

## Øvelse 101. 50m fri, mixed

### Heat 1

1				
2	Natalie Gulbrandsen Torp	12	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Linnea Vikan Øren	13	Stjørdals-Blink IL	_____
4	Sienna Sørli	15	Levanger SLK	_____
5				
6				

### Heat 2

1				
2	Tiril Aune	11	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Victoria Krzystek	10	Stjørdals-Blink IL	_____
4	Ivar Valstad	12	Stjørdals-Blink IL	_____
5	Mari Antonie Wang Røkke	13	Stjørdals-Blink IL	_____
6				

### Heat 3

1	Odin Høgenhaug Helmersen	14	Namsos SK	_____
2	Bence Johan Fossum-Flakken	12	Namsos SK	_____
3	Elias Larsen Thyrhayg	11	Stjørdals-Blink IL	_____
4	Aleksander Høgenhaug Helmersen	14	Namsos SK	_____
5	Johan Hallset	14	Levanger SLK	_____
6	Martin Codreanu	14	Malvik IL	_____

### Heat 4

1	Kaja Korsnes Nettet	14	Kattem IL	_____
2	Peder Åsheim Hojem	12	Verdal SK	_____
3	Sivert Malmbekk	13	Steinkjer SLK	_____
4	Ragnhild Oline Høiseth	13	Stjørdals-Blink IL	_____
5	Vegard Ringen Vik-Mo	12	Malvik IL	_____
6	Millie Michalsen Johansen	14	Rørvik SLK	_____

### Heat 5

1	Isak Ness	12	Verdal SK	_____
2	Zacharie Wiesenberg	11	Malvik IL	_____
3	Johan Gundersen	12	Malvik IL	_____
4	Nora Holmquist	11	Stjørdals-Blink IL	_____
5	Elisabeth Aarstad	13	Verdal SK	_____
6	Arthur Nordhøy-Varsi	14	Namsos SK	_____

### Heat 6

1	Mathias Lima Aune	13	Verdal SK	_____
2	Elise Støre	12	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Carl Fredrik Lundh	11	Levanger SLK	_____
4	Sara Alvilde Posti Tårnesvik	10	Malvik IL	_____
5	Hans Christian Minsås	13	Verdal SK	_____
6	Achilles Aksel Sørli	11	Levanger SLK	_____

## Øvelse 102. 25m rygg, mixed

### Heat 1

1				
2	Nora Holmquist	11	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Elisabeth Aarstad	13	Verdal SK	_____
4	Odin Høgenhaug Helmersen	14	Namsos SK	_____
5				
6				

### Heat 2

1				
2	Tiril Aune	11	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Johan Gundersen	12	Malvik IL	_____
4	Martin Codreanu	14	Malvik IL	_____
5	Mathias Lima Aune	13	Verdal SK	_____
6				

### Heat 3

1	Milo-Mathias Philipsson	14	Stjørdals-Blink IL	_____
2	Linnea Vikan Øren	13	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Hans Christian Minsås	13	Verdal SK	_____
4	Peder Åsheim Hojem	12	Verdal SK	_____
5	Vegard Ringen Vik-Mo	12	Malvik IL	_____
6	Carl Fredrik Lundh	11	Levanger SLK	_____

### Heat 4

1	Millie Michalsen Johansen	14	Rørvik SLK	_____
2	Victor Yacine Lindset	12	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Andrine Bredensen	14	Rørvik SLK	_____
4	Jonathan Fure Mikalsen	13	Namsos SK	_____
5	Hedvig Nettet Eide	14	Kattem IL	_____
6	Victoria Krzystek	10	Stjørdals-Blink IL	_____

### Heat 5

1	Emily Namsvatn	11	Levanger SLK	_____
2	Mari Antonie Wang Røkke	13	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Daniel Krøke	14	Stjørdals-Blink IL	_____
4	Sara Bakken Svenning	14	Stjørdals-Blink IL	_____
5	Arthur Nordhøy-Varsi	14	Namsos SK	_____
6	Sara Alvilde Posti Tårnesvik	10	Malvik IL	_____

### Heat 6

1	Celine Bøe Livik	14	Rørvik SLK	_____
2	Ole Drivstuen	10	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Aleksander Høgenhaug Helmersen	14	Namsos SK	_____
4	Noel Vutudal Mevatne	12	Stjørdals-Blink IL	_____
5	Edvard Langsetmo	14	Stjørdals-Blink IL	_____
6	Elias Larsen Thyrhayg	11	Stjørdals-Blink IL	_____

**Heat 7**

1	Adriana Barrera	15	Kattem IL	_____
2	Zacharie Wiesenberg	11	Malvik IL	_____
3	Kaja Korsnes Nesset	14	Kattem IL	_____
4	Bence Johan Fossum-Flakken	12	Namsos SK	_____
5	Anna Sofie Kaijser-Grundnes	12	Verdal SK	_____
6	Erik Langdal Kristiansen	12	Verdal SK	_____

