

# NORSK SESONGSTATISTIKK 2018/19 - pr. 10. april 2019

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 2018/19 er markert rødt.

## 100 m kvinner (< 12,00)

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type
1	Hege Bøtkko	Hol IL	05.09.91	KS	10,93	Hamar V	10.08.2018	Int
2	Martine Ripsrud	Stange SK	31.10.95	KS	11,01	Hamar V	10.08.2018	Int
3	Anne Gulbrandsen	Eidsvold TF	17.02.94	KS	11,02	Hamar V	10.08.2018	Int
4	Julie Nistad Samsonsen	Fana IL	05.04.00	JA <sup>2</sup>	11,07	Hamar V	10.08.2018	Int
5	Maria Netland Rabbe	Fana IL	05.05.01	JA <sup>1</sup>	11,38	Hamar V	11.08.2018	Int
6	Nille Martha Norhaug Faleide	Gol IL	11.09.92	KS	11,53	Hamar V	11.08.2018	Int
7	Sofie Ulset	Bjugn/Ørland SK	16.01.04	JC <sup>2</sup>	11,64	Bjugn FH	13.02.2019	L
8	Synne Elise Hangstad	Tromsø SK	08.06.00	JA <sup>2</sup>	11,94	Tromsø	14.03.2019	L

## 500 m kvinner (< 45,50)

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.18
1	Hege Bøtkko	Hol IL	05.09.91	KS	38,38	Heerenveen	15.12.2018	WC	37,43-17
2	Ida Njåttun	Asker SK	06.02.91	KS	38,69	Calgary	02.03.2019	VM	39,01-15
3	Julie Nistad Samsonsen	Fana IL	05.04.00	JA <sup>2</sup>	39,54	Stavanger SA	16.03.2019	Int	40,27-18
4	Anne Gulbrandsen	Eidsvold TF	17.02.94	KS	39,61	Heerenveen	23.02.2019	VM	40,26-17
5	Martine Ripsrud	Stange SK	31.10.95	KS	39,65	Hamar V	03.11.2018	NM	38,40-17
6	Ragne Wiklund	Aktiv SK	09.05.00	JA <sup>2</sup>	40,03	Calgary	02.03.2019	VM	40,64-18
7	Ane By Farstad	Spk Falken	31.03.00	JA <sup>2</sup>	40,43	Calgary	15.03.2019	Int	40,20-18
8	Sofie Karoline Haugen	Sandefjord SK	22.04.95	KS	40,69	Hamar V	27.10.2018	Int	40,35-17
9	Ellen Bjertnes	Geithus IL	08.12.94	KS	40,92	Hamar V	03.11.2018	NM	39,66-16
10	Nille Martha Norhaug Faleide	Gol IL	11.09.92	KS	41,03	Inzell	13.10.2018	Int	40,50-17
11	Carina Jagtøyen	Leinstrand IL	05.05.98	KS	41,38	Stavanger SA	16.03.2019	Int	41,27-17
12	Marte Vatn	Spk Falken	26.06.95	KS	41,47	Inzell	13.10.2018	Int	40,40-18
13	Rikke Jeppsson	Nesodden IF	12.09.88	KS	41,59	Leeuwarden	10.03.2019	Int	39,49-17
14	Maria Netland Rabbe	Fana IL	05.05.01	JA <sup>1</sup>	41,76	Stavanger SA	16.03.2019	Int	42,41-18
15	Marte Bjerkreim Furnée	Asker SK	17.06.01	JA <sup>1</sup>	41,78	Stavanger SA	16.03.2019	Int	43,42-18
16	Marit Fjellanger Bøhm	SSSK	24.10.88	K-30	42,01	Stavanger SA	05.01.2019	Int	41,85-16
17	Vilde Baas	Dølemlø IL	30.08.00	JA <sup>1</sup>	42,22	Stavanger SA	16.03.2019	Int	42,66-18
18	Arwen Szygenda	Sør-Fron IL	30.06.02	JB <sup>2</sup>	42,44	Stavanger SA	16.03.2019	Int	45,30-18
19	Sofie Ulset	Bjugn/Ørland SK	16.01.04	JC <sup>2</sup>	42,84	Heerenveen	02.03.2019	Int	44,64-18
20	Camilla Lund	Leinstrand IL	12.11.94	KS	42,99	Arendal M	29.12.2018	NM	41,32-16
21	Gina Engebråten	Nord-Odal IL	19.09.01	JB <sup>2</sup>	43,06	Hamar V	05.01.2019	Int	43,16-18
22	Kari-Celine Reiss-Jakobsen	SSK Toten	10.12.02	JB <sup>1</sup>	43,17	Hamar V	12.01.2019	JNM	44,55-18
23	Lise Hølland	SSSK	05.10.00	JA <sup>1</sup>	43,27	Stavanger SA	16.03.2019	Int	44,32-18
24	Siri Moseng Reiersen	Arendal SK	08.12.89	KS	43,38	Stavanger SA	16.03.2019	Int	41,11-15
25	Julie Lu Sægrov Aske	SSSK	16.08.02	JB <sup>1</sup>	43,52	Stavanger SA	06.02.2019	N	45,70-18
-	Emilie Jagtøyen	Leinstrand IL	21.05.01	JA <sup>1</sup>	43,52	Stavanger SA	16.03.2019	Int	44,28-18
27	Hanna Svenni	Asker SK	05.05.02	JB <sup>2</sup>	43,57	Stavanger SA	16.03.2019	Int	44,08-18
-	Marie Bakken Haugli	Jevnaker IF	14.11.95	KS	43,57	Stavanger SA	16.03.2019	Int	43,51-14
29	Victoria Keltie Sætersdal	Fana IL	27.06.00	JA <sup>2</sup>	43,65	Hamar V	12.01.2019	JNM	43,94-18
30	Amalie Haugland	Bergen SK	06.11.03	JC <sup>2</sup>	43,72	Stavanger SA	16.03.2019	Int	46,08-18
31	Julie Berg Sjøbrend	Aktiv SK	07.06.02	JB <sup>2</sup>	43,96	Stavanger SA	15.02.2019	LM	44,83-18
32	Sarah Marie Sanderud	Nord-Odal IL	20.07.02	JB <sup>1</sup>	44,03	Heerenveen	02.03.2019	Int	44,74-18
33	Nini Mauseth	Hamar IL	28.09.04	JC <sup>1</sup>	44,29	Stavanger SA	16.03.2019	Int	47,11-18
34	Camilla Hvammen	Kongsberg IF	09.03.00	JA <sup>2</sup>	44,32	Stavanger SA	09.03.2019	Int	44,44-18
35	Else Merethe Omsland	IF Fram	10.05.96	KS	44,41	Stavanger SA	16.03.2019	Int	44,55-12
36	Ingunn K. Myhre	Jevnaker IF	21.08.00	JA <sup>1</sup>	44,78	Stavanger SA	16.03.2019	Int	45,57-18
37	Synne Elise Hangstad	Tromsø SK	08.06.00	JA <sup>2</sup>	44,80	Stavanger SA	06.01.2019	Int	46,10-18
38	Oline Anspach Klippen	Fana IL	29.03.02	JB <sup>2</sup>	44,81	Hamar V	27.10.2018	Int	45,14-17
39	Dina Storelid	Stord IL	15.12.03	JC <sup>2</sup>	44,82	Calgary	15.03.2019	Int	46,31-18
40	Maria Anspach Klippen	Fana IL	02.01.99	KS	44,85	Inzell	23.02.2019	Int	43,75-18
41	Oda Kjærøvik Østenstad	Asker SK	17.06.01	JB <sup>2</sup>	44,88	Hamar V	27.10.2018	Int	44,54-18
42	Guro Bergstrøm	Jevnaker IF	04.12.95	KS	44,90	Stavanger SA	16.03.2019	Int	44,13-14
43	Ida Sanderud	Nord-Odal IL	27.02.96	KS	45,11	Hamar V	17.11.2018	Int	42,68-17
44	Patricia Johannessen	TT	07.04.04	JC <sup>2</sup>	45,13	Hamar V	02.03.2019	Int	49,68-18
45	Emilie Sparre Njøs	Aktiv SK	06.07.00	JA <sup>1</sup>	45,41	Stavanger SA	06.01.2019	Int	46,43-17
46	Hanna Engebråten	Nord-Odal IL	08.04.04	JC <sup>2</sup>	45,49	Hamar V	12.01.2019	JNM	46,73-18

## 1000 m kvinner (< 1.32,00)

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.18
1	Hege Bøtkko	Hol IL	05.09.91	KS	1.15,86	Heerenveen	16.12.2018	WC	1.13,81-18
2	Ida Njåttun	Asker SK	06.02.91	KS	1.16,65	Heerenveen	16.12.2018	WC	1.14,37-16
3	Ragne Wiklund	Aktiv SK	09.05.00	JA <sup>2</sup>	1.17,33	Heerenveen	16.12.2018	WC	1.18,77-18
4	Anne Gulbrandsen	Eidsvold TF	17.02.94	KS	1.18,48	Inzell	09.02.2019	VM	1.18,85-14
5	Julie Nistad Samsonsen	Fana IL	05.04.00	JA <sup>2</sup>	1.19,73	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.22,31-17
6	Sofie Karoline Haugen	Sandefjord SK	22.04.95	KS	1.20,09	Hamar V	04.11.2018	NM	1.18,66-16
7	Ane By Farstad	Spk Falken	31.03.00	JA <sup>2</sup>	1.20,50	Calgary	16.03.2019	Int	1.20,82-18
8	Ellen Bjertnes	Geithus IL	08.12.94	KS	1.20,94	Hamar V	04.11.2018	NM	1.17,72-16

