

# LÅMØ-Kvalikken LRK 2018

	Jenter			Gutter			Sammenlagt		
	Pers	Ind	Lag	Pers	Ind	Lag	Pers	Ind	Lag
Bjørkelangen SF	2	4	0	1	2	0	3	6	0
Bærumsvømmerne	0	0	0	1	1	0	1	1	0
Eidsvoll SK	7	35	0	8	39	0	15	74	0
Elverum Svømming	10	45	0	3	16	0	13	61	0
Gjelleråsen IF	5	15	0	4	15	0	9	30	0
Gjøvik SK	6	25	0	1	5	0	7	30	0
Hamar IL	6	29	0	2	9	0	8	38	0
Horten SK	4	13	0	3	12	0	7	25	0
Kolbotn IL	0	0	0	1	2	0	1	2	0
Kristiansand SA	2	10	0	1	6	0	3	16	0
Lambertseter SK	29	113	0	9	36	0	38	149	0
Lørenskog/Rælingen	23	108	0	14	63	0	37	171	0
Raufoss IL	3	12	0	2	14	0	5	26	0
Ringerike SK	1	4	0	0	0	0	1	4	0
SK Speed	7	22	0	7	23	0	14	45	0
Skedsmo SK	1	5	0	2	8	0	3	13	0
Skjetten Svømming	35	113	0	30	121	0	65	234	0
Solør SK	3	9	0	1	3	0	4	12	0
Toten SK	1	3	0	1	2	0	2	5	0
Ullensakersvøm	12	37	0	11	37	0	23	74	0
Øvre Eiker SK	1	1	0	0	0	0	1	1	0
<b>Sammenlagt</b>	<b>158</b>	<b>603</b>	<b>0</b>	<b>102</b>	<b>414</b>	<b>0</b>	<b>260</b>	<b>1017</b>	<b>0</b>

## 13. januar 2018 kl. 12.00

Øvelse 1. 400m fri, damer	12.00
Øvelse 2. 400m fri, herrer	13.36
<b>Pause</b>	<b>14.59</b>
Øvelse 3. 200m rygg, damer	15.29
Øvelse 4. 200m rygg, herrer	16.08
Øvelse 5. 50m butterfly, damer	16.44
Øvelse 6. 50m butterfly, herrer	16.57
Øvelse 7. 100m bryst, damer	17.02
Øvelse 8. 100m bryst, herrer	17.25
<b>Slutt</b>	<b>17.43</b>

## 14. januar 2018 kl. 09.00

Øvelse 9. 100m butterfly, damer	09.00
Øvelse 10. 100m butterfly, herrer	09.24
Øvelse 11. 50m rygg, damer	09.47
Øvelse 12. 50m rygg, herrer	09.55
Øvelse 13. 200m bryst, damer	10.00
Øvelse 14. 200m bryst, herrer	10.47
Øvelse 15. 100m individuell medley, damer	11.29
Øvelse 16. 100m individuell medley, herrer	11.48
<b>Pause</b>	<b>11.56</b>
Øvelse 17. 50m fri, damer	12.56
Øvelse 18. 50m fri, herrer	13.11
Øvelse 19. 100m rygg, damer	13.20
Øvelse 20. 100m rygg, herrer	13.43
Øvelse 21. 50m bryst, damer	13.50
Øvelse 22. 50m bryst, herrer	13.57
Øvelse 23. 200m individuell medley, damer	14.00
Øvelse 24. 200m individuell medley, herrer	15.01
<b>Slutt</b>	<b>15.41</b>



## Øvelse 1. 400m fri, damer

### Heat 1 - 12.00.00

1	Tuva Wilberg	05	Skjetten Svømming	5.32,44	_____
2	Victoria Fremstad Prøven	05	Skjetten Svømming	5.29,16	_____
3	Amanda Grøndalen	03	Skjetten Svømming	5.11,21	_____
4	Vårin Hagesæter	03	Skjetten Svømming	4.59,08	_____
5	Martine Myhrer Abrahamsen	03	Skjetten Svømming	4.52,51	_____
6					_____

### Heat 2 - 12.06.17

1					_____
2	Selma Fiskerstrand Bjørnstad	07	Lambertseter SK		_____
3	Josefin Tengblad	02	Eidsvoll SK		_____
4	Iben Bekken Nordbye	04	Ullensakersvøm		_____
5	Mille Svalebjørg	07	Lambertseter SK		_____
6					_____

### Heat 3 - 12.12.34

1	Emilie Torheim	07	Lambertseter SK		_____
2	Sofie Blix-Svendsen	07	Eidsvoll SK		_____
3					_____
4					_____
5	Julie Haagensen Nielsen	05	SK Speed		_____
6	Vilma Ringnes Bortne	07	Lambertseter SK		_____

### Heat 4 - 12.18.51

1	Mie Lauritsen	05	Lørenskog/Rælingen	8.08,99	_____
2	Albertine Isabella Stene	07	Lørenskog/Rælingen	7.43,14	_____
3	Eline Duong	07	Skjetten Svømming	7.36,50	_____
4					_____
5	Emilie Pham	07	Lørenskog/Rælingen	8.03,57	_____
6	Karolina Krok	07	Lørenskog/Rælingen	8.34,63	_____

### Heat 5 - 12.28.10

1	Maria Brudal Moen	07	Skjetten Svømming	7.27,18	_____
2	Sophie Palkin-Svensvik	07	Lambertseter SK	7.15,47	_____
3	Ebla A. Harun	07	SK Speed	7.11,64	_____
4	Anna Johnsen	05	Lørenskog/Rælingen	7.15,23	_____
5	Ylva Espolin Storo Dahl	07	Skjetten Svømming	7.21,45	_____
6	Silja Thoresen Skinlo	07	Skjetten Svømming	7.27,80	_____

### Heat 6 - 12.36.22

1					_____
2	Kaja Sandvik	05	Skedsmo SK	6.54,34	_____
3	Eira Melhus-Tangen	07	Skjetten Svømming	6.52,49	_____
4	Ada Edvardsen	07	Hamar IL	6.53,15	_____
5	Ann-Katrin Flegel	07	Skjetten Svømming	7.05,18	_____
6	Karoline Fleisje	07	Skjetten Svømming	7.11,55	_____

### Heat 7 - 12.44.18

1	Albertine Røhne	06	Lambertseter SK	6.51,05	_____
2	Sunniva Antonsen	08	SK Speed	6.45,87	_____
3	Julie Espelund Bakken	04	Lørenskog/Rælingen	6.40,19	_____
4	Lise Sandvik	05	Skjetten Svømming	6.40,48	_____
5	Johanne Solhaug	05	Toten SK	6.46,43	_____
6	Anne-Mai Nguyen	04	Skjetten Svømming	6.51,53	_____



**Heat 8 - 12.51.54**

1	Anya Mcniven	04	Skjetten Svømming	6.27,11	_____
2	Julie Letvik Sørensen	06	Lørenskog/Rælingen	6.13,33	_____
3	Henriette Arntsen	03	Ullensakersvøm	6.05,17	_____
4	Lin-Na Vu	05	Skjetten Svømming	6.06,70	_____
5	Hennie Harviken	06	Elverum Svømming	6.18,75	_____
6	Nora Handegaard	06	Eidsvoll SK	6.31,12	_____

**Heat 9 - 12.59.10**

1	Elise Katrin Berg	05	Skjetten Svømming	5.58,53	_____
2	Nicoleta Salvesen	03	Kristiansand SA	5.53,13	_____
3	Ida Mathea Hugaas	06	Ullensakersvøm	5.50,43	_____
4	Lan Anh Tran	03	Lørenskog/Rælingen	5.52,90	_____
5	Maria Bogacz	06	Lambertseter SK	5.54,15	_____
6	Maren Lyssand-Holter	03	Eidsvoll SK	5.58,71	_____

**Heat 10 - 13.05.53**

1	Live Korsthagen	06	Ullensakersvøm	5.47,87	_____
2	Selin Edvardsen	05	Hamar IL	5.44,06	_____
3	Tomine Aamodt	04	Ullensakersvøm	5.42,29	_____
4	Maria Naas Gullhav	06	Lørenskog/Rælingen	5.43,17	_____
5	Hedvig Eline Thorkildsen	03	Horten SK	5.46,38	_____
6	Andrea Dønnum Engebretsen	04	Eidsvoll SK	5.48,83	_____

**Heat 11 - 13.12.26**

1	Hanne Rugsveen	02	Elverum Svømming	5.38,31	_____
2	Tara Khosrownejad	02	Lørenskog/Rælingen	5.35,76	_____
3	Stina Kletvang	05	Ullensakersvøm	5.30,73	_____
4	Ella Kvalvaag	04	Lambertseter SK	5.33,95	_____
5	Frøya Holmboe-Wahl	03	Lambertseter SK	5.37,69	_____
6	Mia Svennebye-Pedersen	02	Lørenskog/Rælingen	5.39,40	_____

**Heat 12 - 13.18.50**

1	Celine Bakke Bassøe	04	Lambertseter SK	5.24,07	_____
2	Margrethe Hammerseth	03	Ullensakersvøm	5.21,31	_____
3	Vibeke Røseid	03	Eidsvoll SK	5.20,05	_____
4	Ulrikke Blix-Svendsen	03	Eidsvoll SK	5.20,91	_____
5	Mina Mai-Linh Khuu	05	Lambertseter SK	5.23,13	_____
6	Inger-Marie Nordli	03	Lambertseter SK	5.28,78	_____

**Heat 13 - 13.25.03**

1	Liv Marie Kvitblikk	02	Ullensakersvøm	5.15,39	_____
2	Helena Eshaghi	04	Hamar IL	5.09,21	_____
3	Stine Haugmo Bråten	00	Skjetten Svømming	5.01,75	_____
4	Elise Sveen Lundgård	02	Raufoss IL	5.03,07	_____
5	Tora Elise Nordli	05	Lambertseter SK	5.10,36	_____
6	Mia Itzchaki-Fransson	04	Lambertseter SK	5.17,58	_____

**Heat 14 - 13.31.05**

1	Marte Skolseg	02	Gjøvik SK	4.59,88	_____
2	Dina Bing Smedsrud	02	Hamar IL	4.51,44	_____
3	Matylda Koryl	02	Hamar IL	4.38,51	_____
4	Charlotte Hansen	03	Lambertseter SK	4.51,24	_____
5	Martine Børresen	03	Lambertseter SK	4.54,88	_____
6	Silje Kristengård	00	Skjetten Svømming	5.00,35	_____



## Øvelse 2. 400m fri, herrer

### Heat 1 - 13.36.50

1					
2					
3	Marius Røhne Grønlie	04	Skjetten Svømming	5.19,66	_____
4	Isak Omund Årnes	03	Kolbotn IL	5.02,96	_____
5					
6					

### Heat 2 - 13.42.54

1	Felix Holte Olausen	06	SK Speed		_____
2	Sverre Gjøen Sandberg	06	Lambertseter SK		_____
3	Alexander Hammer	05	Ullensakersvøm		_____
4	Peder Voksøy-Breivik	07	Ullensakersvøm		_____
5	Torbjørn Kalvenes	06	Ullensakersvøm		_____
6	Sebastian Eriksen	03	Ullensakersvøm		_____

### Heat 3 - 13.48.58

1	Tobias Wilhelmsen Sund	07	Lørenskog/Rælingen		_____
2	Stian Brunborg Ihle	04	Lørenskog/Rælingen		_____
3	Oliver Theie-Sandvik	06	Lørenskog/Rælingen	8.43,44	_____
4	Erlend Ellingsberg Solhaug	07	Lambertseter SK		_____
5	Elias Jørgensen	06	Lambertseter SK		_____
6	Tomas Nakrosis	03	Eidsvoll SK		_____

