

## Øvelse 1. 25m butterfly, mixed

### Heat 1

1				
2	Rakel Hoskelsen Vestavik	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
3	Kine Dahlen Berge	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
4	Amund Mikal Hegerberg	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
5				
6				

### Heat 2

1	Lileah Hagelien	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
2	Adriana Barrera	15	Kattem IL Svømming	_____
3	Johanne Hustad	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
4	Helene Bach	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	Håvard Bjerke	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
6	Kaspar Sølberg	13	Trondhjems SLK	_____

### Heat 3

1	Adrian Nyborg	11	Vestbyen IL Trondheim	_____
2	Ragnhild Oline Høiseith	13	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Håkon Jensen Gaasvik	15	Kattem IL Svømming	_____
4	Sigrid Eidsmo	13	Kattem IL Svømming	_____
5	Tia Kristine Karlsen	13	Malvik IL	_____
6	Frøya Stiansdotter Langva	11	Vestbyen IL Trondheim	_____

### Heat 4

1	Angelina Lisovska	14	Orkanger IF	_____
2	Aurora Dahl Bere	12	Trondhjems SLK	_____
3	Mikkel Fenstad	14	Trondhjems SLK	_____
4				
5				
6	Konrad Vandsvik	14	Kattem IL Svømming	_____

### Heat 5

1	Gunnhild Furuholt Valle	15	Trondhjems SLK	_____
2	Emeric Sognnes Pouech	11	Kattem IL Svømming	_____
3	Alexander Jensen	14	Kattem IL Svømming	_____
4	Odin Heirsaunet	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	Thea Elise Ovesen Rye	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
6	Tymofii Dzisiak	13	Kattem IL Svømming	_____

## Øvelse 2. 25m rygg, mixed

### Heat 1

1				
2	Jesper Julius Sundseth Skjærli	12	Trondhjems SLK	_____
3	Shannon Garvey	JR	Vestbyen IL Trondheim	_____
4	Edvart Matheo Tårnesvik Kjørstad	14	Malvik IL	_____
5	Ada Aune Grimstad	13	Malvik IL	_____
6				

**Heat 2**

1	Rakel Hoskelsen Vestavik	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
2	Marcel Dariusz Lisek	12	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Charlotte Talseth	14	Trondhjems SLK	_____
4	Johanne Hustad	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	Victor Yacine Lindseth	12	Stjørdals-Blink IL	_____
6	daniel krøke	14	Stjørdals-Blink IL	_____

**Heat 3**

1	Sebastian Kvalnes	11	Malvik IL	_____
2	William Kvalnes	11	Malvik IL	_____
3	Sigrid Eidsmo	13	Kattem IL Svømming	_____
4	Gunnhild Furuholt Valle	15	Trondhjems SLK	_____
5	Petter Hisdal	11	Kattem IL Svømming	_____
6	Ragnheild Bjørkli Nilsen	13	Malvik IL	_____

**Heat 4**

1	Amund Mikal Hegerberg	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
2	Kaspar Sølberg	13	Trondhjems SLK	_____
3	Aron Majumdar	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
4	Håvard Bjerke	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	Adriana Barrera	15	Kattem IL Svømming	_____
6	Tymofii Dzisiak	13	Kattem IL Svømming	_____

**Heat 5**

1	Tia Kristine Karlsen	13	Malvik IL	_____
2	Lileah Hagelien	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
3	Emeric Sognnes Pouech	11	Kattem IL Svømming	_____
4	Aurora Dahl Bere	12	Trondhjems SLK	_____
5	Hanna Sofie Ekker	12	Trondhjems SLK	_____
6	Emma Mikkelsen Bakkebø	14	Malvik IL	_____

**Heat 6**

1	Edin Omerovic	13	Kattem IL Svømming	_____
2	Marie Phan Hammerfjell	11	Malvik IL	_____
3	Håkon Jensen Gaasvik	15	Kattem IL Svømming	_____
4	Filip Dalsaune	13	Trondhjems SLK	_____
5				_____
6	Odin Heirsauet	13	Vestbyen IL Trondheim	_____

