

Øvelse 1. 50m bryst, damer

Heat 1

1				
2				
3	Serine Berg Fosslund	06	Namsos SK	_____
4	Tiril Ryan Hestvik	08	Namsos SK	_____
5	Mina Amalie Høgenhaug	08	Namsos SK	_____
6				
7				
8				

Heat 2

1	Pernille Berg	08	Verdal SK	_____
2	Sofie Lilleberre Holmsen	08	Namsos SK	_____
3	Nora Margrethe Aune Tufthaug	08	Namsos SK	_____
4	Ane Olsen	09	Rørvik SLK	_____
5	Ada Årseth	08	Namsos SK	_____
6	Ane Haugan Holberg	08	Rørvik SLK	_____
7	Oda Bratland	09	Rørvik SLK	_____
8	Benedicte Iversen	08	Namsos SK	_____

Heat 3

1	Linnea Heibert	09	Namsos SK	_____
2	Ingeborg Engesvik	08	Rørvik SLK	_____
3	Ella Løfvenberg	08	Namsos SK	_____
4	Tuva Kvaløy Aune	05	Leka IL	_____
5	Smilla Aglen Jensen	10	Namsos SK	_____
6	Stella Sørli Hanssen	09	Leka IL	_____
7	Emelin Øseth Strand	08	Namsos SK	_____
8	Frøya Ravn Lauritzen	08	Rørvik SLK	_____

Heat 4

1	Linnea Trones Moen	08	Namsos SK	_____
2	Marie Brecke	08	Namsos SK	_____
3	Aurora Linnea Storvold	08	Rørvik SLK	_____
4	Leila Rasmussen Williamsen	09	Namsos SK	_____
5	Mina Nygård	07	Rørvik SLK	_____
6	Iselin Jøssund	08	Namsos SK	_____
7	Jenny Sofie Aune Tufthaug	08	Namsos SK	_____
8	Vilma Stene	08	Leka IL	_____

Øvelse 2. 50m bryst, herrer

Heat 1

1	Julius Thorvaldsen	06	Statland IL Svømming	_____
2	Adam Karbowski	07	Namsos SK	_____
3	Oskar J. Moe	08	Namsos SK	_____
4	Odin S Hågensen	08	Statland IL Svømming	_____
5	Simen Green Øvrum	09	Verdal SK	_____
6	Iver Sælleg Kristiansen	07	Namsos SK	_____
7	Leon Trones Moen	09	Namsos SK	_____
8				

Øvelse 3. 25m fri, damer

Heat 1

1				
2	Oda Bratland	09	Rørvik SLK	_____
3	Linnea Heibert	09	Namsos SK	_____
4	Vilma Stene	08	Leka IL	_____
5	Nora Helmersen Høgenhaug	12	Namsos SK	_____
6	Ella Løfvenberg	08	Namsos SK	_____
7				
8				

Heat 2

1	Frøya Ravn Lauritzen	08	Rørvik SLK	_____
2	Ane Olsen	09	Rørvik SLK	_____
3	Lotta Aagård Dahle	08	Namsos SK	_____

4	Mina Nygård	07	Rørvik SLK	_____
5	Ingeborg Engesvik	08	Rørvik SLK	_____
6	Stella Sørli Hanssen	09	Leka IL	_____
7	Tiril Ryan Hestvik	08	Namsos SK	_____
8	Sofie Lilleberre Holmsen	08	Namsos SK	_____

Heat 3

1	Nora Margrethe Aune Tufthaug	08	Namsos SK	_____
2	Jenny Sofie Aune Tufthaug	08	Namsos SK	_____
3	Ane Haugan Holberg	08	Rørvik SLK	_____
4	Ada Årseth	08	Namsos SK	_____
5	Aurora Linnea Storvold	08	Rørvik SLK	_____
6	Pernille Berg	08	Verdal SK	_____
7	Benedicte Iversen	08	Namsos SK	_____
8	Tuva Kvaløy Aune	05	Leka IL	_____