**Øvelse 103. 25m bryst, mixed****Heat 1**

1				_____
2	Millie Michalsen Johansen	14	Rørvik SLK	_____
3	Celine Bøe Livik	14	Rørvik SLK	_____
4	Anna Sofie Kaijser-Grundnes	12	Verdal SK	_____
5	Jonathan Fure Mikalsen	13	Namsos SK	_____
6				_____

**Heat 2**

1	Victor Yacine Lindset	12	Stjørdals-Blink IL	_____
2	Kamille Steffensen	13	Namsos SK	_____
3	Achilles Aksel Sørli	11	Levanger SLK	_____
4	Mari Antonie Wang Røkke	13	Stjørdals-Blink IL	_____
5	Elise Støre	12	Stjørdals-Blink IL	_____
6	Elisabeth Aarstad	13	Verdal SK	_____

**Heat 3**

1	Carl Fredrik Lundh	11	Levanger SLK	_____
2	Anna Elisa Thomaz	12	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Noel Vutudal Mevatne	12	Stjørdals-Blink IL	_____
4	Sienna Sørli	15	Levanger SLK	_____
5	Andrine Bredensen	14	Rørvik SLK	_____
6	Hedda Falstad	12	Verdal SK	_____

**Heat 4**

1	Emily Namsvatn	11	Levanger SLK	_____
2	Peder Åsheim Hojem	12	Verdal SK	_____
3	Isak Ness	12	Verdal SK	_____
4	Erik Langdal Kristiansen	12	Verdal SK	_____
5	Hedvig Nesset Eide	14	Kattem IL	_____
6	Kaja Korsnes Nesset	14	Kattem IL	_____

**Heat 5**

1	Sigrid Andrea Alstad-Sætran	14	Verdal SK	_____
2	Nora Holmquist	11	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Ragnhild Oline Høiseth	13	Stjørdals-Blink IL	_____
4	Natalie Gulbrandsen Torp	12	Stjørdals-Blink IL	_____
5	Elias Larsen Thyrhayg	11	Stjørdals-Blink IL	_____
6	Snorre Alstad-Sætran	13	Verdal SK	_____

**Heat 6**

1	Adriana Barrera	15	Kattem IL	_____
2	Johan Hallset	14	Levanger SLK	_____
3	Ole Drivstuen	10	Stjørdals-Blink IL	_____
4	Hans Christian Minsås	13	Verdal SK	_____
5	Mathias Lima Aune	13	Verdal SK	_____
6	Odin Høgenhaug Helmersen	14	Namsos SK	_____

**Øvelse 104. 25m fri, mixed****Heat 1**

1				_____
2	Hans Christian Minsås	13	Verdal SK	_____
3	Hedda Falstad	12	Verdal SK	_____
4	Milo-Mathias Philipsson	14	Stjørdals-Blink IL	_____
5				_____
6				_____

**Heat 2**

1				_____
2	Victor Yacine Lindset	12	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Elisabeth Aarstad	13	Verdal SK	_____
4	Aleksander Høgenhaug Helmersen	14	Namsos SK	_____
5	Carl Fredrik Lundh	11	Levanger SLK	_____
6				_____

**Heat 3**

1	Ole Drivstuen	10	Stjørdals-Blink IL	_____
2	Millie Michalsen Johansen	14	Rørvik SLK	_____
3	Ida Ulseth Baxter	14	Stjørdals-Blink IL	_____
4	Peder Åsheim Hojem	12	Verdal SK	_____
5	Mariel Sundfær Sommervold	12	Verdal SK	_____
6	Daniel Krøke	14	Stjørdals-Blink IL	_____

**Heat 4**

1	Sara Bakken Svenning	14	Stjørdals-Blink IL	_____
2	Kamille Steffensen	13	Namsos SK	_____
3	Isak Ness	12	Verdal SK	_____
4	Andrine Bredensen	14	Rørvik SLK	_____
5	Nora Holmquist	11	Stjørdals-Blink IL	_____
6	Noel Vutudal Mevatne	12	Stjørdals-Blink IL	_____

**Heat 5**

1	Celine Bøe Livik	14	Rørvik SLK	_____
2	Ragnhild Oline Høiseth	13	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Jonathan Fure Mikalsen	13	Namsos SK	_____
4	Emily Namsvatn	11	Levanger SLK	_____
5	Elias Larsen Thyrhayg	11	Stjørdals-Blink IL	_____
6	Edvard Langsetmo	14	Stjørdals-Blink IL	_____

**Heat 6**

1	Mathias Lima Aune	13	Verdal SK	_____
2	Tiril Aune	11	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Snorre Alstad-Sætran	13	Verdal SK	_____
4	Sivert Malmbekk	13	Steinkjer SLK	_____
5	Hedvig Nesset Eide	14	Kattem IL	_____
6	Adriana Barrera	15	Kattem IL	_____

