

Fredag 17. 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					
3	Hamar IL G2 jr.	JR	Hamar IL	1.53,75	_____
4	Lambertseter SK G2 jr.	JR	Lambertseter SK	1.51,49	_____
5	Stavanger SK G2 jr.	JR	Stavanger SK	1.51,94	_____
6					
7					
8					

Heat 2

1					
2	Asker SK G2 jr.	JR	Asker SK	1.50,52	_____
3	Nordvest SK G1 jr.	JR	Nordvest SK	1.50,22	_____
4	Bærumsv G3 jr.	JR	Bærumsvømmerne	1.49,80	_____
5	Triton Lillestrøm G1 jr.	JR	Triton Lillestrøm	1.49,82	_____
6	Bergensv. G2 jr.	JR	Bergensvømmerne	1.50,51	_____
7	Øyane SK G1 jr.	JR	Øyane SK	1.51,26	_____
8					

Heat 3

1	Sandnes SLK G1 jr.	JR	Sandnes SLK	1.48,99	_____
2	Bergensv. G1 jr.	JR	Bergensvømmerne	1.48,02	_____
3	Nannestad IL G1 jr.	JR	Nannestad IL	1.47,35	_____
4	Stavanger SK G1 jr.	JR	Stavanger SK	1.47,17	_____
5	Bergens SC G2 jr.	JR	Bergens SC	1.47,29	_____
6	Lambertseter SK G1 jr.	JR	Lambertseter SK	1.47,55	_____
7	Glitre SK G1 jr.	JR	Glitre SK	1.48,06	_____
8	Varodd SK G1 jr.	JR	Varodd SK	1.49,40	_____

Heat 4 - Innmarsj

1	SK Team Sør G1 jr.	JR	SK Team Sør	1.46,79	_____
2	Asker SK G1 jr.	JR	Asker SK	1.46,64	_____
3	Bærumsv G1 jr.	JR	Bærumsvømmerne	1.43,83	_____
4	Bergens SC G1 jr.	JR	Bergens SC	1.41,82	_____
5	OI Svømming G1 jr.	JR	OI Svømming	1.42,62	_____
6	Løren/Rælingen G1 jr.	JR	Lørenskog/Rælingen	1.45,55	_____
7	Hamar IL G1 jr.	JR	Hamar IL	1.46,71	_____
8	Bærumsv G2 jr.	JR	Bærumsvømmerne	1.46,94	_____

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					
2	Sarah Ingrid H. Jensen	07	Asker SK	9.35,62	_____
3	Celina Olsen	09	Sandnes SLK	9.31,84	_____
4	Emma Sofie Antun	04	Bergen Vest SK	9.28,44	_____
5	Anne-Ragnhild Hansen	05	Sortland SLK	9.28,69	_____
6	Marte Olsen	08	Frisinn SK	9.32,81	_____
7					
8					

Heat 2

1	Erika Kvaal	04	Stavanger SK	9.25,30	_____
2	Kaja E. Vådal	06	OI Svømming	9.23,31	_____
3	Ella Louise B. Dreyer	06	Lambertseter SK	9.21,22	_____
4	Hennie Braastad Orre	08	Bryne SK	9.17,81	_____
5	Karoline Wilhelmsen Steen	05	Stavanger SK	9.21,08	_____
6	Silja Thoresen Skinlo	07	Triton Lillestrøm	9.22,78	_____
7	Helene Vestberg	06	SK Team Sør/VSLK	9.23,89	_____
8	Serina Marie Grøndal	07	Frisinn SK	9.25,34	_____

Heat 3 - Svømmes i finalesekvensen

1	Maria Nesje Mørkedal	07	Nordvest SK/MSLK	9.10,42	_____
2	Solveig Bratland	03	SK Team Sør/VSLK	9.07,62	_____
3	Astrid Julie Halvorsen	01	Lambertseter SK	8.41,58	_____
4	Bea Hovda	04	Stavanger SK	8.38,30	_____
5	Hanne Næss	04	Bærumsvømmerne	8.38,35	_____
6	Andrea S Clementsen	05	Stavanger SK	8.50,40	_____
7	Tale Børsheim Tønsager	05	Stavanger SK	9.09,00	_____
8	Helene Gonzalez	05	Lambertseter SK	9.13,60	_____

