip Møller	IF Fram	201205	39.28	1.16.33	1.57.27	4.06.59	7.23.13	-	77.445	42	163.781	26	-	-
Nordal Karl Didrik Møller	IF Fram	071000	39.76	1.21.96	1.54.77	3.57.94	6.55.30	-	80.740	60	159.202	20	-	-
Nordhus Mads	Aktiv SK	290806	42.99	1.26.41	2.13.60	4.59.94	-	-	86.195	91	-	-	-	-
Nore Njål	Asker SK	030560	55.18	-	2.47.13	-	9.18.26	19.20.10	-	-			224.721	65
Norheim Ivar	Fana IL	220904	39.43	1.17.00	1.57.59	4.05.52	7.09.26	15.07.17	77.930	47	162.472	22	166.910	13
Nummedal Anders Tandberg	TT	280689	42.69	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Nyborg Colin	Nord-Odal IL	120103	44.23	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Næss Arne Inge	Tynset IF	070953	82.48	-	-	-	16.34.31	34.54.17	-	-	-	-	-	-
Næss Ole Bjørnsmoen	Tynset IF	020691	39.81	1.15.53	1.52.53	3.50.04	6.33.05	13.46.88	77.575	43	154.965	10	157.969	6
Næss Ragnvald	Narvik SK	050754	49.92	1.42.66	2.27.47	5.07.57	8.27.16	16.58.76	101.250	198	201.053	73	200.730	39
Ottershagen Alexander	Hamar IL	150910	55.86	-	-	-	-	39.00.87	-	-	-	-	-	-
Ottesen Nikolai Sæther	TSK	300705	42.25	1.27.13	2.30.63	-	-	-	85.815	88	-	-	-	-
Pedersen Alfred Blandhoel	Tromsø SK	201105	45.41	1.33.14	-	5.14.09	-	-	91.980	127	-	-	-	-
Pedersen Bendik Becker	Fana IL	091107	42.64	1.25.75	2.20.67	5.24.37	-	19.56.22	85.515	82	-	-	-	-
Pedersen Frank-Einar	Stord IL	201146	61.78	2.08.75	3.08.44	-	11.20.03	24.04.77	126.155	302	-	-	264.834	87
Pedersen Fredrik	OSK	070406	38.53	1.16.51	1.56.95	4.12.85	7.31.10	-	76.785	40	164.764	27	-	-
Pedersen Sverre Lunde	Fana IL	170792	-	-	1.48.44	3.46.95	6.14.32	13.35.21	-	-	-	-	-	-
Pedersen Thor-Andrè	Oslo Speedskaters	131269	41.02	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Pettersen Jørn Ingebrigt	Arendal SK	200372	40.13	1.21.99	2.07.39	4.43.65	8.11.51	-	81.125	64	179.019	46	-	-
Pettersen Ronny	Harstad SK	010874	43.55	1.27.00	2.14.72	4.47.19	8.14.58	-	87.050	100	185.779	54	-	-
Rambøl Lars Hans	Lilleborg IK	180646	75.64	-	4.13.14	-	15.29.96	31.30.26	-	-	-	-	347.529	93
Ratdal Anders	Trondheim KK(1,3,5,6) Interwell BIL Trh.(2)	171176	45.67	1.39.00	2.25.13	-	9.59.07	21.32.70	95.170	154	-	-	218.588	54
Raudberget Per	Bjugn/Ørland SK	310860	50.92	-	2.42.42	-	9.43.93	20.03.78	-	-	-	-	223.642	62
Refsdal Sivert	Hamar IL	150405	40.38	1.19.86	2.03.10	4.31.43	-	-	80.310	58	-	-	-	-
Refsaas Birk Finnstø	Bjugn/Ørland SK	250902	38.44	1.14.93	1.53.94	3.59.77	7.05.04	15.29.38	75.905	29	158.885	18	165.393	12
Reitan Trygve Bertil	Lademoen SF(5,6) Equinor BIL Trh(1,2,3,4)	260169	46.68	1.35.38	2.20.56	4.53.33	8.33.57	17.25.57	94.370	143	193.778	64	197.168	32
Resell Erik	Spk Falken	110600	35.97	1.11.13	1.49.41	-	-	-	71.535	8	-	-	-	-
Riise Trym	Tynset IF	040401	-	-	-	-	-	32.20.66	-	-	-	-	-	-
Riktor Rolf Espen	Lilleborg IK(1,3,4,5,6) Riktorsoft BIL Oslo(2)	160561	53.91	1.51.92	2.40.68	5.30.41	9.26.57	19.43.88	109.870	251	219.195	95	223.321	61
Rimmereid Arne	Arendal SK	170671	45.24	1.32.07	2.18.60	5.02.52	8.38.90	18.35.24	91.275	125	193.750	63	199.092	35
Risnes Linus August	Aktiv SK	290405	39.24	1.17.49	1.57.79	4.16.34	8.01.32	-	77.985	49	169.358	31	-	-
Rue Erlend Andre	Gol IL	200502	38.37	1.15.45	1.57.73	4.11.55	-	-	76.095	33	-	-	-	-
Rukke Henrik Fagerli	Hol IL	201096	34.47	1.07.63	-	-	-	-	68.285	2	-	-	-	-
Rye Vegard	SSSK	141101	39.07	1.15.02	1.53.17	3.51.33	6.41.94	-	76.580	38	155.542	14	-	-
Ryen-Herland Øyvind	Fana IL	261007	47.51	1.35.58	2.27.63	5.12.43	-	-	95.300	155	-	-	-	-
Røkaas August Herlin	TT	231007	45.78	1.35.22	2.30.50	-	-	-	93.390	137	-	-	-	-

Røste Thomas	Trondheim KK	301274	43.57	-	2.12.36	-	8.24.59	17.49.42	-	-	-	-	191.620	27
Røysland Martin Gabrielsen	Arendal SK	010706	42.69	1.27.24	2.17.40	-	-	-	86.310	93	-	-	-	-
Sandmo Lucas	Bjugn/Ørland SK	220404	43.18	1.26.36	2.13.42	4.39.77	-	-	86.360	94	-	-	-	-
Saur Morten	Bjugn/Ørland SK	200945	53.95	1.48.40	2.41.06	5.29.43	9.52.34	20.28.47	108.150	245	221.775	100	228.293	69
Segadal Kåre	Skuteviken SC	100254	59.23	2.03.23	3.10.14	6.27.72	11.10.70	22.37.39	120.845	288	254.300	116	257.549	86
Semb Audun	TT	250609	47.31	1.33.67	2.25.64	-	-	-	94.145	142	-	-	-	-
Shirlaw Ewan George	Austrått IL	121208	47.90	1.36.02	2.27.35	5.16.34	-	-	95.910	163	-	-	-	-
Skogen Elias	SSSK	210207	41.98	1.24.72	2.14.34	4.50.40	-	-	84.340	76	-	-	-	-
Skripeland Vidar	Lilleborg IK	260559	51.15	-	2.27.23	4.56.01	8.15.07	16.59.66	-	-	199.068	72	200.716	38
Sleeking Joren	Hol IL	291202	38.83	1.17.22	1.57.34	4.08.78	7.16.85	15.05.76	77.440	41	163.091	23	166.916	14
Sleeking Robin	Hol IL	081100	40.09	1.22.50	2.03.27	4.21.17	7.40.70	15.59.52	81.340	65	170.778	34	175.226	16
Smedsrød Hans Kristian	Nok Nok Regnskap BIL	200189	-	-	-	-	8.35.33	-	-	-	-	-	-	-
Smith Fredrik	Lilleborg IK	090775	48.68	-	2.32.37	5.14.58	8.43.52	18.39.59	-	-	204.252	77	207.801	46
Songstad Kristoffer Knag	Fana IL	171205	40.82	1.20.06	2.03.00	4.19.96	7.34.81	17.34.89	80.850	62	170.627	33	180.045	19
Stangeland Vetle	TT	120897	38.23	1.14.10	1.50.71	3.50.78	6.39.57	13.52.22	75.280	24	153.553	8	156.701	4
Stensvaag Per Gunnar	Hamar IL	180556	46.63	1.39.66	2.38.58	5.29.16	10.03.79	20.47.96	96.460	169	214.729	91	222.267	60
Storholt Endre	TSK(1,3,5,6)	210465	55.17	1.51.64	2.54.13	6.08.60	10.39.70	23.54.31	110.990	257	238.616	111	248.898	80
	Koment AS BIL Trh(2,4)													
Strand Didrik Eng	Hamar IL	130905	37.05	1.11.93	1.51.13	3.54.99	7.06.34	-	73.015	12	155.892	16	-	-
Strand-Bjørkum Sebastian	Leinstrand IL	180208	44.68	1.36.56	2.32.40	-	-	-	92.960	136	-	-	-	-
Straumsnes Håvard	Oslo Speedsk.(1,3-6)	071291	45.66	1.37.91	2.17.86	4.46.76	7.59.46	17.06.48	94.615	145	187.352	55	190.883	26
	Allergot U.skole BIL Oslo(2)													
Støbakk Ronny	Panserkam.	110373	47.64	-	2.33.78	-	9.08.02	18.41.09	-	-	-	-	209.756	48
Suleiman Fosi Mohamed	Tynset IF	070999	45.01	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Sunde Arnstein	Arendal SK	010763	49.43	1.45.87	2.32.86	5.24.24	9.14.86	19.58.42	102.365	211	209.909	84	215.790	53
Sundland Rune	Lilleborg IK(1,5,6)	250660	57.24	1.57.77	2.57.20	6.18.55	10.24.46	21.23.90	116.125	276	241.843	114	242.947	78
	Airborne AS BIL Oslo(2,3,4)													
Szygenda Jørgen	Sør-Fron IL	220804	42.75	1.29.90	2.23.63	-	-	-	87.700	104	-	-	-	-
Sæther Torbjørn	Eidsvold TF	051250	54.51	1.44.69	2.38.75	5.23.44	9.13.12	18.49.63	106.855	237	216.644	93	219.219	55
Sæves Johann Jørgen	Båstad IL SK	281094	36.59	1.14.77	1.59.66	-	-	-	73.975	20	-	-	-	-
Sørensen Gaute Haftor	Arendal SK	100765	47.41	1.39.68	2.34.02	5.28.14	9.14.57	19.49.12	97.250	171	208.897	82	213.663	51
Tindvik Frank Erik	H&BSK	090781	42.47	-	2.04.50	4.19.19	7.27.85	-	-	-	171.953	37	-	-
Tverråen Tarjei	Arendal SK	060378	41.35	1.22.26	2.13.81	4.29.86	-	-	82.480	69	-	-	-	-
Tveter Kasper	SSSK	050901	36.56	1.11.20	1.46.39	3.49.05	-	-	72.160	10	-	-	-	-
Tveter Sander	SSSK	270699	38.82	1.14.32	1.52.14	3.50.11	6.45.19	14.17.42	75.980	30	155.070	11	159.590	8
Ulekleiv Kristian Gamme	Gjøvik SK	280896	36.77	1.10.61	1.43.43	3.46.74	6.28.38	-	72.075	9	147.874	3	-	-
Ulvan Nicolai	Spk Falken	271005	39.20	1.18.81	2.02.27	4.23.31	-	-	78.605	53	-	-	-	-
Ulveseth Lars	Fana IL	170805	43.16	1.25.94	2.15.21	4.54.49	8.38.05	19.00.37	86.130	90	189.116	57	197.053	31
Vea Erik	Kaldfarnes IL(1-4,6)	110651	46.79	1.33.36	2.21.14	5.00.33	8.49.19	18.23.76	93.470	138	196.810	69	201.943	41
	Lillestrøm Kommune(5)													
Vea Sveinung	Aktiv SK	240572	49.15	-	2.57.81	-	8.42.25	17.11.63	-	-	-	-	212.226	50
Verheyleweghen Adriaen	NTNU BIL Trh	141091	43.50	-	-	4.50.52	-	-	-	-	-	-	-	-
Vik Frode Kleveland	SSSK	110570	45.64	1.31.11	2.25.71	5.17.00	-	-	91.195	122	-	-	-	-
Vikhals Johan	Bjugn/Ørland SK	230568	47.11	1.33.79	2.20.19	4.50.34	8.20.14	17.19.67	94.005	140	192.244	62	195.837	30
Vingelsgaard Jon Magne	Tynset IF	300857	-	-	-	-	14.52.17	31.29.67	-	-	-	-	-	-
Vorvik William	TSK	150407	42.43	1.28.90	2.17.85	5.01.78	-	-	86.880	98	-	-	-	-
Wind Anne Gerben	Bjugn/Ørland SK	200392	42.74	1.28.26	2.18.84	-	9.09.36	18.40.09	86.870	97	-	-	199.960	36
Øvretveit Sveinung	SSSK	160660	45.82	1.32.69	2.28.04	5.14.11	-	-	92.165	129	-	-	-	-
Aalberg Ketil	Bjugn/Ørland SK(1,3-6)	280469	43.97	1.27.36	2.10.42	4.24.70	7.32.68	15.27.93	87.650	103	176.827	45	179.107	17
	Aalberg skoservice BIL (2)													
Aannø Aron	Bjugn/Ørland SK	050505	38.34	1.15.78	1.59.56	4.13.55	7.54.70	-	76.230	34	167.921	30	-	-
Aannø Simon	Bjugn/Ørland SK	280603	36.52	1.11.88	1.52.79	3.53.68	6.57.53	14.23.18	72.460	11	154.815	9	159.028	7
Åsebø Sondre Buer	Fana IL	151002	37.19	1.12.15	1.50.71	3.56.55	6.58.48	-	73.265	16	155.366	12	-	-

NORGES BESTE JENTER 2021/22

Jenter 10 år

(født 1.7.2010 og senere)

Antall løpere under 54,0 på 400 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2021
59	17	30	34	32	35	12

400 meter

1.	Augustine Trijntje Kaper, OSK	081110	43.34	1	Hamar V	20.2
2.	Sunniva Øverjordet, Sør-Fron IL	070611	43.57	1	Hamar V	19.2
3.	Kristine Knutsen Birkedal, Asker SK	201210	44.99	3	Hamar V	19.2
4.	Thea Myhre, Geithus IL	170910	45.19	2	Tønsberg	29.1
5.	Arya Gundersen Bottegård, Geithus IL	180912	45.34	1	Stavanger Sø	26.3
6.	Josefine Haldorsen Sømme, TT	081110	47.44	4	Hamar V	20.2
7.	Ella Wotherspoon, OSK	251210	47.51	2	Asker R	12.3
8.	Madelen Furenes, SSSK	090212	47.85	1	Stavanger Sø	27.10
9.	Malin Skau Bjørge, Herkules SK	150212	48.26	1	Hamar V	20.2
10.	Marta Stautland Båtsvik, Stord IL	300312	49.35	2	Stavanger Sø	26.3
11.	Edel Evensen, Arendal SK	070812	50.02	3	Stavanger Sø	27.3
12.	Sandra Michalec, Geithus IL	110812	50.06	4	Stavanger Sø	27.3
13.	Nelly Grinden Løvås, Nord-Odal IL	080910	50.80	3	Hamar V	21.11
14.	Pernille Hansen Smaaland, Drammens SK	081111	51.06	4	Hamar V	20.2
15.	Malin Myhrer, Båstad IL SK	100111	51.13	6	Hamar V	19.2
16.	Alma Bergersen, Herkules SK	160311	51.32	5	Hamar V	20.2
17.	Lykke Larsen Nybø, SSSK	190713	51.47	5	Stavanger Sø	26.3
18.	Frida Stokken Salomonsen, Stord IL	260412	51.54	5	Stavanger Sø	27.3
19.	Nelly Nikoline Hurum Nesset, Arendal SK	160611	51.81	3	Hamar V	20.11
20.	Amelija Barzdaite, Båstad IL SK	150113	52.43	5	Hamar V	20.2
21.	Maia Sofie Allum, Sandefjord SK	030711	53.47	6	Hamar V	20.2
22.	Vilma Fossum, Tynset IF	270412	54.09	7	Hamar V	20.2
23.	Marte Oldeman Christensen, Drammens SK	200511	54.12	6	Hamar V	20.2
24.	Alea Wahl-Nilsen, Drammens SK	071210	54.21	2	Geithus	6.3
25.	Emilie Leland, Herkules SK	260711	54.24	3	Dølemo	5.2
26.	Geena Kjølen Naveenan, Fana IL	040412	54.69	7	Stavanger Sø	27.3
27.	Selja Boldingh Debernard, Aktiv SK	261011	55.13	5	Hamar V	19.2
28.	Maren Gundersen, Nord-Odal IL	140710	55.31	7	Hamar V	20.2
29.	Oleah Helgevold Bjørnerud, Skreia SK Toten	010112	55.47	8	Hamar V	20.2
30.	Ellinor Trogstad Raudberget, Gjøvik SK	180412	55.51	1	Skreia	6.2
31.	Beathe Brovold Røstelien, Skreia SK Toten	170512	55.54	6	Hamar V	19.2
32.	Jenny Myrland Jansen, Herkules SK	140312	55.97	10	Hamar V	20.2
33.	Tuva Myrmel, Fana IL	260312	56.70	7	Stavanger Sø	26.3
34.	Dorthe Willerud Fosså, Skreia SK Toten	120213	56.90	11	Hamar V	20.2
35.	Oda Holmefjord Hovland, Fana IL	160211	56.93	8	Stavanger Sø	27.3
36.	Cornelia Nyborg, Nord-Odal IL	241012	57.18	8	Hamar V	19.2
37.	Mathea Helen Krokeide, Båstad IL SK	081210	57.25	8	Hamar V	20.2
38.	Live Embre Stigen, Gol IL	090612	57.57	9	Hamar V	19.2
39.	Karoline Søreide, SSSK	211210	57.76	2	Stavanger Sø	6.11
40.	Amalie Hui Samuelsen, Fana IL	070114	57.99	9	Stavanger Sø	26.3
41.	Sofie Berge Mogstad, Bjugn/Ørland SK	231111	58.07	1	Bjugn Fosenh	9.2
42.	Sanna Håve Aasheim, Hamar IL	190113	58.16	13	Hamar V	20.2

43.	Johanne Skundberg-Milli, Hamar IL	100511	58.55	3	Hamar V	13.12
44.	Karoline Myklebust, Sandnes SK	141012	58.58	2	Stavanger Sø	9.3
45.	Live Harviken, Nord-Odal IL	260314	58.59	11	Hamar V	19.2
46.	Marie S Fiane Grødum, Arendal SK	020614	59.24	11	Stavanger Sø	26.3
47.	Lillan Sparby, Gjøvik SK	201211	59.45	15	Hamar V	20.2
48.	Monika Dzidziul, Hamar IL	120811	59.69	16	Hamar V	20.2
49.	Maja Distad, Tynset IF	270112	59.91	1	Trondheim L	5.3
50.	Liv C Boldingh Debernard, Aktiv SK	031213	60.14	17	Hamar V	20.2
51.	Ellinor Haugen Hvideberg, Drammens SK	021211	60.53	3	Drammen	15.2
52.	Sofie Petersen, Leinstrand IL	200712	60.57	15	Hamar V	19.2
53.	Guro Johanne Wethelund, Båstad IL SK	220612	61.54	1	Båstad	27.1
54.	Ilse Blanken, Sør-Fron IL	050111	61.65	1	Hundorp	19.1
55.	Julie Leland, Herkules SK	230713	61.66	4	Dølemo	5.2
56.	Amanda Clausen, Geithus IL	210912	61.86	9	Geithus	13.11
57.	Sara Berge Mogstad, Bjugn/Ørland SK	240614	62.43	2	Bjugn Fosenh	9.2
	Sofie Thorshaug, Hamar IL	040913	62.43	18	Hamar V	19.2
59.	Marthine Skau Bjørge, Herkules SK	190515	62.53	18	Hamar V	20.2
60.	Benedikte Sola Røyrvik, SSSK	291112	63.70	4	Stavanger Sø	9.3
61.	Vimalin Sørstrømmen, Hardanger SK	231111	64.59	3	Stavanger Sø	26.3
62.	Solveig Berget, Gol IL	031011	64.68	21	Hamar V	20.2
63.	Maren Bakken Vold, Hamar IL	170712	65.58	22	Hamar V	20.2
64.	Marina Sandvold, Geithus IL	120612	65.74	4	Geithus	9.3
65.	Ingeborg Kvamme, Stord IL	260614	65.80	11	Stavanger Sø	27.3
66.	Lotta Lerberg Solbakken, Gol IL	300112	66.39	21	Hamar V	19.2
67.	Sofia Lind, SSSK	260512	66.55	3	Stavanger Sø	23.2
68.	Julie Thoen-Berg, Kongsberg IF	140214	66.57	6	Asker R	12.3
69.	Othilia Horneland, Stord IL	070612	66.73	12	Stavanger Sø	27.3
70.	Yentl Smidts, Hamar IL	11	67.28	7	Kongsvinger	23.1
71.	Eva Huseby Sandene, Kongsberg IF	170912	67.80	3	Kongsberg	5.2
72.	Lerke Kjestveit Danielsen, TSK	190411	67.85	4	Trondheim L	8.1
73.	Saga Lovra Drarvik, SSSK	041113	68.25	13	Stavanger Sø	27.3
74.	Nanna Astrid Karset Nilssen, Leinstrand IL	120812	69.19	5	Trondheim L	8.1
75.	Solveig Elise Gravem, Eidsvold TF	131114	69.60	24	Hamar V	20.2
76.	Selma Agata Pfeil Vikøy, Hardanger SK	040511	70.00	6	Bergen Sl	20.2
77.	Hermine Grinden, Nord-Odal IL	140415	70.07	23	Hamar V	19.2
78.	Elisabeth Pagar, Gjøvik SK	140914	70.09	24	Hamar V	19.2
79.	Lejla Zavrazhnova, SSSK	160913	70.13	14	Stavanger Sø	27.3
80.	Silja Rueslåtten Nedremyr, Hol IL	12	70.64	2	Hol	27.2
81.	Mathilde Olderli Berget, Spk Falken	240513	71.13	7	Hamar V	21.11
82.	Perle Mille Larsen Nybø, SSSK	050715	71.36	14	Stavanger Sø	26.3
83.	Amanda Kvamme, Stord IL	040612	71.37	15	Stavanger Sø	27.3
84.	Brielle Skaalvik Lyssand, Fana IL	271011	71.56	15	Stavanger Sø	26.3
85.	Stine Lærum Hagen, Tynset IF	120313	71.80	25	Hamar V	19.2
86.	Marie Knutsen Birkedal, Asker SK	080913	72.04	7	Asker R	12.3
87.	Liv Griffin Otte, Asker SK	210111	72.25	1	Asker R	18.11
88.	Ellinor Sofie Andersen, HBSK	311016	72.27	16	Stavanger Sø	26.3
89.	Amalie Furenes, Sandnes SK	190712	72.54	5	Stavanger Sø	9.3
90.	Lilly Vielle Grande Aabogen, Sandnes SK	13	72.90	3	Stavanger Sø	19.1
91.	Åsta M Giæver Storslett, Brumunddal SK	13	73.11	2	Hamar V	21.2
92.	Alma Molde Jensen, Leinstrand IL	260613	73.25	4	Trondheim L	5.3
93.	Sine Sæther, Båstad IL SK	020312	73.92	1	Båstad	6.1
94.	Alida Helgevold Bjørnerud, Skreia SK Toten	290116	73.99	26	Hamar V	20.2
95.	Nora Stevens, TSK	230514	74.16	7	Trondheim L	8.1
96.	Helene Kvernenes, Båstad IL SK	130712	74.20	2	Båstad	13.1
97.	Diana Anjeri, Kongsberg IF	010712	74.26	10	Geithus	13.11
98.	Elise Eien, Asker SK	140713	74.70	2	Asker R	3.3
99.	Eira Louise Mortensen, Båstad IL SK	270213	74.98	7	Oslo Fr	8.1

100.	Rudrha Saravana Prabhu, Drammens SK	230812	75.00	28	Hamar V	20.2
101.	Aizah Marie Buat, Sandnes SK	160112	75.23	5	Stavanger Sø	19.1
102.	Ingrid Fogh Johansson, Dølemo IL	090311	75.77	2	Dølemo	5.2
103.	Selma Hope Grini, Herkules SK	071113	76.16	27	Hamar V	19.2
104.	Maja Becker Pedersen, Fana IL	050813	76.20		Bergen Sl	20.2
105.	Silva Bjelkevik, Arendal SK	010814	76.32	6	Dølemo	5.2
106.	Kaja Skarli Nilsen, Dølemo IL	021011	76.39	7	Dølemo	5.2
107.	Liv Aline Moltzau Skårer, Kongsvinger SK	12	76.4	5	Sand	5.2
108.	Tuva Kristin Krokeide, Båstad IL SK	220715	78.55	28	Hamar V	19.2
109.	Sunniva Solhaug Folkestad, Fana IL	280214	79.06	8	Bergen Sl	20.2
110.	Mia Bygstad Holmlund Dysthe, Gjøvik SK	011112	79.76	5	Hamar V	14.2
111.	Lilja Oddy, Fana IL	220714	79.94	9	Bergen Sl	20.2
112.	Kaia Løvlie, Hamar IL	210214	80.04	6	Hamar V	29.11
113.	Darya Miklyaeva, Kongsberg IF	010513	80.27	7	Kongsberg	22.1
114.	Thora Brynildsen, Geithus IL	010912	80.87	10	Tønsberg	29.1
115.	Ingrid Marie Beck, Nord-Odal IL	060813	80.98	15	Hamar V	20.11
116.	Tiril Adele Rolon Særsten, Sandnes SK	020512	81.14	11	Stavanger Sø	9.3
117.	Liv Løfaldli, TSK	11	81.36		Trondheim L	27.11
118.	Mina Vang Bævre, Tynset IF	200914	83.83	4	Tynset	27.1
119.	Hedda Skarli Nilsen, Dølemo IL	120813	85.17	8	Dølemo	5.2
120.	Johanna Myhrer, Nord-Odal IL	15	86.49	30	Hamar V	19.2
121.	Cornelia Askim-Daniel, Leinstrand IL	260813	86.96	4	Trondheim L	27.11
122.	Lukris Therese E Larsgard, Hol IL	010812	87.21	3	Hol	27.2
123.	Siril Gabrielle Særsten, Sandnes SK	311014	88.34	13	Stavanger Sø	9.3
124.	Elise Knutsen Skolem, H&BSK	15	88.87	1	Tønsberg	15.2
125.	Ingrid Berg Johansson, Arendal SK	270412	88.9	2	Arendal Myra	17.2
126.	Isabella Alves Klevgård, Kongsberg IF	13	90.15	9	Kongsberg	22.1
127.	Amalie Nordhassel Tovsrud, Kongsberg IF	200913	90.64	10	Kongsberg	22.1
128.	Ella Ekker, Eidsvold TF	110715	94.3	8	Sand	5.2
129.	Svanhild Eldholm, TSK	190413	94.66	5	Trondheim L	27.11
130.	Elvira Kverneland, SSSK	12	94.79	5	Stavanger Sø	27.10
131.	Synne Graneng, Tynset IF	240512	95.97	8	Tynset	22.12
132.	Anna Smedstadmoen, Jevnaker IF	230113	96.11	9	Jevnaker	4.12
133.	Sofie Arntsen, Harstad SK	100814	96.39	1	Harstad	26.2
134.	Mia Ramse Vågslid Trædal, Dølemo IL	051015	96.63	9	Dølemo	5.2
135.	Thea Madeleine Urholt, Kongsberg IF	14	97.43	11	Kongsberg	22.1
136.	Sanna Skarli Nilsen, Dølemo IL	180616	97.54	10	Dølemo	5.2
137.	Aurora Fønnebø Rypdal, Kongsberg IF	130114	98.88	12	Kongsberg	22.1
138.	Tiril Brynildsen, Geithus IL	170215	99.23	11	Tønsberg	29.1
139.	Elea Agnethe P Skarseth, Brumunddal SK	090112	100.65	5	Hamar V	21.2
140.	Sigrid Thorshaug, Hamar IL	160516	101.58	34	Hamar V	20.2
141.	Melina Powell, Kongsvinger SK	090714	102.49	12	Kongsvinger	23.1
142.	Aurora M Klerck Sandnes, Kongsberg IF	181114	104.80	13	Kongsberg	22.1
143.	Alva Mossin Thonhaugen, Drammens SK	020716	105.26	8	Asker R	12.3
144.	Guro Ramse Vågslid Trædal, Dølemo IL	291012	108.41	11	Dølemo	5.2
145.	Runa Helgesen, Harstad SK	150913	108.55	2	Harstad	28.12
146.	Ida Marie Framnes Storlimo, Tynset IF	201014	109.54	5	Tynset	20.1
147.	Symre Askestad Mehl, Kongsberg IF	15	109.90	14	Kongsberg	22.1
148.	Liv Slettemoen Bogar, Hol IL	220214	110.01	3	Hol	27.2
149.	Tuva Fogh Johansson, Dølemo IL	040615	111.36	12	Dølemo	5.2
150.	Kirsten Ramse, Dølemo IL	211015	113.53	13	Dølemo	5.2
151.	Eline Lishaugen, Nord-Odal IL	220415	116.4	11	Sand	5.2
152.	Siri Ramesh, Asker SK	260511	116.70	4	Asker R	10.2
153.	Anne Olivia Landsværk, Geithus IL	281011	117.90	16	Geithus	13.11
154.	Marie Thoen-Berg, Kongsberg IF	071116	123.43	14	Kongsberg	5.2
155.	Astrid Fogh Johansson, Dølemo IL	210114	124.18	14	Dølemo	5.2

156.	Anna Røyneberg Thomassen, SSSK	151015	132.37	15	Stavanger Sø	9.3
157.	Emilie Evensen, Geithus IL	070117	134.42	6	Geithus	9.3
158.	Sophie La Cour Haugli, Jevnaker IF	301212	136.27	12	Jevnaker	4.12
159.	Celine Vestad Nilsen, Tynset IF	240214	142.21	6	Tynset	27.1
160.	Lovisa Pannagel Kalstø, Tynset IF	17	170.02	9	Tynset	10.2
161.	Sofia Harila Svendby, Eidsvold TF	0915	183.28	34	Hamar V	19.2
162.	Astrid Mattingsdal, Dølemo IL	060216	202.12	15	Dølemo	5.2
163.	Eline Myhren, Gjøvik SK	141213	218.33	36	Hamar V	20.2

300 meter

1.	Sunniva Øverjordet, Sør-Fron IL	070611	35.74	3	Hundorp	23.2
2.	Arya Gundersen Bottegård, Geithus IL	180912	38.59	1	Hamar V	14.8
3.	Nelly Nikoline Hurum Nesset, Arendal SK	160611	39.30	2	Arendal Myra	21.12
4.	Sandra Michalec, Geithus IL	110812	39.54	2	Hamar V	14.8
5.	Frida Stokken Salomonsen, Stord IL	260412	40.44	1	Stord Vikah	28.12
6.	Vilma Fossum, Tynset IF	270412	41.18	1	Trondheim L	13.3
7.	Sofie Berge Mogstad, Bjugn/Ørland SK	231111	42.63	4	Bjugn Fosenh	9.3
8.	Maia Sofie Allum, Sandefjord SK	030711	42.70	3	Hamar V	14.8
9.	Maja Distad, Tynset IF	270112	43.39	2	Trondheim L	13.3
10.	Goro Vingelsgaard, Tynset IF	300710	43.84	3	Tynset	16.12
11.	Beathe Brovold Røstelien, Skreia SK Toten	170512	43.93	4	Hamar V	14.8
12.	Oleah Helgevold Bjørnerud, Skreia SK Toten	010112	44.05	5	Hamar V	14.8
13.	Marta Stautland Båtsvik, Stord IL	300312	44.23	2	Stord Vikah	28.12
14.	Hanna Malina Pietrzak, IL Braatt Kr.sund	071111	45.39	1	Kristiansund	17.11
15.	Dorthe Willerud Fosså, Skreia SK Toten	120213	45.85	6	Hamar V	14.8
16.	Sofie Thorshaug, Hamar IL	040913	46.86	8	Hamar V	14.8
17.	Oda Holmefjord Hovland, Fana IL	160211	47.34	3	Bergen Sl	4.12
18.	Tuva Myrmel, Fana IL	260312	49.17	4	Bergen Sl	4.12
19.	Amanda Clausen, Geithus IL	210912	49.68	9	Hamar V	14.8
20.	Geena Kjølen Naveenan, Fana IL	040412	49.73	5	Bergen Sl	4.12
21.	Amalie Hui Samuelsen, Fana IL	070114	49.88	3	Bergen Sl	1.2
22.	Lotta Dreier, Trondheim KK	11	50.46	3	Trondheim L	12.2
23.	Marie S Fiane Grødum, Arendal SK	020614	50.73	1	Arendal Myra	20.1
24.	Sofie Petersen, Leinstrand IL	200712	51.30	4	Trondheim L	13.3
25.	Nanna Astrid Karset Nilssen, Leinstrand IL	120812	51.54	5	Trondheim L	13.3
26.	Vimalin Sørstrømmen, Hardanger SK	231111	51.71	4	Bergen Sl	1.2
27.	Lerke Kjestveit Danielsen, TSK	190411	51.80	5	Trondheim L	13.11
28.	Silva Bjelkevik, Arendal SK	010814	52.76	2	Arendal Myra	20.1
29.	Elisabeth Pagar, Gjøvik SK	140914	53.27	11	Hamar V	14.8
30.	Alma Molde Jensen, Leinstrand IL	260613	53.53	6	Trondheim L	12.2
31.	Vera Stautland Båtsvik, Stord IL	081013	53.61	2	Stord Vikah	30.1
32.	Sanna Louise Sandøy, Byåsen IL	13	54.58	7	Trondheim L	12.2
33.	Sanna Håve Aasheim, Hamar IL	190113	55.38	12	Hamar V	14.8
34.	Brielle Skaalvik Lyssand, Fana IL	271011	55.49	5	Bergen Sl	1.2
35.	Mathilde Olderli Berget, Spk Falken	240513	56.27	1	Trondheim L	15.1
36.	Nora Stevens, TSK	230514	56.61	8	Trondheim L	12.2
37.	Othilia Horneland, Stord IL	070612	60.23	4	Stord Vikah	28.12
38.	Stine Lærum Hagen, Tynset IF	120313	60.51	2	Tynset	9.1
39.	Hedda Svee, Tynset IF	110912	60.97	6	Tynset	16.12
40.	Lill-Mari Føyen Paulsen, Stord IL	051111	61.01	2	Stord Vikah	28.11
41.	Julia Nerdahl Hoff, Trondheim KK	15	61.58	9	Trondheim L	12.2
42.	Ingeborg Kvamme, Stord IL	260614	62.75	5	Stord Vikah	28.12
43.	Maja Becker Pedersen, Fana IL	050813	63.90	6	Bergen Sl	4.12
44.	Sunniva Solhaug Folkestad, Fana IL	280214	65.31	7	Bergen Sl	4.12
45.	Leona Berntsen, Geithus IL	011111	65.43	13	Hamar V	14.8

46.	Amanda Kvamme, Stord IL	040612	66.37	3	Stord Vikah	28.11	
47.	Svanhild Eldholm, TSK	190413	66.83	8	Trondheim L	13.11	
48.	Telma Gillund Motrøen, Tynset IF	051113	67.01	5	Tynset	20.1	
49.	Hedda Silje Karset Nilssen, Leinstrand IL	070414	67.63	8	Trondheim L	13.3	
50.	Erle Nesmoen Norvik, TSK	310114	68.64	10	Trondheim L	12.2	
51.	Hanna Vilmine Østmoe, Nord-Odal IL	300714	68.81	14	Hamar V	14.8	
52.	Eline Rian Ellevold, Tynset IF	13	70.64	3	Tynset	9.1	
53.	Ida Marie Framnes Storlimo, Tynset IF	201014	74.18	8	Tynset	16.12	
54.	Alvilde Wibe Namsvatn, Arendal SK	170815	75.36	4	Arendal Myra	1.3	
55.	Melina Powell, Kongsvinger SK	090714	75.95	3	Kongsvinger	27.1	
56.	Runa Helgesen, Harstad SK	150913	80.73	5	Harstad	4.12	
57.	Ella Bratterud Hansen, Tromsø SK	080612	80.81	2	Tromsø	8.1	
58.	Vilde Mathisen, Tynset IF	011013	89.99	4	Tynset	9.1	
59.	Signe Tømte-Flobak, Tynset IF	260413	91.83	6	Tynset	20.1	
60.	Tale Rommetveit Epland, Stord IL	280813	100.84	5	Stord Vikah	30.1	
61.	Mina Vang Bævre, Tynset IF	200914	101.60	11	Tynset	16.12	
62.	Martine Bredesen, Tynset IF	050514	106.89	12	Tynset	16.12	
63.	Othilie Nesseth Sørhus, Tynset IF	170314	109.42	13	Tynset	16.12	
64.	Isabella Olivia Henriksen, Tromsø SK	171110	122.38	4	Tromsø	8.1	
65.	Celine Vestad Nilsen, Tynset IF	240214	127.31	14	Tynset	16.12	
66.	Lilli Helgesen, Harstad SK	040315	191.54	7	Harstad	4.12	

500 meter

1.	Sunniva Øverjordet, Sør-Fron IL	070611	52.42	1	Stavanger Sø	26.3	62.55	-21
2.	Thea Myhre, Geithus IL	170910	53.50	2	Geithus	9.3	58.94	-21
3.	Augustine Trijntje Kaper, OSK	081110	53.54	2	Hamar V	20.2	74.58	-20
4.	Arya Gundersen Bottegård, Geithus IL	180912	55.40	19	Geithus	16.1	63.94	-21
5.	Kristine Knutsen Birkedal, Asker SK	201210	56.15	3	Hamar V	20.2	64.21	-21
6.	Josefine Haldorsen Sømme, TT	081110	57.14	4	Hamar V	20.2	71.42	-21
7.	Ella Wotherspoon, OSK	251210	58.70	2	Asker R	12.3	74.46	-19
8.	Sandra Michalec, Geithus IL	110812	60.24	2	Geithus	6.3	65.27	-21
9.	Malin Skau Bjørge, Herkules SK	150212	60.69	2	Hamar V	20.2	64.24	-21
10.	Malin Myhrer, Båstad IL SK	100111	61.89	5	Hamar V	20.2	70.17	-20
11.	Nelly Nikoline Hurum Nesset, Arendal SK	160611	62.90	2	Arendal Myra	25.11	66.24	-21
12.	Alma Bergersen, Herkules SK	160311	62.96	6	Hamar V	20.2	68.82	-21
13.	Frida Stokken Salomonsen, Stord IL	260412	63.55	1	Bergen Sl	19.2		
14.	Edel Evensen, Arendal SK	070812	64.92	5	Arendal Myra	1.3	78.04	-21
15.	Alea Wahl-Nilsen, Drammens SK	071210	64.99	5	Geithus	11.12	68.47	-21
16.	Nelly Grinden Løvås, Nord-Odal IL	080910	65.5	1	Sand	5.2	79.21	-20
17.	Maia Sofie Allum, Sandefjord SK	030711	65.71	2	Tønsberg	30.1	85.08	-21
18.	Amelija Barzdaite, Båstad IL SK	150113	65.88	3	Hamar V	20.2		
19.	Vilma Fossum, Tynset IF	270412	66.56	4	Hamar V	20.2	73.47	-20
20.	Maren Gundersen, Nord-Odal IL	140710	66.72	7	Hamar V	20.2	74.99	-20
21.	Anique Mulder, Fana IL	060111	67.63	2	Stavanger Sø	7.11	76.28	-21
	Selja Boldingh Debernard, Aktiv SK	261011	67.63	2	Asker R	12.3	81.37	-20
23.	Oleah Helgevold Bjørnerud, Skreia SK Toten	010112	67.81	6	Hamar V	20.2	77.38	-21
24.	Ellinor Trogstad Raudberget, Gjøvik SK	180412	67.82	7	Hamar V	20.2	74.43	-21
25.	Mathea Helen Krokeide, Båstad IL SK	081210	67.98	8	Hamar V	20.2	77.13	-21
26.	Jenny Myrland Jansen, Herkules SK	140312	68.01	8	Hamar V	20.2	97.00	-21
27.	Marte Oldeman Christensen, Drammens SK	200511	68.04	9	Hamar V	20.2	71.24	-21
28.	Marta Stautland Båtsvik, Stord IL	300312	69.68	3	Bergen Sl	26.2		
29.	Pernille Hansen Smaaland, Drammens SK	081111	69.90	3	Kongsberg	22.1	84.76	-20
30.	Johanne Skundberg-Milli, Hamar IL	100511	71.08	3	Hamar V	8.2		
31.	Live Embre Stigen, Gol IL	090612	71.34	11	Hamar V	20.2	77.79	-21
32.	Beathe Brovold Røstelien, Skreia SK Toten	170512	71.47	5	Hamar V	21.11	72.44	-21

33.	Sanna Håve Aasheim, Hamar IL	190113	71.81	1	Skreia	6.2	
34.	Sofie Berge Mogstad, Bjugn/Ørland SK	231111	72.01	9	Bjugn Fosenh	5.2	
35.	Liv C Boldingh Debernard, Aktiv SK	031213	72.44	3	Asker R	12.3	
36.	Maja Distad, Tynset IF	270112	72.52	3	Tynset	10.3	80.24 -21
37.	Dorthe Willerud Fosså, Skreia SK Toten	120213	72.74	13	Hamar V	20.2	83.34 -21
38.	Cornelia Nyborg, Nord-Odal IL	241012	73.10	14	Hamar V	20.2	
39.	Lillan Sparby, Gjøvik SK	201211	73.16	15	Hamar V	20.2	83.28 -21
40.	Guro Johanne Wethelund, Båstad IL SK	220612	74.18	4	Båstad	27.1	79.55 -21
41.	Tuva Myrmel, Fana IL	260312	74.95	2	Bergen Sl	22.1	80.15 -21
42.	Goro Vingelsgaard, Tynset IF	300710	75.01	2	Tynset	16.12	75.92 -21
43.	Geena Kjølen Naveenan, Fana IL	040412	75.24	3	Bergen Sl	22.1	82.61 -21
44.	Amanda Clausen, Geithus IL	210912	75.31	6	Geithus	9.3	90.37 -21
45.	Ilse Blanken, Sør-Fron IL	050111	75.74	1	Hundorp	19.1	
46.	Sofie Petersen, Leinstrand IL	200712	76.14	10	Bjugn Fosenh	5.2	
47.	Vimalin Sørstrømmen, Hardanger SK	231111	76.28	3	Stavanger Sø	27.3	
48.	Live Harviken, Nord-Odal IL	260314	76.9	1	Sand	5.2	105.88-20
49.	Monika Dzidziul, Hamar IL	120811	77.04	7	Hamar V	8.2	80.61 -21
50.	Karoline Myklebust, Sandnes SK	141012	77.99	3	Stavanger Sø	9.3	
51.	Lill-Mari Føyen Paulsen, Stord IL	051111	79.74	2	Stord Vikah	28.11	
52.	Marie S Fiane Grødum, Arendal SK	020614	80.88	8	Arendal Myra	1.3	90.29 -21
53.	Oda Holmefjord Hovland, Fana IL	160211	80.90	3	Bergen Sl	5.12	85.03 -21
54.	Amalie Hui Samuelsen, Fana IL	070114	80.97	6	Bergen Sl	19.2	
55.	Stine Lærum Hagen, Tynset IF	120313	81.48	17	Hamar V	20.2	
56.	Yentl Smidts, Hamar IL	11	81.50	9	Hamar V	8.2	
57.	Marina Sandvold, Geithus IL	120612	81.52	26	Geithus	16.1	97.74 -21
58.	Maren Bakken Vold, Hamar IL	170712	85.05	10	Hamar V	8.2	
59.	Simone Blaha, Geithus IL	060810	85.80	27	Geithus	16.1	80.00 -21
60.	Sine Sæther, Båstad IL SK	020312	85.88	7	Båstad	20.1	113.10-20
61.	Lotta Lerberg Solbakken, Gol IL	300112	87.11	5	Gol	22.2	
62.	Liv Griffin Otte, Asker SK	210111	87.42	8	Asker R	13.1	89.14 -21
63.	Selma Agata Pfeil Vikøy, Hardanger SK	040511	87.62	7	Bergen Sl	19.2	
64.	Lerke Kjestveit Danielsen, TSK	190411	88.65	8	Trondheim L	8.1	
65.	Sunniva Solhaug Folkestad, Fana IL	280214	89.18	8	Bergen Sl	19.2	
66.	Silva Bjelkevik, Arendal SK	010814	89.26	9	Arendal Myra	1.3	
67.	Marthine Skau Bjørge, Herkules SK	190515	90.33	18	Hamar V	20.2	95.42 -21
68.	Maja Becker Pedersen, Fana IL	050813	91.59	9	Bergen Sl	19.2	100.42-21
69.	Sigrun Heijmans Grønvik, Tromsø SK	180913	92.51	2	Tromsø	5.2	109.36-21
70.	Amalie Furenes, Sandnes SK	190712	93.33	4	Stavanger Sø	9.3	
71.	Othilia Horneland, Stord IL	070612	93.91	7	Bergen Sl	26.2	
72.	Elisabeth Pagar, Gjøvik SK	140914	93.99	9	Hamar V	20.11	107.08-21
73.	Thora Brynildsen, Geithus IL	010912	94.34	7	Geithus	19.1	106.20-21
74.	Ingrid Berg Johansson, Arendal SK	270412	96.36	11	Arendal Myra	1.3	
75.	Ingrid Fogh Johansson, Dølemo IL	090311	96.79	1	Dølemo	25.1	123.97-21
76.	Kaja Skarli Nilsen, Dølemo IL	021011	98.24	8	Dølemo	31.12	98.53 -21
77.	Lilly Vielle Grande Aabogen, Sandnes SK	13	99.99	5	Stavanger Sø	9.3	
78.	Oda Skår, Tynset IF	120612	101.62	5	Tynset	30.12	90.78 -20
79.	Ida Gjermones Skarmyr, Dølemo IL	281011	101.79	2	Dølemo	25.1	
80.	Runa Kveberg, Tynset IF	161012	102.15	6	Tynset	30.12	117.64-20
81.	Lilja Oddy, Fana IL	220714	104.38	5	Bergen Sl	22.1	
82.	Aizah Marie Buat, Sandnes SK	160112	106.50	6	Stavanger Sø	9.3	
83.	Elise Knutsen Skolem, H&BSK	15	107.46	4	Tønsberg	19.12	
84.	Hedda Silje Karset Nilssen, Leinstrand IL	070414	108.57	9	Dølemo	31.12	
85.	Norah Bouwmans, Tromsø	070512	108.62	3	Tromsø	5.2	
86.	Amanda Kvamme, Stord IL	040612	108.70	3	Stord Vikah	28.11	
87.	Synne Ramse, Dølemo IL	270812	108.83	10	Dølemo	31.12	116.40-21
88.	Brielle Skaalvik Lyssand, Fana IL	271011	109.79	10	Bergen Sl	19.2	
89.	Bertine Marjala, Tromsø SK	181211	111.97	2	Tromsø	6.2	

90.	Diana Anjeri, Kongsberg IF	010712	113.32	5	Kongsberg	5.2	
91.	Ingeborg Kvamme, Stord IL	260614	114.26	4	Stord Vikah	28.11	
92.	Runa Helgesen, Harstad SK	150913	121.66	1	Harstad	30.1	
93.	Ada Bouwmans, Tromsø SK	140913	128.91	4	Tromsø	5.2	
94.	Lilli Helgesen, Harstad SK	040315	130.46	2	Harstad	30.1	
95.	Ella Bratterud Hansen, Tromsø SK	080612	131.63	3	Tromsø	6.2	144.47-21
96.	Sofie Arntsen, Harstad SK	100814	134.79	3	Harstad	9.2	
97.	Mina Wilhelmsen, Tromsø SK	020312	140.99	5	Tromsø	9.1	
98.	Synne Graneng, Tynset IF	240512	142.15	5	Tynset	2.1	
99.	Eira Storbækken, Tynset IF	030612	142.20	6	Tynset	2.1	
100.	Guro Ramse Vågslid Trædal, Dølemo IL	291012	146.67	11	Dølemo	31.12	132.79-21
101.	Astrid Fogh Johansson, Dølemo IL	210114	160.54	4	Dølemo	25.1	
102.	Kirsten Ramse, Dølemo IL	211015	161.73	5	Dølemo	25.1	
103.	Liv Aline Moltzau Skårer, Kongsvinger SK	12	167.62	1	Kongsvinger	27.1	
104.	Oda Kreppen, Båstad IL SK	231014	187.46	8	Båstad	20.1	
105.	Melina Powell, Kongsvinger SK	090714	218.82	1	Kongsvinger	3.2	172.10-21

1000 meter

1.	Sunniva Øverjordet, Sør-Fron IL	070611	1.53.64	1	Hundorp	9.3	2.11.72 -21
2.	Thea Myhre, Geithus IL	170910	1.55.18	11	Geithus	16.1	2.15.79 -21
3.	Arya Gundersen Bottegård, Geithus IL	180912	2.02.48	14	Geithus	16.1	2.18.33 -21
4.	Sandra Michalec, Geithus IL	110812	2.05.45	15	Geithus	16.1	2.16.02 -21
5.	Nelly Nikoline Hurum Nesset, Arendal SK	160611	2.11.95	2	Arendal Myra	25.11	
6.	Josefine Haldorsen Sømme, TT	081110	2.14.43	5	Tønsberg	13.3	2.28.65 -21
7.	Frida Stokken Salomonsen, Stord IL	260412	2.18.68	3	Stord Vikah	30.1	
8.	Malin Myhrer, Båstad IL SK	100111	2.23.93	4	Båstad	13.1	
9.	Maia Sofie Allum, Sandefjord SK	030711	2.25.59	6	Tønsberg	13.3	
10.	Mathea Helen Krokeide, Båstad IL SK	081210	2.28.25	5	Båstad	13.1	
11.	Anique Mulder, Fana IL	060111	2.31.01	2	Stavanger Sø	6.11	
12.	Marte Oldeman Christensen, Drammens SK	200511	2.38.41	4	Drammen	22.2	
13.	Vilma Fossum, Tynset IF	270412	2.41.78	2	Tynset	24.2	2.52.63 -20
14.	Amanda Clausen, Geithus IL	210912	2.55.02	7	Geithus	9.3	

1500 meter

1.	Nelly Nikoline Hurum Nesset, Arendal SK	160611	3.31.04	4	Arendal Myra	1.3	
2.	Edel Evensen, Arendal SK	070812	3.34.34	5	Arendal Myra	1.3	
3.	Marie S Fiane Grødum, Arendal SK	020614	4.27.49	6	Arendal Myra	1.3	

3000 meter

1.	Vilma Fossum, Tynset IF	270412	8.03.09	3	Tynset	26.2	9.00.25 -21

5000 meter

1.	Vilma Fossum, Tynset IF	270412	17.47.26	5	Tynset	2.3	15.36.77 -20
2.	Maja Distad, Tynset IF	270112	17.48.83	6	Tynset	2.3	

10000 meter

1.	Vilma Fossum, Tynset IF	270412	31.42.61	9	Tynset	27.2	
2.	Maja Distad, Tynset IF	270112	35.53.41	12	Tynset	27.2	

Jenter 11 år

(født 1.7.2009-30.06.2010)

Antall løpere under 61,0 på 500 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2021
31	6	21	17	15	19	11

500 meter

1.	Latika Suyambudurai, Geithus IL	230110	47.49	1	Stavanger Sø	26.3	53.59	-21
2.	Ingeborg Ingvoldstad, Geithus IL	140909	49.48	2	Stavanger Sø	26.3	52.58	-21
3.	Sunniva Haug Johannessen, Aktiv SK	280110	50.03	3	Hamar V	19.2	71.54	-19
4.	Victoria Melgårdshagen, Sør-Fron IL	110610	51.24	2	Stavanger Sø	27.3	55.07	-21
5.	Ava Lynn Skinstad, Nord-Odal IL	291009	53.32	5	Hamar V	20.2		
6.	Esther Serina Andersen, H&BSK	300909	54.45	4	Stavanger Sø	26.3	65.11	-20
7.	Solveig Willerud Fosså, Skreia SK Toten	250510	54.75	6	Hamar V	20.2	62.51	-21
8.	Nila Mariell Nybakk, Hamar IL	051109	55.45	6	Hamar V	19.2	60.74	-21
9.	Hedda Nestegård-Bolstad, Drammens SK	100310	56.34	3	Hol	27.2	65.55	-20
10.	Astrid Eide Kirkesæther, TT	210310	57.15	9	Hamar V	20.2	67.43	-20
11.	Saga Finnstø Gjølga, Bjugn/Ørland SK	190110	57.57	5	Hamar V	20.11	61.64	-21
12.	Amine Graneng Unneberg, Sandefjord SK	110310	59.58	10	Hamar V	20.2	85.63	-20
13.	Zuzana Strojna, Drammens SK	251209	60.86	11	Hamar V	20.2		
14.	Mari Bryhn, Stange SK	050210	61.06	8	Hamar V	19.2	97.22	-19
15.	Synne Andersdatter Tuva, Trondheim KK	270909	62.29	2	Trondheim L	12.2		
16.	Victoria Olsen Skogseth, Leinstrand IL	290610	65.31	1	Kristiansund	19.3	72.77	-21
17.	Ingvild Elstad Angelo Rath, Leinstrand IL	180909	67.11	7	Trondheim L	13.11	68.79	-21
18.	Eline Ryen-Herland, Fana IL	210610	67.23	5	Stavanger Sø	27.3	77.84	-21
19.	Rikke Amdam Edvardsen, Trondheim KK	270909	69.34	3	Trondheim L	12.2		
20.	Mia Moen Mikkelsen, Tynset IF	210510	69.86	3	Tynset	25.11	62.53	-21
21.	Silje Solgård, OSK	010210	73.04	7	Oslo Fr	8.1	89.24	-19
22.	Marie Gustavsen Velo, Jevnaker IF	110809	76.12	5	Jevnaker	4.12	76.64	-20
23.	Thea Elise Hogstad, Arendal SK	201209	77.68	7	Arendal Myra	1.3		
24.	Mali Michelsen Haugen, Fana IL	230310	80.40	6	Stavanger Sø	26.3	88.56	-21
25.	Varshini Manikandan, Kongsberg IF	010610	84.98	4	Kongsberg	22.1	113.72	-21
26.	Alba Ochoa Borg, Spk Falken	200210	90.24	7	Trondheim L	13.3		
27.	Sriakshita Swamynathan, Kongsberg IF	181109	100.93	4	Kongsberg	5.2	118.51	-21
28.	Saga Rokkan-Markusson, Harstad SK	301209	106.44	4	Harstad	5.12		
29.	Elise Johnsen, Dølemo IL	300909	108.37	3	Dølemo	25.1		

1000 meter

1.	Latika Suyambudurai, Geithus IL	230110	1.39.15	1	Hamar V	20.2	1.56.49	-21
2.	Sunniva Haug Johannessen, Aktiv SK	280110	1.39.93	2	Hamar V	20.2		
3.	Ingeborg Ingvoldstad, Geithus IL	140909	1.42.21	3	Hamar V	20.2	1.54.32	-21
4.	Victoria Melgårdshagen, Sør-Fron IL	110610	1.44.81	3	Stavanger Sø	27.3	2.04.13	-21
5.	Ava Lynn Skinstad, Nord-Odal IL	291009	1.47.70	5	Hamar V	20.2		
6.	Esther Serina Andersen, H&BSK	300909	1.53.64	4	Stavanger Sø	27.3		
7.	Nila Mariell Nybakk, Hamar IL	051109	1.55.86	4	Hamar V	21.11		
8.	Astrid Eide Kirkesæther, TT	210310	1.57.76	8	Hamar V	20.2	2.28.03	-21
9.	Solveig Willerud Fosså, Skreia SK Toten	250510	1.57.81	9	Hamar V	20.2	2.14.05	-21
10.	Saga Finnstø Gjølga, Bjugn/Ørland SK	190110	1.58.12	5	Hamar V	21.11		
11.	Hedda Nestegård-Bolstad, Drammens SK	100310	2.02.01	1	Gol	26.2		
12.	Amine Graneng Unneberg, Sandefjord SK	110310	2.08.43	9	Hamar V	19.2		
13.	Zuzana Strojna, Drammens SK	251209	2.11.75	10	Hamar V	19.2		
14.	Victoria Olsen Skogseth, Leinstrand IL	290610	2.20.07	12	Hamar V	20.2		
15.	Eline Ryen-Herland, Fana IL	210610	2.22.28	5	Stavanger Sø	27.3	2.47.93	-21
16.	Silje Solgård, OSK	010210	2.38.56	7	Oslo Fr	8.1		

17.	Marie Gustavsen Velo, Jevnaker IF	110809	2.40.44	4	Jevnaker	4.12	2.35.53	-21

1500 meter

1.	Latika Suyambudurai, Geithus IL	230110	2.45.64	1	Geithus	6.3	2.53.44	-21
2.	Victoria Melgårdshagen, Sør-Fron IL	110610	2.49.09	4	Hamar V	13.12	3.40.00	-19
3.	Ava Lynn Skinstad, Nord-Odal IL	291009	2.49.85	3	Stavanger Sø	26.3		
4.	Ingeborg Ingvoldstad, Geithus IL	140909	2.51.70	2	Geithus	6.3	2.46.26	-21
5.	Esther Serina Andersen, H&BSK	300909	3.08.87	3	Geithus	6.3		
6.	Hedda Nestegård-Bolstad, Drammens SK	100310	3.10.27	4	Geithus	6.3		
7.	Nila Mariell Nybakk, Hamar IL	051109	3.20.92	2	Kongsvinger	23.1		

3000 meter

1.	Latika Suyambudurai, Geithus IL	230110	5.51.60	1	Geithus	9.3		
2.	Victoria Melgårdshagen, Sør-Fron IL	110610	6.25.04	2	Hundorp	12.1		
3.	Ingeborg Ingvoldstad, Geithus IL	140909	6.33.98	4	Geithus	2.1		
4.	Emma Hylen, Tynset IF	260310	9.46.62	7	Tynset	26.2		

Jenter 12 år

(født 1.7.2008-30.06.2009)

Antall løpere under 60,0 på 500 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2021
52	11	21	26	15	14	17

500 meter

1.	Victoria Pagar, Gjøvik SK	020109	46.14	1	Hamar V	20.2	47.73	-21
2.	Hedda Finsland, Asker SK	220908	46.56	2	Hamar V	20.2	49.09	-21
3.	Linnea Melgårdshagen, Sør-Fron IL	071008	46.83	3	Hamar V	20.2	52.19	-21
4.	Eline Lupke Tveter, OSK	050708	48.27	4	Stavanger Sø	27.3	53.11	-20
5.	Jenny Skjæveland Solhaug, Sandefjord SK	220209	48.50	4	Hamar V	19.2	55.74	-20
6.	Maren Bjerke Wullum, Skreia SK Toten	060509	48.80	5	Hamar V	19.2	53.15	-21
7.	Sigrid Bakken Vold, Hamar IL	270908	48.99	4	Hamar V	21.2	51.39	-21
8.	Selma Victoria Opdahl-Njøs, Leinstrand IL	071008	51.39	6	Hamar V	19.2	58.93	-21
	Helle S Boldingh Debernard, Aktiv SK	250109	51.39	7	Hamar V	20.2	60.22	-20
10.	Ada Halvorsen Bjerknes, Drammens SK	260309	52.24	9	Hamar V	20.2	58.04	-20
11.	Joséphine Stenback, OSK	050409	52.42	2	Oslo Fr	8.1	66.78	-20
12.	Frida Maude, IL Braatt Kr.sund	291108	52.43	2	Kristiansund	19.3	58.82	-21
13.	Mathilde Horn Østerlie, TSK	220109	52.81	3	Kristiansund	19.3	68.04	-19
14.	Lovise Ulveseth, Fana IL	240109	52.87	6	Stavanger Sø	27.3	65.31	-21
15.	Oda Bergersen, Herkules SK	120808	53.20	10	Hamar V	20.2	56.14	-21
16.	Thea Sofie Andreassen, Nord-Odal IL	271008	53.30	14	Hamar V	15.11	57.85	-20
17.	Isabella Efraimsen, Tromsø SK	291008	54.27	11	Hamar V	20.2	59.81	-20
18.	Maiken Skau Bjørge, Herkules SK	171208	54.54	12	Hamar V	20.2	56.72	-21
19.	Mira Vikan Engen, Harstad SK	111208	59.72	7	Hamar V	21.11	62.97	-20
20.	Eira Sørheim, OSK	161108	59.84	12	Hamar V	19.2		
21.	Helle Leona Grønnevik, Båstad IL SK	080609	60.84	13	Hamar V	19.2	64.23	-21
22.	Ariel Mossin Thonhaugen, Drammens SK	250708	62.44	3	Drammen	15.2	89.89	-21
23.	Tiril Brenden, Eidsvold TF	111108	65.50	14	Hamar V	19.2	84.61	-20
24.	Lina Nordberget Bunes, Nord-Odal IL	100708	66.18	12	Oslo Fr	12.2	70.56	-20
25.	Mira Fossum, Tynset IF	110209	68.50	9	Trondheim L	5.3	69.75	-20
26.	Alma Louise K Asbjørnhus, Jevnaker IF	220209	73.74	6	Jevnaker	4.12	70.32	-21
27.	Thea Ask Schärer, Sandefjord SK	240609	85.90	6	Tønsberg	13.3		
28.	Aarya Amit Gupta, Kongsberg IF	09	115.67	6	Kongsberg	5.2		

