

# NORSK SESONGSTATISTIKK 2022/23 - pr. 16. januar 2023

KI.: K/M30 = Veteran K/M30 o.s.v. - KS/MS = senior, JA<sup>2</sup> = Junior 18 år, JA<sup>1</sup> = Junior 17 år, JB<sup>2</sup> = 16 år, JB<sup>1</sup> = 15 år o.s.v.

Utarbeidet av Roar Eriksen, NSFs Statistikkgruppe

[Korrigeringer / tilføyelser mottas med takk direkte til: roarer@online.no](mailto:roarer@online.no)

Nye perser i sesongen 2022/23 er markert rødt.

## 100 m kvinner (< 12,00)

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type
1	Anne Sofie Birkedal	Asker SK	08.08.07	JC <sup>2</sup>	11,64	Asker R	08.12.2022	L
2	Martine Solem	Bjugn/Ørland SK	24.05.07	JB <sup>1</sup>	11,67	Bjugn FH	19.10.2022	L
3	Pauline Lysø Olsen	Bjugn/Ørland SK	29.10.07	JC <sup>2</sup>	11,76	Bjugn FH	19.10.2022	L
4	Olina Norheim	Fana IL	22.09.04	JA <sup>1</sup>	11,97	Bergen SI	22.11.2022	L

## 500 m kvinner (< 45,50)

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.22
1	Martine Ripsrud	Stange SK	31.10.95	KS	37,90	Calgary	09.12.2022	WC	38,12-22
2	Julie Nistad Samsonsen	Fana IL	05.04.00	KS	38,65	Calgary	16.12.2022	WC	37,94-22
3	Carina Jagtøyen	Leinstrand IL	05.05.98	KS	39,56	Calgary	25.09.2022	Int	40,79-22
4	Ragne Wiklund	Aktiv SK	09.05.00	KS	39,71	Calgary	02.12.2022	TT	39,59-22
5	Aurora Løvås	Nord-Odal IL	14.03.05	JA <sup>1</sup>	40,93	Calgary	02.12.2022	TT	40,64-22
6	Vilde Baas	Dølemlø IL	30.08.00	KS	40,95	Stavanger SA	11.01.2023	L	40,71-22
7	Ane By Farstad	Spk Falken	31.03.00	KS	41,04	Calgary	30.12.2022	TT	40,20-18
8	Martine Solem	Bjugn/Ørland SK	24.05.07	JB <sup>1</sup>	41,08	Hamar V	06.11.2022	Int	41,90-22
9	Arwen Szygenda	Sør-Fron IL	30.06.02	KS	41,31	Hamar V	20.11.2022	Int	42,29-22
10	Marte Bjerkreim Furnée	Asker SK	17.06.01	KS	41,69	Inzell	15.10.2022	Int	40,62-22
11	Julie Berg Sjøbrend	Aktiv SK	07.06.02	KS	41,86	Hamar V	05.11.2022	Int	42,32-22
12	Hanna Svenni	Asker SK	05.05.02	KS	42,22	Hamar V	05.11.2022	Int	43,06-22
13	Sofie Karoline Haugen	Sandefjord SK	22.04.95	KS	42,41	Hamar V	07.01.2023	EM	40,35-17
14	Sofie Ulset	Bjugn/Ørland SK	16.01.04	JA <sup>2</sup>	42,47	Stavanger SA	18.12.2022	Int	42,52-22
15	Aline Holbø Dyrset	Leinstrand IL	15.12.06	JB <sup>2</sup>	42,76	Hamar V	06.11.2022	Int	42,79-22
16	Olina Norheim	Fana IL	22.09.04	JA <sup>1</sup>	42,80	Stavanger SA	15.10.2022	Int	42,83-22
17	Ina Nakken	TT	19.03.05	JA <sup>1</sup>	43,06	Stavanger SA	17.12.2022	Int	43,38-22
18	Pauline Lysø Olsen	Bjugn/Ørland SK	29.10.07	JC <sup>2</sup>	43,14	Hamar V	06.11.2022	Int	43,29-22
19	Victoria Keltie Sætersdal	Bergen SK	27.06.00	KS	43,23	Heerenveen	16.10.2022	Int	42,02-22
20	Anne Sofie Birkedal	Asker SK	08.08.07	JC <sup>2</sup>	43,57	Hamar V	26.11.2022	Int	44,07-22
21	Ellen Bjertnes	Geithus IL	08.12.94	KS	43,58	Geithus F	07.12.2022	L	39,66-16
22	Vilde Semb	TT	10.07.05	JB <sup>2</sup>	43,65	Heerenveen	07.01.2023	EYCM	42,79-22
23	Dina Storelid	Stord IL	15.12.03	JA <sup>2</sup>	43,74	Heerenveen	16.10.2022	Int	43,87-20
24	Kari-Celine Reiss-Jakobsen	SSK Toten	10.12.02	KS	44,06	Inzell	14.10.2022	Int	42,90-20
25	Sarah Marie Sanderud	Nord-Odal IL	20.07.02	KS	44,26	Hamar V	13.08.2022	Int	42,60-22
26	Stella Horka	Arendal SK	12.04.06	JB <sup>2</sup>	44,32	Inzell	10.12.2022	Int	44,88-22
27	Emily Plozicki	Arendal SK	08.02.05	JA <sup>1</sup>	44,58	Stavanger SA	15.10.2022	Int	44,21-22
28	Åse Marie Dahn	Fana IL	05.02.06	JB <sup>2</sup>	45,41	Stavanger SA	15.10.2022	Int	45,70-22
29	Pauliina Klevstuen	OSK	02.06.04	JA <sup>2</sup>	45,45	Hamar V	29.10.2022	NME	46,40-22
30	Linnea Melgårdshagen	Sør-Fron IL	07.10.08	JC <sup>1</sup>	45,46	Heerenveen	07.01.2023	EYCM	46,83-22