### Heat 4 - 13.58.26

1	Ask Melgård Skorstad	08	SK Speed	7.18,16	_____
2	Adam Hansrud-Kjær	03	Skjetten Svømming	7.07,36	_____
3	Fredrik Magnus Holmberg Dahle	07	Skjetten Svømming	7.03,45	_____
4	Sander S Reime	05	Skjetten Svømming	7.07,21	_____
5	Vincent Vu	07	Skjetten Svømming	7.13,85	_____
6	Mikkel Sigvartsen	07	Skjetten Svømming	7.20,46	_____

### Heat 5 - 14.06.31

1	Martin Brunborg	06	Skjetten Svømming	6.53,89	_____
2	Mathias Høyland Kristiansen	05	Horten SK	6.51,50	_____
3	Mathias Wold	06	Ullensakersvøm	6.39,92	_____
4	Hauk Røkke Bornø	04	Lørenskog/Rælingen	6.47,01	_____
5	Oliver Lucas Arnedal	07	Lambertseter SK	6.53,36	_____
6	Sebastian Bergum	07	Skjetten Svømming	6.55,50	_____

### Heat 6 - 14.14.11

1	Oliver Bauer Skymoen	06	Lørenskog/Rælingen	6.28,18	_____
2					
3	Jacob Sjølie	05	Skjetten Svømming	6.11,24	_____
4	Sondre Marki Jensen	04	Lørenskog/Rælingen	6.15,96	_____
5	Felix Stålstrøm	05	Horten SK	6.20,85	_____
6	Jørgen Gill Sandholt	06	Eidsvoll SK	6.38,09	_____

### Heat 7 - 14.21.34

1	Elilan Gregory	03	Skjetten Svømming	6.07,70	_____
2	August Trønnes Kjelsrud	04	Raufoss IL	6.04,24	_____
3	Tarik Muratovic	05	Skjetten Svømming	6.02,70	_____
4	Kenneth Nguyen	02	Skjetten Svømming	6.03,37	_____
5	Elias Madsen	06	Kristiansand SA	6.05,87	_____
6	Knut Zachrisson Prestegarden	06	Lørenskog/Rælingen	6.08,92	_____



**Heat 8 - 14.28.27**

1	Kasper Winsnes	05	Lørenskog/Rælingen	5.57,30	_____
2	Sivert Hammerstad	05	Lørenskog/Rælingen	5.52,96	_____
3	Laurits Trønnes Kjelsrud	07	Raufoss IL	5.50,74	_____
4	Fillip Sigvartsen	05	Skjetten Svømming	5.50,79	_____
5	Patrick Haugland	04	Skjetten Svømming	5.56,20	_____
6	Lyndon Thomas Palmer	05	Skjetten Svømming	5.58,36	_____

**Heat 9 - 14.35.10**

1	Filip Fasseland	03	Gjelleråsen IF	5.43,83	_____
2	Mads-Emil Rahlff	05	Lambertseter SK	5.38,80	_____
3	Marvin Stensrud	02	Gjelleråsen IF	5.33,13	_____
4	Henrik Sunde	04	Skjetten Svømming	5.34,45	_____
5	Kasper M. Laskemoen	04	Lambertseter SK	5.41,49	_____
6	Matias Solvik	03	Horten SK	5.49,30	_____

**Heat 10 - 14.41.44**

1	Philip Slotsvik	05	Eidsvoll SK	5.30,96	_____
2	Matias Lehmann	05	Lørenskog/Rælingen	5.30,05	_____
3	Erlend Damm-Johnsen	04	Lambertseter SK	5.24,09	_____
4	Pedram Heydari	05	SK Speed	5.26,48	_____
5	Daniel Bjerke Kristiansen	03	Skjetten Svømming	5.30,06	_____
6	Christian Toussi	05	Ullensakersvøm	5.31,61	_____

**Heat 11 - 14.48.00**

1	Emil Mathias Roli Sørensen	04	Skjetten Svømming	5.22,12	_____
2	Hirad Eshaghi	05	Hamar IL	5.14,10	_____
3	Richard Ramberg Hagring	04	Skjetten Svømming	5.04,51	_____
4	Henning Soelberg	03	Skjetten Svømming	5.11,70	_____
5	Sebastian Knevelsrud	04	Eidsvoll SK	5.22,10	_____
6	Amund Dønnum Engebretsen	06	Eidsvoll SK	5.22,29	_____

**Heat 12 - 14.54.07**

1	Istvan Besenyi	04	Ullensakersvøm	4.53,76	_____
2	Haakon Handegaard	03	Eidsvoll SK	4.47,94	_____
3	Matias Kildal Braaten	02	Skedsmo SK	4.41,78	_____
4	Rick Sol	01	Elverum Svømming	4.42,69	_____
5	Charlie Skoglund MacMillan	04	Gjøvik SK	4.49,28	_____
6	Aidan Moore	04	Eidsvoll SK	4.53,97	_____



### Øvelse 3. 200m rygg, damer

#### Heat 1 - 15.29.45

1	Tatiana Trista Rasay	04	Skjetten Svømming	2.57,37	_____
2	Martine Myhrer Abrahamsen	03	Skjetten Svømming	2.42,37	_____
3	Vårin Hagesæter	03	Skjetten Svømming	2.40,25	_____
4	Amanda Grøndalen	03	Skjetten Svømming	2.35,08	_____
5					
6					

#### Heat 2 - 15.33.27

1	Live Korstadhagen	06	Ullensakersvøm		_____
2	Serine Hammerstad	07	Lørenskog/Rælingen		_____
3	Pernille Gresaker Wærnes	06	Skjetten Svømming	4.00,00	_____
4	Mie Lauritsen	05	Lørenskog/Rælingen	4.11,26	_____
5	Åse Jørve	03	Ringerike SK		_____
6					

#### Heat 3 - 15.38.23

1	Anna Johnsen	05	Lørenskog/Rælingen	3.29,13	_____
2	Mia Kristiansen	06	Ullensakersvøm	3.28,51	_____
3	Julie Espelund Bakken	04	Lørenskog/Rælingen	3.27,13	_____
4	Kaja Sandvik	05	Skedsmo SK	3.28,44	_____
5	Nora Handegaard	06	Eidsvoll SK	3.29,12	_____
6	Albertine Røhne	06	Lambertseter SK	3.32,14	_____

#### Heat 4 - 15.42.40

1	Helene Gonzalez	05	Ullensakersvøm	3.26,10	_____
2	Johanne Solhaug	05	Toten SK	3.15,60	_____
3	Julie Letvik Sørensen	06	Lørenskog/Rælingen	3.13,28	_____
4	Maren Lyssand-Holter	03	Eidsvoll SK	3.14,84	_____
5	Elise Katrin Berg	05	Skjetten Svømming	3.15,79	_____
6	Anne-Mai Nguyen	04	Skjetten Svømming	3.26,57	_____

#### Heat 5 - 15.46.51

1	Anya Mcniven	04	Skjetten Svømming	3.11,56	_____
2	Lan Anh Tran	03	Lørenskog/Rælingen	3.08,52	_____
3	Henriette Arntsen	03	Ullensakersvøm	3.07,00	_____
4	Selin Edwardsen	05	Hamar IL	3.07,49	_____
5	Mia Svennebye-Pedersen	02	Lørenskog/Rælingen	3.10,51	_____
6	Hedvig Eline Thorkildsen	03	Horten SK	3.13,23	_____

#### Heat 6 - 15.50.49

1	Stina Kletvang	05	Ullensakersvøm	3.04,27	_____
2	Tomine Aamodt	04	Ullensakersvøm	3.02,33	_____
3	Tara Khosrownejad	02	Lørenskog/Rælingen	2.59,99	_____
4	Maria Bogacz	06	Lambertseter SK	3.02,03	_____
5	Maria Naas Gullhav	06	Lørenskog/Rælingen	3.02,74	_____
6	Andrea Dønnum Engebretsen	04	Eidsvoll SK	3.06,37	_____

#### Heat 7 - 15.54.40

1	Emilie Alexandra Hagen	05	Elverum Svømming	2.56,46	_____
2	Vibeke Røseid	03	Eidsvoll SK	2.53,14	_____
3	Mia Itzhaki-Fransson	04	Lambertseter SK	2.50,67	_____
4	Celine Bakke Bassøe	04	Lambertseter SK	2.51,64	_____
5	Ella Kvalvaag	04	Lambertseter SK	2.55,65	_____
6	Elise Sveen-Bratvold	04	Elverum Svømming	2.59,07	_____



**Heat 8 - 15.58.24**

1	Mina Mai-Linh Khuu	05	Lambertseter SK	2.49,23	_____
2	Helena Eshaghi	04	Hamar IL	2.48,68	_____
3	Ulrikke Blix-Svendsen	03	Eidsvoll SK	2.48,27	_____
4	Josefin Tengblad	02	Eidsvoll SK	2.48,58	_____
5	Margrethe Hammerseth	03	Ullensakersvøm	2.48,82	_____
6	Fredrikke Oline Engebretsen	05	Ullensakersvøm	2.50,05	_____

**Heat 9 - 16.01.59**

1	Liv Marie Kvitblikk	02	Ullensakersvøm	2.47,32	_____
2	Nicoline Tønder-Keul	04	Lørenskog/Rælingen	2.45,29	_____
3	Silje Kristengård	00	Skjetten Svømming	2.41,28	_____
4	Marte Skolseg	02	Gjøvik SK	2.41,78	_____
5	Elise Sveen Lundgård	02	Raufoss IL	2.45,76	_____
6	Julianne Sandal Søbakk	04	Ullensakersvøm	2.48,20	_____

**Heat 10 - 16.05.32**

1	Charlotte Hansen	03	Lambertseter SK	2.37,66	_____
2	Matylda Koryl	02	Hamar IL	2.35,95	_____
3	Martine Børresen	03	Lambertseter SK	2.33,83	_____
4	Dina Bing Smedsrud	02	Hamar IL	2.34,89	_____
5	Ingrid Vie	03	Elverum Svømming	2.36,97	_____
6	Nicoleta Salvesen	03	Kristiansand SA	2.40,72	_____



## Øvelse 4. 200m rygg, herrer

### Heat 1 - 16.08.57

1	Alexander Hammer	05	Ullensakersvøm		
2	Torbjørn Kalvenes	06	Ullensakersvøm		
3	Adrian Nupen	04	Skedsmo SK		
4	Jørgen Gill Sandholt	06	Eidsvoll SK		
5	Filip Fasselund	03	Gjelleråsen IF		
6	Marius Røhne Grønlie	04	Skjetten Svømming	2.53,66	

### Heat 2 - 16.12.35

1	Elias Jørgensen	06	Lambertseter SK		
2	Mathias Høyland Kristiansen	05	Horten SK	3.45,29	
3	Hauk Røkke Bornø	04	Lørenskog/Rælingen	3.42,02	
4	Martin Brunborg	06	Skjetten Svømming	3.45,21	
5	Oliver Theie-Sandvik	06	Lørenskog/Rælingen	3.52,52	
6	Nilavan Gregory	06	Skjetten Svømming		

### Heat 3 - 16.17.12

1	Oliver Bauer Skymoen	06	Lørenskog/Rælingen	3.39,24	
2	Jacob Sjølie	05	Skjetten Svømming	3.28,52	
3	Elilan Gregory	03	Skjetten Svømming	3.24,41	
4	August Trønnes Kjelsrud	04	Raufoss IL	3.25,18	
5	Mathias Wold	06	Ullensakersvøm	3.34,06	
6	Sander S Reime	05	Skjetten Svømming	3.40,67	