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)

Heat 1

1	Sigurd Olav Borgstrøm	02	Randaberg IL	4.04,98	_____
2	Halvor Arne Borgstrøm	97	Randaberg IL	4.00,81	_____
3	Birk Lee Johansen	02	SK Team Sør/KSA	3.49,49	_____
4	Jon Jøntvedt	03	Bryne SK	3.41,34	_____
5	Henrik Christiansen	96	Lambertseter SK	3.45,64	_____
6	Tobias Moen Olsen	02	Stavanger SK	3.52,63	_____
7	Andreas Ramsvik	03	Bergensvømmerne	4.03,91	_____
8	Olav Eklund	02	Stavanger SK	4.05,74	_____

Heat 2

1					
2					
3	Emil O Heigre	06	Bryne SK	4.12,85	_____
4	Sverre Junge	05	Bryne SK	4.09,12	_____
5	Mikkel Henne Myklatun	07	Bergen Vest SK	4.09,42	_____
6	Henrik Holt	S9 - 08	Poseidon	5.35,87	134.39%
7					
8					

Heat 3

1	Kristoffer Skarvang Engstrøm	06	Larvik SK	4.08,93	_____
2	Benjamin Toth	07	Lambertseter SK	4.07,62	_____
3	Karsten Hernæss	04	Lambertseter SK	4.06,99	_____
4	Eiliv August Grøttum	05	BS/Delfana	4.04,32	_____
5	Sondre Njaa Risa	07	Sandnes SLK	4.05,77	_____
6	Trym Stendalen	05	BS/Delfana	4.07,10	_____
7	Istvan Besenyi	04	Nannestad IL	4.08,57	_____
8	Espen Mangor Skretting	06	Sandnes SLK	4.09,09	_____

Heat 4 - Innmarsj

1	Espen Bøyum	06	Sarpsborg IL	4.01,41	_____
2	Axel Sebastian Karal Melberg	05	OI Svømming	3.59,82	_____
3	Lucas S. Paturel	04	SK Team Sør/FSK	3.55,35	_____
4	Oskar Farkas	05	Nannestad IL	3.52,05	_____
5	Sander Kiær Sørensen	07	Bærumsvømmerne	3.54,06	_____
6	Julius Aarnes	04	Asker SK	3.58,74	_____
7	Aksel Krüger-Larsen	06	Stavanger SK	4.00,53	_____
8	Philip Johan Abad Slotsvik	05	OI Svømming	4.03,25	_____

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	Sunniva Evensen Jacques	04	Riska SK	34,10	_____
2	Kari Lærdal	03	Stavanger SK	33,69	_____
3	Mari Moen	04	Lambertseter SK	32,53	_____
4	Frida Stretre Løbersli	04	Triton Lillestrøm	31,19	_____
5	Kristine Bjellvåg Braathen	00	Bærumsvømmerne	31,95	_____
6	Marte Reikvam	04	Triton Lillestrøm	33,30	_____
7	Oda Helen Meling	04	Stavanger SK	34,00	_____
8					_____

Heat 2

1	Elin Birkeland Le-Viet	04	Glitre SK/BK	34,08	_____
2	Aurora Kjensli	04	Triton Lillestrøm	33,54	_____
3	Jonette Matland Lægreid	04	BS/Delfana	32,11	_____
4	Silje Rongevær Slyngstadli	04	BS/Åstveit	30,36	_____
5	Eva Kummen	01	Lambertseter SK	31,47	_____
6	Siri Eva Kristiansen	93	OI Svømming	32,65	_____
7	Malin Ekstrand	02	Sarpsborg IL	33,84	_____
8					_____

Heat 3

1					_____
2					_____
3	Tuva Dale Oen	09	Øyane SK	35,05	_____
4	Nela Nina Pawlowska	09	IL Solid	35,04	_____
5	Kine Solhjell Johansen	06	Lambertseter SK	35,05	_____
6					_____
7					_____
8					_____

