

**Fredag 18. november kl 09.00****Øvelse 213. 4\*50m lag medley, herrer - Junior**

Norsk juniorrekord: Bergens SC, Bergens SC - 1.39,73 (12.11.2021)  
 Norsk seniorrekord: Bærumsvømmerne, Bærumsvømmerne - 1.35,80 (15.11.2019)

**Heat 1**

1					
2	Bergensv. G3 jr.	JR	Bergensvømmerne	1.53,75	_____
3	Sarpsborg IL G1 jr.	JR	Sarpsborg IL	1.53,05	_____
4	Ullensakersv G2 jr.	JR	Ullensakersvømmerne	1.53,27	_____
5					
6					

**Heat 2**

1					
2	Bergensv. G2 jr.	JR	Bergensvømmerne	1.52,20	_____
3	Sandnes SLK G1 jr.	JR	Sandnes SLK	1.52,06	_____
4	Kolbotn IL G1 jr.	JR	Kolbotn IL	1.52,12	_____
5	Triton Lillestrøm G1 jr.	JR	Triton Lillestrøm	1.52,53	_____
6					

**Heat 3**

1	Hamar IL G2 jr.	JR	Hamar IL	1.51,72	_____
2	Aalesund SLK G1 jr.	JR	Aalesund SLK	1.51,64	_____
3	Lambertseter SK G2 jr.	JR	Lambertseter SK	1.51,37	_____
4	Tromsø SK G1 jr.	JR	Tromsø SK	1.51,45	_____
5	Bergen Vest SK G1 jr.	JR	Bergen Vest SK	1.51,71	_____
6	Stavanger SK G2 jr.	JR	Stavanger SK	1.51,98	_____

**Heat 4**

1	Bærumsv G2 jr.	JR	Bærumsvømmerne	1.50,98	_____
2	Glitre SK G1 jr.	JR	Glitre SK	1.50,07	_____
3	OI Svømming G2 jr.	JR	OI Svømming	1.46,62	_____
4	Stavanger SK G1 jr.	JR	Stavanger SK	1.46,83	_____
5	Ullensakersv. G1 jr.	JR	Ullensakersvømmerne	1.50,28	_____
6	Haldens SK G1 jr.	JR	Haldens SK	1.51,23	_____

**Heat 5 - Innmarsj**

1	Bergens SC G2 jr.	JR	Bergens SC	1.45,57	_____
2	Bergens SC G1 jr.	JR	Bergens SC	1.45,22	_____
3	OI Svømming G1 jr.	JR	OI Svømming	1.43,33	_____
4	Bærumsv G1 jr.	JR	Bærumsvømmerne	1.43,89	_____
5	Lambertseter SK G1 jr.	JR	Lambertseter SK	1.45,45	_____
6	Bergensv. G1 jr.	JR	Bergensvømmerne	1.45,87	_____

**Øvelse 214. 800m fri, damer - Direkte finale**

Norsk juniorrekord: Irene Dalby, Hamar IL - 8.34,44 (12.02.1988)  
 Norsk seniorrekord: Malene Rypestøl, SK Team Sør - 8.24,43 (30.10.2020)

**Heat 1**

1	Helene Gonzalez	05	Ullensakersvømmerne	9.27,38	_____
2	Helene Vestberg	06	SK Team Sør/VSLK	9.24,45	_____
3	Solveig Bratland	03	SK Team Sør/VSLK	9.02,88	_____
4	Emma Sofie Antun	04	Bergen Vest SK	9.23,99	_____
5	Maria Nesje Mørkedal	07	Molde SLK	9.25,70	_____
6	Karoline Wilhelmsen Steen	05	Stavanger SK	9.27,67	_____

Stavanger SK

Stavanger

**Heat 2 - Svømmes i finalesekvensen**

1	Sara Larsen	06	Karmøy SK	9.00,98	_____
2	Haide Nikelis	06	Karmøy SK	8.56,65	_____
3	Hanne Næss	04	BS/Delfana	8.40,10	_____
4	Andrea S Clementsen	05	Stavanger SK	8.51,51	_____
5	Susanne Steinnes	05	Stavanger SK	8.58,76	_____
6	Tale Børsheim Tønsager	05	Stavanger SK	9.02,78	_____