### Heat 4 - 16.21.37

1	Isak Omund Årnes	03	Kolbotn IL	2.32,08	
2	Daniel Bjerke Kristiansen	03	Skjetten Svømming	3.11,68	
3	Adam Hansrud-Kjær	03	Skjetten Svømming	3.10,11	
4	Kenneth Nguyen	02	Skjetten Svømming	3.11,63	
5	Tarik Muratovic	05	Skjetten Svømming	3.17,13	
6	Stian Brunborg Ihle	04	Lørenskog/Rælingen	3.20,25	

### Heat 5 - 16.25.42

1	Sivert Hammerstad	05	Lørenskog/Rælingen	3.09,80	
2	Henrik Sunde	04	Skjetten Svømming	3.05,38	
3	Kasper Winsnes	05	Lørenskog/Rælingen	3.04,51	
4	Knut Zachrisson Prestegarden	06	Lørenskog/Rælingen	3.05,32	
5	Matias Lehmann	05	Lørenskog/Rælingen	3.06,98	
6	Patrick Haugland	04	Skjetten Svømming	3.10,05	

### Heat 6 - 16.29.37

1	Mads-Emil Rahlff	05	Lambertseter SK	3.00,81	
2	Marvin Stensrud	02	Gjelleråsen IF	3.00,00	
3	Sondre Marki Jensen	04	Lørenskog/Rælingen	2.59,64	
4	Matias Solvik	03	Horten SK	2.59,73	
5	Fillip Sigvartsen	05	Skjetten Svømming	3.00,43	
6	Kasper M. Laskemoen	04	Lambertseter SK	3.02,70	

### Heat 7 - 16.33.24

1	Amund Dønnum Engebretsen	06	Eidsvoll SK	2.58,38	
2	Sebastian Knevelsrud	04	Eidsvoll SK	2.54,83	
3	Sebastian Eriksen	03	Ullensakersvøm	2.48,78	
4	Michael Jansen	05	Ullensakersvøm	2.48,86	
5	Pedram Heydari	05	SK Speed	2.55,86	
6	Emil Mathias Roli Sørensen	04	Skjetten Svømming	2.59,21	





**Heat 8 - 16.37.08**

1	Tomas Nakrosis	03	Eidsvoll SK	2.47,02	_____
2	Christian Toussi	05	Ullensakersvøm	2.38,79	_____
3	Matias Kildal Braaten	02	Skedsmo SK	2.38,05	_____
4	Erlend Damm-Johnsen	04	Lambertseter SK	2.47,03	_____
5	Philip Slotsvik	05	Eidsvoll SK	2.40,73	_____
6	Martin Kregnes Søstuen	02	Elverum Svømming	2.38,76	_____

**Heat 9 - 16.40.40**

1	Christoffer Hammer	02	Ullensakersvøm	2.35,47	_____
2	Charlie Skoglund MacMillan	04	Gjøvik SK	2.33,51	_____
3	Haakon Handegaard	03	Eidsvoll SK	2.32,04	_____
4	Erik Magnus Evensrud	05	Lørenskog/Rælingen	2.32,52	_____
5	Aidan Moore	04	Eidsvoll SK	2.34,78	_____
6	Hirad Eshaghi	05	Hamar IL	2.37,61	_____



## Øvelse 5. 50m butterfly, damer

### Heat 1 - 16.44.02

1				
2	Purvi Kumari	08	SK Speed	_____
3	Sofie Blix-Svendsen	07	Eidsvoll SK	_____
4	Julie Haagensen Nielsen	05	SK Speed	_____
5				
6				

### Heat 2 - 16.45.49

1	Mia Eri Reggestad	07	Horten SK	_____
2	Karen Bredesen Ulseth	08	Lørenskog/Rælingen	_____
3	Josefine Tønder-Keul	08	Lørenskog/Rælingen	_____
4	Louise Keser Bakken	08	Lambertseter SK	_____
5	Serine Hammerstad	07	Lørenskog/Rælingen	_____
6				

### Heat 3 - 16.47.36

1	Nora Elise Langøy	07	Horten SK		_____
2	Maria Brudal Moen	07	Skjetten Svømming	1.01,89	_____
3	Silja Thoresen Skinlo	07	Skjetten Svømming	58,99	_____
4	Karoline Fleisje	07	Skjetten Svømming	1.01,29	_____
5	Eline Duong	07	Skjetten Svømming	1.02,66	_____
6	Ann Sofie Ha Tran	06	Lørenskog/Rælingen		_____

### Heat 4 - 16.49.23

1	Siv Gudrun Tuv	07	Lørenskog/Rælingen	58,66	_____
2	Ylva Espolin Storo Dahl	07	Skjetten Svømming	56,86	_____
3					
4	Amanda Meland	02	Lørenskog/Rælingen	56,77	_____
5	Emilie Pham	07	Lørenskog/Rælingen	57,90	_____
6	Sophie Palkin-Svensvik	07	Lambertseter SK	58,74	_____

### Heat 5 - 16.51.06

1	Nhata Celina Pham	08	SK Speed	54,41	_____
2	Ebla A. Harun	07	SK Speed	53,35	_____
3	Emma Syversen Olsen	05	Skjetten Svømming	52,77	_____
4	Nora Tjugum Amundsen	06	Elverum Svømming	52,84	_____
5	Ann-Katrin Flegel	07	Skjetten Svømming	53,94	_____
6	Eira Melhus-Tangen	07	Skjetten Svømming	54,79	_____

### Heat 6 - 16.52.45

1	Ada Edvardsen	07	Hamar IL	52,06	_____
2	Albertine Isabella Stene	07	Lørenskog/Rælingen	49,69	_____
3	Nora Ødemark	07	Lambertseter SK	44,56	_____
4	Sunniva Antonsen	08	SK Speed	46,69	_____
5	Emma Mathea Kulmala	07	Elverum Svømming	50,30	_____
6	Karolina Krok	07	Lørenskog/Rælingen	52,08	_____



**Heat 7 - 16.54.22**

1	Johanne Solhaug	05	Toten SK	44,05	_____
2	Hanne Rugsveen	02	Elverum Svømming	43,21	_____
3	Christina Aasbakk	02	Lørenskog/Rælingen	40,29	_____
4					_____
5	Nathania Newton	07	Skjetten Svømming	43,56	_____
6	Åse Jørve	03	Ringerike SK	44,16	_____

**Heat 8 - 16.55.51**

1	Frøya Holmboe-Wahl	03	Lambertseter SK	36,29	_____
2	Maya Madsen	03	Kristiansand SA	34,52	_____
3	Nicoline Tønder-Keul	04	Lørenskog/Rælingen	34,12	_____
4	Eline Søfting Svarstad	04	Elverum Svømming	34,24	_____
5	Elise Sveen Lundgård	02	Raufoss IL	34,86	_____
6	Albertine Røhne	06	Lambertseter SK	39,78	_____

## Øvelse 6. 50m butterfly, herrer

### Heat 1 - 16.57.15

1	Felix Holte Olausen	06	SK Speed		_____
2	Alex Tran	08	SK Speed		_____
3	Lars Liaaen	07	SK Speed	56,88	_____
4	Sebastian Bergum	07	Skjetten Svømming	59,38	_____
5	Peder Voksøy-Breivik	07	Ullensakersvøm		_____
6					_____

### Heat 2 - 16.58.59

1	Mikkel Sigvartsen	07	Skjetten Svømming	55,50	_____
2	Adrian Nupen	04	Skedsmo SK	51,78	_____
3	Hauk Røkke Bornø	04	Lørenskog/Rælingen	46,96	_____
4	Ask Melgård Skorstad	08	SK Speed	49,18	_____
5	Fredrik Magnus Holmberg Dahle	07	Skjetten Svømming	52,92	_____
6	Vincent Vu	07	Skjetten Svømming	56,85	_____

### Heat 3 - 17.00.40

1	Mathias Høyland Kristiansen	05	Horten SK	43,29	_____
2					_____
3	Oliver Lucas Arnedal	07	Lambertseter SK	45,82	_____
4	Christopher Augustsson	05	Lambertseter SK	32,59	_____
5	Laurits Trønnes Kjelsrud	07	Raufoss IL	40,57	_____
6	Martin Kregnes Søstuen	02	Elverum Svømming	32,59	_____



## Øvelse 7. 100m bryst, damer

### Heat 1 - 17.02.10

1	Serine Hammerstad	07	Lørenskog/Rælingen	
2	Guro Laget	08	Skjetten Svømming	_____
3	Sofie Blix-Svendsen	07	Eidsvoll SK	_____
4	Emilie Nicoline Risøe	08	Skjetten Svømming	_____
5	Embla Adelheid Hestad Skinnar	07	Skjetten Svømming	_____
6	Mia Eri Reggestad	07	Horten SK	_____

### Heat 2 - 17.05.20

1	Oline Marie Sjølie	08	Skjetten Svømming	_____
2	Isabell Harildstad	06	Skjetten Svømming	_____
3	Milja Helena Brun	08	Skjetten Svømming	_____
4	Julie Haagensen Nielsen	05	SK Speed	_____
5	Andrea Elise Haslie Kristiansen	08	Lørenskog/Rælingen	_____
6	Louise Keser Bakken	08	Lambertseter SK	_____

### Heat 3 - 17.08.30

1	Purvi Kumari	08	SK Speed	2.25,97	_____
2	Nhata Celina Pham	08	SK Speed	2.21,69	_____
3	Ebla A. Harun	07	SK Speed	2.19,60	_____
4	Ylva Espolin Storo Dahl	07	Skjetten Svømming	2.20,21	_____
5	Karoline Fleisje	07	Skjetten Svømming	2.21,75	_____
6	Ida Louise Mathiesen	06	Skjetten Svømming		_____

### Heat 4 - 17.11.40

1	Ada Edvardsen	07	Hamar IL	2.12,83	_____
2	Nora Tjugum Amundsen	06	Elverum Svømming	2.11,28	_____
3	Ann-Katrin Flegel	07	Skjetten Svømming	2.07,67	_____
4	Albertine Isabella Stene	07	Lørenskog/Rælingen	2.10,27	_____
5					_____
6	Silja Thoresen Skinlo	07	Skjetten Svømming	2.16,86	_____

### Heat 5 - 17.14.41

1	Karolina Krok	07	Lørenskog/Rælingen	2.04,08	_____
2	Eira Melhus-Tangen	07	Skjetten Svømming	2.03,60	_____
3	Emma Mathea Kulmala	07	Elverum Svømming	2.01,06	_____
4	Maria Brudal Moen	07	Skjetten Svømming	2.01,58	_____
5	Eline Duong	07	Skjetten Svømming	2.03,95	_____
6	Sophie Palkin-Svensvik	07	Lambertseter SK	2.04,51	_____

### Heat 6 - 17.17.30

1	Albertine Røhne	06	Lambertseter SK	1.55,11	_____
2	Nora Ødemark	07	Lambertseter SK	1.48,68	_____
3	Julie Letvik Sørensen	06	Lørenskog/Rælingen	1.45,20	_____
4	Christina Aasbakk	02	Lørenskog/Rælingen	1.48,32	_____
5	Emilie Pham	07	Lørenskog/Rælingen	1.53,70	_____
6	Selma Fiskerstrand Bjørnstad	07	Lambertseter SK	1.58,98	_____

### Heat 7 - 17.20.13

1	Amanda Meland	02	Lørenskog/Rælingen	1.41,85	_____
2	Elise Sveen-Bratvold	04	Elverum Svømming	1.32,61	_____
3	Mina Mai-Linh Khuu	05	Lambertseter SK	1.25,04	_____
4	Maya Madsen	03	Kristiansand SA	1.27,28	_____
5	Hennie Harviken	06	Elverum Svømming	1.40,99	_____
6	Nathania Newton	07	Skjetten Svømming	1.42,95	_____