Heat 4

1					
2	Celina Pham	08	SK Speed	34,97	_____
3	Nadia Dolaciak	09	Lørenskog/Rælingen	34,86	_____
4	Ane Hanh Basberg	05	Asker SK	34,76	_____
5	Lona Gulbrandsen	05	Kongstensvømmerne	34,83	_____
6	Samanta Silina	10	Bergen Vest SK	34,87	_____
7	Linnea Otilie Thorstensen Glenna	10	SK Team Sør/VSLK	34,98	_____
8					

Heat 5

1	Anna Mowinkel Haukedal	07	Bergens SC	34,62	_____
2	Malin Rike Holmann	06	Bærumsvømmerne	34,25	_____
3	Anastasija Stepanova	05	Lambertseter SK	34,11	_____
4	Sophie Thon Østbø	09	Sandnes SLK	34,11	_____
5	Mari Riiser Javnnes	06	SK Team Sør/VSLK	34,11	_____
6	Aurora Lunde Engedal	06	BS/Delfana	34,23	_____
7	Selma Remøy Kvalsund	08	Aalesund SLK	34,31	_____
8	Clea Gnanapragasam	09	Bærumsvømmerne	34,72	_____

Heat 6

1	Iselin Elise Eikenes	08	Bærumsvømmerne	34,05	_____
2	Stella Sørli Hanssen	09	Leka IL	33,80	_____
3	Norah Alice L. Rasmussen	06	Bergensvømmerne	33,62	_____
4	Selma L. Flesche	05	Lambertseter SK	33,22	_____
5	Tora Elise Lynes Nordli	05	Lambertseter SK	33,45	_____
6	Leja Dielininkaityte	09	Randaberg IL	33,78	_____
7	Christina Langseth Vinterhus	08	Frisinn SK	33,91	_____
8	Felin Benoni Gürgens Gjærum	08	Harstad SK	34,11	_____

Heat 7 - Innmarsj

1	Mathea Økland Nedrebø	07	Haugesund SK	33,06	_____
2	Maria Keller-Kvam	08	BS/Delfana	32,67	_____
3	Susanne Steinnes	05	Stavanger SK	32,14	_____
4	June Selin	06	OI Svømming	31,56	_____
5	Mille Christensen Oftedal	07	Sandnes SLK	31,81	_____
6	Emilie Bentzen	07	Stavanger SK	32,60	_____
7	Elida Rykkje Larsen	07	Bergensvømmerne	32,77	_____
8	Andrea Antun Mikkelsen	05	Bergens SC	33,19	_____

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					
2					
3	Thomas Brustveit	93	Stavanger SK	26,49	_____
4	Elias Nordeng Refstie	02	Bærumsvømmerne	25,01	_____
5	Milian Hestad Solberg	03	Bærumsvømmerne	25,49	_____
6	Dennis Aateigen	01	Bergensvømmerne	27,61	_____
7					
8					

Heat 2

1					
2	Sigurd Holten Bøen	97	OI Svømming	28,14	_____
3	Bendik Pleym Olsen	02	BS/Delfana	25,50	_____
4	Markus Lie	95	OI Svømming	23,62	_____
5	Martin Ross Hemminghyth	98	Asker SK	25,13	_____
6	Mathias Saltnes Urdal	03	BS/Delfana	27,49	_____
7					
8					

Heat 3

1	Vebjørn Stenvold	04	Tromsø SK	28,74	_____
2	Jonas Kurset Smistad	06	Nordvest SK/SSLK	28,67	_____
3	Martin Sørli Nordquist	06	Bærumsvømmerne	28,64	_____
4	Sebastian Rosnes	06	Øyane SK	28,61	_____
5	Frederick von Krogh	06	Bærumsvømmerne	28,62	_____
6	Torkil Sjøgren Ursin	07	Sandnes SLK	28,65	_____
7	Tim Vold-Johansen	09	Kolbotn IL	28,70	_____
8	Andreas Bigum	05	Haldens SK	28,77	_____