## 1000 m kvinner (< 1.32,00)

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.22
1	Martine Ripsrud	Stange SK	31.10.95	KS	1.15,79	Calgary	11.12.2022	WC	1.16,17-22
2	Ragne Wiklund	Aktiv SK	09.05.00	KS	1.16,37	Calgary	18.12.2022	WC	1.14,11-22
3	Julie Nistad Samsonsen	Fana IL	05.04.00	KS	1.17,86	Calgary	11.12.2022	WC	1.17,09-22
4	Carina Jagtøyen	Leinstrand IL	05.05.98	KS	1.19,81	Calgary	24.09.2022	Int	1.20,75-22
5	Ane By Farstad	Spk Falken	31.03.00	KS	1.20,32	Calgary	30.12.2022	TT	1.19,03-22
6	Aurora Løvås	Nord-Odal IL	14.03.05	JA <sup>1</sup>	1.20,79	Inzell	14.10.2022	Int	1.21,06-22
7	Marte Bjerkreim Furnée	Asker SK	17.06.01	KS	1.20,95	Inzell	14.10.2022	Int	1.19,41-22
8	Arwen Szygenda	Sør-Fron IL	30.06.02	KS	1.22,09	Hamar V	20.11.2022	Int	1.22,63-19
9	Hanna Svenni	Asker SK	05.05.02	KS	1.22,45	Hamar V	05.11.2022	Int	1.21,92-22
10	Martine Solem	Bjugn/Ørland SK	24.05.07	JB <sup>1</sup>	1.22,76	Hamar V	30.10.2022	NME	1.25,12-22
11	Vilde Baas	Dølemlø IL	30.08.00	KS	1.23,79	Hamar V	06.11.2022	Int	1.22,91-19
12	Julie Berg Sjøbrend	Aktiv SK	07.06.02	KS	1.24,45	Stavanger SA	17.12.2022	Int	1.23,36-20
13	Ina Nakken	TT	19.03.05	JA <sup>1</sup>	1.24,74	Hamar V	06.11.2022	Int	1.25,81-22
14	Victoria Keltie Sætersdal	Bergen SK	27.06.00	KS	1.25,16	Hamar V	06.11.2022	Int	1.21,41-22
15	Vilde Semb	TT	10.07.05	JB <sup>2</sup>	1.25,38	Hamar V	06.11.2022	Int	1.24,47-22
16	Kari-Celine Reiss-Jakobsen	SSK Toten	10.12.02	KS	1.25,72	Inzell	14.10.2022	Int	1.24,52-19
17	Dina Storelid	Stord IL	15.12.03	JA <sup>2</sup>	1.26,11	Hamar V	06.11.2022	Int	1.26,32-22
18	Sofie Ulset	Bjugn/Ørland SK	16.01.04	JA <sup>2</sup>	1.26,68	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.27,57-19
19	Aline Holbø Dyrset	Leinstrand IL	21.05.06	JB <sup>2</sup>	1.26,70	Hamar V	06.11.2022	Int	1.25,93-22
20	Olina Norheim	Fana IL	22.09.04	JA <sup>1</sup>	1.26,77	Kristiansund AN	15.01.2023	JNM	1.28,51-21
21	Pauline Lysø Olsen	Bjugn/Ørland SK	29.10.07	JC <sup>2</sup>	1.27,91	Hamar V	30.10.2022	NME	1.28,22-22
22	Stella Horka	Arendal SK	12.04.06	JB <sup>2</sup>	1.28,82	Tomaszow-M.	18.12.2022	CJM	1.30,59-20
23	Anne Sofie Birkedal	Asker SK	08.08.07	JC <sup>2</sup>	1.29,71	Hamar V	27.11.2022	Int	1.29,63-22
24	Åse Marie Dahn	Fana IL	05.02.06	JB <sup>2</sup>	1.29,78	Stavanger SA	04.12.2022	N	1.30,37-22
25	Emily Plozicki	Arendal SK	08.02.05	JA <sup>1</sup>	1.31,52	Stavanger SA	16.10.2022	Int	1.31,78-22
26	Milla Grønvold Andersen	Geithus IL	05.05.08	JC <sup>2</sup>	1.31,55	Hamar V	06.11.2022	Int	1.33,81-22

### 1500 m kvinner (< 2.24,00)

Pi.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.22
1	Ragne Wiklund	Aktiv SK	09.05.00	KS	1.53,26	Calgary	10.12.2022	WC	1.52,47-22
2	Sofie Karoline Haugen	Sandefjord SK	22.04.95	KS	2.00,69	Calgary	10.12.2022	WC	1.57,11-20
3	Martine Ripsrud	Stange SK	31.10.95	KS	2.02,26	Calgary	02.12.2022	TT	2.02,61-16
4	Aurora Løvås	Nord-Odal IL	14.03.05	JA <sup>1</sup>	2.02,86	Calgary	17.12.2022	WC	2.03,57-22
5	Marte Bjerkreim Furnée	Asker SK	17.06.01	KS	2.05,03	Stavanger SA	18.12.2022	Int	2.01,69-22
6	Julie Berg Sjøbrend	Aktiv SK	07.06.02	KS	2.05,60	Hamar V	05.11.2022	Int	2.07,76-20
7	Hanna Svenni	Asker SK	05.05.02	KS	2.07,11	Hamar V	28.10.2022	NME	2.08,88-22
8	Arwen Szygenda	Sør-Fron IL	30.06.02	KS	2.07,12	Hamar V	19.11.2022	Int	2.06,59-19
9	Martine Solem	Bjugn/Ørland SK	24.05.07	JB <sup>1</sup>	2.07,80	Heerenveen	07.01.2023	EYCM	2.11,87-22
10	Carina Jagtøyen	Leinstrand IL	05.05.98	KS	2.08,24	Hamar V	05.11.2022	Int	2.06,57-20
11	Dina Storelid	Stord IL	15.12.03	JA <sup>2</sup>	2.08,41	Stavanger SA	18.12.2022	Int	2.11,14-20
12	Victoria Keltie Sætersdal	Bergen SK	27.06.00	KS	2.08,88	Stavanger SA	18.12.2022	Int	2.01,06-22
13	Ina Nakken	TT	19.03.05	JA <sup>1</sup>	2.09,50	Stavanger SA	18.12.2022	Int	2.08,89-22
14	Vilde Semb	TT	10.07.05	JB <sup>2</sup>	2.09,75	Heerenveen	16.10.2022	Int	2.05,01-22
15	Kari-Celine Reiss-Jakobsen	SSK Toten	10.12.02	KS	2.14,24	Inzell	16.10.2022	Int	2.10,95-22
16	Stella Horka	Arendal SK	12.04.06	JB <sup>2</sup>	2.14,49	Inzell	10.12.2022	Int	2.20,68-22
17	Aline Holbø Dyrset	Leinstrand IL	21.05.06	JB <sup>2</sup>	2.15,44	Heerenveen	07.01.2023	EYCM	2.18,09-22
18	Olina Norheim	Fana IL	22.09.04	JB <sup>2</sup>	2.15,68	Hamar V	05.11.2022	Int	2.16,11-20
19	Vilde Baas	Dølemlø IL	30.08.00	KS	2.15,90	Hamar V	19.11.2022	Int	2.12,95-19
20	Ingrid Håkegård Eichler	SSK Toten	07.03.05	JA <sup>1</sup>	2.17,21	Hamar V	05.11.2022	Int	2.12,00-22
21	Åse Marie Dahn	Fana IL	05.02.06	JB <sup>2</sup>	2.17,33	Stavanger SA	15.10.2022	Int	2.17,99-22
22	Pauline Lysø Olsen	Bjugn/Ørland SK	29.10.07	JC <sup>2</sup>	2.18,62	Hamar V	28.10.2022	NME	2.17,30-22
23	Anne Sofie Birkedal	Asker SK	08.08.07	JC <sup>2</sup>	2.20,13	Hamar V	26.11.2022	Int	2.20,37-22
24	Milla Grønvold Andersen	Geithus IL	05.05.08	JC <sup>2</sup>	2.21,85	Hamar V	05.11.2022	Int	2.25,35-22