9	Marte Bjerkreim Furnée	Asker SK	17.06.01	JA <sup>1</sup>	1.21,09	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.24,98-18
10	Martine Ripsrud	Stange SK	31.10.95	KS	1.21,88	Hamar V	04.11.2018	NM	1.16,62-17
11	Arwen Szygenda	Sør-Fron IL	30.06.02	JB <sup>2</sup>	1.22,63	Heerenveen	02.03.2019	Int	1.31,44-18
12	Vilde Baas	Dølemo IL	30.08.00	JA <sup>1</sup>	1.22,91	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.27,92-17
13	Marit Fjellanger Bøhm	SSSK	24.10.88	K-30	1.23,02	Stavanger SA	24.11.2018	Int	1.22,31-18
14	Marte Vatn	Spk Falken	26.06.95	KS	1.23,06	Inzell	13.10.2018	Int	1.20,67-18
15	Carina Jagtøyen	Leinstrand IL	05.05.98	KS	1.23,10	Inzell	22.02.2019	Int	1.23,17-17
16	Rikke Jeppsson	Nesodden IF	12.09.88	KS	1.23,24	Leeuwarden	10.03.2019	Int	1.18,31-17
17	Kari-Celine Reiss-Jakobsen	SSK Toten	10.12.02	JB <sup>1</sup>	1.24,52	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.29,05-18
18	Marie Bakken Haugli	Jevnaker IF	14.11.95	KS	1.24,69	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.24,47-17
19	Nille Martha Norhaug Faleide	Gol IL	11.09.92	KS	1.24,79	Inzell	13.10.2018	Int	1.22,13-11
20	Amalie Haugland	Bergen SK	06.11.03	JC <sup>2</sup>	1.25,02	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.32,86-18
21	Maria Netland Rabbe	Fana IL	05.05.01	JA <sup>1</sup>	1.25,05	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.28,88-18
22	Gina Engebråten	Nord-Odal IL	19.09.01	JB <sup>2</sup>	1.25,25	Hamar V	13.01.2019	JNM	1.27,02-18
23	Julie Berg Sjøbrend	Aktiv SK	07.06.02	JB <sup>2</sup>	1.25,59	Stavanger SA	17.02.2019	LM	1.28,24-18
24	Julie Lu Sægrov Aske	SSSK	16.08.02	JB <sup>1</sup>	1.25,83	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.31,59-17
25	Victoria Keltie Sætersdal	Fana IL	27.06.00	JA <sup>2</sup>	1.26,03	Hamar V	13.01.2019	JNM	1.27,57-18
26	Sarah Marie Sanderud	Nord-Odal IL	20.07.02	JB <sup>1</sup>	1.26,13	Stavanger SA	17.02.2019	LM	1.28,76-18
27	Hanna Svenni	Asker SK	05.05.02	JB <sup>2</sup>	1.26,20	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.28,89-18
28	Lise Hølland	SSSK	05.10.00	JA <sup>1</sup>	1.26,61	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.29,51-18
29	Sofie Ulset	Bjugn/Ørland SK	16.01.04	JC <sup>2</sup>	1.27,57	Heerenveen	01.03.2019	Int	1.30,06-18
-	Emilie Jagtøyen	Leinstrand IL	21.05.01	JA <sup>1</sup>	1.27,57	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.31,88-17
31	Dina Storelid	Stord IL	15.12.03	JC <sup>2</sup>	1.27,59	Calgary	16.03.2019	Int	1.32,98-18
32	Guro Bergstrøm	Jevnaker IF	04.12.95	KS	1.29,14	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.28,45-14
33	Nini Mauseth	Hamar IL	28.09.04	JC <sup>1</sup>	1.29,20	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.34,00-18
34	Ingunn K. Myhre	Jevnaker IF	21.08.00	JA <sup>1</sup>	1.29,28	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.30,24-17
35	Camilla Hvammen	Kongsberg IF	09.03.00	JA <sup>2</sup>	1.29,83	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.28,86-18
36	Ina Nakken	TT	19.03.05	JC <sup>1</sup>	1.30,32	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.36,64-18
37	Oda Kjærøvik Østenstad	Asker SK	17.06.01	JB <sup>2</sup>	1.30,44	Hamar V	13.01.2019	JNM	1.30,39-18
38	Oline Anspach Klippen	Fana IL	29.03.02	JB <sup>2</sup>	1.30,58	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.30,29-17
39	Else Merethe Omsland	IF Fram	10.05.96	KS	1.30,96	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.30,72-12
40	Hanna Engebråten	Nord-Odal IL	08.04.04	JC <sup>2</sup>	1.31,05	Stavanger SA	17.02.2019	LM	1.36,64-18
41	Synne Elise Hangstad	Tromsø SK	08.06.00	JA <sup>2</sup>	1.31,29	Hamar V	13.01.2019	JNM	1.35,07-18
42	Renate Jeppsson	Nesodden IF	16.04.73	K-45	1.31,34	Leeuwarden	09.03.2019	Int	1.24,82-07
43	Amanda Bø Lysø	Kongsvinger SK	28.09.04	JB <sup>1</sup>	1.31,89	Stavanger SA	17.02.2019	LM	1.33,59-18
44	Maria Anspach Klippen	Fana IL	02.01.99	KS	1.31,93	Hamar V	28.10.2018	Int	1.29,64-18

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

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7-18
1	Ida Njåtun	Asker SK	06.02.91	KS	1.53,50	Salt Lake City	10.03.2019	WC	1.52,71-15
2	Ragne Wiklund	Aktiv SK	09.05.00	JA <sup>2</sup>	1.57,59	Inzell	10.02.2019	VM	2.00,02-18
3	Sofie Karoline Haugen	Sandefjord SK	22.04.95	KS	2.02,18	Obihiro	17.11.2018	WC	1.59,06-16
4	Marit Fjellanger Bøhm	SSSK	24.10.88	K-30	2.05,66	Stavanger SA	05.01.2019	Int	2.03,73-14
5	Camilla Lund	Leinstrand IL	12.11.94	KS	2.06,40	Hamar V	02.11.2018	NM	2.01,72-17
6	Ane By Farstad	Spk Falken	31.03.00	JA <sup>2</sup>	2.06,47	Calgary	17.03.2019	Int	2.06,02-18
7	Arwen Szygenda	Sør-Fron IL	30.06.02	JB <sup>2</sup>	2.06,59	Stavanger SA	17.03.2019	Int	2.22,56-17
8	Marte Bjerkreim Furnée	Asker SK	17.06.01	JA <sup>1</sup>	2.07,81	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.13,02-18
9	Carina Jagtøyen	Leinstrand IL	05.05.98	KS	2.10,06	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.11,40-17
10	Marte Vatn	Spk Falken	26.06.95	KS	2.10,13	Inzell	14.10.2018	Int	2.04,40-16
11	Ellen Bjertnes	Geithus IL	08.12.94	KS	2.10,34	Hamar V	17.11.2018	Int	2.00,48-17
12	Julie Berg Sjøbrend	Aktiv SK	07.06.02	JB <sup>2</sup>	2.10,42	Stavanger SA	16.02.2019	LM	2.14,04-18
13	Sarah Marie Sanderud	Nord-Odal IL	20.07.02	JB <sup>1</sup>	2.11,30	Stavanger SA	17.03.2019	Int	2.15,21-18
14	Kari-Celine Reiss-Jakobsen	SSK Toten	10.12.02	JB <sup>1</sup>	2.11,69	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.16,87-18
15	Julie Lu Sægrov Aske	SSSK	16.08.02	JB <sup>1</sup>	2.12,42	Heerenveen	02.03.2019	Int	2.22,38-16
16	Marie Bakken Haugli	Jevnaker IF	14.11.95	KS	2.12,80	Stavanger SA	05.01.2019	Int	2.09,97-17
17	Vilde Baas	Dølemo IL	30.08.00	JA <sup>1</sup>	2.12,95	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.17,77-16
18	Gina Engebråten	Nord-Odal IL	19.09.01	JB <sup>2</sup>	2.13,05	Hamar V	02.11.2018	NM	2.13,93-18
19	Amalie Haugland	Bergen SK	06.11.03	JC <sup>2</sup>	2.13,07	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.24,35-18
20	Victoria Keltie Sætersdal	Fana IL	27.06.00	JA <sup>2</sup>	2.13,37	Hamar V	02.11.2018	NM	2.16,70-18
21	Dina Storelid	Stord IL	15.12.03	JC <sup>2</sup>	2.13,72	Calgary	17.03.2019	Int	2.24,27-18
22	Hanna Svenni	Asker SK	05.05.02	JB <sup>2</sup>	2.13,94	Stavanger SA	16.02.2019	LM	2.16,44-18
23	Maria Netland Rabbe	Fana IL	05.05.01	JA <sup>1</sup>	2.15,75	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.19,10-18
24	Emilie Jagtøyen	Leinstrand IL	21.05.01	JA <sup>1</sup>	2.17,30	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.23,29-17
25	Sofie Ulset	Bjugn/Ørland SK	16.01.04	JC <sup>2</sup>	2.19,06	Heerenveen	02.03.2019	Int	2.23,68-18
26	Nini Mauseth	Hamar IL	28.09.04	JC <sup>1</sup>	2.19,50	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.26,73-18
27	Ina Nakken	TT	19.03.05	JC <sup>1</sup>	2.19,56	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.29,19-18
28	Oline Anspach Klippen	Fana IL	29.03.02	JB <sup>2</sup>	2.19,78	Stavanger SA	25.11.2018	Int	2.22,01-18
29	Ingunn K. Myhre	Jevnaker IF	21.08.00	JA <sup>1</sup>	2.19,81	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.19,85-17
30	Lise Hølland	SSSK	05.10.00	JA <sup>1</sup>	2.20,09	Stavanger SA	05.01.2019	Int	2.20,83-18
-	Tuva Fløiten	Nord-Odal IL	22.04.04	JC <sup>2</sup>	2.20,09	Hamar V	02.03.2019	Int	2.29,26-18
32	Oda Kjærøvik Østenstad	Asker SK	17.06.01	JB <sup>2</sup>	2.20,15	Hamar V	13.01.2019	JNM	2.19,76-18
33	Else Merethe Omsland	IF Fram	10.05.96	KS	2.21,43	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.22,20-16
34	Nina Tørset	Leinstrand IL	26.07.73	K-45	2.21,53	Bjugn FH	02.03.2019	N	2.06,34-11
35	Maria Anspach Klippen	Fana IL	02.01.99	KS	2.22,12	Hamar V	27.10.2018	Int	2.18,55-18
36	Aurora Løvås	Nord-Odal IL	14.03.05	JC <sup>1</sup>	2.22,17	Stavanger SA	16.02.2019	LM	2.43,01-18
37	Hanna Engebråten	Nord-Odal IL	08.04.04	JC <sup>2</sup>	2.22,36	Stavanger SA	16.02.2019	LM	2.31,72-18
38	Guro Bergstrøm	Jevnaker IF	04.12.95	KS	2.22,66	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.16,65-14