Heat 4

1	Matias Sveen Larsen	06	Hamar IL	28,56	_____
2	Sølve Sembsmoen-Schleis	08	Glitre SK/BK	28,41	_____
3	Lukas Krohn-Dale	05	Øyane SK	28,27	_____
4	Filip Ness	06	Tromsø SK	28,16	_____
5	Mats Nicolai M. Johannessen	05	Bergens SC	28,17	_____
6	Alexandros Theodorou	07	Lambertseter SK	28,28	_____
7	Linus Aleksander A. Øksendal	07	Varodd SK	28,43	_____
8	Mathias Tvete	05	Hamar IL	28,56	_____

Heat 5

1	Sebastian Johannesen	05	Bærumsvømmerne	28,03	_____
2	Jonas Gunnar Montelius	06	Haldens SK	27,94	_____
3	Kurt Mortelmans Somby	05	Tromsø SK	27,77	_____
4	Fredrik Magnus Holmberg Dahle	07	Triton Lillestrøm	27,51	_____
5	Sander Nordsveen	08	Lambertseter SK	27,76	_____
6	Einar Liland Thiis	06	BS/Delfana	27,79	_____
7	Noah Tokle	05	Sarpsborg IL	27,98	_____
8	Nicolai Finnevolden	07	Kolbotn IL	28,15	_____

Heat 6

1	Elias Madsen	06	Varodd SK	27,12	_____
2	Lukas Johansen Strande	06	Bærumsvømmerne	27,03	_____
3	Ulrik Berge Kittilsen	07	Skien SK	26,89	_____
4	Herman Røed	05	OI Svømming	26,60	_____
5	Gustav Sjøløkken Bandlien	09	Asker SK	26,81	_____
6	Johan Instebø	04	Karmøy SK	26,93	_____
7	William Pereira-Nielsen	06	Øyane SK	27,03	_____
8	Gergely Besenyi	07	Nannestad IL	27,40	_____

Heat 7 - Innmarsj

1	Ivan Kevic	05	Nordvest SK/KSK	26,34	_____
2	Ewan Pedersen	07	Bærumsvømmerne	26,20	_____
3	Alexis Mørk	06	Lambertseter SK	25,51	_____
4	Helje Stadaas	04	Bergens SC	25,00	_____
5	Mathias Rike Holmann	04	Bærumsvømmerne	25,50	_____
6	Christian Toussi	05	Nannestad IL	25,81	_____
7	Maksim Ciuiikov	08	Hamar IL	26,31	_____
8	Erik Magnus Evensrud	05	Lørenskog/Rælingen	26,39	_____

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					
3	Astri Lillebø Walsh	SM10 - 08	Ytre Søre Sunnmøre SK	3.36,43	149.42%
4	Malene Rypestøl	01	OI Svømming	2.13,01	_____
5	Astrid Julie Halvorsen	01	Lambertseter SK	2.20,52	_____
6					
7					
8					

Heat 2 - Innmarsj

1	Helmine Hellum Nygård	07	Bergens SC	2.26,15	_____
2	Selma Remøy Kvalsund	08	Aalesund SLK	2.24,67	_____
3	Marie Ystrøm Lærdal	06	Stavanger SK	2.24,04	_____
4	Silja Vert-Mönig	05	Stavanger SK	2.14,56	_____
5	Anastasija Stepanova	05	Lambertseter SK	2.24,00	_____
6	Marthine Dorteia L. Rasmussen	09	BS/Åstveit	2.24,46	_____
7	Iselin Elise Eikenes	08	Bærumsvømmerne	2.24,69	_____
8					

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)

Heat 1

1					
2	Øystein Rongevær Slyngstadli	01	BS/Åstveit	57,63	_____
3	Ole Marius Rist Jensen	01	OI Svømming	55,96	_____
4	Gard Øvergaard	96	Bærumsvømmerne	53,88	_____
5	Odin Hildebrandt Paulin	03	Bømlo SK	55,25	_____
6	Magnus Reinholdt Belsvik	02	OI Svømming	57,46	_____
7	Arild Degerstrøm	00	BS/Delfana	58,21	_____
8					