## Øvelse 8. 100m bryst, herrer

### Heat 1 - 17.25.50

1				
2	Jarand Harstveit	06	Skjetten Svømming	_____
3	Peder Voksøy-Breivik	07	Ullensakersvøm	_____
4	Axel Nguyen	07	Skjetten Svømming	_____
5	Kevin Le	05	Lørenskog/Rælingen	_____
6				

### Heat 2 - 17.28.51

1				
2	Elias Jørgensen	06	Lambertseter SK	_____
3	Kristoffer Dyrvang Haga	08	Skjetten Svømming	_____
4	Eirik Usler	07	Skjetten Svømming	_____
5	Nicholas Ngo	06	Skjetten Svømming	_____
6				

### Heat 3 - 17.31.52

1	Jonathan Riberg Christoffersen	06	Skjetten Svømming		
2	Magnus Breang Hagen	06	Skjetten Svømming		
3	Nilavan Gregory	06	Skjetten Svømming	2.16,88	_____
4	Erlend Ellingsberg Solhaug	07	Lambertseter SK		_____
5	Martin Sveum	04	Lørenskog/Rælingen		_____
6	Alex Tran	08	SK Speed		_____

### Heat 4 - 17.34.53

1	Mikkel Sigvartsen	07	Skjetten Svømming	2.12,33	_____
2	Ask Melgård Skorstad	08	SK Speed	2.03,13	_____
3	Hauk Røkke Bornø	04	Lørenskog/Rælingen	2.02,38	_____
4	Fredrik Magnus Holmberg Dahle	07	Skjetten Svømming	2.02,61	_____
5	Lars Liaaen	07	SK Speed	2.09,43	_____
6	Felix Holte Olausen	06	SK Speed	2.16,75	_____

### Heat 5 - 17.37.54

1	Adrian Nupen	04	Skedsmo SK	1.55,38	_____
2	Elias Madsen	06	Kristiansand SA	1.54,39	_____
3	Oliver Lucas Arnedal	07	Lambertseter SK	1.51,14	_____
4	Tobias Wilhelmsen Sund	07	Lørenskog/Rælingen	1.53,63	_____
5	Vincent Vu	07	Skjetten Svømming	1.55,20	_____
6	August Trønnes Kjelsrud	04	Raufoss IL	2.02,24	_____

### Heat 6 - 17.40.41

1	Laurits Trønnes Kjelsrud	07	Raufoss IL	1.44,13	_____
2	Knut Zachrisson Prestegarden	06	Lørenskog/Rælingen	1.34,40	_____
3	Rick Sol	01	Elverum Svømming	1.13,95	_____
4	Christopher Augustsson	05	Lambertseter SK	1.18,53	_____
5	Oliver Bauer Skymoene	06	Lørenskog/Rælingen	1.39,21	_____
6	Sebastian Bergum	07	Skjetten Svømming	1.46,93	_____



## Øvelse 9. 100m butterfly, damer

### Heat 1 - 09.00.00

1				
2	Helene Flyen	02	Gjelleråsen IF	_____
3	Katrine Hatlevik Sorknes	02	Solør SK	_____
4	Lan Anh Tran	03	Lørenskog/Rælingen	_____
5				
6				

### Heat 2 - 09.03.02

1	Mie Lauritsen	05	Lørenskog/Rælingen	_____
2	Åse Jørve	03	Ringerike SK	_____
3	Pernille Gresaker Wærnes	06	Skjetten Svømming	2.17,17
4	Mathea Cathrin Kohoutek Rue	06	Lambertseter SK	_____
5	Iben Bekken Nordbye	04	Ullensakersvøm	_____
6	Victoria Fremstad Prøven	05	Skjetten Svømming	1.33,52

### Heat 3 - 09.06.04

1	Isabelle Lehn	06	Lørenskog/Rælingen	2.06,32
2	Anna Tomine Vårli Angell	06	Lambertseter SK	1.58,18
3	Ingeborg Pinyada Wist	06	Skjetten Svømming	1.51,24
4	Kaja Sandvik	05	Skedsmo SK	1.53,13
5	Emma Syversen Olsen	05	Skjetten Svømming	1.58,79
6	Julie Letvik Sørensen	06	Lørenskog/Rælingen	2.06,43

### Heat 4 - 09.08.55

1	Anna Johnsen	05	Lørenskog/Rælingen	1.50,79
2	Helene Gonzalez	05	Ullensakersvøm	1.46,77
3	Hanne Rugsveen	02	Elverum Svømming	1.41,79
4	Anya Mcniven	04	Skjetten Svømming	1.46,23
5	Julie Espelund Bakken	04	Lørenskog/Rælingen	1.47,55
6	Anne-Mai Nguyen	04	Skjetten Svømming	1.51,05

### Heat 5 - 09.11.31

1	Nicoleta Salvesen	03	Kristiansand SA	1.39,80
2	Andrea Dønnum Engebretsen	04	Eidsvoll SK	1.36,97
3	Maria Naas Gullhav	06	Lørenskog/Rælingen	1.35,80
4	Lilja Aleksandra Jakobsen	05	Lambertseter SK	1.36,49
5	Hedvig Eline Thorkildsen	03	Horten SK	1.39,60
6	Nora Handegaard	06	Eidsvoll SK	1.40,80

### Heat 6 - 09.13.56

1	Maren Lyssand-Holter	03	Eidsvoll SK	1.35,37
2	Selin Edvardsen	05	Hamar IL	1.31,46
3	Emilie Alexandra Hagen	05	Elverum Svømming	1.27,61
4	Ella Kvalvaag	04	Lambertseter SK	1.28,16
5	Tara Khosrownejad	02	Lørenskog/Rælingen	1.34,03
6	Hennie Elise Ulvesveen	05	Raufoss IL	1.35,46

### Heat 7 - 09.16.16

1	Maria Bogacz	06	Lambertseter SK	1.25,73
2	Frøya Holmboe-Wahl	03	Lambertseter SK	1.25,17
3	Vibeke Røseid	03	Eidsvoll SK	1.24,82
4	Kristina Røhne Ruud	03	Gjøvik SK	1.25,00
5	Stina Kletvang	05	Ullensakersvøm	1.25,69
6	Hannah Ignasha Tønseth	04	Hamar IL	1.26,97



**Heat 8 - 09.18.27**

1	Sophie Keser Bakken	05	Lambertseter SK	1.23,73	_____
2	Ulrikke Blix-Svendsen	03	Eidsvoll SK	1.23,10	_____
3	Marte Skolseg	02	Gjøvik SK	1.20,40	_____
4	Celine Bakke Bassøe	04	Lambertseter SK	1.20,44	_____
5	Silje Kristengård	00	Skjetten Svømming	1.23,54	_____
6	Helena Eshaghi	04	Hamar IL	1.24,79	_____

**Heat 9 - 09.20.36**

1	Nicoline Tønder-Keul	04	Lørenskog/Rælingen	1.18,65	_____
2	Dina Bing Smedsrud	02	Hamar IL	1.17,13	_____
3	Ingrid Vie	03	Elverum Svømming	1.16,27	_____
4	Mia Itzchaki-Fransson	04	Lambertseter SK	1.16,95	_____
5	Margrethe Hammerseth	03	Ullensakersvøm	1.18,10	_____
6	Mina Mai-Linh Khuu	05	Lambertseter SK	1.19,17	_____

**Heat 10 - 09.22.40**

1	Charlotte Hansen	03	Lambertseter SK	1.15,05	_____
2	Josefin Tengblad	02	Eidsvoll SK	1.13,54	_____
3	Matylda Koryl	02	Hamar IL	1.07,48	_____
4	Karolina Jaroma	00	Gjøvik SK	1.11,65	_____
5	Martine Børresen	03	Lambertseter SK	1.13,62	_____
6	Elise Sveen Lundgård	02	Raufoss IL	1.15,34	_____





## Øvelse 10. 100m butterfly, herrer

### Heat 1 - 09.24.40

1				
2	Philip Slotsvik	05	Eidsvoll SK	_____
3	Sander S Reime	05	Skjetten Svømming	_____
4	Adam Hansrud-Kjær	03	Skjetten Svømming	_____
5				
6				

### Heat 2 - 09.27.38

1				
2	Laurits Trønnes Kjelsrud	07	Raufoss IL	_____
3	Felix Stålstrom	05	Horten SK	_____
4	Martin Brunborg	06	Skjetten Svømming	_____
5	Emil Sætre	05	Solør SK	_____
6				

### Heat 3 - 09.30.36

1	Jørgen Gill Sandholt	06	Eidsvoll SK	2.13,37	_____
2	Oliver Bauer Skymoen	06	Lørenskog/Rælingen	2.01,37	_____
3	Jonas Ruen	06	Toten SK	1.54,17	_____
4	August Trønnes Kjelsrud	04	Raufoss IL	1.54,25	_____
5	Oliver Theie-Sandvik	06	Lørenskog/Rælingen	2.02,69	_____
6	Mohammad Saad Shahid	05	Skjetten Svømming		_____

### Heat 4 - 09.33.34

1	Knut Zachrisson Prestegarden	06	Lørenskog/Rælingen	1.52,07	_____
2	Sondre Marki Jensen	04	Lørenskog/Rælingen	1.47,78	_____
3	Oliver Lucas Arnedal	07	Lambertseter SK	1.46,08	_____
4	Lyndon Thomas Palmer	05	Skjetten Svømming	1.47,09	_____
5	Stian Brunborg Ihle	04	Lørenskog/Rælingen	1.50,30	_____
6	Mathias Wold	06	Ullensakersvøm	1.52,26	_____

### Heat 5 - 09.36.11

1	Jacob Sjølie	05	Skjetten Svømming	1.44,25	_____
2	Kenneth Nguyen	02	Skjetten Svømming	1.41,91	_____
3	Elilan Gregory	03	Skjetten Svømming	1.37,19	_____
4	Amund Dønnum Engebretsen	06	Eidsvoll SK	1.38,98	_____
5	Patrick Haugland	04	Skjetten Svømming	1.43,45	_____
6	Tarik Muratovic	05	Skjetten Svømming	1.45,00	_____

### Heat 6 - 09.38.41

1	Elias Johannessen	03	Hamar IL	1.31,95	_____
2	Kasper Winsnes	05	Lørenskog/Rælingen	1.28,18	_____
3	Henrik Sunde	04	Skjetten Svømming	1.27,31	_____
4	Pedram Heydari	05	SK Speed	1.27,96	_____
5	Sivert Hammerstad	05	Lørenskog/Rælingen	1.28,75	_____
6	Alexander Wang	06	Lørenskog/Rælingen	1.32,74	_____

### Heat 7 - 09.40.58

1	Sander Sand	04	Skjetten Svømming	1.26,61	_____
2	Matias Lehmann	05	Lørenskog/Rælingen	1.25,70	_____
3	Daniel Bjerke Kristiansen	03	Skjetten Svømming	1.25,50	_____
4	Hirad Eshaghi	05	Hamar IL	1.25,70	_____
5	Tomas Nakrosis	03	Eidsvoll SK	1.26,03	_____
6	Sebastian Knevelsrud	04	Eidsvoll SK	1.27,05	_____



**Heat 8 - 09.43.10**

1	Erik Magnus Evensrud	05	Lørenskog/Rælingen	1.23,93	_____
2	Emil Mathias Roli Sørensen	04	Skjetten Svømming	1.17,52	_____
3	Aidan Moore	04	Eidsvoll SK	1.15,88	_____
4	Kasper M. Laskemoen	04	Lambertseter SK	1.24,39	_____
5	Erlend Damm-Johnsen	04	Lambertseter SK	1.20,37	_____
6	Martin Kregnes Søstuen	02	Elverum Svømming	1.16,16	_____