1000 meter

1.	Victoria Pagar, Gjøvik SK	020109	1.34.25	1	Hamar V	19.2	1.42.19	-21
2.	Linnea Melgårdshagen, Sør-Fron IL	071008	1.35.76	2	Hamar V	19.2	1.48.07	-21
3.	Hedda Finsland, Asker SK	220908	1.36.01	3	Hamar V	19.2	1.43.61	-21
4.	Jenny Skjæveland Solhaug, Sandefjord SK	220209	1.36.71	3	Hamar V	20.2	1.56.57	-21
5.	Eline Lupke Tveter, OSK	050708	1.38.91	1	Stavanger Sø	27.3		
6.	Sigrid Bakken Vold, Hamar IL	270908	1.40.29	4	Hamar V	20.2	1.47.51	-21
7.	Maren Bjerke Wullum, Skreia SK Toten	060509	1.40.31	2	Stavanger Sø	27.3	1.49.52	-21
8.	Oda Bergersen, Herkules SK	120808	1.46.07	6	Hamar V	20.2		
9.	Helle S Boldingh Debernard, Aktiv SK	250109	1.47.63	7	Hamar V	19.2		
10.	Lovise Ulveseth, Fana IL	240109	1.48.07	4	Stavanger Sø	26.3	2.22.06	-21
11.	Selma Victoria Opdahl-Njøs, Leinstrand IL	071008	1.49.27	8	Hamar V	20.2	2.18.33	-21
12.	Maiken Skau Bjørge, Herkules SK	171208	1.49.77	9	Hamar V	20.2		
13.	Ada Halvorsen Bjerknes, Drammens SK	260309	1.50.15	10	Hamar V	20.2	2.26.14	-20
14.	Thea Sofie Andreassen, Nord-Odal IL	271008	1.52.7	3	Sand	5.2		
15.	Isabella Efraimsen, Tromsø SK	291008	1.55.42	11	Hamar V	19.2	2.14.81	-21
16.	Mathilde Horn Østerlie, TSK	220109	1.56.45	1	Trondheim L	5.3	2.36.09	-21
17.	Eira Sørheim, OSK	161108	2.03.23	12	Hamar V	20.2		
18.	Joséphine Stenback, OSK	050409	2.03.57	4	Oslo Fr	8.1		
19.	Mira Vikan Engen, Harstad SK	111208	2.13.35	5	Stavanger Sø	26.3		
20.	Helle Leona Grønnevik, Båstad IL SK	080609	2.15.44	12	Hamar V	19.2	2.31.19	-21
21.	Ariel Mossin Thonhaugen, Drammens SK	250708	2.15.60	3	Asker R	12.3		
22.	Carmen Valentina Meyer, Harstad SK	270908	2.23.37	12	Bjugn Fosenh	9.10	2.39.01	-21
23.	Tiril Brenden, Eidsvold TF	111108	2.23.6	4	Sand	5.2		
24.	Mira Fossum, Tynset IF	110209	2.29.29	6	Trondheim L	5.3	2.46.47	-21

1500 meter

1.	Hedda Finsland, Asker SK	220908	2.30.57	1	Hamar V	20.11		
2.	Linnea Melgårdshagen, Sør-Fron IL	071008	2.31.62	1	Stavanger Sø	27.3	3.12.84	-20
3.	Maren Bjerke Wullum, Skreia SK Toten	060509	2.33.17	1	Stavanger Sø	26.3		
4.	Victoria Pagar, Gjøvik SK	020109	2.35.73	3	Hamar V	20.11	2.55.67	-21
5.	Eline Lupke Tveter, OSK	050708	2.36.70	2	Stavanger Sø	26.3		
6.	Jenny Skjæveland Solhaug, Sandefjord SK	220209	2.39.86	1	Tønsberg	19.12	2.57.62	-21
7.	Sigrid Bakken Vold, Hamar IL	270908	2.45.78	3	Hamar V	13.12		
8.	Lovise Ulveseth, Fana IL	240109	2.46.91	4	Stavanger Sø	27.3		
9.	Mathilde Horn Østerlie, TSK	220109	2.51.87	1	Kristiansund	19.3		
10.	Frida Maude, IL Braatt Kr.sund	291108	2.52.13	2	Kristiansund	19.3		
11.	Selma Victoria Opdahl-Njøs, Leinstrand IL	071008	2.59.95	4	Oslo Fr	12.2		
12.	Helle S Boldingh Debernard, Aktiv SK	250109	3.03.30	6	Oslo Fr	12.2		
13.	Joséphine Stenback, OSK	050409	3.15.03	7	Oslo Fr	12.2		
14.	Ariel Mossin Thonhaugen, Drammens SK	250708	3.28.36	1	Geithus	6.3		
15.	Helle Leona Grønnevik, Båstad IL SK	080609	3.39.80	2	Kongsvinger	23.1		
16.	Mira Vikan Engen, Harstad SK	111208	3.41.91	7	Hamar V	20.11		

3000 meter

1.	Linnea Melgårdshagen, Sør-Fron IL	071008	5.45.20	1	Hundorp	5.1	6.29.84	-20
2.	Mira Fossum, Tynset IF	110209	8.47.27	5	Tynset	26.2		

10000 meter

1.	Mira Fossum, Tynset IF	110209	31.07.61	7	Tynset	27.2		

Jenter 13 år

(født 1.7.2007-30.06.2008)

Antall løpere under 60,0 på 500 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2021
31	14	9	26	15	14	11

500 meter

1.	Pauline Lysø Olsen, Bjugn/Ørland SK	291007	43.29	2	Heerenveen	5.3	46.43	-21
2.	Anne Sofie Knutsen Birkedal, Asker SK	080807	44.07	4	Heerenveen	5.3	47.85	-21
3.	Lovisia Olstad Grinden, Nord-Odal IL	011107	46.16	4	Hamar V	20.2	51.53	-20
4.	Ingeborg Sjøthun, SSSK	240408	46.52	5	Stavanger Sø	26.3	49.45	-21
5.	Linnea Haneberg, Hamar IL	170108	46.62	6	Hamar V	20.2	49.50	-21
6.	Milla Grønvold Andersen, Drammens SK	050508	47.28	8	Hamar V	19.2	52.51	-21
7.	Elle Borgen Steen, Fana IL	200608	48.70	4	Hamar V	20.11	54.12	-21
8.	Kitty Marie Hurum Nesset, Arendal SK	050608	49.56	9	Stavanger Sø	26.3	53.46	-20
9.	Natalia Skrzypiec, Sandefjord SK	301207	50.44	11	Hamar V	20.2	56.54	-20
10.	Thomine Sæves Myran, Båstad IL SK	250508	51.73	12	Hamar V	19.2	57.41	-21
11.	Hedda Hylen, Tynset IF	100208	52.93	16	Hamar V	20.2	57.89	-21
12.	Johanna Novak Orderud, Båstad IL SK	220807	53.23	8	Hamar V	6.8	50.82	-21
13.	Alessandra Mazzetti, Leinstrand IL	040108	54.41	4	Kristiansund	19.3	57.74	-19
14.	Hanne Sletvold, Nord-Odal IL	031007	54.44	18	Hamar V	15.11	55.46	-20
15.	Tyra Kristin M Langehaugen, Gol IL	290208	54.53	1	Gol	27.1	57.21	-20
16.	Mali K Sagabraaten, Gol IL	080508	56.12	17	Hamar V	19.2	57.92	-20
17.	Johanne Fjærli Bremnes, IL Braatt Kr.sund	130108	56.79	1	Kristiansund	9.2	59.40	-21
18.	Åsne Jordet-Løvik, TSK	010707	56.91	18	Hamar V	19.2	55.59	-21
19.	Milla Junine Hem Lunde, Sandefjord SK	240508	57.56	10	Hamar V	14.8	57.83	-21
20.	Maja Sjølund Iversen, Sandefjord SK	041207	63.46	12	Hamar V	14.8	65.04	-20
21.	Solveig Håve Aasheim, Hamar IL	091007	66.55	20	Hamar V	20.2	77.04	-21
22.	Birgitte Semb, TT	300608	71.13	4	Tønsberg	13.3		
23.	Emma Moen Mikkelsen, Tynset IF	190608	116.41	5	Tynset	16.12	72.36	-21
24.	Mia Svee, Tynset IF	140508	121.41	6	Tynset	16.12	65.47	-20

1000 meter

1.	Pauline Lysø Olsen, Bjugn/Ørland SK	291007	1.28.22	2	Heerenveen	5.3	1.36.21	-21
2.	Anne Sofie Knutsen Birkedal, Asker SK	080807	1.29.63	4	Heerenveen	4.3	1.40.69	-21
3.	Linnea Haneberg, Hamar IL	170108	1.33.35	4	Hamar V	20.2	1.41.79	-21
4.	Milla Grønvold Andersen, Drammens SK	050508	1.33.81	5	Hamar V	20.2	1.49.58	-21
5.	Ingeborg Sjøthun, SSSK	240408	1.33.98	2	Stavanger Sø	27.3	1.42.86	-21
6.	Lovisia Olstad Grinden, Nord-Odal IL	011107	1.35.46	7	Hamar V	20.2	1.51.65	-20
7.	Natalia Skrzypiec, Sandefjord SK	301207	1.39.49	10	Hamar V	20.2	1.56.48	-20
8.	Elle Borgen Steen, Fana IL	200608	1.40.28	6	Hamar V	21.11	1.53.58	-21
9.	Kitty Marie Hurum Nesset, Arendal SK	050608	1.40.70	4	Stavanger Sø	26.3	1.50.77	-20
10.	Thomine Sæves Myran, Båstad IL SK	250508	1.50.23	13	Hamar V	20.2	2.06.84	-21
11.	Hedda Hylen, Tynset IF	100208	1.52.74	15	Hamar V	20.2	2.04.91	-21
12.	Tyra Kristin M Langehaugen, Gol IL	290208	1.57.07	16	Hamar V	20.2	1.59.45	-20
13.	Hanne Sletvold, Nord-Odal IL	031007	2.03.5	3	Sand	5.2	1.57.75	-20
14.	Mali K Sagabraaten, Gol IL	080508	2.05.35	18	Hamar V	20.2	2.04.40	-20
15.	Milla Junine Hem Lunde, Sandefjord SK	240508	2.11.99	8	Hamar V	14.8	2.07.14	-20
16.	Maja Sjølund Iversen, Sandefjord SK	041207	2.13.46	9	Hamar V	14.8	2.14.85	-20
17.	Solveig Håve Aasheim, Hamar IL	091007	2.22.70	20	Hamar V	20.2		
18.	Birgitte Semb, TT	300608	2.32.90	7	Tønsberg	13.3		

1500 meter

1.	Pauline Lysø Olsen, Bjugn/Ørland SK	291007	2.17.30	2	Stavanger Sø	26.3	2.31.91	-21
2.	Anne Sofie Knutsen Birkedal, Asker SK	080807	2.20.37	3	Hamar V	19.2		
3.	Linnea Haneberg, Hamar IL	170108	2.22.92	4	Hamar V	19.2		
4.	Milla Grønvold Andersen, Drammens SK	050508	2.25.35	5	Hamar V	19.2	2.45.03	-21
5.	Lovisia Olstad Grinden, Nord-Odal IL	011107	2.28.29	7	Hamar V	19.2		
6.	Ingeborg Sjøthun, SSSK	240408	2.28.67	4	Stavanger Sø	26.3	2.38.35	-21
7.	Natalia Skrzypiec, Sandefjord SK	301207	2.34.34	11	Hamar V	19.2		
8.	Elle Borgen Steen, Fana IL	200608	2.38.21	8	Hamar V	20.11	2.57.06	-21
9.	Kitty Marie Hurum Nesset, Arendal SK	050608	2.39.01	9	Hamar V	20.11	2.59.91	-21
10.	Thomine Sæves Myran, Båstad IL SK	250508	2.51.68	13	Hamar V	19.2		
11.	Hedda Hylen, Tynset IF	100208	2.52.64	14	Hamar V	19.2	3.39.37	-21
12.	Alessandra Mazzetti, Leinstrand IL	040108	3.01.24	4	Kristiansund	19.3		
13.	Tyra Kristin M Langehaugen, Gol IL	290208	3.03.55	15	Hamar V	19.2	3.17.16	-21
14.	Mali K Sagabraaten, Gol IL	080508	3.24.33	18	Hamar V	19.2		

3000 meter

1.	Pauline Lysø Olsen, Bjugn/Ørland SK	291007	4.53.51	2	Stavanger Sø	27.3	5.24.32	-21
2.	Milla Grønvold Andersen, Drammens SK	050508	5.09.65	3	Stavanger Sø	27.3	6.01.97	-21
3.	Ingeborg Sjøthun, SSSK	240408	5.23.88	2	Stavanger Sø	10.10	5.44.77	-21
4.	Linnea Haneberg, Hamar IL	170108	5.25.62	1	Hamar V	13.12		
5.	Kitty Marie Hurum Nesset, Arendal SK	050608	5.53.75	2	Hamar V	21.11		
6.	Elle Borgen Steen, Fana IL	200608	5.55.66	5	Stavanger Sø	27.3	6.47.96	-21
7.	Hedda Hylen, Tynset IF	100208	8.03.97	4	Tynset	26.2		

5000 meter

1.	Milla Grønvold Andersen, Drammens SK	050508	9.15.31	1	Geithus	11.12		
2.	Elle Borgen Steen, Fana IL	200608	10.30.22	1	Bergen Sl	26.2	11.06.24	-21
3.	Hedda Hylen, Tynset IF	100208	13.45.72	2	Tynset	2.3	16.28.29	-20

10000 meter

1.	Milla Grønvold Andersen, Drammens SK	050508	20.06.26	1	Geithus	2.1		
2.	Elle Borgen Steen, Fana IL	200608	23.20.43	2	Bergen Sl	22.1	23.23.87	-21
3.	Hedda Hylen, Tynset IF	100208	29.01.94	6	Tynset	27.2		

Jenter 14 år

(født 1.7.2006-30.06.2007)

Antall løpere under 60,0 på 500 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2021
43	20	9	15	21	11	18

500 meter

1.	Martine Solem, Bjugn/Ørland SK	240507	41.90	1	Stavanger Sø	26.3	45.08	-21
2.	Josefine Henriksen, Kongsvinger SK	290307	46.16	4	Hamar V	20.2	50.25	-21
3.	Amalie Haugerud Teig, Båstad IL SK	200407	46.18	2	Stavanger Sø	27.3	48.29	-21
4.	Anine Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	130806	47.23	6	Hamar V	19.2	56.24	-18
5.	Emmeline Berentsen, Aktiv SK	051006	47.54	9	Hamar V	19.2	50.64	-21
6.	Miriam Tangen Kind, Harstad SK	040706	50.66	12	Hamar V	20.2	51.92	-20
7.	Inka M Boldingh Debernard, Aktiv SK	220307	51.36	13	Hamar V	21.11	56.46	-20

8.	Margrethe Vårvik, TSK	091106	52.01	15	Hamar V	20.2	50.46	-21
9.	Helena Naomi Evensen, Hamar IL	290407	53.84	4	Hamar V	14.2	59.42	-21
10.	Liv Anne Berget, Gol IL	180307	55.72	2	Hol	27.2	59.13	-21
11.	Martine Nordstrand, Tromsø SK	170407	56.96	7	Hamar V	6.8	60.65	-21
12.	Adele Teigen, Kongsberg IF	160507	61.02	2	Kongsberg	22.1	70.60	-21
13.	Cornelia De Korte, Drammens SK	030507	63.18	5	Drammen	22.2	57.33	-20
14.	Elisabeth Langmo, Harstad SK	101206	67.73	3	Harstad	26.2	88.65	-21

1000 meter

1.	Martine Solem, Bjugn/Ørland SK	240507	1.25.12	1	Hamar V	20.2	1.30.48	-21
2.	Amalie Haugerud Teig, Båstad IL SK	200407	1.34.86	2	Stavanger Sø	26.3	1.37.86	-20
3.	Emmeline Berentsen, Aktiv SK	051006	1.35.32	6	Hamar V	20.2	1.42.97	-21
4.	Anine Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	130806	1.37.03	9	Hamar V	20.2	1.53.39	-18
5.	Josefine Henriksen, Kongsvinger SK	290307	1.39.53	11	Hamar V	20.2	1.49.46	-20
6.	Miriam Tangen Kind, Harstad SK	040706	1.49.81	12	Hamar V	20.2	1.55.44	-21
7.	Inka M Boldingh Debernard, Aktiv SK	220307	1.50.79	14	Hamar V	20.2	1.56.89	-20
8.	Liv Anne Berget, Gol IL	180307	1.59.90	3	Hol	27.2	2.04.53	-20
9.	Martine Nordstrand, Tromsø SK	170407	2.01.04	6	Hamar V	7.8	2.11.62	-21
10.	Helena Naomi Evensen, Hamar IL	290407	2.01.19	2	Hamar V	8.2		
11.	Adele Teigen, Kongsberg IF	160507	2.07.88	2	Kongsberg	22.1		
12.	Cornelia De Korte, Drammens SK	030507	2.13.98	7	Hamar V	7.8	2.03.31	-20
13.	Elisabeth Langmo, Harstad SK	101206	2.22.26	19	Hamar V	20.2		

1500 meter

1.	Martine Solem, Bjugn/Ørland SK	240507	2.11.87	4	Heerenveen	5.3	2.23.22	-21
2.	Amalie Haugerud Teig, Båstad IL SK	200407	2.23.60	3	Hamar V	20.11	2.32.08	-20
3.	Emmeline Berentsen, Aktiv SK	051006	2.25.52	6	Hamar V	19.2	2.47.54	-20
4.	Josefine Henriksen, Kongsvinger SK	290307	2.31.45	8	Hamar V	19.2	2.51.84	-20
5.	Anine Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	130806	2.31.87	9	Hamar V	19.2	3.04.43	-21
6.	Inka M Boldingh Debernard, Aktiv SK	220307	2.48.06	12	Hamar V	19.2	3.06.63	-20
7.	Miriam Tangen Kind, Harstad SK	040706	3.01.68	14	Hamar V	20.11	3.18.86	-20
8.	Liv Anne Berget, Gol IL	180307	3.04.74	16	Hamar V	19.2	3.21.88	-21
9.	Martine Nordstrand, Tromsø SK	170407	3.14.61	7	Hamar V	7.8	3.31.29	-20
10.	Cornelia De Korte, Drammens SK	030507	3.18.00	8	Hamar V	7.8	3.39.65	-20
11.	Elisabeth Langmo, Harstad SK	101206	3.41.56	19	Hamar V	19.2		

3000 meter

1.	Martine Solem, Bjugn/Ørland SK	240507	4.38.27	1	Stavanger Sø	27.3	5.06.48	-21
2.	Emmeline Berentsen, Aktiv SK	051006	5.20.43	4	Stavanger Sø	27.3		
3.	Amalie Haugerud Teig, Båstad IL SK	200407	5.23.01	2	Hamar V	8.8	5.28.75	-21
4.	Josefine Henriksen, Kongsvinger SK	290307	5.47.77	2	Hamar V	14.8	5.49.36	-21
5.	Anine Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	130806	5.56.93	2	Geithus	2.1	6.52.16	-18
6.	Miriam Tangen Kind, Harstad SK	040706	7.01.70	2	Tromsø	6.2		
7.	Inka M Boldingh Debernard, Aktiv SK	220307	7.11.89	4	Oslo Fr	13.2		
8.	Martine Nordstrand, Tromsø SK	170407	7.27.71	4	Tromsø	6.2		

10000 meter

1.	Leah Fossum, Tynset IF	190307	32.22.26	11	Tynset	27.2		

Jenter 15 år

(født 1.7.2005-30.06.2006)

Antall løpere under 57,0 på 500 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2021
28	15	12	11	20	10	10

500 meter

1.	Vilde Semb, TT	100705	42.79	41	Inzell	5.12	44.41 -20
	Aline Holbø Dyrset, TSK	210506	42.79	2	Hamar V	20.2	44.28 -20
3.	Signe Eide Kirkesæther, TT	200506	43.37	5	Heerenveen	5.3	45.09 -20
4.	Guro Samdahl Melhuus, Spk Falken	010406	44.57	4	Hamar V	20.2	45.07 -20
5.	Stella Horka, Arendal SK	120406	44.88	2	Stavanger Sø	26.3	45.38 -20
6.	Åse Marie Dahn, Fana IL	050206	45.70	2	Stavanger Sø	6.11	46.43 -21
7.	Lina Ulvan Resell, Spk Falken	190606	46.65	8	Hamar V	19.2	48.13 -21
8.	Ada Darup, TT	190805	47.11	8	Hamar V	20.2	48.44 -21
9.	Leona Olstad Grinden, Nord-Odal IL	170306	48.06	4	Hamar V	6.8	49.21 -20
10.	Pernille H Løvestad Skolem, H&BSK	080106	48.37	11	Hamar V	20.11	51.47 -20
11.	Helene Søreng Soleng, Tromsø SK	130406	48.40	10	Hamar V	19.2	49.88 -20
12.	Karoline Vestre, Leinstrand IL	270506	49.07	11	Hamar V	20.2	52.24 -20
13.	Ella Ananyah Pokpoon, SSSK	070406	49.34	1	Stavanger Sø	2.2	49.69 -21
14.	Tuva Sofie Sundsvold, Leinstrand IL	110306	50.12	12	Hamar V	20.2	54.14 -21
15.	Karoline Hilsen, Drammens SK	060905	50.38	13	Hamar V	19.2	55.11 -20
16.	Johanne Braathen, Kongsvinger SK	030606	52.22	9	Hamar V	29.11	55.20 -21
17.	Elise Leonore Lian, Harstad SK	250506	57.85	2	Harstad	28.12	50.98 -20

1000 meter

1.	Vilde Semb, TT	100705	1.24.47	2	Hamar V	21.11	1.27.37 -20
2.	Aline Holbø Dyrset, TSK	210506	1.25.93	3	Hamar V	20.2	1.30.60 -20
3.	Signe Eide Kirkesæther, TT	200506	1.27.63	8	Heerenveen	4.3	1.33.00 -20
4.	Åse Marie Dahn, Fana IL	050206	1.30.37	2	Hamar V	7.8	1.32.93 -21
5.	Stella Horka, Arendal SK	120406	1.31.05	3	Hamar V	7.8	1.30.59 -20
6.	Guro Samdahl Melhuus, Spk Falken	010406	1.32.61	5	Hamar V	21.11	1.30.26 -20
7.	Lina Ulvan Resell, Spk Falken	190606	1.36.15	7	Hamar V	20.2	1.41.06 -21
8.	Pernille H Løvestad Skolem, H&BSK	080106	1.37.86	4	Hamar V	7.8	1.43.77 -19
9.	Leona Olstad Grinden, Nord-Odal IL	170306	1.38.88	6	Hamar V	7.8	1.40.35 -20
10.	Ada Darup, TT	190805	1.39.13	15	Heerenveen	4.3	1.43.75 -20
11.	Helene Søreng Soleng, Tromsø SK	130406	1.41.16	10	Hamar V	21.11	1.44.89 -20
12.	Karoline Hilsen, Drammens SK	060905	1.41.81	5	Stavanger Sø	27.3	1.55.77 -20
13.	Tuva Sofie Sundsvold, Leinstrand IL	110306	1.45.07	10	Hamar V	20.2	1.56.79 -21
14.	Karoline Vestre, Leinstrand IL	270506	1.45.34	11	Hamar V	20.2	1.54.66 -20
15.	Johanne Braathen, Kongsvinger SK	030606	1.46.54	12	Hamar V	15.11	1.53.14 -20
16.	Ella Ananyah Pokpoon, SSSK	070406	2.01.93	8	Oslo Fr	13.2	1.46.02 -21
17.	Elise Leonore Lian, Harstad SK	250506	2.19.67	1	Tromsø	6.2	1.47.89 -20

1500 meter

1.	Vilde Semb, TT	100705	2.05.01	16	Inzell	5.12	2.16.50 -21
2.	Signe Eide Kirkesæther, TT	200506	2.15.78	1	Hamar V	7.8	2.24.83 -20
3.	Åse Marie Dahn, Fana IL	050206	2.17.99	2	Hamar V	7.8	2.25.40 -21
4.	Aline Holbø Dyrset, TSK	210506	2.18.09	2	Hamar V	20.11	2.20.32 -20
5.	Stella Horka, Arendal SK	120406	2.20.68	2	Stavanger Sø	26.3	2.22.92 -20
6.	Guro Samdahl Melhuus, Spk Falken	010406	2.22.08	5	Hamar V	19.2	2.22.37 -20
7.	Pernille H Løvestad Skolem, H&BSK	080106	2.28.89	7	Stavanger Sø	9.10	2.35.84 -20
8.	Lina Ulvan Resell, Spk Falken	190606	2.32.20	5	Hamar V	7.8	2.34.80 -21
9.	Karoline Hilsen, Drammens SK	060905	2.33.44	6	Hamar V	19.2	2.50.49 -20

10.	Leona Olstad Grinden, Nord-Odal IL	170306	2.34.24	7	Hamar V	20.11	2.37.42	-20
11.	Ada Darup, TT	190805	2.35.12	15	Heerenveen	5.3	2.45.22	-20
12.	Helene Søreng Soleng, Tromsø SK	130406	2.39.01	6	Hamar V	7.8	2.44.60	-20
13.	Johanne Braathen, Kongsvinger SK	030606	2.41.67	9	Hamar V	20.11	2.53.99	-20
14.	Tuva Sofie Sundsvold, Leinstrand IL	110306	2.47.77	10	Hamar V	19.2	3.05.16	-21
15.	Karoline Vestre, Leinstrand IL	270506	2.50.28	11	Hamar V	19.2	2.59.73	-20

3000 meter

1.	Vilde Semb, TT	100705	4.43.40	3	Hamar V	31.10	5.01.49	-20
2.	Signe Eide Kirkesæther, TT	200506	4.45.67	1	Hamar V	8.8		
3.	Åse Marie Dahn, Fana IL	050206	4.46.23	2	Hamar V	8.8	5.01.59	-21
4.	Aline Holbø Dyrset, TSK	210506	4.58.00	2	Hamar V	14.8	5.09.85	-20
5.	Pernille H Løvestad Skolem, H&BSK	080106	5.05.30	2	Stavanger Sø	10.10	5.27.01	-20
6.	Stella Horka, Arendal SK	120406	5.07.89	3	Hamar V	8.8	5.03.27	-20
7.	Karoline Hilsen, Drammens SK	060905	5.38.18	3	Stavanger Sø	27.3		
8.	Johanne Braathen, Kongsvinger SK	030606	5.44.28	2	Hamar V	13.12	6.03.72	-21
9.	Helene Søreng Soleng, Tromsø SK	130406	5.46.81	5	Hamar V	8.8		

Jenter 16 år

(født 1.7.2004-30.06.2005)

Antall løpere under 55,0 på 500 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2020
14	7	11	7	9	5	10

500 meter

1.	Aurora Grinden Løvås, Nord-Odal IL	140305	40.64	19	Inzell	28.11	42.86	-21
2.	Olina Norheim, Fana IL	220904	42.83	1	Stavanger Sø	26.3	44.28	-21
3.	Ina Nakken, TT	190305	43.38	2	Hamar V	6.8	44.26	-20
4.	Emily Plozicki, Arendal SK	080205	44.21	4	Hamar V	31.10	44.87	-21
5.	Ingrid Håkegård Eichler, Skreia SK Toten	070305	45.58	7	Hamar V	19.2	48.26	-21
6.	Maria Therese Davidsen, Jevnaker IF	230205	46.12	6	Hamar V	20.11	47.99	-20
7.	Stine Finsland, Asker SK	300704	46.46	7	Hamar V	20.11	48.50	-21
8.	Nina Cecilie Vinslid, Asker SK	041104	47.28	9	Hamar V	20.2	47.42	-21
9.	Tuva Brubak, TT	030205	59.00	8	Tønsberg	21.12	48.51	-20
10.	Julia Hekne, Trondheim KK	111204	88.57	4	Oslo Fr	12.2		

1000 meter

1.	Aurora Grinden Løvås, Nord-Odal IL	140305	1.21.06	17	Inzell	4.12	1.26.70	-21
2.	Ina Nakken, TT	190305	1.25.81	1	Kristiansund	6.2	1.28.30	-20
3.	Ingrid Håkegård Eichler, Skreia SK Toten	070305	1.28.56	7	Heerenveen	5.3	1.36.26	-21
4.	Olina Norheim, Fana IL	220904	1.29.11	7	Stavanger Sø	16.10	1.28.51	-21
5.	Emily Plozicki, Arendal SK	080205	1.31.78	6	Hamar V	31.10	1.33.52	-21
6.	Stine Finsland, Asker SK	300704	1.31.86	2	Stavanger Sø	27.3	1.37.10	-21
7.	Nina Cecilie Vinslid, Asker SK	041104	1.34.42	6	Hamar V	20.2	1.37.26	-21
8.	Maria Therese Davidsen, Jevnaker IF	230205	1.37.10	7	Hamar V	21.11	1.42.49	-20
9.	Julia Hekne, Trondheim KK	111204	2.52.65	2	Oslo Fr	13.2		

1500 meter

1.	Aurora Grinden Løvås, Nord-Odal IL	140305	2.03.57	12	Inzell	5.12	2.11.85	-20
2.	Ina Nakken, TT	190305	2.08.89	2	Heerenveen	5.3	2.14.26	-20
3.	Ingrid Håkegård Eichler, Skreia SK Toten	070305	2.12.00	5	Heerenveen	5.3	2.25.34	-21
4.	Olina Norheim, Fana IL	220904	2.16.16	1	Stavanger Sø	26.3	2.16.11	-20

5.	Stine Finsland, Asker SK	300704	2.20.02	3	Hamar V	20.11	2.28.14	-21
6.	Emily Plozicki, Arendal SK	080205	2.27.18	5	Hamar V	20.11	2.26.13	-21
7.	Nina Cecilie Vinslid, Asker SK	041104	2.30.36	5	Stavanger Sø	26.3	2.33.35	-20
8.	Maria Therese Davidsen, Jevnaker IF	230205	2.34.49	8	Hamar V	20.11	2.44.56	-20
9.	Julia Hekne, Trondheim KK	111204	4.30.20	2	Oslo Fr	12.2		

3000 meter

1.	Aurora Grinden Løvås, Nord-Odal IL	140305	4.19.07	8	Inzell	4.12	4.38.04	-21
2.	Ingrid Håkegård Eichler, Skreia SK Toten	070305	4.34.11	2	Heerenveen	4.3	4.58.80	-21
3.	Ina Nakken, TT	190305	4.35.14	3	Heerenveen	4.3	4.43.38	-21
4.	Olina Norheim, Fana IL	220904	4.49.18	2	Hamar V	8.8	5.01.37	-21
5.	Stine Finsland, Asker SK	300704	4.57.46	1	Hamar V	21.11	5.11.69	-21

5000 meter

1.	Aurora Grinden Løvås, Nord-Odal IL	140305	7.51.51	3	Stavanger Sø	20.3		
2.	Ingrid Håkegård Eichler, Skreia SK Toten	070305	8.05.41	5	Stavanger Sø	20.3		
3.	Olina Norheim, Fana IL	220904	8.41.69	8	Stavanger Sø	20.3	8.59.52	-21

10000 meter

1.	Olina Norheim, Fana IL	220904	18.55.81	1	Bergen Sl	22.1	18.03.14	-21

NORGES BESTE GUTTER 2021/22

Gutter 10 år

(født 1.7.2010 og senere)

Antall løpere under 50,0 på 400 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2020
126	27	42	36	27	32	11

400 meter

1.	Aksel Mathias Fiane Grødum, Arendal SK	240910	41.41	1	Stavanger Sø	26.3
2.	Ulrik Evenmo Ervik, Aktiv SK	200910	42.79	2	Hamar V	20.2
3.	Emil Aannø, Bjugn/Ørland SK	050312	43.93	1	Hamar V	19.2
4.	Millian Wahl-Nilsen, Drammens SK	071210	44.24	2	Asker R	12.3
5.	Ola Hammernes, Leinstrand IL	160611	44.33	3	Hamar V	20.2
6.	Alexander Ottershagen, Hamar IL	150910	44.61	4	Hamar V	20.2
7.	Martin Embre Stigen, Gol IL	071010	45.42	5	Hamar V	20.2
8.	Theodor Asbjørnhus, Geithus IL	081010	46.02	1	Stavanger Sø	26.3
9.	Jakob Evensen, Arendal SK	070812	46.44	1	Stavanger Sø	26.3
10.	Linus Olsen Glomstad, Leinstrand IL	161210	47.02	6	Hamar V	19.2
11.	Felix Bjørge Skagsoset, Herkules SK	040612	47.28	2	Hamar V	20.2
12.	Vincent Elbe, Jevnaker IF	110512	47.57	3	Hamar V	20.2
13.	Falk Finnstø Gjølga, Bjugn/Ørland SK	071111	47.74	2	Bjugn Fosenh	26.1
14.	Julian Bjerring Lohne, Fana IL	260411	48.94	2	Stavanger Sø	26.3
15.	Matias Dalen, Jevnaker IF	160311	48.96	8	Hamar V	20.2
16.	Einar Bjelkevik Friesinger, Arendal SK	291112	49.19	2	Stavanger Sø	27.3
17.	Oliver Haugerud Teig, Båstad IL SK	190810	49.65	9	Hamar V	20.2
18.	Viljar Kannelønning, Stord IL	170713	49.71	2	Stavanger Sø	26.3

19.	Sverre Solhaug Folkestad, Fana IL	040212	49.89	1	Bergen Sl	20.2
20.	Martin Lunde Tverberg, Asker SK	300910	49.93	4	Asker R	12.3
21.	Eivind Olsen, Geithus IL	200911	50.09	1	Geithus	6.3
22.	Elias Gravvold Borgersen, Geithus IL	081010	50.23	9	Hamar V	19.2
23.	Johannes Solli, Bjugn/Ørland SK	290710	50.32	3	Bjugn Fosenh	9.2
24.	Maximilian Meland, Herkules SK	071110	50.56	10	Hamar V	19.2
25.	Eirik Bergersen, Herkules SK	040512	50.91	4	Hamar V	20.2
26.	Kaspian Bergsaker Mo, SSSK	201211	50.98	2	Stavanger Sø	27.10
27.	Mathias Eie Algrøy, SSSK	270810	51.42	3	Stavanger Sø	27.10
28.	Ingvart Johan Pettersen, Harstad SK	270910	51.58	11	Hamar V	19.2
29.	Gustav Hetland Fossum, SSSK	260511	52.12	1	Stavanger Sø	10.10
30.	Anthon Emiil Caspersen, TT	200312	52.49	5	Hamar V	19.2
31.	Oscar Stenvaag, Asker SK	200312	52.65	5	Hamar V	20.2
	Heine Askildsen-Gunnes, Arendal SK	251110	52.65	3	Stavanger Sø	27.3
33.	Matteus Rottem, SSSK	280611	52.73	4	Stavanger Sø	26.3
34.	Vemund Stautland Båtsvik, Stord IL	081013	53.28	5	Stavanger Sø	27.3
35.	Sondre Hagen-Boldingh, OSK	070612	53.36	7	Hamar V	19.2
36.	Amund Gravem, Eidsvold TF	281012	53.43	7	Hamar V	20.2
37.	Hauk Finnstø Gjølga, Bjugn/Ørland SK	081013	53.61	5	Bjugn Fosenh	23.3
38.	Ludvig Loe Haugan, Leinstrand IL	290511	54.50	3	Kristiansund	19.3
39.	Marius Tverelv Jacobsen, IL Braatt Kr.sund	120513	54.64	1	Kristiansund	19.3
40.	Gabriel Høyer, Leinstrand IL	150113	54.86	8	Hamar V	20.2
41.	Markus Skretting, SSSK	200913	55.02	7	Stavanger Sø	26.3
42.	Ole Henrik Goa, Leinstrand IL	020112	55.17	9	Hamar V	20.2
43.	Ole Sletvold Bjerke, Nord-Odal IL	190612	55.42	9	Hamar V	19.2
44.	Olav Erik Sæther, Spk Falken	070710	55.71	12	Hamar V	19.2
	Jonathan Strand-Bjørkum, Leinstrand IL	290512	55.71	12	Hamar V	20.2
46.	Knut Samuel Andersen, H&BSK	090912	55.75	13	Hamar V	20.2
47.	Markus Frimann Hansen, H&BSK	070211	56.35	1	Tønsberg	15.2
48.	Magnus Strandskog, SSSK	081010	56.52	2	Stavanger Sø	9.3
49.	Tobias Langseid, Herkules SK	280712	57.11	14	Hamar V	20.2
50.	Eirik Bakke, Kongsvinger SK	300713	57.22	15	Hamar V	20.2
51.	Ludvig Langseid, Herkules SK	030513	57.28	12	Hamar V	19.2
52.	Adrian Lillehaug, IL Braatt Kr.sund	220513	57.60	2	Kristiansund	19.3
53.	Ragnar Lorentzen, Leinstrand IL	111012	58.01	17	Hamar V	20.2
54.	Åsmund Pettersen Espedal, Asker SK	290710	58.08	6	Hamar V	21.11
55.	Nils August Strand Wenger, Eidsvold TF	290112	58.2	2	Sand	5.2
56.	Mathias Hereide, Fana IL	281210	58.41	3	Bergen Sl	20.2
57.	Martin Bergh Jermstad, Spk Falken	080911	58.51	18	Hamar V	20.2
58.	Erik Trandum, Eidsvold TF	030311	58.52	14	Hamar V	19.2
59.	Isak Watterud-Gimse, Asker SK	271010	58.71	1	Asker R	10.2
60.	Niklas Ilbråten, Nord-Odal IL	290113	58.72	15	Hamar V	19.2
61.	Johannes Kjeve, Båstad IL SK	090710	58.91	1	Båstad	27.1
	Gerhard Kristoffersen, Spk Falken	031111	58.91	16	Hamar V	19.2
63.	Johannes Bründlinger Meland, Herkules SK	191212	60.70	4	Dølemo	5.2
64.	Emil Stenvaag, Asker SK	13	60.76	19	Hamar V	20.2
65.	Haakon Marthinussen, IL Braatt Kr.sund	060713	60.80	3	Kristiansund	19.3
66.	Tobias Ødbehr Thorstensen, Nord-Odal IL	180113	61.25	20	Hamar V	19.2
67.	Mats Tunsberg Enoksen, SSSK	010411	61.34	4	Stavanger Sø	27.3
68.	Oscar Vataker Fabritius, Sandefjord SK	280612	61.72	21	Hamar V	20.2
69.	Daniel Flønes, Leinstrand IL	010713	61.83	5	Kristiansund	19.3
70.	Isak Ekman Sunde, Herkules SK	080212	62.51	22	Hamar V	20.2
71.	Konrad Roksvold, Kongsvinger SK	030613	62.52	23	Hamar V	20.2
72.	Christopher Velloso Hamnes, Fana IL	200212	62.69	9	Stavanger Sø	26.3
73.	Julian A Sandoval Haug, TSK	210511	63.00	14	Hamar V	20.2
74.	Anton Elias L Steinli, Kongsberg IF	100710	63.02	3	Kongsberg	22.1

75.	Andreas Kjeve, Båstad IL SK	240913	63.05	3	Båstad	20.1
	Trygve Dahlen, Asker SK		63.05	3	Asker R	10.2
77.	Ludvig Olstad Grinden, Nord-Odal IL	180113	63.50	22	Hamar V	19.2
78.	Benjamin Elias Eidsvåg, Tynset IF	281013	63.51	24	Hamar V	20.2
79.	Julius Rø Goulding, Leinstrand IL	250413	63.96	26	Hamar V	20.2
80.	Herman Rolfsnes, SSSK	070811	63.98	8	Stavanger Sø	27.3
81.	Jørgen Bergh Jermstad, Spk Falken	230614	64.25	27	Hamar V	20.2
82.	Petter Kvam, Leinstrand IL	240413	64.27	6	Kristiansund	19.3
83.	Thilo Findahl, Tynset IF	230212	64.48	28	Hamar V	20.2
84.	Benjamin Schalde, IL Braatt Kr.sund	201210	64.82	4	Kristiansund	19.3
85.	Elias Vikan Engen, Harstad SK	170911	64.99	26	Hamar V	19.2
86.	Kristian Noah Evensen, Hamar IL	250613	65.03	2	Hamar V	29.11
87.	Ask Morstøl Stjern, Bjugn/Ørland SK	280511	65.27	7	Bjugn Fosenh	23.3
88.	Magnus Jakobsen, SSSK	020612	65.78	4	Stavanger Sø	27.10
89.	Mika Stevens, TSK	151012	65.88	3	Trondheim L	22.1
90.	Edvard Bråten, Gol IL	110411	66.27	1	Gol	22.2
91.	Nikolas Alfers, SSSK	230312	66.43	2	Stavanger Sø	1.12
92.	Selmer Horneland, Stord IL	090514	66.62	10	Stavanger Sø	26.3
93.	Henrik Schalde Gården, IL Braatt Kr.sund	110611	66.68	5	Kristiansund	19.3
94.	Sander Augustin Skjønhals, Tynset IF	271112	66.97	2	Tynset	17.2
95.	Noah Lien Kvelstad, Eidsvold TF	120312	67.10	6	Eidsvoll	25.1
96.	Peter Arntsen, Harstad SK	090412	67.16	8	Bjugn Fosenh	9.10
97.	Oscar Rye Ørbæk, Eidsvold TF	290112	67.37	28	Hamar V	19.2
98.	Julian Rødsjø, Bjugn/Ørland SK	100116	69.24	5	Bjugn Fosenh	9.2
99.	Martin Hammernes, Leinstrand IL	190714	69.34	8	Kristiansund	19.3
100.	Johannes Moskvil, Asker SK	13	69.35	6	Asker R	10.2
101.	William Andre Fellinghaug, Leinstrand IL	100113	69.42	13	Trondheim L	8.1
102.	Sebastian Haugen Hovda, Gjøvik SK	140411	69.59	15	Hamar V	20.2
103.	Herman Johannes H Björnsson, Asker SK	140412	70.00	2	Asker R	18.11
104.	David Elias Haugom, Gjøvik SK	121011	70.96	31	Hamar V	20.2
105.	Jacob Ruud Nybakk, Nord-Odal IL	181115	71.10	33	Hamar V	19.2
106.	Emil Flygind Larsen, H&BSK	070514	71.13	9	Tønsberg	13.3
107.	Emilian Østberg, Eidsvold TF	240612	71.69	4	Båstad	6.1
108.	Henrik Skretting, SSSK	070815	71.89	11	Stavanger Sø	26.3
109.	Eirik Jäkel, Eidsvold TF	180812	71.9	5	Sand	5.2
110.	Aron Amadeus Moen, Bjugn/Ørland SK	300414	72.02	6	Bjugn Fosenh	9.2
111.	Thomas Skau Hanes, Herkules SK	230912	72.21	4	Skien	12.12
112.	Øivind Sandnes Andersen, Eidsvold TF	060113	72.36	4	Hamar V	29.11
113.	Filip Frøysnes Hansen, TT	141111	72.39	10	Tønsberg	13.3
114.	Oscar Dahl Flagestad, Asker SK	030913	72.53	5	Asker R	18.11
115.	Trygve Kvernenes, Båstad IL SK	190214	72.70	2	Båstad	13.1
116.	Herman Tufto Medgård, Hol IL	040714	73.18	1	Hol	27.2
117.	Alexander Sørvik, IL Braatt Kr.sund	110911	74.09	9	Kristiansund	19.3
118.	Stijn De Wilde, TSK	011112	74.43	7	Trondheim L	22.1
119.	William Flønes, Leinstrand IL	010713	74.44	17	Trondheim L	8.1
120.	Viktor Fiuren Tretteng, Arendal SK	200511	74.5	2	Arendal Myra	17.2
121.	Henrik Wingaard, Fana IL	180413	74.65	12	Stavanger Sø	27.3
122.	Endre Østbye, Båstad IL SK	010713	74.99	5	Oslo Fr	8.1
123.	Gabriel Matheo Eidsvåg, Tynset IF	281013	75.00	36	Hamar V	19.2
124.	Leander Five, Eidsvold TF	060412	75.20	12	Eidsvoll	25.1
125.	Oliver Olsen Glomstad, Leinstrand IL	020214	75.59	34	Hamar V	20.2
126.	Kevin Brubak, Sør-Fron IL	170814	75.76	1	Hundorp	23.2
127.	Jonas Aksel Harberg, Eidsvold TF	140912	75.9	6	Sand	5.2
128.	Matias Nessa, SSSK	200711	76.26	8	Stavanger Sø	9.3
129.	Oscar Viumdal, Herkules SK	130313	76.57	35	Hamar V	20.2
130.	Normann L Janke-Selenius, Fana IL	150913	76.61	4	Bergen Sl	20.2

131.	Lukas Gærnæ, Sandefjord SK	101012	76.68	39	Hamar V	19.2
132.	Optimus Lie-Karlsen, SSSK	150914	76.69	9	Stavanger Sø	9.3
133.	Wilhelm Helgevold Bjørnerud, Skreia SK Toten	020813	76.85	3	Skreia	6.2
134.	Håkon Nebbenes, Eidsvold TF	15	77.20	40	Hamar V	19.2
135.	Linus Ødbehr Thorstensen, Nord-Odal IL	150715	77.27	41	Hamar V	19.2
136.	Georg Brovold Røstelien, Skreia SK Toten	181014	78.07	8	Hamar V	20.11
137.	Herman Clausen, Geithus IL	140415	78.82	3	Geithus	6.3
138.	Edvin Knutsen Skolem, H&BSK	12	78.83	5	Tønsberg	15.2
139.	Jakob Eie Algrøy, SSSK	160614	78.92	2	Stavanger Sø	19.1
140.	Nikolai Millidahl, Eidsvold TF	170315	79.44	44	Hamar V	19.2
141.	Halvor Grinden Løvås, Nord-Odal IL	16	79.55	45	Hamar V	19.2
142.	Bjørnar Storli, Tynset IF	200813	79.69	4	Tynset	17.2
143.	Iver Sandberg Helland, Drammens SK	14	80.19	2	Drammen	18.1
144.	Rasmus Flo Jonassen, Drammens SK	270511	80.56	2	Drammen	22.2
145.	Jonas Aasen Fredriksen, Eidsvold TF	210811	81.00	15	Eidsvoll	25.1
146.	Martin Tufto, Hol IL	010714	81.27	2	Hol	27.2
147.	Johan Fjeldstad-Kloster, SSSK	110413	81.66	5	Stavanger Sø	23.2
148.	Anders Sagen, Nord-Odal IL	180515	82.2	8	Sand	5.2
149.	Georg S Skolbekken, Nord-Odal IL	17	83.23	46	Hamar V	19.2
150.	Kristoffer L Vingelsgaard, Tynset IF	270415	83.40	4	Tynset	27.1
151.	Aksel Edvin Gustavsen Utvik, Kongsvinger SK	260313	83.82	5	Hamar V	29.11
152.	Ole Christoffer Johansen, Båstad IL SK	180812	84.70	4	Båstad	13.1
	Sebastian Ilbråten	050216	84.70	47	Hamar V	19.2
154.	Iver Westgaard, Båstad IL SK	300613	85.03	6	Båstad	20.1
155.	Ivan Blanken, Sør-Fron IL	220313	85.34	2	Hundorp	23.2
156.	Theodor Anda Helle, SSSK	290311	85.93	8	Stavanger Sø	23.2
157.	Magnus Sæther Sørensen, Båstad IL SK	210714	87.22	5	Båstad	13.1
158.	Vemund Thesen Østli, Nord-Odal IL	231112	87.8	10	Sand	5.2
159.	Thomas Kidane, Gol IL	290612	89.10	3	Gol	22.2
160.	Vetle Korsmo, Eidsvold TF	12	90.20	11	Eidsvoll	2.2
161.	Sigve Bjelkevik, Arendal SK	230616	91.41	8	Dølemo	5.2
162.	Linus Tverberg, Hol IL	171014	92.32	2	Gol	26.2
163.	Olaf Heikki Salenius, Asker SK	14	96.01	9	Asker R	12.3
164.	Elias Nikolaisen Myhren, Gjøvik SK	301210	96.29	16	Hamar V	20.2
165.	Henrik Vataker Fabritius, Sandefjord SK	250516	96.90	37	Hamar V	20.2
166.	Thomas Nyfløt-Solberg, Drammens SK	120914	96.94	3	Drammen	4.1
167.	Felix Frøysnes Hansen, TT	190715	98.28	12	Tønsberg	13.3
168.	Isak Forbord, Nord-Odal IL	300615	101.31	49	Hamar V	19.2
169.	Tobias Amundsen, Herkules SK	011112	103.68	8	Skien	12.12
170.	Oskar Fjeld, Båstad IL SK	14	104.52	7	Båstad	13.1
171.	Oskar Jorde Svennevik, Gol IL	121214	104.53	3	Gol	26.2
172.	Jesper La Cour Haugli, Jevnaker IF	100515	107.96	6	Jevnaker	4.12
173.	Abel Matheo Skårer, Kongsvinger SK	150115	108.8	18	Sand	5.2
174.	Martin Nebbenes, Eidsvold TF	15	109.28	50	Hamar V	19.2
175.	Johann Sjøthun, SSSK	151013	112.47	12	Stavanger Sø	9.3
176.	Leopold Willumsen, SSSK	271213	115.91	15	Stavanger Sø	26.3
177.	Nicolai Stubberud Skovseth, Eidsvold TF	200612	119.00	13	Eidsvoll	2.2
178.	Eivind Storli, Tynset IF	16	122.47	6	Tynset	10.2
179.	Petter Brenden, Eidsvold TF	140710	127.60	14	Eidsvoll	2.2
180.	Vincent Troye, Eidsvold TF	281215	131.26	51	Hamar V	19.2
181.	Tobias Nikolaisen Bakken, Jevnaker IF	040215	136.32	8	Jevnaker	4.12
182.	Mio Santiago L Jensvold, Tynset IF	160914	142.07	9	Tynset	17.2
183.	Oliver Overholdt Heierdal, Kongsvinger SK	080118	160.6	20	Sand	5.2
184.	Anders Egestad Diesen, Kongsberg IF	131114	186.27	4	Kongsberg	5.2

300 meter

1.	Aksel Mathias Fiane Grødum, Arendal SK	240910	34.87	1	Arendal Myra	20.1
2.	Falk Finnstø Gjølga, Bjugn/Ørland SK	071111	35.19	10	Bjugn Fosenh	20.10
3.	Emil Aannø, Bjugn/Ørland SK	050312	35.26	6	Bjugn Fosenh	9.3
4.	Ola Hammernes, Leinstrand IL	160611	35.41	1	Trondheim L	12.2
5.	Linus Olsen Glomstad, Leinstrand IL	161210	37.13	2	Trondheim L	18.12
6.	Einar Bjelkevik Friesinger, Arendal SK	291112	38.57	2	Arendal Myra	21.12
7.	Alexander Ottershagen, Hamar IL	150910	38.89	3	Trondheim L	13.3
8.	Hauk Finnstø Gjølga, Bjugn/Ørland SK	081013	39.53	9	Bjugn Fosenh	9.3
9.	Viljar Kannelønning, Stord IL	170713	41.42	2	Stord Vikah	28.12
10.	Ludvig Loe Haugan, Leinstrand IL	290511	41.53	4	Trondheim L	13.3
11.	Olav Erik Sæther, Spk Falken	070710	41.57	2	Trondheim L	12.2
12.	Sverre Solhaug Folkestad, Fana IL	040212	43.11	1	Bergen Sl	4.12
13.	Herman Hokseggen Klepp, Spk Falken	180611	43.18	4	Trondheim L	18.12
14.	Julian Bjerring Lohne, Fana IL	260411	43.69	2	Bergen Sl	4.12
15.	Gabriel Høyer, Leinstrand IL	150113	43.77	7	Trondheim L	13.11
16.	Marius Tverelv Jacobsen, IL Braatt Kr.sund	120513	44.20	3	Kristiansund	12.1
17.	Ole Sletvold Bjerke, Nord-Odal IL	190612	45.49	4	Hamar V	14.8
18.	Adrian Lillehaug, IL Braatt Kr.sund	220513	45.57	3	Kristiansund	1.12
19.	Ragnar Lorentzen, Leinstrand IL	111012	45.77	1	Trondheim L	13.3
20.	Håkon Nordli Stene, Spk Falken	190111	46.02	5	Trondheim L	18.12
21.	Heine Kristianson Mehus, Stord IL	130411	46.35	2	Stord Vikah	30.1
22.	Alexander Sørvik, IL Braatt Kr.sund	110911	46.73	2	Kristiansund	15.12
23.	William Flønes, Leinstrand IL	010713	47.13	2	Trondheim L	13.3
24.	Mathias Hereide, Fana IL	281210	47.26	8	Bergen Sl	1.2
25.	William Andre Fellinghaug, Leinstrand IL	100113	47.74	5	Trondheim L	12.2
26.	Jonathan Strand-Bjørkum, Leinstrand IL	290512	47.80	3	Trondheim L	13.3
27.	Christopher Velloso Hamnes, Fana IL	200212	47.88	4	Bergen Sl	4.12
28.	Henrik Schalde Gården, IL Braatt Kr.sund	110611	48.32	4	Kristiansund	9.2
29.	Christian Olai Grotli, IL Braatt Kr.sund	071013	48.84	6	Kristiansund	12.1
30.	Mika Stevens, TSK	151012	49.02	6	Trondheim L	12.2
31.	Oscar Vataker Fabritius, Sandefjord SK	280612	49.06	5	Hamar V	14.8
32.	Martin Bergh Jermstad, Spk Falken	080911	50.01	2	Trondheim L	4.12
33.	Knut Bernhard Vikøy, Hardanger SK	040611	50.09	10	Bergen Sl	1.2
34.	Elias Vikan Engen, Harstad SK	170911	50.85	9	Harstad	4.12
35.	Erlend Strand Osen, Spk Falken	261110	50.89	7	Trondheim L	12.2
36.	Kristian Noah Evensen, Hamar IL	250613	51.11	6	Hamar V	14.8
37.	Peter Arntsen, Harstad SK	090412	51.23	10	Harstad	4.12
38.	Stijn De Wilde, TSK	011112	51.45	6	Trondheim L	13.3
39.	Benjamin Elias Eidsvåg, Tynset IF	281013	51.87	7	Trondheim L	13.3
40.	Petter Kvam, Leinstrand IL	240413	52.63	8	Trondheim L	13.3
41.	Lucas Eggen, Leinstrand IL	051211	52.70	12	Trondheim L	13.11
42.	Daniel Flønes, Leinstrand IL	010713	52.79	9	Trondheim L	13.3
43.	Tormod Elstad Angelo Rath, Leinstrand IL	180412	52.80	13	Trondheim L	13.11
44.	Jørgen Bergh Jermstad, Spk Falken	230614	53.43	10	Trondheim L	13.3
45.	Georg Brovold Røstelien, Skreia SK Toten	181014	53.90	7	Hamar V	14.8
46.	Viktor Fiuren Tretteng, Arendal SK	200511	53.94	4	Arendal Myra	1.3
47.	Martin Hammernes, Leinstrand IL	190714	54.24	10	Trondheim L	12.2
48.	Julian A Sandoval Haug, TSK	210511	54.33	11	Trondheim L	12.2
49.	Benjamin Schalde, IL Braatt Kr.sund	201210	54.53	6	Kristiansund	30.3
50.	Thomas Nygård, Arendal SK	240111	54.61	5	Arendal Myra	1.3
51.	Vemund Stautland Båtsvik, Stord IL	081013	54.67	4	Stord Vikah	28.12
52.	Julius Rø Goulding, Leinstrand IL	250413	56.08	19	Trondheim L	27.12
53.	Tobias Ødbehr Thorstensen, Nord-Odal IL	180113	56.49	8	Hamar V	14.8
54.	Jacob Schalde Gården, IL Braatt Kr.sund	240512	57.09	8	Kristiansund	17.11
55.	Tor Kristian Leikanger, IL Braatt Kr.sund	041013	58.43	4	Kristiansund	1.12

56.	Christoffer T Altenborg, Arendal SK	091011	59.13	6	Arendal Myra	1.3	
57.	Paul Emmerhoff, Stord IL	11	59.43	4	Stord Vikah	30.1	
58.	Selmer Horneland, Stord IL	090514	59.77	5	Stord Vikah	30.1	
59.	Normann L Janke-Selenius, Fana IL	150913	59.82	6	Bergen Sl	4.12	
60.	Lukas Gærnæ, Sandefjord SK	101012	60.28	9	Hamar V	14.8	
61.	Kristoffer L Vingelsgaard, Tynset IF	270415	61.43	1	Tynset	16.12	
62.	Caspian Zaar-Kjevik, Arendal SK	171112	62.65	7	Arendal Myra	1.3	
63.	Sigve Bjelkevik, Arendal SK	230616	65.02	3	Arendal Myra	21.12	
64.	Gabriel Matheo Eidsvåg, Tynset IF	281013	66.53	13	Trondheim L	13.3	
65.	Elias Røsten, Tynset IF	230113	71.02	2	Tynset	16.12	
66.	Matheo Fagernes-Stenmyren, Kongsvinger SK	010414	71.10	1	Kongsvinger	10.2	
67.	Aleksander Moen, Tynset IF	290613	71.63	3	Tynset	16.12	
68.	Thilo Findahl, Tynset IF	230212	73.39	2	Tynset	9.1	
69.	Ivan Blanken, Sør-Fron IL	220313	76.78	10	Hamar V	14.8	
70.	Linus Ødbehr Thorstensen, Nord-Odal IL	150715	89.60	11	Hamar V	14.8	
71.	Vetle Heggstad Storbækken, Tynset IF	261214	94.15	6	Tynset	20.1	
72.	Sondre Graneng, Tynset IF	0815	94.87	7	Tynset	20.1	
73.	Oliver Overholdt Heierdal, Kongsvinger SK	080118	126.08	2	Kongsvinger	10.2	