**Heat 7**

1				_____
2	Alexander Jensen	14	Kattem IL Svømming	_____
3	Lise Marie Myrhaug	12	Trondhjems SLK	_____
4	Ragnhild Oline Høiseth	13	Stjørdals-Blink IL	_____
5	Mikkel Fenstad	14	Trondhjems SLK	_____
6	Maksymilian Rekawek	13	Trondhjems SLK	_____

**Heat 8**

1	Maren Hisdal	13	Kattem IL Svømming	_____
2	Thea Elise Ovesen Rye	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
3	Viktor Stolbunov	15	Kattem IL Svømming	_____
4	Helene Bach	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	Kine Dahlen Berge	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
6	Adrian Nyborg	11	Vestbyen IL Trondheim	_____

**Heat 9**

1				
2	Vega Aune Grimstad	13	Malvik IL	_____
3	Angelina Lisovska	14	Orkanger IF	_____
4	Frøya Stiansdotter Langva	11	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	Faste Aune Grimstad	13	Malvik IL	_____
6	Emil Iversen Myhre	14	Malvik IL	_____

**Heat 10**

1	Eira Ersdal	14	Trondhjems SLK	_____
2	Yasin Amin Sellesbakk Sivgin	12	Kattem IL Svømming	_____
3	David Larsen	JR	Malvik IL	_____
4	Nikolija Nikodijevic Brenden	11	Trondhjems SLK	_____
5	Lerke Remlo	12	Kattem IL Svømming	_____
6				_____

**Øvelse 3. 50m bryst, mixed****Heat 1**

1				
2	Shannon Garvey	JR	Vestbyen IL Trondheim	_____
3	Viktor Aleman Sandsund	15	Kattem IL Svømming	_____
4	Edvart Matheo Tårnesvik Kjærstad	14	Malvik IL	_____
5				_____
6				_____

**Heat 2**

1	Alexander Jensen	14	Kattem IL Svømming	_____
2	Emeric Sognnes Pouech	11	Kattem IL Svømming	_____
3	Håkon Jensen Gaasvik	15	Kattem IL Svømming	_____
4	Eira Ersdal	14	Trondhjems SLK	_____
5	Aurora Dahl Bere	12	Trondhjems SLK	_____
6				_____

**Heat 3**

1				
2	Maren Hisdal	13	Kattem IL Svømming	_____
3	Sebastian Kvalnes	11	Malvik IL	_____
4	Henrik Sæther Kapfer	14	Kattem IL Svømming	_____
5	Marie Phan Hammerfjell	11	Malvik IL	_____
6	Ragnhild Oline Høiseth	13	Stjørdals-Blink IL	_____

**Heat 4**

1	Victor Yacine Lindseth	12	Stjørdals-Blink IL	_____
2	Thea Elise Ovesen Rye	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
3	Ragnheild Bjørkli Nilsen	13	Malvik IL	_____
4	Odin Heirsaunet	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	Kine Dahlen Berge	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
6	Mina olava hammervik Grøvdal	14	Vestbyen IL Trondheim	_____

