

# NORGES "TOPP-20" **BESTE JENTER** GJENNOM TIDENE pr 1.7.2022

Oppdatert av Roar Eriksen, NSFs Statistikkgruppe

## Jenter 11 år

### 500 m

1	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	45,39	2	Heerenveen	14.03.2009
2	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	45,51	1	Heerenveen	11.03.2006
3	<b>Latika Syambudurai</b>	<b>23.01.10</b>	<b>Geithus IL</b>	<b>47,25</b>	<b>1</b>	<b>Geithus</b>	<b>02.03.2022</b>
4	Helene Tvetter	15.07.83	IF Fram	47,35	1	Heerenveen	09.03.1996
5	Hanne Verling	14.08.91	Herkules SK	47,38	7	Heerenveen	13.03.2004
6	Camilla Kvamme	12.08.00	Bergen SK	47,39	9	Heerenveen	16.03.2013
-	Marilén Brattgjerd	18.07.05	Spk Falken	47,39	8	Heerenveen	03.03.2018
8	Connie Fillingner Hovde	25.11.91	Jevnaker IF	47,49	8	Heerenveen	13.03.2004
9	Pauline Lysø Olsen	29.10.07	Bjugn/Ørland SK	48,05	11	Heerenveen	29.02.2020
10	Gina Engebråten	19.09.01	Sand IF	48,11	8	Heerenveen	08.03.2014
11	Selma Bø Lysø	04.12.00	Kongsvinger SK	48,13	11	Heerenveen	16.03.2013
12	Ida Kvikstad Skoglund	08.07.89	Skreia SK Toten	48,2	1	Hamar V	05.02.2002
13	Sofie Ulset	16.01.04	Bjugn/Ørland SK	48,32	1	Hamar V	05.03.2016
14	Johanne Øyen Aas	29.08.03	Aktiv SK	48,40	13	Heerenveen	27.02.2016
15	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	48,48	1	Hamar V	03.02.2007
16	Ingrid Mellem Mortensen	15.03.83	Tromsø SK	48,5	1	Hamar V	26.02.1995
17	Julie Lu Sæggrov Aske	16.08.02	SSSK	48,64	4	Stavanger SA	11.02.2015
18	Hege Bøkkø	05.09.91	Hol IL	48,81	12	Heerenveen	13.03.2004
19	Lise Hølland	05.10.00	Sandnes SK	48,83	1	Stavanger SA	06.02.2013
20	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Sand IF	48,87	13	Heerenveen	30.01.2015

### 1000 m

1	Camilla Kvamme	12.08.00	Bergen SK	1.34,62	1	Hamar V	02.03.2013
2	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	1.35,10	2	Hamar V	22.01.2009
3	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	1.35,2	1	Hamar V	10.12.2005
4	Helene Tvetter	15.07.83	IF Fram	1.36,5	1	Hamar V	27.01.1996
5	Malin Øverjordet	12.01.02	Sør-Fron IL	1.36,95	1	Hamar V	01.03.2014
6	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Sand IF	1.37,06	1	Hamar V	21.02.2015
7	Sofie Ulset	16.01.04	Bjugn/Ørland SK	1.37,52	1	Hamar V	05.03.2016
8	Selma Bø Lysø	04.12.00	Kongsvinger SK	1.38,08	2	Hamar V	02.03.2013
9	Connie Fillingner Hovde	25.11.91	Jevnaker IF	1.38,62	1	Hamar V	28.02.2004
10	Marilén Brattgjerd	18.07.05	Spk Falken	1.38,85	1	Hamar V	20.01.2018
11	Amanda Bø Lysø	23.05.03	Kongsvinger SK	1.39,00	2	Hamar V	21.02.2015
12	Hanne Verling	14.08.91	Herkules SK	1.39,01	1	Hamar V	28.12.2003
13	<b>Latika Syambudurai</b>	<b>23.01.10</b>	<b>Geithus IL</b>	<b>1.39,15</b>	<b>1</b>	<b>Hamar V</b>	<b>20.02.2022</b>
14	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	1.39,19	1	Hamar V	03.02.2007
15	Ida Kvikstad Skoglund	08.07.89	Skreia SK Toten	1.39,2	1	Hamar V	05.02.2002
-	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	1.39,20	2	Hamar V	28.02.2004
17	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	1.39,25	2	Hamar V	03.02.2007
18	Gina Engebråten	19.09.01	Sand IF	1.39,45	2	Hamar V	01.03.2014
19	Hanna Engebråten	08.04.04	Sand IF	1.39,68	2	Hamar V	05.03.2016
20	Julie Lu Sæggrov Aske	16.08.02	SSSK	1.39,75	1	Stavanger SA	10.12.2014

### 1500 m

1	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	2.24,39	1	Hamar V	18.01.2009
2	Camilla Kvamme	12.08.00	Bergen SK	2.25,80	1	Hamar V	03.03.2013
3	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	2.27,63	1	Hamar V	22.01.2006
4	Julie Lu Sæggrov Aske	16.08.02	SSSK	2.29,23	1	Stavanger SA	22.03.2015
5	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	2.29,40	1	Hamar V	04.02.2007
6	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	2.29,85	2	Hamar V	04.02.2007
7	Rannei Skaali	12.12.94	Arendal SK	2.30,19	3	Hamar V	04.02.2007
8	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Sand IF	2.30,23	1	Hamar V	22.02.2015
9	Malin Øverjordet	12.01.02	Sør-Fron IL	2.31,52	1	Hamar V	02.03.2014
10	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	2.32,14	1	Hamar V	29.02.2004
11	Malin Wangen Evjevik	04.09.94	Sør-Fron IL	2.35,0	1	Hamar V	26.02.2007
12	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	2.35,07	2	Hamar V	18.01.2009
13	Synne Moen Bredalslien	06.10.99	Tynset IF	2.35,77	1	Hamar V	04.03.2012
14	Hege Bøkkø	05.09.91	Hol IL	2.35,95	2	Hamar V	29.02.2004
15	Ida Kvikstad Skoglund	08.07.89	Skreia SK Toten	2.36,67	1	Hamar V	10.02.2002
-	Ane By Farstad	31.03.00	Spk Falken	2.36,67	2	Hamar V	04.03.2012
17	Selma Bø Lysø	04.12.00	Kongsvinger SK	2.36,80	1	Hamar V	17.12.2012
18	Marilén Brattgjerd	18.07.05	Spk Falken	2.36,85	1	Hamar V	21.01.2018
19	Hanne Verling	14.08.91	Herkules SK	2.37,25	3	Hamar V	29.02.2004
20	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	2.37,41	3	Hamar V	04.03.2012