Heat 2

1	Anders Valdar	00	Bærumsvømmerne	58,60	_____
2	Marcus Heggtveit Løvø	96	Bergensvømmerne	57,55	_____
3	Fabian Shoghl	03	Bærumsvømmerne	55,63	_____
4	Truls Wigdel	99	Bergensvømmerne	53,41	_____
5	Jon Jøntvedt	03	Bryne SK	54,85	_____
6	August Heggenhougen Leikvam	03	Asker SK	57,23	_____
7	Rick Sol	01	Hamar IL	58,12	_____
8					

Heat 3

1					
2	William Torstveit Hansen	05	Asker SK	1.01,10	_____
3	Noah Håkonsund Milazzo	06	BS/Delfana	1.00,72	_____
4	Ulrik Peter Franz	05	Stavanger SK	1.00,09	_____
5	Jonas Magnussen	05	Asker SK	1.00,33	_____
6	Bendik Botten	04	Nordvest SK/SSLK	1.00,99	_____
7					
8					

Heat 4

1	Ashvindh Satheskumar	04	OI Svømming	59,71	_____
2	Rokas Vaison	06	Lambertseter SK	59,70	_____
3	Jonas Solbu Gulbrandsen	06	OI Svømming	59,63	_____
4	Sebastian Rosnes	06	Øyane SK	59,54	_____
5	Sander Nordsveen	08	Lambertseter SK	59,58	_____
6	Tobias Fjellheim	06	Sandnes SLK	59,68	_____
7	Sebastian Isaksen	07	BS/Delfana	59,71	_____
8	Kurt Mortelmans Somby	05	Tromsø SK	59,77	_____

Heat 5

1	Erlend Vorland Hertervik	05	Stavanger SK	59,40	_____
2	Olve Bjørdal Forås	06	Aalesund SLK	59,31	_____
3	Peder Henriksen	05	Poseidon	59,06	_____
4	Ben Sekyere Bjørnstad	08	Bærumsvømmerne	58,73	_____
5	Herman Langhammer	05	Bærumsvømmerne	58,86	_____
6	Yehor Fedorov	07	SK Team Sør/KSA	59,09	_____
7	Theodor Alexander Refsnes	08	Bergen Vest SK	59,32	_____
8	Robert Fagervik	05	Bærumsvømmerne	59,49	_____

Heat 6

1	Emil Mathias Roli Sørensen	04	Lørenskog/Rælingen	58,52	_____
2	Elias Madsen	06	Varodd SK	58,29	_____
3	Aleksander Rustad	06	Glitre SK/NESK	58,17	_____
4	Mikkel Henne Myklatun	07	Bergen Vest SK	57,83	_____
5	Marcus Tvete	05	Hamar IL	58,05	_____
6	Andreas Theodorou	07	Lambertseter SK	58,21	_____
7	Aleksander Fjeldstad	05	Tromsø SK	58,30	_____
8	Oliver Lucas Arnedal	07	Lambertseter SK	58,65	_____

Heat 7

1	Jonas Gunnar Montelius	06	Haldens SK	57,77	_____
2	Kristoffer Skarvang Engstrøm	06	Larvik SK	57,58	_____
3	Alexis Mørk	06	Lambertseter SK	57,01	_____
4	Anton Mårtensson	05	SK Team Sør/GSK	56,89	_____
5	Emil Nistad Westermoen	08	Sandnes SLK	56,94	_____
6	Fredrik Magnus Holmberg Dahle	07	Triton Lillestrøm	57,42	_____
7	Thomas Småvik	06	Stavanger SK	57,69	_____
8	Andreas Dyb	04	Nordvest SK/TSK	57,78	_____