**Heat 5**

1	Angelina Lisovska	14	Orkanger IF	_____
---	-------------------	----	-------------	-------

2	Hanna Sofie Ekker	12	Trondhjems SLK	_____
3	Helene Bach	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
4	Gunnhild Furuholt Valle	15	Trondhjems SLK	_____
5	Solveig Massing	14	Kattem IL Svømning	_____
6	Maksymilian Rekawek	13	Trondhjems SLK	_____
<b>Heat 6</b>				
1	Kaspar Sølberg	13	Trondhjems SLK	_____
2	Mikkel Fenstad	14	Trondhjems SLK	_____
3	Charlotte Talseth	14	Trondhjems SLK	_____
4	Amund Mikal Hegerberg	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	Håvard Bjerke	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
6	Lileah Hagelien	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
<b>Heat 7</b>				
1	Sigrid Eidsmo	13	Kattem IL Svømning	_____
2	William Kvalnes	11	Malvik IL	_____
3	Adriana Barrera	15	Kattem IL Svømning	_____
4	Adrian Nyborg	11	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	Leonora Munkhaugen	15	Kattem IL Svømning	_____
6	Jesper Julius Sundseth Skjærli	12	Trondhjems SLK	_____
<b>Heat 8</b>				
1	Lise Marie Myrhaug	12	Trondhjems SLK	_____
2	Tale Skråstad Schive	14	Kattem IL Svømning	_____
3	Aron Majumdar	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
4	Lerke Remlo	12	Kattem IL Svømning	_____
5	Petter Hisdal	11	Kattem IL Svømning	_____
6	Johanne Hustad	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
<b>Heat 9</b>				
1	Frøya Stiansdotter Langva	11	Vestbyen IL Trondheim	_____
2				_____
3	Rakel Hoskelsen Vestavik	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
4	Konrad Vandsvik	14	Kattem IL Svømning	_____
5	Tymofii Dzisiak	13	Kattem IL Svømning	_____
6	Filip Dalsaune	13	Trondhjems SLK	_____
<b>Heat 10</b>				
1	Jason Lama	12	Kattem IL Svømning	_____
2	Tia Kristine Karlsen	13	Malvik IL	_____
3	David Larsen	JR	Malvik IL	_____
4	Yasin Amin Sellesbakk Sivgin	12	Kattem IL Svømning	_____
5	Vega Aune Grimstad	13	Malvik IL	_____
6	Nikolija Nikodijevic Brenden	11	Trondhjems SLK	_____

## Øvelse 4. 50m fri, mixed

<b>Heat 1</b>				
1				_____
2	Shannon Garvey	JR	Vestbyen IL Trondheim	_____
3	Ragnhild Oline Høiseth	13	Stjørdals-Blink IL	_____
4	Leonora Munkhaugen	15	Kattem IL Svømning	_____
5				_____

**Heat 2**

1	Yasin Amin Sellesbakk Sivgin	12	Kattem IL Svømming	_____
2	Kine Dahlen Berge	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
3	Kaspar Sølberg	13	Trondhjems SLK	_____
4	Petter Hisdal	11	Kattem IL Svømming	_____
5	Lise Marie Myrhaug	12	Trondhjems SLK	_____
6				_____

**Heat 3**

1	Lileah Hagelien	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
2	Viktor Aleman Sandsund	15	Kattem IL Svømming	_____
3	Solveig Massing	14	Kattem IL Svømming	_____
4	Thea Elise Ovesen Rye	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	Isak Riiber Marthinussen	14	Malvik IL	_____
6	Maksymilian Rekawek	13	Trondhjems SLK	_____

**Heat 4**

1	Konrad Vandsvik	14	Kattem IL Svømming	_____
2	Edin Omerovic	13	Kattem IL Svømming	_____
3	Ada Aune Grimstad	13	Malvik IL	_____
4	Helene Bach	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	William Kvalnes	11	Malvik IL	_____
6	Aurora Dahl Bere	12	Trondhjems SLK	_____

**Heat 5**

1	Jesper Julius Sundseth Skjærli	12	Trondhjems SLK	_____
2	Gunnhild Furuholt Valle	15	Trondhjems SLK	_____
3	Rakel Hoskelsen Vestavik	13	Vestbyen IL Trondheim	_____
4	Adriana Barrera	15	Kattem IL Svømming	_____
5	Filip Dalsaune	13	Trondhjems SLK	_____
6	Sigrid Eidsmo	13	Kattem IL Svømming	_____

**Heat 6**

1	Emeric Sognnes Pouech	11	Kattem IL Svømming	_____
2	Vega Aune Grimstad	13	Malvik IL	_____
3	Emma Mikkelsen Bakkebø	14	Malvik IL	_____
4	Angelina Lisovska	14	Orkanger IF	_____
5	Tia Kristine Karlsen	13	Malvik IL	_____
6	Marie Phan Hammerfjell	11	Malvik IL	_____