## Jenter 12 år

### 500 m

1	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	44,13	3	Heerenveen	26.02.2010
2	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	44,61	1	Hamar V	03.02.2007
3	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	44,76	4	Heerenveen	10.03.2007
4	Selma Bø Lysø	04.12.00	Kongsvinger SK	45,25	1	Hamar V	01.03.2014
5	Connie Fillinger Hovde	25.11.91	Jevnaker IF	45,49	5	Heerenveen	04.03.2005
6	Tina Hauger Brufladt	08.09.01	Kongsvinger SK	45,71	1	Hamar V	14.02.2015
7	Ane By Farstad	31.03.00	Spk Falken	45,73	1	Hamar V	02.03.2013
8	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	45,87	7	Heerenveen	05.03.2005
9	Helene Tveter	15.07.83	IF Fram	46,0	1	Hamar V	19.01.1997
10	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	46,07	8	Heerenveen	07.03.2008
-	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	46,07	8	Heerenveen	08.03.2008
-	Stella Nilsen	12.04.06	Arendal SK	46,07	1	Stavanger SA	17.03.2019
13	Aline Holbø Dyrset	21.05.06	Trondhjems SK	46,08	11	Heerenveen	02.03.1019
14	Mona Fuglstad	09.07.69	Hol IL	46,1	1	Hol	24.02.1983
15	Gina Engebråten	19.09.01	Sand IF	46,11	8	Heerenveen	30.01.2015
16	Julie Nistad Samsonsen	05.04.00	Fana IL	46,14	9	Heerenveen	16.03.2013
17	Sofie Ulset	16.01.04	Bjugn/Ørland SK	46,15	10	Heerenveen	04.03.2017
18	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	46,17	8	Heerenveen	12.03.2004
19	Martine Ripsrud	31.10.95	Stange SK	46,19	13	Heerenveen	13.03.2009
20	Johanne Øyen Aas	29.08.03	Aktiv SK	46,42	1	Hamar V	22.01.2017

### 1000 m

1	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	1.29,59	1	Hamar V	20.02.2010
2	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	1.30,62	1	Hamar V	03.02.2007
3	Selma Bø Lysø	04.12.00	Kongsvinger SK	1.31,02	1	Hamar V	01.03.2014
4	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Sand IF	1.31,75	1	Hamar V	05.03.2016
5	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	1.31,89	1	Hamar V	19.01.2008
6	Camilla Kvamme	12.08.00	Bergen SK	1.32,09	2	Hamar V	01.03.2014
7	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	1.32,15	5	Heerenveen	13.03.2004
8	Ane By Farstad	31.03.00	Spk Falken	1.32,38	1	Hamar V	02.03.2013
9	Connie Fillinger Hovde	25.11.91	Jevnaker IF	1.32,68	1	Hamar V	26.02.2005
-	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	1.32,68	6	Heerenveen	05.03.2005
11	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	1.32,75	8	Heerenveen	27.02.2010
12	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	1.32,78	2	Hamar V	02.03.2013
13	Malin Øverjordet	12.01.02	Sør-Fron IL	1.32,91	1	Hamar V	03.01.2015
14	Julie Nistad Samsonsen	05.04.00	Fana IL	1.33,07	3	Hamar V	02.03.2013
15	Vilde Semb	10.07.05	TT	1.33,14	1	Hamar V	05.01.2019
16	Stella Nilsen	12.04.06	Arendal SK	1.33,27	1	Stavanger SA	17.03.2019
17	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	1.33,29	2	Hamar V	19.01.2008
18	Nora Tveit	19.12.02	SSSK	1.33,38	1	Stavanger SA	27.02.2016
19	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	1.33,48	9	Heerenveen	10.03.2007
20	Tina Hauger Brufladt	08.09.01	Kongsvinger SK	1.33,66	1	Stavanger SA	21.03.2015

### 1500 m

1	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	2.17,83	1	Hamar V	21.02.2010
2	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	2.19,25	1	Hamar V	20.01.2008
3	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	2.20,48	1	Hamar V	04.02.2007
4	Selma Bø Lysø	04.12.00	Kongsvinger SK	2.20,74	1	Hamar V	02.03.2014
5	Ane By Farstad	31.03.00	Spk Falken	2.22,22	1	Hamar V	03.03.2013
6	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	2.22,23	2	Hamar V	03.03.2013
7	Julie Lu Sæggrov Aske	16.08.02	SSSK	2.22,38	1	Stavanger SA	12.03.2016
8	Rannei Skaali	12.12.94	Arendal SK	2.22,99	2	Hamar V	20.01.2008
9	Camilla Kvamme	12.08.00	Bergen SK	2.23,07	2	Hamar V	02.03.2014
10	Nora Tveit	19.12.02	SSSK	2.23,09	1	Stavanger SA	02.03.2016
11	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	2.23,88	1	Hamar V	27.02.2005
12	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Sand IF	2.24,22	1	Hamar V	24.11.2015
13	Malin Øverjordet	12.01.02	Sør-Fron IL	2.24,23	1	Hamar V	22.02.2015
14	Tina Hauger Brufladt	08.09.01	Kongsvinger SK	2.25,65	2	Hamar V	14.02.2015
15	Lene Hoberg	26.10.97	Stange SK	2.25,85	1	Hamar V	06.03.2011
16	Vilde Semb	10.07.05	TT	2.25,87	1	Hamar V	18.11.2018
17	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	2.26,38	2	Hamar V	21.02.2010
18	Nini Mauseth	28.09.04	Hamar IL	2.26,73	1	Hamar V	21.01.2018
19	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	2.26,83	3	Hamar V	20.01.2008
20	Maren Haugli	03.03.85	Jevnaker IF	2.27,14	1	Hamar V	22.03.1998

### 3000 m

1	Nora Tveit	19.12.02	SSSK	4.58,78	3	Stavanger SA	12.03.2016
2	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	5.07,6	1	Geithus	23.02.2008
3	Malin Øverjordet	12.01.02	Sør-Fron IL	5.08,94	1	Stavanger SA	21.03.2015
4	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	5.09,70	-	Hamar V	29.11.2009
5	Lise Hølland	05.10.00	SSSK	5.12,46	1	Stavanger SA	29.03.2014