### 3000 m kvinner (< 5.15,00)

Pi.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.22
1	Ragne Wiklund	Aktiv SK	09.05.00	KS	3.56,93	Calgary	09.12.2022	WC	3.55,51-22
2	Sofie Karoline Haugen	Sandefjord SK	22.04.95	KS	4.09,58	Calgary	09.12.2022	WC	4.02,66-22
3	Aurora Løvås	Nord-Odal IL	14.03.05	JA <sup>1</sup>	4.16,57	Heerenveen	20.11.2022	WC	4.19,07-22
4	Marte Bjerkreim Furnée	Asker SK	17.06.01	KS	4.21,31	Heerenveen	20.11.2022	WC	4.15,16-22
5	Julie Berg Sjøbrend	Aktiv SK	07.06.02	KS	4.25,32	Inzell	15.10.2022	Int	4.28,45-22
6	Hanna Svenni	Asker SK	05.05.02	KS	4.25,97	Inzell	15.10.2022	Int	4.22,35-22
7	Victoria Keltie Sætersdal	Bergen SK	27.06.00	KS	4.28,14	Stavanger SA	11.01.2023	L	4.16,99-22
8	Dina Storelid	Stord IL	15.12.03	JA <sup>2</sup>	4.29,27	Heerenveen	16.10.2022	Int	4.35,92-22
9	Martine Solem	Bjugn/Ørland SK	24.05.07	JB <sup>1</sup>	4.31,91	Hamar V	29.10.2022	NME	4.38,27-22
10	Ina Nakken	TT	19.03.05	JA <sup>1</sup>	4.31,98	Stavanger SA	17.12.2022	Int	4.35,14-22
11	Vilde Semb	TT	10.07.05	JB <sup>2</sup>	4.35,97	Hamar V	06.11.2022	Int	4.43,40-22
12	Ingrid Håkegård Eichler	SSK Toten	07.03.05	JA <sup>1</sup>	4.40,25	Inzell	15.10.2022	Int	4.34,11-22
13	Kari-Celine Reiss-Jakobsen	SSK Toten	10.12.02	KS	4.42,35	Hamar V	13.08.2022	Int	4.34,69-20
14	Arwen Szygenda	Sør-Fron IL	30.06.02	KS	4.45,24	Inzell	15.10.2022	Int	4.32,39-19
15	Olina Norheim	Fana IL	22.09.04	JA <sup>1</sup>	4.47,86	Hamar V	06.11.2022	Int	4.49,18-22
16	Stella Horka	Arendal SK	12.04.06	JB <sup>2</sup>	4.49,92	Inzell	01.10.2022	Int	5.03,27-20
17	Åse Marie Dahn	Fana IL	05.02.06	JB <sup>2</sup>	4.52,39	Stavanger SA	16.10.2022	Int	4.46,23-22
18	Pauline Lysø Olsen	Bjugn/Ørland SK	29.10.07	JC <sup>2</sup>	4.52,97	Hamar V	06.11.2022	Int	4.53,51-22
19	Milla Grønvold Andersen	Geithus IL	05.05.08	JC <sup>2</sup>	4.55,95	Stavanger SA	17.12.2022	Int	5.09,65-22
20	Aline Holbø Dyrset	Leinstrand IL	21.05.06	JB <sup>2</sup>	4.59,78	Stavanger SA	17.12.2022	Int	4.58,00-22
21	Pernille Løvestad Skolem	H&BSK	08.01.06	JB <sup>2</sup>	5.00,66	Stavanger SA	16.10.2022	Int	5.05,30-22
22	Anne Sofie Birkedal	Asker SK	08.08.07	JC <sup>2</sup>	5.11,67	Tønsberg MA	11.12.2022	Int	

### 5000 m kvinner (< 9.00,00)

Pi.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.22
1	Ragne Wiklund	Aktiv SK	09.05.00	KS	6.52,86	Calgary	16.12.2022	WC	6.56,34-22
2	Sofie Karoline Haugen	Sandefjord SK	22.04.95	KS	7.08,68	Calgary	16.12.2022	WC	6.56,64-20
3	Aurora Løvås	Nord-Odal IL	14.03.05	JA <sup>1</sup>	7.30,59	Calgary	16.12.2022	WC	7.51,51-22
4	Marte Bjerkreim Furnée	Asker SK	17.06.01	KS	7.47,35	Stavanger SA	18.12.2022	Int	7.45,49-22
5	Hanna Svenni	Asker SK	05.05.02	KS	7.47,59	Hamar V	30.10.2022	NME	7.55,62-21
6	Dina Storelid	Stord IL	15.12.03	JA <sup>2</sup>	8.00,01	Stavanger SA	18.12.2022	Int	8.16,78-22
7	Victoria Keltie Sætersdal	Bergen SK	27.06.00	KS	8.02,79	Hamar V	30.10.2022	NME	7.49,49-22
8	Ingrid Håkegård Eichler	SSK Toten	07.03.05	JA <sup>1</sup>	8.06,84	Hamar V	30.10.2022	NME	8.05,41-22
9	Ina Nakken	TT	19.03.05	JA <sup>1</sup>	8.08,50	Stavanger SA	18.12.2022	Int	8.39,12-20
10	Åse Marie Dahn	Fana IL	05.02.06	JB <sup>2</sup>	8.40,61	Hamar V	30.10.2022	NME	8.43,46-21
11	Milla Grønvold Andersen	Geithus IL	05.05.08	JC <sup>2</sup>	8.46,76	Hamar V	30.10.2022	NME	9.15,31-22
12	Pernille Løvestad Skolem	H&BSK	08.01.06	JB <sup>2</sup>	8.48,47	Stavanger SA	18.12.2022	Int	9.28,58-21

### 10000 m kvinner (< 20.00,00)

Pi.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.22
1	Sara Hemmer	Aktiv SK	25.03.59	K-60	19.53,83	Hamar V	15.01.2023	Int	19.11,29-13

### 100 m menn (< 11,00)

Pi.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type
1	Siver Brattgjerd	Spk Falken	09.01.02	MS	9,94	Trondheim L	29.12.2022	L
2	Erlend Andre Rue	Gol IL	20.05.02	MS	10,12	Hamar V	05.11.2022	Int
-	Cristian Landrø Magnussen	Spk Falken	11.07.03	JA <sup>2</sup>	10,12	Trondheim L	29.12.2022	L
4	Martin Solberg Andreassen	Spk Falken	13.04.04	JA <sup>2</sup>	10,19	Hamar V	05.11.2022	Int

5	Johann Jørgen Sæves	Båstad IL	28.10.94	MS	10,22	Tønsberg MA	10.12.2022	Int	
6	Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	28.06.03	MS	10,43	Trondheim L	29.12.2022	L	
7	Aron Aannø	Bjugn/Ørland SK	05.05.05	JA <sup>1</sup>	10,53	Trondheim L	29.12.2022	L	
8	Nicolai Ulvan	Spk Falken	24.10.05	JB <sup>2</sup>	10,61	Hamar V	05.11.2022	Int	
9	Anders Geving Langli	Spk Falken	01.06.02	MS	10,63	Trondheim L	29.12.2022	L	
10	Jonas Olderli Berget	Spk Falken	14.04.05	JA <sup>1</sup>	10,84	Hamar V	05.11.2022	Int	
11	Ole Magnus Andreassen	Spk Falken	12.01.02	MS	10,94	Trondheim L	29.12.2022	L	