500 meter

1.	Aksel Mathias Fiane Grødum, Arendal SK	240910	50.34	3	Stavanger Sø	27.3	54.10	-21
2.	Ulrik Evenmo Ervik, Aktiv SK	200910	51.91	2	Hamar V	19.2		
3.	Ola Hammernes, Leinstrand IL	160611	54.78	3	Hamar V	19.2	56.06	-21
4.	Emil Aannø, Bjugn/Ørland SK	050312	55.31	1	Hamar V	20.2	63.67	-21
5.	Millian Wahl-Nilsen, Drammens SK	071210	55.39	1	Kongsberg	5.2	61.71	-20
6.	Alexander Ottershagen, Hamar IL	150910	55.86	4	Hamar V	19.2	56.33	-21
7.	Linus Olsen Glomstad, Leinstrand IL	161210	56.04	1	Kristiansund	19.3		
8.	Martin Embre Stigen, Gol IL	071010	56.20	4	Hamar V	20.2	62.83	-21
9.	Theodor Asbjørnhus, Geithus IL	081010	56.90	1	Stavanger Sø	26.3	59.66	-21
10.	Gustav Hetland Fossum, SSSK	260511	57.20	1	Stavanger Sø	27.3	83.46	-20
11.	Felix Bjørge Skagsoset, Herkules SK	040612	57.38	2	Hamar V	20.2	70.30	-20
12.	Jakob Evensen, Arendal SK	070812	57.76	8	Arendal Myra	1.3	75.04	-21
13.	Martin Lunde Tverberg, Asker SK	300910	57.81	3	Stavanger Sø	27.3	72.32	-21
14.	Vincent Elbe, Jevnaker IF	110512	58.25	3	Hamar V	20.2	64.12	-21
15.	Matias Dalen, Jevnaker IF	160311	58.48	7	Hamar V	20.2		
16.	Oliver Haugerud Teig, Båstad IL SK	190810	58.83	8	Hamar V	20.2	61.22	-20
17.	Eivind Olsen, Geithus IL	200911	58.92	1	Geithus	6.3	90.88	-21
18.	Falk Finnstø Gjølga, Bjugn/Ørland SK	071111	59.06	7	Bjugn Fosenh	17.11	63.51	-21
19.	Kaspian Bergsaker Mo, SSSK	201211	59.48	13	Stavanger Sø	23.2		
20.	Johannes Solli, Bjugn/Ørland SK	290710	59.70	10	Bjugn Fosenh	9.2	63.35	-21
21.	Einar Bjelkevik Friesinger, Arendal SK	291112	59.72	8	Arendal Myra	20.1	66.21	-21
22.	Elias Gravvold Borgersen, Geithus IL	081010	60.34	8	Hamar V	19.2	68.51	-21
23.	Julian Bjerring Lohne, Fana IL	260411	60.81	4	Stavanger Sø	27.3	64.96	-21
24.	Ingvart Johan Pettersen, Harstad SK	270910	61.39	5	Stavanger Sø	26.3	69.23	-20
25.	Sverre Solhaug Folkestad, Fana IL	040212	62.34	1	Bergen Sl	22.1	73.45	-21
26.	Maximilian Meland, Herkules SK	071110	62.41	11	Hamar V	19.2		
27.	Anthon Emiil Caspersen, TT	200312	63.70	2	Hamar V	21.11	70.04	-21
28.	Viljar Kannelønning, Stord IL	170713	63.98	2	Bergen Sl	22.1		
29.	Eirik Bergersen, Herkules SK	040512	64.26	5	Hamar V	20.2	72.85	-21
30.	Hauk Finnstø Gjølga, Bjugn/Ørland SK	081013	65.53	12	Bjugn Fosenh	23.3	69.41	-21
31.	Marius Tverelv Jacobsen, IL Braatt Kr.sund	120513	65.66	2	Kristiansund	30.3		
32.	Olav Erik Sæther, Spk Falken	070710	65.84	13	Hamar V	19.2		
33.	Amund Gravem, Eidsvold TF	281012	66.97	6	Hamar V	20.2	76.22	-20
34.	Ludvig Loe Haugan, Leinstrand IL	290511	67.26	3	Kristiansund	19.3		
35.	Heine Askildsen-Gunnes, Arendal SK	251110	67.4	4	Arendal Myra	17.2	87.64	-21
36.	Sondre Hagen-Boldingh, OSK	070612	67.85	7	Hamar V	20.2	105.34	-20

37.	Mathias Eie Algrøy, SSSK	270810	67.89	14	Stavanger Sø	9.3	
38.	Oscar Stenvaag, Asker SK	200312	68.30	1	Asker R	12.3	
39.	Knut Samuel Andersen, H&BSK	090912	70.49	2	Geithus	6.3	94.58 -20
40.	Mathias Hereide, Fana IL	281210	70.54	8	Bergen Sl	26.2	82.55 -21
41.	Markus Frimann Hansen, H&BSK	070211	72.16	7	Tønsberg	15.2	
42.	Julian A Sandoval Haug, TSK	210511	72.73	14	Hamar V	20.2	
43.	Tobias Langseid, Herkules SK	280712	72.78	9	Hamar V	20.2	102.01-21
44.	Anton Øksdahl Helstad, Hamar IL	090910	73.09	3	Hamar V	14.8	65.91 -20
45.	Anton Elias L Steinli, Kongsberg IF	100710	73.52	2	Kongsberg	22.1	103.27-21
46.	Erik Trandum, Eidsvold TF	030311	74.97	14	Hamar V	19.2	
47.	Henrik Schalde Gården, IL Braatt Kr.sund	110611	75.19	4	Kristiansund	19.3	105.26-20
48.	Åsmund Pettersen Espedal, Asker SK	290710	75.57	6	Hamar V	21.11	83.82 -21
49.	Martin Bergh Jermstad, Spk Falken	080911	75.59	11	Hamar V	20.2	
50.	Jonathan Strand-Bjørkum, Leinstrand IL	290512	75.85	30	Bjugn Fosenh	11.12	85.54 -20
51.	Christopher Velloso Hamnes, Fana IL	200212	76.07	7	Bergen Sl	19.2	84.96 -21
52.	Adrian Lillehaug, IL Braatt Kr.sund	220513	76.22	2	Kristiansund	2.3	78.92 -21
53.	Johannes Bründlinger Meland, Herkules SK	191212	76.30	12	Hamar V	20.2	
54.	Ask Morstøl Stjern, Bjugn/Ørland SK	280511	77.43	13	Bjugn Fosenh	23.3	79.29 -21
55.	Haakon Marthinussen, IL Braatt Kr.sund	060713	77.85	1	Kristiansund	12.1	
56.	Alexander Sørvik, IL Braatt Kr.sund	110911	77.87	2	Kristiansund	12.1	
57.	Mikkel Moen Mikkelsen, Tynset IF	181111	77.88	3	Tynset	25.11	65.38 -21
58.	Jørgen Bergh Jermstad, Spk Falken	230614	78.60	14	Hamar V	20.2	
59.	Nils August Strand Wenger, Eidsvold TF	290112	78.9	1	Sand	5.2	
60.	Christian Olai Grotli, IL Braatt Kr.sund	071013	78.91	2	Kristiansund	15.12	108.34-21
61.	Ragnar Lorentzen, Leinstrand IL	111012	79.06	31	Bjugn Fosenh	11.12	
62.	Vemund Stautland Båtsvik, Stord IL	081013	79.14	10	Bergen Sl	26.2	
63.	Peter Arntsen, Harstad SK	090412	79.21	9	Harstad	5.12	
64.	Ludvig Langseid, Herkules SK	030513	80.08	15	Hamar V	20.2	
65.	Edvard Bråten, Gol IL	110411	80.40	4	Hol	27.2	105.71-19
66.	Isak Ekman Sunde, Herkules SK	080212	80.63	16	Hamar V	20.2	
67.	Niklas Ilbråten, Nord-Odal IL	290113	80.9	2	Sand	5.2	
68.	Elias Vikan Engen, Harstad SK	170911	80.93	17	Hamar V	20.2	90.03 -21
69.	Eirik Bakke, Kongsvinger SK	300713	81.08	3	Kongsvinger	10.2	83.60 -21
70.	Knut Bernhard Vikøy, Hardanger SK	040611	81.30	9	Bergen Sl	19.2	
71.	Thilo Findahl, Tynset IF	230212	82.38	18	Hamar V	20.2	
72.	Ludvig Olstad Grinden, Nord-Odal IL	180113	82.5	4	Sand	5.2	
73.	Kristian Noah Evensen, Hamar IL	250613	82.71	6	Hamar V	8.2	
74.	Normann L Janke-Selenius, Fana IL	150913	82.82	10	Bergen Sl	19.2	98.02 -21
75.	Sebastian Haugen Hovda, Gjøvik SK	140411	83.15	15	Hamar V	20.2	
76.	Håkon Nordli Stene, Spk Falken	190111	83.28	27	Trondheim L	8.1	69.86 -21
77.	Johannes Hansen, Skjervøy SIK	040913	83.47	9	Tromsø	8.1	88.45 -20
78.	Sander Augustin Skjønhals, Tynset IF	271112	83.75	5	Tynset	16.12	117.48-20
79.	Emil Stenvaag, Asker SK	13	84.01	7	Asker R	3.3	
80.	Daniel Flønes, Leinstrand IL	010713	84.31	29	Bjugn Fosenh	5.2	
81.	Petter Kvam, Leinstrand IL	240413	84.52	19	Hamar V	20.2	
82.	Endre Østbye, Båstad IL SK	010713	84.59	10	Båstad	6.1	89.71 -21
83.	Isak Watterud-Gimse, Asker SK	271010	84.60	8	Asker R	3.3	114.44-21
.84.	Trygve Dahlen, Asker SK		84,78	10	Asker R	3.3	
85.	Konrad Roksvold, Kongsvinger SK	030613	84.81	4	Kongsvinger	10.2	104.53-21
86.	Benjamin Elias Eidsvåg, Tynset IF	281013	85.19	20	Hamar V	20.2	
87.	David Elias Haugom, Gjøvik SK	121011	85.24	4	Asker R	12.3	
88.	Gabriel Matheo Eidsvåg, Tynset IF	281013	85.40	21	Hamar V	20.2	
	Johannes Moskvil, Asker SK	13	85.40	11	Asker R	3.3	
90.	Oscar Vataker Fabritius, Sandefjord SK	280612	85.54	2	Tønsberg	19.12	
91.	Nils Dahlsveen Kvalvik, Fana IL	010411	86.42	15	Bergen Sl	23.11	85.51 -21
92.	Erlend Strand Osen, Spk Falken	261110	87.69	33	Bjugn Fosenh	11.12	

93.	William Flønes, Leinstrand IL	010713	89.20	30	Bjugn Fosenh	5.2	
94.	Herman Johannes H Björnsson, Asker SK	140412	89.58	16	Asker R	13.1	129.43-20
95.	Christoffer T Altenborg, Arendal SK	091011	89.78	20	Arendal Myra	6.1	
96.	Oscar Dahl Flagestad, Asker SK	030913	89.91	13	Asker R	3.3	
97.	Ole-Morten Rostad Mæhlum, Asker SK	040211	90.46	10	Asker R	2.12	
98.	Ander Iturria-Holdhus, Aktiv SK	291112	90.83		Oslo Fr	15.12	
99.	Jakob Walseth, Tromsø SK	160613	91.51	1	Tromsø	5.2	
100.	Benjamin Schalde, IL Braatt Kr.sund	201210	92.90	7	Kristiansund	30.3	
101.	Martin Hammernes, Leinstrand IL	190714	93.54	31	Bjugn Fosenh	5.2	
102.	Wilhelm Helgevold Bjørnerud, Skreia SK Toten	020813	94.28	4	Hamar V	21.11	
103.	Oliver Hæreid, Harstad SK	290511	95.68	8	Harstad	2.2	107.41-20
104.	Kevin Brubak, Sør-Fron IL	170814	101.56	2	Hundorp	9.3	
105.	Henrik Wingaard, Fana IL	180413	104.63	14	Bergen Sl	1.2	
106.	Tor Kristian Leikanger, IL Braatt Kr.sund	041013	105.05	7	Kristiansund	1.12	86.09 -21
107.	Kristoffer L Vingelsgaard, Tynset IF	270415	105.95	7	Tynset	16.12	122.23-21
108.	Dominik Blaha, Geithus IL	070713	109.94	24	Geithus	16.1	
109.	Magnus Torbergsen Voie, Arendal SK	070712	110.52	11	Dølemo	31.12	
110.	Elias Nikolaisen Myhren, Gjøvik SK	301210	110.54	16	Hamar V	20.2	
111.	Zayan Bhat, Asker SK	170114	112.46	19	Asker R	13.1	128.57-21
112.	Selmer Horneland, Stord IL	090514	112.78	12	Bergen Sl	26.2	
113.	Linus Ødbehr Thorstensen, Nord-Odal IL	150715	114.5	5	Sand	5.2	
114.	Bjørnar Storli, Tynset IF	200813	115.24	5	Tynset	30.12	
115.	Sigve Bjelkevik, Arendal SK	230616	115.69	21	Arendal Myra	6.1	
116.	Oscar Viumdal, Herkules SK	130313	115.96	24	Hamar V	20.2	
117.	Iver Westgaard, Båstad IL SK	300613	116.87	12	Båstad	6.1	150.94-20
118.	Edvin Knutsen Skolem, H&BSK	12	120.27	3	Tønsberg	19.12	
119.	Arian Hæreid, Harstad SK	270515	125.52	6	Harstad	9.2	
120.	Abel Matheo Skårer, Kongsvinger SK	150115	127.18	3	Kongsvinger	27.1	
121.	Matheo Fagernes-Stenmyren, Kongsvinger SK	010414	132.68	5	Kongsvinger	10.2	
122.	Odin Johansen, Tromsø SK	041112	134.63	5	Tromsø	9.1	130.73-21
123.	Erik Johan Lundvoll, Tromsø SK	220212	150.61	3	Tromsø	6.2	
124.	Mikkel Torbergsen Voie, Arendal SK	210514	171.65	12	Dølemo	31.12	
125.	Torben Fontain, Dølemo IL	170912	174.11	2	Dølemo	25.1	
126.	Christopher Vidal Larsen, Dølemo IL	031214	174.21	3	Dølemo	25.1	
127.	Olav Hornseth Bakkeng, Tynset IF	110514	183.15	3	Tynset	2.1	
128.	Amund Kalstø Sørhus, Tynset IF	281015	187.38	6	Tynset	9.12	178.32-21
129.	Oliver Overholdt Heierdal, Kongsvinger SK	080118	227.58	2	Kongsvinger	3.2	

1000 meter

1.	Aksel Mathias Fiane Grødum, Arendal SK	240910	1.42.88	2	Stavanger Sø	27.3	2.03.85 -21
2.	Millian Wahl-Nilsen, Drammens SK	071210	1.54.66	8	Geithus	16.1	
3.	Theodor Asbjørnhus, Geithus IL	081010	2.05.74	2	Geithus	17.11	2.16.50 -21
4.	Ola Hammernes, Leinstrand IL	160611	2.08.08	1	Trondheim L	5.3	
5.	Eivind Olsen, Geithus IL	200911	2.08.83	4	Geithus	2.3	
6.	Martin Embre Stigen, Gol IL	071010	2.12.17	2	Gol	22.2	2.26.03 -21
7.	Julian Bjerring Lohne, Fana IL	260411	2.12.99	3	Stord Vikah	30.1	
8.	Viljar Kannelønning, Stord IL	170713	2.15.13	5	Stord Vikah	30.1	
9.	Linus Olsen Glomstad, Leinstrand IL	161210	2.17.98	2	Trondheim L	5.3	
10.	Anthon Emiil Caspersen, TT	200312	2.21.01	10	Tønsberg	8.2	
11.	Oliver Haugerud Teig, Båstad IL SK	190810	2.31.46	6	Jevnaker	4.12	
12.	Mathias Hereide, Fana IL	281210	2.33.42	5	Bergen Sl	26.2	
13.	Marius Tverelv Jacobsen, IL Braatt Kr.sund	120513	2.38.15	2	Kristiansund	12.1	
14.	Knut Samuel Andersen, H&BSK	090912	2.42.29	1	Drammen	22.2	
15.	Adrian Lillehaug, IL Braatt Kr.sund	220513	2.47.55	1	Kristiansund	1.12	
16.	Haakon Marthinussen, IL Braatt Kr.sund	060713	2.52.13	3	Kristiansund	12.1	
17.	Alexander Sørvik, IL Braatt Kr.sund	110911	2.53.62	2	Kristiansund	30.3	
18.	Jakob Walseth, Tromsø SK	160613	3.11.46	1	Tromsø	8.1	

19.	Henrik Schalde Gården, IL Braatt Kr.sund	110611	3.11.75	3	Kristiansund	30.3		
20.	Benjamin Schalde, IL Braatt Kr.sund	201210	3.14.32	4	Kristiansund	30.3		
21.	Herman Clausen, Geithus IL	140415	3.38.86	6	Geithus	9.3		
22.	Tor Kristian Leikanger, IL Braatt Kr.sund	041013	3.49.13	2	Kristiansund	1.12		
23.	Matheo Fagernes-Stenmyren, Kongsvinger SK	010414	4.51.24	1	Kongsvinger	3.2		

1500 meter

1.	Aksel Mathias Fiane Grødum, Arendal SK	240910	2.59.92	1	Dølemo	31.12		
2.	Millian Wahl-Nilsen, Drammens SK	071210	3.09.69	1	Drammen	18.1		
3.	Theodor Asbjørnhus, Geithus IL	081010	3.11.77	12	Geithus	16.1	3.34.81	-21
4.	Jakob Evensen, Arendal SK	070812	3.16.46	7	Arendal Myra	1.3		
5.	Julian Bjerring Lohne, Fana IL	260411	3.53.24	8	Bergen Sl	4.1		
6.	Benjamin Elias Eidsvåg, Tynset IF	281013	5.09.77	4	Tynset	10.3		

3000 meter

1.	Thilo Findahl, Tynset IF	230212	12.37.36	3	Tynset	23.1		

10000 meter

1.	Alexander Ottershagen, Hamar IL	150910	39.00.87	12	Tynset	27.2		
2.	Benjamin Elias Eidsvåg, Tynset IF	281013	41.05.44	13	Tynset	27.2		

Gutter 11 år

(født 1.7.2009-30.06.2010)

Antall løpere under 60,0 på 500 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2021
117	30	29	30	24	20	16

500 meter

1.	Bastian Gundersen Bottegård, Geithus IL	071109	47.36	1	Stavanger Sø	26.3	51.16	-21
2.	Georg Timmian Stormo Tørum, Bjugn/Ørland SK	300110	47.48	1	Hamar V	19.2	50.08	-21
3.	Ola Bjelkevik Friesinger, Arendal SK	041009	48.73	2	Stavanger Sø	26.3	55.59	-21
4.	Oliver August Kaada Lie, SSSK	190110	49.83	7	Stavanger Sø	23.2	53.88	-21
5.	Isac Pettersen, Arendal SK	120909	50.59	2	Hamar V	21.11	56.75	-21
6.	Magnus Sørheim Nylund, Stord IL	151009	51.54	4	Stavanger Sø	27.3	58.96	-21
7.	Bastian Hagen-Boldingh, OSK	131109	51.76	3	Hamar V	20.2	80.50	-20
8.	Magnus Kvåle-Aasen, Fana IL	060809	51.85	5	Stavanger Sø	26.3	59.52	-21
9.	Halvor Lysø Olsen, Bjugn/Ørland SK	160610	51.89	4	Hamar V	20.2	54.45	-21
10.	Elias Riseth, Bjugn/Ørland SK	200610	52.00	15	Bjugn Fosenh	5.2	54.24	-21
11.	Magnus Rian Myrli, Spk Falken	100110	52.59	7	Trondheim L	8.3	55.87	-21
12.	Jakub Tollaksen, SSSK	100110	53.28	8	Stavanger Sø	27.3	59.92	-21
13.	Axel Haartsen Njøs, Aktiv SK	230410	53.29	5	Hamar V	20.2	70.17	-20
14.	Håvard Gravem, Eidsvold TF	260210	53.50	5	Hamar V	19.2	59.32	-20
15.	Magnus Elbe, Jevnaker IF	250809	53.82	6	Hamar V	19.2	64.94	-20
16.	Oliver Trogstad Raudberget, Gjøvik SK	190709	54.08	7	Hamar V	19.2	57.30	-21
17.	Benjamin Fjellgård Lyby, Leinstrand IL	291009	54.52	7	Hamar V	20.2	61.74	-21
18.	Tørres Bjørge Skagsoset, Herkules SK	291209	55.23	9	Hamar V	20.2	58.02	-20
19.	Ulvar Inderhaug, OSK	1209	55.97		Oslo Fr	15.12		
20.	Arthur Helgevold Bjørnerud, Skreia SK Toten	080310	56.93	11	Hamar V	20.2	62.00	-21
21.	Jonas Baas, Dølemo IL	311209	56.97	9	Dølemo	31.12	59.23	-21
22.	Trym Halvorsen, Eidsvold TF	150310	57.76	6	Hamar V	20.11	66.77	-20

23.	Albert Westgaard, Båstad IL SK	220610	58.98	10	Hamar V	19.2	62.92	-21
24.	Vetle Lund-Ringstad, Fana IL	120510	59.43	7	Stavanger Sø	26.3	76.68	-21
25.	Eirik Johan Henriksen Fond, SSSK	120410	61.17	9	Stavanger Sø	26.3	63.15	-21
26.	Marius Knag Songstad, Fana IL	080909	61.22	10	Stavanger Sø	26.3	69.39	-21
27.	Eskil Martens Kjær, TT	110709	62.41	19	Geithus	16.1	71.55	-21
28.	Jonas Wingaard, Fana IL	241109	63.39	10	Stavanger Sø	27.3	94.62	-21
29.	Alfred Roksvold, Kongsvinger SK	010610	63.63	14	Hamar V	20.2		
30.	Sander Stensrud Fjelldalen, Herkules SK	170709	63.79	15	Hamar V	20.2	91.95	-21
31.	Emilio Fjellheim-Adsen, Bjugn/Ørland SK	190610	64.36	7	Bjugn Fosenh	1.12	64.88	-21
32.	Daniel Barseth Kraft, Bjugn/Ørland SK	080610	65.51	12	Bjugn Fosenh	26.1	80.94	-21
33.	Sondre Ruud-Novak, Båstad IL SK	230709	67.05	9	Hamar V	21.11	69.33	-21
34.	Dag Elias Overholdt Ånerud, Kongsvinger SK	030210	67.97	5	Kongsvinger	23.1		
35.	Daniel Aleksander Evensen, Hamar IL	300809	68.15	10	Hamar V	21.11	67.29	-21
36.	Jacob Utne, IL Braatt Kr.sund	041109	69.01	2	Kristiansund	17.11		
37.	Emil Torgersen, Geithus IL	090909	69.12	7	Geithus	9.3		
38.	Nathaniel Viumdal, Herkules SK	020610	72.69	16	Hamar V	20.2		
39.	Didrik Torgersen, H&BSK	200410	73.18	8	Tønsberg	13.3	71.21	-21
40.	Felix Holm, IL Braatt Kr.sund	310310	75.08	2	Kristiansund	1.12		
41.	Andreas Rye Ørbæk, Eidsvold TF	260110	75.52	15	Hamar V	19.2		
42.	Levian August Minnesjord, Herkules SK	070610	76.12	16	Dølemo	5.2		
43.	Magnus Hausberg Kaastad	010310	76.74	5	Bergen Sl	22.1		
44.	Casper Bækkevold Goplen, Hamar IL	120210	77.21	5	Hamar V	8.2		
45.	August Skram, Spk Falken	110110	77.84	21	Trondheim L	13.3		
46.	Kristian Lian, Harstad SK	300310	78.86	3	Harstad	28.12	65.43	-21
47.	Daniel Sørensen, Asker SK	230909	80.83	3	Asker R	12.3		
48.	Erling Mathias Kvernemo, Kongsvinger SK	231209	108.13	7	Kongsvinger	23.1		
49.	Ulrik Sørli, Tynset IF	270510	114.75	8	Tynset	16.12	118.29	-20
50.	Fredrik Matheo Tangen, Kongsvinger SK	080110	117.00	5	Kongsvinger	20.1		

1000 meter

1.	Bastian Gundersen Bottegård, Geithus IL	071109	1.35.58	1	Hamar V	21.11	1.47.55	-21
2.	Georg Timmian Stormo Tørum, Bjugn/Ørland SK	300110	1.36.85	2	Hamar V	20.2		
3.	Ola Bjelkevik Friesinger, Arendal SK	041009	1.43.11	3	Stavanger Sø	27.3	2.00.28	-21
4.	Bastian Hagen-Boldingh, OSK	131109	1.43.98	3	Hamar V	20.2		
5.	Magnus Sørheim Nylund, Stord IL	151009	1.44.10	4	Stavanger Sø	27.3		
6.	Magnus Kvåle-Aasen, Fana IL	060809	1.45.33	5	Stavanger Sø	27.3	2.16.34	-21
7.	Oliver August Kaada Lie, SSSK	190110	1.45.54	5	Stavanger Sø	23.2	1.50.65	-21
8.	Isac Pettersen, Arendal SK	120909	1.46.49	2	Hamar V	20.11	2.02.22	-21
9.	Håvard Gravem, Eidsvold TF	260210	1.46.62	4	Hamar V	20.2		
10.	Halvor Lysø Olsen, Bjugn/Ørland SK	160610	1.48.06	5	Hamar V	20.2		
11.	Elias Riseth, Bjugn/Ørland SK	200610	1.48.22	8	Bjugn Fosenh	5.2		
12.	Jakub Tollaksen, SSSK	100110	1.51.43	6	Stavanger Sø	26.3		
13.	Oliver Trogstad Raudberget, Gjøvik SK	190709	1.52.03	6	Hamar V	20.2	2.03.78	-21
14.	Benjamin Fjellgård Lyby, Leinstrand IL	291009	1.52.18	7	Hamar V	20.2	2.14.11	-21
15.	Magnus Elbe, Jevnaker IF	250809	1.55.95	8	Hamar V	20.2		
16.	Arthur Helgevold Bjørnerud, Skreia SK Toten	080310	1.56.60	9	Hamar V	20.2	2.11.81	-21
17.	Trym Halvorsen, Eidsvold TF	150310	1.56.87	8	Hamar V	19.2		
18.	Axel Haartsen Njøs, Aktiv SK	230410	1.57.66	10	Hamar V	20.2		
19.	Magnus Rian Myrli, Spk Falken	100110	1.58.72	11	Trondheim L	5.3		
20.	Tørres Bjørge Skagsoset, Herkules SK	291209	1.59.08	12	Hamar V	20.2		
21.	Marius Knag Songstad, Fana IL	080909	2.04.36	8	Stavanger Sø	27.3	2.24.92	-21
22.	Alfred Roksvold, Kongsvinger SK	010610	2.08.49	13	Hamar V	20.2		
23.	Jonas Baas, Dølemo IL	311209	2.09.42	3	Dølemo	5.2	2.31.36	-18
24.	Jonas Wingaard, Fana IL	241109	2.10.12	9	Stavanger Sø	27.3		
25.	Albert Westgaard, Båstad IL SK	220610	2.10.81	14	Hamar V	20.2	2.33.29	-21
26.	Eskil Martens Kjær, TT	110709	2.12.72	7	Hamar V	20.11		
27.	Sander Stensrud Fjelldalen, Herkules SK	170709	2.14.17	15	Hamar V	20.2		

28.	Nathaniel Viumdal, Herkules SK	020610	2.24.22	16	Hamar V	20.2		
29.	Sondre Ruud-Novak, Båstad IL SK	230709	2.29.70	5	Båstad	13.1	2.38.28	-21
30.	Jacob Utne, IL Braatt Kr.sund	041109	2.30.94	1	Kristiansund	30.3		
31.	Daniel Aleksander Evensen, Hamar IL	300809	2.31.99	4	Hamar V	8.2		
32.	Dag Elias Overholdt Ånerud, Kongsvinger SK	030210	2.32.8	2	Sand	5.2		
33.	Levian August Minnesjord, Herkules SK	070610	2.43.56	8	Dølemo	5.2		
34.	Andreas Rye Ørbæk, Eidsvold TF	260110	3.02.53	14	Hamar V	19.2		

1500 meter

1.	Bastian Gundersen Bottegård, Geithus IL	071109	2.35.17	10	Geithus	16.1	2.43.67	-21
2.	Ola Bjelkevik Friesinger, Arendal SK	041009	2.47.64	5	Arendal Myra	1.3		
3.	Isac Pettersen, Arendal SK	120909	2.51.02	6	Arendal Myra	1.3		
4.	Magnus Sørheim Nylund, Stord IL	151009	2.58.08	1	Stord Vikah	30.1		
5.	Magnus Kvåle-Aasen, Fana IL	060809	3.04.87	1	Bergen Sl	4.12		
6.	Håvard Gravem, Eidsvold TF	260210	3.09.50	3	Geithus	13.11		
7.	Bastian Hagen-Boldingh, OSK	131109	3.09.77	1	Kongsvinger	23.1		
8.	Arthur Helgevold Bjørnerud, Skreia SK Toten	080310	3.12.20	2	Kongsvinger	23.1		
9.	Oliver Trogstad Raudberget, Gjøvik SK	190709	3.14.93	3	Kongsvinger	23.1		
10.	Alfred Roksvold, Kongsvinger SK	010610	3.25.15	4	Kongsvinger	23.1		
11.	Marius Knag Songstad, Fana IL	080909	3.48.43	7	Bergen Sl	4.1		
12.	Dag Elias Overholdt Ånerud, Kongsvinger SK	030210	3.56.16	5	Kongsvinger	23.1		

3000 meter

1.	Bastian Gundersen Bottegård, Geithus IL	071109	5.29.08	2	Geithus	9.3	6.21.78	-21

5000 meter

1.	Bastian Gundersen Bottegård, Geithus IL	071109	9.59.47	2	Geithus	11.12	10.51.22	-21

10000 meter

1.	Bastian Gundersen Bottegård, Geithus IL	071109	22.03.75	7	Geithus	2.1	23.03.49	-21

Gutter 12 år

(født 1.7.2008-30.06.2009)

Antall løpere under 58,0 på 500 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2021
116	30	31	25	20	25	22

500 meter

1.	Elias Brubak, Sør-Fron IL	140808	45.23	1	Stavanger Sø	26.3	51.17	-20
2.	Sindre Soleng Jakobsen, Tromsø SK	190109	46.19	2	Hamar V	20.2	53.34	-21
3.	Thomas Sundsvold, Leinstrand IL	050209	46.89	3	Hamar V	20.2	52.95	-21
4.	Theodor Henriksen, Kongsvinger SK	211008	47.15	4	Hamar V	20.2	50.06	-21
5.	Audun Semb, TT	250609	47.31	7	Heerenveen	5.3	51.54	-21
6.	Julian Seeland, Gjøvik SK	170409	47.46	2	Hamar V	19.2	52.31	-21
7.	Ewan George Shirlaw, Austrått IL	121208	47.90	6	Stavanger Sø	26.3	54.07	-21
8.	Martin Vike Lackner, TSK	210409	49.18	6	Hamar V	19.2	52.87	-21
9.	Jonathan Haugom Knigge, TSK	040109	49.57	5	Hamar V	21.11	51.57	-20
10.	Sigurd Rø Goulding, Leinstrand IL	120908	49.72	7	Hamar V	20.2	55.40	-20

11.	Matias Bakkevig, SSSK	030209	50.56	5	Stavanger Sø	27.10	52.39	-21
12.	Edmond Løberg Berisha, Hamar IL	290109	50.88	9	Hamar V	19.2	52.40	-21
13.	Martinus Haldorsen Sømme, TT	311008	52.71	9	Heerenveen	5.3	63.64	-20
14.	Snorre Lerang Lund, SSSK	230708	52.97	2	Stavanger Sø	26.3		
15.	Adrian Lerberg Solbakken, Gol IL	030109	53.29	10	Hamar V	20.2	63.04	-21
16.	Sondre Myrmel, Fana IL	280509	53.55	1	Stavanger Sø	27.3	66.72	-21
17.	Endre Sæther Ottesen, TSK	161008	54.33	11	Hamar V	19.2	54.94	-21
18.	Oliver Østbye, Båstad IL SK	160509	54.53	12	Hamar V	20.2	65.05	-21
19.	Karsten Bjerkan-Olsen, IL Braatt Kr.sund	070609	56.16	11	Kristiansund	19.3	58.56	-21
20.	Peter Grove Kristensen, Fana IL	110109	56.65	4	Stavanger Sø	26.3		
21.	Ruben Mulder, Fana IL	071008	59.75	2	Stavanger Sø	7.11	70.89	-21
22.	Lukas Riple, Fana IL	220309	61.43	5	Stavanger Sø	26.3	99.87	-21
23.	Ferdinand De Korte, Drammens SK	141108	62.98	1	Drammen	15.2	58.38	-20
24.	Marius Terjesen Altenborg, Arendal SK	280609	63.02	10	Arendal Myra	1.3		
25.	Ole Tobias Wethelund, Båstad IL SK	240409	65.50	6	Båstad	6.1	72.31	-21
26.	Peder Kleven-Skrettingland, Herkules SK	300509	66.31	7	Tønsberg	29.1	84.82	-21
27.	Øyvind Bruvik Almeland, Fana IL	170708	67.01	3	Bergen Sl	4.12	77.00	-21
28.	Tinius Andre Dokken, H&BSK	111208	79.14	9	Tønsberg	15.2		

1000 meter

1.	Elias Brubak, Sør-Fron IL	140808	1.32.33	1	Hamar V	20.2	1.48.26	-21
2.	Audun Semb, TT	250609	1.33.67	1	Hamar V	21.11	1.45.68	-21
3.	Sindre Soleng Jakobsen, Tromsø SK	190109	1.35.24	3	Hamar V	20.2	1.51.76	-21
4.	Ewan George Shirlaw, Austrått IL	121208	1.36.02	4	Stavanger Sø	27.3	1.52.73	-21
5.	Thomas Sundsvold, Leinstrand IL	050209	1.36.48	4	Hamar V	20.2	1.55.16	-21
6.	Theodor Henriksen, Kongsvinger SK	211008	1.37.53	5	Hamar V	20.2	1.47.97	-21
7.	Julian Seeland, Gjøvik SK	170409	1.38.70	5	Hamar V	19.2	1.50.83	-21
8.	Martin Vike Lackner, TSK	210409	1.38.99	6	Hamar V	19.2	1.56.62	-21
9.	Matias Bakkevig, SSSK	030209	1.39.50	1	Stavanger Sø	27.3	2.04.97	-21
10.	Sigurd Rø Goulding, Leinstrand IL	120908	1.41.15	8	Hamar V	19.2	1.58.52	-21
11.	Jonathan Haugom Knigge, TSK	040109	1.43.82	7	Hamar V	21.11	2.00.39	-21
12.	Edmond Løberg Berisha, Hamar IL	290109	1.45.73	9	Hamar V	20.2	1.52.86	-21
13.	Martinus Haldorsen Sømme, TT	311008	1.47.12	10	Hamar V	20.2	2.23.08	-21
14.	Endre Sæther Ottesen, TSK	161008	1.49.78	11	Hamar V	20.2		
15.	Snorre Lerang Lund, SSSK	230708	1.50.29	2	Stavanger Sø	26.3		
16.	Oliver Østbye, Båstad IL SK	160509	1.50.45	12	Hamar V	20.2	2.25.28	-21
17.	Sondre Myrmel, Fana IL	280509	1.55.91	8	Bergen Sl	20.2	2.25.12	-21
18.	Peter Grove Kristensen, Fana IL	110109	1.56.68	3	Stavanger Sø	26.3		
19.	Karsten Bjerkan-Olsen, IL Braatt Kr.sund	070609	2.01.10	1	Kristiansund	12.1	2.09.93	-21
20.	Adrian Lerberg Solbakken, Gol IL	030109	2.03.01	13	Hamar V	20.2	2.21.14	-21
21.	Lukas Riple, Fana IL	220309	2.08.59	4	Stavanger Sø	26.3		
22.	Ruben Mulder, Fana IL	071008	2.09.66	2	Stavanger Sø	7.11	2.30.85	-21
23.	Ole Tobias Wethelund, Båstad IL SK	240409	2.23.33	7	Jevnaker	4.12		
24.	Øyvind Bruvik Almeland, Fana IL	170708	2.32.97	4	Bergen Sl	20.2		
25.	Tinius Andre Dokken, H&BSK	111208	2.56.26	3	Tønsberg	15.2		

1500 meter

1.	Elias Brubak, Sør-Fron IL	140808	2.25.19	1	Stavanger Sø	27.3	3.07.58	-20
2.	Audun Semb, TT	250609	2.25.64	1	Hamar V	20.11	2.52.13	-21
3.	Ewan George Shirlaw, Austrått IL	121208	2.27.35	3	Stavanger Sø	26.3	2.56.57	-21
4.	Thomas Sundsvold, Leinstrand IL	050209	2.32.95	4	Kristiansund	19.3		
5.	Sigurd Rø Goulding, Leinstrand IL	120908	2.34.28	5	Kristiansund	19.3		
6.	Sindre Soleng Jakobsen, Tromsø SK	190109	2.34.49	4	Hamar V	20.11	2.59.90	-21
7.	Theodor Henriksen, Kongsvinger SK	211008	2.37.60	5	Hamar V	20.11	2.59.42	-21
8.	Martin Vike Lackner, TSK	210409	2.41.01	6	Hamar V	20.11		
9.	Matias Bakkevig, SSSK	030209	2.42.65	2	Stavanger Sø	9.10		
10.	Julian Seeland, Gjøvik SK	170409	2.44.71	7	Hamar V	20.11		

11.	Jonathan Haugom Knigge, TSK	040109	2.51.74	8	Hamar V	20.11		
12.	Martinus Haldorsen Sømme, TT	311008	2.56.65	9	Hamar V	20.11	3.38.04	-21
13.	Karsten Bjerkan-Olsen, IL Braatt Kr.sund	070609	3.02.75	7	Kristiansund	19.3	3.34.18	-21
14.	Adrian Lerberg Solbakken, Gol IL	030109	3.07.29	2	Gol	26.2		
15.	Oliver Østbye, Båstad IL SK	160509	3.11.32	7	Oslo Fr	12.2		
16.	Sondre Myrmel, Fana IL	280509	3.23.14	1	Stavanger Sø	6.11		
17.	Ruben Mulder, Fana IL	071008	3.24.62	2	Stavanger Sø	6.11		

3000 meter

1.	Ewan George Shirlaw, Austrått IL	121208	5.16.34	5	Stavanger Sø	27.3		
2.	Sigurd Rø Goulding, Leinstrand IL	120908	5.35.39	3	Trondheim L	13.3		
3.	Elias Brubak, Sør-Fron IL	140808	5.35.90	1	Hundorp	5.1	6.25.50	-20
4.	Sondre Myrmel, Fana IL	280509	6.55.59	2	Bergen Sl	26.2		

5000 meter

1.	Karsten Bjerkan-Olsen, IL Braatt Kr.sund	070609	12.23.82	1	Kristiansund	2.3

Gutter 13 år

(født 1.7.2007-30.06.2008)

Antall løpere under 55,0 på 500 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2021
124	43	35	29	30	24	21

500 meter

1.	Sigmund Løvlien-Krokhaug, Tynset IF	280907	40.95	1	Tynset	6.2	45.37	-21
2.	Oliver Fjellgård Lyby, Leinstrand IL	020308	41.61	5	Hamar V	19.2	46.84	-21
3.	Tage Alexander Linn, Bjugn/Ørland SK	081007	41.77	6	Hamar V	19.2	45.03	-21
4.	Lucas Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	190308	42.52	7	Hamar V	20.2	47.82	-21
5.	Bendik Becker Pedersen, Fana IL	091107	42.64	3	Stavanger Sø	26.3	48.59	-21
6.	Nathaniel Høyer, Leinstrand IL	120508	44.06	13	Hamar V	19.2	47.66	-21
7.	Sebastian Strand-Bjørkum, Leinstrand IL	180208	44.68	14	Hamar V	19.2	51.84	-21
8.	David Martin Davidsen, Jevnaker IF	110907	44.79	15	Hamar V	19.2	49.00	-21
9.	Adrian Andreas Grønnevik, Båstad IL SK	260108	45.73	16	Hamar V	19.2	57.75	-21
10.	August Herlin Røkaas, TT	231007	45.78	11	Heerenveen	4.3	52.57	-21
11.	Olaf Blandhoel Pedersen, Tromsø SK	301207	47.10	7	Hamar V	6.8	51.23	-21
12.	Isak Kringlebotn Hauge, SSSK	040108	47.30	5	Stavanger Sø	26.3	56.07	-21
13.	Haakon Anders Biermann, OSK	310707	47.32	18	Hamar V	20.11	53.65	-21
14.	Øyvind Ryen-Herland, Fana IL	261007	47.51	3	Stavanger Sø	6.11	52.33	-21
15.	Sverre Ingvoldstad, Geithus IL	170108	47.60	4	Stavanger Sø	27.3	58.01	-21
16.	Heine Buer Åsebø, Fana IL	061007	47.65	5	Tønsberg	29.1	49.17	-20
17.	Simen Stangnes Kviteberg, Harstad SK	071207	48.07	20	Hamar V	21.11	52.07	-21
18.	Sigurd Ånsløkken, Sør-Fron IL	100108	48.50	16	Hamar V	20.2	53.55	-21
19.	Petter Moe Løken, Geithus IL	160308	49.25	20	Hamar V	19.2	56.01	-21
20.	Nikolas Johannessen, TT	250208	49.58	18	Hamar V	20.2	53.39	-21
21.	Atitat King Thongbandit, Stord IL	190608	50.35	11	Stavanger Sø	26.3		
22.	Bastian Steen, Asker SK	230907	50.52	25	Hamar V	21.11	60.24	-21
23.	Halvard Strandskog, SSSK	160208	51.00	8	Stavanger Sø	27.3		
24.	Ottar Gravvold Borgersen, Geithus IL	020807	52.24	23	Hamar V	20.2	55.58	-21
25.	Nantawat Duangkaew, Hardanger SK	200508	55.86	16	Stavanger Sø	26.3		
26.	Knut R Carlosama Pedersen, Aktiv SK	060707	55.97	14	Oslo Fr	12.2		

27.	Sondre Hanevold Vannes, Asker SK	260707	56.29	30	Hamar V	20.11	60.26	-21
28.	Kevin Walker, Leinstrand IL	150108	56.72	16	Hamar V	6.8	58.92	-21
29.	Adrian Knudsen, Herkules SK	240408	77.26	7	Tønsberg	30.1	81.27	-21

1000 meter

1.	Oliver Fjellgård Lyby, Leinstrand IL	020308	1.22.29	4	Hamar V	20.2	1.41.92	-21
2.	Sigmund Løvlien-Krokhaug, Tynset IF	280907	1.23.13	2	Tynset	22.12	1.33.32	-21
3.	Bendik Becker Pedersen, Fana IL	091107	1.25.75	3	Stavanger Sø	26.3	1.56.50	-21
4.	Lucas Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	190308	1.26.47	7	Hamar V	20.2	1.38.39	-20
5.	Tage Alexander Linn, Bjugn/Ørland SK	081007	1.27.89	2	Bjugn Fosenh	11.12	1.39.21	-21
6.	Nathaniel Høyer, Leinstrand IL	120508	1.29.48	11	Hamar V	20.2	1.45.20	-21
7.	David Martin Davidsen, Jevnaker IF	110907	1.30.89	12	Hamar V	20.2	1.38.79	-21
8.	Isak Kringlebotn Hauge, SSSK	040108	1.35.22	7	Stavanger Sø	2.2	2.01.14	-21
	August Herlin Røkaas, TT	231007	1.35.22	12	Heerenveen	4.3	1.53.02	-21
10.	Øyvind Ryen-Herland, Fana IL	261007	1.35.58	3	Stavanger Sø	7.11	1.50.76	-21
11.	Simen Stangnes Kviteberg, Harstad SK	071207	1.36.49	17	Hamar V	21.11	1.47.48	-21
12.	Sebastian Strand-Bjørkum, Leinstrand IL	180208	1.36.56	15	Hamar V	20.2	1.59.37	-21
13.	Olaf Blandhoel Pedersen, Tromsø SK	301207	1.37.05	4	Hamar V	7.8	1.48.74	-21
14.	Haakon Anders Biermann, OSK	310707	1.38.18	18	Hamar V	21.11	1.51.79	-20
15.	Adrian Andreas Grønnevik, Båstad IL SK	260108	1.38.86	16	Hamar V	20.2	2.13.77	-21
16.	Sverre Ingvoldstad, Geithus IL	170108	1.39.53	5	Stavanger Sø	26.3	2.03.04	-21
17.	Petter Moe Løken, Geithus IL	160308	1.40.85	18	Hamar V	20.2	1.56.39	-21
18.	Halvard Strandskog, SSSK	160208	1.40.94	6	Stavanger Sø	27.3		
19.	Bastian Steen, Asker SK	230907	1.41.57	5	Tønsberg	29.1	2.06.48	-21
20.	Sigurd Ånsløkken, Sør-Fron IL	100108	1.41.85	21	Hamar V	20.2	1.49.60	-20
21.	Nikolas Johannessen, TT	250208	1.42.72	22	Hamar V	20.2	1.52.26	-21
22.	Heine Buer Åsebø, Fana IL	061007	1.45.58	7	Tønsberg	29.1	1.49.93	-20
23.	Ottar Gravvold Borgersen, Geithus IL	020807	1.46.66	23	Hamar V	20.2	2.02.91	-21
24.	Atitat King Thongbandit, Stord IL	190608	1.47.12	8	Stavanger Sø	27.3		
25.	Kevin Walker, Leinstrand IL	150108	2.00.48	16	Hamar V	7.8	2.17.56	-21
26.	Sondre Hanevold Vannes, Asker SK	260707	2.02.43	28	Hamar V	21.11	2.05.15	-21
27.	Nantawat Duangkaew, Hardanger SK	200508	2.07.76	9	Stavanger Sø	27.3		
28.	Adrian Knudsen, Herkules SK	240408	2.34.60	6	Dølemo	5.2		

1500 meter

1.	Sigmund Løvlien-Krokhaug, Tynset IF	280907	2.04.21	2	Hamar V	19.2	2.22.57	-21
2.	Oliver Fjellgård Lyby, Leinstrand IL	020308	2.07.52	6	Hamar V	19.2	2.26.19	-21
3.	Lucas Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	190308	2.14.68	10	Hamar V	19.2	2.30.11	-21
4.	Nathaniel Høyer, Leinstrand IL	120508	2.18.47	12	Hamar V	19.2	2.32.91	-21
5.	Tage Alexander Linn, Bjugn/Ørland SK	081007	2.18.54	3	Oslo Fr	12.2	2.28.94	-21
6.	Bendik Becker Pedersen, Fana IL	091107	2.20.67	4	Oslo Fr	12.2	2.53.46	-21
7.	David Martin Davidsen, Jevnaker IF	110907	2.21.36	13	Hamar V	20.11	2.39.85	-21
8.	Øyvind Ryen-Herland, Fana IL	261007	2.27.63	3	Stavanger Sø	6.11	2.53.22	-21
9.	Isak Kringlebotn Hauge, SSSK	040108	2.28.66	4	Stavanger Sø	26.3	3.08.36	-21
10.	August Herlin Røkaas, TT	231007	2.30.50	16	Hamar V	20.11	2.57.45	-21
11.	Sebastian Strand-Bjørkum, Leinstrand IL	180208	2.32.40	18	Hamar V	19.2	3.01.23	-21
12.	Petter Moe Løken, Geithus IL	160308	2.32.92	19	Hamar V	19.2	3.00.54	-21
13.	Olaf Blandhoel Pedersen, Tromsø SK	301207	2.33.54	5	Hamar V	7.8	3.21.63	-21
14.	Simen Stangnes Kviteberg, Harstad SK	071207	2.33.68	7	Hamar V	7.8	2.45.87	-21
15.	Sverre Ingvoldstad, Geithus IL	170108	2.34.04	2	Stavanger Sø	27.3		
16.	Adrian Andreas Grønnevik, Båstad IL SK	260108	2.37.69	3	Stavanger Sø	27.3	3.12.26	-21
17.	Nikolas Johannessen, TT	250208	2.37.75	21	Hamar V	19.2	2.58.37	-21
18.	Haakon Anders Biermann, OSK	310707	2.42.02	8	Oslo Fr	12.2		
19.	Ottar Gravvold Borgersen, Geithus IL	020807	2.47.33	25	Hamar V	19.2		
20.	Sigurd Ånsløkken, Sør-Fron IL	100108	2.51.38	23	Hamar V	20.11	3.39.80	-20
21.	Kevin Walker, Leinstrand IL	150108	3.00.42	10	Hamar V	7.8	3.24.59	-21

3000 meter

1.	Sigmund Løvlien-Krokhaug, Tynset IF	280907	4.27.71	1	Hamar V	21.11		
2.	Lucas Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	190308	4.55.52	2	Hamar V	21.11	5.18.24	-21
3.	Oliver Fjellgård Lyby, Leinstrand IL	020308	5.04.93	4	Bjugn Fosenh	11.12		
4.	Isak Kringlebotn Hauge, SSSK	040108	5.09.82	3	Stavanger Sø	27.3		
5.	Nathaniel Høyer, Leinstrand IL	120508	5.11.92	2	Trondheim L	13.3		
6.	Øyvind Ryen-Herland, Fana IL	261007	5.12.43	3	Stavanger Sø	7.11	5.55.11	-21
7.	Bendik Becker Pedersen, Fana IL	091107	5.24.37	3	Oslo Fr	13.2	6.29.94	-21
8.	Petter Moe Løken, Geithus IL	160308	5.37.03	3	Geithus	9.3	6.29.33	-21
9.	Simen Stangnes Kviteberg, Harstad SK	071207	5.55.52	2	Tromsø	6.2		
10.	Haakon Anders Biermann, OSK	310707	6.14.30	6	Oslo Fr	13.2		
11.	Nikolas Johannessen, TT	250208	6.23.36	7	Oslo Fr	13.2		

5000 meter

1.	Sigmund Løvlien-Krokhaug, Tynset IF	280907	7.56.87	2	Tynset	12.12	10.24.03	-20
2.	Petter Moe Løken, Geithus IL	160308	10.16.92	3	Geithus	11.12		

10000 meter

1.	Lucas Haugnæs Bjørklund, Geithus IL	190308	19.07.72	5	Geithus	2.1	21.51.53	-20
2.	Bendik Becker Pedersen, Fana IL	091107	19.56.22	5	Bergen Sl	22.1	24.32.16	-21
3.	Petter Moe Løken, Geithus IL	160308	22.08.29	8	Geithus	2.1		

Gutter 14 år

(født 1.7.2006-30.06.2007)

Antall løpere under 55,0 på 500 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2021
100	34	21	24	21	20	23

500 meter

1.	Miika Johan Klevstuen, OSK	050906	37.53	1	Heerenveen	4.3	40.62	-21
2.	Paul Fredrik Michelet, Båstad IL SK	241106	39.51	2	Hamar V	19.2	42.15	-21
3.	Eirik Andersen, Aktiv SK	211006	40.12	5	Heerenveen	4.3	44.52	-21
4.	Halvor Kjøsterud Erlingsen, Asker SK	151006	40.74	2	Hamar V	20.2	44.58	-21
5.	Mathias Myhrer, Båstad IL SK	100806	41.64	4	Hamar V	20.2	44.92	-21
6.	Elias Skogen, SSSK	210207	41.98	1	Stavanger Sø	27.3	43.82	-21
7.	Aron Magnus Feiring, Aktiv SK	140407	42.29	5	Hamar V	20.2	47.46	-20
8.	William Vorvik, TSK	150407	42.43	6	Hamar V	20.2	45.45	-21
9.	Martin Gabrielsen Røysland, Arendal SK	010706	42.69	8	Hamar V	20.2	46.52	-20
10.	Mads Nordhus, Aktiv SK	290806	42.99	8	Hamar V	20.11	45.04	-21
11.	Jakob J Bjelland Forsaa, SSSK	280307	43.71	7	Stavanger Sø	1.12	47.69	-20
12.	Sindre Heggelund Ljungquist, Kongsvinger SK	260207	44.69	4	Hamar V	14.8	47.16	-21
13.	Fredrik Colbensen-Tveten, Aktiv SK	220307	45.12	15	Hamar V	20.11	50.36	-20
14.	Matheo Kahn, Spk Falken	050107	45.63	11	Trondheim L	13.11	45.12	-21
15.	Jørgen Brochmann, Tromsø SK	220806	45.91	13	Hamar V	20.2	51.59	-21
16.	Sebastian Lackner, TSK	201106	47.46	17	Hamar V	19.2	51.66	-21
17.	Joakim Haara, Austrått IL	280107	47.72	5	Stavanger Sø	23.2	55.66	-21
18.	Kristoffer Lunde Tverberg, Asker SK	060207	49.12	21	Hamar V	21.11	52.35	-21
19.	Tim Sebastian Løveseter, Sandefjord SK	250207	49.51	7	Hamar V	14.8	51.41	-21
20.	Sondre Helmen Fossum, Asker SK	210407	49.97	21	Hamar V	19.2	52.00	-20

21.	Håkon Helmen Fossum, Asker SK	210407	50.01	23	Hamar V	20.11	53.39	-21
22.	Thanaphat Thongdi, TT	250706	50.25	22	Hamar V	19.2		
23.	Håkon Vårvik, TSK	091106	54.43	8	Trondheim L	8.3	54.19	-21
24.	Samuel Elias Sebergsen, Skjervøy SIK	140906	61.50	11	Tromsø	5.2		
25.	Marius Lærum Hagen, Tynset IF	250607	85.95	6	Tynset	16.12		

1000 meter

1.	Miika Johan Klevstuen, OSK	050906	1.15.68	1	Heerenveen	4.3	1.22.52	-20
2.	Eirik Andersen, Aktiv SK	211006	1.20.14	7	Heerenveen	4.3	1.29.83	-20
3.	Paul Fredrik Michelet, Båstad IL SK	241106	1.20.99	1	Stavanger Sø	27.3	1.26.63	-21
4.	Halvor Kjøsterud Erlingsen, Asker SK	151006	1.21.50	8	Heerenveen	4.3	1.30.09	-21
5.	Mathias Myhrer, Båstad IL SK	100806	1.23.42	5	Hamar V	20.2	1.33.32	-21
6.	Elias Skogen, SSSK	210207	1.24.72	2	Stavanger Sø	26.3	1.31.07	-21
7.	Aron Magnus Feiring, Aktiv SK	140407	1.25.61	11	Heerenveen	4.3	1.40.71	-19
8.	Mads Nordhus, Aktiv SK	290806	1.26.41	5	Hamar V	21.11	1.32.31	-20
9.	Martin Gabrielsen Røysland, Arendal SK	010706	1.27.24	3	Stavanger Sø	27.3	1.34.29	-21
10.	William Vorvik, TSK	150407	1.28.90	10	Hamar V	20.2	1.37.89	-21
11.	Sindre Heggelund Ljungquist, Kongsvinger SK	260207	1.31.20	3	Hamar V	14.8	1.39.10	-21
12.	Fredrik Colbensen-Tveten, Aktiv SK	220307	1.31.59	12	Hamar V	21.11	1.43.01	-20
13.	Jakob J Bjelland Forsaa, SSSK	280307	1.31.78	3	Stavanger Sø	27.10	1.40.00	-20
14.	Jørgen Brochmann, Tromsø SK	220806	1.33.94	13	Hamar V	20.2	1.45.17	-21
15.	Sebastian Lackner, TSK	201106	1.35.74	14	Hamar V	20.2	1.49.49	-20
16.	Matheo Kahn, Spk Falken	050107	1.38.41	12	Trondheim L	13.11	1.36.86	-21
17.	Joakim Haara, Austrått IL	280107	1.39.13	5	Stavanger Sø	27.3	1.59.12	-21
18.	Tim Sebastian Løveseter, Sandefjord SK	250207	1.40.58	5	Hamar V	14.8	1.50.38	-20
19.	Sondre Helmen Fossum, Asker SK	210407	1.41.40	20	Hamar V	20.2	1.45.41	-21
20.	Kristoffer Lunde Tverberg, Asker SK	060207	1.46.04	22	Hamar V	21.11	1.57.94	-20
21.	Håkon Helmen Fossum, Asker SK	210407	1.46.70	8	Stavanger Sø	26.3	1.46.36	-21
22.	Thanaphat Thongdi, TT	250706	1.49.42	25	Hamar V	20.2		
23.	Samuel Elias Sebergsen, Skjervøy SIK	140906	2.04.83	4	Tromsø	6.2		

1500 meter

1.	Miika Johan Klevstuen, OSK	050906	1.57.29	1	Heerenveen	5.3	2.17.00	-20
2.	Eirik Andersen, Aktiv SK	211006	2.03.28	6	Heerenveen	5.3	2.23.13	-20
3.	Paul Fredrik Michelet, Båstad IL SK	241106	2.04.31	3	Hamar V	19.2	2.21.29	-21
4.	Halvor Kjøsterud Erlingsen, Asker SK	151006	2.06.22	5	Hamar V	19.2	2.22.20	-20
5.	Mathias Myhrer, Båstad IL SK	100806	2.11.26	7	Hamar V	19.2	2.29.06	-21
6.	Aron Magnus Feiring, Aktiv SK	140407	2.12.89	11	Heerenveen	5.3	2.32.60	-20
7.	Mads Nordhus, Aktiv SK	290806	2.13.60	6	Hamar V	20.11	2.35.15	-20
8.	Elias Skogen, SSSK	210207	2.14.34	1	Stavanger Sø	27.3	2.20.96	-21
9.	Martin Gabrielsen Røysland, Arendal SK	010706	2.17.40	2	Stavanger Sø	26.3	2.37.47	-21
10.	William Vorvik, TSK	150407	2.17.85	11	Hamar V	19.2	2.28.54	-21
11.	Fredrik Colbensen-Tveten, Aktiv SK	220307	2.20.51	12	Hamar V	20.11	2.32.80	-20
12.	Jakob J Bjelland Forsaa, SSSK	280307	2.24.94	6	Stavanger Sø	17.11	2.38.30	-20
13.	Jørgen Brochmann, Tromsø SK	220806	2.25.29	14	Hamar V	19.2	2.52.47	-20
14.	Sindre Heggelund Ljungquist, Kongsvinger SK	260207	2.25.71	6	Hamar V	7.8	2.30.44	-21
15.	Joakim Haara, Austrått IL	280107	2.31.33	5	Stavanger Sø	26.3	3.12.76	-21
16.	Sebastian Lackner, TSK	201106	2.31.89	16	Hamar V	19.2	2.45.50	-21
17.	Matheo Kahn, Spk Falken	050107	2.35.73	8	Trondheim L	8.1	2.26.18	-21
18.	Sondre Helmen Fossum, Asker SK	210407	2.38.01	4	Stavanger Sø	27.3	2.43.40	-20
19.	Håkon Helmen Fossum, Asker SK	210407	2.44.55	6	Stavanger Sø	27.3	2.48.31	-20
20.	Thanaphat Thongdi, TT	250706	3.11.36	3	Tønsberg	15.2		
21.	Samuel Elias Sebergsen, Skjervøy SIK	140906	3.20.09	3	Tromsø	5.2		

3000 meter

1.	Miika Johan Klevstuen, OSK	050906	4.33.58	1	Hamar V	8.8	4.40.78	-21
2.	Halvor Kjøsterud Erlingsen, Asker SK	151006	4.36.71	1	Stavanger Sø	27.3		
3.	Eirik Andersen, Aktiv SK	211006	4.43.47	4	Oslo Fr	8.12	4.55.87	-21
4.	Paul Fredrik Michelet, Båstad IL SK	241106	4.48.16	2	Stavanger Sø	27.3	4.54.39	-21
5.	Elias Skogen, SSSK	210207	4.50.40	10	Stavanger Sø	1.12		
6.	Jakob J Bjelland Forsaa, SSSK	280307	4.58.27	11	Stavanger Sø	1.12		
7.	Mads Nordhus, Aktiv SK	290806	4.59.94	3	Hamar V	8.8		
8.	William Vorvik, TSK	150407	5.01.78	4	Hamar V	8.8		
9.	Mathias Myhrer, Båstad IL SK	100806	5.10.06	5	Hamar V	8.8	5.22.26	-21
10.	Sindre Heggelund Ljungquist, Kongsvinger SK	260207	5.10.53	6	Hamar V	8.8	5.15.61	-21
11.	Aron Magnus Feiring, Aktiv SK	140407	5.14.62	5	Oslo Fr	8.12		
12.	Joakim Haara, Austrått IL	280107	5.15.26	4	Stavanger Sø	27.3		
13.	Fredrik Colbensen-Tveten, Aktiv SK	220307	5.17.73	6	Oslo Fr	8.12		
14.	Jørgen Brochmann, Tromsø SK	220806	5.27.83	7	Hamar V	8.8		
15.	Samuel Elias Sebergsen, Skjervøy SIK	140906	6.47.62	3	Tromsø	6.2		

10000 meter

1.	Marius Lærum Hagen, Tynset IF	250607	36.20.08	9	Tynset	27.2		

Gutter 15 år

(født 1.7.2005-30.06.2006)

Antall løpere under 53,0 på 500 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2021
67	41	12	30	19	16	16