Heat 8 - Innmarsj

1	Troy Guldhav	05	Lambertseter SK	56,74	_____
2	Mathias Benoni Martinussen	04	OI Svømming	55,64	_____
3	Elias Klev	06	Asker SK	55,46	_____
4	Emil Austevoll Harlem	05	Bergens SC	54,34	_____
5	Sander Kiær Sørensen	07	Bærumsvømmerne	55,36	_____
6	Oskar Erklev	05	SK Team Sør/VSLK	55,58	_____
7	August Ottesen	05	Sandefjord SK	56,23	_____
8	Simen Schmitz-Lund	06	Sola SK	56,82	_____

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					
3	Erikka Næss Kjøholdt	02	OI Svømming	2.17,25	_____
4	Ingeborg Vassbakk Løyning	00	OI Svømming	2.07,67	_____
5	Ingrid Elise Borgstrøm	04	Randaberg IL	2.12,54	_____
6	Malena Lirken	03	OI Svømming	2.17,32	_____
7					
8					

Heat 2

1					
2					
3	Julie Amdal	06	Sandnes SLK	2.23,25	_____
4	Leah Emilie Stensaker Nilsen	06	Bergen Vest SK	2.22,49	_____
5	Anika Jocelyne Svenning	05	Bærumsvømmerne	2.23,18	_____
6					
7					
8					

Heat 3 - Innmarsj

1					
2	Sarina Norzairin Seljeskog	09	Bømlo SK	2.21,50	_____
3	Maria Alvestad	07	Trondhjems SLK	2.17,81	_____
4	Thea Nathalie Karal Melberg	07	OI Svømming	2.17,26	_____
5	Anne Holmaas Johansen	05	Stavanger SK	2.17,67	_____
6	Karen Hellberg Munthe	06	Ås IL	2.20,92	_____
7	Sara Rotseth	07	Bergen Vest SK	2.22,29	_____
8					

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					
2	Emil Vindvik	99	Trondhjems SLK	2.18,41	_____
3	Jolann Bovey	96	Bærumsvømmerne	2.10,24	_____
4	Erik Persson	94	Bergensvømmerne	2.03,19	_____
5	Christoffer Tofte Haarsaker	93	BS/Åstveit	2.08,80	_____
6	Øystein Breivik	02	Bergens SC	2.11,99	_____
7					
8					

Heat 2

1					
2	Christopher Sørensen	07	Kongstensvømmerne	2.29,32	_____
3	Robert Leander V. L. Hansen	07	Bergens SC	2.28,10	_____
4	Kasper M. Laskemoen	04	Lambertseter SK	2.27,73	_____
5	Ole Hestad Thunæs	07	Bergens SC	2.28,00	_____
6	Noah Håkonsund Milazzo	06	BS/Delfana	2.29,24	_____
7	Haakon Svelland	07	Egersund SK	2.29,58	_____
8					

Heat 3

1	Anders Falnes Olsen	07	Lambertseter SK	2.27,19	_____
2	Even Saltnes Urdal	06	BS/Delfana	2.26,63	_____
3	Jonas Emil Andreassen	06	SK Team Sør/GSK	2.26,53	_____
4	David Belsnes	06	Varodd SK	2.25,66	_____
5	Mathias Svein Petrus Heesen	06	SK Team Sør/KSA	2.26,06	_____
6	Nikolai Neslin Olsen	06	Finnsnes SK	2.26,56	_____
7	Sebastian Hagen	06	Bærumsvømmerne	2.26,88	_____
8	Kajus Jablonskis	09	Asker SK	2.27,69	_____

Heat 4

1	Markus Halvorsen	05	SK Team Sør/GSK	2.25,41	_____
2	Tomas Eiane	06	Sandnes SLK	2.24,00	_____
3	Thomas Wilhelmsen Steen	07	Stavanger SK	2.23,71	_____
4	Aksel Søvik Holden	08	Bærumsvømmerne	2.23,43	_____
5	Oliver Constantine Werner	07	Bærumsvømmerne	2.23,46	_____
6	Maksim Ciuiikov	08	Hamar IL	2.23,87	_____
7	Amund Dønnum Engebretsen	06	Hamar IL	2.24,43	_____
8	Sebastian Bergum	07	Triton Lillestrøm	2.25,66	_____