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

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.18
1	Ida Njåtun	Asker SK	06.02.91	KS	4.04,14	Calgary	02.03.2019	VM	4.01,47-14
2	Ragne Wiklund	Aktiv SK	09.05.00	JA <sup>2</sup>	4.07,31	Heerenveen	16.12.2018	WC	4.15,15-18
3	Camilla Lund	Leinstrand IL	12.11.94	KS	4.14,83	Heerenveen	16.12.2018	WC	4.07,31-17
4	Sofie Karoline Haugen	Sandefjord SK	22.04.95	KS	4.14,91	Obihiro	18.11.2018	WC	4.10,57-18
5	Marit Fjellanger Bøhm	SSSK	24.10.88	K-30	4.20,11	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.18,79-16
6	Arwen Szygenda	Sør-Fron IL	30.06.02	JB <sup>2</sup>	4.32,39	Stavanger SA	16.03.2019	Int	5.04,96-17
7	Marte Bjerkeim Furnée	Asker SK	17.06.01	JA <sup>1</sup>	4.33,66	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.46,55-18
8	Kari-Celine Reiss-Jakobsen	SSK Toten	10.12.02	JB <sup>1</sup>	4.37,92	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.50,91-18
9	Sarah Marie Sanderud	Nord-Odal IL	20.07.02	JB <sup>1</sup>	4.38,71	Tomaszow-M.	24.11.2018	WCJ	4.46,96-18
10	Marie Bakken Haugli	Jevnaker IF	14.11.95	KS	4.39,69	Stavanger SA	06.01.2019	Int	4.28,29-14
-	Julie Berg Sjøbrend	Aktiv SK	07.06.02	JB <sup>2</sup>	4.39,69	Stavanger SA	17.02.2019	LM	4.45,75-18
12	Amalie Haugland	Bergen SK	06.11.03	JC <sup>2</sup>	4.41,65	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.58,60-18
13	Ane By Farstad	Spk Falken	31.03.00	JA <sup>2</sup>	4.43,81	Hamar V	13.01.2019	JNM	4.45,35-17
14	Victoria Keltie Sætersdal	Fana IL	27.06.00	JA <sup>2</sup>	4.44,34	Hamar V	28.10.2018	Int	4.54,47-18
15	Hanna Svenni	Asker SK	05.05.02	JB <sup>2</sup>	4.44,82	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.53,53-18
16	Gina Engebråten	Nord-Odal IL	19.09.01	JB <sup>2</sup>	4.45,98	Hamar V	28.10.2018	Int	4.51,92-18
17	Dina Storelid	Stord IL	15.12.03	JC <sup>2</sup>	4.48,31	Calgary	15.03.2019	Int	4.54,75-18
18	Julie Lu Særgrov Aske	SSSK	16.08.02	JB <sup>1</sup>	4.48,54	Hamar V	13.01.2019	JNM	5.03,61-17
19	Lise Hølland	SSSK	05.10.00	JA <sup>1</sup>	4.49,41	Stavanger SA	16.03.2019	Int	4.57,82-16
20	Vilde Baas	Dølemlø IL	30.08.00	JA <sup>1</sup>	4.50,41	Stavanger SA	17.03.2019	Int	5.07,38-16
21	Ina Nakken	TT	19.03.05	JC <sup>1</sup>	4.51,62	Stavanger SA	17.03.2019	Int	
22	Tuva Fløiten	Nord-Odal IL	22.04.04	JC <sup>2</sup>	4.54,90	Stavanger SA	10.03.2019	Int	5.11,57-18
23	Oda Kjærøvik Østenstad	Asker SK	17.06.01	JB <sup>2</sup>	4.57,32	Hamar V	13.01.2019	JNM	5.04,40-18
24	Oline Anspach Klippen	Fana IL	29.03.02	JB <sup>2</sup>	4.58,99	Hamar V	28.10.2018	Int	5.06,42-18
25	Maria Netland Rabbe	Fana IL	05.05.01	JA <sup>1</sup>	5.03,42	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.56,25-18
26	Benedicte Keltie Sætersdal	Fana IL	05.11.02	JB <sup>1</sup>	5.03,66	Stavanger SA	17.03.2019	Int	5.08,32-18
27	Ingunn K. Myhre	Jevnaker IF	21.08.00	JA <sup>1</sup>	5.07,96	Stavanger SA	17.03.2019	Int	5.07,27-18
28	Aurora Løvås	Nord-Odal IL	14.03.05	JC <sup>1</sup>	5.10,44	Hamar V	18.11.2018	Int	
29	Olina Norheim	Fana IL	22.09.04	JC <sup>1</sup>	5.11,75	Stavanger SA	17.03.2019	Int	
30	Ingrid Håkegård Eichler	SSK Toten	07.03.05	JC <sup>1</sup>	5.12,10	Stavanger SA	17.03.2019	Int	
31	Guro Bergstrøm	Jevnaker IF	04.12.95	KS	5.14,36	Stavanger SA	06.01.2019	Int	4.48,18-14

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

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.18
1	Camilla Lund	Leinstrand IL	12.11.94	KS	7.27,24	Hamar V	04.11.2018	NM	7.16,01-18
2	Sofie Karoline Haugen	Sandefjord SK	22.04.95	KS	7.33,62	Hamar V	04.11.2018	NM	7.17,77-16
3	Ragne Wiklund	Aktiv SK	09.05.00	JA <sup>2</sup>	7.38,02	Hamar V	04.11.2018	NM	7.31,21-18
4	Marit Fjellanger Bøhm	SSSK	24.10.88	KS	7.44,95	Arendal M	30.12.2018	NM	7.36,85-17
5	Ida Njåtun	Asker SK	06.02.91	KS	7.48,09	Arendal M	30.12.2018	NM	7.04,00-15
6	Marie Bakken Haugli	Jevnaker IF	14.11.95	KS	7.50,52	Stavanger SA	17.03.2019	Int	7.52,05-14
7	Arwen Szygenda	Sør-Fron IL	30.06.02	JB <sup>2</sup>	7.53,49	Stavanger SA	17.03.2019	Int	8.37,76-17
8	Sarah Marie Sanderud	Nord-Odal IL	20.07.02	JB <sup>1</sup>	7.59,57	Stavanger SA	17.03.2019	Int	
9	Nina Tørset	Leinstrand IL	26.07.73	K-45	8.17,96	Bjugn FH	01.03.2019	N	8.00,41-99
10	Gina Engebråten	Nord-Odal IL	19.09.01	JB <sup>2</sup>	8.23,63	Hamar V	04.11.2018	NM	
11	Kari-Celine Reiss-Jakobsen	SSK Toten	10.12.02	JB <sup>1</sup>	8.34,38	Hamar V	04.11.2018	NM	

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

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.18
1	Silje Kristine Borgersen	Geithus IL	26.11.95	KS	18.59,99	Geithus F	16.02.2019	N	
2	Sara Hemmer	Aktiv SK	25.03.59	K-60	19.54,69	Geithus F	16.02.2019	N	19.11,29-13

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

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type
1	Bjørn Magnussen	Spk Falken	02.01.98	MS	9,81	Hamar V	10.08.2018	Int
2	Håvard Holmefjord Lorentzen	Fana IL	02.10.92	MS	9,87	Hamar V	10.08.2017	Int
3	Simen Kroken	Aktiv SK	29.09.92	MS	9,89	Hamar V	11.08.2018	Int
4	Henrik Fagerli Rukke	Hol IL	20.10.96	MS	9,95	Hamar V	10.08.2017	Int
5	Johann Jørgen Sæves	Båstad IL	28.10.94	MS	9,99	Hamar V	10.08.2017	Int
6	Stian Gravdal	Fana IL	14.11.00	JA <sup>1</sup>	10,43	Hamar V	10.08.2017	Int
7	Fosi Mohammed Suleiman	Tynset IF	07.09.99	JA <sup>2</sup>	10,48	Tynset N	03.01.2019	L
8	Nils Harsjøen	Tynset IF	28.07.99	JA <sup>2</sup>	10,54	Tynset N	03.01.2019	L
9	Brage Olsen Børtnes	Drammens SK	16.01.96	MS	10,60	Drammen M	05.02.2019	L
10	Pål Myhren Kristensen	Arendal SK	19.02.00	JA <sup>2</sup>	10,62	Arendal M	04.12.2018	L
-	Sondre Kvalshaugen Glesne	Geithus IL	09.06.00	JA <sup>2</sup>	10,62	Geithus F	19.12.2018	L
12	Håkon Sæther	Nord-Odal IL	13.10.01	JB <sup>2</sup>	10,68	Sand P	13.02.2019	L
13	Ådne Kristensen Støyva	Fana IL	03.09.00	JA <sup>1</sup>	10,72	Hamar V	11.08.2018	Int
14	Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	28.06.03	JB <sup>1</sup>	10,79	Bjugn FH	13.02.2019	L

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

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.18
1	Håvard Holmefjord Lorentzen	Fana IL	02.10.92	MS	34,28	Salt Lake City	10.03.2019	WC	34,41-18
2	Henrik Fagerli Rukke	Hol IL	20.10.96	MS	34,74	Calgary	08.03.2019	Int	34,70-18
3	Bjørn Magnussen	Spk Falken	02.01.98	MS	34,99	Obihiro	17.11.2018	WC	35,01-18
4	Johann Jørgen Sæves	Båstad IL	28.10.94	MS	35,03	Calgary	16.03.2019	Int	35,23-18
5	Kristian Solland Reinton	Hol IL	05.07.96	MS	35,39	Calgary	23.02.2019	TT	36,32-18
6	Odin By Farstad	Spk Falken	01.12.97	MS	35,47	Calgary	16.03.2019	Int	35,77-17
7	Simen Kroken	Aktiv SK	29.09.92	MS	35,64	Calgary	08.03.2019	Int	35,73-16