### 500 m menn (< 40,00)

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.22
1	Håvard Holmeffjord Lorentzen	Fana IL	02.10.92	MS	34,65	Calgary	10.12.2022	WC	34,28-19
2	Henrik Fagerli Rukke	Hol IL	20.10.96	MS	34,71	Calgary	17.12.2022	WC	34,47-22
3	Pål Myhren Kristensen	Arendal SK	19.02.00	MS	35,06	Calgary	17.12.2022	WC	35,17-22
4	Odin By Farstad	Spk Falken	01.12.97	MS	35,49	Calgary	10.12.2022	WC	35,27-20
5	Peder Kongshaug	SSSK	13.08.01	MS	35,86	Calgary	02.12.2022	TT	36,24-21
6	Erik Resell	Spk Falken	11.06.00	MS	35,94	Calgary	23.09.2022	Int	35,97-22
7	Siver Brattgjerd	Spk Falken	09.01.02	MS	36,33	Calgary	17.09.2022	TT	36,54-22
8	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	05.10.98	MS	36,38	Calgary	02.12.2022	TT	35,82-18
9	Kristian Gamme Ulekleiv	Gjøvik SK	28.08.96	MS	36,44	Calgary	02.12.2022	TT	36,43-21
10	Johann Jørgen Sæves	Båstad IL	28.10.94	MS	36,51	Stavanger SA	17.12.2022	Int	35,03-19
11	Cristian Landrø Magnussen	Spk Falken	11.07.03	JA <sup>2</sup>	36,66	Hamar V	19.11.2022	Int	36,30-22
12	Sindre Baas	Dølemlø IL	10.12.98	MS	36,70	Stavanger SA	11.01.2023	L	36,69-20
13	Magnus Dahle	SSSK	22.04.97	MS	36,80	Stavanger SA	17.12.2022	Int	36,84-19
14	Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	28.06.03	MS	36,89	Stavanger SA	17.12.2022	Int	36,52-22
15	Sander Eitrem	Nord-Odal IL	12.02.02	MS	36,94	Hamar V	07.01.2023	EM	36,92-22
16	Martin Solberg Andreassen	Spk Falken	13.04.04	JA <sup>2</sup>	36,98	Hamar V	29.10.2022	NME	37,07-22
-	Sondre Buer Åsebø	Fana IL	15.10.02	MS	36,98	Stavanger SA	11.01.2023	L	37,19-22
18	Miika Klevstuen	OSK	05.09.06	JB <sup>1</sup>	37,06	Stavanger SA	18.12.2022	Int	37,53-22
19	Kasper Tveter	SSSK	05.09.01	MS	37,14	Stavanger SA	17.12.2022	Int	36,56-22
20	Finn Elias Haneberg	Hamar IL	12.06.05	JA <sup>1</sup>	37,53	Stavanger SA	17.12.2022	Int	38,15-22
21	Fredrik Pedersen	OSK	07.04.06	JB <sup>2</sup>	37,56	Stavanger SA	17.12.2022	Int	38,53-22
22	John Granli	Stord IL	02.01.02	MS	37,61	Heerenveen	16.10.2022	Int	37,61-22
23	Aron Aannø	Bjugn/Ørland SK	05.05.05	JA <sup>1</sup>	37,75	Stavanger SA	17.12.2022	Int	38,34-22
24	Håkon Sundøen Brørby	Jevnaker IF	20.07.97	MS	37,81	Stavanger SA	17.12.2022	Int	37,78-22
25	Erlend Andre Rue	Gol IL	20.05.02	MS	37,89	Hamar V	29.10.2022	NME	38,37-22
26	Oddbjørn Mellemstrand	SSSK	10.01.02	MS	37,98	Stavanger SA	17.12.2022	Int	37,70-22
27	Didrik Eng Strand	Hamar IL	13.09.05	JB <sup>2</sup>	38,04	Hamar V	14.01.2023	Int	37,05-22
28	Runar Njåtun Krøyer	Asker SK	15.04.95	MS	38,09	Stavanger SA	03.12.2022	N	37,02-18
29	Vetle Stangeland	TT	12.08.97	MS	38,16	Stavanger SA	17.12.2022	Int	37,73-17
30	Frederik Gajos Hamre	SSSK	19.03.06	JB <sup>2</sup>	38,24	Stavanger SA	03.12.2022	N	38,79-22
31	Sigurd Henriksen	Fana IL	26.10.04	JA <sup>1</sup>	38,26	Hamar V	07.01.2023	EM	38,72-21
32	Sigurd Holbø Dyrset	Trondheim Kortbanekl.	21.04.04	JA <sup>2</sup>	38,27	Inzell	14.10.2022	Int	38,85-22
33	Thomas Andreassen	Nord-Odal IL	28.06.04	JA <sup>2</sup>	38,32	Hamar V	06.11.2022	Int	39,27-22
34	Thomas Lande Eriksen	Aktiv SK	16.02.99	MS	38,37	Stavanger SA	17.12.2022	Int	38,22-22
35	Birk Finnstø Refsaas	Bjugn/Ørland SK	25.09.02	MS	38,38	Stavanger SA	17.12.2022	Int	38,44-22
36	Daniel Thuv Eriksen	Herkules SK	18.01.01	MS	38,41	Stavanger SA	17.12.2022	Int	37,77-22
37	Joren Sleeking	Hol IL	29.12.02	MS	38,42	Stavanger SA	17.12.2022	Int	38,83-22
38	Sondre Kvalshaugen Glesne	Geithus IL	09.06.00	MS	38,46	Calgary	25.09.2022	Int	38,41-21
39	Nicolai Ulvan	Spk Falken	24.10.05	JB <sup>2</sup>	38,52	Hamar V	20.11.2022	Int	39,20-22
40	Filip Møller Nordal	IF Fram	20.12.05	JB <sup>2</sup>	38,60	Hamar V	06.11.2022	Int	39,28-22
41	Arne Lernes	Tromsø SK	16.07.05	JB <sup>2</sup>	38,61	Hamar V	27.11.2022	Int	38,68-22
42	Christoffer Hovde	Jevnaker IF	12.03.05	JA <sup>1</sup>	38,64	Hamar V	06.11.2022	Int	39,13-22
43	Bendik Mauseth	Hamar IL	04.01.01	MS	38,68	Stavanger SA	17.12.2022	Int	38,12-19
44	Linus August Risnes	Aktiv SK	29.04.05	JA <sup>1</sup>	38,75	Stavanger SA	17.12.2022	Int	39,24-22
45	Sander Tveter	SSSK	27.06.99	MS	39,02	Heerenveen	16.10.2022	Int	38,51-20
46	Ivar Norheim	Fana IL	22.09.04	JA <sup>1</sup>	39,06	Stavanger SA	03.12.2022	N	39,43-22
47	Erlend Belsvik	Stord IL	15.04.02	MS	39,21	Heerenveen	16.10.2022	Int	38,89-20
48	Eirik Andersen	Aktiv SK	21.10.06	JB <sup>1</sup>	39,29	Hamar V	29.10.2022	NME	40,12-22
49	Vegard Rye	SSSK	14.11.01	MS	39,39	Stavanger SA	17.12.2022	Int	39,02-20
50	Viktor Smedstad Haukaas	Aktiv SK	18.03.03	MS	39,53	Stavanger SA	17.12.2022	Int	40,61-22
51	Tinius Rambøl Alme	Aktiv SK	12.03.06	JB <sup>2</sup>	39,56	Hamar V	13.08.2022	Int	40,38-22
52	Kristoffer Knag Songstad	Fana IL	17.12.05	JB <sup>2</sup>	39,75	Kristiansund AN	14.01.2023	JNM	40,82-22

### 1000 m menn (< 1.20,00)

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.22
1	Håvard Holmeffjord Lorentzen	Fana IL	02.10.92	MS	1.07,70	Calgary	18.12.2022	WC	1.06,51-19
2	Odin By Farstad	Spk Falken	01.12.97	MS	1.08,67	Calgary	11.12.2022	WC	1.08,60-20
3	Henrik Fagerli Rukke	Hol IL	20.10.96	MS	1.08,76	Calgary	11.12.2022	WC	1.07,63-22
4	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	05.10.98	MS	1.08,92	Calgary	11.12.2022	WC	1.07,99-22
5	Pål Myhren Kristensen	Arendal SK	19.02.00	MS	1.09,82	Calgary	18.12.2022	WC	1.10,69-22
6	Peder Kongshaug	SSSK	13.08.01	MS	1.10,34	Hamar V	30.10.2022	NME	1.10,32-21
7	Erik Resell	Spk Falken	11.06.00	MS	1.10,57	Calgary	24.09.2022	Int	1.11,13-22
8	Kristian Gamme Ulekleiv	Gjøvik SK	28.08.96	MS	1.11,53	Hamar V	30.10.2022	NME	1.10,36-19
9	Kasper Tveter	SSSK	05.09.01	MS	1.12,43	Hamar V	30.10.2022	NME	1.11,20-22
10	Siver Brattgjerd	Spk Falken	09.01.02	MS	1.12,48	Calgary	24.09.2022	Int	1.14,68-22
11	Sondre Buer Åsebø	Fana IL	15.10.02	MS	1.12,81	Stavanger SA	17.12.2022	Int	1.12,15-22
12	Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	28.06.03	MS	1.12,83	Stavanger SA	17.12.2022	Int	1.11,88-22