500 meter

1.	Didrik Eng Strand, Hamar IL	130905	37.05	18	Inzell	5.12	37.89	-21
2.	Fredrik Pedersen, OSK	070406	38.53	2	Hamar V	19.2	40.48	-21
3.	Arne Lernes, Tromsø SK	160705	38.68	2	Hamar V	31.10	40.63	-20
4.	Frederik Gajos Hamre, SSSK	190306	38.79	1	Stavanger Sø	23.2	40.63	-21
5.	Nicolai Ulvan, Spk Falken	271005	39.20	5	Hamar V	19.2	42.21	-21
6.	Filip Møller Nordal, IF Fram	201205	39.28	7	Hamar V	19.2	41.97	-21
7.	Tinius Rambøl Alme, Aktiv SK	120306	40.38	8	Hamar V	19.2	43.77	-21
8.	Kristoffer Knag Songstad, Fana IL	171205	40.82	3	Stavanger Sø	6.11	42.96	-21
9.	Nicolai Bjerke, OSK	080406	41.85	10	Hamar V	19.2		
10.	Bernard K Benjaminsen, Båstad IL SK	160406	42.10	11	Hamar V	19.2	49.16	-21
11.	Nikolai Sæther Ottesen, TSK	300705	42.25	9	Hamar V	20.2	43.43	-21
12.	Patrik Hansen, Skjervøy SIK	180506	43.06	14	Hamar V	20.11	46.81	-21
13.	Lars Ulveseth, Fana IL	170805	43.16	6	Stavanger Sø	26.3	47.65	-21
14.	Andreas Flaatten, TT	180306	43.43	12	Hamar V	20.2	48.86	-21
15.	Marius Innhaug Dahl, TT	190506	44.44	10	Hamar V	21.11	47.28	-21
16.	Edvard Morkemo, Asker SK	291105	44.89	7	Stavanger Sø	26.3	46.30	-21
17.	Alfred Blandhoel Pedersen, Tromsø SK	201105	45.41	9	Hamar V	6.8	46.17	-21
18.	Marius Sæther Nilsen, Båstad IL SK	050905	45.68	5	Stavanger Sø	27.3	42.34	-20
19.	Bo Oscar Lilletvedt, Fana IL	100306	46.54	9	Stavanger Sø	26.3	50.30	-21
20.	Sander Innhaug Dahl, TT	190506	47.23	18	Hamar V	20.11	51.16	-21
21.	Even Borgen Steen, Fana IL	180306	48.78	6	Stavanger Sø	27.3	49.42	-20
22.	Isak Henriksen, Skjervøy SIK	040805	78.30	12	Tromsø	5.2	92.6	-16
23.	Teodor Isaksen, Skjervøy SIK	170506	78.67	13	Tromsø	5.2		

24.	Alexander Foslien, Geithus IL	210306	95.66	7	Geithus	15.12	100.83	-19

1000 meter

1.	Didrik Eng Strand, Hamar IL	130905	1.11.93	11	Inzell	27.11	1.15.67	-21
2.	Filip Møller Nordal, IF Fram	201205	1.16.33	4	Heerenveen	5.3	1.24.29	-21
3.	Fredrik Pedersen, OSK	070406	1.16.51	1	Hamar V	20.2	1.20.20	-20
4.	Arne Lernes, Tromsø SK	160705	1.18.56	5	Hamar V	20.2	1.22.99	-20
5.	Tinius Rambøl Alme, Aktiv SK	120306	1.18.80	6	Hamar V	20.2	1.29.20	-20
6.	Nicolai Ulvan, Spk Falken	271005	1.18.81	7	Hamar V	20.2	1.26.92	-21
7.	Frederik Gajos Hamre, SSSK	190306	1.18.87	15	Stavanger Sø	18.3	1.22.67	-21
8.	Kristoffer Knag Songstad, Fana IL	171205	1.20.06	3	Stavanger Sø	7.11	1.26.23	-21
9.	Nicolai Bjerke, OSK	080406	1.23.29	9	Hamar V	20.2		
10.	Bernard K Benjaminsen, Båstad IL SK	160406	1.25.68	10	Hamar V	20.2	1.39.93	-21
11.	Lars Ulveseth, Fana IL	170805	1.25.94	2	Stavanger Sø	27.3	1.41.79	-21
12.	Nikolai Sæther Ottesen, TSK	300705	1.27.13	11	Hamar V	20.2	1.32.38	-21
13.	Patrik Hansen, Skjervøy SIK	180506	1.27.26	7	Hamar V	7.8	1.35.67	-20
14.	Marius Innhaug Dahl, TT	190506	1.28.84	1	Kongsberg	5.2	1.33.54	-21
15.	Andreas Flaatten, TT	180306	1.28.99	2	Kongsberg	5.2	1.34.88	-21
16.	Edvard Morkemo, Asker SK	291105	1.32.51	2	Stavanger Sø	26.3	1.35.30	-21
17.	Alfred Blandhoel Pedersen, Tromsø SK	201105	1.33.14	9	Hamar V	7.8	1.43.64	-21
18.	Bo Oscar Lilletvedt, Fana IL	100306	1.35.82	4	Bergen Sl	20.2	1.43.66	-21
19.	Sander Innhaug Dahl, TT	190506	1.37.51	4	Tønsberg	8.2	1.44.01	-21
20.	Even Borgen Steen, Fana IL	180306	1.37.84	14	Hamar V	21.11	1.41.66	-21
21.	Teodor Isaksen, Skjervøy SIK	170506	2.18.44	5	Tromsø	6.2		
22.	Isak Henriksen, Skjervøy SIK	040805	2.37.45	6	Tromsø	6.2		

1500 meter

1.	Didrik Eng Strand, Hamar IL	130905	1.51.13	16	Inzell	5.12	1.56.59	-21
2.	Fredrik Pedersen, OSK	070406	1.56.95	3	Stavanger Sø	16.1	2.08.19	-20
3.	Filip Møller Nordal, IF Fram	201205	1.57.27	4	Heerenveen	5.3	2.09.16	-21
4.	Tinius Rambøl Alme, Aktiv SK	120306	1.59.17	5	Hamar V	19.2	2.14.50	-20
5.	Nicolai Ulvan, Spk Falken	271005	2.02.27	7	Hamar V	19.2	2.13.18	-21
6.	Kristoffer Knag Songstad, Fana IL	171205	2.03.00	3	Stavanger Sø	26.3	2.12.08	-21
7.	Arne Lernes, Tromsø SK	160705	2.03.19	9	Hamar V	19.2	2.12.67	-20
8.	Frederik Gajos Hamre, SSSK	190306	2.03.36	2	Stavanger Sø	6.11	2.08.50	-21
9.	Nicolai Bjerke, OSK	080406	2.08.31	10	Hamar V	19.2		
10.	Andreas Flaatten, TT	180306	2.09.03	11	Hamar V	19.2	2.23.47	-21
11.	Patrik Hansen, Skjervøy SIK	180506	2.11.14	12	Hamar V	19.2	2.26.45	-20
12.	Bernard K Benjaminsen, Båstad IL SK	160406	2.12.44	13	Hamar V	19.2	2.33.85	-19
13.	Marius Innhaug Dahl, TT	190506	2.14.67	12	Hamar V	20.11	2.24.86	-21
14.	Lars Ulveseth, Fana IL	170805	2.15.21	14	Hamar V	20.11	2.42.55	-21
15.	Bo Oscar Lilletvedt, Fana IL	100306	2.20.48	1	Stavanger Sø	27.3	2.42.28	-21
16.	Sander Innhaug Dahl, TT	190506	2.24.34	17	Hamar V	20.11	2.36.23	-21
17.	Edvard Morkemo, Asker SK	291105	2.24.84	2	Stavanger Sø	27.3	2.30.98	-20
18.	Nikolai Sæther Ottesen, TSK	300705	2.30.63	5	Trondheim L	27.11	2.23.64	-21
19.	Even Borgen Steen, Fana IL	180306	2.35.20	19	Hamar V	20.11	2.37.66	-20
20.	Teodor Isaksen, Skjervøy SIK	170506	3.34.62	4	Tromsø	5.2		
21.	Isak Henriksen, Skjervøy SIK	040805	4.07.94	5	Tromsø	5.2		

3000 meter

1.	Didrik Eng Strand, Hamar IL	130905	3.54.99	12	Inzell	4.12	4.10.04	-20
2.	Filip Møller Nordal, IF Fram	201205	4.06.59	4	Heerenveen	4.3	4.33.38	-21
3.	Fredrik Pedersen, OSK	070406	4.12.85	6	Stavanger Sø	15.1	4.23.88	-21
4.	Kristoffer Knag Songstad, Fana IL	171205	4.19.96	1	Stavanger Sø	27.3	4.39.58	-21

5.	Tinius Rambøl Alme, Aktiv SK	120306	4.20.63	2	Kristiansund	5.2	4.39.29	-21
6.	Frederik Gajos Hamre, SSSK	190306	4.21.76	10	Hamar V	31.10	4.28.32	-21
7.	Nicolai Ulvan, Spk Falken	271005	4.23.31	2	Stavanger Sø	27.3	4.54.74	-21
8.	Arne Lernes, Tromsø SK	160705	4.24.77	11	Hamar V	31.10	4.42.96	-20
9.	Patrik Hansen, Skjervøy SIK	180506	4.35.34	6	Hamar V	21.11	4.55.55	-20
10.	Bernard K Benjaminsen, Båstad IL SK	160406	4.38.49	3	Stavanger Sø	27.3	5.30.17	-20
11.	Marius Innhaug Dahl, TT	190506	4.38.81	7	Hamar V	21.11		
12.	Nicolai Bjerke, OSK	080406	4.48.61	7	Tønsberg	29.1		
13.	Lars Ulveseth, Fana IL	170805	4.54.49	8	Hamar V	21.11	5.34.41	-21
14.	Andreas Flaatten, TT	180306	4.56.66	8	Tønsberg	29.1		
15.	Sander Innhaug Dahl, TT	190506	5.03.57	10	Hamar V	21.11		
16.	Bo Oscar Lilletvedt, Fana IL	100306	5.12.35	3	Bergen Sl	5.12	5.33.21	-21
17.	Alfred Blandhoel Pedersen, Tromsø SK	201105	5.14.09	8	Hamar V	8.8		
18.	Even Borgen Steen, Fana IL	180306	5.49.97	9	Hamar V	8.8	5.36.93	-20
19.	Teodor Isaksen, Skjervøy SIK	170506	8.02.38	4	Tromsø	6.2		

5000 meter

1.	Didrik Eng Strand, Hamar IL	130905	7.06.34	12	Stavanger Sø	19.3		
2.	Filip Møller Nordal, IF Fram	201205	7.23.13	7	Stavanger Sø	16.1	8.15.79	-21
3.	Fredrik Pedersen, OSK	070406	7.31.10	8	Stavanger Sø	16.1		
4.	Kristoffer Knag Songstad, Fana IL	171205	7.34.81	1	Stavanger Sø	26.3	8.45.31	-21
5.	Frederik Gajos Hamre, SSSK	190306	8.06.32	15	Tønsberg	13.3		
6.	Patrik Hansen, Skjervøy SIK	180506	8.23.68	1	Tromsø	6.2		
7.	Bo Oscar Lilletvedt, Fana IL	100306	8.33.01	2	Stavanger Sø	26.3	9.37.49	-21
8.	Lars Ulveseth, Fana IL	170805	8.38.05	3	Stavanger Sø	26.3	9.58.65	-21
9.	Even Borgen Steen, Fana IL	180306	11.43.15	2	Bergen Sl	26.2	10.56.53	-20

10000 meter

1.	Kristoffer Knag Songstad, Fana IL	171205	17.34.89	2	Bergen Sl	22.1	17.28.42	-21
2.	Bo Oscar Lilletvedt, Fana IL	100306	18.33.16	2	Bergen Sl	26.2	20.10.69	-21
3.	Lars Ulveseth, Fana IL	170805	19.00.37	4	Bergen Sl	22.1	22.18.01	-21

Gutter 16 år

(født 1.7.2004-30.06.2005)

Antall løpere under 50,0 på 500 meter for utvalgte år:

1980	2000	2012	2014	2016	2020	2021
37	30	15	13	21	10	16

500 meter

1.	Finn Elias Haneberg, Hamar IL	120605	38.15	1	Hamar V	19.2	40.84	-21
2.	Aron Aannø, Bjugn/Ørland SK	050505	38.34	1	Heerenveen	4.3	39.55	-20
3.	Sigurd Henriksen, Fana IL	261004	39.00	54	Inzell	1.10	38.72	-21
4.	Christoffer Tellinga Hovde, Jevnaker IF	120305	39.13	3	Hamar V	20.2	41.09	-21
5.	Linus August Risnes, Aktiv SK	290405	39.24	15	Stavanger Sø	18.3	40.30	-20
6.	Ivar Norheim, Fana IL	220904	39.43	2	Stavanger Sø	27.3	40.72	-21
7.	Sivert Refsdal, Hamar IL	150405	40.38	8	Hamar V	19.2	41.52	-21
8.	Leo Løland Eikeseth, Fana IL	021004	42.17	6	Hamar V	6.8	41.11	-20
9.	Jonas Olderli Berget, Spk Falken	140405	42.59	4	Stavanger Sø	26.3	48.51	-21
10.	Jørgen Szygenda, Sør-Fron IL	220804	42.75	13	Hamar V	19.2	45.43	-20
11.	Mats Bye Martinsen, Geithus IL	290305	45.90	16	Hamar V	19.2	47.32	-20
12.	Bjørn Tore Hagen, Geithus IL	180405	50.99	10	Hamar V	14.8	53.84	-20

13.	Benjamin Kovacs, H&BSK	05	53.50	3	Tønsberg	13.3	

1000 meter

1.	Finn Elias Haneberg, Hamar IL	120605	1.15.19	1	Heerenveen	5.3	1.23.49 -21
2.	Aron Aannø, Bjugn/Ørland SK	050505	1.15.78	2	Heerenveen	5.3	1.19.43 -20
3.	Christoffer Tellinga Hovde, Jevnaker IF	120305	1.16.96	4	Hamar V	20.2	1.21.55 -20
4.	Ivar Norheim, Fana IL	220904	1.17.00	2	Hamar V	21.11	1.21.14 -21
5.	Linus August Risnes, Aktiv SK	290405	1.17.49	8	Stavanger Sø	18.3	1.19.50 -20
6.	Sivert Refsdal, Hamar IL	150405	1.19.86	8	Hamar V	20.2	1.23.98 -21
7.	Jonas Olderli Berget, Spk Falken	140405	1.29.67	3	Stavanger Sø	27.3	
8.	Jørgen Szygenda, Sør-Fron IL	220804	1.29.90	12	Hamar V	21.11	1.36.85 -20
9.	Mats Bye Martinsen, Geithus IL	290305	1.32.68	12	Hamar V	20.2	1.37.38 -20
10.	Bjørn Tore Hagen, Geithus IL	180405	1.42.67	6	Hamar V	7.8	2.21.12 -20

1500 meter

1.	Sigurd Henriksen, Fana IL	261004	1.49.19	10	Inzell	5.12	1.52.69 -21
2.	Finn Elias Haneberg, Hamar IL	120605	1.54.71	2	Hamar V	19.2	2.13.17 -20
3.	Ivar Norheim, Fana IL	220904	1.57.59	2	Hamar V	20.11	2.01.30 -21
4.	Linus August Risnes, Aktiv SK	290405	1.57.79	20	Inzell	20.2	2.04.14 -20
5.	Aron Aannø, Bjugn/Ørland SK	050505	1.59.56	3	Hamar V	20.11	2.01.05 -20
6.	Sivert Refsdal, Hamar IL	150405	2.03.10	8	Hamar V	19.2	2.12.46 -21
7.	Mats Bye Martinsen, Geithus IL	290305	2.21.37	14	Hamar V	19.2	2.27.27 -21
8.	Jonas Olderli Berget, Spk Falken	140405	2.21.92	5	Stavanger Sø	26.3	
9.	Jørgen Szygenda, Sør-Fron IL	220804	2.23.63	15	Hamar V	19.2	2.34.24 -20
10.	Bjørn Tore Hagen, Geithus IL	180405	2.44.34	6	Hamar V	7.8	3.01.13 -20

3000 meter

1.	Sigurd Henriksen, Fana IL	261004	3.42.43	1	Inzell	4.12	3.58.01 -21
2.	Finn Elias Haneberg, Hamar IL	120605	4.03.22	2	Heerenveen	4.3	4.35.94 -21
3.	Ivar Norheim, Fana IL	220904	4.05.52	1	Stavanger Sø	7.11	4.15.06 -21
4.	Aron Aannø, Bjugn/Ørland SK	050505	4.13.55	8	Heerenveen	4.3	4.17.23 -20
5.	Linus August Risnes, Aktiv SK	290405	4.16.34	20	Inzell	19.2	4.24.01 -20
6.	Leo Løland Eikeseth, Fana IL	021004	4.29.47	4	Hamar V	8.8	4.23.85 -20
7.	Sivert Refsdal, Hamar IL	150405	4.31.43	5	Hamar V	21.11	4.44.13 -21
8.	Mats Bye Martinsen, Geithus IL	290305	5.20.87	2	Geithus	11.12	5.13.81 -21
9.	Jonas Olderli Berget, Spk Falken	140405	5.28.19	3	Kristiansund	19.3	

5000 meter

1.	Sigurd Henriksen, Fana IL	261004	6.33.16	1	Innsbruck	29.1	6.40.51 -21
2.	Ivar Norheim, Fana IL	220904	7.09.26	1	Stavanger Sø	16.10	7.37.50 -21
3.	Finn Elias Haneberg, Hamar IL	120605	7.46.69	9	Tønsberg	13.3	
4.	Aron Aannø, Bjugn/Ørland SK	050505	7.54.70	11	Tønsberg	13.3	
5.	Linus August Risnes, Aktiv SK	290405	8.01.32	14	Tønsberg	13.3	

10000 meter

1.	Sigurd Henriksen, Fana IL	261004	13.30.85	1	Hamar V	31.10	13.54.35 -21
2.	Ivar Norheim, Fana IL	220904	15.07.17	10	Stavanger Sø	20.3	15.56.54 -21

VETERANSTATISTIKKEN 2021/22

Kvinner K 30 (født 1.7.1987-30.6.1992)

500 meter

1.	Siri Moseng Reiersen, Arendal SK	081289	46.65	3	Arendal Myra	1.3	41.11	-15
2.	Camilla Hallås Farestveit, Bergen SK	051289	46.83	2	Bergen Sl	20.2	42.02	-14
3.	Mari Grøsland, Geithus IL	260492	50.18	5	Geithus	13.11	44.74	-09
4.	Cecilie Larsen, Arendal SK	070891	53.16	1	Stavanger Sø	26.3	49.29	-08
5.	Thea Isaksen, Tromsø SK	190291	70.52	5	Tromsø	5.2		
6.	Siri Behrens Måsøval, Trondheim KK	231290	80.52	2	Oslo Fr	12.2		

1000 meter

1.	Marit Fjellanger Bøhm, SSSK	241088	1.22.71	4	Beijing Chao	17.2	1.22.26	-20
2.	Camilla Hallås Farestveit, Bergen SK	051289	1.32.42	1	Bergen Sl	20.2	1.21.67	-14
3.	Thea Isaksen, Tromsø SK	190291	2.22.97	4	Tromsø	6.2		
4.	Siri Behrens Måsøval, Trondheim KK	231290	3.03.52	3	Oslo Fr	13.2		

1500 meter

1.	Marit Fjellanger Bøhm, SSSK	241088	2.00.38	12	Heerenveen	8.1	2.03.73	-14
2.	Thea Isaksen, Tromsø SK	190291	3.24.58	4	Tromsø	5.2		
3.	Siri Behrens Måsøval, Trondheim KK	231290	4.33.91	4	Oslo Fr	12.2		

3000 meter

1.	Marit Fjellanger Bøhm, SSSK	241088	4.06.69	14	Salt Lake Ci	3.12	4.10.66	-21
2.	Thea Isaksen, Tromsø SK	190291	7.06.64	3	Tromsø	6.2		
3.	Mari Trætteberg Haraldsen, Sør-Fron	180492	7.47.12	3	Hundorp	12.1		

5000 meter

1.	Eirin Lien, Tynset IF	241190	12.17.64	1	Tynset	2.3		

10000 meter

1.	Line Moen Bredalslien, Tynset IF	201190	24.12.75	1	Tynset	27.2		
2.	Eirin Lien, Tynset IF	241190	25.34.27	4	Tynset	27.2		

Kvinner K 35 (født 1.7.1982-30.6.1987)

500 meter

1.	Hege Stubberud Fossum, Tynset IF	150983	59.93	8	Bjugn Fosenh	1.4	63.58	-21
2.	Maria Godø Birkeli, Geithus IL	010782	63.43	4	Geithus	22.12		
3.	Irene Fundingsland Andersen, H&BSK	160184	90.45	29	Geithus	16.1		

1000 meter

1.	Hege Stubberud Fossum, Tynset IF	150983	2.09.91	2	Hamar V	14.8	2.16.06	-21
2.	Maria Godø Birkeli, Geithus IL	010782	2.10.86	2	Geithus	22.12		

1500 meter

1.	Hege Stubberud Fossum, Tynset IF	150983	3.03.88	6	Bjugn Fosenh	2.4	3.40.30	-21
2.	Maria Godø Birkeli, Geithus IL	010782	3.30.74	1	Hamar V	12.2		

3000 meter

1.	Hege Stubberud Fossum, Tynset IF	150983	6.58.78	1	Tynset	26.2	7.22.54	-21
2.	Maria Godø Birkeli, Geithus IL	010782	7.00.60	2	Geithus	6.3		

5000 meter

1.	Hege Stubberud Fossum, Tynset IF	150983	10.58.60	6	Bjugn Fosenh	1.4	13.56.57	-20
2.	Maria Godø Birkeli, Geithus IL	010782	11.58.71	1	Geithus	9.3		
3.	Britt Bakken Løvlien, Tynset IF	021284	14.30.50	4	Tynset	2.3		

10000 meter

1.	Hege Stubberud Fossum, Tynset IF	150983	22.40.28	5	Bjugn Fosenh	2.4	28.31.31	-20
2.	Britt Bakken Løvlien, Tynset IF	021284	31.30.6	8	Tynset	27.2		

Kvinner K 40 (født 1.7.1977-30.6.1982)

500 meter

1.	Ragnhild Andresen, Sats Sjølyst BIL Oslo	080478	50.60	2	Oslo Fr	1.12	43.88	-01
2.	Tove Julianne Nerdahl, Trondheim KK	220778	55.46	34	Inzell	30.1	49.8	-96
3.	Jenny Støholen, Tynset IF	081277	68.08	3	Tynset	17.2	67.77	-21
4.	Berit Nordstad, Tynset IF	150282	115.34	7	Tynset	30.12		

1000 meter

1.	Ragnhild Andresen, Sats Sjølyst Oslo	080478	1.41.76	1	Oslo Fr	1.12	1.28.0	-01
2.	Tove Julianne Nerdahl, Trondheim KK	220778	2.03.74	35	Inzell	30.1	1.45.71	-10

1500 meter

1.	Tove Julianne Nerdahl, Trondheim KK	220778	3.36.58	9	Bjugn Fosenh	2.4	2.47.9	-96

3000 meter

1.	Jenny Støholen, Tynset IF	081277	7.34.71	2	Tynset	26.2	7.29.26	-20
2.	Guro Nyhus Hylen, Tynset IF	140281	9.48.86	1	Tynset	2.3		

5000 meter

1.	Tove Julianne Nerdahl, Trondheim	220778	14.18.11	11	Bjugn Fosenh	1.4	14.23.60	-21

10000 meter

1.	Jenny Støholen, Tynset IF	081277	26.49.08	5	Tynset	27.2	29.33.85	-20
2.	Tove Julianne Nerdahl, Trondheim	220778	28.00.05	10	Bjugn Fosenh	2.4		

Kvinner K 45 (født 1.7.1972-30.6.1977)

500 meter

1.	Renate Jeppsson, Nesodden IF	160473	47.10	1	Hamar V	12.2	42.90	-07
2.	Monika Holth, Geithus IL	140377	52.12	1	Stavanger Sø	10.10	53.48	-20
3.	Solfrid Sivertsen, Gjøvik SK	190776	54.40	4	Bjugn Fosenh	1.4	47.05	-95
4.	Svetlana K Johnsen, Tynset IF	060175	54.58	1	Tynset	6.2	42.0	-98
5.	Aina Veronika Nesmoen, Nesmoen Design BIL	021274	64.99	2	Trondheim L	14.2		
6.	Kathrine Møller Nordal, IF Fram	080675	70.30	7	Dølemo	31.12	65.14	-14
7.	Monika Saur Høyer, Leinstrand IL	290376	70.95	8	Trondheim L	8.3		
8.	Marianne Trønnes, Tynset IF	011275	81.43	4	Tynset	9.12	65.23	-20
9.	May Silje Findahl, Tynset IF	290175	85.22	5	Tynset	23.1		
10.	Siri Sæther, Spk. Falken	070475	105.24	1	Tronheim L	8.3		

1000 meter

1.	Renate Jeppsson, Nesodden IF	160473	1.38.59	1	Hamar V	13.2	1.24.82	-07
2.	Monika Holth, Geithus IL	140377	1.47.06	2	Hamar V	13.2	1.47.29	-20
3.	Aina Veronika Nesmoen, Nesmoen Design	021274	2.25.36	2	Trondheim L	21.2		

1500 meter

1.	Renate Jeppsson, Nesodden IF	160473	2.35.94	1	Hamar V	12.2	2.12.37	-07
2.	Monika Holth, Geithus IL	140377	2.45.23	2	Hamar V	12.2	2.41.57	-20
3.	Solfrid Sivertsen, Gjøvik SK	190776	2.49.21	4	Bjugn Fosenh	2.4	2.23.91	-95
4.	Aina Veronika Nesmoen, Nesmoen Design	021274	3.45.46	3	Trondheim L	14.2		
5.	May Silje Findahl, Tynset IF	290175	4.16.76	3	Tynset	10.3		

3000 meter

1.	Monika Holth, Geithus IL	140377	5.40.08	1	Stavanger Sø	10.10	5.41.40	-20
2.	Aina Veronika Nesmoen, Nesmoen	021274	8.31.11	2	Trondheim L	28.2		
3.	May Silje Findahl, Tynset IF	290175	8.50.82	6	Tynset	26.2		

5000 meter

1.	Solfrid Sivertsen, Gjøvik SK	190776	10.07.72	2	Bjugn Fosenh	1.4	8.37.5	-95
2.	May Silje Findahl, Tynset IF	290175	14.29.27	3	Tynset	2.3		

10000 meter

1.	Solfrid Sivertsen, Gjøvik SK	190776	21.12.84	2	Bjugn Fosenh	2.4		
2.	Svetlana K Johnsen, Tynset IF	060175	25.11.67	2	Tynset	27.2	22.20.93	-20
3.	May Silje Findahl, Tynset IF	290175	31.59.42	10	Tynset	27.2		

Kvinner K 50 (født 1.7.1967-30.6.1972)

500 meter

1.	Greta Tollefsen, Tromsø SK	251068	52.28	2	Bjugn Fosenh	1.4	48.64	-17
2.	Marja Haartsen, Aktiv SK	080172	54.34	1	Hamar V	12.2	49.49	-14
3.	Trine Landsem, Spk Falken	290468	55.26	32	Inzell	30.1	55.36	-21
4.	Susanne Vangen Stensvaag, Hamar IL	020271	62.88	17	Hamar V	29.11	58.36	-20
5.	Marit Dalseth Riktor, Lilleborg IK	111167	74.57	11	Bjugn Fosenh	1.4	66.4	-09

1000 meter

1.	Trine Landsem, Spk Falken	290468	1.45.42	29	Inzell	30.1	1.45.75	-19
2.	Marja Haartsen, Aktiv SK	080172	1.48.96	1	Hamar V	13.2	1.37.80	-07
3.	Susanne Vangen Stensvaag, Hamar IL	020271	2.15.02	3	Hamar V	13.2	1.58.50	-19

1500 meter

1.	Trine Landsem, Spk Falken	290468	2.44.27	3	Heerenveen	17.3	2.41.61	-20
2.	Greta Tollefsen, Tromsø SK	251068	2.44.85	2	Bjugn Fosenh	2.4	2.25.78	-16
3.	Marja Haartsen, Aktiv SK	080172	2.55.87	2	Hamar V	12.2	2.32.24	-07
4.	Susanne Vangen Stensvaag, Hamar IL	020271	3.24.82	3	Hamar V	12.2	3.05.63	-19
5.	Marit Dalseth Riktor, Lilleborg IK	111167	3.44.08	11	Bjugn Fosenh	2.4	3.20.4	-09

3000 meter

1.	Trine Landsem, Spk Falken	290468	5.58.68	1	Hamar V	13.2	5.42.62	-19
2.	Marja Haartsen, Aktiv SK	080172	6.26.10	2	Hamar V	13.2	5.32.19	-07
3.	Susanne Vangen Stensvaag, Hamar IL	020271	7.13.50	3	Hamar V	13.2	6.33.02	-19
4.	Marit Dalseth Riktor, AHUS BIL Oslo	111167	8.58.85	2	Oslo Fr	12.1	7.12.80	-14

5000 meter

1.	Trine Landsem, Spk Falken	290468	9.51.23	2	Heerenveen	16.3	9.41.72	-20
2.	Greta Tollefsen, Tromsø SK	251068	10.22.06	5	Bjugn Fosenh	1.4	8.53.52	-17
3.	Susanne Vangen Stensvaag, Hamar IL	020271	12.40.82	8	Bjugn Fosenh	1.4	11.58.94	-19
4.	Marit Dalseth Riktor, Lilleborg IK	111167	12.44.73	9	Bjugn Fosenh	1.4	11.35.6	-09
5.	Mona Brøten, Tynset IF	200768	15.17.32	1	Tynset	8.3		

10000 meter

1.	Trine Landsem, Spk Falken	290468	20.20.69	1	Bjugn Fosenh	2.4	19.52.97	-20
2.	Marit Dalseth Riktor, Lilleborg IK	111167	25.21.00	7	Bjugn Fosenh	2.4	23.52.6	-07
3.	Susanne Vangen Stensvaag, Hamar IL	020271	25.45.58	8	Bjugn Fosenh	2.4	25.00.06	-19

Kvinner K 55 (født 1.7.1962-30.6.1967)

500 meter

1.	Ingunn Sandø, Sør-Fron IL	240363	54.61	7	Erfurt	4.12	48.43	-81
2.	Ingrid Fiskvik Rokseth, Trondheim KK	060267	58.23	7	Bjugn Fosenh	1.4	47.5	-83
3.	Siri Gihle Lund, Geithus IL	130465	60.63	14	Geithus	13.11	58.03	-09
4.	Astrid Vårvik Nordheim, Leinstrand IL	080465	66.97	5	Trondheim L	8.3	48.05	-10
5.	Marit Jagtøyen Mazzetti, Leinstrand IL	150566	69.03	6	Kristiansund	19.3	49.1	-83

1000 meter

1.	Ingunn Sandø, Sør-Fron IL	240363	1.50.71	6	Erfurt	5.12	1.35.66	-07
2.	Siri Gihle Lund, Geithus IL	130465	2.14.69	5	Geithus	9.3	1.57.41	-12

1500 meter

1.	Ingunn Sandø, Sør-Fron IL	240363	2.46.52	1	Hamar V	20.11	2.27.70	-07
2.	Ingrid Fiskvik Rokseth, Trondheim KK	060267	3.17.42	8	Bjugn Fosenh	2.4	2.34.8	-83
3.	Marit Jagtøyen Mazzetti, SINTEF BIL	150566	3.44.70	2	Trondheim L	14.2	2.35.5	-83

3000 meter

1.	Ingunn Sandø, Sør-Fron IL	240363	5.59.10	6	Erfurt	5.12	5.14.30	-07
2.	Kari Jønland, Tynset IF	220464	13.37.37	4	Tynset	25.2		

5000 meter

1.	Ingrid Fiskvik Rokseth, Trondheim	060267	12.57.20	10	Bjugn Fosenh	1.4		

10000 meter

1.	Ingrid Fiskvik Rokseth, Trondheim	060267	27.29.33	9	Bjugn Fosenh	2.4		

Kvinner K 60 (født 1.7.1957-30.6.1962)

500 meter

1.	Marita Agnethe Steen, Bjugn/Ørland SK	090359	52.85	1	Hamar V	12.2	47.37	-13
2.	Sara Hemmer, Aktiv SK	250359	59.77	2	Stavanger Sø	26.3	55.5	-12

1000 meter

1.	Marita Agnethe Steen, Bjugn/Ørland	090359	1.47.65	1	Hamar V	13.2	1.32.93	-13
2.	Sara Hemmer, Kuben VGS BIL Oslo	250359	2.03.76	1	Oslo Fr	8.12	1.52.88	-13

1500 meter

1.	Marita Agnethe Steen, Bjugn/Ørland	090359	2.46.72	1	Hamar V	12.2	2.26.54	-11
2.	Sara Hemmer, Aktiv SK	250359	2.51.99	1	Stavanger Sø	27.3	2.43.50	-12

3000 meter

1.	Marita Agnethe Steen, Bjugn/Ørland	090359	5.59.26	1	Hamar V	13.2	5.04.27	-11
2.	Sara Hemmer, Kuben VGS BIL Oslo	250359	6.10.17	1	Oslo Fr	12.1	5.43.07	-19

5000 meter

1.	Sara Hemmer, Aktiv SK	250359	9.40.97	1	Stavanger Sø	26.3	9.22.37	-19
2.	Marita Agnethe Steen, Bjugn/Ørland	090359	10.16.02	3	Bjugn Fosenh	1.4	9.30.86	-10
3.	Anne Bjørnsmoen, Tynset IF	070359	17.23.32	2	Tynset	8.3	11.53.95	-17

10000 meter

1.	Sara Hemmer, Aktiv SK	250359	19.33.17	1	Stavanger Sø	27.3	19.11.29	-13
2.	Marita Agnethe Steen, Bjugn/Ørland	090359	22.06.78	4	Bjugn Fosenh	2.4	19.35.85	-10

Kvinner K 70 (født 1.7.1947-30.6.1952)

500 meter

1.	Jenny Noraberg Müller, Geithus IL	020652	84.10	3	Geithus	6.3	80.42	-17

1000 meter

1.	Jenny Noraberg Müller, Geithus IL	020652	2.53.65	6	Geithus	9.3	2.44.96	-17

1500 meter

1.	Jenny Noraberg Müller, Geithus IL	020652	4.24.10	1	Geithus	9.3	4.34.30	-21

3000 meter

1.	Jenny Noraberg Müller, Geithus IL	020652	8.53.82	3	Geithus	6.3		

Kvinner K 80 (født 1.7.1937-30.6.1942)

3000 meter

1.	Marit Hoff, Tynset IF	050440	10.50.28	3	Tynset	25.2	10.32.72	-21

5000 meter

1.	Marit Hoff, Tynset IF	050440	18.09.19	1	Tynset	25.2	18.20.83	-20

VETERANSTATISTIKKEN 2021/22

Menn M 30 (født 1.7.1987-30.6.1992)

500 meter

1.	Ole Bjørnsmoen Næss, Tynset IF	020691	39.81	6	Hamar V	30.1	38.30	-14
2.	Anders Tandberg Nummedal, TT	280689	42.69	1	Tønsberg	21.12	37.29	-13
3.	Anne Gerben Wind, Bjugn/Ørland SK	200392	42.74	4	Bjugn Fosenh	23.3	39.52	-15
4.	Morten Kolstad, Lilleborg IK	050592	43.15	1	Hamar V	12.2	41.07	-19
5.	Adriaen Verheyleweghen, NTNU BIL Trh	141091	43.50	1	Trondheim L	15.11	39.49	-10
6.	Ekrem Erkin, Arendal SK	200692	44.26	4	Stavanger Sø	26.3	49.17	-21
7.	Øystein Akselsen, Harstad SK	280891	45.05	1	Harstad	2.2	41.03	-11
8.	Andreas Haugerud, Sykehuset Innlandet	210787	45.34	3	Oslo Fr	2.2	41.82	-16
9.	Håvard Straumsnes, Oslo Speedskaters	071291	45.66	2	Hamar V	12.2	53.75	-19
10.	Andreas Falk-Larssen, Offshore BIL Trh	181188	48.71	6	Trondheim L	31.1	53.86	-21
11.	Steffen Owesen Hansen, Spk Falken	040788	50.63	6	Trondheim L	8.3	40.29	-07
12.	Håkon Kruse Ludvigsen, Sør-Fron IL	061187	54.04	6	Hundorp	9.3	56.20	-20

1000 meter

1.	Ole Bjørnsmoen Næss, Tynset IF	020691	1.15.53	25	Inzell	25.2	1.13.66	-12
2.	Anne Gerben Wind, Bjugn/Ørland SK	200392	1.28.26	3	Bjugn Fosenh	23.3	1.17.77	-15
3.	Morten Kolstad, Bekk BIL Oslo	050592	1.29.19	2	Oslo Fr	1.12	1.22.37	-18
4.	Ekrem Erkin, Arendal SK	200692	1.32.90	6	Stavanger Sø	26.3	1.46.30	-21
5.	Øystein Akselsen, Harstad SK	280891	1.35.17	4	Harstad	30.1	1.22.58	-10
6.	Håvard Straumsnes, Allergot U.skole	071291	1.37.91	3	Oslo Fr	8.12		
7.	Andreas Falk-Larssen, Offshore Trh	181188	1.38.86	6	Trondheim L	10.1	1.51.24	-02
8.	Håkon Kruse Ludvigsen, Sør-Fron IL	061187	1.56.49	6	Hundorp	2.2		

1500 meter

1.	Ole Bjørnsmoen Næss, Tynset IF	020691	1.52.53	6	Inzell	20.2	1.49.76	-15
2.	Andreas Haugerud, Sykehuset	210787	2.11.24	1	Hamar V	13.2	2.03.37	-16
3.	Morten Kolstad, Bekk BIL Oslo	050592	2.14.55	2	Oslo Fr	5.1	2.05.91	-19
4.	Håvard Straumsnes, Oslo Speedskaters	071291	2.17.86	2	Hamar V	13.2		
5.	Anne Gerben Wind, Bjugn/Ørland SK	200392	2.18.84	8	Bjugn Fosenh	2.4	1.58.45	-15
6.	Andreas Falk-Larssen, Offshore Trh	181188	2.34.63	4	Trondheim L	28.2	2.58.9	-02
7.	Øystein Akselsen, Harstad SK	280891	2.34.74	6	Tromsø	6.2	2.03.50	-10
8.	Ekrem Erkin, Arendal SK	200692	2.40.48	5	Dølemo	5.2	3.18.01	-21

3000 meter

1.	Ole Bjørnsmoen Næss, Tynset IF	020691	3.50.04	2	Inzell	19.2	3.48.89	-18
2.	Andreas Holmen Minge, Båstad IL SK	111091	4.28.76	1	Båstad	27.1	3.53.58	-12
3.	Andreas Haugerud, Sykehuset	210787	4.37.99	1	Hamar V	12.2	4.21.55	-19
4.	Morten Kolstad, Lilleborg IK	050592	4.45.80	2	Hamar V	12.2	4.30.54	-19
5.	Håvard Straumsnes, Oslo Speedskaters	071291	4.46.76	3	Hamar V	12.2	6.16.46	-19
6.	Adriaen Verheyleweghen, NTNU BIL Trh	141091	4.50.52	2	Trondheim L	15.11	4.09.44	-10
7.	Andreas Falk-Larssen, Offshore Trh	181188	5.16.22	4	Trondheim L	27.2	5.50.94	-21
8.	Øystein Akselsen, Harstad SK	280891	5.26.29	3	Harstad	2.2	4.25.99	-10

5000 meter

1.	Ole Bjørnsmoen Næss, Tynset IF	020691	6.33.05	2	Inzell	26.2	6.23.30	-15
2.	Andreas Haugerud, Sykehuset	210787	7.55.88	1	Hamar V	13.2	7.24.04	-16
3.	Håvard Straumsnes, Oslo Speedskaters	071291	7.59.46	2	Hamar V	13.2		
4.	Morten Kolstad, Lilleborg IK	050592	8.10.09	8	Stavanger Sø	26.3	7.47.37	-18

5.	Hans Kristian Smedsrød, Regnskap BIL	200189	8.35.33	6	Oslo Fr	26.1	7.31.33	-08
6.	Andreas Falk-Larssen, Offshore Trh	181188	8.58.30	5	Trondheim L	31.1		
7.	Anne Gerben Wind, Bjugn/Ørland SK	200392	9.09.36	20	Bjugn Fosenh	1.4	7.18.79	-13
8.	Øystein Akselsen, Harstad SK	280891	9.55.91	7	Tromsø	6.2	7.42.50	-11

10000 meter

1.	Ole Bjørnsmoen Næss, Tynset IF	020691	13.46.88	3	Hamar V	31.10	13.09.34	-15
2.	Håvard Straumsnes, Speedskaters	071291	17.06.48	4	Stavanger Sø	27.3		
3.	Andreas Haugerud, Aktiv SK	210787	17.24.65	6	Stavanger Sø	27.3	15.45.87	-17
4.	Anne Gerben Wind, Bjugn/Ørland SK	200392	18.40.09	15	Bjugn Fosenh	2.4	15.10.04	-13
5.	Olaf Santiago Larsen, Tynset IF	300888	36.28.82	10	Tynset	27.2		

Menn M 35 (født 1.7.1982-30.6.1987)

500 meter

1.	Martin Grothe Lien, Bygganalyse Oslo	060783	46.54	4	Oslo Fr	5.1	45.18	-18
2.	Eirik Hope, Stavanger SK	270884	47.87	14	Stavanger Sø	26.3	40.31	-03
3.	Per Myren, IL Braatt Kr.sund	261286	48.46	6	Kristiansund	19.3	46.17	-19
4.	Tommy Johansen, Leinstrand IL	190886	48.48	4	Trondheim L	8.3	40.4	-06
5.	Richard Berg, Geithus IL	010183	53.10	6	Geithus	9.3	52.30	-20
6.	Christoffer Toney Mørk, Tårnåsen skole	080484	53.58	10	Oslo Fr	1.12		
7.	Odd-Henrik Krogstad, ASKRO BIL Trh	140285	56.00	9	Trondheim L	27.2	72.53	-21
8.	Nils Jørgen Hansen, TT	040285	56.21	9	Tønsberg	21.12	39.91	-03
9.	Kenneth Sandvold, Geithus IL	080785	56.53	4	Geithus	15.12	61.20	-21
10.	Stian Bergan, Officelink BIL Trh	281185	63.18	11	Trondheim L	27.2		
11.	Jan Petersen, Leinstrand IL	83	76.96	9	Trondheim L	8.3		

1000 meter

1.	Martin Grothe Lien, Bygganalyse	060783	1.36.39	3	Oslo Fr	19.1	1.31.23	-18
2.	Richard Berg, Geithus IL	010183	1.43.82	2	Geithus	9.3		
3.	Christoffer Toney Mørk, Tårnåsen	080484	1.47.23	8	Oslo Fr	1.12		
4.	Odd-Henrik Krogstad, ASKRO BIL Trh	140285	2.03.02	7	Trondheim L	21.2		
5.	Stian Bergan, Officelink BIL Trh	281185	2.16.86	9	Trondheim L	21.2		

1500 meter

1.	Martin Grothe Lien, Bygganalyse	060783	2.18.18	3	Oslo Fr	5.1	2.14.30	-18
2.	Odd-Henrik Krogstad, ASKRO BIL Trh	140285	3.13.34	1	Trondheim L	7.3	4.22.98	-21
3.	Stian Bergan, Officelink BIL Trh	281185	3.35.72	9	Trondheim L	28.2		

3000 meter

1.	Per Myren, IL Braatt Kr.sund	261286	5.18.27	2	Kristiansund	19.3	5.17.86	-19
2.	Odd-Henrik Krogstad, ASKRO BIL Trh	140285	6.58.40	7	Trondheim L	7.2		
3.	Stian Bergan, Officelink BIL Trh	281185	7.37.98	9	Trondheim L	27.2		

5000 meter

1.	Odd-Henrik Krogstad, ASKRO BIL Trh	140285	12.21.60	8	Trondheim L	31.1		

10000 meter

1.	Martin Grothe Lien, Bygganalyse	060783	18.52.03	4	Oslo Fr	15.12	18.00.31	-18

Menn M 40 (født 1.7.1977-30.6.1982)

500 meter

1.	Eivind Vegard Lia, Geithus IL	220781	41.04	1	Hamar V	12.2	37.91	-06
2.	Odd Øystein Langegård, Geithus IL	220480	41.20	2	Hamar V	12.2	38.97	-02
3.	Tarjei Tverråen, Arendal SK	060378	41.35	2	Arendal Myra	6.1	36.60	-06
4.	Kenneth Melin-Grødahl, Narvik SK	031280	41.93	1	Harstad	26.2	40.70	-99
5.	Reidar Bohlin Borgersen, Geithus IL	100480	42.27	3	Hamar V	12.2	39.03	-08
6.	Frank Erik Tindvik, H&BSK	090781	42.47	4	Hamar V	12.2	40.84	-20
7.	Odd Bohlin Borgersen, Geithus IL	100480	43.40	4	Geithus	6.3	37.73	-06
8.	Morten Andre Engen, Harstad SK	010279	45.02	3	Harstad	26.2	45.0	-98

9.	Christian Eidsvåg, Tynset IF	220582	45.40	3	Kristiansund	19.3	54.22	-21
10.	Ole Andreas Andreassen, Harstad SK	080680	48.01	5	Harstad	2.2	47.11	-19
11.	Eirik Brynhildsen, Geithus IL	091180	49.59	7	Geithus	26.2	56.28	-21
12.	Erlend Clausen, Geithus IL	020780	50.10	3	Geithus	9.3	49.00	-21
13.	Geir Evensen, Arendal SK	290280	50.91	5	Arendal Myra	1.3		
14.	Frode Nordahl, Nesodden IF	230679	51.74	7	Hamar V	12.2	50.43	-18
15.	Eric Clement, Hardanger SK	130679	54.06	8	Bergen Sl	19.2	49.47	-12
16.	Hugo Pedersen, Arendal SK	240777	59.79	5	Arendal Myra	21.12		
17.	Bjørn Moen, Tynset IF	010278	61.38	1	Tynset	23.1		
18.	Ole Jermstad, Spk Falken	130380	61.47	10	Trondheim L	8.3		
19.	Pieter De Wilde, NTNU BIL Trh	061280	63.72	10	Trondheim L	7.3	67.52	-21
20.	Per-Sverre Hagen, Tynset IF	081179	69.28	3	Tynset	10.3	94.6	-90
21.	Sindre Sørhus, Tynset IF	290880	69.38	4	Tynset	10.3	72.22	-21

1000 meter

1.	Tarjei Tverråen, Arendal SK	060378	1.22.26	2	Arendal Myra	10.2	1.11.78	-06
2.	Reidar Bohlin Borgersen, Geithus IL	100480	1.25.27	1	Geithus	9.2	1.15.62	-03
3.	Kenneth Melin-Grødahl, Narvik SK	031280	1.26.77	1	Harstad	30.1	1.20.59	-99
4.	Morten Andre Engen, Harstad SK	010279	1.29.75	2	Stavanger Sø	27.3	1.34.55	-94
5.	Christian Eidsvåg, Tynset IF	220582	1.31.43	1	Tynset	17.2	1.54.10	-21
6.	Ole Andreas Andreassen, Harstad SK	080680	1.39.95	1	Harstad	2.2	1.36.90	-19
7.	Erlend Clausen, Geithus IL	020780	1.39.96	4	Geithus	26.1	1.39.89	-21
8.	Frode Nordahl, Nesodden IF	230679	1.46.22	7	Hamar V	12.2	1.44.07	-18
9.	Eirik Brynhildsen, Geithus IL	091180	1.46.44	4	Geithus	9.3	2.00.51	-21
10.	Eric Clement, Hardanger SK	130679	1.47.33	6	Bergen Sl	20.2	1.44.2	-01
11.	Geir Evensen, Arendal SK	290280	1.53.35	8	Arendal Myra	25.11		
12.	Pieter De Wilde, NTNU BIL Trh	061280	2.09.68	13	Trondheim L	10.1	2.17.05	-21

1500 meter

1.	Eivind Vegard Lia, Geithus IL	220781	2.03.20	1	Hamar V	13.2	1.50.86	-08
2.	Reidar Bohlin Borgersen, Geithus IL	100480	2.03.51	2	Hamar V	13.2	1.52.01	-03
3.	Frank Erik Tindvik, H&BSK	090781	2.04.50	3	Hamar V	13.2	1.59.58	-19
4.	Odd Øystein Langegård, Geithus IL	220480	2.06.21	4	Hamar V	13.2	1.55.07	-02
5.	Kjetil Johansen Amundrud, Brandbu IF	241278	2.07.82	23	Hamar V	30.10	1.56.30	-08
6.	Tarjei Tverråen, Arendal SK	060378	2.13.81	1	Dølemo	5.2	1.50.60	-06
7.	Morten Andre Engen, Harstad SK	010279	2.17.20	5	Hamar V	13.2	2.27.48	-93
8.	Kenneth Melin-Grødahl, Narvik SK	031280	2.19.10	1	Tromsø	6.2	2.02.89	-99
9.	Christian Eidsvåg, Tynset IF	220582	2.20.27	3	Tynset	30.1	2.58.18	-21
10.	Erlend Clausen, Geithus IL	020780	2.39.69	1	Geithus	9.3	2.30.24	-21
11.	Frode Nordahl, Nesodden IF	230679	2.46.21	6	Hamar V	13.2	2.45.23	-18
12.	Eirik Brynhildsen, Geithus IL	091180	2.47.07	7	Hamar V	13.2		
13.	Pieter De Wilde, NTNU BIL Trh	061280	3.31.28	2	Trondheim L	7.3	3.41.82	-21
14.	Sindre Sørhus, Tynset IF	290880	3.37.22	2	Tynset	10.3		
15.	Per-Sverre Hagen, Tynset IF	081179	3.41.85	3	Tynset	10.3		

3000 meter

1.	Reidar Bohlin Borgersen, Geithus IL	100480	4.18.22	1	Hamar V	12.2	3.51.50	-02
2.	Frank Erik Tindvik, H&BSK	090781	4.19.19	1	Stavanger Sø	27.3	4.10.72	-20
3.	Eivind Vegard Lia, Geithus IL	220781	4.21.77	3	Hamar V	12.2	4.01.92	-05
4.	Odd Øystein Langegård, Geithus IL	220480	4.26.66	1	Hamar V	14.8	4.03.43	-99
5.	Kjetil Johansen Amundrud, Brandbu IF	241278	4.26.70	11	Hamar V	31.10	4.04.88	-16
6.	Tarjei Tverråen, Arendal SK	060378	4.29.86	2	Arendal Myra	1.3	3.57.73	-06
7.	Kenneth Melin-Grødahl, Narvik SK	031280	4.49.95	3	Tromsø	5.2	4.17.02	-99
8.	Christian Eidsvåg, Tynset IF	220582	4.52.79	2	Tynset	4.2		
9.	Morten Andre Engen, Harstad SK	010279	5.01.19	5	Hamar V	12.2	5.09.53	-94
10.	Erlend Clausen, Geithus IL	020780	5.57.36	8	Geithus	13.11	5.46.65	-21
11.	Eirik Brynhildsen, Geithus IL	091180	6.12.69	6	Hamar V	12.2		
12.	Eric Clement, Hardanger SK	130679	6.19.04	1	Bergen Sl	26.2	5.48.3	-01

13.	Bjørn Moen, Tynset IF	010278	6.40.32	3	Tynset	4.2		

5000 meter

1.	Reidar Bohlin Borgersen, Geithus IL	100480	7.24.43	1	Hamar V	13.2	6.25.77	-08
2.	Frank Erik Tindvik, H&BSK	090781	7.27.85	2	Stavanger Sø	26.3	7.12.43	-20
3.	Eivind Vegard Lia, Geithus IL	220781	7.37.46	3	Hamar V	13.2	7.13.32	-05
4.	Odd Øystein Langegård, Geithus IL	220480	8.03.42	4	Hamar V	13.2	7.00.21	-00
5.	Christian Eidsvåg, Tynset IF	220582	8.23.44	2	Tynset	6.2		
6.	Kenneth Melin-Grødahl, Narvik SK	031280	8.28.09	2	Harstad	26.2	7.21.65	-99
7.	Morten Andre Engen, Harstad SK	010279	8.50.15	5	Hamar V	13.2		
8.	Eirik Brynhildsen, Geithus IL	091180	10.34.28	1	Geithus	9.3	12.27.26	-21
9.	Per-Sverre Hagen, Tynset IF	081179	14.09.85	1	Tynset	8.3		

10000 meter

1.	Christian Eidsvåg, Tynset IF	220582	18.20.32	13	Bjugn Fosenh	2.4		
2.	Eirik Brynhildsen, Geithus IL	091180	22.51.86	15	Geithus	27.2		
3.	Bjørn Moen, Tynset IF	010278	23.37.56	3	Tynset	23.1		
4.	Per-Sverre Hagen, Tynset IF	081179	30.03.52	5	Tynset	27.2		

Menn M 45 (født 1.7.1972-30.6.1977)

500 meter

1.	Arild Jøssing Kotte, Bjugn/Ørland SK	270276	42.46	1	Hamar V	12.2	42.14	-20
2.	Arild Finnesand, SSSK	120374	42.90	2	Stavanger Sø	2.2	42.63	-20
3.	Frode Midjo, Trondheim KK	120274	42.97	2	Bjugn Fosenh	1.4	39.86	-15
4.	Einar Mathiassen, SSSK	170177	43.24	1	Stavanger Sø	27.10	41.80	-96
5.	Ronny Pettersen, Harstad SK	010874	43.55	2	Stavanger Sø	26.3	44.63	-21
6.	Thomas Røste, Trondheim KK	301274	43.57	5	Bjugn Fosenh	1.4	39.59	-07
7.	Torbjørn Lie, SSSK	161272	43.92	5	Stavanger Sø	9.3	39.9	-98
8.	Knut Birger Andersen, Drammens SK	250275	44.44	5	Stavanger Sø	26.3	44.1	-91
9.	Øystein Grødum, Arendal SK	150277	44.48	3	Arendal Myra	10.2	39.10	-06
10.	Marius Krokhaug, Tynset IF	110277	44.79	2	Hamar V	21.11	42.85	-94
11.	Anders Ratdal, Trondheim KK	171176	45.67	10	Bjugn Fosenh	1.4	39.52	-02
12.	Espen Karlsrud, Norconsult BIL Trh	180276	47.54	3	Trondheim L	10.1	47.50	-21
13.	Ronny Støbakk, Panserkam.	110373	47.64	18	Bjugn Fosenh	1.4	43.59	-12
14.	Fredrik Smith, Lilleborg IK	090775	48.68	5	Geithus	26.2		
15.	Alf Sebastian Lackner, TSK	231274	50.50	12	Trondheim L	13.3	49.26	-19
16.	Kjetil Berget, Spk Falken	020976	55.11	8	Trondheim L	8.3		
17.	Robert Nakken, TT	121272	56.93	10	Tønsberg	21.12	54.82	-21
18.	Ståle Kvam, Leinstrand IL	311076	57.32	7	Trondheim L	8.3		
19.	Rune Fossum, Tynset IF	081173	59.15	2	Tynset	2.1	56.72	-21
20.	Ole Morten Mellemstrand, SSSK	250173	61.26	1	Stavanger Sø	18.3	37.48	-98
21.	Kenneth Lindberg, Tynset IF	180177	71.01	3	Tynset	9.12		

1000 meter

1.	Arild Finnesand, SSSK	120374	1.24.50	1	Stavanger Sø	2.2	1.25.79	-20
2.	Einar Mathiassen, SSSK	170177	1.25.08	1	Stavanger Sø	27.10	1.24.00	-96
3.	Torbjørn Lie, SSSK	161272	1.26.68	2	Stavanger Sø	2.2	1.19.07	-98
4.	Ronny Pettersen, Harstad SK	010874	1.27.00	3	Stavanger Sø	26.3	1.30.10	-19
5.	Knut Birger Andersen, Drammens SK	250275	1.30.80	3	Stavanger Sø	27.3	1.33.7	-90
6.	Marius Krokhaug, Tynset IF	110277	1.31.68	2	Tynset	27.1	1.26.61	-94
7.	Espen Karlsrud, Norconsult BIL Trh	180276	1.36.74	4	Trondheim L	10.1	1.37.80	-21
8.	Anders Ratdal, Interwell BIL Trh.	171176	1.39.00	7	Trondheim L	10.1	1.17.75	-02
9.	Kjetil Berget, Sintef Ocean BIL Trh	020976	2.06.06	12	Trondheim L	10.1		
10.	Rune Fossum, Tynset IF	081173	2.50.39	5	Tynset	27.1		

1500 meter

1.	Arild Jøssing Kotte, Bjugn/Ørland SK	270276	2.06.46	1	Hamar V	13.2	2.07.51	-19
2.	Einar Mathiassen, SSSK	170177	2.08.83	2	Stavanger Sø	11.12	2.08.5	-96
3.	Torbjørn Lie, SSSK	161272	2.10.73	7	Stavanger Sø	9.3	1.58.44	-98

4.	Arild Finnesand, SSSK	120374	2.10.94	8	Stavanger Sø	9.3	2.12.11	-20
5.	Frode Midjo, Trondheim KK	120274	2.12.24	3	Bjugn Fosenh	2.4	1.59.63	-15
6.	Thomas Røste, Trondheim KK	301274	2.12.36	4	Bjugn Fosenh	2.4	1.57.06	-07
7.	Ronny Pettersen, Harstad SK	010874	2.14.72	2	Stavanger Sø	27.3	2.20.21	-19
8.	Marius Krokhaug, Tynset IF	110277	2.18.62	2	Tynset	30.1	2.16.55	-94
9.	Knut Birger Andersen, Drammens SK	250275	2.19.89	3	Stavanger Sø	26.3	2.24.6	-91
10.	Anders Ratdal, Trondheim KK	171176	2.25.13	16	Bjugn Fosenh	2.4	1.59.12	-02
11.	Fredrik Smith, Lilleborg IK	090775	2.32.37	5	Geithus	27.2		
12.	Ronny Støbakk, Panserkam.	110373	2.33.78	22	Bjugn Fosenh	2.4	2.19.40	-12
13.	Espen Karlsrud, Norconsult BIL Trh	180276	2.41.06	4	Trondheim L	13.12	2.29.30	-21
14.	Kjetil Berget, Sintef Ocean BIL Trh	020976	3.23.88	11	Trondheim L	13.12		
15.	Rune Fossum, Tynset IF	081173	3.25.07	3	Tynset	22.12	3.27.17	-21

3000 meter

1.	Øystein Grødum, Arendal SK	150277	4.18.45	1	Arendal Myra	1.3	3.41.02	-06
2.	Arild Jøssing Kotte, Bjugn/Ørland SK	270276	4.23.47	1	Bjugn Fosenh	5.2	4.25.02	-21
3.	Einar Mathiassen, SSSK	170177	4.37.26	7	Stavanger Sø	12.12	4.34.77	-20
4.	Arild Finnesand, SSSK	120374	4.46.46	8	Stavanger Sø	1.12	4.39.78	-19
5.	Ronny Pettersen, Harstad SK	010874	4.47.19	2	Hamar V	12.2	5.21.34	-21
6.	Marius Krokhaug, Tynset IF	110277	4.48.26	1	Tynset	4.2	4.46.69	-93
7.	Knut Birger Andersen, Drammens SK	250275	5.08.94	4	Stavanger Sø	27.3	5.24.78	-91
8.	Fredrik Smith, Lilleborg IK	090775	5.14.58	3	Hamar V	12.2		
9.	Gard Skoe Fredriksen, EBY BIL Oslo	041073	5.16.75	2	Oslo Fr	24.11	4.58.19	-08
10.	Karl Espen Nordal, IF Fram	260872	5.55.64	5	Dølemo	31.12	6.05.39	-21

5000 meter

1.	Øystein Grødum, Arendal SK	150277	7.07.27	1	Stavanger Sø	26.3	6.15.50	-06
2.	Arild Jøssing Kotte, Bjugn/Ørland SK	270276	7.46.92	1	Hamar V	13.2	8.01.38	-21
3.	Arild Finnesand, SSSK	120374	8.01.33	4	Stavanger Sø	26.3	8.22.72	-20
4.	Frode Midjo, Trondheim KK	120274	8.03.93	3	Bjugn Fosenh	1.4	7.31.62	-14
5.	Ronny Pettersen, Harstad SK	010874	8.14.58	2	Hamar V	13.2	8.58.80	-20
6.	Marius Krokhaug, Tynset IF	110277	8.22.64	1	Tynset	6.2	8.31.7	-93
7.	Thomas Røste, Trondheim KK	301274	8.24.59	7	Bjugn Fosenh	1.4	7.12.93	-07
8.	Fredrik Smith, Lilleborg IK	090775	8.43.52	4	Geithus	26.2		
9.	Ronny Støbakk, Panserkam.	110373	9.08.02	19	Bjugn Fosenh	1.4	8.28.27	-11
10.	Anders Ratdal, Trondheim KK	171176	9.59.07	30	Bjugn Fosenh	1.4	7.29.65	-02