**Øvelse 215. 400m fri, herrer****Norsk juniorrekord:** Henrik Christiansen, Skjetten Svømming - 3.37,26 (02.12.2015)**Norsk seniorrekord:** Henrik Christiansen, Lambertseter SK - 3.36,64 (11.12.2018)**Verdensrekord S9:** Rowan Crothers, Australia - 4.06,26 (05.11.2014)**Norsk rekord S9:** Kristoffer Voldengen Hansen, Norge - 4.42,88 (17.03.2017)**Heat 1**

1	Sigurd Olav Borgstrøm	02	Randaberg IL	4.07,60	_____
2	Tobias Moen Olsen	02	Stavanger SK	3.52,15	_____
3	Henrik Christiansen	96	Lambertseter SK	3.42,03	_____
4	Birk Lee Johansen	02	SK Team Sør/KSA	3.51,69	_____
5	Olav Eklund	02	Stavanger SK	4.04,39	_____
6					_____

**Heat 2**

1	Henrik Holt	S9 - 08	Skien SK	5.50,84	140.38%
2	Mats-Andrè Andreassen	04	SK Team Sør/GSK	4.08,75	_____
3	Andreas Ramsvik	03	Bergensvømmerne	4.07,87	_____
4	Noah Petterson Laugen	06	Hamar IL	4.08,63	_____
5	Vebjørn Stenvold	04	Tromsø SK	4.10,44	_____
6					_____

**Heat 3**

1	Felix Flakstad	06	OI Svømming	4.05,85	_____
2	Kristoffer Skarvang Engstrøm	06	Larvik SK	4.03,67	_____
3	Lucas S. Paturel	04	SK Team Sør/FSK	4.02,58	_____
4	Espen Bøyum	06	Sarpsborg IL	4.03,55	_____
5	Simen Arnestad	04	Sarpsborg IL	4.05,85	_____
6	Istvan Besenyi	04	Ullensakersvømmerne	4.07,79	_____

**Heat 4 - Innmarsj**

1	Julius Aarnes	04	Asker SK	3.59,27	_____
2	Oliver Danielsen	05	Kongstensvømmerne	3.58,10	_____
3	Jon Jøntvedt	03	Bryne SK	3.43,24	_____
4	Oskar Farkas	05	Ullensakersvømmerne	3.56,54	_____
5	Amund Frøyland-Jensen	05	Karmøy SK	3.58,53	_____
6	Aksel Krüger-Larsen	06	Stavanger SK	4.01,42	_____

**Øvelse 216. 50m bryst, damer****Norsk juniorrekord:** Silje Rongevær Slyngstadli, Bergensvømmerne - 30,34 (23.10.2022)**Norsk seniorrekord:** Susann Jakobsen Bjørnsen, Setermoen SK - 29,96 (05.11.2017)**Heat 1**

1	Kari Lærdal	03	Stavanger SK	34,15	_____
2	Eva Kummen	01	Lambertseter SK	31,84	_____
3	Kristine Bjellvåg Braathen	00	Bærumsvømmerne	31,40	_____
4	Johanne Heines Pettersen	99	Bergens SC	31,67	_____
5	Maren Thoresen Malme	98	BS/Åstveit	34,08	_____
6					_____

Stavanger SK

Stavanger

**Heat 2**

1					
2	Juliane Lindgaard Kjeldseth	04	OI Svømming	35,71	_____
3	Tuva Arndal	06	Glitre SK/BK	35,57	_____
4	Selma Remøy Kvalsund	08	Aalesund SLK	35,61	_____
5					
6					

**Heat 3**

1					
2	Aurora Lunde Engedal	06	BS/Delfana	35,02	_____
3	Emilie Furuborg	04	SK Team Sør/VSLK	34,95	_____
4	Kine Solhjell Johansen	06	Lambertseter SK	34,96	_____
5	Alva Bjelland	04	Sandnes SLK	35,26	_____
6					