Heat 4

1	Mina Amalie Høgenhaug	08	Namsos SK	_____
2	Ellinor Bruseth Hvalstad	10	Rørvik SLK	_____
3	Leila Rasmussen Williamsen	09	Namsos SK	_____
4	Marie Brecke	08	Namsos SK	_____
5	Emelin Øseth Strand	08	Namsos SK	_____
6	Iselin Jøssund	08	Namsos SK	_____
7	Linnea Trones Moen	08	Namsos SK	_____
8	Smilla Aglen Jensen	10	Namsos SK	_____

Øvelse 4. 25m fri, herrer

Heat 1

1				_____
2	Simen Green Øvrum	09	Verdal SK	_____
3	Julius Thorvaldsen	06	Statland IL Svømming	_____
4	Oskar J. Moe	08	Namsos SK	_____
5	Odin S Hågensen	08	Statland IL Svømming	_____
6	Christian Fredrik Hasfjord	08	Namsos SK	_____
7				_____
8				_____

Heat 2

1	Julian P. Laugen	08	Namsos SK	_____
2	Tobias Høgenhaug Jørstad	12	Namsos SK	_____
3	Karl Filip Borgeteien	10	Namsos SK	_____
4	Adam Karbowski	07	Namsos SK	_____
5	Oliver Sund	08	Namsos SK	_____
6	Leon Trones Moen	09	Namsos SK	_____
7	Iver Sælleg Kristiansen	07	Namsos SK	_____
8	Håkan Stene	06	Leka IL	_____

Øvelse 5. 50m rygg, damer

Heat 1

1				_____
2				_____
3	Ellinor Bruseth Hvalstad	10	Rørvik SLK	_____
4	Pernille Berg	08	Verdal SK	_____
5	Lotta Aagård Dahle	08	Namsos SK	_____
6				_____
7				_____
8				_____

Heat 2

1	Aurora Linnea Storvold	08	Rørvik SLK	_____
2	Serine Berg Fosslund	06	Namsos SK	_____
3	Linnea Trones Moen	08	Namsos SK	_____
4	Tiril Ryan Hestvik	08	Namsos SK	_____
5	Mina Amalie Høgenhaug	08	Namsos SK	_____
6	Emelin Øseth Strand	08	Namsos SK	_____
7	Linnea Heibert	09	Namsos SK	_____
8	Benedicte Iversen	08	Namsos SK	_____

Øvelse 6. 50m rygg, herrer

Heat 1

1				
2	Adam Karbowski	07	Namsos SK	_____
3	Iver Sælleg Kristiansen	07	Namsos SK	_____
4	Leon Trones Moen	09	Namsos SK	_____
5	Julian P. Laugen	08	Namsos SK	_____
6	Julius Thorvaldsen	06	Statland IL Svømming	_____
7				
8				

Øvelse 7. 4*25m fri, mixed**Heat 1**

1	Namsos SK Mix 3 rekrutt	YJ	Namsos SK	_____
2	Rørvik SLK Mix 1 rekrutt	YJ	Rørvik SLK	_____
3	Namsos SK Mix 5 rekrutt	YJ	Namsos SK	_____
4	Rørvik SLK Mix 2 rekrutt	YJ	Rørvik SLK	_____
5	Namsos SK Mix 1 rekrutt	YJ	Namsos SK	_____
6	Namsos SK Mix 2 rekrutt	YJ	Namsos SK	_____
7	Namsos SK Mix 4 rekrutt	YJ	Namsos SK	_____
8				

Øvelse 8. 50m fri, damer**Heat 1**

1				
2				
3	Mina Nygård	07	Rørvik SLK	_____
4	Ada Årseth	08	Namsos SK	_____
5	Leila Rasmussen Williamsen	09	Namsos SK	_____
6				
7				
8				