10000 meter

1.	Øystein Grødum, Arendal SK	150277	14.43.24	1	Stavanger Sø	27.3	12.56.38	-06
2.	Arild Jøssing Kotte, Bjugn/Ørland	270276	16.27.79	2	Bjugn Fosenh	2.10	16.54.80	-21
3.	Frode Midjo, Trondheim KK	120274	16.58.33	2	Bjugn Fosenh	2.4	15.33.59	-15
4.	Thomas Røste, Trondheim KK	301274	17.49.42	11	Bjugn Fosenh	2.4	16.08.48	-98
5.	Marius Krokhaug, Tynset IF	110277	17.49.54	12	Bjugn Fosenh	2.4	18.45.72	-20
6.	Fredrik Smith, Lilleborg IK	090775	18.39.59	4	Geithus	27.2		
7.	Ronny Støbakk, Panserkam.	110373	18.41.09	16	Bjugn Fosenh	2.4	17.29.14	-11
8.	Gard Skoe Fredriksen, EBY BIL Oslo	041073	19.29.02	6	Oslo Fr	15.12	18.21.21	-17
9.	Anders Ratdal, Trondheim KK	171176	21.32.70	32	Bjugn Fosenh	2.4	16.04.42	-02
10.	Rune Fossum, Tynset IF	081173	25.06.77	3	Tynset	27.2	24.14.63	-20

Menn M 50 (født 1.7.1967-30.6.1972)

500 meter

1.	Jørn Ingebrigt Pettersen, Arendal SK	200372	40.13	1	Stavanger Sø	26.3	39.07	-19
2.	Thor-Andrè Pedersen, Oslo Speedskaters	131269	41.02	2	Hamar V	12.2	37.04	-98
3.	John Ivar Kristensen, Skreia SK Toten	040372	43.00	22	Inzell	30.1	39.8	-93
4.	Morten Kjellemyr Eilertsen, Herkules SK	190270	43.55	2	Stavanger Sø	26.3	42.17	-20
5.	Ketil Aalberg, Bjugn/Ørland SK	280469	43.97	7	Bjugn Fosenh	5.2	43.43	-20
6.	Geir Johnsen, Bjugn/Ørland SK	201068	44.28	4	Bjugn Fosenh	20.10	41.39	-11
7.	Arne Rimmereid, Arendal SK	170671	45.24	7	Stavanger Sø	26.3	44.97	-19
8.	Frode Kleveland Vik, SSSK	110570	45.64	7	Stavanger Sø	11.12	45.12	-20

9.	Svein-Erik Morkemo, Asker SK	121168	45.67	7	Hamar V	12.2	44.95	-20
10.	Jørn Egil Andreassen, Spk Falken	071171	45.90	10	Stavanger Sø	26.3	44.0	-89
11.	Terje Meling, SSSK	260271	46.35	8	Stavanger Sø	11.12	44.28	-16
	Terje Ingvoldstad, Geithus IL	080768	46.35	12	Stavanger Sø	26.3	48.41	-21
13.	Trygve Bertil Reitan, Equinor BIL Trh	260169	46.68	3	Trondheim L	13.12	45.24	-17
14.	Bjørn Fjelnseth, Trondheim KK	270967	46.76	5	Hamar V	12.2	47.14	-18
15.	Johan Vikhals, Bjugn/Ørland SK	230568	47.11	5	Bjugn Fosenh	1.10	48.69	-21
16.	Nils Juell, Oslo Speedskaters	300570	48.22	4	Geithus	26.2	47.23	-19
17.	Øyvind Skarholt, Byggevareind. BIL	011170	48.84	13	Hamar V	12.2	48.25	-18
18.	Sveinung Vea, Aktiv SK	240572	49.15	6	Geithus	26.2	45.20	-16
19.	Ole Martin Nodenes, Lilleborg IK	310171	51.08	8	Geithus	26.2	50.85	-20
20.	Roger Melhus, Tr.heim Komm. BIL	201068	51.72	6	Trondheim L	14.2		
21.	Bjørn Ingar Fjeldstad, NTHI	270372	53.75	30	Bjugn Fosenh	1.4	44.7	-90
22.	Ståle Sveia Heitmann, Hafslund Nett BIL	240770	53.91	17	Oslo Fr	5.1	52.12	-20
23.	Tore Hansen Hvideberg, Drammens SK	130270	56.04	3	Drammen	22.2	48.1	-02
24.	Arnt Åge Grande, Bjugn/Ørland SK	040867	56.19	36	Bjugn Fosenh	1.4	49.62	-10
25.	Geir-Martin Haldorsen Sømme, TT	151171	58.16	12	Tønsberg	21.12	63.01	-21
26.	Erik Andrew Johannessen, TT	030172	61.40	13	Tønsberg	21.12		
27.	Bent Erik Brenden, IK Wega	200869	65.28	2	Göteborg B	27.2	42.2	-93
28.	Christian Haug, TSK	160371	68.39	12	Trondheim L	8.3		

1000 meter

1.	Jørn Ingebrigt Pettersen, Arendal SK	200372	1.21.99	1	Stavanger Sø	26.3	1.18.74	-20
2.	John Ivar Kristensen, Skreia Toten	040372	1.27.08	29	Inzell	30.1	1.19.24	-13
3.	Ketil Aalberg, Aalberg skoservice	280469	1.27.36	1	Trondheim L	10.1	1.26.55	-21
4.	Frode Kleveland Vik, SSSK	110570	1.31.11	8	Stavanger Sø	12.12	1.30.17	-20
5.	Terje Meling, SSSK	260271	1.31.74	10	Stavanger Sø	12.12	1.26.11	-17
6.	Arne Rimmereid, Arendal SK	170671	1.32.07	11	Stavanger Sø	12.12	1.31.50	-20
7.	Terje Ingvoldstad, Geithus IL	080768	1.32.37	4	Stavanger Sø	27.3	1.43.15	-21
8.	Johan Vikhals, Bjugn/Ørland SK	230568	1.33.79	4	Bjugn Fosenh	17.11		
9.	Geir Johnsen, Bjugn/Ørland SK	201068	1.33.94	5	Hamar V	12.2	1.24.64	-11
10.	Trygve Bertil Reitan, Equinor BIL Trh	260169	1.35.38	3	Trondheim L	10.1	1.31.53	-17
11.	Bjørn Fjelnseth, Trondheim KK	270967	1.37.55	6	Hamar V	12.2	1.38.22	-15
12.	Nils Juell, Geodata BIL Oslo	300570	1.39.69	3	Oslo Fr	1.12	1.37.41	-20
13.	Roger Melhus, Tr.heim Komm. BIL	201068	1.49.36	2	Trondheim L	7.3		
14.	Ole Martin Nodenes, Unit Oslo BIL	310171	1.49.57	14	Oslo Fr	19.1	1.50.73	-20
15.	Tore Hansen Hvideberg, Drammens SK	130270	1.57.37	3	Drammen	18.1	1.41.7	-06

1500 meter

1.	Jørn Ingebrigt Pettersen, Arendal SK	200372	2.07.39	1	Hamar V	13.2	2.04.59	-19
2.	Ketil Aalberg, Bjugn/Ørland SK	280469	2.10.42	2	Bjugn Fosenh	2.4	2.10.46	-20
3.	Morten Kjellemyr Eilertsen, Herkules	190270	2.10.97	2	Hamar V	13.2	2.05.20	-16
4.	John Ivar Kristensen, Skreia Toten	040372	2.16.57	2	Hamar V	20.11	2.00.34	-13
5.	Geir Johnsen, Bjugn/Ørland SK	201068	2.18.09	7	Bjugn Fosenh	2.4	2.05.47	-11
6.	Arne Rimmereid, Arendal SK	170671	2.18.60	4	Stavanger Sø	27.3	2.20.45	-19
7.	Johan Vikhals, Bjugn/Ørland SK	230568	2.20.19	9	Bjugn Fosenh	2.4	2.26.66	-21
8.	Trygve Bertil Reitan, Equinor BIL Trh	260169	2.20.56	2	Trondheim L	14.2	2.19.18	-17
9.	Terje Meling, SSSK	260271	2.20.65	9	Stavanger Sø	11.12	2.12.53	-16
10.	Svein-Erik Morkemo, Asker SK	121168	2.20.86	4	Hamar V	13.2	2.21.21	-17
11.	Terje Ingvoldstad, Geithus IL	080768	2.22.75	6	Hamar V	13.2	2.31.57	-21
12.	Nils Juell, Oslo Speedskaters	300570	2.24.36	7	Hamar V	13.2	2.24.10	-20
13.	Frode Kleveland Vik, SSSK	110570	2.25.71	14	Stavanger Sø	11.12	2.22.53	-20
14.	Øyvind Skarholt, Byggevareind. BIL	011170	2.29.96	8	Hamar V	13.2	2.23.22	-18
15.	Bjørn Fjelnseth, Trondheim KK	270967	2.31.45	20	Bjugn Fosenh	2.4	2.32.83	-15
16.	Bernt Erland, SSSK	090569	2.32.32	19	Stavanger Sø	11.12	2.18.41	-13
17.	Ståle Sveia Heitmann, Hafslund Nett	240770	2.41.28	10	Oslo Fr	5.1	2.39.03	-20
18.	Ole Martin Nodenes, Lilleborg IK	310171	2.43.72	9	Geithus	27.2	2.48.97	-20
19.	Roger Melhus, Tr.heim Komm. BIL	201068	2.46.79	6	Trondheim L	14.2		
20.	Bjørn Ingar Fjeldstad, NTHI	270372	2.47.75	32	Bjugn Fosenh	2.4	2.22.7	-95

21.	Arnt Åge Grande, Bjugn/Ørland SK	040867	2.50.91	20	Bjugn Fosenh	2.10	2.27.54	-10
22.	Tore Hansen Hvideberg, Drammens SK	130270	2.51.12	1	Drammen	4.1	2.31.8	-02
23.	Sveinung Vea, Aktiv SK	240572	2.57.81	15	Geithus	27.2	2.14.30	-16

3000 meter

1.	Ketil Aalberg, Bjugn/Ørland SK	280469	4.24.70	2	Bjugn Fosenh	5.2	4.22.12	-21
2.	Morten Kjellemyr Eilertsen, Herkules	190270	4.35.42	1	Hamar V	12.2	4.19.51	-16
3.	Jørn Ingebrigt Pettersen, Arendal SK	200372	4.43.65	3	Hamar V	12.2	4.33.32	-18
4.	Johan Vikhals, Bjugn/Ørland SK	230568	4.50.34	3	Bjugn Fosenh	5.2		
5.	Trygve Bertil Reitan, Equinor BIL Trh	260169	4.53.33	4	Trondheim L	15.11	4.49.09	-19
6.	John Ivar Kristensen, Skreia Toten	040372	4.54.55	7	Hamar V	13.12	4.18.7	-93
7.	Svein-Erik Morkemo, Asker SK	121168	4.59.58	4	Hamar V	12.2	5.13.96	-19
8.	Arne Rimmereid, Arendal SK	170671	5.02.52	5	Hamar V	12.2	5.10.56	-20
9.	Terje Meling, SSSK	260271	5.04.86	15	Stavanger Sø	12.12	4.43.13	-17
10.	Nils Juell, Oslo Speedskaters	300570	5.05.39	6	Hamar V	12.2	5.03.79	-20
11.	Terje Ingvoldstad, Geithus IL	080768	5.05.60	7	Hamar V	12.2	5.30.99	-21
12.	Bernt Erland, SSSK	090569	5.12.10	18	Stavanger Sø	12.12	4.47.31	-13
13.	Frode Kleveland Vik, SSSK	110570	5.17.00	21	Stavanger Sø	12.12	5.13.82	-20
14.	Øyvind Skarholt, Byggevareind. BIL	011170	5.24.63	10	Hamar V	12.2	5.10.28	-18
15.	Ståle Sveia Heitmann, Hafslund Nett	240770	5.28.15	12	Oslo Fr	12.1	5.26.89	-20
16.	Ole Martin Nodenes, Unit Oslo BIL	310171	5.40.75	9	Oslo Fr	9.2	5.55.81	-20
17.	Roger Melhus, Tr.heim Komm. BIL	201068	6.05.86	6	Trondheim L	27.2		

5000 meter

1.	Ketil Aalberg, Bjugn/Ørland SK	280469	7.32.68	1	Bjugn Fosenh	1.4	7.31.92	-20
2.	Morten Kjellemyr Eilertsen, Herkules	190270	7.45.64	3	Stavanger Sø	26.3	7.25.61	-20
3.	Jørn Ingebrigt Pettersen, Arendal SK	200372	8.11.51	2	Hamar V	13.2	7.50.44	-15
4.	Johan Vikhals, Bjugn/Ørland SK	230568	8.20.14	3	Hamar V	13.2	9.06.90	-21
5.	Trygve Bertil Reitan, Lademoen SF	260169	8.33.57	7	Bjugn Fosenh	1.10	8.11.94	-19
6.	Arne Rimmereid, Arendal SK	170671	8.38.90	12	Stavanger Sø	26.3	9.06.31	-18
7.	Sveinung Vea, Aktiv SK	240572	8.42.25	3	Geithus	26.2	7.59.10	-16
8.	Geir Johnsen, Bjugn/Ørland SK	201068	8.46.02	9	Bjugn Fosenh	1.10	7.48.52	-11
9.	Terje Ingvoldstad, Geithus IL	080768	8.49.17	4	Hamar V	13.2	9.26.54	-21
10.	Svein-Erik Morkemo, Asker SK	121168	8.52.99	6	Hamar V	13.2	9.06.35	-84
11.	Nils Juell, Oslo Speedskaters	300570	8.58.91	7	Hamar V	13.2	8.54.91	-19
12.	Øyvind Skarholt, Byggevareind. BIL	011170	9.18.57	8	Hamar V	13.2	8.43.77	-18
13.	Ole Martin Nodenes, Lilleborg IK	310171	9.49.78	12	Geithus	26.2	9.54.33	-20
14.	Bjørn Fjelnseth, Trondheim KK	270967	9.51.45	17	Bjugn Fosenh	1.10	10.09.18	-18
15.	Bjørn Ingar Fjeldstad, NTHI	270372	10.12.78	32	Bjugn Fosenh	1.4	8.54.92	-94
16.	Arnt Åge Grande, Bjugn/Ørland SK	040867	10.49.89	22	Bjugn Fosenh	1.10	9.41.74	-10
17.	Roger Melhus, Tr.heim Komm. BIL	201068	10.57.79	6	Trondheim L	28.2		

10000 meter

1.	Ketil Aalberg, Bjugn/Ørland SK	280469	15.27.93	1	Bjugn Fosenh	2.4	15.31.46	-19
2.	Morten K Eilertsen, Herkules SK	190270	16.24.26	2	Stavanger Sø	27.3	15.32.69	-20
3.	Sveinung Vea, Aktiv SK	240572	17.11.63	5	Stavanger Sø	27.3	16.14.26	-17
4.	Johan Vikhals, Bjugn/Ørland SK	230568	17.19.67	6	Bjugn Fosenh	2.4	18.18.25	-21
5.	Trygve Bertil Reitan, Lademoen SF	260169	17.25.57	6	Bjugn Fosenh	2.10	17.00.52	-18
6.	Geir Johnsen, Bjugn/Ørland SK	201068	18.11.26	9	Bjugn Fosenh	2.10	17.36.21	-10
7.	Arne Rimmereid, Arendal SK	170671	18.35.24	14	Bjugn Fosenh	2.4	18.10.89	-19
8.	Terje Ingvoldstad, Geithus IL	080768	18.38.75	8	Stavanger Sø	27.3	19.25.89	-21
9.	Svein-Erik Morkemo, Asker SK	121168	18.47.67	17	Bjugn Fosenh	2.4		
10.	Ståle Sveia Heitmann, Hafslund	240770	19.23.26	5	Oslo Fr	15.12	19.14.25	-20
11.	Nils Juell, Oslo Speedskaters	300570	19.27.29	8	Geithus	27.2	19.32.58	-20
12.	Ole Martin Nodenes, Unit Oslo BIL	310171	20.59.45	8	Oslo Fr	15.12	21.21.63	-20
13.	Bjørn Fjelnseth, Trondheim KK	270967	21.18.04	20	Bjugn Fosenh	2.10	22.00.31	-18
14.	Tore Hansen Hvideberg, Drammens SK	130270	21.24.33	6	Geithus	2.1	19.01.71	-05
15.	Bjørn Ingar Fjeldstad, NTHI	270372	21.36.30	33	Bjugn Fosenh	2.4	19.30.48	-94

16.	Arnt Åge Grande, Bjugn/Ørland SK	040867	22.49.22	23	Bjugn Fosenh	2.10	20.56.38	-10
17.	Terje Hylen, Tynset IF	290568	36.30.18	11	Tynset	27.2		

Menn M 55 (født 1.7.1962-30.6.1967)

500 meter

1.	Ivar Njøs, Leinstrand IL	221065	39.86	1	Hamar V	12.2	37.5	-01
2.	Kjell Håvard Belsvik, Stord IL	201065	43.55	2	Stavanger Sø	27.3	39.2	-87
3.	Geir Nesset, TSK	041065	44.24	6	Bjugn Fosenh	1.4	41.39	-11
4.	Grunde Njøs, Leinstrand IL	200667	46.67	3	Trondheim L	8.3	35.36	-01
5.	Øystein Borgersen, Geithus IL	060864	47.36	7	Geithus	6.3	45.96	-19
6.	Gaute Haftor Sørensen, Arendal SK	100765	47.41	17	Bjugn Fosenh	1.4	49.27	-20
7.	Bjørn Willadsen, Midtnorsk Jazzforum BIL	120762	48.33	5	Trondheim L	31.1	42.9	-81
8.	Arnstein Sunde, Arendal SK	010763	49.43	19	Stavanger Sø	26.3	48.31	-13
9.	Lars Enok Engvik, IL Braatt Kr.sund	010466	51.10	26	Bjugn Fosenh	1.4	49.61	-21
10.	Jone Gudmestad, SSSK	180465	52.20	16	Stavanger Sø	1.12	50.23	-20
11.	Nils Einar Aase, SSSK	091262	52.42	18	Stavanger Sø	11.12		
12.	Endre Storholt, TSK	210465	55.17	34	Bjugn Fosenh	1.4	57.84	-21
13.	Asgeir Hansen, Spk Falken	240566	55.92	9	Trondheim L	8.3	43.9	-85
14.	Tord Skoe Fredriksen, Lilleborg IK	200565	57.92	17	Geithus	26.2	54.74	-17
15.	Per Johan Gjølga, Bjugn/Ørland SK	110466	58.38	21	Bjugn Fosenh	1.10	55.51	-09
16.	Martin Halvorsen, Skuteviken SC	140267	59.00	13	Bergen Sl	22.1	51.15	-13
17.	Jarle Delbekk, Kongsvinger SK	150664	87.09	3	Kongsvinger	3.2	44.1	-93

1000 meter

1.	Ivar Njøs, Leinstrand IL	221065	1.25.31	2	Geithus	16.1	1.14.88	-13
2.	Kjell Håvard Belsvik, Stord IL	201065	1.26.80	2	Stavanger Sø	26.3	1.21.4	-87
3.	Geir Nesset, TSK	041065	1.31.25	3	Trondheim L	5.3	1.23.19	-19
4.	Øystein Borgersen, Geithus IL	060864	1.35.89	1	Kongsberg	22.1	1.31.63	-19
5.	Gaute Haftor Sørensen, Arendal SK	100765	1.39.68	17	Stavanger Sø	12.12	1.41.11	-21
6.	Bjørn Willadsen, Midtnorsk Jazzforum	120762	1.39.74	3	Trondheim L	21.2	1.27.27	-81
7.	Nils Einar Aase, SSSK	091262	1.45.20	21	Stavanger Sø	12.12		
8.	Arnstein Sunde, Arendal SK	010763	1.45.87	5	Arendal Myra	6.1	1.36.35	-16
9.	Endre Storholt, Koment AS BIL Trh	210465	1.51.64	9	Trondheim L	10.1	1.52.76	-21
10.	Jarle Delbekk, Kongsvinger SK	150664	2.41.15	3	Kongsvinger	3.2	1.29.4	-93

1500 meter

1.	Geir Nesset, TSK	041065	2.09.61	3	Heerenveen	17.3	2.06.61	-07
2.	Kjell Håvard Belsvik, Stord IL	201065	2.13.73	2	Hamar V	13.2	2.06.22	-15
3.	Øystein Borgersen, Geithus IL	060864	2.21.54	3	Hamar V	13.2	2.18.98	-19
4.	Bjørn Willadsen, Midtnorsk Jazzforum	120762	2.31.63	4	Trondheim L	14.2	2.14.90	-19
5.	Arnstein Sunde, Arendal SK	010763	2.32.86	4	Hamar V	13.2	2.21.77	-13
6.	Gaute Haftor Sørensen, Arendal SK	100765	2.34.02	5	Hamar V	13.2	2.42.06	-20
7.	Nils Einar Aase, SSSK	091262	2.39.07	22	Stavanger Sø	11.12		
8.	Lars Enok Engvik, IL Braatt Kr.sund	010466	2.39.83	26	Bjugn Fosenh	2.4	2.30.88	-16
9.	Per Johan Gjølga, Bjugn/Ørland SK	110466	2.50.03	19	Bjugn Fosenh	2.10	2.50.41	-09
10.	Endre Storholt, TSK	210465	2.54.13	35	Bjugn Fosenh	2.4	3.01.60	-21
11.	Tord Skoe Fredriksen, Lilleborg IK	200565	2.55.16	14	Geithus	27.2	2.42.67	-18

3000 meter

1.	Kjell Håvard Belsvik, Stord IL	201065	4.45.78	2	Stavanger Sø	27.3	4.26.2	-87
2.	Geir Nesset, TSK	041065	4.46.40	1	Hamar V	12.2	4.30.07	-11
3.	Øystein Borgersen, Geithus IL	060864	4.58.46	3	Hamar V	12.2	4.51.09	-20
4.	Petter Nesset, Arendal SK	260763	5.00.28	4	Hamar V	14.8	4.42.94	-16
5.	Arnstein Sunde, Arendal SK	010763	5.24.24	4	Hamar V	12.2	4.59.32	-16
6.	Gaute Haftor Sørensen, Arendal SK	100765	5.28.14	5	Hamar V	12.2	5.37.17	-20
7.	Bjørn Willadsen, Midtnorsk Jazzforum	120762	5.37.59	5	Trondheim L	7.2	4.49.97	-19
8.	Nils Einar Aase, SSSK	091262	5.42.56	25	Stavanger Sø	12.12		
9.	Endre Storholt, Koment AS BIL Trh	210465	6.08.60	7	Trondheim L	27.2	6.24.52	-21

5000 meter

1.	Geir Nesset, TSK	041065	7.51.06	4	Heerenveen	16.3	7.58.54	-11
2.	Kjell Håvard Belsvik, Stord IL	201065	8.09.10	7	Stavanger Sø	26.3	7.44.2	-87
3.	Øystein Borgersen, Geithus IL	060864	8.39.24	3	Hamar V	13.2	8.28.31	-20
4.	Gaute Haftor Sørensen, Arendal SK	100765	9.14.57	13	Stavanger Sø	26.3	9.50.95	-20
5.	Arnstein Sunde, Arendal SK	010763	9.14.86	14	Stavanger Sø	26.3	8.45.32	-13
6.	Lars Enok Engvik, IL Braatt Kr.sund	010466	9.45.93	26	Bjugn Fosenh	1.4	9.02.47	-16
7.	Bjørn Willadsen, Midtnorsk Jazzforum	120762	9.50.90	6	Trondheim L	31.1	8.18.09	-19
8.	Tord Skoe Fredriksen, Lilleborg IK	200565	9.55.46	14	Geithus	26.2	9.00.45	-18
9.	Per Johan Gjølga, Bjugn/Ørland SK	110466	10.21.04	20	Bjugn Fosenh	1.10	10.27.77	-21
10.	Endre Storholt, TSK	210465	10.39.70	36	Bjugn Fosenh	1.4	11.32.93	-21
11.	Ola Skår, Tynset IF	060365	19.01.38	2	Tynset	2.3		

10000 meter

1.	Geir Nesset, TSK	041065	16.38.97	3	Heerenveen	17.3	17.02.59	-03
2.	Øystein Borgersen, Geithus IL	060864	18.43.50	3	Geithus	2.1	18.05.55	-19
3.	Gaute Haftor Sørensen, Arendal SK	100765	19.49.12	22	Bjugn Fosenh	2.4		
4.	Arnstein Sunde, Arendal SK	010763	19.58.42	24	Bjugn Fosenh	2.4	17.58.03	-15
5.	Tord Skoe Fredriksen, Lilleborg IK	200565	20.04.89	12	Geithus	27.2	18.27.66	-18
6.	Lars Enok Engvik, Braatt Kr.sund	010466	20.13.75	26	Bjugn Fosenh	2.4	18.06.89	-16
7.	Per Johan Gjølga, Bjugn/Ørland SK	110466	20.30.20	17	Bjugn Fosenh	2.10	19.14.09	-09
8.	Endre Storholt, TSK	210465	23.54.31	40	Bjugn Fosenh	2.4		

Menn M 60 (født 1.7.1957-30.6.1962)

500 meter

1.	Morten Henriksen, Geithus IL	031258	45.51	1	Hamar V	12.2	39.70	-77
2.	Sveinung Øvretveit, SSSK	160660	45.82	9	Stavanger Sø	26.3	45.70	-20
3.	Frode Eidsmo, Oslo Speedskaters	180159	46.72	10	Stavanger Sø	11.12	40.8	-85
4.	Helge Flesland, Skuteviken SC	140961	46.86	13	Stavanger Sø	26.3	42.93	-11
5.	Stein Neset, Arendal SK	250461	47.41	3	Hamar V	12.2	43.50	-11
6.	Eric Christie Askildsen, Lilleborg IK	120661	47.54	2	Geithus	26.2	44.27	-19
7.	Dag Øivind Eriksen, OPIL BIL Oslo	220861	48.33	4	Oslo Fr	19.1		
8.	Knut Hodnefjell, SSSK	100162	49.20	16	Stavanger Sø	11.12	47.99	-20
9.	Kjetil Narum Bakken, MT Cargoscan BIL	121060	49.31	6	Oslo Fr	8.12	43.80	-09
10.	Iver Johansen, Spk Ceres	100258	49.80	4	Hamar V	12.2	42.81	-99
11.	Sverre Mo, SSSK	310162	50.04	17	Stavanger Sø	11.12	49.44	-20
12.	Torgeir Rundsveen, Sør-Fron IL	210261	50.81	10	Hamar V	13.12	43.3	-90
13.	Per Raudberget, Bjugn/Ørland SK	310860	50.92	13	Bjugn Fosenh	1.10	49.99	-17
14.	Vidar Skripeland, Lilleborg IK	260559	51.15	5	Hamar V	12.2	47.41	-16
15.	Terje Bjørk, Kaldfarnes IL	160658	51.32	6	Hamar V	12.2	45.6	-12
16.	Ole Hermann Sørli, Kongsvinger SK	040260	51.88	1	Kongsvinger	3.2	40.9	-94
17.	Ole Løland, Assa Abloy BIL	160359	53.26	29	Bjugn Fosenh	1.4	53.4	-73
18.	Rolf Espen Riktor, Lilleborg IK	160561	53.91	31	Bjugn Fosenh	1.4	51.35	-15
19.	Jon Kjetil Gauslaa, Arendal SK	100162	54.02	16	Bjugn Fosenh	1.10	44.43	-12
20.	Lars Magne Haldorsen, SSSK	020260	55.02	23	Stavanger Sø	11.12	46.58	-17
21.	Njål Nore, Asker SK	030560	55.18	12	Geithus	26.2	54.19	-20
22.	John Kessel Solem, DNB BIL Oslo	110757	55.31	10	Oslo Fr	8.12	47.89	-08
23.	Per Espen Kristoffersen, Speedskaters	141261	56.60	15	Geithus	26.2	53.11	-20
24.	Herbert Kristoffersen, Oslo Speedskaters	241159	56.88	16	Geithus	26.2	52.55	-13
25.	Rune Sundland, Lilleborg IK	250660	57.24	20	Bjugn Fosenh	1.10	54.48	-20
26.	Ole Kjell Langmyren, Gabler BIL Oslo	030861	58.53	15	Oslo Fr	16.2	58.20	-20
27.	Morten Jarnskjegge Knutsen, Bjugn/Ørland	120161	59.94	39	Bjugn Fosenh	1.4	59.36	-18
28.	Vegard Sevilhaug, Tynset IF	181058	65.84	4	Tynset	30.12		

1000 meter

1.	Frode Eidsmo, Oslo Speedskaters	180159	1.30.70	7	Stavanger Sø	12.12	1.20.66	-15
2.	Morten Henriksen, Geithus IL	031258	1.31.20	4	Hamar V	12.2	1.19.33	-07
3.	Sveinung Øvretveit, SSSK	160660	1.32.69	5	Stavanger Sø	26.3	1.32.78	-20

4.	Helge Flesland, Skuteviken SC	140961	1.34.36	5	Stavanger Sø	27.3	1.23.72	-11
5.	Sverre Mo, SSSK	310162	1.39.01	9	Stavanger Sø	2.2	1.38.15	-20
6.	Iver Johansen, FFI BIL Oslo	100258	1.39.70	6	Oslo Fr	19.1	1.25.48	-06
7.	Kjetil Narum Bakken, Cargoscan BIL	121060	1.40.50	4	Oslo Fr	1.12	1.27.29	-11
8.	Torgeir Rundsveen, Sør-Fron IL	210261	1.42.17	5	Hamar V	29.11	1.26.8	-90
9.	Dag Øivind Eriksen, OPIL BIL Oslo	220861	1.42.20	8	Oslo Fr	19.1		
10.	Knut Hodnefjell, SSSK	100162	1.42.62	19	Stavanger Sø	12.12	1.35.89	-19
11.	Ole Løland, Assa Abloy BIL	160359	1.49.64	15	Oslo Fr	19.1	1.51.03	-20
12.	Lars Magne Haldorsen, SSSK	020260	1.49.85	24	Stavanger Sø	12.12	1.34.14	-17
13.	Ole Hermann Sørli, Kongsvinger SK	040260	1.51.33	1	Kongsvinger	3.2	1.24.23	-93
14.	Rolf Espen Riktor, Riktorsoft Oslo	160561	1.51.92	18	Oslo Fr	19.1	1.45.42	-18
15.	John Kessel Solem, DNB BIL Oslo	110757	1.52.27	8	Oslo Fr	8.12	1.37.47	-11
16.	Rune Sundland, Airborne AS BIL Oslo	250660	1.57.77	12	Oslo Fr	8.12	1.53.43	-20
17.	Morten J Knutsen, Bjugn/Ørland SK	120161	2.06.06	6	Bjugn Fosenh	23.3	2.02.06	-14

1500 meter

1.	Frode Eidsmo, Oslo Speedskaters	180159	2.18.99	7	Stavanger Sø	11.12	2.01.73	-15
2.	Morten Henriksen, Geithus IL	031258	2.22.90	2	Hamar V	13.2	2.00.09	-07
3.	Helge Flesland, Skuteviken SC	140961	2.24.94	5	Stavanger Sø	26.3	2.08.75	-11
4.	Vidar Skripeland, Lilleborg IK	260559	2.27.23	3	Hamar V	13.2	2.19.49	-19
5.	Stein Neset, Arendal SK	250461	2.27.43	4	Hamar V	13.2	2.11.80	-13
6.	Iver Johansen, Spk Ceres	100258	2.27.75	19	Bjugn Fosenh	2.4	2.11.42	-02
7.	Sveinung Øvretveit, SSSK	160660	2.28.04	15	Stavanger Sø	11.12	2.18.68	-16
8.	Eric Christie Askildsen, Lilleborg IK	120661	2.28.75	3	Geithus	27.2	2.10.74	-20
9.	Sverre Mo, SSSK	310162	2.30.23	16	Stavanger Sø	11.12	2.27.26	-20
10.	Jon Kjetil Gauslaa, Arendal SK	100162	2.33.55	21	Bjugn Fosenh	2.4	2.04.83	-11
11.	Torgeir Rundsveen, Sør-Fron IL	210261	2.36.68	7	Hamar V	20.11	2.13.9	-89
12.	Kjetil Narum Bakken, Cargoscan BIL	121060	2.38.30	9	Oslo Fr	5.1	2.11.29	-07
13.	Ole Løland, Assa Abloy BIL	160359	2.40.44	27	Bjugn Fosenh	2.4	2.55.41	-20
14.	Rolf Espen Riktor, Lilleborg IK	160561	2.40.68	6	Hamar V	13.2	2.29.39	-15
15.	Per Raudberget, Bjugn/Ørland SK	310860	2.42.42	15	Bjugn Fosenh	2.10	2.40.41	-19
16.	Njål Nore, Asker SK	030560	2.47.13	12	Geithus	27.2	2.39.40	-19
17.	Lars Magne Haldorsen, SSSK	020260	2.47.94	23	Stavanger Sø	11.12	2.20.95	-19
18.	Dag Øivind Eriksen, OPIL BIL Oslo	220861	2.50.76	7	Oslo Fr	23.2		
19.	Rune Sundland, Airborne AS BIL Oslo	250660	2.57.20	20	Oslo Fr	5.1	2.52.43	-20
20.	John Kessel Solem, DNB BIL Oslo	110757	2.59.79	21	Oslo Fr	5.1	2.25.19	-08
21.	Ole Kjell Langmyren, Gabler BIL Oslo	030861	3.00.57	20	Oslo Fr	2.2	2.54.11	-20
22.	Herbert Kristoffersen, Speedskaters	241159	3.01.16	16	Geithus	27.2	2.43.8	-11
23.	Per E Kristoffersen, Speedskaters	141261	3.03.91	17	Geithus	27.2	2.39.68	-18
24.	Morten J Knutsen, Bjugn/Ørland SK	120161	3.05.25	24	Bjugn Fosenh	2.10	3.04.03	-15

3000 meter

1.	Frode Eidsmo, Oslo Speedskaters	180159	4.52.17	11	Stavanger Sø	12.12	4.10.34	-11
2.	Eric Christie Askildsen, AFK BIL Oslo	120661	4.54.01	2	Oslo Fr	12.1	4.32.49	-20
3.	Vidar Skripeland, Lilleborg IK	260559	4.56.01	2	Hamar V	12.2	4.45.03	-16
4.	Iver Johansen, Spk Ceres	100258	5.02.21	3	Hamar V	12.2	4.35.38	-02
5.	Stein Neset, Arendal SK	250461	5.06.14	4	Hamar V	12.2	4.40.47	-13
6.	Sveinung Øvretveit, SSSK	160660	5.14.11	12	Stavanger Sø	1.12	4.49.09	-15
7.	Sverre Mo, SSSK	310162	5.16.26	20	Stavanger Sø	12.12	5.14.67	-19
8.	Helge Flesland, Skuteviken SC	140961	5.22.10	7	Stavanger Sø	27.3	4.31.99	-11
9.	Kjetil Narum Bakken, Cargoscan BIL	121060	5.25.27	10	Oslo Fr	12.1	4.34.22	-11
10.	Dag Øivind Eriksen, OPIL BIL Oslo	220861	5.26.71	6	Oslo Fr	16.2		
11.	Rolf Espen Riktor, Lilleborg IK	160561	5.30.41	5	Hamar V	12.2	5.13.58	-20
12.	Terje Bjørk, Kaldfarnes IL	160658	5.32.35	6	Hamar V	12.2	4.28.04	-13
13.	Knut Hodnefjell, SSSK	100162	5.36.47	20	Stavanger Sø	1.12	5.12.68	-20
14.	Torgeir Rundsveen, Sør-Fron IL	210261	5.39.93	7	Hamar V	12.2	4.46.0	-90
15.	Ole Løland, Assa Abloy BIL	160359	5.40.91	9	Oslo Fr	16.2	5.59.99	-20
16.	Ole Kjell Langmyren, Lillomarka OL	030861	5.56.74	8	Hamar V	12.2	5.57.72	-20

17.	Lars Magne Haldorsen, SSSK	020260	5.58.41	27	Stavanger Sø	12.12	4.59.54	-17
18.	John Kessel Solem, DNB BIL Oslo	110757	6.06.30	22	Oslo Fr	12.1	5.05.36	-10
19.	Herbert Kristoffersen, Finansdep	241159	6.16.88	13	Oslo Fr	9.2		
20.	Rune Sundland, Airborne AS BIL Oslo	250660	6.18.55	24	Oslo Fr	12.1	6.01.85	-18
21.	Morten J Knutsen, Bjugn/Ørland SK	120161	6.39.98	7	Kristiansund	19.3	6.28.69	-18

5000 meter

1.	Vidar Skripeland, Lilleborg IK	260559	8.15.07	9	Stavanger Sø	26.3	7.46.16	-17
2.	Frode Eidsmo, Oslo Speedskaters	180159	8.18.82	2	Hamar V	13.2	7.03.62	-11
3.	Eric Christie Askildsen, AFK BIL Oslo	120661	8.29.29	5	Oslo Fr	26.1	7.47.48	-20
4.	Iver Johansen, Spk Ceres	100258	8.37.51	8	Bjugn Fosenh	1.10	7.59.85	-02
5.	Jon Kjetil Gauslaa, Arendal SK	100162	8.54.02	11	Bjugn Fosenh	1.10	7.15.10	-11
6.	Stein Neset, Arendal SK	250461	9.06.85	3	Hamar V	13.2	8.09.76	-13
7.	Dag Øivind Eriksen, OPIL BIL Oslo	220861	9.17.16	10	Oslo Fr	26.1		
8.	Njål Nore, Asker SK	030560	9.18.26	9	Geithus	26.2	9.24.43	-19
9.	Kjetil Narum Bakken, Cargoscan BIL	121060	9.25.55	11	Oslo Fr	26.1	7.47.23	-11
10.	Rolf Espen Riktor, Lilleborg IK	160561	9.26.57	4	Hamar V	13.2	8.49.61	-18
11.	Ole Løland, Assa Abloy BIL	160359	9.34.47	24	Bjugn Fosenh	1.4	10.14.44	-20
12.	Per Raudberget, Bjugn/Ørland SK	310860	9.43.93	15	Bjugn Fosenh	1.10	9.28.59	-17
13.	Ole Kjell Langmyren, Lillomarka OL	030861	10.01.41	5	Hamar V	13.2	10.01.80	-20
14.	Torgeir Rundsveen, Sør-Fron IL	210261	10.02.44	6	Hamar V	13.2	8.11.1	-90
15.	Rune Sundland, Lilleborg IK	250660	10.24.46	34	Bjugn Fosenh	1.4	10.20.11	-16
16.	Morten J Knutsen, Bjugn/Ørland SK	120161	11.06.21	37	Bjugn Fosenh	1.4	10.50.89	-14
17.	Herbert Kristoffersen, Speedskaters	241159	11.17.53	16	Geithus	26.2	10.09.55	-14
18.	Per E Kristoffersen, Speedskaters	141261	11.24.68	17	Geithus	26.2	10.18.97	-18
19.	Jon Magne Vingelsgaard, Tynset IF	300857	14.52.17	2	Tynset	8.3	9.48.5	-75

10000 meter

1.	Vidar Skripeland, Lilleborg IK	260559	16.59.66	3	Stavanger Sø	27.3	15.48.15	-17
2.	Iver Johansen, Spk Ceres	100258	17.48.19	10	Bjugn Fosenh	2.4	16.37.85	-07
3.	Eric Christie Askildsen, Lilleborg	120661	17.54.32	2	Geithus	27.2	15.52.04	-20
4.	Jon Kjetil Gauslaa, Arendal SK	100162	18.41.63	11	Bjugn Fosenh	2.10	15.14.26	-11
5.	Njål Nore, Asker SK	030560	19.20.10	6	Geithus	27.2	18.34.85	-19
6.	Rolf Espen Riktor, Lilleborg IK	160561	19.43.88	21	Bjugn Fosenh	2.4	18.12.34	-15
7.	Ole Løland, Assa Abloy BIL	160359	19.49.42	23	Bjugn Fosenh	2.4		
8.	Per Raudberget, Bjugn/Ørland SK	310860	20.03.78	25	Bjugn Fosenh	2.4	19.26.58	-17
9.	Ole Kjell Langmyren, Gabler BIL	030861	21.14.86	10	Oslo Fr	15.12	21.24.96	-20
10.	Rune Sundland, Lilleborg IK	250660	21.23.90	31	Bjugn Fosenh	2.4	21.28.14	-16
11.	Morten J Knutsen, Bjugn/Ørland SK	120161	23.03.13	37	Bjugn Fosenh	2.4	22.57.15	-21
12.	Herbert Kristoffersen, Speedskaters	241159	23.27.42	16	Geithus	27.2	21.14.2	-09
13.	Per E Kristoffersen, Speedskaters	141261	23.32.74	17	Geithus	27.2	21.06.33	-18
14.	Jon Magne Vingelsgaard, Tynset IF	300857	31.29.67	6	Tynset	27.2	28.56.69	-20

Menn M 65 (født 1.7.1952-30.6.1957)

500 meter

1.	Geir Hestad, Harstad SK	270354	45.51	8	Stavanger Sø	26.3	39.97	-86
2.	Bertil Grødahl, Oslo Speedskaters	060157	45.93	1	Hamar V	14.8	42.01	-98
3.	Per Gunnar Stensvaag, Hamar IL	180556	46.63	2	Hamar V	14.8	43.63	-04
4.	Espen Hansen, Takeda BIL Oslo	030156	47.29	6	Oslo Fr	2.2	41.2	-93
5.	Arne Stenhaug, Kaldfarnes IL	160655	47.71	2	Hamar V	12.2	41.21	-09
6.	Pål Agdestein, Asker SK	260557	47.89	3	Hamar V	12.2	40.3	-93
7.	Arne Kjølen, Skuteviken SC	120956	49.09	16	Stavanger Sø	26.3	45.31	-11
8.	Alf Harbitz, Tromsø SK	200752	49.72	3	Hamar V	14.8	44.72	-15
9.	Ragnvald Næss, Narvik SK	050754	49.92	5	Harstad	29.1	40.6	-85
10.	Olav Langeland, Hortens SK	040156	50.60	40	Inzell	13.11	46.83	-12
11.	Erik Gunnerød, Asker SK	140953	51.26	6	Hamar V	12.2	40.6	-79
12.	Aage Leraand, Trondheim BIL	011254	54.40	5	Trondheim L	7.3		

13.	Geir Aakvik, IL Braatt Kr.sund	220852	54.52	10	Kristiansund	19.3	49.95	-11
14.	Per Inge Båtnes, Oslo Met BIL	150454	54.69	16	Oslo Fr	19.1	47.35	-17
15.	Jørund Hopland, SSSK	230853	55.89	9	Stavanger Sø	27.10	54.70	-20
16.	Ivar Martin Dahl, NIVA BIL Oslo	250755	56.02	18	Oslo Fr	19.1	41.0	-94
17.	Kåre Segadal, Skuteviken SC	100254	59.23	11	Bergen Sl	20.2	50.06	-04
18.	Jan-Egil Korseberg, IL Braatt Kr.sund	181053	59.79	13	Kristiansund	19.3	62.16	-21
19.	Hans Erik Eidsvåg, Tynset IF	150457	61.40	2	Tynset	17.2	55.6	-71
20.	Anders Gjervan, Ringve VGS BIL	310353	70.43	9	Trondheim L	20.12	57.12	-13
21.	Jan Petter Reiersen, Arendal SK	121152	71.58	11	Arendal Myra	1.3	54.0	-99
22.	Erik Stangeland, TT	020853	74.35	17	Tønsberg	21.12	60.0	-66
23.	Arne Inge Næss, Tynset IF	070953	82.48	4	Tynset	23.1	58.7	-02

1000 meter

1.	Geir Hestad, Harstad SK	270354	1.31.44	44	Inzell	29.1	1.19.92	-07
2.	Pål Agdestein, Asker SK	260557	1.34.40	2	Hamar V	13.2	1.20.8	-00
3.	Espen Hansen, Takeda BIL Oslo	030156	1.37.03	4	Oslo Fr	19.1	1.20.51	-99
4.	Per Gunnar Stensvaag, Hamar IL	180556	1.39.66	4	Hamar V	29.11	1.27.71	-13
5.	Olav Langeland, Hortens SK	040156	1.40.13	18	Stavanger Sø	12.12	1.31.43	-15
6.	Alf Harbitz, Tromsø SK	200752	1.42.05	5	Hamar V	13.2	1.28.97	-13
7.	Ragnvald Næss, Narvik SK	050754	1.42.66	5	Harstad	30.1	1.21.27	-85
8.	Arne Stenhaug, ABC Matter BIL Oslo	160655	1.43.65	9	Oslo Fr	19.1	1.21.98	-10
9.	Arne Kjølen, Skuteviken SC	120956	1.45.70	5	Bergen Sl	19.2	1.30.86	-11
10.	Erik Gunnerød, Asker SK	140953	1.46.72	6	Hamar V	13.2	1.26.4	-77
11.	Per Inge Båtnes, Oslo Met BIL	150454	1.47.89	11	Oslo Fr	19.1	1.33.43	-17
12.	Jørund Hopland, SSSK	230853	1.53.86	11	Stavanger Sø	27.10		
13.	Kåre Segadal, Skuteviken SC	100254	2.03.23	11	Bergen Sl	20.2	1.41.10	-09

1500 meter

1.	Geir Hestad, Harstad SK	270354	2.18.60	4	Stavanger Sø	27.3	2.01.71	-07
2.	Pål Agdestein, Asker SK	260557	2.22.10	1	Hamar V	12.2	2.02.59	-11
3.	Espen Hansen, Takeda BIL Oslo	030156	2.27.18	6	Oslo Fr	2.2	2.02.28	-99
4.	Ragnvald Næss, Narvik SK	050754	2.27.47	18	Bjugn Fosenh	2.4	2.02.42	-83
5.	Olav Langeland, Hortens SK	040156	2.29.19	3	Hamar V	12.2	2.13.68	-11
6.	Arne Stenhaug, Kaldfarnes IL	160655	2.30.70	4	Hamar V	12.2	2.03.45	-07
7.	Arne Kjølen, Skuteviken SC	120956	2.38.42	8	Stavanger Sø	27.3	2.20.03	-11
8.	Per Gunnar Stensvaag, Hamar IL	180556	2.38.58	5	Hamar V	12.2	2.12.5	-06
9.	Alf Harbitz, Tromsø SK	200752	2.39.66	6	Hamar V	12.2	2.17.64	-11
10.	Erik Gunnerød, Asker SK	140953	2.43.58	7	Hamar V	12.2	2.16.63	-01
11.	Jørund Hopland, SSSK	230853	2.54.83	25	Stavanger Sø	11.12	3.04.30	-20
12.	Kåre Segadal, Skuteviken SC	100254	3.10.14	11	Bergen Sl	4.12	2.30.20	-08
13.	Hans Erik Eidsvåg, Tynset IF	150457	3.36.78	1	Tynset	10.3		
14.	Anders Gjervan, Ringve VGS BIL	310353	4.03.43	7	Trondheim L	3.1	2.57.59	-12

3000 meter

1.	Pål Agdestein, Asker SK	260557	4.51.27	1	Hamar V	13.2	4.16.50	-11
2.	Geir Hestad, Harstad SK	270354	4.53.60	2	Hamar V	13.2	4.15.35	-07
3.	Bertil Grødahl, Oslo Speedskaters	060157	4.58.96	3	Hamar V	14.8	4.27.2	-98
4.	Olav Langeland, Hortens SK	040156	5.04.19	8	Inzell	13.11	4.34.04	-15
5.	Espen Hansen, Takeda BIL Oslo	030156	5.05.49	3	Oslo Fr	9.2	4.11.21	-99
6.	Ragnvald Næss, Narvik SK	050754	5.07.57	5	Tromsø	5.2	4.14.64	-11
7.	Alf Harbitz, Tromsø SK	200752	5.15.14	7	Hamar V	14.8	4.49.12	-13
8.	Arne Stenhaug, ABC Matter BIL Oslo	160655	5.27.58	11	Oslo Fr	12.1	4.23.55	-07
9.	Per Gunnar Stensvaag, Hamar IL	180556	5.29.16	8	Hamar V	14.8	4.36.72	-06
10.	Erik Gunnerød, Asker SK	140953	5.50.16	5	Hamar V	13.2	4.50.14	-00
11.	Geir Aakvik, IL Braatt Kr.sund	220852	6.08.84	5	Kristiansund	19.3	5.42.92	-11
12.	Arne Kjølen, Skuteviken SC	120956	6.10.31	6	Bergen Sl	5.12	4.57.89	-11
13.	Jørund Hopland, SSSK	230853	6.12.36	29	Stavanger Sø	12.12		
14.	Kåre Segadal, Skuteviken SC	100254	6.27.72	7	Bergen Sl	5.12	5.37.17	-08

5000 meter

1.	Ragnvald Næss, Narvik SK	050754	8.27.16	4	Bjugn Fosenh	1.10	7.06.51	-11
2.	Geir Hestad, Harstad SK	270354	8.29.59	5	Bjugn Fosenh	1.10	7.22.98	-10
3.	Olav Langeland, Hortens SK	040156	8.56.56	12	Bjugn Fosenh	1.10	7.46.19	-15
4.	Arne Kjølen, Skuteviken SC	120956	9.28.23	17	Stavanger Sø	26.3	8.36.96	-11
5.	Arne Stenhaug, ABC Matter BIL Oslo	160655	9.29.51	12	Oslo Fr	26.1	7.38.80	-07
6.	Per Gunnar Stensvaag, Hamar IL	180556	10.03.79	19	Bjugn Fosenh	1.10	7.50.53	-07
7.	Erik Gunnerød, Oslo Taxi BIL	140953	10.28.38	19	Oslo Fr	26.1	8.27.8	-00
8.	Kåre Segadal, Skuteviken SC	100254	11.10.70	1	Bergen Sl	26.2	8.59.45	-08
9.	Hans Erik Eidsvåg, Tynset IF	150457	12.27.62	2	Tynset	10.3		
10.	Arne Inge Næss, Tynset IF	070953	16.34.31	3	Tynset	8.3		

10000 meter

1.	Ragnvald Næss, Narvik SK	050754	16.58.76	3	Bjugn Fosenh	2.10	14.55.21	-10
2.	Geir Hestad, Harstad SK	270354	17.16.87	5	Bjugn Fosenh	2.10	15.36.12	-10
3.	Olav Langeland, Hortens SK	040156	18.54.88	12	Bjugn Fosenh	2.10	16.17.94	-11
4.	Arne Kjølen, Skuteviken SC	120956	20.30.26	11	Stavanger Sø	27.3	18.41.47	-19
5.	Per Gunnar Stensvaag, Hamar IL	180556	20.47.96	19	Bjugn Fosenh	2.10	16.49.57	-04
6.	Kåre Segadal, Skuteviken SC	100254	22.37.39	7	Bergen Sl	22.1	18.22.51	-08
7.	Hans Erik Eidsvåg, Tynset IF	150457	29.44.15	4	Tynset	27.2		
8.	Arne Inge Næss, Tynset IF	070953	34.54.17	8	Tynset	27.2	41.53.79	-20
9.	Bjørn Eidsvåg, Tynset IF	131054	41.56.02	14	Tynset	27.2		

Menn M 70 (født 1.7.1947-30.6.1952)

500 meter

1.	Erik Vea, Kaldfarnes IL	110651	46.79	12	Stavanger Sø	11.12	40.02	-78
2.	Onar Westerheim, Stord IL	150348	48.09	15	Stavanger Sø	26.3	40.0	-87
3.	Ivar Amundsen, Arendal SK	240152	48.18	2	Hamar V	12.2	41.99	-08
4.	Rolf Pedersen, Tromsø SK	081049	50.04	23	Bjugn Fosenh	1.4	41.96	-02
5.	Øivind Øiseth, Katalogforlaget BIL Oslo	050451	51.31	11	Oslo Fr	5.1	42.1	-81
6.	Svein Hansen, Arendal SK	220551	52.34	7	Dølemo	31.12	46.93	-08
7.	Terje Erfjord, Statnett BIL Oslo	210651	53.44	15	Oslo Fr	5.1	43.5	-87
8.	Arnt Olav Thorsen, Arendal SK	090652	54.50	22	Stavanger Sø	11.12	48.94	-19
9.	Torbjørn Sæther, Eidsvold TF	051250	54.51	32	Bjugn Fosenh	1.4	43.0	-82
10.	Stein Opdahl, SSB BIL Oslo	010352	55.14	17	Oslo Fr	2.2	46.5	-01
11.	Harald Aslak Aspelund, SSSK	220150	55.95	9	Stavanger Sø	23.2	48.6	-69
12.	Tor Arve Roksvåg, IL Braatt Kr.sund	280151	56.50	12	Kristiansund	19.3	54.58	-20
13.	Trygve Hetland, SSSK	150448	57.48	25	Stavanger Sø	11.12	45.48	-07
14.	Ragnvald Vollan, Trondheim BIL	020948	57.76	8	Trondheim L	14.2	44.2	-69
15.	Petter Bentsen, Skuteviken SC	300851	58.60	6	Bergen Sl	23.11	48.97	-07
16.	Pål Gulliksen, Inventum AS BIL Oslo	060850	59.07	20	Oslo Fr	19.1	54.60	-15
17.	Bjørn-Erik Hanssen, Panserkam.	130152	61.38	41	Bjugn Fosenh	1.4	52.84	-06
18.	Jan Kåre Frøyen, Tynset IF	020150	66.85	5	Hamar V	21.11	80.96	-21
19.	Ivar Gjølga, Bjugn/Ørland SK	240849	73.88	27	Bjugn Fosenh	1.10	69.14	-19

1000 meter

1.	Erik Vea, Kaldfarnes IL	110651	1.33.36	13	Stavanger Sø	12.12	1.20.8	-79
2.	Ivar Amundsen, Arendal SK	240152	1.33.92	2	Hamar V	13.2	1.22.69	-08
3.	Onar Westerheim, Stord IL	150348	1.36.48	3	Inzell	29.1	1.23.9	-87
4.	Øivind Øiseth, Katalogforl BIL Oslo	050451	1.44.46	10	Oslo Fr	19.1	1.23.5	-89
5.	Torbjørn Sæther, Eidsvold TF	051250	1.44.69	4	Hamar V	13.2	1.27.4	-90
6.	Terje Erfjord, Statnett BIL Oslo	210651	1.48.66	13	Oslo Fr	19.1	1.27.7	-89
7.	Stein Opdahl, SSB BIL Oslo	010352	1.51.43	17	Oslo Fr	19.1	1.33.71	-03
8.	Harald Aslak Aspelund, SSSK	220150	1.51.76	6	Stavanger Sø	23.2	1.40.61	-15
9.	Trygve Hetland, SSSK	150448	2.01.97	27	Stavanger Sø	12.12	1.29.38	-07
10.	Petter Bentsen, Skuteviken SC	300851	2.04.76	14	Bergen Sl	5.12	1.43.86	-09
11.	Ragnvald Vollan, Trondheim BIL	020948	2.08.64	8	Trondheim L	21.2	1.36.01	-14
12.	Pål Gulliksen, Inventum AS BIL Oslo	060850	2.09.70	21	Oslo Fr	19.1	1.56.65	-15
13.	Jan Kåre Frøyen, Tynset IF	020150	2.13.87	8	Stavanger Sø	27.3	2.44.28	-21

14.	Bjørn-Erik Hanssen, Panserkam.	130152	2.58.78	5	Trondheim L	22.11	1.53.3	-06

1500 meter

1.	Erik Vea, Kaldfarnes IL	110651	2.21.14	1	Hamar V	12.2	2.00.44	-80
2.	Ivar Amundsen, Arendal SK	240152	2.27.34	2	Hamar V	12.2	2.04.07	-07
3.	Onar Westerheim, Stord IL	150348	2.30.61	6	Stavanger Sø	27.3	2.08.2	-87
4.	Øivind Øiseth, Katalogforl BIL Oslo	050451	2.35.13	8	Oslo Fr	5.1	2.06.7	-89
5.	Torbjørn Sæther, Eidsvold TF	051250	2.38.75	25	Bjugn Fosenh	2.4	2.11.7	-93
6.	Terje Erfjord, Aktiv SK	210651	2.41.17	4	Hamar V	12.2	2.10.6	-89
7.	Rolf Pedersen, Tromsø SK	081049	2.46.75	30	Bjugn Fosenh	2.4	2.06.06	-07
8.	Harald Aslak Aspelund, SSSK	220150	2.51.96	12	Stavanger Sø	9.3	2.31.38	-14
9.	Svein Hansen, Arendal SK	220551	2.52.63	8	Dølemo	5.2	2.24.63	-13
10.	Arnt Olav Thorsen, Arendal SK	090652	2.53.89	24	Stavanger Sø	11.12	2.35.01	-19
11.	Stein Opdahl, SSB BIL Oslo	010352	3.01.16	22	Oslo Fr	2.2	2.21.07	-03
12.	Trygve Hetland, SSSK	150448	3.02.72	28	Stavanger Sø	11.12	2.14.21	-07
13.	Ragnvald Vollan, Trondheim BIL	020948	3.03.04	8	Trondheim L	14.2	2.25.41	-14
14.	Petter Bentsen, Skuteviken SC	300851	3.11.70	2	Bergen Sl	23.11	2.32.35	-07
15.	Bjørn-Erik Hanssen, Panserkam.	130152	3.14.04	26	Bjugn Fosenh	2.10	2.38.67	-06
16.	Jan Kåre Frøyen, Tynset IF	020150	3.29.02	11	Stavanger Sø	27.3	4.19.25	-21
17.	Ivar Gjølga, Bjugn/Ørland SK	240849	3.56.91	27	Bjugn Fosenh	2.10	3.51.69	-19

3000 meter

1.	Erik Vea, Kaldfarnes IL	110651	5.00.33	10	Erfurt	5.12	4.12.40	-04
2.	Ivar Amundsen, Arendal SK	240152	5.15.42	2	Hamar V	13.2	4.23.92	-02
3.	Øivind Øiseth, Katalogforl BIL Oslo	050451	5.16.36	9	Oslo Fr	12.1	4.30.9	-93
4.	Onar Westerheim, Stord IL	150348	5.18.32	22	Stavanger Sø	12.12	4.30.6	-87
5.	Torbjørn Sæther, Eidsvold TF	051250	5.23.44	4	Hamar V	13.2	4.38.3	-93
6.	Terje Erfjord, Statnett BIL Oslo	210651	5.33.21	13	Oslo Fr	12.1	4.31.0	-94
7.	Harald Aslak Aspelund, SSSK	220150	5.52.00	21	Stavanger Sø	1.12	5.15.18	-15
8.	Svein Hansen, Arendal SK	220551	5.56.96	6	Dølemo	31.12	4.58.70	-08
9.	Stein Opdahl, SSB BIL Oslo	010352	6.18.47	23	Oslo Fr	12.1	4.57.39	-02
10.	Tor Arve Roksvåg, IL Braatt Kr.sund	280151	6.21.70	6	Kristiansund	19.3	5.54.30	-20
11.	Trygve Hetland, SSSK	150448	6.33.25	30	Stavanger Sø	12.12	4.37.82	-07
12.	Petter Bentsen, Skuteviken SC	300851	6.54.39	8	Bergen Sl	5.12	5.18.27	-07
13.	Jan Kåre Frøyen, Tynset IF	020150	7.33.07	7	Hamar V	13.2		