**Heat 4**

1	Norah Alice L. Rasmussen	06	Bergens SC	34,82	_____
2	Marie Hovda Kristensen	04	Varodd SK	34,64	_____
3	Celin Ullern	04	Kongstensvømmerne	34,47	_____
4	Ellinor Paulsrud-Kvisla	07	Kolbotn IL	34,59	_____
5	Ane Hanh Basberg	05	Asker SK	34,70	_____
6	Celina Pham	08	SK Speed	34,90	_____

**Heat 5**

1	Mathea Økland Nedrebø	07	Haugesund SK	34,38	_____
2	Elin Birkeland Le-Viet	04	Glitre SK/BK	34,32	_____
3	Elise Skjærven Aas	05	Bergens SC	34,21	_____
4	Sophie Thon Østbø	09	Sandnes SLK	34,23	_____
5	Iselin Elise Eikenes	08	Bærumsvømmerne	34,37	_____
6	Elida Rykkje Larsen	07	Haugesund SK	34,43	_____

**Heat 6**

1	Maria Keller-Kvam	08	BS/Delfana	34,18	_____
2	Helena Eshaghi	04	Hamar IL	33,99	_____
3	Eline Myklebusthaug	04	Glitre SK/MSK	33,77	_____
4	Selma L. Flesche	05	Lambertseter SK	33,79	_____
5	Mina Medhaug Rossebø	06	Karmøy SK	34,16	_____
6	Anastasija Stepanova	05	Lambertseter SK	34,21	_____

**Heat 7**

1	Marie Ystrøm Lærdal	06	Stavanger SK	33,30	_____
2	Emilie Bentzen	07	Stavanger SK	32,96	_____
3	Andrea Antun Mikkelsen	05	Bergens SC	32,73	_____
4	Marte Reikvam	04	Triton Lillestrøm	32,96	_____
5	Tora Elise Lynes Nordli	05	Lambertseter SK	32,98	_____
6	Oda Helen Meling	04	Stavanger SK	33,73	_____

**Heat 8 - Innmarsj**

1	Susanne Steinnes	05	Stavanger SK	32,53	_____
2	Karen Knutsen Klepp	08	Stavanger SK	32,05	_____
3	Silje Rongevær Slyngstadli	04	BS/Åstveit	30,34	_____
4	Frida Stretre Løbersli	04	Triton Lillestrøm	31,87	_____
5	June Selin	06	OI Svømming	32,25	_____
6	Mille Christensen Oftedal	07	Sandnes SLK	32,56	_____

**Øvelse 217. 50m rygg, herrer**

Norsk juniorrekord: Tomoe Zenimoto Hvas, Bærumsvømmerne - 23,96 (13.12.2018)  
 Norsk seniorrekord: Lavrans Solli, Bærumsvømmerne - 23,33 (05.12.2014)

**Heat 1**

1	Thomas Brustveit	93	Stavanger SK	26,99	_____
2	Elias Nordeng Refstie	02	Bærumsvømmerne	25,10	_____
3	Markus Lie	95	BS/Åstveit	23,72	_____
4	Simon Moe	01	Bærumsvømmerne	24,35	_____
5	Bendik Pleyrn Olsen	02	BS/Delfana	25,82	_____
6	Olav Eklund	02	Stavanger SK	27,77	_____

**Heat 2**

1	Oliver Constantine Werner	07	Ås IL	28,80	_____
2	Matias Sveen Larsen	06	Hamar IL	28,72	_____
3	Troy Guldhav	05	Kolbotn IL	28,69	_____
4	Andreas Bigum	05	Haldens SK	28,70	_____
5	Mats Lea Monslaup	05	Stavanger SK	28,77	_____
6					_____

**Heat 3**

1	Gustav Sjøløkken Bandlien	09	Asker SK	28,63	_____
2	Peder Henriksen	05	Poseidon	28,58	_____
3	August Ottesen	05	Sandefjord SK	28,53	_____
4	Sebastian Johannesen	05	Bærumsvømmerne	28,58	_____
5	Sebastian Furan Markussen	03	Glitre SK/BK	28,62	_____
6	Einar Liland Thiis	06	BS/Delfana	28,64	_____