Heat 2

1				
2	Vilma Stene	08	Leka IL	_____
3	Ane Olsen	09	Rørvik SLK	_____
4	Ane Haugan Holberg	08	Rørvik SLK	_____
5	Mina Amalie Høgenhaug	08	Namsos SK	_____
6	Jenny Sofie Aune Tufthaug	08	Namsos SK	_____
7	Linnea Trones Moen	08	Namsos SK	_____
8				

Heat 3

1	Sofie Lilleberre Holmsen	08	Namsos SK	_____
2	Stella Sørli Hanssen	09	Leka IL	_____
3	Benedicte Iversen	08	Namsos SK	_____
4	Emelin Øseth Strand	08	Namsos SK	_____
5	Ella Løfvenberg	08	Namsos SK	_____
6	Linnea Heibert	09	Namsos SK	_____
7	Tuva Kvaløy Aune	05	Leka IL	_____
8	Nora Margrethe Aune Tufthaug	08	Namsos SK	_____

Heat 4

1	Lotta Aagård Dahle	08	Namsos SK	_____
2	Marie Brecke	08	Namsos SK	_____
3	Tiril Ryan Hestvik	08	Namsos SK	_____
4	Liva Volden	09	Rørvik SLK	_____
5	Iselin Jøssund	08	Namsos SK	_____
6	Smilla Aglen Jensen	10	Namsos SK	_____
7	Agnete Øvereng	08	Rørvik SLK	_____
8	Ellinor Bruseth Hvalstad	10	Rørvik SLK	_____

Øvelse 9. 50m fri, herrer**Heat 1**

1				
2				
3	Håkan Stene	06	Leka IL	_____

4	Adam Karbowski	07	Namsos SK	_____
5	Vegard Asbjørn Williksen	08	Rørvik SLK	_____
6	Julian P. Laugen	08	Namsos SK	_____
7				_____
8				_____

Heat 2

1	Leon Trones Moen	09	Namsos SK	_____
2	Oliver Sund	08	Namsos SK	_____
3	Joakim Husby	07	Namsos SK	_____
4	Julius Thorvaldsen	06	Statland IL Svømming	_____
5	Christian Fredrik Hasfjord	08	Namsos SK	_____
6	Oskar J. Moe	08	Namsos SK	_____
7	Odin S Hågensen	08	Statland IL Svømming	_____
8	Iver Sælleg Kristiansen	07	Namsos SK	_____

Øvelse 10. 25m bryst, damer

Heat 1

1				_____
2				_____
3	Mina Amalie Høgenhaug	08	Namsos SK	_____
4	Jenny Sofie Aune Tufthaug	08	Namsos SK	_____
5	Vilma Stene	08	Leka IL	_____
6				_____
7				_____
8				_____

Heat 2

1	Ada Årseth	08	Namsos SK	_____
2	Sofie Lilleberre Holmsen	08	Namsos SK	_____
3	Ane Haugan Holberg	08	Rørvik SLK	_____
4	Tiril Ryan Hestvik	08	Namsos SK	_____
5	Emelin Øseth Strand	08	Namsos SK	_____
6	Mina Nygård	07	Rørvik SLK	_____
7	Ella Løvvenberg	08	Namsos SK	_____
8	Smilla Aglen Jensen	10	Namsos SK	_____

Heat 3

1	Stella Sørli Hanssen	09	Leka IL	_____
2	Lotta Aagård Dahle	08	Namsos SK	_____
3	Liva Volden	09	Rørvik SLK	_____
4	Iselin Jøssund	08	Namsos SK	_____
5	Marie Brecke	08	Namsos SK	_____
6	Leila Rasmussen Williamsen	09	Namsos SK	_____
7	Benedicte Iversen	08	Namsos SK	_____
8	Nora Margrethe Aune Tufthaug	08	Namsos SK	_____