6	Rannei Skaali	12.12.94	Arendal SK	5.13,44	1	Arendal Myra	27.01.2008
7	Maria Helen Andreassen	13.11.99	Stavanger SK	5.16,05	1	Stavanger SA	20.03.2013
8	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	5.16,5	1	Trondheim L	26.02.2007
9	Julie Lu Sægrov Aske	16.08.02	SSSK	5.18,01	1	Stavanger SA	06.12.2015
10	Oline Anspach Klippen	29.03.02	Fana IL	5.20,48	2	Stavanger SA	21.03.2015
11	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	5.22,42	1	Bjugn FH	16.03.2008
12	Pauline Lysø Olsen	29.10.07	Bjugn/Ørland SK	5.24,32	3	Bjugn FH	10.03.2021
13	Synne Moen Bredalslien	06.10.99	Tynset IF	5.25,70	1	Bjugn FH	17.03.2013
14	Linnea Marie Stålvik Søfteland	08.10.02	Asker SK	5.29,82	4	Stavanger SA	12.03.2016
15	Camilla Kvamme	12.08.00	Bergen SK	5.33,20	1	Bergen SI	21.01.2014
16	Ingvild Leandersen	04.08.02	Asker SK	5.34,42	1	Stavanger SA	12.03.2016
17	Aline Holbø Dyrset	21.05.06	Trondhjems SK	5.36,87	2	Bjugn FH	06.04.2019
18	Åse Marie Dahn	05.02.06	Fana IL	5.38,99	2	Stord	02.02.2019
19	Ingeborg Winther Storler	17.08.98	Leinstrand IL	5.41,79	4	Bjugn FH	18.03.2012
20	Amalie Ulset	13.09.00	Bjugn/Ørland SK	5.41,95	1	Bjugn FH	16.03.2014

## Jenter 13 år

### 500 m

1	Pauline Lysø Olsen	29.10.07	Bjugn/Ørland SK	43,29	2	Heerenveen	05.03.2022
2	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	43,31	1	Stavanger SA	12.02.2011
3	Ane By Farstad	31.03.00	Spk Falken	43,72	5	Heerenveen	07.03.2014
4	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	43,73	6	Hamar V	10.01.2009
5	Martine Ripsrud	31.10.95	Stange SK	43,85	7	Hamar V	02.01.2010
6	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	43,96	2	Heerenveen	04.03.2005
7	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	44,0	2	Hamar V	17.01.2008
8	Julie Nistad Samsonsen	05.04.00	Fana IL	44,07	17	Stavanger SA	18.01.2014
-	Anne Sofie Birkedal	08.08.07	Asker SK	44,07	4	Heerenveen	05.03.2022
10	Rikke Jeppsson	12.09.88	Nesodden IF	44,24	1	Hamar V	01.03.2003
11	Aline Holbø Dyrset	21.05.06	Trondhjems SK	44,28	2	Hamar V	08.03.2020
12	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	44,29	6	Heerenveen	08.03.2008
-	Nini Mauseth	28.09.04	Hamar IL	44,29	3	Stavanger SA	16.03.2019
14	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	44,31	11	Heerenveen	14.03.2009
15	Vilde Semb	10.07.05	TT	44,41	13	Heerenveen	29.02.2020
16	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	44,45	12	Heerenveen	10.03.2006
17	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	44,50	10	Heerenveen	18.03.2011
18	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	44,60	12	Heerenveen	14.03.2009
-	Gina Engebråten	19.09.01	Sand IF	44,60	2	Hamar V	06.03.2016
20	Sofie Ulset	16.01.04	Bjugn/Ørland SK	44,64	1	Stavanger SA	10.03.2018

### 1000 m

1	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	1.26,62	6	Hamar V	09.01.2011
2	Vilde Semb	10.07.05	TT	1.27,37	10	Heerenveen	29.02.2020
3	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	1.27,69	2	Heerenveen	04.03.2005
4	Pauline Lysø Olsen	29.10.07	Bjugn/Ørland SK	1.28,22	2	Heerenveen	05.03.2022
5	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	1.28,37	5	Heerenveen	08.03.2008
6	Ane By Farstad	31.03.00	Spk Falken	1.28,43	5	Heerenveen	07.03.2014
7	Rikke Jeppsson	12.09.88	Nesodden IF	1.28,66	1	Heerenveen	15.03.2003
8	Amanda Skoglund Kjelstad	03.09.90	Skreia SK Toten	1.28,68	4	Heerenveen	04.03.2005
9	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	1.28,71	10	Heerenveen	14.03.2009
10	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	1.28,75	8	Heerenveen	07.03.2014
11	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	1.29,0	1	Hamar V	17.01.2008
12	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	1.29,10	7	Heerenveen	18.03.2011
13	Nini Mauseth	28.09.04	Hamar IL	1.29,20	3	Stavanger SA	17.03.2019
14	Connie Fillinger Hovde	25.11.91	Jevnaker IF	1.29,24	1	Hamar V	05.02.2006
15	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	1.29,27	8	Heerenveen	13.03.2009
16	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	1.29,29	2	Hamar V	05.02.2006
17	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	1.29,48	10	Heerenveen	13.03.2009
18	Camilla Kvamme	12.08.00	Bergen SK	1.29,52	12	Heerenveen	31.01.2015
19	Helene Tveter	15.07.83	IF Fram	1.29,60	1	Hamar V	11.01.1998
20	Anne Sofie Birkedal	08.08.07	Asker SK	1.29,63	4	Heerenveen	04.03.2022

### 1500 m

1	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	2.15,27	2	Hamar V	17.01.2009
2	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	2.15,89	5	Hamar V	23.02.2014
3	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	2.16,57	1	Stavanger SA	12.02.2011
4	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	2.16,59	2	Stavanger SA	12.02.2011
5	Pauline Lysø Olsen	29.10.07	Bjugn/Ørland SK	2.17,30	2	Stavanger SA	26.03.2022
6	Vilde Semb	10.07.05	TT	2.17,69	11	Inzell	22.12.2019
7	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	2.17,79	3	Hamar V	17.01.2009
8	Ane By Farstad	31.03.00	Spk Falken	2.18,10	2	Hamar V	05.01.2014
9	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	2.18,48	1	Hamar V	19.01.2008
10	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	2.18,63	1	Hamar V	04.02.2006

11	Rannei Skaali	12.12.94	Arendal SK	2.18,81	4	Hamar V	17.01.2009
12	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	2.19,37	2	Hamar V	19.01.2008
13	Maiken Nervik	27.12.92	Elverum IL	2.19,4	1	Hamar V	01.03.2007
14	Nini Mauseth	28.09.04	Hamar IL	2.19,50	2	Stavanger SA	16.03.2019
15	Ina Nakken	19.03.05	TT	2.19,56	3	Stavanger SA	16.03.2019
16	Helene Tveter	15.07.83	IF Fram	2.19,7	1	Hamar V	18.01.1998
17	Selma Bø Lysø	04.12.00	Kongsvinger SK	2.19,72	14	Hamar V	25.10.2014
18	Aline Holbø Dyrset	21.05.06	Trondhjems SK	2.20,32	4	Hamar V	07.03.2020
19	Anne Sofie Birkedal	08.08.07	Asker SK	2.20,37	3	Hamar V	19.02.2022
20	Julie Berg Sjøbrend	07.06.02	Aktiv SK	2.20,52	2	Hamar V	05.03.2016