**Heat 9 - 09.45.19**

1	Sebastian Eriksen	03	Ullensakersvøm	1.14,15	_____
2	Charlie Skoglund MacMillan	04	Gjøvik SK	1.09,91	_____
3	Rick Sol	01	Elverum Svømming	1.04,61	_____
4	Haakon Handegaard	03	Eidsvoll SK	1.08,62	_____
5	Christoffer Hammer	02	Ullensakersvøm	1.11,46	_____
6	Matias Kildal Braaten	02	Skedsmo SK	1.15,52	_____



## Øvelse 11. 50m rygg, damer

### Heat 1 - 09.47.19

1	Malena Liavaag Orieta	08	Lambertseter SK		_____
2	Celina Flesche	08	Lambertseter SK		_____
3	Josefine Tønder-Keul	08	Lørenskog/Rælingen		_____
4	Helene Flyen	02	Gjelleråsen IF		_____
5	Elena Stavdal	07	Gjelleråsen IF		_____
6	Sara M. Laskemoen	07	Lambertseter SK		_____

### Heat 2 - 09.49.00

1	Andrea Elise Haslie Kristiansen	08	Lørenskog/Rælingen		_____
2	Lerke Govasmark Jeremiassen	08	Lambertseter SK		_____
3	Mille Svalebjørg	07	Lambertseter SK		_____
4	Thea Bjørndal-Riis	07	Solør SK		_____
5	Lise Sandvik	05	Skjetten Svømming		_____
6	Moa Østby	08	Lambertseter SK		_____

### Heat 3 - 09.50.41

1	Nora Tjugum Amundsen	06	Elverum Svømming	55,65	_____
2	Ida Kristine Jensen	06	Skjetten Svømming	54,46	_____
3	Emilie Pham	07	Lørenskog/Rælingen	51,09	_____
4	Nhata Celina Pham	08	SK Speed	53,83	_____
5					_____
6	Hedda Heggelund	06	Solør SK	56,88	_____

### Heat 4 - 09.52.22

1	Ebla A. Harun	07	SK Speed	48,38	_____
2					_____
3	Frida Hagebakken	06	Elverum Svømming	43,55	_____
4	Solveig Lunde	03	Gjøvik SK	45,72	_____
5	Ida Sofie Andersen Løep	04	Skjetten Svømming	48,21	_____
6	Sunniva Antonsen	08	SK Speed	49,98	_____

### Heat 5 - 09.53.56

1	Lilja Aleksandra Jakobsen	05	Lambertseter SK	42,06	_____
2	Frøya Holmboe-Wahl	03	Lambertseter SK	38,93	_____
3	Sophie Keser Bakken	05	Lambertseter SK	33,95	_____
4	Inger-Marie Nordli	03	Lambertseter SK	35,53	_____
5	Henriette Norgaard	03	Gjøvik SK	40,03	_____
6	Camilla Sand	03	Gjelleråsen IF	43,35	_____



## Øvelse 12. 50m rygg, herrer

### Heat 1 - 09.55.24

1					
2	Tobias Wilhelmsen Sund	07	Lørenskog/Rælingen		_____
3	Trym Alexander Lieungh	06	SK Speed	57,65	_____
4	Kristoffer Dyrvang Haga	08	Skjetten Svømming		_____
5					
6					

### Heat 2 - 09.57.06

1					
2	Oliver Lucas Arnedal	07	Lambertseter SK	50,41	_____
3	Endre Stenbakken Andersen	06	Elverum Svømming	46,98	_____
4	Ask Melgård Skorstad	08	SK Speed	49,53	_____
5	Vegard Helsingeng Navelsaker	08	SK Speed	51,45	_____
6					

### Heat 3 - 09.58.42

1	Elias Madsen	06	Kristiansand SA	44,03	_____
2	Felix Stålstrøm	05	Horten SK	41,26	_____
3	Herman Nilssen	01	Eidsvoll SK	33,37	_____
4	Christopher Augustsson	05	Lambertseter SK	33,88	_____
5	Anders Singstad	04	Gjelleråsen IF	41,70	_____
6	Emil Sætre	05	Solør SK	45,06	_____



## Øvelse 13. 200m bryst, damer

### Heat 1 - 10.00.12

1				
2	Sunniva Antonsen	08	SK Speed	_____
3	Josefin Tengblad	02	Eidsvoll SK	_____
4	Hedda Marie Ulvesveen	02	Raufoss IL	_____
5	Stina Kletvang	05	Ullensakersvøm	_____
6				

### Heat 2 - 10.04.20

1	Tuva Wilberg	05	Skjetten Svømming	3.23,59	_____
2	Iben Bekken Nordbye	04	Ullensakersvøm		_____
3	Serine Hammerstad	07	Lørenskog/Rælingen		_____
4	Live Korstadhagen	06	Ullensakersvøm		_____
5	Anya Mcniven	04	Skjetten Svømming		_____
6	Tatiana Trista Rasay	04	Skjetten Svømming	3.12,05	_____

### Heat 3 - 10.08.28

1	Anna Johnsen	05	Lørenskog/Rælingen	4.20,35	_____
2	Ingerid Hafslund	06	Elverum Svømming	4.19,09	_____
3	Mathea Cathrin Kohoutek Rue	06	Lambertseter SK	3.57,71	_____
4	Pernille Gresaker Wærnes	06	Skjetten Svømming	4.06,91	_____
5	Isabelle Lehn	06	Lørenskog/Rælingen	4.20,13	_____
6	Mie Lauritsen	05	Lørenskog/Rælingen	4.20,47	_____

### Heat 4 - 10.13.33

1	Anne-Mai Nguyen	04	Skjetten Svømming	3.49,07	_____
2	Kaja Sandvik	05	Skedsmo SK	3.47,92	_____
3	Andrea Dønnum Engebretsen	04	Eidsvoll SK	3.42,78	_____
4	Maria Naas Gullhav	06	Lørenskog/Rælingen	3.44,58	_____
5	Julie Espelund Bakken	04	Lørenskog/Rælingen	3.48,22	_____
6	Nora Handegaard	06	Eidsvoll SK	3.51,42	_____

### Heat 5 - 10.18.09

1	Hanne Rugsveen	02	Elverum Svømming	3.42,27	_____
2	Amanda Meland	02	Lørenskog/Rælingen	3.40,49	_____
3	Henriette Nordaas	02	Horten SK	3.40,00	_____
4	Julie Letvik Sørensen	06	Lørenskog/Rælingen	3.40,28	_____
5	Lilja Aleksandra Jakobsen	05	Lambertseter SK	3.40,63	_____
6	Tara Khosrownejad	02	Lørenskog/Rælingen	3.42,30	_____

### Heat 6 - 10.22.36

1	Victoria Fremstad Prøven	05	Skjetten Svømming	3.08,92	_____
2	Lin-Na Vu	05	Skjetten Svømming	3.35,50	_____
3	Hennie Harviken	06	Elverum Svømming	3.32,51	_____
4	Åse Jørve	03	Ringerike SK	3.33,24	_____
5	Selin Edwardsen	05	Hamar IL	3.36,96	_____
6	Mia Kristiansen	06	Ullensakersvøm	3.39,78	_____

### Heat 7 - 10.27.00

1	Ella Kvalvaag	04	Lambertseter SK	3.29,77	_____
2	Lise Sandvik	05	Skjetten Svømming	3.28,38	_____
3	Ulrikke Blix-Svendsen	03	Eidsvoll SK	3.26,34	_____
4	Elise Sveen Lundgård	02	Raufoss IL	3.27,37	_____
5	Veronica Kannan	05	SK Speed	3.28,98	_____
6	Hannah Ignasha Tønseth	04	Hamar IL	3.30,62	_____



**Heat 8 - 10.31.15**

1	Emilie Alexandra Hagen	05	Elverum Svømming	3.25,04	_____
2	Nicoleta Salvesen	03	Kristiansand SA	3.23,94	_____
3	Celine Bakke Bassøe	04	Lambertseter SK	3.20,29	_____
4	Maria Bogacz	06	Lambertseter SK	3.23,42	_____
5	Solveig Lunde	03	Gjøvik SK	3.24,54	_____
6	Maren Lyssand-Holter	03	Eidsvoll SK	3.26,16	_____

**Heat 9 - 10.35.26**

1	Vibeke Røseid	03	Eidsvoll SK	3.17,10	_____
2	Eline Søfting Svarstad	04	Elverum Svømming	3.15,48	_____
3	Hedvig Eline Thorkildsen	03	Horten SK	3.14,84	_____
4	Julianne Sandal Søbakk	04	Ullensakersvøm	3.14,93	_____
5	Martine Børresen	03	Lambertseter SK	3.15,55	_____
6	Elise Sveen-Bratvold	04	Elverum Svømming	3.18,30	_____

**Heat 10 - 10.39.29**

1	Lan Anh Tran	03	Lørenskog/Rælingen	3.11,36	_____
2	Dina Bing Smedsrud	02	Hamar IL	3.07,64	_____
3	Silje Kristengård	00	Skjetten Svømming	3.06,34	_____
4	Maya Madsen	03	Kristiansand SA	3.06,60	_____
5	Charlotte Hansen	03	Lambertseter SK	3.08,47	_____
6	Tora Elise Nordli	05	Lambertseter SK	3.11,74	_____

**Heat 11 - 10.43.25**

1	Mia Itzchaki-Fransson	04	Lambertseter SK	3.05,85	_____
2	Marte Skolseg	02	Gjøvik SK	2.58,22	_____
3	Helena Eshaghi	04	Hamar IL	2.53,13	_____
4	Matylda Koryl	02	Hamar IL	2.56,88	_____
5	Mina Mai-Linh Khuu	05	Lambertseter SK	3.03,12	_____
6	Liv Marie Kvitblikk	02	Ullensakersvøm	3.05,91	_____



## Øvelse 14. 200m bryst, herrer

### Heat 1 - 10.47.15

1				
2	Sander Sand	04	Skjetten Svømming	_____
3	Alexander Hammer	05	Ullensakersvøm	_____
4	Torbjørn Kalvenes	06	Ullensakersvøm	_____
5				
6				

### Heat 2 - 10.53.22

1	Vegard Helsingeng Navelsaker	08	SK Speed	_____
2	Elias Johannessen	03	Hamar IL	_____
3	Martin Brunborg	06	Skjetten Svømming	4.48,91
4	Jonas Ruen	06	Toten SK	5.22,00
5	Tomas Nakrosis	03	Eidsvoll SK	_____
6	Trym Alexander Lieungh	06	SK Speed	_____

### Heat 3 - 10.59.29

1	Mohammad Saad Shahid	05	Skjetten Svømming	4.19,35
2	Jacob Sjølie	05	Skjetten Svømming	4.02,44
3	Jørgen Gill Sandholt	06	Eidsvoll SK	3.56,94
4	Stian Brunborg Ihle	04	Lørenskog/Rælingen	3.59,34
5	Mathias Wold	06	Ullensakersvøm	4.11,13
6	Oliver Theie-Sandvik	06	Lørenskog/Rælingen	4.25,38

### Heat 4 - 11.04.39

1	Patrick Haugland	04	Skjetten Svømming	3.47,76
2	Alexander Wang	06	Lørenskog/Rælingen	3.43,95
3	Michael Jansen	05	Ullensakersvøm	3.41,97
4	Felix Stålstrøm	05	Horten SK	3.42,00
5	Adam Hansrud-Kjær	03	Skjetten Svømming	3.44,67
6	Sander S Reime	05	Skjetten Svømming	3.52,20