**Heat 4**

1	Markus Halvorsen	05	SK Team Sør/GSK	28,49	_____
2	Sebastian Hagen	06	Bærumsvømmerne	28,41	_____
3	Simen Schmitz-Lund	06	Sola SK	28,21	_____
4	Elias Fagervik	04	Stavanger SK	28,36	_____
5	Kurt Mortelmans Somby	05	Tromsø SK	28,44	_____
6	Christopher Augustsson	05	Bærumsvømmerne	28,49	_____

**Heat 5**

1	Andreas Dyb	04	Molde SLK	27,98	_____
2	Filip Ness	06	Tromsø SK	27,94	_____
3	Johan Instebø	04	Karmøy SK	27,82	_____
4	Noah Jacobsen	05	OI Svømming	27,89	_____
5	Storm Pedersen	06	Aalesund SLK	27,97	_____
6	William Phi Hai Nguyen	05	Lambertseter SK	28,01	_____

**Heat 6**

1	Thomas Småvik	06	Stavanger SK	27,76	_____
2	Gabriel Steen	04	Trondhjems SLK	27,73	_____
3	Michael Jansen	05	Ullensakersvømmerne	27,64	_____
4	Lukas Johansen Strande	06	Bærumsvømmerne	27,71	_____
5	Andres Kobbevik	05	Aalesund SLK	27,75	_____
6	Elias Madsen	06	Varodd SK	27,77	_____

**Heat 7**

1	Fredrik Magnus Holmberg Dahle	07	Triton Lillestrøm	27,48	_____
2	Anton Mårtensson	05	SK Team Sør/GSK	27,30	_____
3	William Pereira-Nielsen	06	Øyane SK	27,26	_____
4	Erik Eilertsen	04	Tromsø SK	27,28	_____
5	Balder Sollesnes Holum	03	Bergens SC	27,46	_____
6	Anders Scheflo Kvåle	05	BS/Delfana	27,49	_____

Stavanger SK

Stavanger

**Heat 8**

1	Aksel Krüger-Larsen	06	Stavanger SK	26,92	_____
2	Christian Toussi	05	Ullensakersvømmerne	26,85	_____
3	Alexis Mørk	06	Lambertseter SK	26,68	_____
4	Herman Røed	05	OI Svømming	26,76	_____
5	Ivan Kevic	05	Kristiansund SK	26,87	_____
6	Ulrik Berge Kittilsen	07	Skien SK	27,23	_____

**Heat 9 - Innmarsj**

1	Simen Klausen Klungland	05	Bryne SK	26,25	_____
2	Mathias Rike Holmann	04	Bærumsvømmerne	25,73	_____
3	Milian Hestad Solberg	03	Bærumsvømmerne	25,07	_____
4	Andreas Sigvaldsen	06	Hamar IL	25,51	_____
5	Helje Stadaas	04	Bergens SC	25,78	_____
6	Erik Ouren	03	Lambertseter SK	26,36	_____

**Øvelse 218. 200m individuell medley, damer**

Norsk juniorrekord: Malene Rypestøl, SK Team Sør - 2.10,69 (02.11.2018)

Norsk seniorrekord: Malene Rypestøl, SK Team Sør - 2.10,66 (05.12.2021)

**Heat 1**

1					
2	Eva Kummen	01	Lambertseter SK	2.22,62	_____
3	Malene Rypestøl	01	OI Svømming	2.10,66	_____
4	Eline Vik	02	Bergens SC	2.18,23	_____
5					
6					

**Heat 2**

1					
2	Anastasija Stepanova	05	Lambertseter SK	2.23,17	_____
3	Marie Ystrøm Lærdal	06	Stavanger SK	2.22,12	_____
4	Sara Larsen	06	Karmøy SK	2.23,06	_____
5	Amilie Malde Carlsen	04	Bryne SK	2.25,04	_____
6					

**Heat 3 - Innmarsj**

1	Sara Alonso Lopez	06	Trondhjems SLK	2.21,21	_____
2	Jonette Matland Lægreid	04	BS/Delfana	2.17,42	_____
3	Mari Moen	04	Lambertseter SK	2.14,52	_____
4	Silja Vert-Mönig	05	Stavanger SK	2.16,43	_____
5	Gwen Bergum	04	Triton Lillestrøm	2.20,96	_____
6	Juliane Lindgaard Kjeldseth	04	OI Svømming	2.21,97	_____