8	Marius Bratli	Aktiv SK	30.12.97	MS	35,76	Calgary	16.03.2019	Int	36,24-18
9	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	17.07.92	MS	35,85	Calgary	02.03.2019	VM	35,87-15
10	Håvard Bøtkko	Hol IL	02.02.87	M-30	35,88	Calgary	02.03.2019	VM	35,75-15
11	Sindre Henriksen	Fana IL	24.07.92	MS	36,09	Calgary	23.02.2019	TT	36,03-17
12	Pål Myhren Kristensen	Arendal SK	19.02.00	JA <sup>2</sup>	36,14	Stavanger SA	16.03.2019	Int	37,34-18
13	Erik Resell	Spk Falken	11.06.00	JA <sup>2</sup>	36,38	Stavanger SA	16.03.2019	Int	37,65-18
14	Sander Mikkelsen	Jevnaker IF	01.09.98	MS	36,44	Calgary	08.03.2019	Int	36,88-17
15	Kristian Gamme Ulekleiv	Gjøvik SK	28.08.96	MS	36,62	Stavanger SA	16.03.2019	Int	36,58-18
16	Christoffer Fagerli Rukke	Hol IL	17.04.88	M-30	36,65	Inzell	06.10.2018	Int	35,10-14
17	Allan Dahl Johannsson	Aktiv SK	05.10.98	MS	36,74	Calgary	23.02.2019	TT	35,82-18
18	Magnus Dahle	SSSK	22.04.97	MS	36,84	Calgary	08.03.2019	Int	37,88-17
19	Simen Spieler Nilsen	Arendal SK	04.08.93	MS	36,87	Hamar V	28.10.2018	Int	35,72-15
20	Hallgeir Engebråten	Nord-Odal IL	17.12.99	JA <sup>2</sup>	37,00	Calgary	14.03.2019	Int	37,27-18
21	Magne Notland	Stord IL	22.02.93	MS	37,05	Calgary	16.03.2019	Int	36,60-15
22	Magnus Brask Nordfonn	Stord IL	12.08.93	MS	37,06	Calgary	16.03.2019	Int	37,47-18
23	Isak Høyby	Kongsvinger SK	26.11.99	JA <sup>2</sup>	37,08	Hamar V	03.03.2019	Int	38,39-17
24	Sindre Baas	Dølemo IL	10.12.98	MS	37,11	Stavanger SA	16.03.2019	Int	37,13-18
-	Jonas Haugland	Bergen SK	24.10.98	MS	37,11	Stavanger SA	16.03.2019	Int	37,76-18
26	Runar Njåtun Krøyer	Asker SK	15.04.95	MS	37,33	Inzell	24.02.2019	Int	37,02-18
27	Stian Gravdal	Fana IL	14.11.00	JA <sup>1</sup>	37,34	Stavanger SA	09.03.2019	Int	37,76-18
28	Magnus Bakken Haugli	Jevnaker IF	01.05.98	MS	37,47	Hamar V	02.03.2019	Int	37,36-17
29	Peder Kongshaug	SSSK	13.08.01	JB <sup>2</sup>	37,49	Stavanger SA	09.03.2019	Int	38,79-18
30	Brage Olsen Børtnes	Drammens SK	16.01.96	MS	37,53	Calgary	16.03.2019	Int	37,09-17
31	Kasper Tveter	IF Fram	05.09.01	JB <sup>2</sup>	37,59	Heerenveen	01.03.2019	Int	38,41-18
32	Espen Brask Nordfonn	Stord IL	28.03.91	MS	37,78	Calgary	14.03.2019	Int	36,76-15
33	Vetle Stangeland	TT	12.08.97	MS	37,92	Inzell	23.02.2019	Int	37,73-17
34	Ulrik Schaathun Berge	Fana IL	05.06.02	JB <sup>2</sup>	38,05	Stavanger SA	16.03.2019	Int	39,04-18
35	Bendik Mauseth	Hamar IL	04.01.01	JA <sup>1</sup>	38,12	Hamar V	12.01.2019	JNM	39,60-18
36	Håkon Sundøen Brørby	Jevnaker IF	20.07.97	MS	38,22	Stavanger SA	16.03.2019	Int	39,51-18
37	Håkon Sæther	Nord-Odal IL	13.10.01	JB <sup>2</sup>	38,23	Hamar V	03.03.2019	Int	38,38-18
-	Thomas Lande Eriksen	Aktiv SK	16.02.99	MS	38,23	Stavanger SA	16.03.2019	Int	39,22-18
39	Fredrik Nybråten	Geithus IL	11.12.94	MS	38,28	Hamar V	11.08.2018	Int	37,18-15
40	Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	28.06.03	JB <sup>1</sup>	38,29	Stavanger SA	16.03.2019	Int	40,03-18
41	Tobias Fløiten	Nord-Odal IL	01.10.01	JB <sup>2</sup>	38,44	Stavanger SA	09.03.2019	Int	38,86-18
42	Vegard Hansen	Kongsvinger SK	30.12.94	MS	38,45	Stavanger SA	16.03.2019	Int	38,79-18
43	Anders Geving Langli	Spk Falken	01.06.02	JB <sup>2</sup>	38,47	Stavanger SA	16.03.2019	Int	40,57-18
44	Emil Pedersen Matre	Fana IL	03.12.03	JC <sup>2</sup>	38,48	Stavanger SA	16.03.2019	Int	39,11-18
45	Sondre Kvalshaugen Glesne	Geithus IL	09.06.00	JA <sup>2</sup>	38,55	Stavanger SA	16.03.2019	Int	39,23-17
46	Oddbjørn Mellemstrand	SSSK	10.01.02	JB <sup>2</sup>	38,66	Stavanger SA	09.03.2019	Int	39,83-18
47	Ole Magnus Andreassen	Spk Falken	12.01.02	JB <sup>2</sup>	38,69	Stavanger SA	16.03.2019	Int	40,82-18
48	Jakob Anspach Klippen	Fana IL	04.04.95	MS	38,72	Hamar V	02.11.2018	NM	37,89-17
49	Robin Nicolai Gruben	Nord-Odal IL	05.07.93	MS	38,76	Hamar V	15.12.2018	Int	37,80-16
-	Birk Finnstø Refsaaas	Bjugn/Ørland SK	25.09.02	JB <sup>1</sup>	38,76	Stavanger SA	15.02.2019	LM	39,79-18
-	Sondre Buer Åsebø	Fana IL	15.10.02	JB <sup>1</sup>	38,76	Heerenveen	01.03.2019	Int	39,59-18
52	John Granli	Stord IL	02.01.02	JB <sup>2</sup>	38,82	Calgary	08.03.2019	Int	40,10-18
53	Sander Eitrem	Nord-Odal IL	12.02.02	JB <sup>2</sup>	38,83	Stavanger SA	16.03.2019	Int	39,94-18
54	Ivar Njøs	Leinstrand IL	22.10.65	M-50	38,86	Leeuwarden	10.03.2019	Int	37,5 -01
55	Daniel Thuv Eriksen	Herkules SK	18.01.01	JA <sup>1</sup>	38,89	Hamar V	03.03.2019	Int	39,19-18
56	Martin Bjertnes	Geithus IL	12.02.93	MS	38,98	Geithus F	10.11.2018	Int	37,23-12
57	Marcus Rasmussen Kvarme	Stord IL	28.06.01	JA <sup>1</sup>	39,03	Calgary	08.03.2019	Int	42,10-18
58	Sander Tveter	IF Fram	27.06.99	MS	39,04	Hamar V	03.03.2019	Int	39,76-17
59	Jørn Pettersen	Arendal SK	20.03.72	M-45	39,07	Stavanger SA	16.03.2019	Int	39,44-18
60	Vegard Rye	SSSK	14.11.01	JB <sup>2</sup>	39,10	Stavanger SA	16.03.2019	Int	40,02-18
61	Ådne Kristensen Støyyva	Fana IL	03.09.00	JA <sup>1</sup>	39,22	Hamar V	28.10.2018	Int	39,83-18
62	Mii Erik Haugård	Aktiv SK	15.03.94	MS	39,25	Hamar V	15.12.2018	Int	37,83-14
63	Olav Sørheim Nylund	Stord IL	18.11.98	MS	39,35	Stavanger SA	16.03.2019	Int	39,09-16
64	Erland Belsvik	Stord IL	15.04.02	JB <sup>2</sup>	39,36	Stavanger SA	16.03.2019	Int	40,66-18
65	Ole Bjørnsmoen Næss	Tynset IF	02.06.91	MS	39,46	Hamar V	27.10.2018	Int	38,30-14
66	Nicklas Bjercknes Mikkelsen	Fana IL	30.11.00	JA <sup>1</sup>	39,54	Stavanger SA	16.03.2019	Int	40,02-18
67	Ole Mikkel Mellemstrand	SSSK	28.08.99	JA <sup>2</sup>	39,59	Hamar V	27.10.2018	Int	39,06-18
68	Kristian Vårvik	TSK	23.11.92	MS	39,79	Hamar V	27.10.2018	Int	38,98-14
-	Jonas Nordhøy Kristensen	Asker SK	22.09.98	MS	39,79	Asker R	28.02.2019	L	36,71-17
70	Ragnar Jonsrud	Nord-Odal IL	02.05.01	JA <sup>1</sup>	39,84	Stavanger SA	09.03.2019	Int	42,92-17
71	Didrik Møller Nordal	IF Fram	07.10.00	JA <sup>1</sup>	39,91	Hamar V	03.03.2019	Int	39,55-17
72	Erlend Andre Rue	Gol IL	20.05.02	JB <sup>2</sup>	39,99	Hamar V	03.03.2019	Int	41,53-18

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

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.18
1	Håvard Holmefjord Lorentzen	Fana IL	02.10.92	MS	1.06,51	Salt Lake City	09.03.2019	WC	1.06,98-18
2	Henrik Fagerli Rukke	Hol IL	20.10.96	MS	1.08,78	Calgary	16.03.2019	Int	1.08,91-18
3	Allan Dahl Johannsson	Aktiv SK	05.10.98	MS	1.08,91	Heerenveen	16.12.2018	WC	1.08,02-18
4	Odin By Farstad	Spk Falken	01.12.97	MS	1.09,11	Calgary	16.03.2019	Int	1.09,03-17
5	Kristian Solland Reinton	Hol IL	05.07.96	MS	1.09,36	Calgary	14.03.2019	Int	1.11,02-17
6	Johann Jørgen Sæves	Båstad IL	28.10.94	MS	1.09,73	Calgary	16.03.2019	Int	1.09,77-16
7	Marius Bratli	Aktiv SK	30.12.97	MS	1.10,08	Calgary	16.03.2019	Int	1.10,74-18
8	Bjørn Magnussen	Spk Falken	02.01.98	MS	1.10,27	Calgary	16.03.2019	Int	1.11,08-18
9	Kristian Gamme Ulekleiv	Gjøvik SK	28.08.96	MS	1.10,36	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.12,92-18
10	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	17.07.92	MS	1.10,78	Hamar V	04.11.2018	NM	1.09,31-16
11	Håvard Bøtkko	Hol IL	02.02.87	M-30	1.11,08	Hamar V	04.11.2018	NM	1.08,42-10

