

Strykninger for Zeekit LÅMØ Midt 2023

Øvelse 7. 400m fri damer

Heat 2 Bane 8 Guro Rønningen Osmoen Trondhjems SLK

Øvelse 8. 400m fri herrer

Heat 2 Bane 6 William Johannes Kirkelun Kristiansen
Trondhjems SLK

Heat 2 Bane 8 Olav Nygård Bergum Kattem IL

Øvelse 9. 400m fri damer

Heat 3 Bane 4 Nora Yian Baldersheim Trondhjems SLK

Øvelse 10. 400m fri herrer

Heat 1 Bane 4 Tinus Os Løkhaug Malvik IL

Øvelse 11. 400m fri damer

Heat 1 Bane 2 Fanny Elisabeth Paulsen Kristiansund SK
Heat 1 Bane 3 Sofie Lilleberre Holmsen Namsos SK
Heat 1 Bane 4 Hedda Hansvik Rørvik SLK
Heat 2 Bane 7 Ada Årseth Namsos SK
Heat 2 Bane 8 Jenny Sofie Aune Tufthaug Namsos SK

Øvelse 12. 400m fri herrer

Heat 1 Bane 5 Einar Woldseth Trondhjems SLK
Heat 2 Bane 3 Hans Ourson Liem Trondhjems SLK

Øvelse 13. 400m fri damer

Heat 2 Bane 1 Isabella Johanne Debik Trondhjems SLK

Øvelse 14. 400m fri herrer

Heat 3 Bane 8 Erlend Røli Verdal SK

Øvelse 21. 100m butterfly damer

Heat 2 Bane 8 Guro Rønningen Osmoen Trondhjems SLK

Øvelse 22. 100m butterfly herrer

Heat	2	Bane	3	Olav Nygård Bergum	Kattem IL
Heat	2	Bane	5	William Johannes Kirkelun Kristiansen	

Trondhjems SLK

Øvelse 23. 100m butterfly damer

Heat	3	Bane	5	Nora Yian Baldersheim	Trondhjems SLK
------	---	------	---	-----------------------	----------------

Øvelse 24. 100m butterfly herrer

Heat	2	Bane	7	Tinus Os Løkhaug	Malvik IL
------	---	------	---	------------------	-----------

Øvelse 25. 100m butterfly damer

Heat	1	Bane	1	Fanny Elisabeth Paulsen	Kristiansund SK
Heat	1	Bane	4	Hedda Hansvik	Rørvik SLK
Heat	1	Bane	4	Jenny Sofie Aune Tufthaug	Namsos SK
Heat	2	Bane	2	Ada Årseth	Namsos SK
Heat	2	Bane	8	Sofie Lilleberre Holmsen	Namsos SK

Øvelse 26. 100m butterfly herrer

Heat	1	Bane	4	Einar Woldseth	Trondhjems SLK
Heat	2	Bane	5	Hans Ourson Liem	Trondhjems SLK

Øvelse 27. 100m butterfly damer

Heat	2	Bane	8	Isabella Johanne Debik	Trondhjems SLK
------	---	------	---	------------------------	----------------

Øvelse 28. 100m butterfly herrer

Heat	3	Bane	6	Erlend Røli	Verdal SK
------	---	------	---	-------------	-----------

Øvelse 35. 200m bryst damer

Heat	1	Bane	7	Guro Rønningen Osmoen	Trondhjems SLK
------	---	------	---	-----------------------	----------------

Øvelse 36. 200m bryst herrer

Heat	2	Bane	3	Olav Nygård Bergum	Kattem IL
Heat	2	Bane	8	William Johannes Kirkelun Kristiansen	

Trondhjems SLK

Øvelse 37. 200m bryst damer

Heat 3 Bane 3 Nora Yian Baldersheim Trondhjems SLK

Øvelse 38. 200m bryst herrer

Heat 3 Bane 1 Tinus Os Løkhaug Malvik IL

Øvelse 39. 200m bryst damer

Heat 1 Bane 1 Fanny Elisabeth Paulsen Kristiansund SK
Heat 1 Bane 3 Jenny Sofie Aune Tufthaug Namsos SK
Heat 1 Bane 5 Hedda Hansvik Rørvik SLK
Heat 1 Bane 5 Sofie Lilleberre Holmsen Namsos SK
Heat 2 Bane 6 Ada Årseth Namsos SK