**Øvelse 219. 100m butterfly, herrer**

Norsk juniorrekord: Tomoe Zenimoto Hvas, Bærumsvømmerne - 50,49 (12.12.2018)

Norsk seniorrekord: Tomoe Zenimoto Hvas, Bærumsvømmerne - 49,22 (02.11.2021)

Verdensrekord S9: Tamas Sors, Ungarn - 58,30 (29.11.2009)

Norsk rekord S9: Fredrik Solberg, Norge - 1.09,65 (16.11.2018)

**Heat 1**

1					
2	Marcus Heggtveit Løvø	96	Bergensvømmerne	59,17	_____
3	Ole Marius Rist Jensen	01	OI Svømming	55,48	_____
4	Per Tinius Mowinckel	98	Bergens SC	57,13	_____
5	Arild Degerstrøm	00	BS/Delfana	1.00,77	_____
6					

Stavanger SK

Stavanger

**Heat 2**

1					
2	Einar Skoglund	01	Lambertseter SK	57,57	_____
3	Truls Wigdel	99	Bergensvømmerne	54,89	_____
4	Jacob Meilvåg	01	Bergens SC	57,03	_____
5	Rick Sol	01	Elverum Svømming	1.00,20	_____
6					

**Heat 3**

1	Jo Kebriel Nor	S9 - 07	Vestbyen Trondheim	1.11,25	124.58%
2	Matias Solvik	03	Poseidon	1.00,86	_____
3	Aleksander Sørebo	03	BS/Åstveit	1.00,36	_____
4	Mario Sommerseth-Martinez	04	Tromsø SK	1.00,47	_____
5	Andreas Getz Bjartland	03	Bergen Vest SK	1.01,19	_____
6					

**Heat 4**

1	Ulrik Peter Franz	05	Stavanger SK	59,77	_____
2	Andreas Theodoru	07	Lambertseter SK	59,67	_____
3	Emil Nistad Westermoen	08	Sandnes SLK	59,51	_____
4	Aleksander Fjeldstad	05	Tromsø SK	59,64	_____
5	Aleksander Rustad	06	Glitre SK/NESK	59,73	_____
6	Ashvindh Satheskumar	04	OI Svømming	59,93	_____

**Heat 5**

1	Tobias Fjellheim	06	Sandnes SLK	59,36	_____
2	Håkon Walsø Finnøen	04	Glitre SK/RSK	59,22	_____
3	Kjetil Breivik	05	Bergens SC	58,74	_____
4	Marcus Tvete	05	Hamar IL	58,77	_____
5	Emil O Heigre	06	Bryne SK	59,23	_____
6	Jonas T. Hinna	03	BS/Delfana	59,42	_____

**Heat 6**

1	Herman Langhammer	05	Bærumsvømmerne	58,67	_____
2	Johannes Tryggestad	04	Trondhjems SLK	58,35	_____
3	Vetle Vikestad Løseth	04	Bergens SC	58,05	_____
4	Simen Schmitz-Lund	06	Sola SK	58,31	_____
5	Troy Guldhav	05	Kolbotn IL	58,38	_____
6	Emil Mathias Roli Sørensen	04	Lørenskog/Rælingen	58,72	_____

**Heat 7**

1	Daniel Rumenov Marinov	07	Bergen Vest SK	57,98	_____
2	Odin Hildebrandt Paulin	03	Bømlø SK	57,87	_____
3	August Heggenhougen Leikvam	03	Asker SK	57,48	_____
4	Anton Mårtensson	05	SK Team Sør/GSK	57,48	_____
5	Jonas Solbu Gulbrandsen	06	OI Svømming	57,92	_____
6	Oliver Danielsen	05	Kongstensvømmerne	57,99	_____

**Heat 8**

1	Oskar Erklev	05	SK Team Sør/VSLK	56,78	_____
2	Elias Klev	06	Asker SK	56,72	_____
3	Daniel Karolin Lyngaas	03	Sarpsborg IL	56,29	_____
4	Mathias Benoni Martinussen	04	OI Svømming	56,43	_____
5	Sander Matoes Singsaas	04	Lambertseter SK	56,77	_____
6	August Ottesen	05	Sandefjord SK	56,92	_____