Heat 4

1	Linnea Trones Moen	08	Namsos SK	_____
2	Linnea Heibert	09	Namsos SK	_____
3	Ingeborg Engesvik	08	Rørvik SLK	_____
4	Ane Olsen	09	Rørvik SLK	_____
5	Oda Bratland	09	Rørvik SLK	_____
6	Agnete Øvereng	08	Rørvik SLK	_____
7	Nora Helmersen Høgenhaug	12	Namsos SK	_____
8	Tuva Kvaløy Aune	05	Leka IL	_____

Øvelse 11. 25m bryst, herrer

Heat 1

1				_____
2				_____
3	Simen Green Øvrum	09	Verdal SK	_____
4	Julius Thorvaldsen	06	Statland IL Svømming	_____
5	Leon Trones Moen	09	Namsos SK	_____
6				_____
7				_____
8				_____

Heat 2

1	Christian Fredrik Hasfjord	08	Namsos SK	_____
---	----------------------------	----	-----------	-------

2	Oskar J. Moe	08	Namsos SK	_____
3	Joakim Husby	07	Namsos SK	_____
4	Adam Karbowski	07	Namsos SK	_____
5	Odin S Hågensen	08	Statland IL Svømming	_____
6	Julian P. Laugen	08	Namsos SK	_____
7	Vegard Asbjørn Williksen	08	Rørvik SLK	_____
8	Iver Sælleg Kristiansen	07	Namsos SK	_____

Øvelse 12. 25m rygg, damer

Heat 1

1				_____
2				_____
3	Nora Helmersen Høgenhaug	12	Namsos SK	_____
4	Nora Margrethe Aune Tufthaug	08	Namsos SK	_____
5	Oda Bratland	09	Rørvik SLK	_____
6				_____
7				_____
8				_____

Heat 2

1				_____
2	Ane Haugan Holberg	08	Rørvik SLK	_____
3	Linnea Heibert	09	Namsos SK	_____
4	Leila Rasmussen Williamsen	09	Namsos SK	_____
5	Vilma Stene	08	Leka IL	_____
6	Ingeborg Engesvik	08	Rørvik SLK	_____
7	Sofie Lilleberre Holmsen	08	Namsos SK	_____
8				_____

Heat 3

1	Benedicte Iversen	08	Namsos SK	_____
2	Linnea Trones Moen	08	Namsos SK	_____
3	Ane Olsen	09	Rørvik SLK	_____
4	Liva Volden	09	Rørvik SLK	_____
5	Tuva Kvaløy Aune	05	Leka IL	_____
6	Emelin Øseth Strand	08	Namsos SK	_____
7	Ellinor Bruseth Hvalstad	10	Rørvik SLK	_____
8	Stella Sørli Hanssen	09	Leka IL	_____

Heat 4

1	Mina Amalie Høgenhaug	08	Namsos SK	_____
2	Iselin Jøssund	08	Namsos SK	_____
3	Lotta Aagård Dahle	08	Namsos SK	_____
4	Marie Brecke	08	Namsos SK	_____
5	Tiril Ryan Hestvik	08	Namsos SK	_____
6	Agnete Øvereng	08	Rørvik SLK	_____
7	Ada Årseth	08	Namsos SK	_____
8	Mina Nygård	07	Rørvik SLK	_____

Øvelse 13. 25m rygg, herrer

Heat 1

1				_____
2				_____
3	Oskar J. Moe	08	Namsos SK	_____
4	Julius Thorvaldsen	06	Statland IL Svømming	_____
5	Vegard Asbjørn Williksen	08	Rørvik SLK	_____
6				_____
7				_____
8				_____

Heat 2

1	Joakim Husby	07	Namsos SK	_____
2	Adam Karbowski	07	Namsos SK	_____
3	Iver Sælleg Kristiansen	07	Namsos SK	_____
4	Simen Green Øvrum	09	Verdal SK	_____
5	Julian P. Laugen	08	Namsos SK	_____
6	Oliver Sund	08	Namsos SK	_____
7	Leon Trones Moen	09	Namsos SK	_____
8				_____