Heat 5 - Innmarsj

1	Morris Franz	04	Stavanger SK	2.21,02	_____
2	Hirad Eshaghi	05	Lørenskog/Rælingen	2.17,04	_____
3	Oliver Bauer Skymoene	06	Lørenskog/Rælingen	2.14,24	_____
4	Collin van der Hoff	06	Sola SK	2.10,06	_____
5	Daniel Rumenov Marinov	07	Bergen Vest SK	2.12,32	_____
6	Alexander Finanger	05	Rana SK	2.16,93	_____
7	Erik Holm Iversen	05	Hamar IL	2.20,53	_____
8	Arman Joshua Soreng	07	Triton Lillestrøm	2.22,50	_____

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	Aurora Stavøy	02	Triton Lillestrøm	29,03	_____
2	Uma Park Bhasin	04	OI Svømming	28,33	_____
3	Julie Borsheim Endregaard	01	Bergensvømmerne	27,86	_____
4	Marthe Cecilie Willumsen	02	Bergens SC	26,97	_____
5	Oda Bygdnes	98	Harstad SK	27,54	_____
6	Rebekka Valvik Christiansen	01	SK Team Sør/VSLK	28,30	_____
7	Sunniva Evensen Jacques	04	Riska SK	28,84	_____
8	Oda Helen Meling	04	Stavanger SK	29,45	_____

Heat 2

1	Malene Høgberg	03	Lambertseter SK	28,90	_____
2	Susann Pleym Olsen	97	BS/Delfana	28,32	_____
3	Adina Ringsbu	03	Bergens SC	27,70	_____
4	Kristine Bjellvåg Braathen	00	Bærumsvømmerne	26,88	_____
5	Frida Stretre Løbersli	04	Triton Lillestrøm	27,48	_____
6	Victoria Bergeli	03	Bærumsvømmerne	28,23	_____
7	Aurora Kjensli	04	Triton Lillestrøm	28,67	_____
8	Oda Tennebekk Vatle	02	BS/Arna	29,32	_____

Heat 3

1					
2					
3	Erle Torvik Grinde	05	Nordvest SK/KSK	29,88	_____
4	Betzy Malén Linaker	09	Ås IL	29,75	_____
5	Anna Mowinckel Haukedal	07	Bergens SC	29,80	_____
6	Vilde Arefjord Elholm	07	Bergen Vest SK	30,24	_____
7					
8					

Heat 4

1	Sofie Helena Østbye	05	Lørenskog/Rælingen	29,67	_____
2	Martine Kambe	06	Haugesund SK	29,64	_____
3	Stine Sembsmoen-Schleis	08	Glitre SK/BK	29,62	_____
4	Andrea Antun Mikkelsen	05	Bergens SC	29,56	_____
5	Olivia Kristine F. Olaussen	07	Bærumsvømmerne	29,59	_____
6	Antonina Biegajlo	06	Bærumsvømmerne	29,63	_____
7	Marthine Dortha L. Rasmussen	09	BS/Åstveit	29,66	_____
8	Alma Van der Hagen	05	SK Team Sør/FSK	29,68	_____

Heat 5

1	Kine Emilie Kirsebom Måseide	09	Sjøstjerna SLK	29,39	_____
2	Serine Hammerstad	07	Lørenskog/Rælingen	29,27	_____
3	Sunniva Pedersen	05	Poseidon	29,20	_____
4	Thea Elisabeth Bernes	07	SK Speed	29,15	_____
5	Leah Emilie Stensaker Nilsen	06	Bergen Vest SK	29,20	_____
6	Vilde Engene	07	Glitre SK/BK	29,22	_____
7	Eva Ulstein	05	Aalesund SLK	29,33	_____
8	Marie Ystrøm Lærdal	06	Stavanger SK	29,39	_____