### 3000 m

1	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	4.41,94	1	Hamar V	18.01.2009
2	Rannei Skaali	12.12.94	Arendal SK	4.49,27	2	Hamar V	18.01.2009
3	Ina Nakken	19.03.05	TT	4.51,62	2	Stavanger SA	17.03.2019
4	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	4.51,94	5	Hamar V	22.02.2014
5	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	4.52,83	8	Hamar V	26.02.2011
6	Pauline Lysø Olsen	29.10.07	Bjugn/Ørland SK	4.53,51	2	Stavanger SA	27.03.2022
7	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	4.54,48	4	Hamar V	18.01.2009
8	Dina Storelid	15.12.03	Stord IL	4.54,75	1	Stavanger SA	11.03.2018
9	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	4.55,32	7	Bjugn FH	06.02.2011
10	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	4.55,62	5	Hamar V	18.01.2009
11	Julie Sofie Lund Rauan	15.04.91	IF Fram	4.55,80	1	Hamar V	27.02.2005
12	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	4.56,02	1	Hamar V	20.01.2008
13	Helene Tveter	15.07.83	IF Fram	4.57,41	1	Hamar V	21.03.1998
14	Camilla Lund	12.11.94	Leinstrand IL	4.57,58	6	Hamar V	18.01.2009
15	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	4.58,60	2	Stavanger SA	11.03.2018
16	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	4.59,68	4	Hamar V	22.01.2006
17	Vilde Semb	10.07.05	TT	5.01,49	1	Bjugn FH	16.02.2020
18	Nora Tveit	19.12.02	SSSK	5.01,61	1	Stavanger SA	29.01.2017
19	Åse Marie Dahn	05.02.06	Fana IL	5.02,88	2	Bjugn FH	16.02.2020
20	Lise Hølland	05.10.00	SSSK	5.03,00	4	Stavanger SA	04.03.2015

### 5000 m

1	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	8.27,33	7	Hamar V	11.01.2009
2	Rannei Skaali	12.12.94	Arendal SK	8.32,27	11	Hamar V	11.01.2009
3	Lise Hølland	05.10.00	SSSK	8.45,82	4	Stavanger SA	21.03.2015
4	Stella Nilsen	12.04.06	Arendal SK	9.03,84	1	Arendal M	05.03.2020
5	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	9.08,3	1	Bergen SI	21.02.2006
6	Milla Grønvold Andersen	05.05.08	Drammens SK	9.15,31	1	GeithusF	11.12.2021
7	Thérèse Verheyleweghen	13.01.94	Båstad IL SK	9.28,7	1	Båstad	13.03.2008
8	Linnea Marie Stålvik Søfteland	08.10.02	Asker SK	9.33,90	4	Stavanger SA	19.03.2017
9	Karen Skaali	27.09.91	Arendal SK	9.34,90	3	Oslo VH	05.03.2006
10	Elle Borgen Steen	20.06.08	Fana IL	10.30,22	1	Bergen SI	26.02.2022

### Jenter 14 år

#### 500 m

1	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	41,68	1	Hamar V	20.02.2010
2	Martine Solem	24.05.07	Bjugn/Ørland SK	41,90	1	Stavanger SA	26.03.2022
3	Ane By Farstad	31.03.00	Spk Falken	41,95	32	Calgary	20.03.2015
4	Julie Nistad Samsonsen	05.04.00	Fana IL	42,25	1	Stavanger SA	22.03.2015
5	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	42,78	1	Hamar V	03.03.2012
6	Sofie Ulset	16.01.04	Bjugn/Ørland SK	42,84	9	Heerenveen	02.03.2019
7	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	42,91	14	Calgary	21.03.2010
8	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	42,94	1	Hamar V	17.01.2009
9	Carina Jagtøyen	05.05.98	Leinstrand IL	43,18	1	Hamar V	02.03.2013
10	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	43,26	5	Hamar V	10.01.2009
11	Vilde Baas	30.08.00	Dølemlø IL	43,35	10	Heerenveen	27.02.2016
12	Aurora Løvås	14.03.05	Nord-Odal IL	43,50	9	Inzell	21.12.2019
13	Martine Ripsrud	31.10.95	Stange SK	43,51	8	Hamar V	09.01.2011
14	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	43,52	12	Heerenveen	27.02.2010
15	Maria Netland Rabbe	05.05.01	Fana IL	43,61	8	Stavanger SA	13.02.2016
16	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	43,63	7	Hamar V	10.03.2012
17	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	43,64	9	Heerenveen	11.03.2006
18	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	43,72	1	Stavanger SA	16.03.2019
19	Helene Tveter	15.07.83	IF Fram	43,78	3	Heerenveen	06.03.1999
20	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	43,80	2	Hamar V	21.02.2015

#### 1000 m

1	Ane By Farstad	31.03.00	Spk Falken	1.23,81	29	Calgary	19.03.2015
2	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	1.23,87	12	Calgary	20.03.2010
3	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	1.25,02	1	Stavanger SA	17.03.2019
4	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	1.25,10	4	Heerenveen	26.02.2010
5	Martine Solem	24.05.07	Bjugn/Ørland SK	1.25,12	1	Hamar V	20.02.2022



6	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	1.25,60	6	Hamar V	10.03.2012
7	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	1.25,81	1	Hamar V	15.02.2015
8	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	1.25,84	1	Hamar V	10.12.2011
9	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	1.25,88	1	Hamar V	18.01.2009
10	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	1.25,99	2	Heerenveen	10.03.2006
11	Julie Nistad Samsonsen	05.04.00	Fana IL	1.26,36	1	Stavanger SA	22.03.2015
12	Camilla Lund	12.11.94	Leinstrand IL	1.27,10	4	Hamar V	28.02.2010
13	Helene Tveter	15.07.83	IF Fram	1.27,11	1	Heerenveen	05.03.1999
14	Vilde Semb	10.07.05	TT	1.27,42	12	Hamar V	01.11.2020
15	Carina Jagtøyen	05.05.98	Leinstrand IL	1.27,56	7	Heerenveen	15.03.2013
16	Sofie Ulset	16.01.04	Bjugn/Ørland SK	1.27,57	11	Heerenveen	01.03.2019
17	Dina Storelid	15.12.03	Stord IL	1.27,59	82	Calgary	16.03.2019
18	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	1.27,61	6	Erfurt	05.12.2009
19	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	1.27,62	1	Hamar V	22.01.2009
20	Aurora Løvås	14.03.05	Nord-Odal IL	1.27,70	11	Heerenveen	28.02.2020