**Heat 7**

1	Marcel Dariusz Lisek	12	Stjørdals-Blink IL	_____
2	Maren Hisdal	13	Kattem IL Svømming	_____
3	Lerke Remlo	12	Kattem IL Svømming	_____
4	Johanne Hustad	12	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	Nikolija Nikodijevic Brenden	11	Trondhjems SLK	_____
6	Frøya Stiansdotter Langva	11	Vestbyen IL Trondheim	_____

**Heat 8**

1	Emil Iversen Myhre	14	Malvik IL	_____
2	Henrik Sæther Kapfer	14	Kattem IL Svømming	_____
3	Viktor Stolbunov	15	Kattem IL Svømming	_____
4	Adrian Nyborg	11	Vestbyen IL Trondheim	_____
5	Odin Heirsaunet	13	Vestbyen IL Trondheim	_____

6 Mina olava hammervik Grøvdal 14 Vestbyen IL Trondheim \_\_\_\_\_

**Heat 9**

1 Aron Majumdar 12 Vestbyen IL Trondheim \_\_\_\_\_  
2 Edvart Matheo Tårnesvik Kjærstad 14 Malvik IL \_\_\_\_\_

3 Håvard Bjerke 12 Vestbyen IL Trondheim \_\_\_\_\_  
4 Amund Mikal Hegerberg 12 Vestbyen IL Trondheim \_\_\_\_\_  
5 Hanna Sofie Ekker 12 Trondhjems SLK \_\_\_\_\_  
6 Faste Aune Grimstad 13 Malvik IL \_\_\_\_\_

**Heat 10**

1 Mikkel Fenstad 14 Trondhjems SLK \_\_\_\_\_  
2 Alexander Jensen 14 Kattem IL Svømming \_\_\_\_\_  
3 Håkon Jensen Gaasvik 15 Kattem IL Svømming \_\_\_\_\_  
4 \_\_\_\_\_  
5 daniel krøke 14 Stjørdals-Blink IL \_\_\_\_\_  
6 Tale Skråstad Schive 14 Kattem IL Svømming \_\_\_\_\_

**Heat 11**

1 Sebastian Kvalnes 11 Malvik IL \_\_\_\_\_  
2 Jason Lama 12 Kattem IL Svømming \_\_\_\_\_  
3 David Larsen JR Malvik IL \_\_\_\_\_  
4 Tymofii Dzisiak 13 Kattem IL Svømming \_\_\_\_\_  
5 Charlotte Talseth 14 Trondhjems SLK \_\_\_\_\_  
6 Eira Ersdal 14 Trondhjems SLK \_\_\_\_\_

**Øvelse 5. 4\*50m fri, mixed**

**Heat 1**

1 Trondhjems SLK Mix 1 jr. JR Trondhjems SLK \_\_\_\_\_  
2 Kattem Rekrutter 2 mix JR Kattem IL Svømming \_\_\_\_\_  
3 Malvik IL rekrutt Mix 1 YJ Malvik IL \_\_\_\_\_  
4 Trondhjems SLK Mix 3 jr. JR Trondhjems SLK \_\_\_\_\_  
5 Kattem Rekrutter 1 mix JR Kattem IL Svømming \_\_\_\_\_  
6 Trondhjems SLK Mix 2 jr. JR Trondhjems SLK \_\_\_\_\_

**Heat 2**

1 Kattem Rekrutter 3 mix YJ Kattem IL Svømming \_\_\_\_\_  
2 Vestbyen Rekrutt Mix 1 YJ Vestbyen IL Trondheim \_\_\_\_\_  
3 Vestbyen Rekrutt Mix 2 YJ Vestbyen IL Trondheim \_\_\_\_\_  
4 Malvik IL rekrutt Mix 2 YJ Malvik IL \_\_\_\_\_  
5 Vestbyen Rekrutt Mix 3 YJ Vestbyen IL Trondheim \_\_\_\_\_  
6 Kattem Rekrutter 4 mix YJ Kattem IL Svømming \_\_\_\_\_