13	Sindre Baas	Døleml IL	10.12.98	MS	1.12,99	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.11,93-20
14	John Granli	Stord IL	02.01.02	MS	1.13,08	Hamar V	30.10.2022	NME	1.11,70-22
15	Emil Pedersen Matre	Fana IL	03.12.03	JA <sup>2</sup>	1.13,41	Hamar V	05.11.2022	Int	1.12,97-22
16	Cristian Landrø Magnussen	Spk Falken	11.07.03	JA <sup>2</sup>	1.13,48	Inzell	08.10.2022	Int	1.13,92-22
17	Johann Jørgen Sæves	Båstad IL	28.10.94	MS	1.13,56	Hamar V	05.11.2022	Int	1.09,73-19
18	Vetle Stangeland	TT	12.08.97	MS	1.13,59	Hamar V	05.11.2022	Int	1.12,29-18
19	Håkon Sundøen Brørby	Jevnaker IF	20.07.97	MS	1.13,79	Stavanger SA	17.12.2022	Int	1.13,08-22
20	Sigurd Holbø Dyrset	TSK	21.04.04	JA <sup>2</sup>	1.13,81	Kristiansund AN	15.01.2023	JNM	1.15,68-22
21	Oddbjørn Mellemstrand	SSSK	10.01.02	MS	1.13,94	Hamar V	05.11.2022	Int	1.13,49-22
22	Miika Klevstuen	OSK	05.09.06	JB <sup>1</sup>	1.14,13	Stavanger SA	17.12.2022	Int	1.15,68-22
23	Magnus Dahle	SSSK	22.04.97	MS	1.14,17	Hamar V	30.10.2022	NME	1.13,51-19
24	Finn Elias Haneberg	Hamar IL	12.06.05	JA <sup>1</sup>	1.14,25	Inzell	14.10.2022	Int	1.15,19-22
25	Martin Solberg Andreassen	Spk Falken	13.04.04	JA <sup>2</sup>	1.14,54	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.14,53-22
26	Fredrik Pedersen	OSK	07.04.06	JB <sup>2</sup>	1.14,68	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.16,51-22
27	Thomas Andreassen	Nord-Odal IL	28.06.04	JA <sup>2</sup>	1.14,77	Inzell	14.10.2022	Int	1.17,68-22
28	Aron Aannø	Bjugn/Ørland SK	05.05.05	JA <sup>1</sup>	1.15,01	Stavanger SA	17.12.2022	Int	1.15,78-22
29	Didrik Eng Strand	Hamar IL	13.09.05	JB <sup>2</sup>	1.15,13	Inzell	27.11.2021	Int	1.11,93-22
30	Christoffer Hovde	Jevnaker IF	12.03.05	JA <sup>1</sup>	1.15,33	Hamar V	05.11.2022	Int	1.16,96-22
31	Daniel Thuv Eriksen	Herkules SK	18.01.01	MS	1.15,38	Hamar V	30.10.2022	NME	1.14,88-21
32	Erlend Andre Rue	Gol IL	20.05.02	MS	1.15,43	Stavanger SA	17.12.2022	Int	1.15,31-21
33	Linus August Risnes	Aktiv SK	29.04.05	JA <sup>1</sup>	1.15,67	Stavanger SA	17.12.2022	Int	1.17,49-22
34	Frederik Gajos Hamre	SSSK	19.03.06	JB <sup>2</sup>	1.15,68	Stavanger SA	04.12.2022	N	1.18,87-22
35	Joren Sleeking	Hol IL	29.12.02	MS	1.15,89	Inzell	14.10.2022	Int	1.17,22-22
36	Filip Møller Nordal	IF Fram	20.12.05	JB <sup>2</sup>	1.16,22	Hamar V	27.11.2022	Int	1.16,33-22
37	Birk Finnstø Refsaas	Bjugn/Ørland SK	25.09.02	MS	1.16,23	Inzell	14.10.2022	Int	1.14,69-20
38	Sondre Kvalshaugen Glesne	Geithus IL	09.06.00	MS	1.16,29	Calgary	25.09.2022	Int	1.16,15-17
39	Ivar Norheim	Fana IL	22.09.04	JA <sup>1</sup>	1.16,63	Stavanger SA	04.12.2022	N	1.17,00-22
40	Bendik Mausest	Hamar IL	04.01.01	MS	1.16,64	Stavanger SA	17.12.2022	Int	1.15,76-22
41	Arne Lernes	Tromsø SK	16.07.05	JB <sup>2</sup>	1.16,88	Hamar V	27.11.2022	Int	1.18,56-22
42	Eirik Andersen	Aktiv SK	21.10.06	JB <sup>1</sup>	1.17,25	Hamar V	30.10.2022	NME	1.20,14-22
43	Viktor Smedstad Haukaas	Aktiv SK	18.03.03	MS	1.17,30	Inzell	14.10.2022	Int	1.20,85-22
44	Nicolai Ulvan	Spk Falken	24.10.05	JB <sup>2</sup>	1.17,65	Hamar V	30.10.2022	NME	1.18,81-22
45	Kristoffer Knag Songstad	Fana IL	17.12.05	JB <sup>2</sup>	1.18,12	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.20,06-22
46	Herman Hoff	Sandefjord SK	08.11.03	JA <sup>2</sup>	1.18,32	Hamar V	27.11.2022	Int	1.18,91-20
47	Sigmund Løvlien-Krokhaug	Tynset IF	28.09.07	JC <sup>2</sup>	1.19,26	Hamar V	05.11.2022	Int	1.23,13-22
48	Tinius Rambøl Alme	Aktiv SK	12.03.06	JB <sup>2</sup>	1.19,77	Bjugn FH	22.10.2022	Int	1.18,80-22