### 1500 m

1	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	2.08,20	2	Calgary	17.03.2010
2	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	2.09,45	1	Hamar V	20.02.2010
3	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	2.11,75	1	Hamar V	21.02.2015
4	Aurora Løvås	14.03.05	Nord-Odal IL	2.11,85	10	Heerenveen	29.02.2020
5	Martine Solem	24.05.07	Bjugn/Ørland SK	2.11,87	4	Heerenveen	05.03.2022
6	Ane By Farstad	31.03.00	Spk Falken	2.12,02	2	Hamar V	21.02.2015
7	Camilla Lund	12.11.94	Leinstrand IL	2.12,95	2	Hamar V	20.02.2010
8	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	2.12,99	1	Hamar V	04.02.2006
9	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	2.13,07	1	Stavanger SA	16.03.2019
10	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	2.13,09	4	Berlin S	04.12.2011
11	Dina Storelid	15.12.03	Stord IL	2.13,72	79	Calgary	17.03.2019
12	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	2.13,77	1	Hamar V	17.01.2009
13	Camilla Hallås Farestveit	05.12.89	Bergen SK	2.14,23	5	Heerenveen	05.03.2005
14	Ina Nakken	19.03.05	TT	2.14,26	11	Heerenveen	29.02.2020
15	Helene Tveter	15.07.83	IF Fram	2.14,40	1	Heerenveen	06.03.1999
16	Carina Jagtøyen	05.05.98	Leinstrand IL	2.14,59	1	Hamar V	02.03.2013
17	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	2.14,84	7	Hamar V	26.02.2012
18	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	2.14,92	11	Heerenveen	27.02.2010
19	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Nord-Odal IL	2.15,21	6	Heerenveen	03.03.2018
20	Kine Hasle	13.07.90	Asker SK	2.15,86	2	Hamar V	04.02.2006

### 3000 m

1	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	4.32,80	1	Hamar V	21.02.2010
2	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	4.33,36	2	Hamar V	21.02.2010
3	Camilla Lund	12.11.94	Leinstrand IL	4.35,62	3	Hamar V	21.02.2010
4	Martine Solem	24.05.07	Bjugn/Ørland SK	4.38,27	1	Stavanger SA	27.03.2022
5	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	4.41,53	1	Hamar V	22.02.2015
6	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	4.41,65	1	Stavanger SA	17.03.2019
7	Julie Sofie Lund Rauan	15.04.91	IF Fram	4.43,47	1	Hamar V	22.01.2006
8	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	4.45,93	4	Hamar V	11.03.2012
9	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	4.46,57	2	Hamar V	22.01.2006
10	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	4.46,65	4	Hamar V	21.02.2010
11	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Nord-Odal IL	4.46,96	1	Hamar V	20.01.2018
12	Aurora Løvås	14.03.05	Nord-Odal IL	4.47,02	1	Bjugn FH	16.02.2020
13	Helene Tveter	15.07.83	IF Fram	4.47,39	1	Hamar V	23.01.1999
14	Dina Storelid	15.12.03	Stord IL	4.48,31	56	Calgary	15.03.2019
15	Camilla Hallås Farestveit	05.12.89	Bergen SK	4.48,36	10	Moskva Kry	11.12.2004
16	Cathrine Hoff	12.07.86	Sandefjord SK	4.48,53	40	Calgary	22.03.2002
17	Carina Jagtøyen	05.05.98	Leinstrand IL	4.49,29	1	Hamar V	03.03.2013
18	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	4.49,92	3	Hamar V	18.01.2009
19	Ingvild Hellem	22.09.93	Bjugn/Ørland SK	4.50,21	9	Hamar V	10.01.2009
20	Kari-Celine Reiss-Jacobsen	10.12.02	SSK Toten	4.50,91	4	Hamar V	17.12.2017

### 5000 m

1	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	8.08,44	3	Hamar V	25.10.2009
2	Camilla Lund	12.11.94	Leinstrand IL	8.11,34	1	Bjugn FH	14.03.2010
3	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	8.11,51	8	Stavanger SA	15.03.2015
4	Malin Øverjordet	12.01.02	Sør-Fron IL	8.31,35	1	Stavanger SA	19.03.2017
5	Hanna Svenni	05.05.02	Asker SK	8.36,55	2	Stavanger SA	19.03.2017
6	Arwen Szygenda	30.06.02	Sør-Fron IL	8.37,76	3	Stavanger SA	19.03.2017
7	Ina Nakken	19.03.05	TT	8.39,12	1	Hamar V	29.12.2019
8	Åse Marie Dahn	05.02.06	Fana IL	8.43,46	1	Bergen SI	14.03.2021
9	Lise Hølland	05.10.00	SSSK	8.45,56	1	Stavanger SA	12.03.2016
10	Julie Sofie Lund Rauan	15.04.91	IF Fram	8.49,26	2	Larvik	25.02.2006
11	Marthe Skaali	15.08.89	Arendal SK	8.53,69	4	Hamar V	06.03.2005
12	Katrine Haug	03.08.98	Drammens SK	9.06,39	1	Stavanger SA	30.03.2014

13	Thérèse Verheyleweghen	13.01.94	Båstad IL SK	9.11,39	1	Båstad	10.03.2009
14	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	9.23,26	8	Gol	20.12.2008
15	Pernille Løvestad Skolem	08.01.06	H&BSK	9.28,58	2	Tønsberg	09.01.2021
16	Linda Johansen	03.09.84	Sør-Fron IL	9.52,6	1	Hundorp	12.01.2000
17	Elisabeth Lien Fjeld	04.01.91	Båstad IL SK	10.02,2	1	Båstad	19.03.2006
18	Gro-Berit Møller	29.01.64	Kolbotn IL	10.22,2	1	Kolbotn	22.02.1979
19	Eline Husmo-Pettersen	25.08.97	Drammens SK	10.35,04	1	Geithus	13.03.2013
20	Anne-Berit Knudsen	27.05.90	Geithus IL	10.51,5	1	Geithus	12.03.2005