-	Hallgeir Engebråten	Nord-Odal IL	17.12.99	JA <sup>2</sup>	1.11,08	Calgary	16.03.2019	Int	1.12,96-18
13	Magne Notland	Stord IL	22.02.93	MS	1.11,39	Calgary	16.03.2019	Int	1.11,04-17
14	Sindre Henriksen	Fana IL	24.07.92	MS	1.11,44	Hamar V	04.11.2018	NM	1.09,10-16
-	Erik Resell	Spk Falken	11.06.00	JA <sup>2</sup>	1.11,44	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.16,05-18
16	Isak Høiby	Kongsvinger SK	26.11.99	JA <sup>2</sup>	1.11,78	Hamar V	03.03.2019	Int	1.15,23-16
17	Runar Njåttun Krøyer	Asker SK	15.04.95	MS	1.11,82	Inzell	23.02.2019	Int	1.10,66-18
18	Simen Spieler Nilsen	Arendal SK	04.08.93	MS	1.11,84	Hamar V	04.11.2018	NM	1.11,64-15
19	Jonas Haugland	Bergen SK	24.10.98	MS	1.11,94	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.14,29-18
20	Christoffer Fagerli Rukke	Hol IL	17.04.88	M-30	1.12,05	Hamar V	27.10.2018	Int	1.08,77-16
21	Pål Myhren Kristensen	Arendal SK	19.02.00	JA <sup>2</sup>	1.12,08	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.13,85-18
22	Sindre Baas	Dølemlø IL	10.12.98	MS	1.12,30	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.13,33-18
23	Magnus Bakken Haugli	Jevnaker IF	01.05.98	MS	1.12,51	Inzell	23.02.2019	Int	1.12,24-17
24	Stian Gravdal	Fana IL	14.11.00	JA <sup>1</sup>	1.13,16	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.15,65-18
25	Peder Kongshaug	SSSK	13.08.01	JB <sup>2</sup>	1.13,18	Heerenveen	02.03.2019	Int	1.16,17-18
26	Simen Kroken	Aktiv SK	29.09.92	MS	1.13,28	Calgary	09.03.2019	Int	1.11,21-16
27	Magnus Dahle	SSSK	22.04.97	MS	1.13,51	Calgary	23.02.2019	TT	1.14,66-17
28	Magnus Brask Nordfonn	Stord IL	12.08.93	MS	1.13,56	Calgary	16.03.2019	Int	1.16,23-17
29	Vetle Stangeland	TT	12.08.97	MS	1.13,91	Inzell	23.02.2019	Int	1.12,29-18
30	John Granli	Stord IL	02.01.02	JB <sup>2</sup>	1.14,13	Calgary	16.03.2019	Int	1.21,59-18
-	Thomas Lande Eriksen	Aktiv SK	16.02.99	MS	1.14,13	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.15,13-18
32	Kasper Tveter	IF Fram	05.09.01	JB <sup>2</sup>	1.14,15	Heerenveen	02.03.2019	Int	1.15,27-18
33	Brage Olsen Børtnes	Drammens SK	16.01.96	MS	1.14,20	Calgary	16.03.2019	Int	1.13,55-17
34	Sander Eitrem	Nord-Odal IL	12.02.02	JB <sup>2</sup>	1.14,39	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.17,41-18
35	Tobias Fløiten	Nord-Odal IL	01.10.01	JB <sup>2</sup>	1.14,48	Heerenveen	02.03.2019	Int	1.15,17-18
36	Espen Brask Nordfonn	Stord IL	28.03.91	MS	1.14,96	Calgary	14.03.2019	Int	1.12,85-15
37	Marcus Rasmussen Kvarme	Stord IL	28.06.01	JA <sup>1</sup>	1.15,18	Calgary	14.03.2019	Int	1.24,46-18
38	Oddbjørn Mellestrand	SSSK	10.01.02	JB <sup>2</sup>	1.15,56	Stavanger SA	09.03.2019	Int	1.19,25-18
39	Emil Pedersen Matre	Fana IL	03.12.03	JC <sup>2</sup>	1.15,57	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.19,69-18
40	Ulrik Schaathun Berge	Fana IL	05.06.02	JB <sup>2</sup>	1.15,63	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.17,46-18
41	Robin Nicolai Gruben	Nord-Odal IL	05.07.93	MS	1.15,68	Hamar V	27.10.2018	Int	1.14,04-17
42	Sander Tveter	IF Fram	27.06.99	MS	1.15,70	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.17,34-18
-	Birk Finnstø Refsaas	Bjugn/Ørland SK	25.09.02	JB <sup>1</sup>	1.15,70	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.19,98-18
44	Håkon Sundøer Brørby	Jevnaker IF	20.07.97	MS	1.15,75	Inzell	23.02.2019	Int	1.17,32-18
45	Sondre Buer Åsebø	Fana IL	15.10.02	JB <sup>1</sup>	1.15,95	Stavanger SA	09.03.2019	Int	1.18,59-18
46	Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	28.06.03	JB <sup>1</sup>	1.16,08	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.20,60-18
47	Vegard Hansen	Kongsvinger SK	30.12.94	MS	1.16,17	Inzell	23.02.2019	Int	1.15,87-18
-	Sondre Kvalshaugen Glesne	Geithus IL	09.06.00	JA <sup>2</sup>	1.16,17	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.16,15-17
49	Ole Bjørnsmoen Næss	Tynset IF	02.06.91	MS	1.16,46	Inzell	05.10.2018	Int	1.13,66-12
50	Daniel Thuv Eriksen	Herkules SK	18.01.01	JA <sup>1</sup>	1.16,51	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.18,11-18
51	Fredrik Nybråten	Geithus IL	11.12.94	MS	1.16,68	Hamar V	11.08.2018	Int	1.11,94-15
52	Håkon Sæther	Nord-Odal IL	13.10.01	JB <sup>2</sup>	1.16,88	Hamar V	03.03.2019	Int	1.20,20-18
53	Vegard Rye	SSSK	14.11.01	JB <sup>2</sup>	1.16,91	Stavanger SA	17.02.2019	LM	1.17,01-18
54	Ragnar Jonsrud	Nord-Odal IL	02.05.01	JA <sup>1</sup>	1.16,95	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.28,70-17
55	Nicklas Bjerknes Mikkelsen	Fana IL	30.11.00	JA <sup>1</sup>	1.17,02	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.20,19-18
56	Bendik Mauseth	Hamar IL	04.01.01	JA <sup>1</sup>	1.17,04	Hamar V	27.10.2018	Int	1.17,51-18
57	Jakob Anspach Klippen	Fana IL	04.04.95	MS	1.17,18	Hamar V	11.08.2018	Int	1.14,62-14
58	Sander Mikkelsen	Jevnaker IF	01.09.98	MS	1.17,27	Calgary	09.03.2019	Int	1.16,14-17
59	Anders Geving Langli	Spk Falken	01.06.02	JB <sup>2</sup>	1.17,56	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.24,28-18
60	Ole Magnus Andreassen	Spk Falken	12.01.02	JB <sup>2</sup>	1.17,86	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.26,61-18
61	Ivar Njøs	Leinstrand IL	22.10.65	M-50	1.17,90	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.14,88-13
62	Ole Mikkel Mellestrand	SSSK	28.08.99	JA <sup>2</sup>	1.18,07	Stavanger SA	13.10.2018	Test	1.16,80-18
63	Erland Belsvik	Stord IL	15.04.02	JB <sup>2</sup>	1.18,17	Stavanger SA	09.03.2019	Int	1.21,27-18
64	Mii Erik Haugård	Aktiv SK	15.03.94	MS	1.18,55	Hamar V	16.12.2018	Int	1.14,19-13
65	Jørn Pettersen	Arendal SK	20.03.72	M-45	1.18,78	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.19,25-18
66	Didrik Møller Nordal	IF Fram	07.10.00	JA <sup>1</sup>	1.18,80	Hamar V	03.03.2019	Int	1.17,94-17
67	Olav Sørheim Nylund	Stord IL	18.11.98	MS	1.18,83	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.18,91-16
68	Erlend Andre Rue	Gol IL	20.05.02	JB <sup>2</sup>	1.19,21	Stavanger SA	17.02.2019	LM	1.25,41-18
69	Ådne Kristensen Støyyva	Fana IL	03.09.00	JA <sup>1</sup>	1.19,45	Hamar V	27.10.2018	Int	1.20,35-18
-	Martin Bjertnes	Geithus IL	12.02.93	MS	1.19,45	Geithus F	10.11.2018	Int	1.12,33-12
71	Cristian Landrø Magnussen	Spk Falken	11.07.03	JC <sup>2</sup>	1.19,55	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.26,95-18
72	Joar Våge Anspach	Fana IL	01.04.00	JA <sup>2</sup>	1.19,60	Stavanger SA	24.11.2018	Int	1.19,75-18
73	Johannes Fløystad	Fana IL	27.06.02	JB <sup>2</sup>	1.19,75	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.23,59-18
74	Herman Hoff	Sandefjord SK	08.11.03	JC <sup>2</sup>	1.19,97	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.25,94-18

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

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7-18
1	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	17.07.92	MS	1.42,39	Salt Lake City	10.03.2019	WC	1.43,08-16
2	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	05.10.98	MS	1.42,92	Salt Lake City	10.03.2019	WC	1.43,13-18
3	Sindre Henriksen	Fana IL	24.07.92	MS	1.43,75	Salt Lake City	10.03.2019	WC	1.43,68-18
4	Håvard Bøkko	Hol IL	02.02.87	M-30	1.45,07	Salt Lake City	10.03.2019	WC	1.42,67-09
5	Magnus Bakken Haugli	Jevnaker IF	01.05.98	MS	1.46,90	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.47,78-18
6	Hallgeir Engebråten	Nord-Odal IL	17.12.99	JA <sup>2</sup>	1.47,24	Calgary	17.03.2019	Int	1.49,68-18
7	Kristian Gamme Ulekleiv	Gjøvik SK	28.08.96	MS	1.47,51	Stavanger SA	16.03.2019	Int	1.47,01-18
8	Simen Spieler Nilsen	Arendal SK	04.08.93	MS	1.48,21	Heerenveen	15.12.2018	WC	1.45,40-18
9	Håvard Holmefjord Lorentzen	Fana IL	02.10.92	MS	1.48,50	Hamar V	03.11.2018	NM	1.44,45-14
10	Kristian Solland Reinton	Hol IL	05.07.96	MS	1.48,61	Calgary	23.02.2019	Int	1.48,60-17
11	Odin By Farstad	Spk Falken	01.12.97	MS	1.48,78	Calgary	17.03.2019	Int	1.49,78-17
12	Runar Njåttun Krøyer	Asker SK	15.04.95	MS	1.48,91	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.47,42-18
13	Magne Notland	Stord IL	22.02.93	MS	1.49,41	Calgary	17.03.2019	Int	1.48,24-17