### 1500 m menn (< 2.03,50)

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.22
1	Sander Eitrem	Nord-Odal IL	12.02.02	MS	1.43,23	Calgary	09.12.2022	WC	1.45,82-22
2	Peder Kongshaug	SSSK	13.08.01	MS	1.43,59	Calgary	16.12.2022	WC	1.42,88-22
3	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	05.10.98	MS	1.43,87	Calgary	16.12.2022	WC	1.42,61-22
4	Hallgeir Engebråten	Nord-Odal IL	17.12.99	MS	1.44,07	Calgary	09.12.2022	WC	1.43,71-22
5	Kristian Gamme Ulekleiv	Gjøvik SK	28.08.96	MS	1.45,64	Calgary	09.12.2022	WC	1.43,43-22
6	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	17.07.92	M-30	1.48,00	Hamar V	28.10.2022	NME	1.42,39-19
7	Odin By Farstad	Spk Falken	01.12.97	MS	1.49,17	Calgary	02.12.2022	TT	1.45,11-22
8	Henrik Fagerli Rukke	Hol IL	20.10.96	MS	1.49,63	Calgary	02.12.2022	TT	1.48,91-17
9	Kasper Tveter	SSSK	05.09.01	MS	1.49,78	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.46,39-22
10	Håvard Holmefjord Lorentzen	Fana IL	02.10.92	MS	1.49,90	Inzell	16.10.2022	Int	1.44,45-14
11	Sigurd Henriksen	Fana IL	26.10.04	JA <sup>1</sup>	1.49,92	Hamar V	08.01.2023	EM	1.49,19-22
12	Emil Pedersen Matre	Fana IL	03.12.03	JA <sup>2</sup>	1.50,41	Heerenveen	16.10.2022	Int	1.48,39-22
13	John Granli	Stord IL	02.01.02	MS	1.50,69	Hamar V	28.10.2022	NME	1.47,49-22
14	Sigurd Holbø Dyrset	Trondheim Kortbanekl.	21.04.04	JA <sup>2</sup>	1.51,27	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.54,50-22
15	Sondre Buer Åsebø	Fana IL	15.10.02	MS	1.51,51	Heerenveen	16.10.2022	Int	1.50,71-22
16	Oddbjørn Mellemstrand	SSSK	10.01.02	MS	1.51,65	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.53,00-20
17	Vetle Stangeland	TT	12.08.97	MS	1.51,84	Hamar V	06.11.2022	Int	1.48,36-18
18	Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	28.06.03	MS	1.52,15	Hamar V	06.11.2022	Int	1.52,79-22
19	Thomas Lande Eriksen	Aktiv SK	16.02.99	MS	1.52,31	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.50,16-18
20	Vegard Rye	SSSK	14.11.01	MS	1.53,00	Hamar V	28.10.2022	NME	1.53,17-22
21	Sander Tveter	SSSK	27.06.99	MS	1.53,09	Hamar V	28.10.2022	NME	1.52,14-22
22	Finn Elias Haneberg	Hamar IL	12.06.05	JA <sup>1</sup>	1.53,43	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.54,71-22
23	Runar Njåtun Krøyer	Asker SK	15.04.95	MS	1.53,54	Stavanger SA	03.12.2022	N	1.47,42-18
24	Thomas Andreassen	Nord-Odal IL	28.06.04	JA <sup>2</sup>	1.53,59	Hamar V	06.11.2022	Int	1.55,69-22
25	Ole Bjørnsmoen Næss	Tynset IF	02.06.91	M-30	1.53,90	Inzell	23.10.2022	Int	1.49,76-15
26	Daniel Thuv Eriksen	Herkules SK	18.01.01	MS	1.54,20	Hamar V	28.10.2022	NME	1.53,75-22
27	Sindre Baas	Døleml IL	10.12.98	MS	1.54,24	Hamar V	20.11.2022	Int	1.51,50-18
28	Filip Møller Nordal	IF Fram	20.12.05	JB <sup>2</sup>	1.54,98	Heerenveen	07.01.2023	EYCM	1.57,27-22
29	Frederik Gajos Hamre	SSSK	19.03.06	JB <sup>2</sup>	1.55,18	Stavanger SA	18.12.2022	Int	2.03,36-22
30	Erlend Belsvik	Stord IL	15.04.02	MS	1.55,61	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.56,31-22
31	Joren Sleeking	Hol IL	29.12.02	MS	1.55,62	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.57,34-22
32	Håkon Sundøen Brørby	Jevnaker IF	20.07.97	MS	1.55,85	Heerenveen	16.10.2022	Int	1.51,65-22
33	Birk Finnstø Refsaas	Bjugn/Ørland SK	25.09.02	MS	1.56,01	Stavanger SA	18.12.2022	Int	1.53,94-22
34	Didrik Eng Strand	Hamar IL	13.09.05	JB <sup>2</sup>	1.56,43	Hamar V	05.12.2021	JWC	1.51,13-22
35	Aron Aannø	Bjugn/Ørland SK	05.05.05	JA <sup>1</sup>	1.56,53	Hamar V	06.11.2022	Int	1.59,56-22
36	Christoffer Hovde	Jevnaker IF	12.03.05	JA <sup>1</sup>	1.57,76	Hamar V	06.11.2022	Int	2.05,66-21
37	Linus August Risnes	Aktiv SK	29.04.05	JA <sup>1</sup>	1.57,80	Hamar V	28.10.2022	NME	1.57,79-22
38	Ivar Norheim	Fana IL	22.09.04	JA <sup>1</sup>	1.57,85	Stavanger SA	15.10.2022	Int	1.57,59-22
39	Viktor Smedstad Haukaas	Aktiv SK	18.03.03	MS	1.58,13	Stavanger SA	18.12.2022	Int	2.00,89-22
40	Didrik Møller Nordal	IF Fram	07.10.00	MS	1.58,21	Hamar V	28.10.2022	NME	1.54,77-22

41	Eirik Andersen	Aktiv SK	21.10.06	JB <sup>1</sup>	1.58,91	Hamar V	28.10.2022	NME	2.03,28-22
42	Tinius Rambøl Alme	Aktiv SK	12.03.06	JB <sup>2</sup>	1.59,15	Hamar V	28.10.2022	NME	1.59,17-22
43	Miika Klevstuen	OSK	05.09.06	JB <sup>1</sup>	1.59,73	Bjugn FH	23.10.2022	Int	1.57,29-22
44	Sigmund Løvlien-Krokhaug	Tynset IF	28.09.07	JC <sup>2</sup>	1.59,76	Heerenveen	07.01.2023	EYCM	2.04,21-22
45	Herman Hoff	Sandefjord SK	08.11.03	JA <sup>2</sup>	1.59,78	Hamar V	20.11.2022	Int	1.59,94-22
46	Sondre Kvalshaugen Glesne	Geithus IL	09.06.00	MS	1.59,84	Calgary	08.10.2022	TT	1.57,27-19
-	Arne Lernes	Tromsø SK	16.07.05	JB <sup>2</sup>	1.59,84	Heerenveen	07.01.2023	EYCM	2.03,19-22
48	Nicolai Ulvan	Spk Falken	24.10.05	JB <sup>2</sup>	2.00,27	Hamar V	20.11.2022	Int	2.02,27-22
49	Bendik Mauseth	Hamar IL	04.01.01	MS	2.01,11	Inzell	16.10.2022	Int	1.59,55-19
50	Sondre Hvammen	Kongsberg IF	04.09.03	JA <sup>2</sup>	2.02,53	Hamar V	20.11.2022	Int	2.02,96-22
51	Kristoffer Knag Songstad	Fana IL	17.12.05	JB <sup>2</sup>	2.02,61	Hamar V	20.11.2022	Int	2.03,00-22
52	Oliver Fjellgård Lyby	Leinstrand IL	02.03.08	JC <sup>2</sup>	2.02,89	Heerenveen	07.01.2023	EYCM	2.07,52-22