## Jenter 15 år

### 500 m

1	Julie Nistad Samsonsen	05.04.00	Fana IL	41,34	5	Heerenveen	26.02.2016
2	Hege Bøkkø	05.09.91	Hol IL	41,43	3	Heerenveen	08.03.2008
3	Martine Ripsrud	31.10.95	Stange SK	41,60	4	Heerenveen	17.03.2012
-	Ane By Farstad	31.03.00	Leinstrand IL	41,60	6	Heerenveen	27.02.2016
5	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	41,78	3	Stavanger SA	01.02.2020
6	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	42,04	8	Stavanger SA	15.12.2012
7	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	42,08	3	Hamar V	28.11.2009
8	Helene Tveter	15.07.83	IF Fram	42,25	26	Calgary	19.03.2000
9	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	42,27	1	Stavanger SA	12.03.2011
10	Carina Jagtøyen	05.05.98	Leinstrand IL	42,43	6	Hamar V	08.02.2014
11	Sofie Ulset	16.01.04	Bjugn/Ørland SK	42,65	11	Heerenveen	29.02.2020
12	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	42,69	9	Heerenveen	08.03.2008
13	Vilde Semb	10.07.05	TT	42,79	41	Inzell	05.12.2021
-	Aline Holbø Dyrset	21.05.06	Leinstrand IL	42,79	2	Hamar V	20.02.2022
15	Vilde Baas	30.08.00	Dølemo IL	42,83	10	Heerenveen	03.03.2017
16	Aurora Løvås	14.03.05	Nord-Odal IL	42,86	6	Hamar V	31.10.2020
17	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	42,89	1	Hamar V	26.02.2011
18	Maiken Nervik	27.12.92	Hamar IL	42,91	10	Hamar V	01.11.2008
19	Jenny Mathilde Nordby	22.04.90	H&BSK	42,97	6	Heerenveen	10.03.2006
20	Gina Engebråten	19.09.01	Sand IF	43,16	11	Heerenveen	03.03.2018

### 1000 m

1	Helene Tveter	15.07.83	IF Fram	1.22,55	19	Calgary	18.03.2000
2	Martine Ripsrud	31.10.95	Stange SK	1.23,07	2	Hamar V	10.03.2012
3	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	1.23,12	6	Inzell	22.12.2019
4	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	1.23,43	6	Heerenveen	27.02.2016
5	Hege Bøkkø	05.09.91	Hol IL	1.23,48	3	Heerenveen	07.03.2008
6	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	1.23,95	1	Hamar V	09.01.2011
7	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	1.24,30	2	Hamar V	29.11.2009
8	Ane By Farstad	31.03.00	Leinstrand IL	1.24,35	4	Heerenveen	26.02.2016
9	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	1.24,36	2	Hamar V	09.01.2011
10	Vilde Semb	10.07.05	TT	1.24,47	2	Hamar V	21.11.2021
11	Kari-Celine Reiss-Jacobsen	10.12.02	SSK Toten	1.24,52	1	Stavanger SA	17.03.2019
12	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	1.24,79	1	Hamar V	03.03.2013
13	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	1.25,20	3	Hamar V	22.10.2006
14	Carina Jagtøyen	05.05.98	Leinstrand IL	1.25,23	7	Hamar V	09.02.2014
15	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	1.25,44	3	Hamar V	12.01.2008
16	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	1.25,77	1	Hamar V	10.02.2013
17	Julie Lu Sægvov Aske	16.08.02	SSSK	1.25,83	2	Stavanger SA	17.03.2019
18	Aline Holbø Dyrset	21.05.06	Leinstrand IL	1.25,93	3	Hamar V	20.02.2022
19	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Nord-Odal IL	1.26,13	1	Stavanger SA	17.02.2019
20	Maren Haugli	03.03.85	Jevnaker IF	1.26,31	1	Hamar V	28.01.2001

### 1500 m

1	Vilde Semb	10.07.05	TT	2.05,01	16	Inzell	05.12.2021
2	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	2.06,08	6	Heerenveen	29.02.2020
3	Hege Bøkkø	05.09.91	Hol IL	2.07,60	4	Heerenveen	08.03.2008
4	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	2.08,34	4	Heerenveen	26.02.2016
5	Helene Tveter	15.07.83	IF Fram	2.09,11	22	Calgary	17.03.2000
6	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	2.09,39	1	Stavanger SA	12.02.2011
7	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	2.09,55	1	Hamar V	02.03.2013
8	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	2.09,79	1	Hamar V	08.01.2011
9	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	2.09,82	3	Hamar V	07.10.2006
10	Dina Storelid	15.12.03	Stord IL	2.11,14	15	Heerenveen	29.02.2020
11	Ane By Farstad	31.03.00	Leinstrand IL	2.11,19	8	Heerenveen	27.02.2016
12	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Nord-Odal IL	2.11,30	2	Stavanger SA	17.03.2019
13	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	2.11,46	12	Stavanger SA	16.12.2012
14	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	2.11,61	8	Heerenveen	27.02.2010
15	Kari-Celine Reiss-Jacobsen	10.12.02	SSK Toten	2.11,69	1	Stavanger SA	16.03.2019
16	Maren Haugli	03.03.85	Jevnaker IF	2.11,81	2	Hamar V	27.01.2001
17	Julie Lu Sægvov Aske	16.08.02	SSSK	2.12,42	7	Heerenveen	02.03.2019

18	Aurora Løvås	14.03.05	Nord-Odal IL	2.12,91	10	Hamar V	30.10.2020
19	Martine Ripsrud	31.10.95	Stange SK	2.13,27	13	Heerenveen	17.03.2012
20	Camilla Hallås Farestveit	05.12.89	Bergen SK	2.13,34	7	Heerenveen	11.03.2006

### 3000 m

1	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	4.29,96	4	Heerenveen	27.02.2016
2	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	4.30,06	1	Stavanger SA	13.02.2011
3	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	4.30,49	5	Inzell	22.12.2019
4	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	4.32,12	2	Hamar V	09.01.2011
5	Julie Sofie Lund Rauan	15.04.91	IF Fram	4.34,90	10	Calgary	13.08.2006
6	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	4.36,10	9	Stavanger SA	15.12.2012
7	Kari-Celine Reiss-Jacobsen	10.12.02	SSK Toten	4.37,92	1	Stavanger SA	17.03.2019
8	Aurora Løvås	14.03.05	Nord-Odal IL	4.38,04	9	Hamar V	06.03.2021
9	Camilla Hallås Farestveit	05.12.89	Bergen SK	4.38,12	1	Hamar V	05.02.2006
10	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	4.38,71	6	Hamar V	08.10.2006
-	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Nord-Odal IL	4.38,71	16	Tomaszow-M.	24.11.2018
12	Hege Bøkkø	05.09.91	Hol IL	4.39,05	1	Hamar V	12.01.2008
13	Mari Hemmer	20.11.83	ASK	4.40,45	1	Hamar V	19.02.2000
14	Ida Hope	26.04.90	Geithus IL	4.40,72	16	Calgary	22.03.2006
15	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	4.41,99	13	Stavanger SA	15.12.2012
16	Maren Haugli	03.03.85	Jevnaker IF	4.42,29	2	Hamar V	28.01.2001
17	Camilla Lund	12.11.94	Leinstrand IL	4.43,31	2	Stavanger SA	13.02.2011
18	Ina Nakken	19.03.05	TT	4.43,38	2	Hamar V	08.08.2020
19	Vilde Semb	10.07.05	TT	4.43,40	3	Hamar V	31.10.2021
20	Marthe Skaali	15.08.89	Arendal SK	4.44,94	2	Hamar V	05.02.2006