### Heat 5 - 11.09.16

1	Sivert Hammerstad	05	Lørenskog/Rælingen	3.40,40
2	Emil Mathias Roli Sørensen	04	Skjetten Svømming	3.34,08
3	Kasper M. Laskemoen	04	Lambertseter SK	3.32,95
4	Pedram Heydari	05	SK Speed	3.33,79
5	Matias Solvik	03	Horten SK	3.37,10
6	Sondre Marki Jensen	04	Lørenskog/Rælingen	3.41,57

### Heat 6 - 11.13.42

1	Oliver Bauer Skymoen	06	Lørenskog/Rælingen	3.24,15
2	Knut Zachrisson Prestegarden	06	Lørenskog/Rælingen	3.21,48
3	Matias Lehmann	05	Lørenskog/Rælingen	3.20,77
4	Kasper Winsnes	05	Lørenskog/Rælingen	3.21,03
5	Sebastian Eriksen	03	Ullensakersvøm	3.22,71
6	Kenneth Nguyen	02	Skjetten Svømming	3.27,54

### Heat 7 - 11.17.54

1	Tarik Muratovic	05	Skjetten Svømming	3.17,92
2	Sebastian Knevelsrud	04	Eidsvoll SK	3.16,79
3	Daniel Bjerke Kristiansen	03	Skjetten Svømming	3.15,66
4	Henrik Sunde	04	Skjetten Svømming	3.16,79
5	Fillip Sigvartsen	05	Skjetten Svømming	3.17,55
6	Elilan Gregory	03	Skjetten Svømming	3.18,83



**Heat 8 - 11.21.57**

1	Richard Ramberg Haging	04	Skjetten Svømming	3.14,09	_____
2	Matias Kildal Braaten	02	Skedsmo SK	3.09,14	_____
3	Philip Slotsvik	05	Eidsvoll SK	3.14,74	_____
4	Hirad Eshaghi	05	Hamar IL	3.05,30	_____
5	Amund Dønnum Engebretsen	06	Eidsvoll SK	3.14,02	_____
6	Martin Kregnes Søstuen	02	Elverum Svømming	3.05,13	_____

**Heat 9 - 11.25.56**

1	Charlie Skoglund MacMillan	04	Gjøvik SK	3.02,61	_____
2	Haakon Handegaard	03	Eidsvoll SK	2.58,23	_____
3	Rick Sol	01	Elverum Svømming	2.42,49	_____
4	Erik Magnus Evensrud	05	Lørenskog/Rælingen	2.51,51	_____
5	Aidan Moore	04	Eidsvoll SK	2.58,46	_____
6	Erlend Damm-Johnsen	04	Lambertseter SK	3.04,36	_____





## Øvelse 15. 100m individuell medley, damer

### Heat 1 - 11.29.45

1				
2	Helene Flyen	02	Gjelleråsen IF	_____
3	Ingerid Hafslund	06	Elverum Svømming	_____
4	Katrine Hatlevik Sorknes	02	Solør SK	_____
5				
6				

### Heat 2 - 11.32.38

1	Anna Johnsen	05	Lørenskog/Rælingen	_____
2	Helene Gonzalez	05	Ullensakersvøm	_____
3	Karen Bredesen Ulseth	08	Lørenskog/Rælingen	_____
4				
5	Filippa Sienna Carlsen	08	Lørenskog/Rælingen	_____
6	Moa Østby	08	Lambertseter SK	_____

### Heat 3 - 11.35.31

1	Thea Bjørndal-Riis	07	Solør SK	_____
2	Josefine Tønder-Keul	08	Lørenskog/Rælingen	_____
3	Ann Sofie Ha Tran	06	Lørenskog/Rælingen	_____
4	Siv Gudrun Tuv	07	Lørenskog/Rælingen	_____
5	Karolina Krok	07	Lørenskog/Rælingen	_____
6	Ida Kristine Jensen	06	Skjetten Svømming	_____

### Heat 4 - 11.38.24

1	Louise Keser Bakken	08	Lambertseter SK	_____
2	Nhata Celina Pham	08	SK Speed	2.08,76
3	Nora Tjugum Amundsen	06	Elverum Svømming	1.52,53
4	Emilie Pham	07	Lørenskog/Rælingen	2.01,34
5	Serine Hammerstad	07	Lørenskog/Rælingen	_____
6	Hedda Heggelund	06	Solør SK	_____

### Heat 5 - 11.41.17

1	Emma Mathea Kulmala	07	Elverum Svømming	1.48,80
2	Ida Sofie Andersen Løep	04	Skjetten Svømming	1.43,48
3	Frida Hagebakken	06	Elverum Svømming	1.38,64
4	Maria Stavdal	04	Gjelleråsen IF	1.39,87
5	Lin-Na Vu	05	Skjetten Svømming	1.43,59
6	Emma Syversen Olsen	05	Skjetten Svømming	1.49,20

### Heat 6 - 11.43.51

1	Mia Svennebye-Pedersen	02	Lørenskog/Rælingen	1.31,99
2	Andrine Sønsteby	03	Gjøvik SK	1.26,49
3	Kristina Røhne Ruud	03	Gjøvik SK	1.24,02
4	Henriette Norgaard	03	Gjøvik SK	1.25,89
5	Hedda Marie Ulvesveen	02	Raufoss IL	1.30,42
6				

### Heat 7 - 11.46.07

1	Inger-Marie Nordli	03	Lambertseter SK	1.17,68
2	Tora Elise Nordli	05	Lambertseter SK	1.15,33
3	Karolina Jaroma	00	Gjøvik SK	1.11,96
4	Ingrid Vie	03	Elverum Svømming	1.14,29
5	Nicoline Tønder-Keul	04	Lørenskog/Rælingen	1.17,43
6	Sophie Keser Bakken	05	Lambertseter SK	1.19,10



## Øvelse 16. 100m individuell medley, herrer

### Heat 1 - 11.48.11

1					
2	Filip Fasseland	03	Gjelleråsen IF		_____
3	Marvin Stensrud	02	Gjelleråsen IF		_____
4	Endre Stenbakken Andersen	06	Elverum Svømming		_____
5					
6					

### Heat 2 - 11.50.58

1	Anders Singstad	04	Gjelleråsen IF		_____
2	Nilavan Gregory	06	Skjetten Svømming	2.02,46	_____
3	Emil Sætre	05	Solør SK	1.40,12	_____
4	Oliver Lucas Arnedal	07	Lambertseter SK	1.43,15	_____
5	August Trønnes Kjelsrud	04	Raufoss IL		_____
6					

### Heat 3 - 11.53.45

1					
2	Damir Alibasic	01	Ullensakersvøm	1.20,32	_____
3	Herman Nilssen	01	Eidsvoll SK	1.07,07	_____
4	Christopher Augustsson	05	Lambertseter SK	1.10,74	_____
5	Laurits Trønnes Kjelsrud	07	Raufoss IL	1.27,06	_____
6	Elias Madsen	06	Kristiansand SA	1.34,74	_____



## Øvelse 17. 50m fri, damer

### Heat 1 - 12.56.04

1				
2	Filippa Sienna Carlsen	08	Lørenskog/Rælingen	_____
3	Ann Sofie Ha Tran	06	Lørenskog/Rælingen	_____
4	Amelia Wierzbicka	08	Skjetten Svømming	_____
5	Charlotte Liberg	03	Gjelleråsen IF	_____
6				

### Heat 2 - 12.57.54

1	Josefine Tønder-Keul	08	Lørenskog/Rælingen	_____
2	Karen Bredesen Ulseth	08	Lørenskog/Rælingen	_____
3	Andrea Elise Haslie Kristiansen	08	Lørenskog/Rælingen	_____
4	Emilie Nicoline Risøe	08	Skjetten Svømming	_____
5	Tiril Dahl Gulichsen	07	Skjetten Svømming	_____
6	Moa Østby	08	Lambertseter SK	_____

### Heat 3 - 12.59.44

1	Celina Flesche	08	Lambertseter SK	_____
2	Elnatan Fikadu Tezera	06	Lambertseter SK	_____
3	Milja Helena Brun	08	Skjetten Svømming	1.01,40
4	Guro Laget	08	Skjetten Svømming	1.05,42
5	Malena Liavaag Orieta	08	Lambertseter SK	_____
6	Louise Keser Bakken	08	Lambertseter SK	_____

### Heat 4 - 13.01.34

1	Siv Gudrun Tuv	07	Lørenskog/Rælingen	1.00,53
2	Isabelle Lehn	06	Lørenskog/Rælingen	55,58
3	Isabell Harildstad	06	Skjetten Svømming	50,48
4	Thea Bjørndal-Riis	07	Solør SK	51,98
5	Lerke Govasmark Jeremiassen	08	Lambertseter SK	57,09
6	Oline Marie Sjølie	08	Skjetten Svømming	1.01,10

### Heat 5 - 13.03.20

1	Ida Kristine Jensen	06	Skjetten Svømming	47,76
2	Hedda Heggelund	06	Solør SK	46,53
3	Ebla A. Harun	07	SK Speed	45,24
4	Sophie Palkin-Svensvik	07	Lambertseter SK	45,58
5	Ingerid Hafslund	06	Elverum Svømming	47,19
6	Embla Adelheid Hestad Skinnar	07	Skjetten Svømming	49,97

### Heat 6 - 13.04.54

1	Ane Kr. Solberg Olufsen	05	Bjørkelangen SF	44,30
2	Sunniva Antonsen	08	SK Speed	42,41
3	Andrea Bergh	06	Lambertseter SK	40,49
4	Nora Munkeby	05	Bjørkelangen SF	41,10
5	Serine Hammerstad	07	Lørenskog/Rælingen	43,50
6	Nhata Celina Pham	08	SK Speed	44,81

### Heat 7 - 13.06.23

1	Amanda Meland	02	Lørenskog/Rælingen	39,31
2	Maria Stavdal	04	Gjelleråsen IF	39,11
3				
4	Katrine Hatlevik Sorknes	02	Solør SK	37,09
5	Sara M. Laskemoen	07	Lambertseter SK	39,18
6	Elena Stavdal	07	Gjelleråsen IF	40,18



**Heat 8 - 13.07.48**

1	Solveig Lunde	03	Gjøvik SK	35,94	_____
2	Elise Sveen-Bratvold	04	Elverum Svømming	33,78	_____
3	Henriette Norgaard	03	Gjøvik SK	33,40	_____
4	Hannah Ignasha Tønseth	04	Hamar IL	33,50	_____
5	Camilla Sand	03	Gjelleråsen IF	34,70	_____
6	Frida Hagebakken	06	Elverum Svømming	36,83	_____

**Heat 9 - 13.09.09**

1	Henriette Nordaas	02	Horten SK	32,35	_____
2	Elise Sveen Lundgård	02	Raufoss IL	31,99	_____
3	Inger-Marie Nordli	03	Lambertseter SK	31,69	_____
4	Julie Elisabeth Moe	01	Lørenskog/Rælingen	31,80	_____
5	Andrine Sønsteby	03	Gjøvik SK	32,21	_____
6	Frøya Holmboe-Wahl	03	Lambertseter SK	32,58	_____

**Heat 10 - 13.10.26**

1	Mina Mai-Linh Khuu	05	Lambertseter SK	31,11	_____
2	Ella Kvalvaag	04	Lambertseter SK	30,33	_____
3	Karolina Jaroma	00	Gjøvik SK	29,85	_____
4	Tora Elise Nordli	05	Lambertseter SK	29,96	_____
5	Kristina Røhne Ruud	03	Gjøvik SK	30,88	_____
6	Eline Søfting Svarstad	04	Elverum Svømming	31,34	_____