5000 meter

1.	Erik Vea, Lillestrøm Kommune	110651	8.49.19	8	Oslo Fr	26.1	7.20.85	-04
2.	Torbjørn Sæther, Eidsvold TF	051250	9.13.12	21	Bjugn Fosenh	1.4	8.04.5	-94
3.	Øivind Øiseth, Katalogforl BIL Oslo	050451	9.13.46	9	Oslo Fr	26.1	7.40.91	-02
4.	Onar Westerheim, Stord IL	150348	9.18.02	15	Stavanger Sø	26.3	7.40.4	-86
5.	Harald Aslak Aspelund, SSSK	220150	9.43.23	18	Stavanger Sø	26.3	8.52.68	-14
6.	Terje Erfjord, Statnett BIL Oslo	210651	9.52.04	16	Oslo Fr	26.1	7.48.95	-02
7.	Rolf Pedersen, Tromsø SK	081049	11.18.09	41	Bjugn Fosenh	1.4	7.37.05	-02
8.	Bjørn-Erik Hanssen, Panserkam.	130152	11.44.35	42	Bjugn Fosenh	1.4	9.43.53	-06
9.	Jan Kåre Frøyen, Tynset IF	020150	12.02.05	21	Stavanger Sø	26.3		
10.	Ivar Gjølga, Bjugn/Ørland SK	240849	13.58.35	27	Bjugn Fosenh	1.10	13.54.35	-19

10000 meter

1.	Erik Vea, Kaldfarnes IL	110651	18.23.76	10	Bjugn Fosenh	2.10	15.34.5	-78
2.	Torbjørn Sæther, Eidsvold TF	051250	18.49.63	18	Bjugn Fosenh	2.4	16.31.2	-93
3.	Terje Erfjord, Statnett BIL Oslo	210651	21.53.39	12	Oslo Fr	15.12	16.08.9	-93
4.	Bjørn-Erik Hanssen, Panserkam.	130152	24.48.27	26	Bjugn Fosenh	2.10	20.49.13	-04
5.	Jan Kåre Frøyen, Tynset IF	020150	27.42.95	1	Tynset	8.3	32.10.91	-21
6.	Ivar Gjølga, Bjugn/Ørland SK	240849	28.35.51	27	Bjugn Fosenh	2.10	28.55.22	-19

Menn M 75 (født 1.7.1942-30.6.1947)

500 meter

1.	Alf Gjølga, Bjugn/Ørland SK	010446	49.92	10	Bjugn Fosenh	1.10	42.35	-08

2.	Martin Meland, Bjugn/Ørland SK	230146	50.39	7	Bjugn Fosenh	20.10	44.93	-13
3.	Magnar Langvik, TSK	290845	50.43	9	Inzell	29.1	46.62	-15
4.	Svein Bruket, Sør-Fron IL	061042	50.44	4	Hundorp	26.1	42.7	-85
5.	Jan Henriksen, Stord IL	260544	52.13	6	Stavanger Sø	12.12	45.15	-13
6.	Harald Westerheim, Stord IL	270945	52.47	17	Stavanger Sø	1.12	45.14	-87
7.	Morten Saur, Bjugn/Ørland SK	200945	53.95	17	Bjugn Fosenh	5.2	49.02	-15
8.	Øystein Lilletvedt, Fana IL	070344	54.32	7	Bergen Sl	20.2	46.8	-66
9.	Jarle Håbrekke, Bjugn/Ørland SK	010143	55.11	9	Bjugn Fosenh	9.2	47.57	-13
10.	Inge Helge Bruland, Spk Jarl	140345	56.04	10	Stavanger Sø	23.2	50.9	-63
11.	Per Nygård, SSSK	080246	57.55	11	Stavanger Sø	9.3	47.11	-07
12.	Ivar Nilssen, IL Stjørdals/Blink	080347	61.34	25	Bjugn Fosenh	1.10	45.40	-98
13.	Frank-Einar Pedersen, Stord IL	201146	61.78	21	Stavanger Sø	26.3	46.7	-80
14.	Gunnar Åsmund Flenstad, Bjugn/Ørland SK	090644	63.32	24	Bjugn Fosenh	5.2	46.50	-11
15.	Lars Hans Rambøl, Lilleborg IK	180646	75.64	18	Geithus	26.2	57.45	-13

1000 meter

1.	Magnar Langvik, TSK	290845	1.42.44	9	Inzell	30.1	1.33.85	-15
2.	Martin Meland, Bjugn/Ørland SK	230146	1.42.82	1	Hamar V	13.2	1.28.29	-13
3.	Alf Gjølga, Bjugn/Ørland SK	010446	1.43.42	7	Bjugn Fosenh	9.10	1.23.04	-11
4.	Harald Westerheim, Stord IL	270945	1.44.24	20	Stavanger Sø	12.12	1.30.8	-86
5.	Svein Bruket, Sør-Fron IL	061042	1.46.07	1	Hundorp	9.3	1.27.45	-04
6.	Morten Saur, Bjugn/Ørland SK	200945	1.48.40	4	Hamar V	13.2	1.34.70	-15
7.	Jan Henriksen, Stord IL	260544	1.48.89	23	Stavanger Sø	12.12	1.30.50	-09
8.	Jarle Håbrekke, Bjugn/Ørland SK	010143	1.52.00	5	Hamar V	13.2	1.35.97	-11
9.	Per Nygård, SSSK	080246	1.53.55	25	Stavanger Sø	12.12	1.31.71	-11
10.	Øystein Lilletvedt, Fana IL	070344	1.54.04	1	Hol	27.2	1.45.78	-15
11.	Inge Helge Bruland, Spk Jarl	140345	2.03.02	14	Stavanger Sø	2.2		
12.	Frank-Einar Pedersen, Stord IL	201146	2.08.75	4	Stord Vikah	28.12	1.39.5	-04
13.	Ivar Nilssen, Trondheim BIL	080347	2.10.06	14	Trondheim L	10.1	1.31.27	-07

1500 meter

1.	Alf Gjølga, Bjugn/Ørland SK	010446	2.37.96	14	Bjugn Fosenh	2.10	2.08.28	-11
2.	Harald Westerheim, Stord IL	270945	2.37.97	21	Stavanger Sø	11.12	2.15.6	-86
3.	Martin Meland, Bjugn/Ørland SK	230146	2.39.94	7	Bjugn Fosenh	9.10	2.18.44	-12
4.	Morten Saur, Bjugn/Ørland SK	200945	2.41.06	1	Hamar V	12.2	2.19.93	-15
5.	Magnar Langvik, TSK	290845	2.42.15	28	Bjugn Fosenh	2.4	2.23.63	-15
6.	Jarle Håbrekke, Bjugn/Ørland SK	010143	2.52.50	3	Hamar V	12.2	2.27.54	-13
7.	Jan Henriksen, Stord IL	260544	2.54.89	26	Stavanger Sø	11.12	2.22.12	-11
8.	Per Nygård, SSSK	080246	2.57.83	13	Stavanger Sø	9.3	2.17.29	-07
9.	Ivar Nilssen, IL Stjørdals/Blink	080347	3.07.48	41	Bjugn Fosenh	2.4	2.16.63	-07
10.	Øystein Lilletvedt, Fana IL	070344	3.08.02	3	Gol	26.2	2.32.3	-66
11.	Frank-Einar Pedersen, Stord IL	201146	3.08.44	10	Stavanger Sø	27.3	2.27.4	-80
12.	Inge Helge Bruland, Spk Jarl	140345	3.19.73	14	Stavanger Sø	9.3	3.07.5	-63
13.	Lars Hans Rambøl, Lilleborg IK	180646	4.13.14	18	Geithus	27.2	3.20.7	-12

3000 meter

1.	Harald Westerheim, Stord IL	270945	5.29.18	23	Stavanger Sø	12.12	4.45.4	-85
2.	Morten Saur, Bjugn/Ørland SK	200945	5.29.43	5	Bjugn Fosenh	5.2	4.43.67	-15
3.	Martin Meland, Bjugn/Ørland SK	230146	5.32.36	1	Hamar V	13.2	4.48.09	-14
4.	Magnar Langvik, TSK	290845	5.48.59	4	Hamar V	13.2	5.01.59	-15
5.	Jarle Håbrekke, Bjugn/Ørland SK	010143	6.08.77	5	Hamar V	13.2	5.18.11	-13
6.	Per Nygård, SSSK	080246	6.10.35	28	Stavanger Sø	12.12	4.43.31	-07
7.	Ivar Nilssen, Trondheim BIL	080347	6.38.64	7	Trondheim L	15.11	4.42.75	-07
8.	Jan Henriksen, Stord IL	260544	6.44.64	10	Stavanger Sø	27.3	5.14.01	-11
9.	Øystein Lilletvedt, Fana IL	070344	7.05.85	10	Bergen Sl	5.12	5.16.6	-66

5000 meter

1.	Alf Gjølga, Bjugn/Ørland SK	010446	9.43.30	14	Bjugn Fosenh	1.10	8.18.15	-08
2.	Morten Saur, Bjugn/Ørland SK	200945	9.52.34	27	Bjugn Fosenh	1.4	8.27.24	-13
3.	Magnar Langvik, TSK	290845	10.00.73	31	Bjugn Fosenh	1.4	8.55.25	-13

4.	Per Nygård, SSSK	080246	10.20.38	19	Stavanger Sø	26.3	7.57.53	-07
5.	Ivar Nilssen, IL Stjørdals/Blink	080347	10.47.59	21	Bjugn Fosenh	1.10	7.59.29	-07
6.	Jarle Håbrekke, Bjugn/Ørland SK	010143	11.13.67	40	Bjugn Fosenh	1.4	9.31.09	-13
7.	Frank-Einar Pedersen, Stord IL	201146	11.20.03	20	Stavanger Sø	26.3	9.07.1	-81
8.	Lars Hans Rambøl, Lilleborg IK	180646	15.29.96	18	Geithus	26.2	11.52.0	-12

10000 meter

1.	Alf Gjølga, Bjugn/Ørland SK	010446	20.22.66	16	Bjugn Fosenh	2.10	17.54.52	-09
2.	Morten Saur, Bjugn/Ørland SK	200945	20.28.47	28	Bjugn Fosenh	2.4	17.18.58	-13
3.	Magnar Langvik, TSK	290845	20.35.80	18	Bjugn Fosenh	2.10	18.18.64	-13
4.	Ivar Nilssen, IL Stjørdals/Blink	080347	22.19.88	22	Bjugn Fosenh	2.10	17.09.29	-03
5.	Jarle Håbrekke, Bjugn/Ørland SK	010143	23.04.30	38	Bjugn Fosenh	2.4	19.57.14	-13
6.	Frank-Einar Pedersen, Stord IL	201146	24.04.77	8	Bergen Sl	22.1	19.17.6	-84
7.	Lars Hans Rambøl, Lilleborg IK	180646	31.30.26	18	Geithus	27.2	25.06.0	-10

Menn M 80 (født 1.7.1937-30.6.1942)

500 meter

1.	Magnar Lundberg, LKS BIL Oslo	150442	54.12	10	Oslo Fr	16.2	45.0	-73

1000 meter

1.	Magnar Lundberg, Lilleborg IK	150442	1.49.90	1	Hamar V	13.2	1.35.7	-71

1500 meter

1.	Magnar Lundberg, Lilleborg IK	150442	2.47.90	1	Hamar V	12.2	2.29.1	-70

3000 meter

1.	Magnar Lundberg, Lilleborg IK	150442	5.46.27	1	Hamar V	13.2	5.23.51	-18

5000 meter

1.	Magnar Lundberg, Lilleborg IK	150442	10.29.17	35	Bjugn Fosenh	1.4	9.05.76	-17

10000 meter

1.	Magnar Lundberg, Lilleborg IK	150442	21.48.39	34	Bjugn Fosenh	2.4	18.45.30	-16

Menn M 85 (født 1.7.1932-30.6.1937)

500 meter

1.	Arne Kjell Foldvik, Spk Falken	171234	67.47	18	Inzell	30.1	46.9	-62

1000 meter

1.	Arne Kjell Foldvik, Spk Falken	171234	2.43.28	18	Inzell	30.1	1.31.78	-07

1500 meter

1.	Arne Kjell Foldvik, Spk Falken	171234	4.34.98	1	Hamar V	12.2	2.22.31	-04

3000 meter

1.	Arne Kjell Foldvik, Spk Falken	171234	9.40.20	1	Hamar V	13.2	4.54.57	-07

5000 meter

1.	Arne Kjell Foldvik, Spk Falken	171234	18.05.61	28	Bjugn Fosenh	1.10	8.33.53	-07

10000 meter

1.	Arne Kjell Foldvik, Spk Falken	171234	36.16.81	28	Bjugn Fosenh	2.10	17.34.27	-03

<u>På de neste sidene finner DU de norske adelskalenderne</u> slik dem ser ut etter årets sesong. Løpere med forbedringer i vinter (personlige rekorder) **er de nye tidene og navnet boldet SVART.** Nye løpere som løpt seg inn på adelskalenderne i vinter er boldet **RØDT – både navn og de nye personlige rekordene.**

Miniadelskalender for NORGE

Kvinner pr.02.04.2022

1.	**(3) Ragne Wiklund**	**2000.05.09**	**39.59**	**1.14.11**	**1.52.47**	**3.55.51**	**(2022)**	**153.386**
2.	(1) Ida Njåtun	1991.02.06	38.69	1.14.37	1.52.71	4.01.47	(2019)	153.690
3.	(2) Hege Bøkko	1991.09.05	37.43	1.13.81	1.56.66	4.12.81	(2018)	155.356
4.	(4) Maren Haugli	1985.03.03	39.94	1.18.99	1.55.99	4.00.34	(2007)	158.154
5.	**(5) Sofie Karoline Haugen**	**1995.04.22**	40.35	1.18.66	1.57.11	**4.02.66**	**(2022)**	**159.159**
6.	(6) Annette Bjelkevik	1978.05.12	40.00	1.17.74	1.58.57	4.07.58	(2006)	159.656
7.	(7) Hedvig Bjelkevik	1981.04.18	39.64	1.17.53	1.58.74	4.13.30	(2007)	160.201
8.	(8) Mari Hemmer	1983.11.20	40.51	1.19.56	1.57.52	4.05.98	(2014)	160.459
9.	(9) Edel Therese Høiseth	1966.01.27	38.40	1.15.37	1.59.97	4.29.50	(2000)	160.991
10.	(10) Anette Tønsberg	1970.04.02	40.24	1.18.50	2.00.10	4.12.92	(1999)	161.676
11.	(11) Ellen Bjertnes	1994.12.08	39.66	1.17.72	2.00.48	4.21.83	(2017)	162.318
12.	**(25) Marte Bjerkreim Furnée**	**2001.06.17**	**40.62**	**1.19.41**	**2.01.69**	**4.15.16**	**(2022)**	**163.414**
13.	**(13) Martine Ripsrud**	**1995.10.31**	**38.12**	1.16.17	2.02.61	4.38.09	**(2022)**	**163.423**
14.	(12) Camilla Lund	1994.11.12	41.32	1.21.05	2.01.72	4.07.31	(2017)	163.636
15.	**(29) Amalie Haugland**	**2003.11.06**	**40.65**	**1.20.27**	**2.00.95**	**4.16.72**	**(2022)**	**163.887**
16.	**(20) Marit Fjellanger Bøhm**	**1988.10.24**	41.85	1.22.26	**2.00.38**	**4.06.69**	**(2022)**	**164.221**
17.	(14) Anne Gulbrandsen	1994.02.17	39.61	1.18.48	2.02.98	4.30.26	(2019)	164.886
18.	(15) Camilla Hallås Farestveit	1989.12.05	42.02	1.21.67	2.00.28	4.12.16	(2014)	164.974
19.	(16) Frida van Megen	1989.04.01	41.74	1.21.55	2.02.34	4.11.28	(2015)	165.175
20.	**(63) Aurora Grinden Løvås**	**2005.03.14**	**40.64**	**1.21.06**	**2.03.57**	**4.19.07**	**(2022)**	**165.538**
21.	(17) Inga Anne Vasaasen	1996.12.06	41.18	1.20.20	2.03.59	4.18.49	(2017)	165.557
22.	(18) Marte Vatn	1995.06.26	40.40	1.20.67	2.04.40	4.21.17	(2018)	165.729
23.	(19) Hanne Haugland	1991.09.07	39.62	1.18.26	2.03.76	4.35.00	(2016)	165.836
24.	**(46) Victoria Keltie Sætersdal**	**2000.06.27**	**42.02**	**1.21.41**	**2.01.06**	**4.16.99**	**(2022)**	**165.909**
25.	(21) Ellen Kathrine Lie	1976.08.05	40.47	1.21.86	2.01.16	4.27.08	(2000)	166.299
26.	**(28) Ane By Farstad**	**2000.03.31**	40.20	1.19.03	**2.01.32**	4.38.20	**(2022)**	**166.521**
27.	(22) Anne Therese Tveter	1976.05.05	41.93	1.21.23	2.04.88	4.14.25	(2001)	166.546
28.	(23) Rikke Jeppsson	1988.09.12	39.49	1.18.31	2.01.16	4.48.58	(2017)	167.127
29.	(24) Lillan Westli	1972.02.15	39.91	1.18.92	2.02.81	4.42.91	(2001)	167.457
30.	(26) Linda Olsen	1972.05.01	39.15	1.18.20	2.02.88	4.52.25	(2002)	167.918
31.	(27) Lise Marie Braathen	1977.04.04	42.10	1.20.96	2.06.08	4.20.31	(1998)	167.991
32.	**(31) Julie Nistad Samsonsen**	**2000.04.05**	**37.94**	1.17.09	2.11.78	4.47.30	**(2022)**	**168.294**
33.	(30) Tine Køpke	1983.12.12	40.38	1.21.22	2.08.79	4.32.41	(2008)	169.321
34.	(32) Ester Stølen	1975.11.12	39.38	1.17.88	2.08.32	4.52.74	(2002)	169.883
35.	(33) Else Ragni Yttredal	1968.08.08	41.51	1.23.24	2.06.39	4.27.96	(1993)	169.920
36.	(34) Marthe Skaali	1989.08.15	43.01	1.22.97	2.06.23	4.22.63	(2009)	170.342
37.	(35) Nina Johanne Tørset	1973.07.26	42.17	1.23.31	2.06.34	4.27.40	(2011)	170.504
38.	**(57) Hanna Svenni**	**2002.05.05**	**43.06**	**1.21.92**	**2.08.88**	**4.22.35**	**(2022)**	**170.705**
39.	(36) Martine Lilløy Bruun	1996.12.12	40.89	1.20.98	2.08.02	4.41.99	(2016)	171.051
40.	**(37) Arwen Szygenda**	**2002.06.30**	**42.29**	1.22.63	2.06.59	4.32.39	**(2022)**	**171.199**
41.	**(39) Sarah Marie Sanderud**	**2002.07.20**	**42.60**	1.22.59	**2.09.67**	4.25.11	**(2022)**	**171.303**
42.	**(38) Julie Berg Sjøbrend**	**2002.06.07**	**42.32**	1.23.36	2.07.76	**4.28.45**	**(2022)**	**171.327**
43.	**(41) Carina Jagtøyen**	**1998.05.05**	**40.79**	1.20.75	2.06.57	4.49.29	**(2022)**	**171.570**
44.	(40) Bjørg Eva Jensen	1960.02.15	42.40	1.24.30	2.08.61	4.29.28	(1984)	172.300
45.	(42) Urd Åsa Vallumrød Eidsten	1987.08.13	43.03	1.22.99	2.07.24	4.32.60	(2007)	172.371
46.	(43) Maren Charlotte S Jørgensen	1990.04.10	43.07	1.24.08	2.07.45	4.30.68	(2012)	172.706
47.	(44) Thea Fløiten	1995.09.19	43.32	1.24.02	2.08.56	4.29.03	(2017)	173.021
48.	(45) Marie Bakken Haugli	1995.11.14	43.07	1.24.47	2.09.95	4.28.29	(2021)	173.336
49.	(47) Helene Tveter	1983.07.15	42.25	1.22.55	2.09.11	4.41.2	(2004)	173.427
50.	(48) Astrid Helen Njærheim	1979.02.12	43.06	1.24.07	2.08.64	4.34.33	(2015)	173.696
51.	(49) Camilla Wangen Evjevik	1998.02.18	43.20	1.24.53	2.09.63	4.30.54	(2016)	173.765
52.	(50) Hege Langli	1971.01.15	42.49	1.26.6	2.08.86	4.30.15	(1994)	173.768
53.	(51) Heidi Skjeggestad	1970.01.28	42.79	1.25.0	2.09.25	4.33.15	(1990)	173.898

54.	**(126) Vilde Semb**	**2005.07.10**	**42.79**	**1.24.47**	**2.05.01**	**4.43.40**	**(2022)**	**173.928**
55.	(52) Karine Udahl	1990.07.13	40.13	1.21.69	2.14.09	4.51.12	(2016)	174.191
56.	**(54) Kari Celine Reiss-Jacobsen**	**2002.12.10**	42.90	1.24.52	**2.10.95**	4.34.69	**(2022)**	**174.591**
57.	(53) Minna Nystedt	1967.10.11	43.32	1.25.20	2.09.68	4.33.41	(1992)	174.714
58.	**(204) Martine Solem**	**2007.05.24**	**41.90**	**1.25.12**	**2.11.87**	**4.38.27**	**(2022)**	**174.794**
59.	(55) Anna Rognstad	1983.12.15	42.96	1.23.87	2.10.70	4.38.3	(2004)	174.844
60.	(56) Kristine Ramskjær	1991.01.31	43.41	1.24.15	2.10.22	4.35.89	(2009)	174.872
61.	**(62) Vilde Baas**	**2000.08.30**	**40.71**	1.22.91	2.12.95	4.50.41	**(2022)**	**174.882**
62.	**(91) Ina Nakken**	**2005.03.19**	**43.38**	**1.25.81**	**2.08.89**	**4.35.14**	**(2022)**	**175.104**
63.	(58) Siri Moseng Reiersen	1989.12.08	41.11	1.22.43	2.12.25	4.54.15	(2015)	175.433
64.	(59) Ida Sanderud	1996.02.27	42.68	1.23.52	2.10.84	4.46.50	(2018)	175.803
65.	(60) Silje Bjelkevik	1981.04.18	43.20	1.25.69	2.11.15	4.38.03	(2001)	176.099
66.	(61) Ingvild Hellem	1993.09.22	42.09	1.25.56	2.13.04	4.41.80	(2018)	176.182
67.	**(72) Dina Storelid**	**2003.12.12**	43.87	**1.26.32**	2.11.14	**4.35.92**	**(2022)**	**176.729**
68.	(64) Maiken Nervik	1992.12.27	42.91	1.26.15	2.13.37	4.38.15	(2013)	176.799
69.	(65) Nille Martha N Faleide	1992.09.11	40.50	1.22.13	2.10.71	5.10.12	(2017)	176.821
70.	(66) Renate Jeppsson	1973.04.16	42.90	1.24.82	2.12.37	4.44.76	(2011)	176.893
71.	(67) Turi Nestegård	1982.12.22	43.15	1.24.87	2.10.47	4.48.37	(2007)	177.136
72.	(68) Maria Tønne	1988.02.07	43.94	1.26.13	2.12.90	4.35.54	(2007)	177.228
73.	(69) Gina Engebråten	2001.09.19	42.74	1.25.25	2.13.05	4.45.98	(2021)	177.378
74.	(70) Hilde Røgeberg Pedersen	1980.02.12	40.52	1.22.29	2.11.52	5.11.47	(2013)	177.416
75.	(71) Solveig Nordengen	1989.06.21	43.1	1.24.96	2.11.91	4.47.67	(2009)	177.495
76.	(73) Vibeke Gundersen	1972.11.12	43.98	1.27.35	2.12.15	4.35.90	(2001)	177.688
77.	(74) Julie Lu Sægrov Aske	2002.08.16	43.51	1.25.50	2.12.40	4.44.18	(2020)	177.756
78.	(75) Cecilie Schjøtt Hannevig	1989.07.12	44.52	1.26.48	2.12.54	4.35.56	(2012)	177.866
79.	(76) Heidi Ruistuen	1993.05.10	44.36	1.26.26	2.12.14	4.38.33	(2012)	177.924
80.	(77) Ragnhild Andresen	1978.04.08	43.88	1.28.0	2.11.62	4.37.8	(2004)	178.053
81.	(78) Maria Netland Rabbe	2001.05.05	41.27	1.25.05	2.15.75	4.56.25	(2020)	178.420
82.	(79) Julie Sofie Lund Rauan	1991.04.15	44.02	1.28.58	2.13.39	4.34.90	(2009)	178.589
83.	(80) Maja Rognstad	1985.10.30	43.57	1.25.73	2.12.86	4.48.01	(2006)	178.722
84.	(81) Sunniva Tofte	1990.03.03	43.64	1.26.57	2.13.64	4.43.81	(2008)	178.772
85.	(82) Mari Krokhaug Øverli	1990.04.28	43.54	1.26.76	2.14.08	4.43.81	(2007)	178.914
86.	(83) Thérèse Verheyleweghen	1994.01.13	44.45	1.27.52	2.12.65	4.39.58	(2014)	179.022
87.	(84) Heidi Støkker	1971.08.30	43.3	1.27.5	2.14.3	4.44.0	(1994)	179.149
88.	(85) Line Hoberg	1992.02.03	42.60	1.25.92	2.14.10	4.53.44	(2010)	179.166
89.	(86) Lisbeth Korsmo	1948.01.14	43.0	1.28.28	2.14.33	4.43.97	(1977)	179.244
90.	(87) Ida Hope	1990.04.26	44.57	1.26.36	2.14.26	4.40.72	(2006)	179.289
91.	(88) Marthe Randine Sundby	1975.04.18	43.6	1.27.17	2.11.92	4.50.24	(1993)	179.531
92.	**(285) Ingrid Håkegård Eichler**	**2005.03.07**	**45.58**	**1.28.56**	**2.12.00**	**4.34.11**	**(2022)**	**179.545**
93.	(89) Elisabeth Lien Fjeld	1991.01.04	44.09	1.27.34	2.13.22	4.44.99	(2011)	179.664
94.	**(Ny) Signe Eide Kirkesæther**	**2006.05.20**	**43.37**	**1.27.63**	**2.15.78**	**4.45.67**	**(2022)**	**180.056**
95.	(90) Thea Vestrheim Skavhellen	1994.12.10	43.18	1.26.53	2.14.94	4.53.69	(2013)	180.373
96.	(92) Merethe Tvedt	1994.10.18	42.81	1.27.15	2.15.47	4.54.08	(2012)	180.554
97.	**(139) Olina Norheim**	**2004.09.22**	**42.83**	1.28.51	2.16.11	**4.49.18**	**(2022)**	**180.651**
98.	(93) Synne Moen Bredalslien	1999.10.06	44.16	1.27.97	2.14.57	4.47.02	(2018)	180.837
99.	(94) Linda Navestad	1986.04.27	44.85	1.28.69	2.14.41	4.41.12	(2006)	180.851
100.	(95) Henriette Lilløy Bruun	1993.06.22	44.24	1.28.78	2.14.56	4.45.52	(2013)	181.069
101.	(96) Elisabeth Thomassen Lind	1983.02.21	44.60	1.28.36	2.14.57	4.45.45	(2002)	181.211
102.	(97) Tone Mette Bergum	1986.02.13	43.96	1.27.97	2.16.53	4.46.74	(2008)	181.245
103.	(98) Jenny Mathilde Nordby	1990.04.22	41.48	1.22.93	2.22.6	5.05.14	(2007)	181.334
104.	**(99) Sofie Ulset**	**2004.01.16**	**42.52**	1.27.57	2.16.07	4.58.27	**(2022)**	**181.372**
105.	**(191) Aline Holbø Dyrset**	**2006.05.21**	**42.79**	**1.25.93**	**2.18.09**	**4.58.00**	**(2022)**	**181.451**
106.	(100) Lise Hølland	2000.10.05	43.27	1.26.61	2.20.09	4.49.41	(2019)	181.506
107.	(101) Kathrine Tofte	1985.11.11	44.41	1.27.97	2.15.70	4.48.30	(2004)	181.678
108.	(102) Siw Sviggum	1970.11.08	43.9	1.28.64	2.16.02	4.48.80	(1992)	181.693
109.	(103) May-Britt Lunde	1976.05.02	44.5	1.28.99	2.16.74	4.42.85	(1995)	181.716
110.	(104) Trude Nielsen	1972.12.04	44.05	1.29.4	2.15.57	4.46.78	(1999)	181.736
111.	(105) Hanna Stensrud Thorød	1986.09.15	42.72	1.25.68	2.13.88	5.09.57	(2007)	181.781
112.	(106) Guro Bergstrøm	1995.12.04	44.13	1.28.45	2.16.65	4.48.18	(2014)	181.935
113.	**(345) Pauline Lysø Olsen**	**2007.10.29**	**43.29**	**1.28.22**	**2.17.30**	**4.53.51**	**(2022)**	**182.084**
114.	(107) Ellen Standal Gulliksen	1985.09.26	44.70	1.28.20	2.16.29	4.47.22	(2007)	182.100

115.	(108) Anna Mjøen Holstad	1997.09.04	43.15	1.27.51	2.16.17	4.58.90	(2016)	182.111
116.	(109) Amalie Kristjansson Berg	2001.04.01	43.91	1.27.02	2.16.57	4.55.35	(2017)	182.168
117.	(110) Turid Lillehagen	1958.12.11	43.46	1.28.46	2.17.35	4.54.02	(1982)	182.476
118.	(111) Hanne Eriksson	1967.05.11	43.20	1.28.89	2.16.45	4.56.64	(1986)	182.568
119.	(112) Caroline Hallås Farestveit	1996.09.12	44.83	1.30.03	2.17.08	4.42.34	(2015)	182.594
120.	(113) Marte-Mari Nordby	1967.08.30	43.52	1.28.4	2.16.97	4.56.82	(1992)	182.846
121.	(114) Line Moen Bredalslien	1990.11.20	43.8	1.29.41	2.17.25	4.51.64	(2009)	182.861
122.	(115) Silje Kristine Borgersen	1995.11.26	44.35	1.27.41	2.19.04	4.50.84	(2014)	182.874
123.	(116) Lise Hoberg	1989.06.21	43.0	1.26.79	2.14.9	5.10.83	(2008)	183.166
124.	(117) Katrine Haug	1998.08.03	45.60	1.30.03	2.16.60	4.42.60	(2016)	183.248
124.	(117) Tina Mengkroken	1988.06.21	44.03	1.28.86	2.18.34	4.52.05	(2009)	183.248
126.	(119) Ingeborg Espeland	1999.06.14	45.17	1.30.29	2.15.96	4.45.82	(2018)	183.271
127.	(120) Hilde Magnetun Brennhovd	1997.03.19	42.54	1.26.28	2.19.07	5.07.94	(2015)	183.359
128.	(121) Jane Iren Nielsen	1970.01.08	43.7	1.29.3	2.17.7	4.55.22	(1995)	183.453
129.	(122) Marie Tollefsen	1966.05.02	45.14	1.30.2	2.16.8	4.46.35	(1989)	183.565
130.	(123) Tone Astrid Grinden	1979.09.25	46.20	1.29.96	2.16.60	4.41.18	(2001)	183.576
131.	(124) Marianne Bjørge	1979.01.24	44.46	1.29.03	2.17.9	4.52.69	(1998)	183.722
132.	(125) Elisabeth Bjøre	1966.09.25	44.46	1.28.13	2.18.25	4.54.82	(1985)	183.744
133.	(127) Line Margareta Foss	1978.12.08	45.0	1.28.97	2.17.68	4.50.81	(2002)	183.846
134.	(128) Kine Hasle	1990.07.13	44.83	1.29.28	2.15.86	4.54.59	(2006)	183.854
135.	(129) Hanne Verling	1991.08.14	44.9	1.29.20	2.18.01	4.50.18	(2010)	183.866
136.	(130) Mari Grøsland	1992.04.26	44.74	1.29.56	2.18.20	4.49.82	(2009)	183.889
137.	(131) Tove Elin Henriksen	1973.09.25	44.29	1.28.66	2.17.47	4.56.74	(2008)	183.899
138.	(132) Anna Øvergaard	1978.03.16	44.0	1.29.02	2.19.2	4.53.96	(1997)	183.903
139.	(133) Hedvig Hilde	2001.05.27	44.41	1.28.72	2.18.29	4.54.27	(2017)	183.911
140.	(134) Vilde Bakkeli Sand	1996.03.05	45.31	1.30.18	2.16.51	4.48.28	(2014)	183.949
141.	(135) Maria Anspach Klippen	1999.01.02	43.75	1.29.64	2.18.55	4.55.37	(2018)	183.981
142.	(136) Ann Kristin Kloster	1979.02.26	45.77	1.32.69	2.16.12	4.39.16	(2000)	184.014
143.	(137) Magnhild Ekren	1997.08.03	43.34	1.28.25	2.17.74	5.04.12	(2016)	184.064
144.	(138) Terese Haug	1980.07.01	44.36	1.29.32	2.17.39	4.55.76	(1999)	184.109
145.	(140) Marit Holtet	1989.07.13	45.06	1.29.92	2.16.23	4.53.54	(2009)	184.353
146.	(141) Wibeke van Megen	1987.10.28	44.45	1.28.85	2.18.88	4.56.17	(2007)	184.529
147.	(142) Ann-Mari Amundsen	1957.08.16	44.10	1.29.32	2.18.09	4.58.6	(1981)	184.556
147.	(142) Ingunn Kvernvold Myhre	2000.08.21	44.78	1.28.95	2.16.46	4.58.89	(2020)	184.556
149.	**(239) Åse Marie Dahn**	**2006.02.05**	**45.70**	**1.30.37**	**2.17.99**	**4.46.23**	**(2022)**	**184.586**
150.	(144) Anne Grethe Viik	1981.03.11	44.89	1.29.24	2.19.35	4.51.8	(2005)	184.593
151.	(145) Renate Iversen	1977.08.16	44.50	1.29.87	2.18.59	4.54.02	(1999)	184.634
152.	(146) Live Tingvik Haave	1994.07.06	44.64	1.27.99	2.19.25	4.57.54	(2013)	184.641
153.	(147) Trine Heian	2001.03.07	42.97	1.27.84	2.20.19	5.06.18	(2018)	184.650
154.	(148) Anne Marie Folgerø	1989.08.18	45.62	1.30.35	2.19.10	4.45.20	(2007)	184.694
155.	(149) Tina Alexandra Henriksen	1986.01.03	45.32	1.29.80	2.17.9	4.51.80	(2003)	184.819
156.	(150) Tonje Kristoffersen	1982.11.17	45.2	1.30.69	2.18.8	4.48.7	(2001)	184.927
157.	(151) Sigrid Dybedahl	1942.07.13	43.8	1.30.14	2.19.00	4.58.4	(1976)	184.936
158.	(152) Emilie Jagtøyen	2001.05.21	43.52	1.27.57	2.17.30	5.11.73	(2019)	185.026
159.	(153) Oline Anspach Klippen	2002.03.29	44.81	1.30.29	2.19.78	4.51.09	(2020)	185.063
160.	(154) Inger Merete Lorgen	1983.09.05	44.26	1.28.19	2.19.19	5.01.88	(2001)	185.064
161.	(155) Cecilie Alexandra Anderson	1989.05.31	43.5	1.29.04	2.19.7	5.03.31	(2007)	185.137
162.	(156) Marlene Skoglund Kjelstad	1987.07.05	44.18	1.29.2	2.18.19	5.03.17	(2004)	185.371
163.	(157) Mathea Wasvik	1990.01.25	45.54	1.30.44	2.18.42	4.51.41	(2009)	185.468
164.	(158) Camilla Hvammen	2000.03.09	44.32	1.28.86	2.18.83	5.03.30	(2019)	185.576
165.	(159) Sandra Hakkelberg	1994.11.02	45.37	1.30.11	2.17.83	4.55.71	(2013)	185.653
166.	(160) Rannei Skaali	1994.12.12	46.02	1.30.66	2.18.33	4.49.27	(2011)	185.671
167.	(161) Mona Iversen	1959.11.28	44.93	1.29.87	2.19.9	4.56.0	(1982)	185.831
168.	(162) Oda Kjærvik Østenstad	2001.08.30	44.54	1.30.39	2.19.76	4.57.32	(2019)	185.874
169.	(163) Grethe Viksaas	1958.04.16	45.16	1.29.4	2.19.47	4.57.8	(1979)	185.983
170.	(164) Janne Tenmann	1961.01.09	44.6	1.30.31	2.21.52	4.54.94	(1979)	186.084
171.	(165) Ingrid Mellem Mortensen	1983.03.15	43.98	1.29.40	2.19.50	5.06.19	(1999)	186.211
172.	(166) Marianne Grue Mælen	1990.10.10	43.7	1.30.71	2.19.44	5.04.10	(2008)	186.218
173.	(167) Ellen Irene Klepaker	1984.04.19	45.68	1.31.71	2.20.41	4.47.52	(2003)	186.258
174.	(168) Tone Regine Staubo	1965.06.24	43.67	1.29.3	2.21.1	5.05.9	(1988)	186.336
175.	(169) Suzanne van Megen	1991.11.15	45.34	1.30.23	2.20.11	4.55.31	(2010)	186.376

176.	(170) Sara Landro	1985.11.27	44.3	1.30.22	2.19.05	5.04.3	(2003)	186.476
177.	(171) Cathrine Hoff	1986.07.12	46.5	1.31.54	2.18.58	4.48.53	(2004)	186.551
178.	(172) Ine Førde	2000.04.01	45.11	1.30.54	2.19.61	4.58.33	(2018)	186.637
179.	(173) Anne Bakkestuen	1974.01.13	45.2	1.30.3	2.19.9	4.58.0	(1994)	186.649
180.	(174) Hanne Sveberg	1961.03.02	44.31	1.30.86	2.19.64	5.02.34	(1981)	186.676
181.	(175) Kari-Anne Bjørnerud	1981.01.28	46.3	1.31.07	2.18.68	4.52.9	(2000)	186.877
182.	(176) Kristine Støverud Hansen	1980.12.22	46.53	1.31.71	2.18.93	4.49.94	(2001)	187.018
183.	(177) Eira Eide	1999.09.18	44.91	1.30.64	2.20.49	4.59.87	(2017)	187.038
184.	(178) Malin Wangen Evjevik	1994.09.04	44.13	1.30.25	2.21.12	5.04.60	(2011)	187.061
185.	(179) Monica Dahl	1976.03.06	45.03	1.30.93	2.20.46	4.58.53	(1998)	187.070
186.	(180) Anne Elisabeth Hølstad	1964.03.22	43.16	1.28.63	2.23.3	5.11.0	(1987)	187.074
187.	(181) Janne Bogstrand	1972.10.20	45.5	1.30.4	2.20.4	4.58.17	(1990)	187.195
188.	(182) Jannicke Jane Mikkelsen	1986.06.08	44.23	1.30.32	2.17.62	5.12.99	(2009)	187.428
189.	**(349) Patricia Johannessen**	**2004.04.07**	**43.74**	**1.29.28**	**2.20.95**	**5.12.58**	**(2022)**	**187.459**
190.	(183) Linda Wolden	1966.09.27	45.0	1.29.6	2.20.6	5.05.2	(1986)	187.532
191.	(184) Oda Margrete Maageng Lund	1999.05.22	44.25	1.30.01	2.19.51	5.11.03	(2016)	187.596
192.	**(201) Stella Horka**	**2006.04.12**	**44.88**	1.30.59	**2.20.68**	5.03.27	**(2022)**	**187.613**
193.	(185) Merete Pettersen	1965.02.14	44.8	1.30.5	2.21.2	5.04.00	(1986)	187.782
194.	(186) Ragnhild Tokstad	1968.06.14	45.24	1.31.2	2.20.66	5.00.4	(1987)	187.792
195.	(187) Therese Eidem Halvorsen	1981.04.11	44.93	1.29.01	2.21.26	5.07.70	(1998)	187.804
196.	(188) Hege Karlsen	1965.08.26	45.61	1.33.13	2.19.49	4.54.85	(1990)	187.812
197.	(189) Anne Lise Bergum	1991.09.13	45.92	1.31.12	2.19.51	4.59.04	(2008)	187.823
198.	(190) Malin Øverjordet	2002.01.12	45.49	1.31.33	2.20.09	5.00.41	(2018)	187.919
199.	(192) Siri Anne Larsen	1985.05.17	45.72	1.32.48	2.20.12	4.56.48	(2002)	188.079
200.	(193) Nini Mauseth	2004.09.28	44.29	1.29.20	2.19.50	5.16.66	(2019)	188.166
206.	**(334) Stine Finsland**	**2004.07.30**	**46.46**	**1.31.86**	**2.20.02**	**4.57.46**	**(2022)**	**188.639**
211.	**(212) Hanna Engebråten**	**2004.04.08**	**44.78**	**1.30.80**	2.22.36	5.10.21	**(2022)**	**189.334**
223.	(217) Siw Njåtun	1963.09.22	46.6	1.32.03	2.22.3	5.01.5	(1983)	190.298
235.	(229) Elisabeth Schjenken	1954.02.03	46.5	1.32.80	2.22.46	5.04.5	(1979)	191.136
244.	(238) Kirsti Biermann	1950.08.02	45.1	1.32.2	2.24.2	5.13.7	(1971)	191.549
271.	(266) Helga Vårvik	1960.12.08	45.4	1.34.0	2.26.56	5.13.04	(1981)	193.426
275.	(270) Kari Lyngbakken	1959.12.06	45.4	1.34.6	2.26.36	5.12.61	(1980)	193.587
282.	**(296) Emily Plozicki**	**2005.02.08**	**44.21**	**1.31.**78	2.26.13	5.32.44	**(2022)**	**194.216**
284.	**(662) Milla Grønvold Andersen**	**2008.05.05**	**47.28**	**1.33.81**	**2.25.35**	**5.09.65**	**(2022)**	**194.243**
298.	**(Ny) Linnea Haneberg**	**2008.01.17**	**46.62**	**1.33.35**	**2.22.92**	**5.25.62**	**(2022)**	**195.205**
299.	**(400) Amalie Haugerud Teig**	**2007.04.20**	**46.18**	**1.34.86**	**2.23.60**	**5.23.01**	**(2022)**	**195.311**
310.	(303) Tove Berntsen	1951.11.29	46.56	1.34.7	2.29.4	5.16.4	(1974)	196.443
314.	(307) Inger Karset	1951.08.24	45.9	1.36.80	2.27.5	5.19.4	(1972)	196.699
321.	(314) Berit Haugaard	1947.01.30	45.82	1.34.57	2.30.1	5.23.1	(1977)	196.988
324.	**(521) Ingeborg Sjøthun**	**2008.04.24**	**46.52**	**1.33.98**	**2.28.67**	**5.23.88**	**(2022)**	**197.046**
325.	**(Ny) Emmeline Berentsen**	**2006.10.05**	**47.54**	**1.35.32**	**2.25.52**	**5.20.43**	**(2022)**	**197.111**
337.	**(498) Pernille H Løvestad Skolem**	**2006.01.08**	**48.37**	**1.37.86**	**2.28.89**	**5.05.30**	**(2022)**	**197.813**
353.	**(382) Nina Cecilie Vinslid**	**2004.11.04**	**47.28**	**1.34.42**	**2.30.36**	5.26.14	**(2022)**	**198.966**
360.	(352) Kari Kåring	1948.12.03	47.1	1.38.5	2.29.9	5.20.6	(1968)	199.749
364.	(356) Tone Biermann	1953.07.28	46.0	1.35.9	2.28.6	5.38.3	(1971)	199.866
365.	(357) Ingun Pettersen	1954.04.16	47.5	1.36.0	2.30.3	5.25.8	(1974)	199.900
413.	(405) Jorunn Hagan	1946.05.14	48.48	1.39.0	2.33.9	5.21.5	(1971)	202.863
421.	(413) Laila Schou Nilsen	1919.03.18	46.4	1.38.8	2.38.1	5.29.6	(1937)	203.433
429.	(420) Gerd Inger De Groot	1945.02.08	46.9	1.38.8	2.35.6	5.35.0	(1965)	203.999
434.	(425) Randi Thorvaldsen	1925.03.04	48.0	1.39.7	2.32.4	5.33.8	(1952)	204.283
437.	**(639) Josefine Henriksen**	**2007.03.29**	**46.16**	**1.39.53**	**2.31.45**	**5.47.77**	**(2022)**	**204.369**
438.	(428) Laila Andresen	1951.07.24	46.7	1.37.0	2.34.1	5.47.0	(1974)	204.399
441.	(431) Marja Haartsen	1972.01.08	49.49	1.37.80	2.32.24	5.32.19	(2014)	204.501
461.	**(782) Anine Haugnæs Bjørklund**	**2006.08.13**	**47.23**	**1.37.03**	**2.31.87**	**5.56.93**	**(2022)**	**205.856**
500.	**(Ny) Karoline Hilsen**	**2005.09.06**	**50.38**	**1.41.81**	**2.33.44**	**5.38.18**	**(2022)**	**208.794**
510.	**(559) Silje S Stomperudhaugen**	**2004.02.25**	**45.34**	**1.35.07**	2.38.95	6.22.23	**(2022)**	**209.563**
512.	**(Ny) Helene Søreng Soleng**	**2006.04.13**	**48.40**	**1.41.16**	**2.39.01**	**5.46.81**	**(2022)**	**209.784**
532.	**(757) Elle Borgen Steen**	**2008.06.20**	**48.70**	**1.40.28**	**2.38.21**	**5.55.66**	**(2022)**	**210.852**
533.	**(Ny) Latika Suyambudurai**	**2010.01.23**	**47.49**	**1.39.15**	**2.45.64**	**5.51.60**	**(2022)**	**210.878**
608.	**(610) Monika Holth**	**1977.03.14**	**52.12**	**1.47.06**	2.41.57	**5.40.08**	**(2022)**	**216.186**
617.	**(713) Johanne Braathen**	**2006.06.03**	**52.22**	**1.46.54**	**2.41.67**	**5.44.28**	**(2022)**	**216.760**

636.	**(624) Trine Landsem**	**1968.04.29**	**55.26**	**1.45.42**	2.41.61	5.42.62	**(2022)**	**218.943**
670.	**(Ny) Ingeborg Ingvoldstad**	**2009.09.14**	**49.48**	**1.42.21**	**2.46.26**	**6.33.98**	**(2022)**	**221.668**
683.	**(Ny) Victoria Melgårdshagen**	**2010.06.11**	**51.24**	**1.44.81**	**2.49.09**	**6.25.04**	**(2022)**	**224.181**
760.	**(Ny) Inka M Boldingh Debernard**	**2007.03.22**	**51.36**	**1.50.79**	**2.48.06**	**7.11.89**	**(2022)**	**234.756**
765.	**(Ny) Miriam Tangen Kind**	**2006.07.04**	**50.66**	**1.49.81**	**3.01.68**	**7.01.70**	**(2022)**	**236.408**
806.	**(Ny) Hedda Hylen**	**2008.02.10**	**52.93**	**1.52.74**	**2.52.64**	**8.03.97**	**(2022)**	**247.507**
821.	**(818) Hege Stubberud Fossum**	**1983.09.15**	**59.93**	**2.09.91**	**3.03.88**	**6.58.78**	**(2022)**	**255.974**
823.	**(Ny) Martine Nordstrand**	**2007.04.17**	**56.96**	**2.01.04**	**3.14.61**	**7.27.71**	**(2022)**	**256.968**
830.	**(Ny) Maria Godø Birkeli**	**1982.07.01**	**63.43**	**2.10.86**	**3.30.74**	**7.00.60**	**(2022)**	**269.206**
836.	(Ny) Thea Isaksen	1991.02.19	70.52	2.22.97	3.24.58	7.06.64	(2022)	281.304
841.	**(Ny) Aina Veronika Nesmoen**	**1974.12.02**	**64.99**	**2.25.36**	**3.45.46**	**8.31.11**	**(2022)**	**298.008**
845.	**(827) Vilma Fossum**	**2012.04.27**	**66.56**	**2.41.78**	4.38.94	**8.03.09**	**(2022)**	**320.945**
846.	**(Ny) Mira Fossum**	**2009.02.11**	**68.50**	**2.29.29**	4.30.80	**8.47.27**	**(2022)**	**321.289**
847.	**(Ny) Jenny Noraberg Müller**	**1952.06.02**	80.42	2.44.96	**4.24.10**	**8.53.82**	**(2022)**	**339.903**
848.	**(828) Maja Distad**	**2012.01.27**	**72.52**	2.56.41	4.29.97	9.10.40	**(2022)**	**342.448**
850.	**(Ny) Emma Hylen**	**2010.03.26**	71.78	3.20.36	4.39.72	**9.46.62**	**(2022)**	**362.970**

Sprintadelskalender for NORGE

Kvinner pr.01.04.2022

1.	(1)	Hege Bøkko	1991.09.05	37.43	1.13.81	(2018)	74.335
2.	(2)	Ida Njåtun	1991.02.06	38.69	1.14.37	(2019)	75.875
3.	(3)	Edel Therese Høiseth	1966.01.27	38.40	1.15.37	(2000)	76.085
4.	**(4)**	**Martine Ripsrud**	**1995.10.31**	**38.12**	**1.16.17**	**(2022)**	**76.205**
5.	**(5)**	**Julie Nistad Samsonsen**	**2000.04.05**	**37.94**	**1.17.09**	**(2022)**	**76.485**
6.	**(11)**	**Ragne Wiklund**	**2000.05.09**	**39.59**	**1.14.11**	**(2022)**	**76.645**
7.	(6)	Linda Olsen	1972.05.01	39.15	1.18.20	(2001)	78.250
8.	(7)	Ester Stølen	1975.11.12	39.38	1.17.88	(2002)	78.320
9.	(8)	Hedvig Bjelkevik	1981.04.18	39.64	1.17.53	(2007)	78.405
10.	(9)	Ellen Bjertnes	1994.12.08	39.66	1.17.72	(2016)	78.520
11.	(10)	Rikke Jeppsson	1988.09.12	39.49	1.18.31	(2017)	78.645
12.	(12)	Hanne Haugland	1991.09.07	39.62	1.18.26	(2016)	78.750
13.	(13)	Anne Gulbrandsen	1994.02.17	39.61	1.18.48	(2019)	78.850
14.	(14)	Annette Bjelkevik	1978.05.12	40.00	1.17.74	(2005)	78.870
15.	(15)	Lillan Westli	1972.02.15	39.91	1.18.92	(2001)	79.370
16.	(16)	Maren Haugli	1985.03.03	39.94	1.18.99	(2007)	79.435
17.	(17)	Anette Tønsberg	1970.04.02	40.24	1.18.50	(1999)	79.490
18.	(18)	Sofie Karoline Haugen	1995.04.22	40.35	1.18.66	(2017)	79.680
19.	**(20)**	**Ane By Farstad**	**2000.03.31**	40.20	**1.19.03**	**(2022)**	**79.715**
20.	(19)	Mari Hemmer	1983.11.20	40.51	1.19.56	(2011)	80.290
21.	**(29)**	**Marte Bjerkreim Furnée**	**2001.06.17**	**40.62**	**1.19.41**	**(2022)**	**80.325**
22.	(21)	Marte Vatn	1995.06.26	40.40	1.20.67	(2018)	80.735
23.	**(36)**	**Amalie Haugland**	**2003.11.06**	**40.65**	**1.20.27**	**(2022)**	**80.785**
24.	(22)	Karine Udahl	1990.07.13	40.13	1.21.69	(2016)	80.975
25.	(23)	Tine Køpke	1983.12.12	40.38	1.21.22	(2008)	80.990
26.	**(31)**	**Carina Jagtøyen**	**1998.05.05**	**40.79**	**1.20.75**	**(2022)**	**81.165**
27.	**(75)**	**Aurora Grinden Løvås**	**2005.03.14**	**40.64**	**1.21.06**	**(2022)**	**81.170**
28.	(24)	Inga Anne Vasaasen	1996.12.06	41.18	1.20.20	(2017)	81.280
29.	(25)	Martine Lilløy Bruun	1996.12.12	40.89	1.20.98	(2016)	81.380
30.	(26)	Ellen Kathrine Lie	1976.08.05	40.47	1.21.86	(2000)	81.400
31.	(27)	Nille Martha N Faleide	1992.09.11	40.50	1.22.13	(2017)	81.565
32.	(28)	Hilde Røgeberg Pedersen	1980.02.12	40.52	1.22.29	(2013)	81.665
33.	(30)	Camilla Lund	1994.11.12	41.32	1.21.05	(2016)	81.845
34.	**(43)**	**Vilde Baas**	**2000.08.30**	**40.71**	1.22.91	**(2022)**	**82.165**

35.	(32) Siri Moseng Reiersen	1989.12.08	41.11	1.22.43	(2015)	82.325
36.	(33) Frida van Megen	1989.04.01	41.74	1.21.55	(2015)	82.515
37.	(34) Anne Therese Tveter	1976.05.05	41.93	1.21.23	(2001)	82.545
38.	(35) Lise Marie Braathen	1977.04.04	42.10	1.20.96	(1998)	82.580
39.	**(66) Victoria Keltie Sætersdal**	**2000.06.27**	**42.02**	**1.21.41**	**(2022)**	**82.725**
40.	(37) Camilla Hallås Farestveit	1989.12.05	42.02	1.21.67	(2014)	82.855
41.	(38) Jenny Mathilde Nordby	1990.04.22	41.48	1.22.93	(2007)	82.945
42.	(39) Marit Fjellanger Bøhm	1988.10.24	41.85	1.22.26	(2020)	82.980
43.	(40) Else Ragni Yttredal	1968.08.08	41.51	1.23.24	(1993)	83.130
44.	(41) Helene Tveter	1983.07.15	42.25	1.22.55	(2000)	83.525
45.	**(42) Arwen Szygenda**	**2002.06.30**	**42.29**	1.22.63	**(2022)**	**83.605**
46.	(44) Maria Netland Rabbe	2001.05.05	41.27	1.25.05	(2020)	83.795
47.	(45) Nina Johanne Tørset	1973.07.26	42.17	1.23.31	(2010)	83.825
48.	**(51) Sarah Marie Sanderud**	**2002.07.20**	**42.60**	1.22.59	**(2022)**	**83.895**
49.	**(46) Julie Berg Sjøbrend**	**2002.06.07**	**42.32**	1.23.36	**(2022)**	**84.000**
50.	**(73) Hanna Svenni**	**2002.05.05**	**43.06**	**1.21.92**	**(2022)**	**84.020**
51.	(47) Ida Sanderud	1996.02.27	42.68	1.23.52	(2017)	84.440
52.	**(189) Martine Solem**	**2007.05.24**	**41.90**	**1.25.12**	**(2022)**	**84.460**
53.	(48) Marthe Skaali	1989.08.15	43.01	1.22.97	(2009)	84.495
54.	(49) Urd Åsa Vallumrød Eidsten	1987.08.13	43.03	1.22.99	(2007)	84.525
55.	(50) Bjørg Eva Jensen	1960.02.15	42.40	1.24.30	(1979)	84.550
56.	(52) Ingvild Hellem	1993.09.22	42.09	1.25.56	(2018)	84.870
57.	(53) Anna Rognstad	1983.12.15	42.96	1.23.87	(2003)	84.895
58.	**(109) Vilde Semb**	**2005.07.10**	**42.79**	**1.24.47**	**(2022)**	**85.025**
59.	(54) Astrid Helen Njærheim	1979.02.12	43.06	1.24.07	(2015)	85.095
60.	(55) Maren Charlotte S Jørgensen	1990.04.10	43.07	1.24.08	(2012)	85.110
61.	(56) Kari Celine Reiss-Jacobsen	2002.12.10	42.90	1.24.52	(2020)	85.160
62.	(57) Heidi Skjeggestad	1970.01.28	42.79	1.25.0	(1990)	85.290
63.	(58) Marie Bakken Haugli	1995.11.14	43.07	1.24.47	(2021)	85.305
64.	(59) Renate Jeppsson	1973.04.16	42.90	1.24.82	(2007)	85.310
65.	(60) Thea Fløiten	1995.09.19	43.32	1.24.02	(2017)	85.330
66.	(61) Gina Engebråten	2001.09.19	42.74	1.25.25	(2021)	85.365
67.	(62) Camilla Wangen Evjevik	1998.02.18	43.20	1.24.53	(2016)	85.465
68.	(63) Kristine Ramskjær	1991.01.31	43.41	1.24.15	(2009)	85.485
69.	(64) Line Hoberg	1992.02.03	42.60	1.25.92	(2010)	85.560
69.	(64) Hanna Stensrud Thorød	1986.09.15	42.72	1.25.68	(2007)	85.560
71.	(66) Solveig Nordengen	1989.06.21	43.1	1.24.96	(2009)	85.580
72.	(68) Turi Nestegård	1982.12.22	43.15	1.24.87	(2007)	85.585
73.	(69) Hilde Magnetun Brennhovd	1997.03.19	42.54	1.26.28	(2015)	85.680
74.	**(167) Aline Holbø Dyrset**	**2006.05.21**	**42.79**	**1.25.93**	**(2022)**	**85.755**
75.	(70) Hege Langli	1971.01.15	42.49	1.26.6	(1994)	85.790
76.	(71) Minna Nystedt	1967.10.11	43.32	1.25.20	(1992)	85.920
77.	(72) Maiken Nervik	1992.12.27	42.91	1.26.15	(2011)	85.985
78.	(74) Silje Bjelkevik	1981.04.18	43.20	1.25.69	(2001)	86.045
79.	(76) Julie Lu Sægrov Aske	2002.08.16	43.51	1.25.50	(2020)	86.260
80.	**(119) Ina Nakken**	**2005.03.19**	**43.38**	**1.25.81**	**(2022)**	**86.285**
81.	**(79) Sofie Ulset**	**2004.01.16**	**42.52**	1.27.57	**(2022)**	**86.305**
82.	(77) Merethe Tvedt	1994.10.18	42.81	1.27.15	(2012)	86.385
83.	(78) Lise Hoberg	1989.06.21	43.0	1.26.79	(2008)	86.395
84.	(79) Maja Rognstad	1985.10.30	43.57	1.25.73	(2006)	86.435
85.	(81) Thea Vestrheim Skavhellen	1994.12.10	43.18	1.26.53	(2013)	86.445
86.	(82) Lise Hølland	2000.10.05	43.27	1.26.61	(2019)	86.575
87.	(83) Trine Heian	2001.03.07	42.97	1.27.84	(2018)	86.890
88.	(84) Anna Mjøen Holstad	1997.09.04	43.15	1.27.51	(2016)	86.905
89.	(85) Mari Krokhaug Øverli	1990.04.28	43.54	1.26.76	(2007)	86.920