### 5000 m

1	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	7.50,60	1	Hamar V	27.02.2011
2	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Nord-Odal IL	7.59,57	2	Stavanger SA	17.03.2019
3	Camilla Lund	12.11.94	Leinstrand IL	8.08,34	5	Hamar V	27.02.2011
4	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	8.10,70	9	Stavanger SA	16.12.2012
5	Camilla Hallås Farestveit	05.12.89	Bergen SK	8.14,21	4	Hamar V	28.12.2005
6	Marthe Skaali	15.08.89	Arendal SK	8.16,33	6	Hamar V	29.01.2006
7	Mari Hemmer	20.11.83	ASK	8.19,3	1	Hamar V	14.12.1999
8	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	8.21,59	5	Oslo Fr	19.12.2010
9	Marte Bjerkreim Furnée	17.06.01	Asker SK	8.21,74	1	Stavanger SA	19.03.2017
10	Ingeborg Espeland	14.06.99	SSSK	8.26,50	1	Stavanger SA	21.03.2015
11	Katrine Haug	03.08.98	Drammens SK	8.27,56	2	Stavanger SA	21.03.2015
12	Maren Charlotte S Jørgensen	10.04.90	Arendal SK	8.30,50	9	Hamar V	29.01.2006
13	Kari-Celine Reiss-Jacobsen	10.12.02	SSK Toten	8.34,38	6	Hamar V	04.11.2018
14	Hege Bøkkø	05.09.91	Hol IL	8.36,16	6	Bjugn FH	16.12.2007
15	Frida van Megen	01.04.89	Båstad IL SK	8.36,89	6	Hamar V	12.12.2004
16	Marte Randine Sundby	18.04.75	AFSK	8.41,28	3	Savalen	30.12.1990
17	Minna Nystedt	11.10.67	IF Fram	8.46,16	9	Lillehammer	18.12.1983
18	Anne Marie Folgerø	18.08.89	Spk Falken	8.46,57	1	Trondheim L	11.03.2006
19	Anne Kari Hansen	15.04.65	IF Fram	8.51,4	5	Larvik	30.11.1980
20	Elisabeth Bjøre	25.09.66	Fagernes IL	8.51,84	8	Oslo VH	02.01.1983

### 10000 m

1	Olina Norheim	22.09.04	Fana IL	18.03,14	2	Bergen S	26.01.2021
2	Katrine Haug	03.08.98	Drammens SK	18.11,70	2	Stavanger SA	22.03.2015
3	Marthe Skaali	15.08.89	Arendal SK	18.23,1	1	Arendal Myra	11.03.2006

### Jenter 16 år

#### 500 m

1	Hege Bøkkø	05.09.91	Hol IL	40,32	1	Heerenveen	13.03.2009
2	Julie Nistad Samsonsen	05.04.00	Fana IL	40,46	1	Stavanger SA	17.03.2017
3	Aurora Løvås	14.03.05	Nord-Odal IL	40,64	19	Inzell	28.11.2021
4	Martine Ripsrud	31.10.95	Stange SK	41,19	1	Hamar V	02.03.2013
5	Ane By Farstad	31.03.00	Spk Falken	41,24	20	Minsk	27.11.2016
6	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	41,32	3	Hamar V	08.02.2014
7	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	41,40	1	Hamar V	19.01.2008
8	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	41,42	1	Stavanger SA	24.02.2021
9	Jenny Mathilde Nordby	22.04.90	H&BSK	41,48	15	Calgary	16.03.2007
10	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	41,50	1	Hamar V	10.01.2009
-	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	41,50	10	Heerenveen	03.03.2017
12	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	41,59	1	Hamar V	15.01.2012
13	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	41,67	2	Hamar V	15.01.2012
14	Karine Udahl	13.07.90	Båstad IL SK	41,92	5	Hamar V	13.10.2007
15	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	42,31	3	Hamar V	15.01.2012
16	Carina Jagtøyen	05.05.98	Leinstrand IL	42,36	9	Hamar V	15.11.2014
17	Maria Netland Rabbe	05.05.01	Fana IL	42,41	1	Stavanger SA	13.01.2018
18	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	42,43	3	Hamar V	27.02.2011