14	Vette Stangeland	TT	12.08.97	MS	1.49,88	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.48,36-18
15	Isak Høiby	Kongsvinger SK	26.11.99	JA <sup>2</sup>	1.50,99	Hamar V	02.03.2019	Int	1.54,64-17
16	Jonas Haugland	Bergen SK	24.10.98	MS	1.51,11	Stavanger SA	16.03.2019	Int	1.54,42-18
17	Peder Kongshaug	SSSK	13.08.01	JB <sup>2</sup>	1.51,62	Stavanger SA	17.03.2019	Int	1.57,11-18
18	Sindre Baas	Dølemlø IL	10.12.98	MS	1.52,00	Stavanger SA	16.03.2019	Int	1.51,50-18
19	Tobias Fløiten	Nord-Odal IL	01.10.01	JB <sup>2</sup>	1.52,30	Heerenveen	02.03.2019	Int	1.54,08-18
20	Ole Bjørnsmoen Næss	Tynset IF	02.06.91	MS	1.52,58	Inzell	14.10.2018	Int	1.49,76-15
21	Thomas Lande Eriksen	Aktiv SK	16.02.99	MS	1.52,82	Stavanger SA	16.03.2019	Int	1.50,16-18
22	Christoffer Fagerli Rukke	Hol IL	17.04.88	M-30	1.52,89	Inzell	14.10.2018	Int	1.44,84-09
23	Erik Resell	Spk Falken	11.06.00	JA <sup>2</sup>	1.53,03	Stavanger SA	16.03.2019	Int	1.56,64-18
24	Sander Eitrem	Nord-Odal IL	12.02.02	JB <sup>2</sup>	1.53,15	Stavanger SA	16.03.2019	Int	1.57,13-18
25	Oddbjørn Mellemstrand	SSSK	10.01.02	JB <sup>2</sup>	1.53,47	Stavanger SA	16.03.2019	Int	1.57,70-18
26	Robin Nicolai Gruben	Nord-Odal IL	05.07.93	MS	1.53,96	Hamar V	28.10.2018	Int	1.54,24-18
27	Brage Olsen Børtnes	Drammens SK	16.01.96	MS	1.54,28	Calgary	17.03.2018	Int	1.56,24-14
28	Stian Gravdal	Fana IL	14.11.00	JA <sup>1</sup>	1.54,59	Stavanger SA	16.03.2019	Int	1.56,15-18
29	Håkon Sundøen Brørby	Jevnaker IF	20.07.97	MS	1.54,74	Stavanger SA	16.03.2019	Int	1.56,18-18
30	John Granli	Stord IL	02.01.02	JB <sup>2</sup>	1.54,75	Calgary	17.03.2019	Int	2.03,80-18
31	Pål Myhren Kristensen	Arendal SK	19.02.00	JA <sup>2</sup>	1.54,91	Stavanger SA	16.03.2019	Int	1.55,31-18
32	Marcus Rasmussen Kvarme	Stord IL	28.06.01	JA <sup>1</sup>	1.55,19	Calgary	17.03.2019	Int	2.04,46-18
33	Kasper Tveter	IF Fram	05.09.01	JB <sup>2</sup>	1.55,50	Stavanger SA	16.02.2019	LM	1.54,94-18
34	Sander Tveter	IF Fram	27.06.99	MS	1.55,74	Hamar V	02.03.2019	Int	1.56,06-17
35	Vegard Rye	SSSK	14.11.01	JB <sup>2</sup>	1.55,86	Stavanger SA	16.03.2019	Int	1.58,08-18
-	Magnus Dahle	SSSK	22.04.97	MS	1.55,86	Calgary	17.03.2019	Int	1.56,47-16
37	Emil Pedersen Matre	Fana IL	03.12.03	JC <sup>2</sup>	1.56,12	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.05,71-18
38	Sondre Buer Åsebø	Fana IL	15.10.02	JB <sup>1</sup>	1.56,74	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.00,91-18
39	Didrik Møller Nordal	IF Fram	07.10.00	JA <sup>1</sup>	1.56,91	Hamar V	13.01.2019	JNM	1.56,13-18
40	Birk Finnstø Refsaas	Bjugn/Ørland SK	25.09.02	JB <sup>1</sup>	1.57,24	Stavanger SA	16.02.2019	LM	2.04,37-18
41	Sondre Kvalshaugen Glesne	Geithus IL	09.06.00	JA <sup>2</sup>	1.57,27	Stavanger SA	16.03.2019	Int	1.57,87-18
42	Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	28.06.03	JB <sup>1</sup>	1.57,66	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.02,27-18
43	Erlend Belsvik	Stord IL	15.04.02	JB <sup>2</sup>	1.57,73	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.07,17-18
44	Vegard Hansen	Kongsvinger SK	30.12.94	MS	1.57,81	Stavanger SA	06.01.2019	Int	1.55,15-16
45	Ulrik Schaahtun Berge	Fana IL	05.06.02	JB <sup>2</sup>	1.58,39	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.01,32-18
46	Daniel Thuv Eriksen	Herkules SK	18.01.01	JA <sup>1</sup>	1.58,54	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.00,84-17
47	Jakob Anspach Klippen	Fana IL	04.04.95	MS	1.59,11	Hamar V	28.10.2018	Int	1.55,82-14
48	Kristian Vårvik	TSK	23.11.92	MS	1.59,12	Inzell	24.02.2019	Int	1.56,39-14
49	Nicklas Bjerknes Mikkelsen	Fana IL	30.11.00	JA <sup>1</sup>	1.59,25	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.01,21-18
50	Bendik Mauseth	Hamar IL	04.01.01	JA <sup>1</sup>	1.59,55	Hamar V	13.01.2019	JNM	2.00,07-18
51	Joar Våge Anspach	Fana IL	01.04.00	JA <sup>2</sup>	1.59,56	Inzell	24.02.2019	Int	1.59,93-18
52	Frank Erik Tindvik	H&BSK	09.07.81	M-35	1.59,58	Stavanger SA	17.03.2019	Int	2.00,77-17
53	Kjetil Johansen Amundrud	Brandbu IF	24.12.78	M-40	2.00,00	Hamar V	16.12.2018	Int	1.56,30-08
54	Simen Kroken	Aktiv SK	29.09.92	MS	2.00,16	Stavanger SA	06.01.2019	Int	1.51,79-16
55	Håkon Sæther	Nord-Odal IL	13.10.01	JB <sup>2</sup>	2.00,28	Hamar V	13.01.2019	JNM	2.05,30-18
56	Anders Geving Langli	Spk Falken	01.06.02	JB <sup>2</sup>	2.00,60	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.10,30-18
57	Øystein Grørdum	Arendal SK	15.02.77	M-40	2.02,04	Arendal M	30.12.2018	NM	1.48,52-06
58	Ådne Kristensen Støyva	Fana IL	03.09.00	JA <sup>1</sup>	2.02,36	Hamar V	28.10.2018	Int	2.07,40-18
59	Ragnar Jonsrud	Nord-Odal IL	02.05.01	JA <sup>1</sup>	2.02,78	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.18,82-17
60	Didrik Eng Strand	Hamar IL	13.09.05	G-12	2.02,84	Stavanger SA	16.02.2019	LM	2.16,41-18
61	Ole Magnus Andreassen	Spk Falken	12.01.02	JB <sup>2</sup>	2.03,12	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.13,15-18
62	Johannes Fløystad	Fana IL	27.06.02	JB <sup>2</sup>	2.03,13	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.11,83-18
63	Cristian Landrø Magnussen	Spk Falken	11.07.03	JC <sup>2</sup>	2.03,29	Stavanger SA	16.03.2019	Int	2.16,39-18

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

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7.18
1	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	17.07.92	MS	3.42,27	Hamar V	27.10.2018	Int	3.34,66-16
2	Hallgeir Engebråten	Nord-Odal IL	17.12.99	JA <sup>2</sup>	3.43,71	Calgary	09.03.2019	Int	3.49,07-18
3	Magnus Bakken Haugli	Jevnaker IF	01.05.98	MS	3.46,05	Inzell	06.10.2018	Int	3.44,00-18
4	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	05.10.98	MS	3.48,64	Hamar V	10.08.2018	Int	3.40,14-18
5	Håvard Bøkko	Hol IL	02.02.87	M-30	3.49,84	Hamar V	27.10.2018	Int	3.39,02-16
6	Simen Spieler Nielsen	Arendal SK	04.08.93	MS	3.49,91	Hamar V	27.10.2018	Int	3.44,04-18
7	Sindre Henriksen	Fana IL	24.07.92	MS	3.50,00	Stavanger SA	06.10.2018	Test	3.42,12-16
8	Kristian Gamme Ulekleiv	Gjøvik SK	28.08.96	MS	3.51,46	Hamar V	15.12.2018	Int	3.55,35-18
9	Runar Njåtun Krøyer	Asker SK	15.04.95	MS	3.52,05	Hamar V	15.12.2018	Int	3.46,36-18
10	Tobias Fløiten	Nord-Odal IL	01.10.01	JB <sup>2</sup>	3.52,14	Heerenveen	01.03.2019	Int	3.55,98-18
11	Ole Bjørnsmoen Næss	Tynset IF	02.06.91	MS	3.53,55	Hamar V	26.01.2019	Test	3.48,89-18
12	Vette Stangeland	TT	12.08.97	MS	3.54,53	Tomaszow-M.	24.11.2018	WCNeo	3.47,39-18
13	Magne Notland	Stord IL	22.02.93	MS	3.56,72	Calgary	09.03.2019	Int	3.53,23-18
14	Isak Høiby	Kongsvinger SK	26.11.99	JA <sup>2</sup>	3.57,22	Hamar V	12.01.2019	JNM	3.58,26-17
15	Thomas Lande Eriksen	Aktiv SK	16.02.99	MS	3.57,77	Stavanger SA	17.03.2019	Int	3.52,13-18
16	Sander Eitrem	Nord-Odal IL	12.02.02	JB <sup>2</sup>	3.58,71	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.05,26-18
17	Peder Kongshaug	SSSK	13.08.01	JB <sup>2</sup>	3.58,85	Stavanger SA	16.03.2019	Int	4.18,28-18
18	Sindre Baas	Dølemlø IL	10.12.98	MS	4.00,44	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.08,66-18
19	Jonas Haugland	Bergen SK	24.10.98	MS	4.00,80	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.06,49-18
20	Marcus Rasmussen Kvarme	Stord IL	28.06.01	JA <sup>1</sup>	4.01,24	Calgary	09.03.2019	Int	4.21,77-18
21	Oddbjørn Mellemstrand	SSSK	10.01.02	JB <sup>2</sup>	4.01,52	Stavanger SA	16.03.2019	Int	4.04,16-18
22	Robin Nicolai Gruben	Nord-Odal IL	05.07.93	MS	4.03,34	Hamar V	18.11.2018	Int	3.58,02-18
23	Øystein Grørdum	Arendal SK	15.02.77	M-40	4.03,87	Hamar V	10.08.2018	Int	3.41,02-06
24	Håkon Sundøen Brørby	Jevnaker IF	20.07.97	MS	4.04,09	Hamar V	19.01.2019	Int	4.04,28-18
25	Joar Våge Anspach	Fana IL	01.04.00	JA <sup>2</sup>	4.04,64	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.09,06-18
26	Kristian Vårvik	TSK	23.11.92	MS	4.05,14	Inzell	06.10.2018	Int	4.03,98-11