### 3000 m menn (< 4.30,00)

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.22
1	Sigurd Henriksen	Fana IL	26.10.04	JA <sup>1</sup>	3.42,43	Calgary	02.11.2022	TT	3.42,43-22
2	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	17.07.92	M-30	3.44,41	Inzell	08.10.2022	Int	3.34,66-16
3	Sander Eitrem	Nord-Odal IL	12.02.02	MS	3.44,60	Hamar V	13.08.2022	Int	3.44,70-22
4	Peder Kongshaug	SSSK	13.08.01	MS	3.45,66	Inzell	08.10.2022	Int	3.44,22-22
5	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	05.10.98	MS	3.46,29	Inzell	08.10.2022	Int	3.40,14-18
6	Sander Tveter	SSSK	27.06.99	MS	3.48,86	Heerenveen	16.10.2022	Int	3.50,11-22
7	Kasper Tveter	SSSK	05.09.01	MS	3.51,27	Hamar V	13.08.2022	Int	3.49,05-22
8	John Granli	Stord IL	02.01.02	MS	3.51,32	Stavanger SA	11.01.2023	L	3.42,33-22
9	Vetle Stangeland	TT	12.08.97	MS	3.51,36	Stavanger SA	11.01.2023	L	3.47,39-18
10	Emil Pedersen Matre	Fana IL	03.12.03	JA <sup>2</sup>	3.54,52	Hamar V	05.11.2022	Int	3.49,93-22
11	Thomas Lande Eriksen	Aktiv SK	16.02.99	MS	3.55,60	Heerenveen	16.10.2022	Int	3.52,13-18
12	Vegard Rye	SSSK	14.11.01	MS	3.56,70	Heerenveen	16.10.2022	Int	3.51,33-22
13	Daniel Thuv Eriksen	Herkules SK	18.01.01	MS	3.57,75	Hamar V	13.08.2022	Int	3.57,71-22
14	Oddbjørn Mellestrand	SSSK	10.01.02	MS	3.58,18	Hamar V	05.11.2022	Int	3.55,14-22
15	Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	28.06.03	MS	3.58,52	Inzell	15.10.2022	Int	3.53,68-22
16	Sigurd Holbø Dyrset	Trondheim Kortbanekl	21.04.04	JA <sup>2</sup>	3.59,52	Inzell	15.10.2022	Int	4.05,98-22
17	Birk Finnstø Refsaas	Bjugn/Ørland SK	25.09.02	MS	4.00,11	Hamar V	05.11.2022	Int	3.59,77-22
18	Thomas Andreassen	Nord-Odal IL	28.06.04	JA <sup>1</sup>	4.00,13	Inzell	15.10.2022	Int	4.05,60-22
19	Ole Bjørnsmoen Næss	Tynset IF	02.06.91	M-30	4.00,24	Hamar V	13.08.2022	Int	3.48,89-18
20	Finn Elias Haneberg	Hamar IL	12.06.05	JA <sup>1</sup>	4.00,45	Hamar V	05.11.2022	Int	4.03,22-22
21	Runar Njåtn Krøyer	Asker SK	15.04.95	MS	4.00,53	Stavanger SA	04.12.2022	N	3.46,36-18
22	Erland Belsvik	Stord IL	15.04.02	MS	4.00,57	Hamar V	05.11.2022	Int	3.56,41-22
23	Filip Møller Nordal	IF Fram	20.12.05	JB <sup>2</sup>	4.03,94	Inzell	15.10.2022	Int	4.06,59-22
24	Viktor Smedstad Haukaas	Aktiv SK	18.03.03	MS	4.05,23	Inzell	15.10.2022	Int	4.10,61-22
25	Joren Sleeking	Hol IL	29.12.02	MS	4.06,57	Inzell	15.10.2022	Int	4.08,78-22
26	Ivar Norheim	Fana IL	22.09.04	JA <sup>1</sup>	4.06,66	Stavanger SA	16.10.2022	Int	4.05,52-22
27	Didrik Møller Nordal	IF Fram	07.10.00	MS	4.07,20	Hamar V	19.11.2022	Int	3.57,94-22
28	Aron Aannø	Bjugn/Ørland SK	05.05.05	JA <sup>1</sup>	4.07,59	Hamar V	05.11.2022	Int	4.13,55-22
29	Sigmund Løvlien-Krokhaug	Tynset IF	28.09.07	JC <sup>2</sup>	4.12,78	Inzell	15.10.2022	Int	4.27,71-22
30	Fredrik Pedersen	OSK	07.04.06	JB <sup>2</sup>	4.13,63	Hamar V	13.08.2022	Int	4.12,85-22
31	Herman Hoff	Sandefjord SK	08.11.03	JA <sup>2</sup>	4.13,76	Hamar V	19.11.2022	Int	4.14,88-20
32	Frederik Gajos Hamre	SSSK	19.03.06	JB <sup>2</sup>	4.14,05	Stavanger SA	04.12.2022	N	4.21,76-22
33	Tinius Rambøl Alme	Aktiv SK	12.03.06	JB <sup>2</sup>	4.15,97	Hamar V	13.08.2022	Int	4.20,63-22
34	Sondre Hvammen	Kongsberg IF	04.09.03	JA <sup>2</sup>	4.16,19	Hamar V	19.11.2022	Int	4.15,71-22
35	Miika Klevstuen	OSK	05.09.06	JB <sup>1</sup>	4.17,89	Hamar V	13.08.2022	Int	4.33,58-22
36	Reidar Bohlin Borgersen	Geithus IL	10.04.80	M-40	4.19,12	Hamar V	14.01.2023	Int	3.51,50-02
37	Christoffer Hovde	Jevnaker IF	12.03.05	JA <sup>1</sup>	4.20,29	Hamar V	13.08.2022	Int	4.33,59-20
38	Øystein Grødum	Arendal SK	15.02.77	M-45	4.21,18	Arendal M	12.01.2023	L	3.41,02-06
39	Eivind Lia	Geithus IL	22.07.81	M-40	4.21,49	Hamar V	14.01.2023	Int	4.01,92-05
40	Frank Erik Tindvik	H&BSK	09.07.81	M-40	4.21,50	Hamar V	14.01.2023	Int	4.10,72-20
41	Eirik Andersen	Aktiv SK	21.10.06	JB <sup>1</sup>	4.23,28	Hamar V	13.08.2022	Int	4.43,47-22
42	Robin Sleeking	Hol IL	08.11.00	MS	4.23,76	Hamar V	05.11.2022	Int	4.21,17-22
43	Ask Darup	TT	05.12.03	JA <sup>2</sup>	4.24,02	Hamar V	13.08.2022	Int	4.23,92-22
44	Nicolai Ulvan	Spk Falken	24.10.05	JB <sup>2</sup>	4.25,96	Bjugn FH	22.10.2022	Int	4.23,31-22
45	Kristoffer Knag Songstad	Fana IL	17.12.05	JB <sup>2</sup>	4.28,18	Stavanger SA	04.12.2022	N	4.19,96-22

### 5000 m menn (< 7.45,00)

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.22
1	Sander Eitrem	Nord-Odal IL	12.02.02	MS	6.08,24	Heerenveen	19.11.2022	WC	6.12,87-22
2	Hallgeir Engebråten	Nord-Odal IL	17.12.99	MS	6.09,44	Heerenveen	19.11.2022	WC	6.09,21-21
3	Peder Kongshaug	SSSK	13.08.01	MS	6.13,51	Heerenveen	19.11.2022	WC	6.17,50-22
4	Sigurd Henriksen	Fana IL	26.10.04	JA <sup>1</sup>	6.13,84	Calgary	10.12.2022	WC	6.33,16-22
5	Kristian Gamme Ulekleiv	Gjøvik SK	28.08.96	MS	6.18,61	Heerenveen	19.11.2022	WC	6.28,38-22
6	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	17.07.92	M-30	6.27,57	Inzell	15.10.2022	Int	6.07,16-19
7	Kasper Tveter	SSSK	05.09.01	MS	6.36,42	Stavanger SA	17.12.2022	Int	6.45,24-21
8	Ole Bjørnsmoen Næss	Tynset IF	02.06.91	M-30	6.38,56	Inzell	15.10.2022	Int	6.23,30-15
9	Vetle Stangeland	TT	12.08.97	MS	6.42,70	Hamar V	29.10.2022	NME	6.34,93-19
10	John Granli	Stord IL	02.01.02	MS	6.43,33	Stavanger SA	17.12.2022	Int	6.42,58-22
11	Sander Tveter	SSSK	27.06.99	MS	6.43,60	Hamar V	29.10.2022	NME	6.40,69-21
12	Oddbjørn Mellestrand	SSSK	10.01.02	MS	6.48,27	Stavanger SA	17.12.2022	Int	6.43,83-21
13	Birk Finnstø Refsaas	Bjugn/Ørland SK	25.09.02	MS	6.49,50	Stavanger SA	17.12.2022	Int	6.50,66-21
14	Thomas Lande Eriksen	Aktiv SK	16.02.99	MS	6.49,60	Stavanger SA	17.12.2022	Int	6.38,41-18
15	Sigurd Holbø Dyrset	Trondheim Kortbanekl	21.04.04	JA <sup>2</sup>	6.52,16	Stavanger SA	17.12.2022	Int	7.08,84-22