19	Arwen Szygenda	30.06.02	Sør-Fron IL	42,44	1	Stavanger SA	16.03.2019
20	Nille Martha Norhaug Faleide	11.09.92	Gol IL	42,47	14	Calgary	20.03.2010
<b>1000 m</b>							
1	Hege Bøkkø	05.09.91	Hol IL	1.19,04	20	Moskva Kry	18.01.2009
2	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	1.20,11	3	Heerenveen	04.03.2017
3	Aurora Løvås	14.03.05	Nord-Odal IL	1.21,06	17	Inzell	04.12.2021
4	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	1.21,83	4	Hamar V	09.02.2014
5	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	1.21,94	1	Hamar V	20.01.2008
6	Julie Nistad Samsonsen	05.04.00	Fana IL	1.22,31	7	Heerenveen	04.03.2017
7	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	1.22,35	3	Hamar V	05.03.2021
8	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	1.22,52	3	Berlin S	04.12.2011
9	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Nord-Odal IL	1.22,59	6	Heerenveen	29.02.2020
10	Arwen Szygenda	30.06.02	Sør-Fron IL	1.22,63	7	Heerenveen	02.03.2019
11	Jenny Mathilde Nordby	22.04.90	H&BSK	1.22,93	14	Calgary	16.03.2007
12	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	1.22,95	4	Berlin S	04.12.2011
13	Marthe Skaali	15.08.89	Arendal SK	1.22,97	5	Calgary	16.03.2007
14	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	1.23,42	6	Hamar V	09.02.2014
15	Martine Ripsrud	31.10.95	Stange SK	1.23,48	1	Hamar V	10.02.2013
16	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	1.24,01	7	Heerenveen	14.03.2009
17	Ane By Farstad	31.03.00	Spk Falken	1.24,10	1	Hamar V	20.11.2016
18	Anne Gulbrandsen	17.02.94	Eidsvold TF	1.24,64	4	Hamar V	07.11.2010
19	Camilla Hallås Farestveit	05.12.89	Bergen SK	1.24,74	4	Hamar V	05.11.2006
20	Karine Udahl	13.07.90	Båstad IL SK	1.24,75	5	Hamar V	07.10.2007
<b>1500 m</b>							
1	Hege Bøkkø	05.09.91	Hol IL	2.02,43	13	Heerenveen	11.01.2009
2	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	2.03,22	1	Heerenveen	03.03.2017
3	Aurora Løvås	14.03.05	Nord-Odal IL	2.03,57	12	Inzell	05.12.2021
4	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	2.04,92	4	Hamar V	07.03.2021
5	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	2.05,30	2	Berlin S	03.12.2011
6	Arwen Szygenda	30.06.02	Sør-Fron IL	2.06,59	1	Stavanger SA	17.03.2019
7	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	2.07,35	1	Hamar V	10.12.2011
8	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	2.07,51	6	Stavanger SA	18.01.2014
9	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	2.07,55	2	Hamar V	11.01.2009
10	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	2.07,87	3	Heerenveen	07.03.2008
11	Marthe Skaali	15.08.89	Arendal SK	2.08,66	9	Calgary	11.08.2006
12	Ina Nakken	19.03.05	TT	2.08,89	2	Heerenveen	05.03.2022
13	Martine Lilløy Bruun	12.12.96	Sandefjord SK	2.08,97	7	Stavanger SA	18.01.2014
14	Martine Ripsrud	31.10.95	Stange SK	2.09,35	10	Stavanger SA	16.12.2012
15	Maren Haugli	03.03.85	Jevnaker IF	2.09,41	2	Hamar V	02.02.2002
16	Camilla Hallås Farestveit	05.12.89	Bergen SK	2.09,55	7	Hamar V	04.11.2006
17	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Nord-Odal IL	2.09,70	4	Hamar V	03.11.2019
18	Mari Hemmer	20.11.83	ASK	2.10,11	1	Hamar V	29.12.2000
19	Julie Berg Sjøbrend	07.06.02	Aktiv SK	2.10,42	1	Stavanger SA	16.02.2019
20	Hedvig Bjelkevik	18.04.81	Arendal SK	2.11,45	1	Hamar V	25.01.1998
<b>3000 m</b>							
1	Aurora Løvås	14.03.05	Nord-Odal IL	4.19,07	8	Inzell	04.12.2021
2	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	4.19,66	1	Heerenveen	04.03.2017
3	Marthe Skaali	15.08.89	Arendal SK	4.22,63	6	Calgary	13.08.2006
4	Hege Bøkkø	05.09.91	Hol IL	4.24,59	1	Hamar V	03.01.2009
5	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Nord-Odal IL	4.25,11	3	Heerenveen	29.02.2020
6	Ellen Bjertnes	08.12.94	Geithus IL	4.25,90	1	Hamar V	15.01.2012
7	Mari Hemmer	20.11.83	ASK	4.26,82	8	Hamar V	17.02.2001
8	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	4.26,94	3	Hamar V	09.02.2014
9	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	4.29,03	4	Hamar V	06.03.2021
10	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	4.29,31	3	Heerenveen	08.03.2008
11	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	4.29,63	3	Berlin S	04.12.2011
12	Maren Haugli	03.03.85	Jevnaker IF	4.32,04	2	Hamar V	03.02.2002
13	Arwen Szygenda	30.06.02	Sør-Fron IL	4.32,39	1	Stavanger SA	16.03.2019
14	Camilla Hallås Farestveit	05.12.89	Bergen SK	4.32,55	5	Hamar V	05.11.2006
15	Ingrid Håkegård Eichler	07.03.05	SSK Toten	4.34,11	2	Heerenveen	04.03.2022
16	Kari-Celine Reiss-Jacobsen	10.12.02	SSK Toten	4.34,69	8	Heerenveen	29.02.2020
17	Hanne Haugland	07.09.91	Austevoll IK	4.35,00	3	Hamar V	10.01.2009
18	Ina Nakken	19.03.05	TT	4.35,14	3	Heerenveen	05.03.2022
19	Marte Vatn	26.06.95	Spk Falken	4.37,50	3	Hamar V	15.01.2012
20	Martine Ripsrud	31.10.95	Stange SK	4.38,09	8	Hamar V	07.10.2012
<b>5000 m</b>							
1	Aurora Løvås	14.03.05	Nord-Odal IL	7.51,91	3	Stavanger SA	20.03.2022
2	Arwen Szygenda	30.06.02	Sør-Fron IL	7.53,49	1	Stavanger SA	17.03.2019
3	Sofie Karoline Haugen	22.04.95	Sandefjord SK	7.57,39	4	Stavanger SA	06.11.2011
4	Amalie Haugland	06.11.03	Bergen SK	7.58,51	8	Hamar V	07.03.2021



5	Sarah Marie Sanderud	20.07.02	Nord-Odal IL	8.01,97	1	Hamar V	03.11.2019
6	Ingrid Håkegård Eichler	07.03.05	SSK Toten	8.05,41	5	Stavanger SA	20.03.2022
7	Hedvig Bjelkevik	18.04.81	Arendal SK	8.06,72	1	Hamar V	25.01.1998
8	Camilla Wangen Evjevik	18.02.98	Sør-Fron IL	8.07,53	7	Stavanger SA	15.03.2015
9	Frida van Megen	01.04.89	Rakkestad IF	8.08,99	4	Hamar V	29.01.2006
10	Inga Anne Vasaasen	06.12.96	Stange SK	8.10,07	4	Hamar V	20.10.2013
11	Ragne Wiklund	09.05.00	Aktiv SK	8.10,28	4	Bjugn FH	23.10.2016
12	Hege Bøkkø	05.09.91	Hol IL	8.11,03	3	Gol	20.12.2008
13	Ida Njåtun	06.02.91	Asker SK	8.11,55	4	Bjugn FH	16.12.2007
14	Katrine Haug	03.08.98	Drammens SK	8.12,14	1	Stavanger SA	12.03.2016
15	Camilla Lund	12.11.94	Leinstrand IL	8.16,70	7	Stavanger SA	06.11.2011
16	Maren Charlotte S Jørgensen	10.04.90	Arendal SK	8.17,98	2	Hamar V	12.11.2006
17	Ingeborg Espeland	14.06.99	SSSK	8.19,47	5	Stavanger SA	25.10.2015
18	Maria Tønne	07.02.88	Spk Falken	8.19,65	4	Hamar V	12.12.2004
19	Martine Ripsrud	31.10.95	Stange SK	8.22,20	10	Stavanger SA	16.12.2012
20	Gina Engebråten	19.09.01	Nord-Odal IL	8.23,63	5	Hamar V	04.11.2018

## 10000 m

1	Katrine Haug	03.08.98	Drammens SK	17.21,27	1	Stavanger SA	13.03.2016
2	Caroline Hallås Farestveit	12.09.96	Bergen SK	18.11,79	2	Bjugn FH	16.03.2014
3	Olina Norheim	22.09.04	Fana IL	18.55,81	1	Bergen SI	22.01.2022
4	Gro-Berit Møller	29.01.64	Kolbotn IL	19.54,97	1	Savalen	14.03.1981
5	Ellen Stokke	23.11.69	Narvik SK	21.31,73	2	Narvik	25.03.1987