## Øvelse 18. 50m fri, herrer

### Heat 1 - 13.11.42

1				
2	Haakon Eikenæs	04	Gjelleråsen IF	_____
3	Jarand Harstveit	06	Skjetten Svømming	_____
4	Kristoffer Dyrvang Haga	08	Skjetten Svømming	_____
5				
6				

### Heat 2 - 13.13.30

1				
2	Jonathan Riberg Christoffersen	06	Skjetten Svømming	_____
3	Nicholas Ngo	06	Skjetten Svømming	59,16
4	Axel Nguyen	07	Skjetten Svømming	1.03,31
5	Eirik Usler	07	Skjetten Svømming	_____
6				

### Heat 3 - 13.15.18

1	Trym Alexander Lieungh	06	SK Speed	48,15
2	Nilavan Gregory	06	Skjetten Svømming	45,76
3	Vegard Helsingeng Navelsaker	08	SK Speed	41,33
4	Tobias Wilhelmsen Sund	07	Lørenskog/Rælingen	44,24
5	Magnus Breang Hagen	06	Skjetten Svømming	45,78
6	Adrian Danielsen Hasselgård	06	Lambertseter SK	55,15

### Heat 4 - 13.16.58

1	August Trønnes Kjelsrud	04	Raufoss IL	37,50
2	Endre Stenbakken Andersen	06	Elverum Svømming	36,78
3	Alexander B. Gilje	04	Bjørkelangen SF	34,82
4	Filip Fasselund	03	Gjelleråsen IF	34,95
5	Lyndon Thomas Palmer	05	Skjetten Svømming	36,95
6	Ask Melgård Skorstad	08	SK Speed	39,72

### Heat 5 - 13.18.22

1	Elias Madsen	06	Kristiansand SA	33,91
2	Henning Soelberg	03	Skjetten Svømming	32,56
3	Elias Johannessen	03	Hamar IL	31,31
4	Kasper M. Laskemoen	04	Lambertseter SK	31,36
5	Knut Zachrisson Prestegarden	06	Lørenskog/Rælingen	33,66
6	Laurits Trønnes Kjelsrud	07	Raufoss IL	34,46

### Heat 6 - 13.19.41

1	Marvin Stensrud	02	Gjelleråsen IF	30,83
2	Damir Alibasic	01	Ullensakersvøm	31,04
3	Herman Nilssen	01	Eidsvoll SK	25,84
4	Rick Sol	01	Elverum Svømming	26,52
5	Christopher Augustsson	05	Lambertseter SK	29,77
6	Martin Kregnes Søstuen	02	Elverum Svømming	29,29



## Øvelse 19. 100m rygg, damer

### Heat 1 - 13.20.57

1				
2	Sara M. Laskemoen	07	Lambertseter SK	_____
3	Oline Marie Sjølie	08	Skjetten Svømming	_____
4	Emilie Nicoline Risøe	08	Skjetten Svømming	_____
5				
6				

### Heat 2 - 13.23.59

1				
2	Ingerid Hafslund	06	Elverum Svømming	_____
3	Tiril Dahl Gulichsen	07	Skjetten Svømming	_____
4	Mia Eri Reggestad	07	Horten SK	_____
5	Nora Elise Langøy	07	Horten SK	_____
6				

### Heat 3 - 13.27.01

1	Hedda Marie Ulvesveen	02	Raufoss IL	_____
2	Guro Laget	08	Skjetten Svømming	_____
3	Elena Stavdal	07	Gjelleråsen IF	_____
4	Sofie Blix-Svendsen	07	Eidsvoll SK	_____
5	Amelia Wierzbicka	08	Skjetten Svømming	_____
6	Vilma Ringnes Bortne	07	Lambertseter SK	_____

### Heat 4 - 13.30.03

1	Celina Flesche	08	Lambertseter SK	_____
2	Emilie Torheim	07	Lambertseter SK	_____
3	Albertine Isabella Stene	07	Lørenskog/Rælingen	2.17,10
4	Siv Gudrun Tuv	07	Lørenskog/Rælingen	_____
5	Milja Helena Brun	08	Skjetten Svømming	_____
6	Isabell Harildstad	06	Skjetten Svømming	_____

### Heat 5 - 13.33.05

1	Eline Duong	07	Skjetten Svømming	1.58,41
2	Silja Thoresen Skinlo	07	Skjetten Svømming	1.55,14
3	Emilie Pham	07	Lørenskog/Rælingen	1.49,67
4	Ylva Espolin Storo Dahl	07	Skjetten Svømming	1.52,46
5	Embla Adelheid Hestad Skinnar	07	Skjetten Svømming	1.58,13
6	Karolina Krok	07	Lørenskog/Rælingen	2.02,58

### Heat 6 - 13.35.52

1	Ada Edvardsen	07	Hamar IL	1.47,67
2	Karoline Fleisje	07	Skjetten Svømming	1.47,13
3	Nora Ødemark	07	Lambertseter SK	1.46,16
4	Sophie Palkin-Svensvik	07	Lambertseter SK	1.46,99
5	Emma Mathea Kulmala	07	Elverum Svømming	1.47,25
6	Ann-Katrin Flegel	07	Skjetten Svømming	1.48,18



**Heat 7 - 13.38.25**

1	Anna Johnsen	05	Lørenskog/Rælingen	1.40,61	_____
2	Julie Letvik Sørensen	06	Lørenskog/Rælingen	1.36,47	_____
3					_____
4	Nathania Newton	07	Skjetten Svømming	1.34,11	_____
5	Maria Stavdal	04	Gjelleråsen IF	1.37,17	_____
6	Eira Melhus-Tangen	07	Skjetten Svømming	1.41,33	_____

**Heat 8 - 13.40.51**

1	Henriette Norgaard	03	Gjøvik SK	1.28,54	_____
2	Mina Mai-Linh Khuu	05	Lambertseter SK	1.20,15	_____
3	Sophie Keser Bakken	05	Lambertseter SK	1.13,17	_____
4	Nicoline Tønder-Keul	04	Lørenskog/Rælingen	1.19,88	_____
5	Frøya Holmboe-Wahl	03	Lambertseter SK	1.23,89	_____
6	Mia Svennebye-Pedersen	02	Lørenskog/Rælingen	1.29,63	_____



## Øvelse 20. 100m rygg, herrer

### Heat 1 - 13.43.05

1	Axel Nguyen	07	Skjetten Svømming		_____
2	Jonathan Riberg Christoffersen	06	Skjetten Svømming		_____
3	Erlend Ellingsberg Solhaug	07	Lambertseter SK		_____
4	Jarand Harstveit	06	Skjetten Svømming		_____
5	Peder Voksøy-Breivik	07	Ullensakersvøm		_____
6	Jules Dumont-Haug	07	Bærumsvømmerne		_____

### Heat 2 - 13.45.44

1	Eirik Usler	07	Skjetten Svømming		_____
2	Mikkel Sigvartsen	07	Skjetten Svømming	1.47,16	_____
3	Oliver Bauer Skymoen	06	Lørenskog/Rælingen	1.43,52	_____
4					_____
5	Magnus Breang Hagen	06	Skjetten Svømming	1.54,38	_____
6	Nicholas Ngo	06	Skjetten Svømming		_____

### Heat 3 - 13.48.23

1	Sebastian Bergum	07	Skjetten Svømming	1.42,22	_____
2	Endre Stenbakken Andersen	06	Elverum Svømming	1.38,64	_____
3	Anders Singstad	04	Gjelleråsen IF	1.29,91	_____
4	Gergely Besenyi	07	Ullensakersvøm	1.30,04	_____
5	Fredrik Magnus Holmberg Dahle	07	Skjetten Svømming	1.38,97	_____
6	Vincent Vu	07	Skjetten Svømming	1.42,24	_____





## Øvelse 21. 50m bryst, damer

### Heat 1 - 13.50.50

1	Karen Bredesen Ulseth	08	Lørenskog/Rælingen		_____
2	Elnatan Fikadu Tezera	06	Lambertseter SK		_____
3	Malena Liavaag Orieta	08	Lambertseter SK		_____
4	Celina Flesche	08	Lambertseter SK		_____
5	Andrea Elise Haslie Kristiansen	08	Lørenskog/Rælingen		_____
6	Charlotte Liberg	03	Gjelleråsen IF		_____

### Heat 2 - 13.52.32

1	Lerke Govasmark Jeremiassen	08	Lambertseter SK		_____
2	Andrea Bergh	06	Lambertseter SK	54,18	_____
3	Camilla Sand	03	Gjelleråsen IF	50,71	_____
4	Elena Stավdal	07	Gjelleråsen IF	53,63	_____
5	Serine Hammerstad	07	Lørenskog/Rælingen	57,09	_____
6	Filippa Sienna Carlsen	08	Lørenskog/Rælingen		_____

### Heat 3 - 13.54.14

1	Ane Kr. Solberg Olufsen	05	Bjørkelangen SF	49,60	_____
2	Amanda Meland	02	Lørenskog/Rælingen	44,90	_____
3	Henriette Norgaard	03	Gjøvik SK	43,77	_____
4	Solveig Lunde	03	Gjøvik SK	44,46	_____
5	Nora Munkeby	05	Bjørkelangen SF	46,30	_____
6					_____

### Heat 4 - 13.55.48

1	Julie Elisabeth Moe	01	Lørenskog/Rælingen	41,52	_____
2	Inger-Marie Nordli	03	Lambertseter SK	40,68	_____
3	Karolina Jaroma	00	Gjøvik SK	37,04	_____
4	Tora Elise Nordli	05	Lambertseter SK	39,44	_____
5	Maya Madsen	03	Kristiansand SA	41,37	_____
6	Andrine Sønsteby	03	Gjøvik SK	41,88	_____



## Øvelse 22. 50m bryst, herrer

### Heat 1 - 13.57.14

1					
2	Adrian Danielsen Hasselgård	06	Lambertseter SK		_____
3	Tobias Wilhelmsen Sund	07	Lørenskog/Rælingen	55,39	_____
4	Kristoffer Dyrvang Haga	08	Skjetten Svømming	1.06,78	_____
5	Haakon Eikenæs	04	Gjelleråsen IF		_____
6					

### Heat 2 - 13.59.05

1	Filip Fasseland	03	Gjelleråsen IF	47,83	_____
2	Alexander B. Gilje	04	Bjørkelangen SF	43,30	_____
3	Herman Nilssen	01	Eidsvoll SK	34,03	_____
4	Christopher Augustsson	05	Lambertseter SK	35,88	_____
5	Marvin Stensrud	02	Gjelleråsen IF	44,14	_____
6	Oliver Lucas Arnedal	07	Lambertseter SK	50,78	_____

## Øvelse 23. 200m individuell medley, damer

### Heat 1 - 14.00.40

1				
2				
3	Iben Bekken Nordbye	04	Ullensakersvøm	_____
4	Lise Sandvik	05	Skjetten Svømming	_____
5				
6				

### Heat 2 - 14.05.58

1				
2	Ingerid Hafslund	06	Elverum Svømming	_____
3	Vilma Ringnes Bortne	07	Lambertseter SK	_____
4	Mille Svalebjørg	07	Lambertseter SK	_____
5	Elén Marie Elise Busland	05	Øvre Eiker SK	_____
6				

### Heat 3 - 14.11.16

1	Andrea Bergh	06	Lambertseter SK		_____
2	Isabelle Lehn	06	Lørenskog/Rælingen	4.31,99	_____
3	Karoline Fleisje	07	Skjetten Svømming	4.14,45	_____
4	Nora Tjugum Amundsen	06	Elverum Svømming	4.27,50	_____
5	Albertine Isabella Stene	07	Lørenskog/Rælingen	4.33,21	_____
6	Sofie Blix-Svendsen	07	Eidsvoll SK		_____