Stavanger SK

Stavanger

**Heat 9 - Innmarsj**

1	Fabian Shoghl	03	Stavanger SK	55,60	_____
2	Philip Johan Abad Slotsvik	05	OI Svømming	55,51	_____
3	Oscar Smeby Iden	03	Asker SK	53,94	_____
4	Andreas Sigvaldsen	06	Hamar IL	54,29	_____
5	Sander Kiær Sørensen	07	Bærumsvømmerne	55,55	_____
6	Emil Austevoll Harlem	05	Bergens SC	55,81	_____

**Øvelse 220. 200m rygg, damer**

Norsk juniorrekord: Ingeborg Vassbakk Løyning, Bærumsvømmerne - 2.07,98 (09.12.2018)

Norsk seniorrekord: Ingeborg Vassbakk Løyning, Bærumsvømmerne - 2.03,67 (25.09.2021)

**Heat 1**

1					
2	Hannah Ruud Raustøl	03	Asker SK	2.22,51	_____
3	Hanna Rosvall	00	Bergensvømmerne	2.06,82	_____
4	Erikka Næss Kjølholdt	02	OI Svømming	2.18,58	_____
5	Oda Løtuft Johansen	02	Ås IL	2.23,44	_____
6					

**Heat 2**

1	Sara Rotseth	07	Bergen Vest SK	2.22,78	_____
2	Leah Emilie Stensaker Nilsen	06	Bergen Vest SK	2.22,35	_____
3	Celina Nguyen	05	Lambertseter SK	2.20,85	_____
4	Linnea Solsvik	06	Bergen Vest SK	2.21,46	_____
5	Anika Jocelyne Svenning	05	Bærumsvømmerne	2.22,53	_____
6					

**Heat 3 - Innmarsj**

1	Agnes Bryne Narvestad	04	Frisinn SK	2.20,38	_____
2	Anne Holmaas Johansen	05	Stavanger SK	2.17,80	_____
3	Ingrid Elise Borgstrøm	04	Randaberg IL	2.14,26	_____
4	Karen Hellberg Munthe	06	Ås IL	2.17,60	_____
5	Thea Nathalie Karal Melberg	07	OI Svømming	2.19,49	_____
6	Maria Alvestad	07	Trondhjems SLK	2.20,74	_____

**Øvelse 221. 200m bryst, herrer**

Norsk juniorrekord: Tomoe Zenimoto Hvas, Bærumsvømmerne - 2.07,49 (04.11.2017)

Norsk seniorrekord: Alexander Dale Oen, Bærumsvømmerne - 2.06,15 (11.12.2011)

**Heat 1**

1	Halvor Arne Borgstrøm	97	Randaberg IL	2.20,23	_____
2	Nikolai Sørebo	01	BS/Åstveit	2.13,25	_____
3	Øystein Breivik	02	Bergens SC	2.12,25	_____
4	Jolann Bovey	96	Bærumsvømmerne	2.12,38	_____
5	Emil Vindvik	99	Trondhjems SLK	2.16,77	_____
6	Simon Slettevold	02	Stavanger SK	2.23,09	_____

**Heat 2**

1	Sebastian Bergum	07	Triton Lillestrøm	2.29,67	_____
2	Even Saltnes Urdal	06	BS/Delfana	2.29,30	_____
3	Leon Magnusson	05	Poseidon	2.28,83	_____
4	Thomas Wilhelmsen Steen	07	Stavanger SK	2.29,30	_____
5	Robert Leander V. L. Hansen	07	Bergens SC	2.29,42	_____
6					

Stavanger SK

Stavanger

**Heat 3**

1	Arn C. Solheim Andreassen	04	Bergens SC	2.28,11	_____
2	Noah Remøy Kvalsund	06	Aalesund SLK	2.28,07	_____
3	Pål Engravslia	05	Poseidon	2.27,24	_____
4	Felix Stavnes	06	Asker SK	2.27,67	_____
5	Tomas Eiane	06	Sandnes SLK	2.28,10	_____
6	Troy Guldhav	05	Kolbotn IL	2.28,16	_____