Heat 6

1	Mathilde Selmer-Olsen	08	Bærumsvømmerne	29,11	_____
2	Julia Askland Raanes	06	SK Team Sør/VSLK	29,06	_____
3	Emilie Uppheim	05	Bergen Vest SK	28,88	_____
4	Selma L. Flesche	05	Lambertseter SK	28,79	_____
5	Vilde Krakstad	06	SK Team Sør/VSLK	28,86	_____
6	Sara Pamplona Lund-Iversen	06	Bærumsvømmerne	29,03	_____
7	Ingrid Brevik	07	Kolbotn IL	29,09	_____
8	Maria Keller-Kvam	08	BS/Delfana	29,12	_____

Heat 7 - Innmarsj

1	Rina Øvergaard	06	Bærumsvømmerne	28,62	_____
2	Hannah Sophie Vietheer	08	BS/Delfana	28,45	_____
3	Iben Bøe Vøllestad	06	Stavanger SK	28,07	_____
4	Sandra Maria Balto	07	Bærumsvømmerne	26,89	_____
5	Silja Vert-Mönig	05	Stavanger SK	27,64	_____
6	Amanda Malde Carlsen	06	Bryne SK	28,09	_____
7	Celina Nguyen	05	Lambertseter SK	28,53	_____
8	Sofia Heim	05	Bærumsvømmerne	28,73	_____

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

Norsk juniorrekord: Lørenskog/Rælingen, Lørenskog/Rælingen - 7.19,73 (04.04.2014)
 Norsk seniorrekord: Bærumsvømmerne, Bærumsvømmerne - 7.13,48 (18.11.2022)

Heat 1

1	Stavanger SK G2 jr.	JR	Stavanger SK	8.01,05	_____
2	Stavanger SK G1 jr.	JR	Stavanger SK	7.58,94	_____
3	Sandnes SLK G1 jr.	JR	Sandnes SLK	7.56,86	_____
4	Tromsø SK G1 jr.	JR	Tromsø SK	7.54,71	_____
5	Hamar IL G1 jr.	JR	Hamar IL	7.55,67	_____
6	Lambertseter SK G2 jr.	JR	Lambertseter SK	7.58,47	_____
7	Bærumsv G2 jr.	JR	Bærumsvømmerne	8.00,13	_____
8					

Heat 2 - Innmarsj

1	Asker SK G1 jr.	JR	Asker SK	7.45,73	_____
2	Lambertseter SK G1 jr.	JR	Lambertseter SK	7.44,85	_____
3	OI Svømming G1 jr.	JR	OI Svømming	7.34,42	_____
4	Bergens SC G1 jr.	JR	Bergens SC	7.27,19	_____
5	Bærumsv G1 jr.	JR	Bærumsvømmerne	7.29,36	_____
6	Nannestad IL G1 jr.	JR	Nannestad IL	7.36,70	_____
7	SK Team Sør G1 jr.	JR	SK Team Sør	7.45,53	_____
8	Bergensv. G1 jr.	JR	Bergensvømmerne	7.48,07	_____

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					
3	Bærumsv J2 jr.	JR	Bærumsvømmerne	4.05,04	_____
4	SK Team Sør J1 jr.	JR	SK Team Sør	4.03,20	_____
5	Aalesund SLK J1 jr.	JR	Aalesund SLK	4.04,46	_____
6	Bergen Vest SK J1 jr.	JR	Bergen Vest SK	4.05,99	_____
7					
8					

Heat 2 - Innmarsj

1	Trondhjems SLK J1 jr.	JR	Trondhjems SLK	4.02,19	_____
2	Lambertseter SK J1 jr.	JR	Lambertseter SK	3.59,87	_____
3	Bergensv. J1 jr.	JR	Bergensvømmerne	3.56,10	_____
4	Stavanger SK J1 jr.	JR	Stavanger SK	3.50,72	_____
5	Bærumsv J1 jr.	JR	Bærumsvømmerne	3.51,51	_____
6	Bergens SC J1 jr.	JR	Bergens SC	3.59,66	_____
7	Stavanger SK J2 jr.	JR	Stavanger SK	4.00,84	_____
8	Sandnes SLK J1 jr.	JR	Sandnes SLK	4.02,79	_____