### Heat 4 - 14.16.34

1	Silja Thoresen Skinlo	07	Skjetten Svømming	4.07,67	_____
2	Ylva Espolin Storo Dahl	07	Skjetten Svømming	4.02,75	_____
3	Mie Lauritsen	05	Lørenskog/Rælingen	3.59,77	_____
4	Emilie Pham	07	Lørenskog/Rælingen	4.00,24	_____
5	Sophie Palkin-Svensvik	07	Lambertseter SK	4.05,19	_____
6	Eline Duong	07	Skjetten Svømming	4.11,94	_____

### Heat 5 - 14.21.30

1	Ada Edvardsen	07	Hamar IL	3.58,33	_____
2	Emma Mathea Kulmala	07	Elverum Svømming	3.49,87	_____
3	Anna Johnsen	05	Lørenskog/Rælingen	3.46,33	_____
4	Pernille Gresaker Wærnes	06	Skjetten Svømming	3.48,12	_____
5	Ann-Katrin Flegel	07	Skjetten Svømming	3.56,48	_____
6	Eira Melhus-Tangen	07	Skjetten Svømming	3.59,09	_____

### Heat 6 - 14.26.14

1	Fiona Xue Lan Sandstad	07	SK Speed	3.45,00	_____
2	Anne-Mai Nguyen	04	Skjetten Svømming	3.34,93	_____
3	Nathania Newton	07	Skjetten Svømming	3.27,92	_____
4	Henriette Arntsen	03	Ullensakersvøm	3.33,03	_____
5	Kaja Sandvik	05	Skedsmo SK	3.36,17	_____
6	Mia Eri Reggestad	07	Horten SK	3.45,00	_____

### Heat 7 - 14.30.44

1	Julie Espelund Bakken	04	Lørenskog/Rælingen	3.26,94	_____
2	Emma Syversen Olsen	05	Skjetten Svømming	3.24,33	_____
3	Anya Mcniven	04	Skjetten Svømming	3.22,88	_____
4	Julie Letvik Sørensen	06	Lørenskog/Rælingen	3.23,83	_____
5	Nora Ødemark	07	Lambertseter SK	3.26,81	_____
6	Frida Hagebakken	06	Elverum Svømming	3.27,45	_____



**Heat 8 - 14.34.56**

1	Lin-Na Vu	05	Skjetten Svømming	3.21,85	_____
2	Hennie Harviken	06	Elverum Svømming	3.20,40	_____
3	Maria Naas Gullhav	06	Lørenskog/Rælingen	3.11,47	_____
4	Hannah Ignasha Tønseth	04	Hamar IL	3.16,51	_____
5	Hennie Elise Ulvesveen	05	Raufoss IL	3.21,29	_____
6	Nora Handegaard	06	Eidsvoll SK	3.22,81	_____

**Heat 9 - 14.39.03**

1	Tomine Aamodt	04	Ullensakersvøm	3.10,16	_____
2	Hedvig Eline Thorkildsen	03	Horten SK	3.09,93	_____
3	Tara Khosrownejad	02	Lørenskog/Rælingen	3.09,21	_____
4	Andrea Dønnum Engebretsen	04	Eidsvoll SK	3.09,27	_____
5	Selin Edvardsen	05	Hamar IL	3.10,15	_____
6	Mia Kristiansen	06	Ullensakersvøm	3.11,22	_____

**Heat 10 - 14.42.59**

1	Hanne Rugsveen	02	Elverum Svømming	3.06,33	_____
2	Lan Anh Tran	03	Lørenskog/Rælingen	3.03,64	_____
3	Maria Bogacz	06	Lambertseter SK	3.00,98	_____
4	Vibeke Røseid	03	Eidsvoll SK	3.01,10	_____
5	Nicoleta Salvesen	03	Kristiansand SA	3.04,51	_____
6	Maren Lyssand-Holter	03	Eidsvoll SK	3.08,42	_____

**Heat 11 - 14.46.52**

1	Kristina Røhne Ruud	03	Gjøvik SK	3.00,57	_____
2	Elise Sveen-Bratvold	04	Elverum Svømming	2.56,79	_____
3	Fredrikke Oline Engebretsen	05	Ullensakersvøm	2.55,00	_____
4	Ulrikke Blix-Svendsen	03	Eidsvoll SK	2.55,71	_____
5	Josefin Tengblad	02	Eidsvoll SK	2.59,92	_____
6	Emilie Alexandra Hagen	05	Elverum Svømming	3.00,70	_____

**Heat 12 - 14.50.37**

1	Julianne Sandal Søbakk	04	Ullensakersvøm	2.54,49	_____
2	Liv Marie Kvitblikk	02	Ullensakersvøm	2.50,07	_____
3	Maya Madsen	03	Kristiansand SA	2.48,94	_____
4	Elise Sveen Lundgård	02	Raufoss IL	2.50,01	_____
5	Eline Søfting Svarstad	04	Elverum Svømming	2.54,25	_____
6	Celine Bakke Bassø	04	Lambertseter SK	2.54,77	_____

**Heat 13 - 14.54.16**

1	Nicoline Tønder-Keul	04	Lørenskog/Rælingen	2.46,33	_____
2	Mina Mai-Linh Khuu	05	Lambertseter SK	2.45,56	_____
3	Silje Kristengård	00	Skjetten Svømming	2.45,05	_____
4	Helena Eshaghi	04	Hamar IL	2.45,36	_____
5	Margrethe Hammerseth	03	Ullensakersvøm	2.45,84	_____
6	Mia Itzchaki-Fransson	04	Lambertseter SK	2.47,35	_____

**Heat 14 - 14.57.48**

1	Martine Børresen	03	Lambertseter SK	2.43,05	_____
2	Dina Bing Smedsrud	02	Hamar IL	2.41,43	_____
3	Matylda Koryl	02	Hamar IL	2.33,73	_____
4	Charlotte Hansen	03	Lambertseter SK	2.39,52	_____
5	Marte Skolseg	02	Gjøvik SK	2.42,27	_____
6	Ingrid Vie	03	Elverum Svømming	2.43,99	_____



## Øvelse 24. 200m individuell medley, herrer

### Heat 1 - 15.01.16

1	Peder Voksøy-Breivik	07	Ullensakersvøm		_____
2	Gergely Besenyi	07	Ullensakersvøm		_____
3	Endre Stenbakken Andersen	06	Elverum Svømming		_____
4	Alexander Hammer	05	Ullensakersvøm		_____
5	Oliver Theie-Sandvik	06	Lørenskog/Rælingen		_____
6	Erlend Ellingsberg Solhaug	07	Lambertseter SK		_____

### Heat 2 - 15.06.08

1	Mikkel Sigvartsen	07	Skjetten Svømming	4.06,29	_____
2	Vincent Vu	07	Skjetten Svømming	3.55,36	_____
3	Sebastian Bergum	07	Skjetten Svømming	3.47,99	_____
4	Sander S Reime	05	Skjetten Svømming	3.51,17	_____
5	Fredrik Magnus Holmberg Dahle	07	Skjetten Svømming	4.01,95	_____
6	Martin Brunborg	06	Skjetten Svømming	4.07,04	_____

### Heat 3 - 15.11.00

1	Jørgen Gill Sandholt	06	Eidsvoll SK	3.40,89	_____
2	Mathias Wold	06	Ullensakersvøm	3.34,82	_____
3	Laurits Trønnes Kjelsrud	07	Raufoss IL	3.32,65	_____
4	Oliver Bauer Skymoen	06	Lørenskog/Rælingen	3.33,86	_____
5	Stian Brunborg Ihle	04	Lørenskog/Rælingen	3.37,06	_____
6	Jacob Sjølie	05	Skjetten Svømming	3.43,14	_____

### Heat 4 - 15.15.28

1	August Trønnes Kjelsrud	04	Raufoss IL	3.27,06	_____
2	Elias Madsen	06	Kristiansand SA	3.18,85	_____
3	Sondre Marki Jensen	04	Lørenskog/Rælingen	3.16,90	_____
4	Tarik Muratovic	05	Skjetten Svømming	3.16,97	_____
5	Patrick Haugland	04	Skjetten Svømming	3.25,07	_____
6	Mohammad Saad Shahid	05	Skjetten Svømming	3.28,09	_____

### Heat 5 - 15.19.41

1	Adam Hansrud-Kjær	03	Skjetten Svømming	3.13,78	_____
2	Kenneth Nguyen	02	Skjetten Svømming	3.12,60	_____
3	Felix Stålstrøm	05	Horten SK	3.11,00	_____
4	Alexander Wang	06	Lørenskog/Rælingen	3.11,69	_____
5	Knut Zachrisson Prestegarden	06	Lørenskog/Rælingen	3.13,55	_____
6	Elilan Gregory	03	Skjetten Svømming	3.14,37	_____

### Heat 6 - 15.23.40

1	Matias Solvik	03	Horten SK	3.07,71	_____
2	Pedram Heydari	05	SK Speed	3.04,29	_____
3	Kasper Winsnes	05	Lørenskog/Rælingen	3.02,66	_____
4	Matias Lehmann	05	Lørenskog/Rælingen	3.04,17	_____
5	Fillip Sigvartsen	05	Skjetten Svømming	3.07,55	_____
6	Sivert Hammerstad	05	Lørenskog/Rælingen	3.09,09	_____

### Heat 7 - 15.27.34

1	Kasper M. Laskemoen	04	Lambertseter SK	3.01,51	_____
2	Elias Johannessen	03	Hamar IL	2.58,62	_____
3	Sander Sand	04	Skjetten Svømming	2.54,62	_____
4	Sebastian Knevelsrud	04	Eidsvoll SK	2.55,05	_____
5	Michael Jansen	05	Ullensakersvøm	3.01,18	_____
6	Amund Dønnum Engebretsen	06	Eidsvoll SK	3.02,14	_____



**Heat 8 - 15.31.21**

1	Henrik Sunde	04	Skjetten Svømming	2.52,75	_____
2	Daniel Bjerke Kristiansen	03	Skjetten Svømming	2.51,67	_____
3	Christian Toussi	05	Ullensakersvøm	2.49,09	_____
4	Tomas Nakrosis	03	Eidsvoll SK	2.50,35	_____
5	Emil Mathias Roli Sørensen	04	Skjetten Svømming	2.52,41	_____
6	Hirad Eshaghi	05	Hamar IL	2.54,62	_____

**Heat 9 - 15.35.00**

1	Philip Slotsvik	05	Eidsvoll SK	2.47,95	_____
2	Istvan Besenyi	04	Ullensakersvøm	2.41,75	_____
3	Matias Kildal Braaten	02	Skedsmo SK	2.40,64	_____
4	Christoffer Hammer	02	Ullensakersvøm	2.41,14	_____
5	Henning Soelberg	03	Skjetten Svømming	2.46,80	_____
6	Erlend Damm-Johnsen	04	Lambertseter SK	2.48,41	_____

**Heat 10 - 15.38.33**

1	Sebastian Eriksen	03	Ullensakersvøm	2.39,82	_____
2	Erik Magnus Evensrud	05	Lørenskog/Rælingen	2.37,55	_____
3	Haakon Handegaard	03	Eidsvoll SK	2.31,73	_____
4	Aidan Moore	04	Eidsvoll SK	2.36,29	_____
5	Charlie Skoglund MacMillan	04	Gjøvik SK	2.38,40	_____
6	Martin Kregnes Søstuen	02	Elverum Svømming	2.40,19	_____