**Heat 4**

1	Johan Instebø	04	Karmøy SK	2.25,70	_____
2	Eskil Holm	04	Karmøy SK	2.24,92	_____
3	Morris Franz	04	Stavanger SK	2.23,72	_____
4	Sverre Junge	05	Bryne SK	2.24,76	_____
5	Oliver Constantine Werner	07	Ås IL	2.25,27	_____
6	Arman Joshua Soreng	07	Triton Lillestrøm	2.27,16	_____

**Heat 5**

1	Eivind Mjelde Myhr	04	BS/Åstveit	2.23,11	_____
2	Amund Dønnum Engebretsen	06	Hamar IL	2.22,45	_____
3	Alexander Finanger	05	Rana SK	2.22,02	_____
4	Andreas Getz Bjartland	03	Bergens Vest SK	2.22,44	_____
5	Adam Hansrud-Kjær	03	Triton Lillestrøm	2.22,85	_____
6	Even Kjær	04	Tønsberg SK	2.23,64	_____

**Heat 6 - Innmarsj**

1	Hirad Eshaghi	05	Hamar IL	2.20,09	_____
2	Mathias Somogyi Hoseth	03	OI Svømming	2.18,07	_____
3	Collin van der Hoff	06	Sola SK	2.12,99	_____
4	Magnus Kobbevik Mikalsen	04	Hamar IL	2.14,64	_____
5	Oliver Bauer Skymoene	06	Lørenskog/Rælingen	2.19,00	_____
6	Erik Holm Iversen	05	Hamar IL	2.20,59	_____

**Øvelse 222. 50m butterfly, damer**

Norsk juniorrekord: Elise Næss Olsen, Asker SK - 26,13 (15.12.2013)  
 Norsk seniorrekord: Ingvild Nicoline Nerdrum Snildal, Asker SK - 25,10 (11.12.2009)

**Heat 1**

1	Rebekka Valvik Christiansen	01	SK Team Sør/VSLK	29,12	_____
2	Malena Lirken	03	OI Svømming	28,55	_____
3	Marthe Cecilie Willumsen	02	Bergens SC	27,35	_____
4	Susann Pleyrn Olsen	97	BS/Delfana	28,12	_____
5	Vilde Zetlitz Nessler	03	Stavanger SK	28,71	_____
6	Malene Høgberg	03	Lambertseter SK	29,34	_____

**Heat 2**

1	Renate Knutsen	97	Bergens SC	29,07	_____
2	Adina Ringsbu	03	Bergens SC	28,33	_____
3	Kristine Bjellvåg Braathen	00	Bærumsvømmerne	26,58	_____
4	Oda Bygdnes	98	Harstad SK	27,43	_____
5	Julie Borsheim Endregaard	01	Bergenssvømmerne	28,57	_____
6	Oda Tennebekk Vatle	02	BS/Arna	29,25	_____

**Heat 3**

1					_____
2	Emilie Bentzen	07	Stavanger SK	29,88	_____
3	Maria Keller-Kvam	08	BS/Delfana	29,75	_____
4	Juni Rustad	04	Glitre SK/NESK	29,80	_____
5	Sofie Helena Østbye	05	Asker SK	30,03	_____
6					_____



**Heat 4**

1	Sofia Heim	05	Bærumsvømmerne	29,59	_____
2	Tale Børsheim Tønsager	05	Stavanger SK	29,56	_____
3	Celina Nguyen	05	Lambertseter SK	29,47	_____
4	Hannah Sophie Vietheer	08	BS/Delfana	29,48	_____
5	Julia Askland Raanes	06	SK Team Sør/VSLK	29,56	_____
6	Eva Ulstein	05	Aalesund SLK	29,63	_____

**Heat 5**

1	Emilie Uppheim	05	Bergen Vest SK	29,45	_____
2	Sara Pamplona Lund-Iversen	06	Bærumsvømmerne	29,24	_____
3	Vilde Engene	07	Glitre SK/BK	29,16	_____
4	Mathilde Selmer-Olsen	08	Bærumsvømmerne	29,22	_____
5	Hedda Odland	07	Haugesund SK	29,44	_____
6	Sunniva Pedersen	05	Skien SK	29,46	_____