27	Didrik Møller Nordal	IF Fram	07.10.00	JA <sup>1</sup>	4.05,59	Stavanger SA	09.03.2019	Int	4.02,41-18
28	Birk Finnstø Refsaas	Bjugn/Ørland SK	25.09.02	JB <sup>1</sup>	4.06,02	Stavanger SA	17.02.2019	LM	4.21,69-18
29	John Granli	Stord IL	02.01.02	JB <sup>2</sup>	4.06,13	Calgary	09.03.2019	Int	4.19,01-18
30	Vegard Rye	SSSK	14.11.01	JB <sup>2</sup>	4.06,35	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.08,28-18
31	Kasper Tveter	IF Fram	05.09.01	JB <sup>2</sup>	4.07,00	Heerenveen	01.03.2019	Int	4.03,41-18
32	Erik Resell	Spk Falken	11.06.00	JA <sup>2</sup>	4.09,02	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.15,35-17
33	Kjetil Johansen Amundrud	Brandbu IF	24.12.78	M-40	4.09,08	Stavanger SA	09.03.2019	Int	4.04,88-16
34	Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	28.06.03	JB <sup>1</sup>	4.11,02	Heerenveen	01.03.2019	Int	4.20,48-18
35	Sander Tveter	IF Fram	27.06.99	MS	4.11,19	Hamar V	15.12.2018	Int	4.07,82-17
36	Emil Pedersen Matre	Fana IL	03.12.03	JC <sup>2</sup>	4.11,38	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.45,03-18
37	Frank Erik Tindvik	H&BSK	09.07.81	M-35	4.12,83	Stavanger SA	16.03.2019	Int	4.13,69-16
38	Sondre Buer Åsebø	Fana IL	15.10.02	JB <sup>1</sup>	4.13,34	Heerenveen	01.03.2019	Int	4.27,87-18
39	Ulrik Schaathun Berge	Fana IL	05.06.02	JB <sup>2</sup>	4.14,70	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.27,68-18
40	Sondre Kvalshaugen Glesne	Geithus IL	09.06.00	JA <sup>2</sup>	4.14,91	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.10,89-17
41	Erlend Belsvik	Stord IL	15.04.02	JB <sup>2</sup>	4.15,32	Stavanger SA	17.02.2019	LM	4.27,98-17
42	Steinar Johansen	H&BSK	27.02.72	M-45	4.16,66	Hamar V	19.01.2019	NM Vet	3.57,36-98
43	Vegard Hansen	Kongsvinger SK	30.12.94	MS	4.17,76	Stavanger SA	05.01.2019	Int	4.08,63-15
44	Bendik Mauseth	Hamar IL	04.01.01	JA <sup>1</sup>	4.17,88	Hamar V	12.01.2019	JNM	4.14,41-18
45	Daniel Thuv Eriksen	Herkules SK	18.01.01	JA <sup>1</sup>	4.18,53	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.16,87-17
46	Nicklas Bjerknæs Mikkelsen	Fana IL	30.11.00	JA <sup>1</sup>	4.19,55	Hamar V	12.01.2019	JNM	4.22,90-18
47	Morten Kjellemyr Eilertsen	Herkules SK	19.02.70	M-45	4.20,15	Berlin S	23.02.2019	Int	4.19,51-16
48	Sigurd Henriksen	Fana IL	15.10.02	JC <sup>1</sup>	4.20,24	Stavanger SA	17.03.2019	Int	
49	Atle Vårvik	TSK	12.12.65	M-50	4.21,53	Hamar V	19.01.2019	NM Vet	4.04,4 -93
50	Andreas Haugerud	Aktiv SK	21.07.87	M-30	4.21,55	Hamar V	19.01.2019	NM Vet	4.23,02-16
51	Frode Eidsmo	Oslo Speedsk.	18.01.59	M-60	4.21,70	Berlin S	23.02.2019	Int	4.10,34-11
52	Anders Geving Langli	Spk Falken	01.06.02	JB <sup>2</sup>	4.22,01	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.41,33-18
53	Ragnar Jonsrud	Nord-Odal IL	02.05.01	JA <sup>1</sup>	4.23,49	Hamar V	18.11.2018	Int	5.27,81-18
54	Hans Kristian Jorde	Gol IL	24.03.85	M-30	4.23,64	Berlin S	23.02.2019	Int	4.21,03-13
55	Thomas Røste	Trondheim Kortbanekl.	30.12.74	M-40	4.24,35	Hamar V	19.01.2019	NM Vet	4.10,93-07
56	Emil Hansen	Drammens SK	17.10.00	JA <sup>1</sup>	4.24,36	Hamar V	27.10.2018	Int	4.20,54-18
57	Reidar Bohlin Borgersen	Geithus IL	10.04.80	M-35	4.25,06	Geithus F	10.11.2018	Int	3.51,50-02
58	Joren Sleeking	Hol IL	29.12.02	JB <sup>1</sup>	4.25,14	Stavanger SA	17.02.2019	LM	4.40,39-18
59	Håkon Sæther	Nord-Odal IL	13.10.01	JB <sup>2</sup>	4.25,65	Stavanger SA	17.02.2019	LM	4.28,61-18
60	Ketil Aalberg	Bjugn/Ørland SK	28.04.69	M-50	4.26,04	Bjugn FH	23.03.2019	VuVM	4.57,12-18
61	Ole Mikkel Mellemstrand	SSSK	28.08.99	JA <sup>2</sup>	4.26,63	Stavanger SA	30.09.2018	Int	4.08,60-18
62	Odd Øystein Langegård	Geithus IL	22.04.80	M-35	4.26,89	Hamar V	19.01.2019	NM Vet	4.03,43-99
63	Erlend Andre Rue	Gol IL	20.05.02	JB <sup>2</sup>	4.26,92	Stavanger SA	17.02.2019	LM	4.57,09-18
64	Jakob Anspach Klippen	Fana IL	04.04.95	MS	4.27,12	Stavanger SA	05.01.2019	Int	4.05,30-14
65	Magnus Ripsrud	Stange SK	21.06.00	JA <sup>2</sup>	4.27,34	Hamar V	12.01.2019	JNM	4.14,23-17
66	Carlos Wasvik	IF Fram	09.09.98	MS	4.27,93	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.24,50-18
67	Herman Hoff	Sandefjord SK	08.11.03	JC <sup>2</sup>	4.28,58	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.49,00-18
68	Jostein Nørbech	Oslo Speedsk.	20.06.83	M-35	4.28,96	Hamar V	19.01.2019	NM Vet	4.37,59-18
69	Ole Magnus Andreassen	Spk Falken	12.01.02	JB <sup>2</sup>	4.29,02	Stavanger SA	17.03.2019	Int	4.44,44-18