**Heat 7**

1	Erik Langdal Kristiansen	12	Verdal SK	_____
2	Sigrid Andrea Alstad-Sætran	14	Verdal SK	_____
3	Arthur Nordhøy-Varsi	14	Namsos SK	_____
4	Victoria Krzyszek	10	Stjørdals-Blink IL	_____
5	Anna Sofie Kaijser-Grundnes	12	Verdal SK	_____
6	Odin Høgenhaug Helmersen	14	Namsos SK	_____

**Øvelse 105. 25m butterfly, mixed****Heat 1**

1	Sara Alvilde Posti Tårnesvik	10	Malvik IL	_____
2	Elisabeth Aarstad	13	Verdal SK	_____
3	Arthur Nordhøy-Varsi	14	Namsos SK	_____
4	Ragnhild Oline Høiseth	13	Stjørdals-Blink IL	_____
5	Adriana Barrera	15	Kattem IL	_____
6				_____

**Heat 2**

1	Odin Høgenhaug Helmersen	14	Namsos SK	_____
2	Linnea Vikan Øren	13	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Natalie Gulbrandsen Torp	12	Stjørdals-Blink IL	_____
4	Hans Christian Minsås	13	Verdal SK	_____
5	Mari Antonie Wang Røkke	13	Stjørdals-Blink IL	_____
6	Isak Ness	12	Verdal SK	_____

**Øvelse 106. 50m bryst, mixed****Heat 1**

1	Achilles Aksel Sørli	11	Levanger SLK	_____
2	Ivar Valstad	12	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Ragnhild Oline Høiseth	13	Stjørdals-Blink IL	_____
4	Carl Fredrik Lundh	11	Levanger SLK	_____
5	Sienna Sørli	15	Levanger SLK	_____
6	Victoria Krzyszek	10	Stjørdals-Blink IL	_____

**Heat 2**

1	Sara Alvilde Posti Tårnesvik	10	Malvik IL	_____
2	Erik Langdal Kristiansen	12	Verdal SK	_____
3	Hans Christian Minsås	13	Verdal SK	_____
4	Kaja Korsnes Nesset	14	Kattem IL	_____
5	Emily Namsvatn	11	Levanger SLK	_____
6	Hedvig Nesset Eide	14	Kattem IL	_____

**Heat 3**

1	Anna Elisa Thomaz	12	Stjørdals-Blink IL	_____
2	Vegard Ringen Vik-Mo	12	Malvik IL	_____
3	Isak Ness	12	Verdal SK	_____
4	Adriana Barrera	15	Kattem IL	_____
5	Zacharie Wiesenberg	11	Malvik IL	_____
6	Elisabeth Aarstad	13	Verdal SK	_____

**Heat 4**

1	Johan Gundersen	12	Malvik IL	_____
2	Nora Holmquist	11	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Bence Johan Fossum-Flakken	12	Namsos SK	_____
4	Odin Høgenhaug Helmersen	14	Namsos SK	_____
5	Martin Codreanu	14	Malvik IL	_____
6	Ida Ulseth Baxter	14	Stjørdals-Blink IL	_____

**Øvelse 107. 100m individuell medley, mixed****Heat 1**

1				
2	Zacharie Wiesenberg	11	Malvik IL	_____
3	Johan Hallset	14	Levanger SLK	_____
4	Johan Gundersen	12	Malvik IL	_____
5				
6				

**Heat 2**

1	Odin Høgenhaug Helmersen	14	Namsos SK	_____
2	Vegard Ringen Vik-Mo	12	Malvik IL	_____
3	Martin Codreanu	14	Malvik IL	_____
4	Hans Christian Minsås	13	Verdal SK	_____
5	Sara Alvilde Posti Tårnesvik	10	Malvik IL	_____
6	Arthur Nordhøy-Varsi	14	Namsos SK	_____

**Øvelse 108. 4\*25m fri, mixed****Heat 1**

1				
2	Stjørdals-Blink Mix 1 jr.	JR	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Kattem IL Mix 1 yj.	YJ	Kattem IL	_____
4	Verdal SK Mix 2 jr.	JR	Verdal SK	_____
5	Verdal SK Mix 1 jr.	JR	Verdal SK	_____
6				

**Heat 2**

1	Verdal SK Mix 3 jr.	JR	Verdal SK	_____
2	Stjørdals-Blink Mix 5 jr.	JR	Stjørdals-Blink IL	_____
3	Stjørdals-Blink Mix 4 jr.	JR	Stjørdals-Blink IL	_____
4	Stjørdals-Blink Mix 2 jr.	JR	Stjørdals-Blink IL	_____
5	Rørvik SLK Mix 1 jr.	JR	Rørvik SLK	_____
6	Stjørdals-Blink Mix 3 jr.	JR	Stjørdals-Blink IL	_____