90.	(86) Sunniva Tofte	1990.03.03	43.64	1.26.57	(2008)	86.925
91.	(87) Maria Tønne	1988.02.07	43.94	1.26.13	(2007)	87.005
92.	**(92) Dina Storelid**	**2003.12.12**	43.87	**1.26.32**	**(2022)**	**87.030**
93.	(88) Heidi Støkker	1971.08.30	43.3	1.27.5	(1994)	87.050
94.	**(125) Olina Norheim**	**2004.09.22**	**42.83**	1.28.51	**(2022)**	**87.085**
95.	(89) Lisbeth Korsmo	1948.01.14	43.0	1.28.28	(1977)	87.140
96.	**(225) Signe Eide Kirkesæther**	**2006.05.20**	**43.37**	**1.27.63**	**(2022)**	**87.185**
96.	(90) Marthe Randine Sundby	1975.04.18	43.6	1.27.17	(1993)	87.185
98.	(91) Emilie Jagtøyen	2001.05.21	43.52	1.27.57	(2019)	87.305
99.	**(328) Pauline Lysø Olsen**	**2007.10.29**	**43.29**	**1.28.22**	**(2022)**	**87.400**
100.	(93) Amalie Kristjansson Berg	2001.04.01	43.91	1.27.02	(2017)	87.420
101.	(94) Magnhild Ekren	1997.08.03	43.34	1.28.25	(2016)	87.465
102.	(95) Anne Elisabeth Hølstad	1964.03.22	43.16	1.28.63	(1987)	87.475
103.	(96) Heidi Ruistuen	1993.05.10	44.36	1.26.26	(2012)	87.490
104.	(97) Hanne Eriksson	1967.05.11	43.20	1.28.89	(1986)	87.645
105.	(98) Vibeke Gundersen	1972.11.12	43.98	1.27.35	(2001)	87.655
106.	(99) Turid Lillehagen	1958.12.11	43.46	1.28.46	(1982)	87.690
107.	(100) Marte-Mari Nordby	1967.08.30	43.52	1.28.4	(1990)	87.720
108.	(101) Ida Hope	1990.04.26	44.57	1.26.36	(2006)	87.750
109.	(102) Elisabeth Lien Fjeld	1991.01.04	44.09	1.27.34	(2011)	87.760
109.	(102) Cecilie Schjøtt Hannevig	1989.07.12	44.52	1.26.48	(2012)	87.760
111.	(104) Anja Sporsheim	1998.07.10	43.46	1.28.83	(2016)	87.875
112.	(105) Ragnhild Andresen	1978.04.08	43.88	1.28.0	(2001)	87.880
113.	(106) Tone Mette Bergum	1986.02.13	43.96	1.27.97	(2008)	87.945
114.	(107) Cecilie Alexandra Anderson	1989.05.31	43.5	1.29.04	(2007)	88.020
115.	(108) Silje Kristine Borgersen	1995.11.26	44.35	1.27.41	(2013)	88.055
116.	(110) Synne Moen Bredalslien	1999.10.06	44.16	1.27.97	(2018)	88.145
117.	(111) Thérèse Verheyleweghen	1994.01.13	44.45	1.27.52	(2013)	88.210
118.	(112) Siw Sviggum	1970.11.08	43.9	1.28.64	(1991)	88.220
119.	(113) Julie Sofie Lund Rauan	1991.04.15	44.02	1.28.58	(2009)	88.310
120.	(114) Tone Regine Staubo	1965.06.24	43.67	1.29.3	(1988)	88.320
121.	(115) Jane Iren Nielsen	1970.01.08	43.7	1.29.3	(1994)	88.350
122.	(116) Guro Bergstrøm	1995.12.04	44.13	1.28.45	(2014)	88.355
122.	(116) Inger Merete Lorgen	1983.09.05	44.26	1.28.19	(2001)	88.355
124.	**(252) Patricia Johannessen**	**2004.04.07**	**43.74**	**1.29.28**	**(2022)**	**88.380**
125.	(118) Kathrine Tofte	1985.11.11	44.41	1.27.97	(2004)	88.395
126.	(120) Tina Mengkroken	1988.06.21	44.03	1.28.86	(2009)	88.460
127.	(121) Emma Lindeijer	1998.08.24	43.71	1.29.51	(2016)	88.465
128.	(122) Line Moen Bredalslien	1990.11.20	43.8	1.29.41	(2008)	88.505
129.	(123) Anna Øvergaard	1978.03.16	44.0	1.29.02	(1997)	88.510
130.	(124) Elisabeth Bjøre	1966.09.25	44.46	1.28.13	(1985)	88.525
131.	(126) Maria Anspach Klippen	1999.01.02	43.75	1.29.64	(2018)	88.570
132.	(127) Tove Elin Henriksen	1973.09.25	44.29	1.28.66	(2008)	88.620
133.	(128) Henriette Lilløy Bruun	1993.06.22	44.24	1.28.78	(2013)	88.630
134.	(129) Live Tingvik Haave	1994.07.06	44.64	1.27.99	(2013)	88.635
135.	(130) Ingrid Mellem Mortensen	1983.03.15	43.98	1.29.40	(1999)	88.680
136.	(131) Camilla Hvammen	2000.03.09	44.32	1.28.86	(2019)	88.750
136.	(131) Trude Nielsen	1972.12.04	44.05	1.29.4	(1999)	88.750
138.	(133) Ann-Mari Tollefsen	1957.08.16	44.10	1.29.32	(1979)	88.760
139.	(134) Hedvig Hilde	2001.05.27	44.41	1.28.72	(2017)	88.770
140.	(135) Marlene Skoglund Kjelstad	1987.07.05	44.18	1.29.2	(2004)	88.780
140.	(135) Elisabeth Thomassen Lind	1983.02.21	44.60	1.28.36	(2002)	88.780
142.	(137) Ellen Standal Gulliksen	1985.09.26	44.70	1.28.20	(2007)	88.800
143.	(138) Ingeborg Winther Storler	1998.08.17	43.93	1.29.83	(2017)	88.845

144.	(139) Sigrid Sundby	1942.07.13	43.8	1.30.14	(1975)	88.870
145.	(140) Wibeke van Megen	1987.10.28	44.45	1.28.85	(2007)	88.875
146.	**(498) Anne Sofie Knutsen Birkedal**	**2007.08.08**	**44.07**	**1.29.63**	**(2022)**	**88.885**
147.	(141) Nini Mauseth	2004.09.28	44.29	1.29.20	(2019)	88.890
148.	(142) Guro Ruden Brørby	2001.02.03	44.23	1.29.42	(2020)	88.940
149.	(143) Alise Hellem	1999.09.25	44.12	1.29.68	(2017)	88.960
150.	(144) Marianne Bjørge	1979.01.24	44.46	1.29.03	(1998)	88.975
151.	(145) May-Britt Lunde	1976.05.02	44.5	1.28.99	(1995)	88.995
152.	(146) Amanda Skoglund Kjelstad	1990.09.03	44.67	1.28.68	(2005)	89.010
153.	(147) Terese Haug	1980.07.01	44.36	1.29.32	(1999)	89.020
154.	(148) Marianne Grue Mælen	1990.10.10	43.7	1.30.71	(2008)	89.055
155.	(149) Connie Fillinger Hovde	1991.11.25	44.5	1.29.24	(2007)	89.120
156.	(150) Marichen Hagelund	1995.11.12	44.05	1.30.15	(2014)	89.125
157.	(151) Linda Navestad	1986.04.27	44.85	1.28.69	(2006)	89.195
158.	(152) Malin Wangen Evjevik	1994.09.04	44.13	1.30.25	(2010)	89.255
158.	(152) Oda Margrete Maageng Lund	1999.05.22	44.25	1.30.01	(2016)	89.255
158.	(152) Ingunn Kvernvold Myhre	2000.08.21	44.78	1.28.95	(2020)	89.255
161.	(155) Jannicke Jane Mikkelsen	1986.06.08	44.23	1.30.32	(2006)	89.390
162.	(156) Sara Landro	1985.11.27	44.3	1.30.22	(2003)	89.410
163.	(157) Therese Eidem Halvorsen	1981.04.11	44.93	1.29.01	(1998)	89.435
163.	(157) Renate Iversen	1977.08.16	44.50	1.29.87	(1999)	89.435
165.	(159) Camilla Kvamme	2000.08.12	44.84	1.29.23	(2016)	89.455
166.	(160) Kine Hasle	1990.07.13	44.83	1.29.28	(2006)	89.470
167.	(161) Line Margareta Foss	1978.12.08	45.0	1.28.97	(2002)	89.485
168.	(162) Hanne Verling	1991.08.14	44.9	1.29.20	(2009)	89.500
169.	(163) Anne Grethe Viik	1981.03.11	44.89	1.29.24	(2004)	89.510
170.	(164) Mari Grøsland	1992.04.26	44.74	1.29.56	(2009)	89.520
171.	(165) June Eldevik	1989.02.13	44.60	1.29.85	(2005)	89.525
172.	(166) Marianne Egeberg Mortensen	1982.05.01	44.39	1.30.32	(2000)	89.550
173.	(168) Bente Andersen	1971.08.11	44.4	1.30.4	(1993)	89.600
174.	**(183) Guro Samdahl Melhuus**	**2006.04.01**	**44.57**	1.30.26	**(2022)**	**89.700**
175.	(169) Oda Kjærvik Østenstad	2001.08.30	44.54	1.30.39	(2018)	89.735
176.	(170) Hanne Sveberg	1961.03.02	44.31	1.30.86	(1981)	89.740
176.	(170) Tanja Torbergsen	1966.05.03	44.4	1.30.68	(1986)	89.740
178.	(172) Janne Tenmann	1961.01.09	44.6	1.30.31	(1979)	89.755
179.	(173) Else Merethe Omsland	1996.05.10	44.41	1.30.72	(2019)	89.770
180.	(174) Emilie Sparre Njøs	2000.07.06	43.88	1.31.80	(2020)	89.780
181.	(175) Linda Wolden	1966.09.27	45.0	1.29.6	(1986)	89.800
182.	(176) Caroline Hallås Farestveit	1996.09.12	44.83	1.30.03	(2015)	89.845
183.	**(409) Ingrid Håkegård Eichler**	**2005.03.07**	**45.58**	**1.28.56**	**(2022)**	**89.860**
183.	(177) Grethe Viksaas	1958.04.16	45.16	1.29.4	(1979)	89.860
185.	(178) Mona Iversen	1959.11.28	44.93	1.29.87	(1981)	89.865
186.	(179) Oline Anspach Klippen	2002.03.29	44.81	1.30.29	(2019)	89.955
187.	(180) Marit Holtet	1989.07.13	45.06	1.29.92	(2008)	90.020
188.	(181) Merete Pettersen	1965.02.14	44.8	1.30.5	(1986)	90.050
189.	**(227) Emily Plozicki**	**2005.02.08**	**44.21**	**1.31.78**	**(2022)**	**90.100**
190.	(182) Stine Marie Grande	1998.09.03	43.91	1.32.49	(2015)	90.155
191.	**(202) Stella Horka**	**2006.04.12**	**44.88**	1.30.59	**(2022)**	**90.175**
192.	**(202) Hanna Engebråten**	**2004.04.08**	**44.78**	**1.30.80**	**(2022)**	**90.180**
193.	(184) Therese Kristine Grimstad	1975.09.09	44.28	1.31.86	(1994)	90.210
194.	(185) Tina Alexandra Henriksen	1986.01.03	45.32	1.29.80	(2003)	90.220
195.	(186) Eira Eide	1999.09.18	44.91	1.30.64	(2017)	90.230
196.	(187) Marie Tollefsen	1966.05.02	45.14	1.30.2	(1989)	90.240
197.	(188) Ingeborg Espeland	1999.06.14	45.17	1.30.29	(2017)	90.315
198.	(190) Anne Bakkestuen	1974.01.13	45.2	1.30.3	(1994)	90.350

199.	(191) Ine Førde	2000.04.01	45.11	1.30.54	(2018)	90.380
200.	(192) Larita Hansen	1971.07.09	44.7	1.31.4	(1992)	90.400
206.	(198) Monica Dahl	1976.03.06	45.03	1.30.93	(1998)	90.495
222.	(215) Kirsti Biermann	1950.08.02	45.1	1.32.2	(1971)	91.200
237.	(232) Anne Gjersem	1957.03.06	45.19	1.33.25	(1978)	91.815
255.	**(436) Stine Finsland**	**2004.07.30**	**46.46**	**1.31.86**	**(2022)**	**92.390**
278.	**(455) Silje S Stomperudhaugen**	**2004.02.25**	**45.34**	**1.35.07**	**(2022)**	**92.875**
281.	(276) Elisabeth Schjenken	1954.02.03	46.5	1.32.80	(1978)	92.900
289.	(284) Berit Haugaard	1947.01.30	45.82	1.34.57	(1977)	93.105
291.	**(571) Predika Sivaganesan**	**2003.07.12**	**45.80**	**1.34.68**	**(2022)**	**93.140**
294.	**(607) Linnea Haneberg**	**2008.01.17**	**46.62**	**1.33.35**	**(2022)**	**93.295**
300.	**(639) Ingeborg Sjøthun**	**2008.04.24**	**46.52**	**1.33.98**	**(2022)**	**93.510**
304.	**(446) Amalie Haugerud Teig**	**2007.04.20**	**46.18**	**1.34.86**	**(2022)**	**93.610**
310.	**(581) Pauliina Klevstuen**	**2004.06.12**	**46.40**	**1.34.87**	**(2022)**	**93.835**
312.	**(1055) Lovisia Olstad Grinden**	**2007.11.01**	**46.16**	**1.35.46**	**(2022)**	**93.890**
313.	(302) Tove Berntsen	1951.11.29	46.56	1.34.7	(1972)	93.910
314.	(303) Tone Biermann	1953.07.28	46.0	1.35.9	(1971)	93.950
325.	**(1050) Milla Grønvold Andersen**	**2008.05.05**	**47.28**	**1.33.81**	**(2022)**	**94.185**
337.	**(390) Nina Cecilie Vinslid**	**2004.11.04**	**47.28**	**1.34.42**	**(2022)**	**94.490**
343.	**(640) Hedda Finsland**	**2008.09.22**	**46.56**	**1.36.01**	**(2022)**	**94.565**
344.	(331) Marie Andersen	1947.12.15	47.3	1.34.6	(1969)	94.600
347.	**(546) Maria Therese Davidsen**	**2005.02.23**	**46.12**	**1.37.10**	**(2022)**	**94.670**
350.	**(980) Linnea Melgårdshagen**	**2008.10.07**	**46.83**	**1.35.76**	**(2022)**	**94.710**
351.	**(525) Lina Ulvan Resell**	**2006.06.19**	**46.65**	**1.36.15**	**(2022)**	**94.725**
367.	(351) Laila Andresen	1951.07.24	46.7	1.37.0	(1974)	95.200
367.	**(717) Emmeline Berentsen**	**2006.10.05**	**47.54**	**1.35.32**	**(2022)**	**95.200**
382.	(365) Ingun Pettersen	1954.04.16	47.5	1.36.0	(1971)	95.500
391.	**(1406) Anine Haugnæs Bjørklund**	**2006.08.13**	**47.23**	**1.37.03**	**(2022)**	**95.745**
394.	(376) Laila Schou Nilsen	1919.03.18	46.4	1.38.8	(1937)	95.800
402.	**(896) Josefine Henriksen**	**2007.03.29**	**46.16**	**1.39.53**	**(2022)**	**95.925**
421.	(403) Kari Kåring	1948.12.03	47.1	1.38.5	(1968)	96.350
436.	**(602) Ada Darup**	**2005.08.19**	**47.11**	**1.39.13**	**(2022)**	**96.675**
448.	**(1458) Jenny Skjæveland Solhaug**	**2009.02.22**	**48.50**	**1.36.71**	**(2022)**	**96.855**
458.	**(1339) Latika Suyambudurai**	**2010.01.23**	**47.49**	**1.39.15**	**(2022)**	**97.065**
459.	(440) Kirsten Konsmo	1954.02.07	47.6	1.39.0	(1971)	97.100
471.	**(795) Pernille H Løvestad Skolem**	**2006.01.08**	**48.37**	**1.37.86**	**(2022)**	**97.300**
497.	**(Ny) Eline Lupke Tveter**	**2008.07.05**	**48.27**	**1.38.91**	**(2022)**	**97.725**
503.	(483) Randi Thorvaldsen	1925.03.04	48.0	1.39.7	(1952)	97.850
548.	**(1270) Elle Borgen Steen**	**2008.06.20**	**48.70**	**1.40.28**	**(2022)**	**98.840**
556.	**(1088) Maren Bjerke Wullum**	**2009.05.06**	**48.80**	**1.40.31**	**(2022)**	**98.955**
559.	**(732) Helene Søreng Soleng**	**2006.04.13**	**48.40**	**1.41.16**	**(2022)**	**98.980**
565.	**(915) Sigrid Bakken Vold**	**2008.09.27**	**48.99**	**1.40.29**	**(2022)**	**99.135**
600.	**(1143) Kitty Marie Hurum Nesset**	**2008.06.05**	**49.56**	**1.40.70**	**(2022)**	**99.910**
606.	**(Ny) Sunniva Haug Johannessen**	**2010.01.28**	**50.03**	**1.39.93**	**(2022)**	**99.995**
616.	**(1502) Natalia Skrzypiec**	**2007.12.30**	**50.44**	**1.39.49**	**(2022)**	**100.185**
644.	**(1187) Ingeborg Ingvoldstad**	**2009.09.14**	**49.48**	**1.42.21**	**(2022)**	**100.585**
655.	(634) Kirsten Holtet	1948.06.24	49.7	1.42.2	(1966)	100.800
666.	(647) Synnøve Lie	1908.08.22	49.9	1.42.2	(1937)	101.000
679.	**(1408) Karoline Hilsen**	**2005.09.06**	**50.38**	**1.41.81**	**(2022)**	**101.285**
685.	(665) Randi Elisabeth Nilsen	1943.02.09	49.5	1.43.8	(1962)	101.400
709.	**(1176) Karoline Vestre**	**2006.05.27**	**49.07**	**1.45.34**	**(2022)**	**101.740**
721.	(700) Anne Berit Skolem	1955.09.18	50.7	1.42.3	(2002)	101.850
738.	(718) Aud Ingebjørg Groven	1942.05.02	49.8	1.44.7	(1965)	102.150
754.	**(755) Ella Ananyah Pokpoon**	**2006.04.07**	**49.34**	1.46.02	**(2022)**	**102.350**

773.	**(1383) Tuva Sofie Sundsvold**	**2006.03.11**	**50.12**	**1.45.07**	**(2022)**	**102.655**
819.	(800) Astri Mæhre Johannessen	1933.11.07	50.6	1.45.8	(1953)	103.500
831.	**(1636) Victoria Melgårdshagen**	**2010.06.11**	**51.24**	**1.44.81**	**(2022)**	**103.645**
838.	(818) Tove Jacobsen	1944.07.14	51.1	1.45.4	(1962)	103.800
896.	(876) Jane Bjerke	1918.09.13	50.0	1.49.4	(1936)	104.700
937.	**(Ny) Helle S Boldingh Debernard**	**2009.01.25**	**51.39**	**1.47.63**	**(2022)**	**105.205**
948.	**(1336) Johanne Braathen**	**2006.06.03**	**52.22**	**1.46.54**	**(2022)**	**105.490**
955.	**(1180) Miriam Tangen Kind**	**2006.07.04**	**50.66**	**1.49.81**	**(2022)**	**105.565**
962.	**(1040) Monika Holth**	**1977.03.14**	**52.12**	**1.47.06**	**(2022)**	**105.650**
989.	**(2141) Selma Victoria Opdahl-Njøs**	**2008.10.07**	**51.39**	**1.49.27**	**(2022)**	**106.025**

Stor adelskalender for NORGE

Menn pr.02.04.2022

1.	(1) Sverre Lunde Pedersen	1992.07.17	35.85	1.42.39	6.07.16	12.56.91	(2019)	145.541
2.	(2) Håvard Bøkko	1987.02.02	35.75	1.42.67	6.09.94	12.53.89	(2015)	145.661
3.	(3) Simen Spieler Nilsen	1993.08.04	35.72	1.45.40	6.13.81	13.12.96	(2018)	147.882
4.	**(6) Hallgeir Engebråten**	**1999.12.17**	36.67	**1.43.71**	6.09.21	**13.17.76**	**(2022)**	**148.049**
5.	(4) Sindre Henriksen	1992.07.24	36.03	1.43.34	6.15.74	13.21.28	(2020)	148.114
6.	(5) Eskil Ervik	1975.01.11	37.03	1.45.73	6.10.65	12.59.69	(2006)	148.322
7.	**(10) Peder Kongshaug**	**2001.08.13**	36.24	**1.42.88**	**6.17.50**	**13.30.09**	**(2022)**	**148.787**
8.	**(56) Sander Eitrem**	**2002.02.12**	**36.92**	**1.45.82**	**6.12.87**	**13.20.40**	**(2022)**	**149.500**
9.	(7) Henrik Christiansen	1983.02.10	37.19	1.46.33	6.15.41	13.15.42	(2011)	149.945
10.	**(8) Allan Dahl Johansson**	**1998.10.05**	35.82	**1.42.61**	6.26.90	13.53.07	**(2022)**	**150.366**
11.	(9) Sverre Haugli	1982.10.02	37.52	1.46.98	6.18.09	13.12.75	(2010)	150.626
12.	(11) Magnus Bakken Haugli	1998.05.01	37.36	1.46.90	6.21.79	13.18.06	(2019)	151.075
13.	(12) Lasse Sætre	1974.03.10	38.15	1.49.36	6.17.60	12.56.85	(2006)	151.205
14.	(13) Fredrik van der Horst	1989.12.02	36.70	1.47.32	6.22.10	13.34.64	(2018)	151.415
15.	**(17) Kristian Gamme Ulekleiv**	**1996.08.28**	36.43	**1.43.43**	**6.28.38**	13.57.91	**(2022)**	**151.639**
16.	(14) Øystein Grødum	1977.02.15	39.10	1.48.52	6.15.50	12.56.38	(2006)	151.642
17.	(15) Odd Bohlin Borgersen	1980.04.10	37.73	1.49.57	6.19.20	13.15.67	(2006)	151.956
18.	(16) Petter Andersen	1974.01.02	35.52	1.45.32	6.34.81	14.05.19	(2006)	152.366
19.	(18) Ole Bjørnsmoen Næss	1991.06.02	38.30	1.49.76	6.23.30	13.09.34	(2015)	152.683
20.	(19) Håvard Holmefjord Lorentzen	1992.10.02	34.28	1.44.45	6.39.99	14.40.65	(2019)	153.127
21.	(20) Ådne Søndrål	1971.05.10	35.72	1.45.26	6.40.53	14.13.12	(2002)	153.515
22.	(21) Runar Njåtun Krøyer	1995.04.15	37.02	1.47.42	6.34.98	13.48.11	(2019)	153.729
23.	(22) Aleksander Waagenes	1991.08.25	36.66	1.45.40	6.29.09	14.21.93	(2018)	153.798
24.	(23) Stian Bjørge	1976.07.31	37.88	1.49.15	6.28.77	13.38.75	(2001)	154.077
25.	(24) Einar Døving Agdestein	1991.08.16	37.06	1.48.26	6.37.64	13.56.66	(2015)	154.743
26.	(25) Olav Slinning	1983.05.21	38.55	1.51.41	6.29.61	13.25.24	(2008)	154.909
27.	(26) Reidar Bohlin Borgersen	1980.04.10	39.03	1.52.01	6.25.77	13.19.97	(2008)	154.941
28.	**(32) Vetle Stangeland**	**1997.08.12**	37.73	1.48.36	6.34.93	**13.52.22**	**(2022)**	**154.954**
29.	**(50) Sigurd Henriksen**	**2004.10.26**	38.72	**1.49.19**	**6.33.16**	**13.30.85**	**(2022)**	**154.974**
30.	(27) Tormod Bjørnetun Haugen	1988.10.28	37.43	1.50.19	6.35.43	13.47.76	(2016)	155.091
31.	(28) Johann Olav Koss	1968.10.29	37.98	1.51.29	6.34.96	13.30.55	(1994)	155.099
32.	(29) Arild Nebb Ervik	1978.02.04	37.72	1.49.51	6.32.11	13.54.24	(2005)	155.146
33.	(30) Lars Kvaalen	1986.02.03	36.56	1.50.12	6.41.59	13.55.08	(2010)	155.179
34.	(31) Stian Elvenes	1985.11.24	37.52	1.49.64	6.37.88	13.47.37	(2009)	155.222
35.	(33) August Teodor Haugen	1991.08.11	37.49	1.48.10	6.37.91	14.05.55	(2016)	155.591
36.	(34) Kjell Storelid	1970.10.24	38.86	1.52.19	6.30.05	13.27.24	(2002)	155.623
37.	(35) Thomas Henrik Søfteland	1990.12.29	39.91	1.51.30	6.28.72	13.16.94	(2016)	155.729
38.	(36) Tore Solli	1986.03.07	38.20	1.52.43	6.33.64	13.33.84	(2011)	155.732
39.	(37) Sondre Dølemo Skarli	1986.04.22	38.06	1.51.18	6.33.77	13.49.87	(2007)	155.990
40.	(38) Kristian Reistad Fredriksen	1993.05.10	37.07	1.49.65	6.33.14	14.24.22	(2012)	156.145
41.	(39) Christoffer Fagerli Rukke	1988.04.17	35.10	1.44.84	6.57.38	14.51.47	(2014)	156.357
42.	**(90) John Granli**	**2002.01.02**	**37.31**	**1.47.49**	**6.42.58**	**14.27.14**	**(2022)**	**156.755**
43.	(40) Remi Hereide	1973.03.25	39.91	1.52.64	6.28.98	13.31.14	(2000)	156.911

44.	(41) Brigt Rykkje	1975.06.16	39.10	1.52.91	6.33.93	13.37.34	(1999)	156.996
45.	(42) Martin Bjertnes	1993.02.12	37.23	1.50.31	6.43.20	14.14.59	(2014)	157.049
46.	(43) Johann Jørgen Sæves	1994.10.28	35.03	1.48.90	6.55.76	14.45.52	(2019)	157.182
47.	(44) Ørjan Tvenge	1974.03.03	38.72	1.51.96	6.39.06	13.45.59	(2001)	157.225
48.	(45) Andreas Snare Bakke	1975.03.10	38.5	1.53.10	6.35.51	13.51.26	(2002)	157.314
49.	(46) Andreas Holmen Minge	1991.10.11	37.21	1.49.31	6.42.90	14.34.23	(2012)	157.647
50.	(47) Espen Tveit	1991.12.31	35.91	1.46.82	6.50.13	15.02.82	(2016)	157.670
51.	(48) Preben Kristensen	1983.03.04	38.84	1.52.29	6.41.00	13.50.36	(2009)	157.888
52.	(49) Eirik Skavhaug Nergaard	1992.11.20	36.14	1.49.03	6.58.40	14.33.33	(2017)	157.989
53.	(51) Tobias Fløiten	2001.10.01	38.11	1.52.30	6.39.55	14.12.00	(2020)	158.098
54.	**(53) Sander Tveter**	**1999.06.27**	38.51	**1.52.14**	6.40.69	14.04.56	**(2022)**	**158.187**
55.	**(52) Thomas Lande Eriksen**	**1999.02.16**	**38.22**	1.50.16	6.38.41	14.29.67	**(2022)**	**158.264**
56.	(54) Mathias Rogn	1988.01.28	38.41	1.53.02	6.41.01	14.03.72	(2011)	158.370
57.	**(57) Oddbjørn Mellemstrand**	**2002.01.10**	**37.70**	1.53.00	6.43.83	14.16.80	**(2022)**	**158.589**
58.	(55) Anders Bjerkreim Furnée	1993.10.06	38.45	1.52.65	6.43.65	14.04.57	(2016)	158.593
59.	(58) Øyvind Gravem	1978.08.24	38.2	1.52.33	6.45.1	14.11.59	(2006)	158.732
60.	(59) Joachim Jalmar Haugen	1987.03.14	36.46	1.49.45	6.40.34	15.17.66	(2010)	158.860
61.	(60) Robin Nicolai Oppi Gruben	1993.07.05	37.80	1.53.96	6.44.21	14.15.28	(2019)	158.971
62.	(61) Tor Snare Bakke	1979.11.20	37.70	1.52.03	6.50.14	14.18.82	(2004)	158.998
63.	**(Ny) Simon Aannø**	**2003.06.28**	**36.52**	**1.52.79**	**6.57.53**	**14.23.18**	**(2022)**	**159.028**
64.	(62) Magnus Myhren Kristensen	1996.03.24	36.75	1.48.71	6.40.63	15.21.14	(2017)	159.106
65.	(63) Olav Kvaalen	1984.10.11	37.69	1.52.17	6.52.06	14.17.63	(2007)	159.167
66.	(64) Steinar Johansen	1972.02.27	38.28	1.52.88	6.45.11	14.17.93	(1998)	159.313
67.	(65) Geir Karlstad	1963.07.07	39.41	1.55.24	6.43.59	13.48.29	(1992)	159.596
68.	(66) Roald Eidsheim	1988.08.26	38.01	1.55.46	6.45.06	14.16.96	(2009)	159.850
69.	(67) Pål Gravem	1975.08.04	36.01	1.47.35	6.57.33	15.28.11	(2002)	159.931
70.	(68) Magne Notland	1993.02.22	36.60	1.48.24	6.41.93	15.44.20	(2018)	160.083
71.	(69) Are Eri Bjelland	1985.07.07	38.92	1.52.59	6.38.71	14.35.57	(2008)	160.099
72.	(70) Halvard Nyquist	1979.12.14	38.8	1.55.08	6.46.58	14.08.39	(2004)	160.237
73.	(71) Øystein Kvikstad Skoglund	1985.10.24	37.04	1.50.54	6.45.68	15.17.26	(2009)	160.317
74.	(72) Frode Nordvik	1974.02.27	38.50	1.52.69	6.46.70	14.32.91	(1998)	160.378
75.	(73) Stian Dalen	1976.11.03	37.92	1.51.77	6.55.13	14.35.89	(2003)	160.483
76.	(74) Edvin Hegg Bårdsen	1980.11.23	38.0	1.53.48	6.56.0	14.22.08	(2004)	160.530
77.	(75) Rolf Falk-Larssen	1960.02.21	37.88	1.54.26	6.50.93	14.30.34	(1988)	160.576
78.	(76) Kjetil Stiansen	1992.03.27	36.59	1.48.78	6.58.09	15.22.34	(2014)	160.776
79.	(77) Gøran Botngård	1989.04.19	38.59	1.54.03	6.53.78	14.22.21	(2010)	161.088
80.	(78) Arnt Olaf Stillerud	1973.10.03	38.71	1.53.92	6.54.37	14.21.34	(2001)	161.187
81.	**(80) Birk Finnstø Refsaas**	**2002.09.25**	**38.44**	**1.53.94**	6.50.66	14.35.**93**	**(2022)**	**161.282**
82.	(79) Tor Arve Magnussen	1984.04.18	38.1	1.53.24	6.41.75	15.09.15	(2006)	161.478
83.	(81) Even Johansen	1988.08.22	36.01	1.49.79	7.00.72	15.39.49	(2011)	161.652
84.	(82) Sigurd Edvard Pettersen	1979.06.02	38.38	1.54.26	6.57.42	14.32.18	(2003)	161.817
85.	(83) Kjetil Johansen Amundrud	1978.12.24	36.50	1.56.30	7.03.91	14.44.70	(2020)	161.892
86.	(84) Jakob Anspach Klippen	1995.04.04	37.89	1.55.82	6.57.31	14.33.68	(2018)	161.911
87.	(85) Tarjei Tverråen	1978.03.06	36.60	1.50.60	7.07.86	15.13.57	(2006)	161.930
88.	(86) Kent Kolnes	1978.06.13	39.43	1.54.43	6.53.78	14.27.71	(2001)	162.336
89.	(87) Sindre Baas	1998.12.10	36.69	1.51.50	7.05.37	15.19.51	(2020)	162.368
90.	**(98) Håkon Sundøen Brørby**	**1997.07.20**	**37.78**	**1.51.65**	7.02.60	15.02.61	**(2022)**	162.386
91.	**(114) Daniel Thuv Eriksen**	**2001.01.18**	**37.77**	**1.53.75**	**7.00.02**	**14.54.14**	**(2022)**	**162.395**
92.	(88) Kristian Aabakken	1996.06.17	36.92	1.53.67	7.04.10	15.04.35	(2016)	162.437
93.	(89) Torgeir Høgheim	1990.07.20	37.96	1.54.01	6.57.32	14.57.51	(2011)	162.570
94.	**(97) Erlend Belsvik**	**2002.04.15**	38.89	**1.56.31**	**6.55.37**	14.28.76	**(2022)**	**162.635**
95.	(91) Gisle Spidsberg	1972.05.18	38.05	1.51.73	7.08.0	14.52.3	(1998)	162.708
96.	(92) Bjørn Nyland	1962.10.08	38.2	1.56.08	6.58.31	14.39.72	(1987)	162.710
97.	(93) Rune Stordal	1979.04.08	36.63	1.47.84	7.16.16	15.32.7	(2007)	162.827
98.	(94) Atle Vårvik	1965.12.12	39.3	1.58.7	6.53.02	14.16.89	(1994)	163.012
99.	(95) Jan Egil Storholt	1949.02.13	38.07	1.55.18	7.01.16	14.49.26	(1978)	163.042
100.	(96) Odd Øystein Langegård	1980.04.22	38.97	1.55.07	7.00.21	14.38.39	(2002)	163.266
101.	(99) Kent Robin Johannessen	1980.03.18	38.88	1.54.88	6.56.39	14.51.77	(2001)	163.400
102.	(100) Mattis Bergh	1991.10.16	38.04	1.54.49	7.03.20	14.57.62	(2011)	163.404
103.	(101) Terje Almås	1985.12.08	38.46	1.53.80	6.53.01	15.14.61	(2010)	163.424
104.	(102) Kay Arne Stenshjemmet	1953.08.09	38.2	1.56.18	6.56.9	14.57.30	(1981)	163.481

105.	(103) Sindre Hofsøy Mollan	1992.02.17	38.35	1.54.20	7.03.29	14.56.92	(2013)	163.591
106.	(104) Thor Olav Tveter	1972.02.25	38.8	1.55.54	6.58.66	14.52.75	(2011)	163.816
107.	(105) Jonas Haugland	1998.10.24	37.11	1.51.11	7.14.22	15.28.70	(2019)	164.003
108.	(106) Thomas Krogstad Kveum	1986.11.04	39.39	1.57.89	6.54.60	14.37.57	(2008)	164.024
109.	(107) Tom Erik Oxholm	1959.02.22	38.58	1.57.19	7.05.58	14.36.60	(1983)	164.031
110.	(108) Henrik Hetland	1981.05.06	38.39	1.54.09	6.49.83	15.33.74	(2006)	164.090
111.	**(122) Karl Didrik Møller Nordal**	**2000.10.07**	39.55	**1.54.77**	**6.55.30**	14.57.03	**(2022)**	**164.187**
112.	(109) Ole Morten Mellemstrand	1973.01.25	37.48	1.53.74	7.12.71	15.11.65	(2014)	164.246
113.	(110) Håvard Bergland Leknes	1992.06.13	38.28	1.55.35	7.00.88	15.11.18	(2015)	164.377
114.	(111) Anders V Skavhellen	1988.08.30	39.77	1.56.93	7.02.66	14.31.37	(2010)	164.580
115.	(112) Per Thomas Hille	1972.07.14	39.8	1.57.86	6.56.9	14.36.5	(1995)	164.601
116.	(113) Morten Stordal	1980.12.11	36.45	1.49.38	7.19.05	15.55.88	(2005)	164.609
117.	(115) Frode Syvertsen	1963.01.14	39.46	1.58.37	7.03.35	14.32.08	(1988)	164.855
118.	(116) Vegard Hansen	1994.12.30	38.31	1.55.15	7.06.34	15.13.25	(2021)	164.989
119.	(117) Sten Stensen	1947.12.18	39.03	1.58.72	7.05.04	14.38.08	(1977)	165.011
120.	(118) Øyvind Tveter	1954.03.28	38.83	1.58.67	7.05.23	14.43.53	(1985)	165.085
121.	(119) Øystein Hammeren	1967.01.02	38.7	1.56.3	7.12.31	14.48.85	(1995)	165.139
122.	(120) Brage Olsen Børtnes	1996.01.16	37.09	1.54.28	7.15.37	15.29.28	(2019)	165.184
123.	(121) Amund Sjøbrend	1952.12.01	38.62	1.56.32	7.08.88	14.58.71	(1981)	165.216
124.	(123) Sigbjørn Veslegard	1983.08.22	39.9	1.58.73	7.01.50	14.36.21	(2004)	165.436
125.	(124) Kristian Vårvik	1992.11.23	38.98	1.56.39	7.07.47	15.03.23	(2015)	165.684
126.	(125) Torbjørn Lie	1972.12.16	39.9	1.58.44	7.02.74	14.41.87	(1998)	165.747
127.	(126) Ståle Fagerheim	1986.01.03	40.28	1.57.45	6.59.51	14.50.81	(2013)	165.921
128.	(127) Bjørn Egil Lundgrenn	1970.02.04	37.5	1.53.84	7.18.5	15.33.02	(1999)	165.947
129.	(128) Lars Henrik Asbjørnsen	1992.09.19	39.04	1.59.09	7.02.23	15.04.95	(2013)	166.206
130.	(129) Henning Tollefsen	1974.08.21	38.9	1.57.79	7.11.70	15.08.37	(1997)	166.751
131.	(130) Kristian Rasmussen	1981.06.12	39.68	1.57.23	7.08.40	15.03.49	(2001)	166.770
132.	(131) Henning Kaarud	1955.01.30	38.96	1.59.2	7.10.2	15.02.05	(1982)	166.815
133.	(132) Åsmund Svensson	1971.09.17	38.7	1.58.1	7.10.5	15.14.4	(1994)	166.836
134.	**(250) Ivar Norheim**	**2004.09.22**	**39.43**	**1.57.59**	**7.09.26**	**15.07.17**	**(2022)**	**166.910**
135.	**(219) Joren Sleeking**	**2002.12.29**	**38.83**	**1.57.34**	**7.16.85**	**15.05.76**	**(2022)**	**166.916**
136.	(133) Tom Ole Løvås	1981.03.25	38.2	1.55.20	7.19.55	15.29.87	(2005)	167.048
137.	(134) Magnus Dahle	1997.04.22	36.84	1.55.86	7.15.29	16.01.50	(2019)	167.064
138.	(135) Lars Marius Østreng Nes	1995.08.24	38.97	1.57.90	7.10.39	15.15.37	(2018)	167.077
139.	(136) Ole Mikkel Mellemstrand	1999.08.28	38.85	1.55.71	7.13.32	15.26.92	(2020)	167.098
140.	(137) Morten Antonsen	1974.10.03	38.57	1.57.39	7.12.22	15.24.46	(1998)	167.145
141.	(138) Arne Nicander Nilsen	1962.05.05	38.5	1.57.62	7.12.06	15.25.86	(1987)	167.205
142.	(139) Werner Gjevik	1968.07.11	37.8	1.57.45	7.16.77	15.32.44	(1995)	167.249
143.	(140) Nils Einar Aas	1966.08.30	39.87	1.58.84	7.08.05	14.59.5	(1988)	167.263
144.	(141) Erik Gilmore	1981.05.05	38.75	1.55.65	7.14.21	15.31.18	(2004)	167.280
145.	(142) Tormod Sætre	1982.02.16	38.82	1.56.00	7.17.36	15.22.23	(2002)	167.333
146.	(143) Stein Olav Krosby	1966.02.17	40.27	1.58.43	7.04.48	15.02.97	(1988)	167.342
147.	(144) Gaute Åsebø	1974.03.24	40.18	1.56.73	7.04.20	15.18.43	(1998)	167.431
148.	(145) Vidar Lilletvedt	1971.07.04	38.07	1.53.92	7.26.15	15.35.5	(1998)	167.433
149.	(146) Ronny Yndestad	1973.04.14	39.47	1.59.01	7.09.86	15.06.49	(1995)	167.450
150.	(147) Eirik Magnus Bakken	1992.08.17	39.10	1.57.29	7.15.10	15.17.57	(2014)	167.584
151.	(148) Kai Stensli	1968.09.22	39.20	1.57.42	7.11.47	15.22.25	(1991)	167.599
152.	(149) Eivind Vegard Lia	1981.07.22	37.91	1.50.86	7.13.32	16.29.52	(2008)	167.671
153.	(150) Alf Rekstad	1951.09.28	40.28	2.00.49	7.09.27	14.50.05	(1980)	167.872
154.	(151) Morten Sandnesaunet	1971.01.17	39.2	1.59.29	7.18.02	15.02.77	(1995)	167.903
155.	(152) Torbjørn Øyen	1990.05.04	39.86	1.58.98	7.08.34	15.12.66	(2009)	167.987
156.	(153) Vidar Wang Lutnæs	1979.07.12	37.40	1.54.17	7.35.74	15.40.35	(2002)	168.047
157.	(154) Thomas Schjøtt Hannevig	1992.08.31	39.08	1.58.54	7.18.95	15.11.75	(2012)	168.075
158.	(155) Joar Våge Anspach	2000.04.01	41.03	1.59.56	6.57.66	15.08.90	(2019)	168.094
159.	(156) Nils Egil Aas	1962.06.13	39.68	1.59.01	7.08.61	15.17.8	(1985)	168.101
160.	(157) Rolf Gregersen	1956.04.09	40.00	2.00.13	7.08.25	15.06.53	(1981)	168.194
161.	(158) John Arthur Olafsen	1960.06.22	39.81	1.56.92	7.12.95	15.22.63	(2007)	168.209
162.	(159) Terje Andersen	1952.03.04	38.3	1.56.92	7.21.22	15.37.11	(1981)	168.250
163.	(160) Øystein Haugen	1971.11.07	36.87	1.55.85	7.33.7	15.56.8	(1998)	168.696
164.	(161) Espen Iversen	1975.01.28	39.46	2.00.6	7.15.97	15.09.62	(1995)	168.738
165.	(162) Ragnvald Næss	1954.07.05	40.6	2.02.42	7.06.51	14.55.21	(2011)	168.817

166.	**(Ny) Viktor Smedstad Haukaas**	**2003.03.18**	**40.61**	**2.00.89**	7.15.35	**14.51.91**	**(2022)**	**169.036**
167.	(163) Håvard Myklebust	1983.04.27	37.97	1.54.71	7.24.79	16.13.07	(2010)	169.338
168.	(164) Ørjan Røstøen Bergum	1987.05.14	38.24	1.57.99	7.18.56	15.58.94	(2012)	169.373
169.	(165) Henry Nilsen	1961.04.12	40.80	2.02.96	7.08.97	14.54.7	(1988)	169.418
170.	(166) Jan Terje Sørlie	1988.06.24	39.41	2.00.16	7.19.97	15.19.82	(2011)	169.451
171.	(167) Martin Strickert	1987.07.14	40.44	1.57.95	7.01.83	15.50.7	(2007)	169.474
172.	(168) Jon Greger Notland	1995.04.01	38.49	1.55.29	7.20.61	16.10.22	(2012)	169.492
173.	(169) Sondre Kvaalen	1954.01.14	40.2	2.00.32	7.15.30	15.13.82	(1982)	169.527
174.	(170) Frode Eidsmo	1959.01.18	40.8	2.01.73	7.03.62	15.17.26	(2015)	169.601
175.	(171) Stig Tollefsen	1970.06.13	40.5	2.01.1	7.06.3	15.24.08	(1995)	169.700
176.	(172) Terje Tobias Tønne	1997.05.21	40.56	2.00.64	7.17.62	15.04.14	(2015)	169.742
177.	(173) Asle Terje Johansen	1951.11.11	39.16	1.59.68	7.21.64	15.33.56	(1979)	169.895

Under 170 poeng: *131 (2011) 145 (2014) 157 (2017) 168 (2020)*

178.	(174) Dag Fornæss	1948.06.30	39.1	2.01.98	7.20.6	15.23.8	(1972)	170.010
179.	(175) Anders Trøan	1979.09.11	39.78	1.58.41	7.12.67	15.49.98	(2003)	170.016
180.	(176) Even Aas	1961.05.23	39.20	1.58.56	7.18.40	15.49.17	(1984)	170.018
181.	(177) Roar Grønvold	1946.03.19	39.3	2.01.45	7.22.55	15.19.98	(1972)	170.037
182.	(178) Magne Hølland	1998.06.01	40.20	2.02.98	7.13.99	15.09.06	(2017)	170.045
183.	(179) Thomas Røste	1974.12.30	39.59	1.57.06	7.12.93	16.08.48	(2007)	170.327
184.	(180) Frank Erik Tindvik	1981.07.09	40.84	1.59.58	7.12.43	15.27.75	(2020)	170.330
185.	(181) Svein Roar Henriksen	1971.08.20	40.0	1.59.75	7.19.1	15.31.38	(2000)	170.395
186.	(182) Halvar Hansen	1956.04.18	39.7	2.00.7	7.18.5	15.32.5	(1994)	170.408
187.	(183) Stein Falk-Larssen	1962.02.05	39.88	2.01.05	7.13.81	15.37.65	(1984)	170.493
187.	(183) Øyvind Steen	1966.12.06	39.7	2.00.1	7.23.4	15.28.4	(1994)	170.493
189.	(185) Morten Henriksen	1958.12.03	39.70	2.00.09	7.23.24	15.31.59	(2009)	170.633
190.	**(186) Emil Ervik**	**2001.09.08**	38.40	**1.53.89**	7.20.76	16.44.92	**(2022)**	**170.685**
191.	(187) Sondre Kvalshaugen Glesne	2000.06.09	38.41	1.57.27	7.24.36	16.20.03	(2021)	170.937
192.	(188) Erik Vea	1951.06.11	40.02	2.00.44	7.20.85	15.34.5	(2004)	170.976
193.	(189) Erik van Megen	1994.03.07	41.47	2.01.62	7.17.38	15.04.71	(2017)	170.983
194.	(190) Magne Thomassen	1941.05.01	39.8	2.02.5	7.22.3	15.23.3	(1970)	171.028
195.	(191) Marcus Rasmussen Kvarme	2001.06.28	38.60	1.55.19	7.00.67	17.21.77	(2020)	171.151
196.	(192) Steffen Owesen Hansen	1988.07.04	40.29	2.01.91	7.25.87	15.13.92	(2007)	171.209
197.	(193) Bjørn Hagen	1960.04.04	37.69	1.58.84	7.40.45	15.58.01	(1988)	171.248
198.	(194) Bjørn Tveter	1944.06.13	39.8	2.02.17	7.20.2	15.35.27	(1974)	171.306
199.	(195) Martin S Kristiansen	1985.10.17	40.67	2.01.69	7.18.04	15.26.17	(2003)	171.345
200.	(196) Ivar Skjeggestad	1973.03.20	39.46	1.59.85	7.24.3	15.53.0	(1999)	171.490
201.	(197) Kenneth Grødahl	1980.12.03	40.70	2.02.89	7.21.65	15.14.49	(1999)	171.552
202.	(198) Frode Midjo	1974.02.12	39.86	1.59.63	7.31.62	15.33.59	(2015)	171.577
203.	(199) Torstein Ohr	1987.09.09	39.88	1.58.96	7.24.21	15.52.97	(2009)	171.602
204.	(200) Fredrik Verling	1987.03.29	41.69	2.04.52	7.17.87	14.52.95	(2006)	171.630
205.	(201) Geir Hestad	1954.03.27	39.97	2.01.71	7.22.98	15.36.12	(2010)	171.644
206.	(202) Magnus Ripsrud	2000.06.21	41.24	2.01.78	7.22.88	15.13.05	(2017)	171.773
207.	(203) Steinar Hansen	1964.10.17	41.02	2.00.69	7.16.81	15.37.70	(1991)	171.816
208.	(204) Nikolai V Skavhellen	1991.06.16	38.59	2.00.83	7.35.16	15.50.38	(2011)	171.901
209.	(205) Per Willy Guttormsen	1942.06.11	41.2	2.04.6	7.14.9	15.13.7	(1972)	171.908
210.	(206) Adriaen Verheyleweghen	1991.10.14	39.49	1.59.13	7.19.50	16.17.57	(2010)	172.028
211.	(207) Torgrim Tønne	1958.05.02	40.7	2.02.93	7.19.04	15.29.16	(1984)	172.038
212.	(208) John Rasmus Moen	1979.09.19	40.18	2.00.09	7.19.38	16.00.70	(2000)	172.183
213.	(209) Audun Jevnaker	1970.09.05	39.21	2.01.7	7.28.45	15.53.05	(1993)	172.273
214.	(210) Roger Tvenge	1969.01.04	39.8	2.04.9	7.22.2	15.33.44	(1990)	172.325
215.	(211) Andreas Hallingstad	1971.11.11	40.70	2.01.70	7.23.03	15.36.08	(2001)	172.373
216.	(212) Asbjørn Palm	1957.02.19	40.4	2.03.5	7.23.1	15.30.24	(1983)	172.388
217.	(213) Anders Ratdal	1976.11.17	39.52	1.59.12	7.29.65	16.04.42	(2002)	172.412
218.	(214) Ketil Bakke	1963.12.06	39.62	2.03.49	7.25.15	15.43.20	(1987)	172.458
219.	(215) Roger Bollerud	1984.08.10	41.40	2.02.88	7.19.34	15.24.64	(2005)	172.526
220.	(216) John Ivar Kristensen	1972.03.04	39.8	2.00.34	7.32.13	15.49.1	(2013)	172.581
221.	(217) Pål Agdestein	1957.05.26	40.3	2.02.59	7.25.09	15.38.20	(2015)	172.582
222.	(218) Sigmund Førde	1969.06.22	39.8	2.01.92	7.23.1	15.56.7	(2010)	172.585
223.	(220) Jon Petter Bjerkreim Furnée	1991.10.27	39.14	1.58.72	7.33.04	16.11.81	(2010)	172.607

224.	(221) Raymond Larsen	1983.03.01	40.7	2.02.0	7.22.03	15.41.55	(2004)	172.646
225.	(222) Bjørn Sand	1964.06.04	40.96	2.01.40	7.21.67	15.41.52	(1986)	172.669
226.	(223) Ingemar Bredeli	1959.01.31	38.16	2.03.2	7.33.68	16.02.3	(1992)	172.709
227.	(224) Lars-Christian Langegård	1987.12.23	40.44	2.01.84	7.24.9	15.44.6	(2004)	172.773
228.	(225) Nicklas Bjerknes Mikkelsen	2000.11.30	39.54	1.59.25	7.42.39	15.45.96	(2019)	172.827
229.	(226) Øystein Konsmo	1952.03.10	39.26	2.00.28	7.36.3	16.04.09	(1978)	173.187
230.	(227) Jan Hansen	1959.05.17	40.43	2.04.44	7.24.04	15.37.56	(1982)	173.192
231.	(228) Kåre Olaf Eldevik	1956.04.16	40.6	2.03.6	7.28.6	15.32.9	(1982)	173.305
232.	(229) Andreas Gunnarstorp	1961.06.16	40.69	2.03.58	7.19.79	15.51.7	(1983)	173.447
233.	(230) Kristian Ramsrud	1973.01.02	39.7	2.02.88	7.36.0	15.44.07	(1995)	173.463
234.	(231) Fred Anton Maier	1938.12.15	41.8	2.06.1	7.16.7	15.20.3	(1968)	173.518
235.	(232) Ivar Aarnes	1952.11.14	41.2	2.03.46	7.23.61	15.36.75	(1978)	173.551
236.	(233) Willy Olsen	1950.02.28	40.76	2.05.3	7.25.85	15.29.3	(1974)	173.576
237.	(234) Eilif Svensson	1974.02.21	40.0	2.02.0	7.22.6	16.13.7	(1994)	173.611
238.	(235) Hans Kristian Smedsrød	1989.01.20	37.71	1.58.61	7.31.33	17.04.84	(2009)	173.621
239.	(236) Jan Thore Brubak	1969.10.11	40.3	2.03.5	7.30.4	15.42.87	(1991)	173.649
240.	(237) Espen Hansen	1956.01.03	41.2	2.02.28	7.18.47	15.57.34	(2008)	173.674
241.	(238) Sigmund Akselsen	1962.10.29	41.96	2.01.06	7.25.24	15.38.54	(2010)	173.764
242.	(239) Roald Arne Tvedt	1952.07.20	40.8	2.02.99	7.31.49	15.37.15	(1978)	173.802
243.	(240) Thor-Andrè Pedersen	1969.12.13	37.04	1.53.55	7.46.4	17.25.6	(1998)	173.810
244.	(241) Svein-Erik Stiansen	1942.05.06	40.5	2.05.2	7.27.6	15.41.6	(1972)	174.073
245.	(242) Bjørn Petlund	1963.02.08	39.71	2.01.23	7.35.92	16.09.52	(1987)	174.188
246.	(243) Ivar Martin Dahl	1955.07.25	41.0	2.03.90	7.22.26	15.54.9	(2002)	174.271
247.	(244) Tor Arne Skolem	1980.06.30	40.89	2.02.66	7.26.46	15.57.79	(2002)	174.311
248.	(245) Sigve Espeland	1963.04.17	41.97	2.05.18	7.28.48	15.15.90	(1987)	174.339
249.	(246) Leif Tore Johansen	1967.12.31	39.7	2.03.8	7.22.1	16.25.2	(1990)	174.436
250.	(247) Svein Kåre Grønås	1965.12.05	40.85	2.03.85	7.35.52	15.36.30	(1986)	174.500
251.	**(382) Robin Sleeking**	**2000.11.08**	**40.09**	**2.03.27**	7.34.26	**15.59.52**	**(2022)**	**174.582**
252.	(248) Andreas Haugerud	1987.07.21	41.82	2.03.37	7.24.04	15.45.87	(2017)	174.640
253.	(249) Trond Mathisen	1953.02.24	41.0	2.04.0	7.34.7	15.37.05	(1984)	174.655
254.	(251) Jon Medbø	1954.04.04	40.56	2.02.71	7.35.23	15.54.9	(1980)	174.731
255.	(252) Dagfinn Hagen	1947.05.17	40.3	2.03.14	7.35.1	15.58.01	(1976)	174.756
256.	(253) Torbjørn Schjøtt Lie	1992.08.10	41.30	2.03.89	7.27.80	15.47.91	(2011)	174.771
257.	(254) Jan Peter Stebergløkken	1962.08.11	40.4	2.03.88	7.34.7	15.52.2	(1999)	174.773
258.	(255) Kristoffer Lund	1984.06.08	41.43	2.05.3	7.26.1	15.40.32	(2005)	174.822
259.	(256) Geir Nyland	1953.01.14	40.5	2.04.11	7.31.9	15.55.5	(1980)	174.835
260.	(257) Espen Brask Nordfonn	1991.03.28	36.76	1.51.97	7.36.88	18.21.7	(2016)	174.856
261.	(258) Kristian Ohr	1985.07.14	39.90	2.02.36	7.34.22	16.15.28	(2007)	174.872
262.	(259) Wim Beukers	1942.08.01	42.1	2.05.46	7.29.1	15.21.0	(1979)	174.880
263.	**(312) Sondre Hvammen**	**2003.09.04**	41.07	**2.02.96**	**7.29.59**	15.58.72	**(2022)**	**174.951**
264.	(260) Claes Næsheim	1955.06.28	40.9	2.06.6	7.31.27	15.36.11	(1982)	175.032
265.	(261) Arne Walther Kranzmann	1973.02.13	39.9	2.01.6	7.29.9	16.32.3	(1994)	175.038
266.	(262) Rolf Svan Amundsen	1955.07.03	41.14	2.03.00	7.29.63	15.59.28	(2011)	175.067
267.	(263) Roar Frøseth	1971.01.23	41.2	2.05.5	7.27.9	15.45.0	(1994)	175.073
268.	(264) Morten Kjellemyr Eilertsen	1970.02.19	42.17	2.05.20	7.25.61	15.32.69	(2020)	175.098
269.	(265) Thormod Ervik	1950.04.27	40.64	2.05.16	7.32.30	15.50.93	(1979)	175.136
270.	(266) Finn Hauge	1972.08.09	40.1	2.03.3	7.35.7	16.08.6	(1994)	175.200
271.	(267) Carl Erik Sando	1962.05.15	41.46	2.06.24	7.32.29	15.28.69	(1989)	175.203
272.	(268) Jon Kjetil Gauslaa	1962.01.10	44.43	2.04.83	7.15.10	15.14.26	(2012)	175.263
273.	(269) Per Øyvind Kristoffersen	1981.01.24	40.47	2.00.18	7.28.49	16.37.92	(2002)	175.275
274.	(270) Ove Løvåsen	1964.11.06	38.42	2.03.3	7.42.3	16.31.9	(1988)	175.345
275.	(271) Morten Nordli	1971.07.20	39.7	2.05.26	7.34.1	16.10.3	(2002)	175.378
276.	(272) Erlend Sognli Høyem	1990.02.20	40.51	2.05.27	7.33.52	15.55.24	(2009)	175.380
277.	(273) Petter Lanes	1965.02.26	40.17	2.04.84	7.32.3	16.07.70	(1988)	175.398
278.	(274) Ulrik Schaathun Berge	2002.06.05	37.23	1.55.82	7.49.13	17.35.51	(2021)	175.524
279.	(275) Bjørn Roger Kristiansen	1953.11.11	41.98	2.05.09	7.22.07	15.53.8	(1980)	175.573
280.	(276) Kjell Håvard Belsvik	1965.10.20	39.2	2.06.22	7.44.2	15.58.0	(2015)	175.593
281.	(277) Pål-Jan Stokke	1963.07.31	39.2	2.03.50	7.35.75	16.33.4	(1986)	175.611
282.	(278) Rune Sandnes Lien	1987.11.17	39.80	2.05.16	7.39.8	16.03.92	(2009)	175.696
283.	(279) Hans Kristian Jorde	1985.03.24	41.29	2.02.39	7.34.29	16.04.73	(2014)	175.751
284.	(280) Phan Åge Haugård	1992.05.13	42.19	2.04.86	7.34.89	15.30.87	(2009)	175.842

285.	(281) Ingar Bollerud	1945.11.27	42.0	2.06.8	7.32.4	15.28.1	(1973)	175.911
286.	(282) Trond Hval	1951.11.02	41.6	2.07.38	7.32.9	15.34.13	(1978)	176.056
287.	(283) Bård Henriksen	1945.12.14	40.9	2.07.8	7.32.0	15.48.0	(1970)	176.100
288.	(284) Steinar Wennberg	1943.06.28	41.36	2.05.68	7.38.32	15.41.39	(1977)	176.154
289.	(285) Henning Nordfonn	1956.09.28	38.2	2.01.1	7.54.0	16.45.0	(1987)	176.216
290.	(286) Geir Håvard Nordvik	1968.06.08	42.7	2.07.2	7.26.6	15.29.7	(1994)	176.245
291.	(287) Kai Roger Olsen	1948.01.28	40.1	2.06.2	7.35.2	16.11.58	(1993)	176.265
292.	(288) Øystein Akselsen	1991.08.28	41.03	2.03.50	7.42.50	15.56.51	(2011)	176.271
293.	(289) Dag Sandberg	1956.12.21	41.7	2.06.25	7.32.4	15.45.90	(1981)	176.318
294.	(290) Tommy Johansen	1986.08.19	40.4	2.04.30	7.45.75	15.58.47	(2006)	176.331
295.	(291) Jon Vegard Nybråten	1966.09.22	42.2	2.05.91	7.31.91	15.41.57	(1988)	176.439
296.	(292) Ingve Hølland	1966.01.09	40.4	2.04.6	7.35.9	16.20.0	(1994)	176.523
297.	(293) Eskil Lyngdal Sægrov	1997.11.19	39.95	2.03.21	7.39.14	16.32.48	(2016)	176.558
298.	(294) Karl Johan Eliassen	1949.01.22	42.5	2.05.57	7.27.37	15.49.46	(2007)	176.566
299.	(295) Kai Arne Engelstad	1954.12.21	38.14	1.59.46	7.40.16	17.32.3	(1984)	176.591
300.	(296) Morten Kristian Staubo	1959.05.06	38.48	2.04.5	7.48.24	16.36.3	(1988)	176.619
301.	(297) Olav Sundt	1967.12.20	40.2	2.05.61	7.41.2	16.09.6	(1989)	176.670
302.	(298) Knut Normann Mælen	1961.09.29	41.2	2.05.31	7.40.6	15.54.15	(1981)	176.737
303.	(299) Arild Bakken	1958.11.27	42.09	2.07.56	7.28.52	15.46.0	(1985)	176.762
304.	(300) Jon Jomaas	1977.12.15	40.02	2.03.7	7.41.7	16.28.36	(2000)	176.841
305.	(301) Jan-Erland Asbjørnhus	1999.10.04	41.77	2.05.51	7.36.18	15.52.54	(2016)	176.851
306.	(302) Tom Stian Nundal	1987.04.24	40.23	2.04.43	7.45.48	16.12.17	(2011)	176.862
307.	(303) Håkon Engløkk Jorde	1999.05.12	40.63	2.03.87	7.40.78	16.17.99	(2016)	176.897
308.	(304) Stein Oddvar Sægrov	1967.11.02	41.55	2.07.6	7.32.1	15.52.71	(1989)	176.928
309.	(305) Alf Einar Eriksrud	1952.10.08	41.63	2.07.1	7.38.4	15.42.1	(1979)	176.941
310.	(306) Henning Nilsen	1970.08.14	39.7	2.04.47	7.39.10	16.36.9	(1991)	176.945
311.	(307) Arne Stenhaug	1955.06.16	41.21	2.03.45	7.38.80	16.16.06	(2009)	177.043
312.	(308) Kai Owesen Hansen	1988.07.04	41.97	2.06.89	7.34.15	15.49.21	(2008)	177.141
313.	(309) Per Ivar Moe	1944.11.11	41.6	2.06.9	7.38.6	15.47.8	(1966)	177.150
314.	(310) Egil Hagen	1958.10.28	40.14	2.05.19	7.40.18	16.26.5	(1980)	177.213
315.	(311) Olav Sørheim Nylund	1998.11.18	39.09	2.02.45	7.55.37	16.36.04	(2018)	177.245
316.	(313) Ole Fredrik Maier	1967.11.29	40.7	2.05.6	7.43.2	16.08.7	(1989)	177.321
317.	(314) Jon Henning Gauterud	1975.10.23	43.1	2.07.15	7.33.31	15.30.78	(1998)	177.353
318.	(315) Kyrre Wisløff	1954.06.29	40.3	2.07.26	7.40.44	16.12.22	(2007)	177.375
319.	(316) Jørn Ingebrigt Pettersen	1972.03.20	39.07	2.04.59	7.50.44	16.36.65	(2019)	177.476
320.	(317) John Kvarme	1956.07.04	41.99	2.04.65	7.28.49	16.22.32	(2008)	177.505
321.	(318) Ove Tokstad	1965.06.10	40.8	2.04.5	7.41.1	16.22.9	(1986)	177.555
322.	(319) Rino Johansen	1964.10.23	41.5	2.07.71	7.40.9	15.48.0	(1985)	177.560
322.	(319) Gunnar Herbert Larsen	1948.08.29	41.1	2.07.2	7.40.5	16.00.2	(1986)	177.560
324.	(321) Bjørn Arild Kroken	1960.05.26	41.1	2.05.90	7.41.14	16.07.95	(1983)	177.577
325.	(322) Sturla Haugsbø	1958.01.08	40.9	2.02.8	7.48.6	16.17.9	(1980)	177.588
326.	(323) Tore Klevstuen	1966.06.12	39.8	2.06.43	7.45.20	16.23.18	(1988)	177.622
327.	(324) Finn Erichsen	1953.10.24	39.7	2.05.46	7.46.8	16.28.6	(1982)	177.630
328.	(325) Simen Høybakk	1990.04.11	38.95	2.00.02	7.48.90	17.15.88	(2009)	177.640
329.	(326) Ivar Eriksen	1942.03.07	39.1	2.04.0	7.55.6	16.33.4	(1971)	177.663
330.	(327) Geir Dåstøl	1968.05.06	38.9	2.04.4	7.41.8	17.04.5	(1989)	177.771
331.	(328) Thor Sigfred Nyquist	1965.02.07	39.9	2.05.9	7.43.68	16.31.1	(1989)	177.789
332.	(329) Bjørn Egil Grimsrud	1965.09.12	40.75	2.04.78	7.44.35	16.20.42	(1990)	177.799
333.	(330) Rune Aslesen	1968.08.30	40.59	2.07.48	7.45.37	16.05.2	(1988)	177.880
334.	(331) Harald Mæhla	1952.10.03	40.8	2.06.41	7.36.5	16.28.51	(1978)	178.011
335.	(332) Bengt Halvorsen	1960.05.15	37.5	2.04.47	8.05.0	16.50.5	(1988)	178.015
336.	(333) Jan Arne Tangstad	1954.10.23	41.2	2.07.79	7.42.2	16.00.25	(1980)	178.028
337.	(334) Rolf Pedersen	1949.10.08	41.96	2.06.06	7.37.05	16.07.14	(2007)	178.042
338.	(335) Ole Kristian Løkken	1964.07.21	42.4	2.07.82	7.32.86	15.55.1	(1984)	178.047
339.	(336) Frode Apelthun	1977.12.09	41.9	2.04.29	7.25.55	16.43.40	(1999)	178.055
340.	(337) Ivar Amundsen	1952.01.24	41.99	2.04.07	7.33.55	16.27.10	(2008)	178.056
341.	(338) Kåre Kristoffersen	1948.08.17	43.82	2.08.25	7.27.12	15.36.15	(2004)	178.089
342.	(339) Asgeir Mamen	1955.12.13	41.5	2.05.6	7.41.5	16.11.75	(1995)	178.103
343.	(340) Arnulf Sunde	1951.10.12	38.71	2.05.54	7.47.75	16.56.6	(1979)	178.161
344.	(341) Pål Holmefjord Lorentzen	1989.12.28	36.97	1.51.78	7.30.01	19.40.33	(2013)	178.247
345.	(342) Onar Westerheim	1948.03.15	40.0	2.08.2	7.40.4	16.29.64	(2011)	178.255