**Heat 6**

1	Tracy Malene Holm	04	BS/Arna	28,95	_____
2	Aurora Kjensli	04	Triton Lillestrøm	28,88	_____
3	Uma Park Bhasin	04	OI Svømming	28,74	_____
4	Selma L. Flesche	05	Lambertseter SK	28,78	_____
5	Vilde Krakstad	06	SK Team Sør/GSK	28,93	_____
6	Oda Helen Meling	04	Stavanger SK	29,15	_____

**Heat 7 - Innmarsj**

1	Amanda Malde Carlsen	06	Bryne SK	28,14	_____
2	Silja Vert-Mönig	05	Stavanger SK	27,81	_____
3	Helene Torsvik Lorentz	04	Bergens SC	27,07	_____
4	Sandra Maria Balto	07	Karasjok SK	27,63	_____
5	Frida Stretre Løbersli	04	Triton Lillestrøm	27,88	_____
6	Leah Emilie Stensaker Nilsen	06	Bergen Vest SK	28,68	_____

**Øvelse 223. 4\*200m fri, herrer - Junior**

**Norsk juniorrekord:** Lørenskog/Rælingen, Lørenskog/Rælingen - 7.19,73 (04.04.2014)  
**Norsk seniorrekord:** Bergensvømmerne, Bergensvømmerne - 7.16,61 (15.11.2019)

**Heat 1**

1	Bergensv. G1 jr.	JR	Bergensvømmerne	7.52,51	_____
2	Lambertseter SK G1 jr.	JR	Lambertseter SK	7.51,86	_____
3	Stavanger SK G1 jr.	JR	Stavanger SK	7.45,87	_____
4	Hamar IL G1 jr.	JR	Hamar IL	7.48,36	_____
5	Tromsø SK G1 jr.	JR	Tromsø SK	7.52,09	_____
6	Glitre SK G1 jr.	JR	Glitre SK	8.00,28	_____

**Heat 2 - Innmarsj**

1	Asker SK G1 jr.	JR	Asker SK	7.43,93	_____
2	Bærumsv G1 jr.	JR	Bærumsvømmerne	7.40,84	_____
3	Bergens SC G1 jr.	JR	Bergens SC	7.37,97	_____
4	Ullensakersv. G1 jr.	JR	Ullensakersvømmerne	7.39,63	_____
5	Bergens SC G2 jr.	JR	Bergens SC	7.40,99	_____
6	SK Team Sør G1 jr.	JR	SK Team Sør	7.45,14	_____

**Øvelse 224. 4\*100m fri, damer - Junior**

Norsk juniorrekord: Bærumsvømmerne, Bærumsvømmerne - 3.43,80 (21.11.2014)

Norsk seniorrekord: Bærumsvømmerne, Bærumsvømmerne - 3.42,09 (16.03.2018)

**Heat 1**

1					
2	SK Speed J1 jr.	JR	SK Speed	4.05,53	_____
3	OI Svømming J1 jr.	JR	OI Svømming	4.04,98	_____
4	Bergen Vest SK J1 jr.	JR	Bergen Vest SK	4.05,48	_____
5					
6					

**Heat 2**

1					
2	Frisinn SK J1 jr.	JR	Frisinn SK	4.02,49	_____
3	Lambertseter SK J1 jr.	JR	Lambertseter SK	3.58,57	_____
4	Ullensakersv. J1 jr.	JR	Ullensakersvømmerne	4.00,08	_____
5	Bergensv. J2 jr.	JR	Bergensvømmerne	4.03,95	_____
6					

**Heat 3 - Innmarsj**

1	Stavanger SK J2 jr.	JR	Stavanger SK	3.57,45	_____
2	Triton Lillestrøm J1 jr.	JR	Triton Lillestrøm	3.56,02	_____
3	Stavanger SK J1 jr.	JR	Stavanger SK	3.50,77	_____
4	Bergensv. J1 jr.	JR	Bergensvømmerne	3.55,37	_____
5	Bærumsv J1 jr.	JR	Bærumsvømmerne	3.56,94	_____
6	Bergens SC J1 jr.	JR	Bergens SC	3.58,25	_____