Øvelse 40. 200m bryst herrer

Heat 2 Bane 3 Einar Woldseth Trondhjems SLK
Heat 2 Bane 4 Hans Ourson Liem Trondhjems SLK

Øvelse 41. 200m bryst damer

Heat 2 Bane 1 Isabella Johanne Debik Trondhjems SLK

Øvelse 42. 200m bryst herrer

Heat 3 Bane 7 Erlend Røli Verdal SK

Øvelse 49. 200m rygg damer

Heat 1 Bane 5 Guro Rønningen Osmoen Trondhjems SLK
Heat 1 Bane 6 Suna Almينا Sellesbakk Sivgin Kattem IL

Øvelse 50. 200m rygg herrer

Heat 2 Bane 1 Olav Nygård Bergum Kattem IL
Heat 2 Bane 7 William Johannes Kirkelun Kristiansen
Trondhjems SLK

Øvelse 51. 200m rygg damer

Heat 3 Bane 4 Nora Yian Baldersheim Trondhjems SLK

Øvelse 52. 200m rygg herrer

Heat 1 Bane 4 Tinus Os Løkhaug Malvik IL

Øvelse 53. 200m rygg damer

Heat 1 Bane 1 Sofie Lilleberre Holmsen Namsos SK
Heat 1 Bane 2 Ada Årseth Namsos SK
Heat 1 Bane 4 Jenny Sofie Aune Tufthaug Namsos SK
Heat 1 Bane 5 Hedda Hansvik Rørvik SLK
Heat 1 Bane 6 Fanny Elisabeth Paulsen Kristiansund SK

Øvelse 54. 200m rygg herrer

Heat 1 Bane 3 Einar Woldseth Trondhjems SLK
Heat 2 Bane 3 Hans Ourson Liem Trondhjems SLK

Øvelse 55. 200m rygg damer

Heat 2 Bane 1 Isabella Johanne Debik Trondhjems SLK

Øvelse 56. 200m rygg herrer

Heat 2 Bane 5 Erlend Røli Verdal SK

Øvelse 63. 200m individuell medley damer

Heat 1 Bane 2 Guro Rønningen Osmoen Trondhjems SLK
Heat 1 Bane 6 Suna Almina Sellesbakk Sivgin Kattem IL

Øvelse 64. 200m individuell medley herrer

Heat 2 Bane 4 William Johannes Kirkelun Kristiansen
Trondhjems SLK
Heat 2 Bane 5 Olav Nygård Bergum Kattem IL

Øvelse 65. 200m individuell medley damer

Heat 3 Bane 5 Nora Yian Baldersheim Trondhjems SLK

Øvelse 66. 200m individuell medley herrer

Heat 2 Bane 2 Tinus Os Løkhaug Malvik IL

Øvelse 67. 200m individuell medley damer

Heat	1	Bane	5	Hedda Hansvik	Rørvik SLK
Heat	1	Bane	6	Jenny Sofie Aune Tufthaug	Namsos SK
Heat	1	Bane	8	Fanny Elisabeth Paulsen	Kristiansund SK
Heat	2	Bane	1	Ada Årseth	Namsos SK
Heat	2	Bane	8	Sofie Lilleberre Holmsen	Namsos SK

Øvelse 68. 200m individuell medley herrer

Heat	1	Bane	4	Einar Woldseth	Trondhjems SLK
Heat	2	Bane	5	Hans Ourson Liem	Trondhjems SLK

Øvelse 69. 200m individuell medley damer

Heat	2	Bane	1	Isabella Johanne Debik	Trondhjems SLK
------	---	------	---	------------------------	----------------

Øvelse 70. 200m individuell medley herrer

Heat	3	Bane	1	Erlend Røli	Verdal SK
------	---	------	---	-------------	-----------