16	Daniel Thuv Eriksen	Herkules SK	18.01.01	MS	6.55,77	Hamar V	29.10.2022	NME	7.00,02-22
17	Finn Elias Haneberg	Hamar IL	12.06.05	JA <sup>1</sup>	6.57,49	Stavanger SA	17.12.2022	Int	7.46,69-22
18	Viktor Smedstad Haukaas	Aktiv SK	18.03.03	MS	6.58,46	Stavanger SA	17.12.2022	Int	7.15,35-21
19	Thomas Andreassen	Nord-Odal IL	28.06.04	JA <sup>1</sup>	6.58,50	Stavanger SA	17.12.2022	Int	7.24,64-21
20	Filip Møller Nordal	IF Fram	20.12.05	JB <sup>2</sup>	6.59,07	Stavanger SA	17.12.2022	Int	7.23,13-22
21	Vegard Rye	SSSK	14.11.01	MS	6.59,68	Hamar V	29.10.2022	NME	6.41,94-22
22	Erlend Belsvik	Stord IL	15.04.02	MS	7.00,31	Hamar V	29.10.2022	NME	6.55,37-22
23	Joren Sleeking	Hol IL	29.12.02	MS	7.01,27	Stavanger SA	17.12.2022	Int	7.16,85-22
24	Ivar Norheim	Fana IL	22.09.04	JA <sup>1</sup>	7.02,31	Hamar V	29.10.2022	NME	7.09,26-22
25	Runar Njåtun Krøyer	Asker SK	15.04.95	MS	7.03,23	Hamar V	20.11.2022	Int	6.34,98-19
26	Didrik Møller Nordal	IF Fram	07.10.00	MS	7.08,97	Hamar V	06.11.2022	Int	6.55,30-22
27	Aron Aannø	Bjugn/Ørland SK	05.05.05	JA <sup>1</sup>	7.13,77	Hamar V	20.11.2022	Int	7.54,70-22
28	Frederik Gajos Hamre	SSSK	19.03.06	JB <sup>2</sup>	7.14,33	Stavanger SA	17.12.2022	Int	8.06,32-22
29	Sondre Hvammen	Kongsberg IF	04.09.03	JA <sup>2</sup>	7.17,93	Stavanger SA	17.12.2022	Int	7.29,59-22
30	Reidar Bohlin Borgersen	Geithus IL	10.04.80	M-40	7.25,71	Hamar V	15.01.2023	Int	3.51,50-02
31	Tinius Rambøl Alme	Aktiv SK	12.03.06	JB <sup>2</sup>	7.27,55	Stavanger SA	17.12.2022	Int	
32	Frank Erik Tindvik	H&BSK	09.07.81	M-40	7.28,82	Hamar V	15.01.2023	Int	7.12,43-20
33	Ask Darup	TT	05.12.03	JA <sup>2</sup>	7.32,64	Stavanger SA	17.12.2022	Int	7.56,16-22
34	Eirik Andersen	Aktiv SK	21.10.06	JB <sup>1</sup>	7.32,83	Stavanger SA	17.12.2022	Int	
35	Nicolai Ulvan	Spk Falken	24.10.05	JB <sup>2</sup>	7.35,98	Stavanger SA	17.12.2022	Int	
36	Robin Sleeking	Hol IL	08.11.00	MS	7.39,41	Hamar V	06.11.2022	Int	7.34,26-21

### 10000 m menn (< 17.00,00)

Pi.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.22
1	Sigurd Henriksen	Fana IL	26.10.04	JA <sup>1</sup>	13.02.53	Calgary	17.12.2022	WC	13.30,85-22
2	Sander Eitrem	Nord-Odal IL	12.02.02	MS	13.04,24	Hamar V	08.01.2023	EM	13.20,40-22
3	Hallgeir Engebråten	Nord-Odal IL	17.12.99	MS	13.09,95	Calgary	17.12.2022	WC	13.17,76-22
4	Peder Kongshaug	SSSK	13.08.01	MS	13.12,15	Calgary	17.12.2022	WC	13.30,09-22
5	Ole Bjørnsmoen Næss	Tynset IF	02.06.91	M-30	13.54,33	Hamar V	30.10.2022	NME	13.09,34-15
6	Vetle Stangeland	TT	12.08.97	MS	14.01,20	Hamar V	30.10.2022	NME	13.52,22-22
7	John Granli	Stord IL	02.01.02	MS	14.05,71	Stavanger SA	18.12.2022	Int	14.27,14-22
8	Kasper Tveter	SSSK	05.09.01	MS	14.10,06	Stavanger SA	18.12.2022	Int	
9	Erlend Belsvik	Stord IL	15.04.02	MS	14.25,79	Stavanger SA	18.12.2022	Int	14.28,76-21
10	Sigurd Holbø Dyrset	Trondheim Kortbanekl	21.04.04	JA <sup>2</sup>	14.31,28	Stavanger SA	18.12.2022	Int	
11	Daniel Thuv Eriksen	Herkules SK	18.01.01	MS	14.34,35	Stavanger SA	18.12.2022	Int	14.54,14-22
12	Finn Elias Haneberg	Hamar IL	12.06.05	JA <sup>1</sup>	14.36,48	Stavanger SA	18.12.2022	Int	
13	Viktor Smedstad Haukaas	Aktiv SK	18.03.03	MS	14.43,14	Stavanger SA	18.12.2022	Int	14.51,91-22
14	Thomas Lande Eriksen	Aktiv SK	16.02.99	MS	14.43,22	Stavanger SA	18.12.2022	Int	14.29,67-18
15	Oddbjørn Mellemstrand	SSSK	10.01.02	MS	14.43,84	Stavanger SA	18.12.2022	Int	14.16,80-21
16	Thomas Andreassen	Nord-Odal IL	28.06.04	JA <sup>1</sup>	14.48,38	Stavanger SA	18.12.2022	Int	
17	Joren Sleeking	Hol IL	29.12.02	MS	14.52,01	Stavanger SA	18.12.2022	Int	15.05,76-22
18	Filip Møller Nordal	IF Fram	20.12.05	JB <sup>2</sup>	15.00,42	Stavanger SA	18.12.2022	Int	
19	Birk Finnstø Refsaas	Bjugn/Ørland SK	25.09.02	JA <sup>2</sup>	15.02,15	Stavanger SA	18.12.2022	Int	14.35,93-21
20	Eirik Andersen	Aktiv SK	21.10.06	JB <sup>1</sup>	15.15,30	Stavanger SA	18.12.2022	Int	
21	Sondre Hvammen	Kongsberg IF	04.09.03	JA <sup>2</sup>	15.21,95	Stavanger SA	18.12.2022	Int	15.58,72-21
22	Tinius Rambøl Alme	Aktiv SK	12.03.06	JB <sup>2</sup>	15.38,02	Stavanger SA	18.12.2022	Int	
23	Ask Darup	TT	05.12.03	JA <sup>2</sup>	15.50,70	Stavanger SA	18.12.2022	Int	16.36,58-22
24	Morten Kjellemyr Eilertsen	Herkules SK	19.02.70	M-50	16.38,54	Hamar V	15.01.2023	Int	15.32,96-20
25	Håvard Straumsnes	Oslo Speedskaters	07.12.91	M-30	16.55,79	Hamar V	15.01.2023	Int	17.06,48-22