## 5000 m menn (< 7.45,00)

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7-18
1	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	17.07.92	MS	6.07,16	Inzell	07.02.2019	VM	6.07,61-18
2	Håvard Bøtko	Hol IL	02.02.87	M-30	6.20,81	Heerenveen	16.12.2018	WC	6.09,94-09
3	Magnus Bakken Haugli	Jevnaker IF	01.05.98	MS	6.21,79	Stavanger SA	16.03.2019	Int	6.34,81-17
4	Simen Spieler Nilsen	Arendal SK	04.08.93	MS	6.24,78	Heerenveen	16.12.2018	WC	6.13,81-18
5	Sindre Henriksen	Fana IL	24.07.92	MS	6.24,93	Obihiro	18.11.2018	WC	6.15,74-18
6	Hallgeir Engebretsen	Nord-Odal IL	17.12.99	JA <sup>2</sup>	6.27,94	Calgary	15.03.2019	Int	6.39,92-18
7	Ole Bjørnsmoen Næss	Tynset IF	02.06.91	MS	6.29,51	Inzell	13.10.2018	Int	6.23,30-15
8	Allan Dahl Johansson	Aktiv SK	05.10.98	MS	6.34,64	Obihiro	18.11.2018	WC	6.26,90-18
9	Vetle Stangeland	TT	12.08.97	MS	6.34,93	Stavanger SA	16.03.2019	Int	6.38,36-18
10	Runar Njåtun Krøyer	Asker SK	15.04.95	MS	6.34,98	Stavanger SA	16.03.2019	Int	6.38,07-16
11	Kristian Gamme Ulekleiv	Gjøvik SK	28.08.96	MS	6.35,40	Hamar V	01.02.2019	WC	6.49,41-18
12	Tobias Fløiten	Nord-Odal IL	01.10.01	JB <sup>2</sup>	6.39,55	Hamar V	28.10.2018	Int	6.45,92-18
13	Øystein Grødum	Arendal SK	15.02.77	M-40	6.40,96	Stavanger SA	16.03.2019	Int	6.15,50-06
14	Robin Nicolai Gruben	Nord-Odal IL	05.07.93	MS	6.47,86	Hamar V	28.10.2018	Int	6.44,21-17
15	Thomas Lande Eriksen	Aktiv SK	16.02.99	MS	6.57,38	Hamar V	28.10.2018	Int	6.38,41-18
16	Joar Våge Anspach	Fana IL	01.04.00	JA <sup>2</sup>	6.57,66	Stavanger SA	16.03.2019	Int	7.11,65-18
17	John Granli	Stord IL	02.01.02	JB <sup>2</sup>	6.59,30	Calgary	15.03.2019	Int	7.44,35-18
18	Marcus Rasmussen Kvarme	Stord IL	28.06.01	JA <sup>1</sup>	7.00,67	Calgary	15.03.2019	Int	7.43,85-18
19	Håkon Sundøen Brørby	Jevnaker IF	20.07.97	MS	7.02,60	Stavanger SA	17.03.2019	Int	7.07,87-18
20	Isak Høiby	Kongsvinger SK	26.11.99	JA <sup>2</sup>	7.03,17	Hamar V	13.01.2019	JNM	
21	Peder Kongshaug	SSSK	13.08.01	JB <sup>2</sup>	7.03,76	Hamar V	28.10.2018	Int	7.22,64-18
22	Kjetil Johansen Amundrud	Brandbu IF	24.12.78	M-40	7.07,21	Stavanger SA	10.03.2019	Int	7.04,06-16
23	Didrik Møller Nordal	IF Fram	07.10.00	JA <sup>1</sup>	7.08,83	Hamar V	13.01.2019	JNM	7.01,80-18
24	Oddbjørn Mellemstrand	SSSK	10.01.02	JB <sup>2</sup>	7.09,71	Stavanger SA	17.03.2019	Int	7.03,21-18
25	Sindre Baas	Dølemo IL	10.12.98	MS	7.15,22	Hamar V	16.12.2018	Int	7.16,26-18
26	Birk Finnstø Refsaas	Bjugn/Ørland SK	25.09.02	JB <sup>1</sup>	7.17,13	Hamar V	13.01.2019	JNM	
27	Sander Eitrem	Nord-Odal IL	12.02.02	JB <sup>2</sup>	7.17,37	Hamar V	28.10.2018	Int	7.07,70-18
28	Frank Erik Tindvik	H&BSK	09.07.81	M-35	7.18,63	Stavanger SA	17.03.2019	Int	7.17,81-16
29	Vegard Rye	SSSK	14.11.01	JB <sup>2</sup>	7.21,47	Hamar V	28.10.2018	Int	7.22,11-18
30	Erlend Belsvik	Stord IL	15.04.02	JB <sup>2</sup>	7.26,11	Stavanger SA	10.03.2019	Int	7.52,41-18
31	Kristian Vårvik	TSK	23.11.92	MS	7.26,67	Bjugn FH	20.10.2018	Int	7.07,47-15
32	Morten Kjellemyr Eilertsen	Herkules SK	19.02.70	M-45	7.27,12	Berlin S	24.02.2019	Int	7.27,13-16
33	Atle Vårvik	TSK	12.12.65	M-50	7.28,67	Hamar V	20.01.2019	NM Vet	6.53,02-94

34	Frode Eidsmo	Oslo Speedsk.	18.01.59	M-60	7.28,73	Berlin S	24.02.2019	Int	7.03,62-11
35	Simon Aannø	Bjugn/Ørland SK	28.06.03	JB <sup>1</sup>	7.29,37	Hamar V	13.01.2019	JNM	
36	Bendik Mauseth	Hamar IL	04.01.01	JA <sup>1</sup>	7.30,01	Hamar V	13.01.2019	JNM	7.50,89-18
37	Sondre Buer Åsebo	Fana IL	15.10.02	JB <sup>1</sup>	7.30,14	Hamar V	13.01.2019	JNM	
38	Joren Sleeking	Hol IL	29.12.02	JB <sup>1</sup>	7.34,68	Stavanger SA	16.03.2019	Int	8.06,25-17
39	Sander Tveter	IF Fram	27.06.99	MS	7.34,77	Hamar V	28.10.2018	Int	7.15,31-16
40	Ketil Aalberg	Bjugn/Ørland SK	28.04.69	M-50	7.35,55	Bjugn FH	01.03.2019	N	8.05,65-18
41	Andreas Haugerud	Aktiv SK	21.07.87	M-30	7.36,28	Hamar V	20.01.2019	NMVet	7.24,04-16
42	Magne Notland	Stord IL	22.02.93	MS	7.38,61	Asker R	02.12.2018	Int	6.41,93-18
43	Sondre Kvalshaugen Glesne	Geithus IL	09.06.00	JA <sup>2</sup>	7.39,18	Hamar V	13.01.2019	JNM	7.24,36-17
44	Hans Kristian Jorde	Gol IL	24.03.85	M-30	7.40,87	Berlin S	24.02.2019	Int	7.34,29-13
45	Nicklas Bjerknes Mikkelsen	Fana IL	30.11.00	JA <sup>1</sup>	7.42,39	Hamar V	13.01.2019	JNM	8.54,92-16
46	Magnus Ripsrud	Stange SK	21.06.00	JA <sup>2</sup>	7.43,38	Hamar V	28.10.2018	Int	7.22,88-17
47	Frode Midjo	Lademoen SK	12.02.74	M-40	7.44,31	Bjugn FH	01.03.2019	N	7.31,62-14
48	Emil Hansen	Drammens SK	17.10.00	JA <sup>1</sup>	7.44,50	Hamar V	16.12.2018	Int	7.46,06-18

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

Pl.	Navn	Klubb	Født	KI	Tid	Sted bane	Dato	Type	PB 1.7-18
1	Sverre Lunde Pedersen	Fana IL	17.07.92	MS	12.56,91	Calgary	03.03.2019	VM	13.02,42-18
2	Magnus Bakken Haugli	Jevnaker IF	01.05.98	MS	13.18,06	Stavanger SA	17.03.2019	Int	14.22,92-18
3	Ole Bjørnsmoen Næss	Tynset IF	02.06.91	MS	13.18,64	Inzell	09.02.2019	VM	13.09,34-15
4	Sindre Henriksen	Fana IL	24.07.92	MS	13.30,71	Calgary	03.03.2019	VM	13.21,28-18
5	Øystein Grøddum	Arendal SK	15.02.77	M-40	13.39,12	Stavanger SA	17.03.2019	Int	12.56,38-06
6	Håvard Bøtkko	Hol IL	02.02.87	M-30	13.43,26	Collalbo	13.01.2019	EM	12.53,89-11
7	Kristian Gamme Ulekleiv	Gjøvik SK	28.08.96	MS	13.57,91	Arendal M	30.12.2018	NM	14.34,18-18
8	Hallgeir Engebråten	Nord-Odal IL	17.12.99	JA <sup>2</sup>	14.04,91	Hamar V	04.11.2018	NM	14.03,11-18
9	Simen Spieler Nilsen	Arendal SK	04.08.93	MS	14.09,04	Arendal M	30.12.2018	NM	13.12,96-18
10	Robin Nicolai Gruben	Nord-Odal IL	05.07.93	MS	14.15,28	Hamar V	04.11.2018	NM	14.23,79-18
11	Vetle Stangeland	TT	12.08.97	MS	14.20,94	Hamar V	04.11.2018	NM	13.58,22-18
12	Peder Kongshaug	SSSK	13.08.01	JB <sup>2</sup>	14.48,96	Stavanger SA	17.03.2019	Int	16.34,95-17
13	Didrik Møller Nordal	IF Fram	07.10.00	JA <sup>1</sup>	14.57,03	Hamar V	04.11.2018	NM	
14	Runar Njåtun Krøyer	Asker SK	15.04.95	MS	15.00,03	Arendal M	30.12.2018	NM	13.48,11-16
15	Erlend Belsvik	Stord IL	15.04.02	JB <sup>2</sup>	15.09,18	Stavanger SA	17.03.2019	Int	16.11,04-17
16	Oddbjørn Mellemstrand	SSSK	10.01.02	JB <sup>2</sup>	15.17,16	Hamar V	04.11.2018	NM	
17	Sindre Baas	Dølemo IL	10.12.98	MS	15.19,51	Arendal M	30.12.2018	NM	15.45,24-18
18	Ketil Aalberg	Bjugn/Ørland SK	28.04.69	M-50	15.31,46	Bjugn FH	06.04.2019	N	16.29,97-18
19	Joar Våge Anspach	Fana IL	01.04.00	JA <sup>2</sup>	15.38,24	Hamar V	04.11.2018	NM	15.08,90-17
20	Nicklas Bjerknes Mikkelsen	Fana IL	30.11.00	JA <sup>1</sup>	15.45,96	Stavanger SA	17.03.2019	Int	
21	Håkon Sundøen Brørby	Jevnaker IF	20.07.97	MS	15.46,61	Arendal M	30.12.2018	NM	15.02,61-18
22	Joren Sleeking	Hol IL	29.12.02	JB <sup>1</sup>	15.56,64	Stavanger SA	17.03.2019	Int	
23	Vidar Skripeland	Lilleborg IK	26.05.59	M-55	16.03,06	Stavanger SA	17.03.2019	Int	15.48,15-17
24	Frode Midjo	Lademoen SK	12.02.74	M-40	16.09,80	Bjugn FH	02.03.2019	N	15.33,59-15
25	Eric Askildsen	AFK	12.06.61	M-55	16.17,25	Oslo VH	19.12.2018	Bedr	16.17,09-18
26	Frode Eidsmo	Korsvoll Rør	18.01.59	M-60	16.34,97	Oslo VH	19.12.2018	Bedr	15.17,26-14
27	Odd Øystein Langedgård	Geithus IL	22.04.80	M-35	16.39,35	Geithus F	16.02.2019	N	14.38,39-02
28	Kjell Håvard Belsvik	Stord IL	20.10.65	M-50	16.41,87	Stavanger SA	17.03.2019	Int	15.58,0 -87
29	Hans Kristian Jorde	Gol IL	24.03.85	M-30	16.42,92	Geithus F	16.02.2019	N	16.04,73-13
30	Jon Kjetil Gauslaa	Arendal SK	10.01.62	M-55	16.44,65	Stavanger SA	17.03.2019	Int	15.14,26-11
31	Einar Mathiassen	SSSK	17.01.77	M-40	16.51,81	Stavanger SA	17.03.2019	Int	18.53,7 -95