346.	(343) Torbjørn Lorentzen	1959.02.26	44.2	2.09.18	7.26.51	15.27.70	(2003)	178.296
347.	(344) Anders Ruud	1951.05.20	43.77	2.07.58	7.28.78	15.42.8	(2000)	178.314
348.	(345) Øivind Øiseth	1951.04.05	42.1	2.06.7	7.40.91	15.57.9	(2002)	178.319
349.	(346) Knut Johannesen	1933.11.06	42.3	2.09.4	7.37.8	15.42.9	(1964)	178.358
350.	(347) Jørn Tage Hereide	1976.08.16	42.2	2.07.0	7.28.7	16.20.25	(1997)	178.415
351.	(348) Hans Arne Krogsgård	1969.02.13	41.5	2.07.50	7.35.18	16.18.1	(1990)	178.423
352.	(349) Benny Flaglien	1973.08.02	41.46	2.06.91	7.40.0	16.13.59	(1992)	178.442
353.	(350) Brynjulf Måkestad	1951.12.17	40.6	2.06.6	7.45.3	16.22.3	(1991)	178.445
354.	**(353) Ketil Aalberg**	**1969.04.28**	43.43	**2.10.42**	**7.31.92**	15.27.93	**(2022)**	**178.491**
355.	(351) Morten Kolstad	1992.05.05	41.07	2.05.91	7.47.37	16.16.62	(2019)	178.608
356.	(352) Anne Gerben Wind	1992.03.20	39.98	2.10.89	7.21.49	16.57.99	(2017)	178.658
357.	(354) Nils Bergersen	1970.03.15	40.5	2.07.1	7.42.75	16.32.0	(1990)	178.741
358.	(355) Svein Lødding	1956.02.27	42.68	2.06.40	7.34.60	16.11.46	(2011)	178.846
359.	(356) Arne Henry Kristiansen	1950.01.17	42.4	2.07.92	7.31.77	16.12.75	(2003)	178.854
360.	(357) Guttorm Nielsen	1958.03.11	40.1	2.05.84	7.46.4	16.45.0	(1980)	178.936
361.	(358) Per Bergsjø	1970.09.19	41.61	2.06.60	7.42.78	16.17.62	(1990)	178.969
362.	(359) Hallvard Smørgrav	1947.11.20	41.7	2.09.2	7.38.6	16.07.7	(1969)	179.011
363.	(360) Carlos Jarle Wasvik	1998.09.09	40.92	2.04.90	7.38.65	16.52.15	(2018)	179.025
364.	(361) Øivind Bystad	1950.03.21	41.15	2.06.9	7.46.8	16.19.1	(1993)	179.085
365.	(362) Thomas Pettersen	1971.11.17	41.71	2.06.8	7.39.51	16.23.4	(1992)	179.097
366.	(363) Nils Magne Klippen	1963.09.07	42.2	2.07.01	7.38.90	16.13.56	(2014)	179.104
367.	(364) Svein-Erik Sveen	1965.08.02	41.9	2.09.13	7.43.15	15.57.95	(1987)	179.155
368.	(365) Nils Egil Aaness	1936.01.31	41.6	2.10.6	7.42.8	15.54.9	(1963)	179.158
369.	**(Ny) Ask Darup**	**2003.12.05**	**40.31**	**2.04.35**	**7.56.16**	**16.36.58**	**(2022)**	**179.205**
370.	(366) Egil Bokn	1950.03.23	43.68	2.08.48	7.34.50	15.45.17	(2009)	179.214
371.	(367) Anders Røyrøy	1967.09.17	40.6	2.09.0	7.45.7	16.21.1	(1987)	179.225
372.	(368) Ottar Aune	1985.10.09	40.87	2.05.89	7.58.26	16.11.54	(2005)	179.236
373.	(369) Truls Tunmo	1962.07.21	39.6	2.06.41	7.46.6	16.58.33	(1985)	179.312
374.	(370) Olav Trønnes	1958.11.03	40.5	2.06.94	7.42.37	16.45.6	(1981)	179.330
375.	(371) Arne Lier	1946.03.10	41.7	2.09.9	7.45.3	15.56.4	(1968)	179.350
376.	(372) Emil Hansen	2000.10.17	40.36	2.02.36	7.44.50	17.15.84	(2019)	179.388
377.	(373) Stein Erik Lunde	1961.07.08	44.11	2.08.64	7.28.59	15.52.31	(2008)	179.464
378.	**(632) Kristoffer Knag Songstad**	**2005.12.17**	**40.82**	**2.03.00**	**7.34.81**	17.28.42	**(2022)**	**179.722**
379.	(374) Bertil Grødahl	1957.01.06	42.01	2.05.85	7.42.03	16.31.6	(2000)	179.743
380.	(375) Jan Tore Andersen	1967.03.28	42.07	2.10.92	7.41.2	15.58.88	(1986)	179.774
381.	(376) Christian Aarthun	1981.02.24	41.55	2.07.40	7.43.89	16.30.08	(1999)	179.909
382.	(377) Rune Karlsen	1968.09.19	40.16	2.02.33	7.53.94	17.11.6	(1990)	179.910
383.	(378) Remi Strand	1967.12.21	43.09	2.05.90	7.36.80	16.23.57	(1987)	179.914

Under 180 peng: *212(2001) 261(2006) 313 (2011) 347 (2016) 371 (2020)*

Videre her, de som som har vært aktive sist vinter – samt noen av våre tidligere storløpere

388.	(384) Bjørnar Schultze Borgersen	1999.04.20	39.59	2.00.97	7.42.23	18.04.56	(2019)	180.364
389.	**(434) Arild Jøssing Kotte**	**1976.02.27**	42.14	**2.06.46**	**7.46.92**	**16.27.79**	**(2022)**	**180.374**
391.	(386) Lasse Efskind	1944.02.13	38.0	2.09.8	8.05.1	16.52.4	(1973)	180.396
395.	**(417) Geir Nesset**	**1965.10.04**	41.39	2.06.61	**7.51.06**	**16.38.97**	**(2022)**	**180.647**
418.	(412) Eric Christie Askildsen	1961.06.12	44.27	2.10.74	7.47.48	15.52.04	(2020)	182.200
428.	(423) Johan Lind	1942.01.09	39.1	2.09.6	8.05.1	17.20.4	(1972)	182.830
440.	(436) Torstein Seiersten	1931.02.22	43.4	2.13.0	7.52.0	16.12.0	(1963)	183.533
463.	(459) Torbjørn Sæther	1950.12.05	43.0	2.11.7	8.04.5	16.31.2	(1994)	184.910
470.	(466) Per Gunnar Stensvaag	1956.05.18	43.63	2.12.5	7.50.53	16.49.57	(2007)	185.327
472.	(468) Roald Aas	1928.03.25	42.3	2.10.4	8.01.6	17.08.2	(1960)	185.336
476.	(472) Edmond Lundsten	1939.06.08	42.7	2.13.0	8.04.1	16.40.0	(1965)	185.443
484.	**(693) Sondre Dahn**	**2004.02.27**	**41.70**	**2.03.49**	**8.12.13**	**17.51.24**	**(2022)**	**185.638**
492.	(487) Harald Westerheim	1945.09.27	45.14	2.15.6	7.42.1	16.27.1	(1987)	185.905
499.	**(553) Arild Finnesand**	**1974.03.12**	42.63	**2.10.94**	**8.01.33**	17.19.58	**(2022)**	**186.388**
502.	(496) Sveinung Vea	1972.05.24	45.20	2.14.30	7.59.10	16.14.26	(2017)	186.589
514.	(508) Hroar Elvenes	1932.04.02	40.9	2.10.3	8.16.7	17.41.2	(1964)	187.063
524.	(518) Hjalmar Andersen	1923.03.12	43.7	2.16.4	8.06.5	16.32.6	(1956)	187.446
526.	(520) Villy Haugen	1944.09.27	41.1	2.09.9	8.17.5	17.47.2	(1966)	187.510
533.	(527) Vidar Skripeland	1959.05.26	47.41	2.19.49	7.46.16	15.48.15	(2019)	187.929

536.	(530) Sverre Haugli	1925.04.23	44.3	2.13.7	8.12.5	16.40.2	(1956)	188.126
551.	(545) Stein Neset	1961.04.25	43.50	2.11.80	8.09.76	17.27.34	(2019)	188.776
552.	(546) Ivar Ballangrud	1904.03.07	42.7	2.14.0	8.17.2	17.14.4	(1939)	188.806
559.	(554) Sverre Farstad	1920.02.08	41.8	2.13.9	8.15.4	17.39.7	(1949)	188.958
568.	(563) Charles Mathiesen	1911.02.12	43.2	2.15.6	8.18.7	17.01.5	(1940)	189.345
580.	(575) Michael Staksrud	1908.06.02	42.8	2.14.4	8.19.9	17.23.2	(1939)	189.750

Under 190 poeng: *385(2001) 445(2006) 499 (2011) 540 (2016) 573 (2020) 585 (2022)*

591.	(586) Knut Håkon Tangen	1928.05.21	44.2	2.14.6	8.17.2	17.11.6	(1958)	190.366
593.	(588) Odd Lundberg	1917.10.03	43.4	2.18.2	8.14.5	17.10.5	(1958)	190.441
606.	**(Ny) Håvard Straumsnes**	**1991.12.07**	**45.66**	**2.17.86**	**7.59.46**	**17.06.48**	**(2022)**	**190.883**
612.	(606) Aage Johansen	1919.12.06	42.9	2.17.1	8.14.8	17.38.6	(1940)	191.010
625.	(619) Reidar Liaklev	1917.07.15	44.0	2.16.6	8.18.0	17.24.9	(1950)	191.578
632.	(626) Alv Gjestvang	1937.09.13	40.6	2.14.2	8.35.1	18.19.2	(1964)	191.803
636.	(630) Hans Engnestangen	1908.03.28	41.8	2.13.8	8.31.3	18.06.9	(1939)	191.875
639.	(634) Finn Hodt	1919.06.16	42.3	2.17.0	8.31.7	17.36.8	(1956)	191.976
641.	**(730) Marius Krokhaug**	**1977.02.11**	42.85	2.16.55	**8.22.64**	**17.49.54**	**(2022)**	**192.107**
649.	**(1189) Sigmund Løvlien-Krokhaug**	**2007.09.28**	**40.95**	**2.04.21**	**7.56.87**	20.47.93	**(2022)**	**192.436**
651.	(644) Oscar Mathisen	1888.10.04	43.0	2.17.4	8.36.3	17.22.6	(1929)	192.560
660.	**(663) Marius Moen**	**2003.10.03**	**42.37**	**2.11.16**	8.19.71	18.54.72	**(2022)**	**192.797**
672.	(665) Ronny Støbakk	1973.03.11	43.59	2.19.40	8.28.27	17.29.14	(2012)	193.340
704.	(698) Bernt Sverre Evensen	1905.04.18	43.2	2.20.6	8.36.7	17.30.2	(1934)	194.246
712.	(706) Roald Larsen	1898.01.02	43.1	2.21.3	8.34.4	17.40.3	(1928)	194.655
738.	**(993) Johan Vikhals**	**1968.05.23**	**47.11**	**2.20.19**	**8.20.14**	**17.19.67**	**(2022)**	**195.837**
739.	(733) Henry Wahl	1915.03.09	45.2	2.21.7	8.26.8	17.34.9	(1951)	195.858
745.	(739) Haakon Pedersen	1906.10.09	42.6	2.20.5	8.38.0	18.14.2	(1936)	195.943
751.	(745) Georg Krog	1915.07.02	42.0	2.14.9	8.46.2	18.52.4	(1939)	196.206
764.	(758) Johannes Fløystad	2002.06.27	40.75	2.03.13	8.56.09	20.26.19	(2021)	196.711
773.	**1309) Lars Ulveseth**	**2005.08.17**	**43.16**	**2.15.21**	**8.38.05**	**19.00.37**	**(2022)**	**197.053**
776.	(769) Gard Skoe Fredriksen	1973.10.04	45.98	2.17.47	8.22.65	18.21.21	(2017)	197.128
779.	(772) Kristian Strøm	1892.12.24	44.7	2.21.7	8.33.7	17.59.6	(1917)	197.283
781.	(774) Øystein Borgersen	1964.08.06	45.96	2.18.98	8.28.31	18.05.55	(2020)	197.394
787.	**(Ny) Christian Eidsvåg**	**1982.05.22**	**45.40**	**2.20.27**	**8.23.44**	**18.20.32**	**(2022)**	**197.516**
789.	**(862) Arne Rimmereid**	**1971.06.17**	44.97	**2.18.60**	**8.38.90**	**18.10.89**	**(2022)**	**197.604**
792.	(783) Armand Carlsen	1905.10.20	46.5	2.23.6	8.34.0	17.17.4	(1931)	197.636
793.	(784) Sigmund Søfteland	1923.10.23	42.0	2.17.7	8.57.6	18.39.8	(1956)	197.650
807.	(798) Stein Opdahl	1952.03.01	46.5	2.21.07	8.36.77	17.36.55	(2003)	198.027
815.	(806) Morten Saur	1945.09.20	49.02	2.19.93	8.27.24	17.18.58	(2015)	198.316
819.	(810) Arne Kjell Foldvik	1934.12.17	46.9	2.22.31	8.33.53	17.34.27	(2007)	198.402
824.	(815) Sigurd Moen	1897.10.31	45.7	2.23.8	8.38.1	17.42.7	(1928)	198.578
834.	(825) Peder Østlund	1872.05.07	45.2	2.22.6	8.51.8	17.50.6	(1900)	199.443
837.	(828) Lars Magne Haldorsen	1960.02.02	46.58	2.20.95	8.32.61	18.14.14	(2019)	199.531
847.	(838) Arne Kjølen	1956.09.12	45.31	2.20.03	8.36.96	18.41.47	(2019)	199.755

Under 200 poeng: *612(2001)686(2006) 744 (2011) 796(2016) 834(2020) 853 (2022)*

857.	**(1262) Bo Oscar Lilletvedt**	**2006.03.10**	**46.54**	**2.20.48**	**8.33.01**	**18.33.16**	**(2022)**	**200.325**
868.	(858) Thomas Byberg	1916.09.18	43.2	2.23.7	8.51.9	18.49.1	(1948)	200.745
890.	**(Ny) Svein-Erik Morkemo**	**1968.11.12**	44.95	**2.20.86**	**8.52.99**	**18.47.67**	**(2022)**	**201.585**
891.	(881) Martin Sæterhaug	1882.08.13	45.2	2.23.4	8.52.1	18.28.6	(1917)	201.640
899.	(889) Arnstein Sunde	1963.07.01	48.31	2.21.77	8.45.32	17.58.03	(2015)	201.999
902.	(892) Finn Helgesen	1919.04.25	43.1	2.25.4	9.05.1	18.39.4	(1952)	202.046
910.	(900) Torbjørn Brandtsegg	1960.12.16	45.72	2.21.55	8.49.36	18.49.35	(2019)	202.306
919.	**(1137)Terje Ingvoldstad**	**1968.07.08**	**46.35**	**2.22.75**	**8.49.17**	**18.38.75**	**(2022)**	**202.787**
921.	(910) Johan Schwartz	1877.12.07	46.6	2.26.0	8.51.2	18.09.4	(1902)	202.856
923.	(912) Thorstein Stenbek	1909.09.08	48.0	2.28.7	8.38.3	17.50.6	(1930)	202.926
934.	(923) Sigurd Mathisen	1883.04.26	44.4	2.26.2	9.05.2	18.35.2	(1909)	203.413
950.	(939) Bjørn Ingar Fjeldstad	1972.03.27	44.7	2.22.7	8.54.92	19.30.48	(1995)	204.282
974.	(963) Magnar Lundberg	1942.04.15	45.0	2.29.1	9.05.76	18.45.30	(2017)	205.541
986.	(975) Stener Johannessen	1888.07.30	48.0	2.28.3	8.58.9	18.16.8	(1913)	206.163
988.	(977) Magnus Johansen	1885.04.11	47.6	2.28.6	8.54.0	18.36.8	(1911)	206.373

992.	(981) Oluf Steen	1882.09.23	46.0	2.30.6	8.58.8	18.47.4	(1909)	206.450
995.	**(1284) Lucas Haugnæs Bjørklund**	**2008.03.19**	**42.52**	**2.14.68**	10.17.46	**19.07.72**	**(2022)**	**206.545**
996.	(984) Harald Aslak Aspelund	1950.01.22	48.6	2.31.38	8.52.68	18.05.75	(2017)	206.615
1000.	(988) Bjørn Øyvind Bringedal	1954.10.01	46.4	2.29.7	9.00.31	18.53.9	(2014)	207.026
1002.	(990) Peter Sinnerud	1876.01.05	46.2	2.28.8	9.07.8	18.50.0	(1904)	207.080
1003.	**(997) Nils Juell**	**1970.05.30**	47.23	2.24.10	8.54.91	**19.27.29**	**(2022)**	**207.118**
1017.	**(Ny) Fredrik Smith**	**1975.07.09**	**48.68**	**2.32.37**	**8.43.52**	**18.39.59**	**(2022)**	**207.801**
1038.	(1026) Lars Enok Engvik	1966.04.01	49.61	2.30.88	9.02.47	18.06.89	(2021)	208.494
1041.	(1029) Rolf Espen Riktor	1961.05.16	51.35	2.29.39	8.49.61	18.12.34	(2018)	208.724
1103.	(1091) Christian Steen	1951.04.13	45.7	2.27.3	9.10.4	20.41.8	(2000)	211.930
1111.	(1099) Edvard Engelsaas	1872.11.17	47.4	2.30.2	9.02.8	20.09.4	(1900)	212.216
1133.	(1121) Alfred Næss	1877.04.26	46.8	2.35.0	9.29.8	19.17.0	(1898)	213.296
1142.	(1130) Jan Henriksen	1944.05.26	45.15	2.22.12	9.07.0	22.06.89	(2019)	213.567
1144.	**(Ny) Gaute Haftor Sørensen**	**1965.07.10**	**47.41**	**2.34.02**	**9.14.57**	**19.49.12**	**(2022)**	**213.663**
1146.	(1133) Jarle Håbrekke	1943.01.01	47.57	2.27.54	9.31.09	19.57.14	(2013)	213.716
1150.	**(1397) Bendik Becker Pedersen**	**2007.11.09**	**42.64**	**2.20.67**	10.45.64	**19.56.22**	**(2022)**	**213.905**
1157.	**(1198) Mats Bye Martinsen**	**2005.03.29**	**45.90**	**2.21.37**	9.44.85	21.04.10	**(2022)**	**214.713**
1212.	(1200) Espen Karlsrud	1976.02.18	47.50	2.29.30	9.50.43	20.38.55	(2021)	218.236
1214.	(1202) Tord Skoe Fredriksen	1965.05.20	54.74	2.42.67	9.00.45	18.27.66	(2018)	218.391
1216.	(1204) Per Raudberget	1960.08.31	49.99	2.40.41	9.28.59	19.26.58	(2019)	218.648
1221.	**(1217) Njål Nore**	**1960.05.03**	54.19	2.39.40	**9.18.26**	18.34.85	**(2022)**	**218.891**
1233.	**(1330) Eirik Knudsen Gåseidnes**	**1994.11.20**	**51.02**	**2.28.09**	**9.27.32**	**20.52.11**	**(2022)**	**219.720**
1238.	(1225) Erlend Clausen	1980.07.02	49.00	2.30.24	9.36.72	21.02.67	(2021)	219.885
1249.	**(1283) Bjørn Fjelnseth**	**1967.09.27**	**46.76**	**2.31.45**	**9.51.45**	**21.18.04**	**(2022)**	**220.290**
1286.	**(Ny) Ole Løland**	**1959.03.16**	**53.26**	**2.40.44**	**9.34.47**	**19.49.42**	**(2022)**	**223.658**
1289.	**(1365) Øyvind Ryen-Herland**	**2007.10.26**	**47.51**	**2.27.63**	10.29.70	21.28.63	(2022)	224.121
1298.	**(1375) Bastian Gundersen Bottegård**	**2009.11.07**	**47.36**	**2.35.17**	**9.59.47**	**22.03.75**	**(2022)**	**225.217**
1307.	(1293) Bjørn-Erik Hanssen	1952.01.13	52.84	2.38.67	9.43.53	20.49.13	(2006)	226.539
1317.	**(1323) Ole Martin Nodenes**	**1971.01.31**	50.85	**2.43.72**	**9.49.78**	**20.59.45**	**(2022)**	**227.373**
1323.	**(Ny) Petter Moe Løken**	**2008.03.16**	**49.25**	**2.32.92**	**10.16.92**	**22.08.29**	**(2022)**	**228.329**
1342.	(1328) Per Espen Kristoffersen	1961.12.14	53.11	2.39.68	10.18.97	21.06.33	(2020)	231.549
1345.	(1332) Herbert Kristoffersen	1959.11.24	52.55	2.43.8	10.09.55	21.14.2	(2014)	231.815
1347.	**(1341) Per Johan Gjølga**	**1966.04.11**	55.51	**2.50.03**	**10.21.04**	19.14.09	**(2022)**	**231.994**
1354.	(1340) Erik Michelsen	1960.03.21	51.89	2.46.98	10.10.75	21.21.34	(2020)	232.692
1358.	(1345) Jon Magne Vingelsgaard	1957.08.30	42.2	2.18.3	9.48.5	28.56.69	(2020)	233.984
1364.	(1351) Geir Aakvik	1952.08.22	49.95	2.42.93	10.45.03	22.01.33	(2020)	234.829
1374.	**(1370) Even Borgen Steen**	**2006.03.18**	**48.80**	**2.35.20**	10.56.53	23.32.03	**(2022)**	**236.767**
1378.	**(Ny) Eirik Brynhildsen**	**1980.11.09**	**49.59**	**2.47.07**	**10.34.28**	**22.51.86**	**(2022)**	**237.301**
1384.	**(1371) Rune Sundland**	**1960.06.25**	54.48	2.52.43	10.20.11	**21.23.90**	**(2022)**	**238.162**
1389.	**(1383) Ole Kjell Langmyren**	**1961.08.03**	58.20	2.54.11	**10.01.41**	**21.14.86**	**(2022)**	**240.120**
1390.	(1377) Tor Arve Roksvåg	1951.01.28	54.58	2.51.90	10.33.63	21.38.54	(2021)	240.170
1412.	**(1405) Knut Birger Andersen**	**1975.02.25**	44.1	**2.19.89**	13.19.31	24.51.63	**(2022)**	**245.242**
1421.	(1410) Bjørn Tore Dullum	1964.06.09	58.30	2.56.06	10.29.78	22.38.30	(2018)	247.879
1424.	**(Ny) Endre Storholt**	**1965.04.21**	**55.17**	**2.54.13**	**10.39.70**	**23.54.31**	**(2022)**	**248.898**

Under 250 poeng: 551 (1971) 980 (1995) 1.046 (2001) 1.155 (2006) 1.247 (2011) 1.320 (2016) 1.425 (2022)

1453.	**(Ny) Bjørn Eidsvåg**	**1954.10.13**	42.4	2.13.2	8.23.2	**41.56.02**	**(2022)**	**262.921**
1461.	**(1449) Rune Fossum**	**1973.11.08**	56.72	**3.25.07**	12.04.14	24.14.63	**(2022)**	**270.221**
1466.	**(1460) Fredrik Colbensen-Tveten**	**2007.03.22**	**45.12**	**2.20.51**	14.05.39	33.02.64	**(2022)**	**275.627**
1483.	**(Ny) Hans Erik Eidsvåg**	**1957.04.15**	55.6	**3.36.78**	**12.27.62**	**29.44.15**	**(2022)**	**291.829**
1484.	**(Ny) Jan Kåre Frøyen**	**1950.01.02**	**66.85**	**3.29.02**	**12.02.05**	**27.42.95**	**(2022)**	**291.875**
1494.	**(1479) Ivar Gjølga**	**1949.08.24**	69.14	3.51.69	13.54.35	**28.35.51**	**(2022)**	**315.580**
1497.	**(Ny) Per-Sverre Hagen**	**1979.11.08**	**69.28**	**3.41.85**	**14.09.85**	**30.03.52**	**(2022)**	**318.391**

Sprintadelskalender for NORGE

Menn pr.01.04.2022

1.	(1) Håvard Holmefjord Lorentzen	1992.10.02	34.28	1.06.51	(2019)	67.535

2.	**(3) Henrik Fagerli Rukke**	**1996.10.20**	**34.47**	**1.07.63**	**(2022)**	**68.285**
3.	**(7) Bjørn Magnussen**	**1998.01.02**	**34.36**	**1.08.17**	**(2022)**	**68.445**
4.	(2) Espen Aarnes Hvammen	1988.11.13	34.46	1.08.37	(2016)	68.645
5.	(4) Even Wetten	1982.08.12	35.08	1.08.76	(2007)	69.460
6.	(5) Christoffer Fagerli Rukke	1988.04.17	35.10	1.08.77	(2016)	69.485
7.	(6) Odin By Farstad	1997.12.01	35.27	1.08.60	(2020)	69.570
8.	(8) Petter Andersen	1974.01.02	35.52	1.08.55	(2005)	69.795
8.	(8) Ådne Søndrål	1971.05.10	35.72	1.08.15	(2002)	69.795
10.	**(10) Allan Dahl Johansson**	**1998.10.05**	35.82	**1.07.99**	**(2022)**	**69.815**
11.	(11) Johann Jørgen Sæves	1994.10.28	35.03	1.09.73	(2019)	69.895
12.	(12) Håvard Bøkko	1987.02.02	35.75	1.08.42	(2015)	69.960
13.	(13) Dag Erik Kleven	1984.07.19	35.33	1.09.37	(2010)	70.015
14.	(14) Kristian Solland Reinton	1996.07.05	35.39	1.09.36	(2019)	70.070
15.	(15) Sindre Henriksen	1992.07.24	36.03	1.08.63	(2020)	70.345
16.	(16) Mikael Flygind Larsen	1982.09.18	36.05	1.08.61	(2008)	70.355
17.	(17) Sverre Lunde Pedersen	1992.07.17	35.85	1.09.31	(2019)	70.505
18.	**(32) Pål Myhren Kristensen**	**2000.02.19**	**35.17**	**1.10.69**	**(2022)**	**70.515**
19.	(18) Grunde Njøs	1967.06.20	35.36	1.10.59	(2001)	70.655
20.	(19) Espen Tveit	1991.12.31	35.91	1.09.70	(2016)	70.760
21.	(20) Marius Bratli	1997.12.30	35.76	1.10.08	(2019)	70.800
22.	(21) Øyvind Andreassen	1985.11.04	35.90	1.10.51	(2011)	71.155
23.	(22) Simen Kroken	1992.09.29	35.64	1.11.21	(2019)	71.245
24.	(23) Pål Gravem	1975.08.04	36.01	1.10.50	(2002)	71.260
25.	**(26) Peder Kongshaug**	**2001.08.13**	36.24	**1.10.06**	**(2022)**	**71.400**
26.	(24) Aleksander Waagenes	1991.08.25	36.66	1.09.34	(2018)	71.330
27.	(25) Mats Roger Jensen	1987.07.04	36.30	1.10.19	(2010)	71.395
28.	(27) Even Johansen	1988.08.22	36.01	1.10.89	(2011)	71.455
29.	(28) Eirik Skavhaug Nergaard	1992.11.20	36.14	1.10.69	(2016)	71.485
30.	**(35) Erik Resell**	**2000.06.11**	**35.97**	**1.11.13**	**(2022)**	**71.535**
31.	(29) Simen Spieler Nilsen	1993.08.04	35.72	1.11.64	(2015)	71.540
32.	(30) Kristian Gamme Ulekleiv	1996.08.28	36.43	1.10.36	(2021)	71.610
33.	(31) Joachim Jalmar Haugen	1987.03.14	36.46	1.10.73	(2010)	71.825
34.	(33) Roger Strøm	1966.07.28	35.98	1.12.08	(1999)	72.020
35.	(34) Morten Stordal	1980.12.11	36.45	1.11.20	(2005)	72.050
36.	(36) Frode Bartholdsen	1985.06.16	36.41	1.11.34	(2007)	72.080
37.	(37) Magne Notland	1993.02.22	36.60	1.11.04	(2017)	72.120
38.	(38) Lars Kvaalen	1986.02.03	36.56	1.11.18	(2008)	72.150
39.	**(48) Kasper Tveter**	**2001.09.05**	**36.56**	**1.11.20**	**(2022)**	**72.160**
40.	(39) Hallgeir Engebråten	1999.12.17	36.67	1.11.08	(2021)	72.210
41.	(40) Rune Stordal	1979.04.08	36.63	1.11.20	(2005)	72.230
42.	(41) Runar Njåtun Krøyer	1995.04.15	37.02	1.10.66	(2018)	72.350
43.	(42) Kjetil Stiansen	1992.03.27	36.59	1.11.54	(2013)	72.360
44.	**(89) Simon Aannø**	**2003.06.28**	**36.52**	**1.11.88**	**(2022)**	**72.460**
45.	(43) Tarjei Tverråen	1978.03.06	36.60	1.11.78	(2006)	72.490
46.	(44) Magnus Myhren Kristensen	1996.03.24	36.75	1.11.51	(2016)	72.505
47.	(45) Fredrik van der Horst	1989.12.02	36.70	1.11.85	(2010)	72.625
48.	(46) Einar Døving Agdestein	1991.08.16	37.06	1.11.18	(2014)	72.650
49.	(47) Sindre Baas	1998.12.10	36.69	1.11.93	(2020)	72.655
50.	(49) Jonas Nordhøy Kristensen	1998.09.22	36.71	1.12.11	(2017)	72.765
51.	(50) Eirik Lunde Pedersen	1986.06.06	36.84	1.12.03	(2007)	72.855
52.	(51) Kjetil Johansen Amundrud	1978.12.24	36.50	1.12.87	(2007)	72.935
53.	(52) Henrik Christiansen	1983.02.10	37.19	1.11.50	(2011)	72.940
54.	(53) Isak Høiby	1999.11.26	37.08	1.11.78	(2019)	72.970
55.	**(150) Didrik Eng Strand**	**2005.09.13**	**37.05**	**1.11.93**	**(2022)**	**73.015**
56.	(54) Kristian Reistad Fredriksen	1993.05.10	37.07	1.11.90	(2012)	73.020

57.	(55) Stian Haugsrud	1976.11.11	36.7	1.12.69	(2002)	73.045
58.	(56) Jonas Haugland	1998.10.24	37.11	1.11.94	(2019)	73.080
59.	(57) Fredrik Nybråten	1994.12.11	37.18	1.11.94	(2015)	73.150
60.	**(102) John Granli**	**2002.01.02**	**37.31**	**1.11.70**	**(2022)**	**73.160**
61.	(58) Espen Brask Nordfonn	1991.03.28	36.76	1.12.85	(2015)	73.185
62.	(59) Øystein Kvikstad Skoglund	1985.10.24	37.04	1.12.37	(2005)	73.225
63.	(60) Pål Holmefjord Lorentzen	1989.12.28	36.97	1.12.54	(2013)	73.240
64.	**(139) Cristian Landrø Magnussen**	**2003.07.11**	**36.30**	**1.13.92**	**(2022)**	**73.260**
65.	**(107) Sondre Buer Åsebø**	**2002.10.15**	**37.19**	**1.12.15**	**(2022)**	**73.265**
66.	(61) Henrik Hvesser	1991.08.07	37.42	1.11.75	(2012)	73.295
67.	(62) Viktor Nybråten	1993.09.14	37.21	1.12.21	(2012)	73.315
68.	(63) August Teodor Haugen	1991.08.11	37.49	1.11.68	(2014)	73.330
69.	(64) Andreas Holmen Minge	1991.10.11	37.21	1.12.33	(2012)	73.375
70.	(65) Martin Bjertnes	1993.02.12	37.23	1.12.33	(2012)	73.395
71.	(66) Sander Søndrål	1994.12.01	37.08	1.12.71	(2015)	73.435
72.	(67) Magnus Bakken Haugli	1998.05.01	37.36	1.12.24	(2017)	73.480
73.	(68) Øystein Haugen	1971.11.07	36.87	1.13.31	(1998)	73.525
74.	(69) Sverre Haugli	1982.10.02	37.52	1.12.02	(2007)	73.530
75.	**(100) Sander Eitrem**	**2002.02.12**	**36.92**	1.13.28	**(2022)**	**73.560**
76.	(70) Arild Nebb Ervik	1978.02.04	37.72	1.11.74	(2005)	73.590
77.	(71) Magnus Dahle	1997.04.22	36.84	1.13.51	(2019)	73.595
78.	(72) Trond Arne Tørset	1979.04.23	36.94	1.13.40	(2003)	73.640
79.	(73) Torbjørn Ladstein Fjeld	1987.11.09	37.34	1.12.76	(2010)	73.720
80.	(74) Stian Elvenes	1985.11.24	37.52	1.12.41	(2008)	73.725
81.	(75) Kim Lund Håvardsrud	1991.03.27	37.18	1.13.10	(2010)	73.730
82.	(76) Eskil Ervik	1975.01.11	37.03	1.13.41	(2007)	73.735
83.	**(151) Emil Pedersen Matre**	**2003.12.03**	**37.29**	**1.12.97**	**(2022)**	**73.775**
84.	(77) Kristian Aabakken	1996.06.17	36.92	1.13.84	(2016)	73.840
84.	(77) Magnus Brask Nordfonn	1993.08.12	37.06	1.13.56	(2019)	73.840
86.	(79) Brage Olsen Børtnes	1996.01.16	37.09	1.13.55	(2017)	73.865
87.	(80) Thor-Andrè Pedersen	1969.12.13	37.04	1.13.67	(1998)	73.875
87.	(80) Vetle Stangeland	1997.08.12	37.73	1.12.29	(2018)	73.875
89.	**(152) Siver Brattgjerd**	**2002.01.09**	**36.54**	**1.14.68**	**(2022)**	**73.880**
90.	(82) Stian Gravdal	2000.11.14	37.34	1.13.16	(2019)	73.920
91.	(83) Tormod Bjørnetun Haugen	1988.10.28	37.43	1.13.10	(2016)	73.980
92.	(84) Runar Sanderud	1990.07.07	37.45	1.13.13	(2010)	74.015
93.	(85) Kenneth Lund Håvardsrud	1993.08.04	37.28	1.13.50	(2011)	74.030
94.	(86) Vidar Wang Lutnæs	1979.07.12	37.40	1.13.34	(2002)	74.070
95.	(87) Jørgen Andreas Tønne	1988.11.30	37.62	1.13.04	(2011)	74.140
96.	(88) Rune Dahl	1978.02.26	37.51	1.13.27	(2002)	74.145
97.	(90) Eivind Vegard Lia	1981.07.22	37.91	1.12.54	(2007)	74.180
98.	(91) Christer Skuterud	1996.07.02	37.52	1.13.54	(2016)	74.290
99.	(92) Kim André Eldevik	1990.08.31	37.46	1.13.70	(2009)	74.310
100.	**(123) Håkon Sundøen Brørby**	**1997.07.20**	**37.78**	**1.13.08**	**(2022)**	**74.320**
101.	**(191) Martin Solberg Andreassen**	**2004.04.13**	**37.07**	**1.14.53**	**(2022)**	**74.335**
102.	**(119) Oddbjørn Mellemstrand**	**2002.01.10**	**37.70**	**1.13.49**	**(2022)**	**74.445**
103.	(93) Olav Kvaalen	1984.10.11	37.69	1.13.52	(2007)	74.450
104.	(94) Odd Bohlin Borgersen	1980.04.10	37.73	1.13.48	(2006)	74.470
105.	(95) Sander Mikkelsen	1998.09.01	36.44	1.16.14	(2019)	74.510
106.	(96) Simen Rye	1998.08.04	37.56	1.13.98	(2018)	74.550
107.	(97) Stian Dalen	1976.11.03	37.92	1.13.38	(2003)	74.610
108.	(98) Anders Tandberg Nummedal	1989.06.28	37.29	1.14.65	(2013)	74.615
109.	(99) Bjørn Egil Lundgrenn	1970.02.04	37.5	1.14.27	(1999)	74.635
110.	(101) Tor Snare Bakke	1979.11.20	37.70	1.13.97	(2004)	74.685

111.	(103) Ole Morten Mellemstrand	1973.01.25	37.48	1.14.54	(1998)	74.750
112.	(104) Robin Nicolai Oppi Gruben	1993.07.05	37.80	1.14.04	(2017)	74.820
113.	(105) Mats Christoffer Haugen	1990.03.06	37.90	1.13.93	(2010)	74.865
114.	(106) Frode Rønning	1959.07.07	37.31	1.15.14	(1988)	74.880
115.	(107) Daniel Vatn	1993.06.19	37.35	1.15.12	(2012)	74.910
116.	(109) Morten Bolstad	1981.08.18	37.58	1.14.68	(2002)	74.920
117.	(110) Ulrik Schaathun Berge	2002.06.05	37.23	1.15.39	(2021)	74.925
117.	(110) Mii Erik Haugård	1994.03.15	37.83	1.14.19	(2014)	74.925
119.	(112) Ivar Njøs	1965.10.22	37.5	1.14.88	(2013)	74.940
120.	(113) Ole Langeland	1973.08.05	37.54	1.14.92	(1996)	75.000
121.	(114) Sondre Dølemo Skarli	1986.04.22	38.06	1.13.89	(2007)	75.005
122.	(115) Tor Arve Magnussen	1984.04.18	38.1	1.13.91	(2006)	75.055
123.	(116) Hans Kristian Smedsrød	1989.01.20	37.71	1.14.74	(2009)	75.080
124.	(117) Øyvind Gravem	1978.08.24	38.2	1.13.79	(2006)	75.095
125.	(118) Edvin Hegg Bårdsen	1980.11.23	38.0	1.14.21	(2005)	75.105
126.	(119) Ole Bjørnsmoen Næss	1991.06.02	38.30	1.13.66	(2014)	75.130
127.	(121) Stian Bjørge	1976.07.31	37.88	1.14.57	(2000)	75.165
128.	(122) Bjørn Hagen	1960.04.04	37.69	1.14.96	(1988)	75.170
129.	(124) Jakob Anspach Klippen	1995.04.04	37.89	1.14.62	(2017)	75.200
130.	**(140) Daniel Thuv Eriksen**	**2001.01.18**	**37.77**	1.14.88	**(2022)**	**75.210**
130.	(125) Håvard Myklebust	1983.04.27	37.97	1.14.48	(2005)	75.210
132.	(126) Håkon Sæther	2001.10.13	37.29	1.15.86	(2020)	75.220
133.	(127) Torgeir Høgheim	1990.07.20	37.96	1.14.55	(2011)	75.235
134.	**(128) Thomas Lande Eriksen**	**1999.02.16**	**38.22**	1.14.13	**(2022)**	**75.285**
135.	(129) Viktor Sørbukt Krumsvik	1999.07.30	37.61	1.15.40	(2017)	75.310
135.	(129) Vidar Lilletvedt	1971.07.04	38.07	1.14.48	(1998)	75.310
137.	(131) Gisle Spidsberg	1972.05.18	38.05	1.14.53	(1998)	75.315
138.	(132) Roald Eidsheim	1988.08.26	38.01	1.14.68	(2009)	75.350
138.	(132) Tobias Fløiten	2001.10.01	38.11	1.14.48	(2020)	75.350
140.	**(570) Miika Johan Klevstuen**	**2006.09.05**	**37.53**	**1.15.68**	**(2022)**	**75.370**
141.	(134) Henrik Hetland	1981.05.06	38.39	1.14.04	(2006)	75.410
142.	(135) Anders Bjerkreim Furnée	1993.10.06	38.45	1.13.93	(2013)	75.415
143.	(136) Johann Olav Koss	1968.10.29	37.98	1.14.9	(1994)	75.430
144.	(137) Geir Rønningen	1974.10.02	37.61	1.15.65	(1998)	75.435
145.	(138) Kai Arne Engelstad	1954.12.21	38.14	1.14.69	(1984)	75.485
146.	(141) Sigurd Edvard Pettersen	1979.06.02	38.38	1.14.25	(2003)	75.505
147.	(142) Øyvind Giske	1975.07.30	37.80	1.15.47	(2001)	75.535
148.	(143) Mattis Bergh	1991.10.16	38.04	1.15.03	(2011)	75.555
149.	(144) Tore Solli	1986.03.07	38.20	1.14.73	(2011)	75.565
150.	(145) Amund Grønvold Skoglund	1992.07.22	38.20	1.14.76	(2012)	75.580
151.	(146) Rolf Falk-Larssen	1960.02.21	37.88	1.15.42	(1988)	75.590
152.	(147) Mikkel Stølen	1971.04.06	37.5	1.16.19	(1998)	75.595
153.	**(167) Emil Ervik**	**2001.09.08**	38.40	**1.14.46**	**(2022)**	**75.630**
154.	**(184) Sander Tveter**	**1999.06.27**	38.51	**1.14.32**	**(2022)**	**75.670**
155.	(148) Bengt Halvorsen	1960.05.15	37.5	1.16.40	(1985)	75.700
156.	(149) Werner Gjevik	1968.07.11	37.8	1.15.82	(1995)	75.710
157.	**(637) Finn Elias Haneberg**	**2005.06.12**	**38.15**	**1.15.19**	**(2022)**	**75.745**
158.	**(155) Birk Finnstø Refsaas**	**2002.09.25**	**38.44**	1.14.69	**(2022)**	**75.785**
159.	(153) Frode Nordvik	1974.02.27	38.50	1.14.58	(1998)	75.790
160.	(154) Vegard Hansen	1994.12.30	38.31	1.15.00	(2021)	75.810
161.	(155) Bendik Stokke	1994.03.01	38.28	1.15.07	(2014)	75.815
162.	(157) Jon Greger Notland	1995.04.01	38.49	1.14.68	(2012)	75.830
163.	(158) Olav Slinning	1983.05.21	38.55	1.14.57	(2008)	75.835
164.	(159) Vegar Nylund	1988.08.13	38.25	1.15.23	(2009)	75.865
164.	(159) Sander Eng Strand	2001.05.06	38.04	1.15.65	(2018)	75.865

166.	(161) Preben Kristensen	1983.03.04	38.84	1.14.09	(2005)	75.885
167.	(162) Terje Almås	1985.12.08	38.46	1.14.87	(2010)	75.895
168.	(163) Håvard Bergland Leknes	1992.06.13	38.28	1.15.24	(2015)	75.900
169.	(164) Mathias Rogn	1988.01.28	38.41	1.15.00	(2011)	75.910
170.	(165) Magnus Nordby	1995.03.02	38.57	1.14.69	(2013)	75.915
171.	(166) Steinar Johansen	1972.02.27	38.28	1.15.39	(1999)	75.975
172.	**(193) Bendik Mauseth**	**2001.01.**04	38.12	**1.15.76**	**(2022)**	**76.000**
173.	**(170) Erlend Andre Rue**	**2002.05.20**	**38.37**	1.15.31	**(2022)**	**76.025**
174.	(168) Tom Ole Løvås	1981.03.25	38.2	1.15.7	(2004)	76.050
175.	(169) Torgeir Magnussen	1971.03.01	38.33	1.15.46	(2000)	76.060
176.	(171) Terje Andersen	1952.03.04	38.3	1.15.62	(1981)	76.110
177.	(172) Lars Stomperudhaugen	1973.09.24	37.76	1.16.75	(1999)	76.135
178.	(173) Bjørn Nyland	1962.10.08	38.2	1.15.92	(1987)	76.160
179.	(174) Anders Geving Langli	2002.06.01	37.51	1.17.31	(2021)	76.165
180.	(175) Marcus Rasmussen Kvarme	2001.06.28	38.60	1.15.18	(2020)	76.190
180.	(175) Sindre Hofsøy Mollan	1992.02.17	38.35	1.15.68	(2013)	76.190
182.	(177) Arnt Olaf Stillerud	1973.10.03	38.71	1.14.97	(2001)	76.195
183.	**(337) Aron Aannø**	**2005.05.05**	**38.34**	**1.15.78**	**(2022)**	**76.230**
184.	(178) Ingemar Bredeli	1959.01.31	38.16	1.16.29	(1983)	76.305
184.	(178) Martin Emil S Olaussen	1998.05.06	38.50	1.15.61	(2017)	76.305
186.	(180) Øystein Grødum	1977.02.15	39.10	1.14.42	(2006)	76.310
187.	(181) Gøran Botngård	1989.04.19	38.59	1.15.45	(2011)	76.315
187.	(181) Erik Gilmore	1981.05.05	38.75	1.15.13	(2004)	76.315
189.	(183) Amund Farås	1991.02.26	38.41	1.15.83	(2010)	76.325
190.	(185) Are Eri Bjelland	1985.07.07	38.92	1.14.95	(2008)	76.395
191.	(186) Christian Owesen	1975.06.05	38.2	1.16.44	(2007)	76.420
192.	(187) Jan Egil Storholt	1949.02.13	38.07	1.16.77	(1978)	76.455
193.	(188) Sondre Kvalshaugen Glesne	2000.06.09	38.41	1.16.15	(2021)	76.485
194.	(189) Ørjan Røstøen Bergum	1987.05.14	38.24	1.16.51	(2011)	76.495
195.	**(212) Vegard Rye**	**2001.11.14**	39.02	**1.15.02**	**(2022)**	**76.530**
196.	(190) Kjell Storelid	1970.10.24	38.86	1.15.35	(2002)	76.535
197.	(191) Arne Nicander Nilsen	1962.05.05	38.5	1.16.12	(1987)	76.560
198.	(194) Per Bjørang	1948.01.31	38.06	1.17.17	(1976)	76.645
199.	(195) Roger Ebersten	1991.01.22	38.84	1.15.68	(2012)	76.680
199.	(195) Jarle Pedersen	1955.06.15	38.02	1.17.32	(1980)	76.680
201.	**(258) Sigurd Holbø Dyrset**	**2004.04.21**	**38.85**	**1.15.68**	**(2022)**	**76.690**
207.	**(435) Fredrik Pedersen**	**2006.04.07**	**38.53**	**1.16.51**	**(2022)**	**76.785**
208.	(202) Lasse Efskind	1944.02.13	38.0	1.17.6	(1973)	76.800
208.	(202) Vidar Finsand	1949.07.13	37.98	1.17.64	(1985)	76.800
239.	(234) Jørn Didriksen	1953.08.27	38.7	1.17.34	(1977)	77.370
244.	**(396) Joren Sleeking**	**2002.12.29**	**38.83**	**1.17.22**	**(2022)**	**77.440**
245.	**(824) Filip Møller Nordal**	**2005.12.20**	**39.28**	**1.16.33**	**(2022)**	**77.445**
252.	**(568) Christoffer Tellinga Hovde**	**2005.03.12**	**39.13**	**1.16.96**	**(2022)**	**77.610**
254.	(246) Ivar Sletsjøe	1953.04.11	38.62	1.18.13	(1982)	77.685
266.	**(502) Ivar Norheim**	**2004.09.22**	**39.43**	**1.17.00**	**(2022)**	**77.930**
268.	**(592) Arne Lernes**	**2005.07.16**	**38.68**	**1.18.56**	**(2022)**	**77.960**
269.	**(396) Linus August Risnes**	**2005.04.29**	**39.24**	**1.17.49**	**(2022)**	**77.985**
275.	**(433) Thomas Andreassen**	**2004.06.28**	**39.27**	**1.17.68**	**(2022)**	**78.110**
279.	**(579) Frederik Gajos Hamre**	**2006.03.19**	**38.79**	**1.18.87**	**(2022)**	**78.225**
288.	(276) Amund Sjøbrend	1952.12.01	38.62	1.19.4	(1981)	78.320
304.	**(1015) Nicolai Ulvan**	**2005.10.24**	**39.20**	**1.18.81**	**(2022)**	**78.605**
305.	(292) Magnus Ludvig Edvardsen	1983.07.25	39.17	1.18.88	(2003)	78.610
305.	(292) Arnulf Sunde	1951.10.12	38.71	1.19.8	(1979)	78.610
305.	(292) Øyvind Tveter	1954.03.28	38.83	1.19.56	(1983)	78.610
316.	(303) Ivar Eriksen	1942.03.07	39.1	1.19.2	(1971)	78.700

335.	(322) Asle Terje Johansen	1951.11.11	39.16	1.19.79	(1975)	79.055
340.	(327) Johan Lind	1942.01.09	39.1	1.20.0	(1972)	79.100
344.	(331) Øystein Magnussen	1963.02.02	38.89	1.20.5	(1987)	79.140
364.	(352) Dag Fornæss	1948.06.30	39.1	1.20.6	(1972)	79.400
383.	(371) Arne Herjuaune	1945.10.07	39.4	1.20.7	(1971)	79.750
385.	**(1401) Tinius Rambøl Alme**	**2006.03.12**	**40.38**	**1.18.80**	**(2022)**	**79.780**
402.	(389) Roar Grønvold	1946.03.19	39.3	1.21.32	(1972)	79.960
406.	**(986) Paul Fredrik Michelet**	**2006.11.24**	**39.51**	**1.20.99**	**(2022)**	**80.005**
422.	**(1600) Eirik Andersen**	**2006.10.21**	**40.12**	**1.20.14**	**(2022)**	**80.190**
423.	(410) Bjørn Tveter	1944.06.13	39.8	1.20.8	(1972)	80.200
431.	(418) Magne Thomassen	1941.05.01	39.8	1.21.0	(1971)	80.300
441.	(427) Terje Andersen	1969.03.24	40.44	1.19.96	(1988)	80.420
441.	(427) Erik Vea	1951.06.11	40.02	1.20.8	(1979)	80.420
447.	**(826) Ask Darup**	**2003.12.05**	**40.31**	**1.20.47**	**(2022)**	**80.545**
448.	(434) Eirik Hope	1984.08.27	40.31	1.20.53	(2003)	80.575
461.	(448) Rune Olsen	1961.10.27	39.9	1.21.6	(1981)	80.700
467.	(454) Sten Stensen	1947.12.18	39.03	1.23.44	(1977)	80.750
471.	**(895) Sigve Elstrøm Borlaug**	**2004.02.06**	**40.69**	**1.20.27**	**(2022)**	**80.825**
473.	**(1065) Kristoffer Knag Songstad**	**2005.12.17**	**40.82**	**1.20.06**	**(2022)**	**80.850**
473.	(459) Svein-Erik Stiansen	1942.05.06	40.5	1.20.7	(1972)	80.850
488.	**(657) Viktor Smedstad Haukaas**	**2003.03.18**	**40.61**	**1.20.85**	**(2022)**	**81.035**
489.	(473) Rune Strand	1969.10.16	40.5	1.21.1	(1989)	81.050
494.	(478) Kai-Ingvar Strand	1967.12.31	40.56	1.21.05	(1987)	81.085
505.	**(593) Robin Sleeking**	**2000.11.08**	**40.09**	1.22.08	**(2022)**	**81.130**
616.	**(1079) Sondre Dahn**	**2004.02.27**	**41.70**	**1.21.08**	**(2022)**	**82.240**
640.	**(2143) Sigmund Løvlien-Krokhaug**	**2007.09.28**	**40.95**	**1.23.13**	**(2022)**	**82.515**
674.	**(3939) Oliver Fjellgård Lyby**	**2008.03.02**	**41.61**	**1.22.29**	**(2022)**	**82.755**
684.	(671) Ole Hermann Aamodt	1944.08.20	40.5	1.24.7	(1968)	82.850
710.	**(1145) Philip Grønvold Andersen**	**2003.11.21**	**41.82**	**1.22.60**	**(2022)**	**83.120**
737.	(722) Bjørn-Ove Indrøy	1970.12.30	41.0	1.24.8	(1995)	83.400
737.	(722) Dag Nordskog	1945.12.13	41.1	1.24.6	(1971)	83.400
752.	**(Ny) Nicolai Bjerke**	**2006.04.08**	**41.85**	**1.23.29**	**(2022)**	**83.495**
792.	(777) Hroar Elvenes	1932.04.02	40.9	1.25.7	(1964)	83.750
815.	(800) Fred Anton Maier	1938.12.15	41.8	1.24.3	(1969)	83.950
841.	(828) Alv Gjestvang	1937.09.13	40.6	1.27.1	(1964)	84.150
861.	**(1587) Elias Skogen**	**2007.02.21**	**41.98**	**1.24.72**	**(2022)**	**84.340**
889.	(875) Terje Vatn	1946.01.26	41.7	1.25.8	(1964)	84.600
934.	(919) Nils Egil Aaness	1936.01.31	41.6	1.26.7	(1964)	84.950
1296.	(1274) Hans Engnestangen	1908.03.28	41.8	1.31.5	(1943)	87.550

Utenlandske statsborgere for norske klubber, boende fast i Norge

Kvinner

K-30	**Nelcris Pandita Lad**	**08.11.90**		**PHI**	**Geithus IL**		
	500 m:	79,50	1	Hamar V		12.2	84,19-21
	1000 m:	3.06,30	1	Hamar V		13.2	
K-30	**Maud Westendorp**	**10.05.90**		**NED**	**Tromsø SK**		
	500 m:	47,63	5	Bjugn Fosenhallen		9.10	48,84-19
	1500 m:	2.38,85	1	Bjugn Fosenhallen		2.4	2.35,16-18
	3000 m:	5.28,68	1	Bjugn Fosenhallen		5.2	5.34,59-19
	3000 m:	10.16,39	4	Bjugn Fosenhallen		1.4	9.57,54-19
	3000 m:	21.29,63	3	Bjugn Fosenhallen		2.4	

Menn

M-40	**Rawad Ajameah**	**01.11.81**		**SYR**	**Arendal SK**		
	500 m:	72,44	11	Arendal Myra		10.2	79,22-21
M-S	**Clément Chaduc**	**10.01.94**		**FRA**	**Texas Instruments BIL, Oslo**		
	500 m:	43,85	2	Oslo Fr		5.1	42,04-20
	1000 m:	1.26,61	1	Oslo Fr		19.1	1.24,61-20
	1500 m:	2.08,56	1	Oslo Fr		5.1	2.04,88-20
	3000 m:	4.25,82	1	Oslo Fr		9.2	4.21,34-19
	5000 m:	7.47,52	1	Oslo Fr		26.1	7.12,56-20
	10000 m:	16.02,41	4	Oslo Fr		15.12	14.49,40-19
M-35	**Kees Custers**	**08.05.87**		**NED**	**Harstad SK**		
	500 m:	46,83	4	Harstad		2.2	44,06-21
	3000 m:	5.27,77	4	Harstad		2.2	5.44,19-20
M-40	**Jan Friesinger**	**20.11.80**		**GER**	**Arendal SK**		
	500 m:	40,77	1	Arendal Myra		10.2	35,76-10
	1000 m:	1.20,91	1	Arendal Myra		10.2	1.09,60-08
	1500 m:	2.08,78	1	Arendal Myra		21.12	1.47,13-08
M-40	**Lucas Icasatti**	**24.02.79**		**ARG**	**Arendal SK**		
	500 m:	49,12	17	Stavanger Sø		26.3	57,84-21
	1000 m:	1.42,25	7	Stavanger Sø		26.3	2.02,29-21
	1500 m:	2.40,68	4	Arendal Myra		1.3	3.53,66-21
M-S	**Sungsoo Lim**			**KOR**	**TSK**		
	500 m:	103,34	23	Trondheim L		13.3	
M-30	**Emil Christian Nielsen**	**31.10.91**		**DEN**	**Asker SK**		
	500 m:	43,67	1	Asker Risenga		10.2	41,21-19
	3000 m:	4.41,57	2	Hamar V		14.2	4.34,86-16
	5000 m:	8.09,08	6	Stavanger Sø		26.3	8.19,76-17
M-35	**Wouter Olde Heuvel**	**18.08.86**		**NED**	**SSSK**		
	500 m:	76,45	2	Stavanger Sø		18.3	36,17-13
M-S	**Gabriël Olthof**	**13.09.93**		**NED**	**Spk Falken/NTNU BIL Trh**		
	500 m:	49,29	5	Trondheim L		8.3	46,27-10
	1000 m:	1.41,54	4	Trondheim L		21.2	1.35,31 10
	1500 m:	2.34,68	5	Trondheim L		14.2	2.23.00-10
	3000 m:	5.44,04	5	Trondheim L		27.2	6.01,32-21
	5000 m:	10.43,80	5	Trondheim L		28.2	
M-45	**Philippe Szygenda**	**02.10.74**		**FRA**	**Sør-Fron IL**		
	500 m:	44,60	2	Hundorp		9.3	44,87-19
	1000 m:	1.34,25	1	Hundorp		19.1	1.29,86-19
	3000 m:	5.03,73	1	Hundorp		12.1	4.44,96-20
M-30	**Niels Wolting**	**26.02.88**		**NED**	**Sør-Fron IL**		
	500 m:	48,39	4	Hundorp		9.3	43,28-05
	1000 m:	1.41,20	2	Hundorp		2.2	1.25,26-05
	3000 m:	5.09,85	2	Hundorp		9.3	4.59,54-03