

Øvelse 1. 50m fri, mixed

Heat 1

| | | | | |
|---|-----------------------------|-----------|--------------------|-------|
| 1 | | | | |
| 2 | Imre Sundet | JR | Sokna IL Svømming | _____ |
| 3 | Angelina Lisovska | 14 | Orkanger IF | _____ |
| 4 | Øystein Steen Hage | JR | Sokna IL Svømming | _____ |
| 5 | Nathalie Fiske-Rønne | 15 | Orkanger IF | _____ |
| 6 | | | | |

Heat 2

| | | | | |
|---|-----------------------------------|-----------|--------------------|-------|
| 1 | Sophia Belsvik Rogne | JR | Orkanger IF | _____ |
| 2 | James Arlo Stout Fabricius | 15 | Orkanger IF | _____ |
| 3 | Johan Selbekk | 15 | Orkanger IF | _____ |
| 4 | Trym Sundet | JR | Sokna IL Svømming | _____ |
| 5 | Theo Eidsli | JR | Sokna IL Svømming | _____ |
| 6 | | | | |

Heat 3

| | | | | |
|---|------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | | | | |
| 2 | Aurora Bach | 16 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 3 | Haihang Liu | 16 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Guy Løfaldli | 16 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Alexander Viggen | 17 | Kattem SK | _____ |
| 6 | | | | |

Heat 4

| | | | | |
|---|-----------------------|----|----------------|-------|
| 1 | Guney Kilinc | 16 | Kattem SK | _____ |
| 2 | Millie Estelle Lybæk | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Ilaria Kari Cherubini | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Lilly Fludal Osland | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Elea Moksnes | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Ellinor Fihl Kvamstad | 16 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 5

| | | | | |
|---|------------------------|----|----------------|-------|
| 1 | Awin Viggen | 15 | Kattem SK | _____ |
| 2 | Frøya Aunaas Hauan | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Noah Kvam Haaheim | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Vilma Granhus Følstad | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Viktor Aleman Sandsund | 15 | Kattem SK | _____ |
| 6 | Amund Haugerø Aagaard | 15 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 6

| | | | | |
|---|--------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Viktoria Hofstad | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Johanna Dolsvåg Frandsen | 15 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 3 | Emil Iversen Myhre | 14 | Malvik IL | _____ |
| 4 | Shiva Sattanathan | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Emine Breivik Wangberg | 15 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 6 | Mira Thorgård | 15 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 7

| | | | | |
|---|----------------------|----|----------------|-------|
| 1 | Ragnhild Fjermestad | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Henrik Sæther Kapfer | 14 | Kattem SK | _____ |

| | | | | |
|---|----------------------------------|----|-----------------------|-------|
| 3 | Edvart Matheo Tårnesvik Kjærstad | 14 | Malvik IL | _____ |
| 4 | Emma Mikkelsen Bakkebø | 14 | Malvik IL | _____ |
| 5 | Lena Stevanovic | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 6 | Nadav Dilshaj | 14 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 8

| | | | | |
|---|----------------------------|----|----------------|-------|
| 1 | Martin Dørum Steen | 14 | Malvik IL | _____ |
| 2 | Fiola Skrødal | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Hedda Thorup Henriksen | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Sigrid Nygård | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Aurora Aarflot Johannessen | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Johan Mattson Leistad | 14 | Malvik IL | _____ |

Heat 9

| | | | | |
|---|------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Sander Kvarving | 14 | Malvik IL | _____ |
| 2 | Hanna Robertsen Burton | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Maya Løkken | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 4 | Igor Kitaev | 14 | Kattem SK | _____ |
| 5 | Tobias Borchsenius | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 6 | Emilie Magnussen | 14 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 10

| | | | | |
|---|-------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Barnaby Lee_Wright | 13 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Alrik Stav | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 3 | Ludvig Daae | 13 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Lileah Hagelien | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 5 | Olea Bakkejord Hjeltnes | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 6 | Helene Bach | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |

Heat 11

| | | | | |
|---|----------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Yuliia Druzsko | 12 | Kattem SK | _____ |
| 2 | Kine Dahlen Berge | 12 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 3 | Adrian Nyborg | 11 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 4 | Emma Setsaas-Jackson | 12 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 5 | Marius Gaup | 12 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Torben Bräuer | 13 | Trondhjems SLK | _____ |

Øvelse 2. 50m bryst, mixed

Heat 1

| | | | | |
|---|-----------------------------------|-----------|--------------------|-------|
| 1 | | | | _____ |
| 2 | Imre Sundet | JR | Sokna IL Svømming | _____ |
| 3 | Sophia Belsvik Rogne | JR | Orkanger IF | _____ |
| 4 | Theo Eidsli | JR | Sokna IL Svømming | _____ |
| 5 | James Arlo Stout Fabricius | 15 | Orkanger IF | _____ |
| 6 | | | | _____ |

Heat 2

| | | | | |
|---|-----------------------------|-----------|--------------------|-------|
| 1 | Nathalie Fiske-Rønne | 15 | Orkanger IF | _____ |
| 2 | Trym Sundet | JR | Sokna IL Svømming | _____ |
| 3 | Johan Selbekk | 15 | Orkanger IF | _____ |
| 4 | Øystein Steen Hage | JR | Sokna IL Svømming | _____ |
| 5 | Angelina Lisovska | 14 | Orkanger IF | _____ |

Heat 3

| | | | | |
|---|-----------------------|----|----------------|-------|
| 1 | Haihang Liu | 16 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Guy Løfaldli | 16 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Ilaria Kari Cherubini | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Guney Kilinc | 16 | Kattem SK | _____ |
| 5 | Ellinor Fihl Kvamstad | 16 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Alexander Viggen | 17 | Kattem SK | _____ |

Heat 4

| | | | | |
|---|------------------------|----|----------------|-------|
| 1 | Frøya Aunaas Hauan | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Viktor Aleman Sandsund | 15 | Kattem SK | _____ |
| 3 | Amund Haugerø Aagaard | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Awin Viggen | 15 | Kattem SK | _____ |
| 5 | Håkon Gaasvik | 15 | Kattem SK | _____ |
| 6 | Vilma Granhus Følstad | 15 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 5

| | | | | |
|---|------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Millie Estelle Lybæk | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Lilly Fludal Osland | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Mira Thorgård | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Emine Breivik Wangberg | 15 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 5 | Elea Moksnes | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Noah Kvam Haaheim | 15 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 6

| | | | | |
|---|--------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Shiva Sattanathan | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Ragnhild Fjermestad | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Lena Stevanovic | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 4 | Henrik Sæther Kapfer | 14 | Kattem SK | _____ |
| 5 | Nadav Dilshaj | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Johanna Dolsvåg Frandsen | 15 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |

Heat 7

| | | | | |
|---|------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Martin Dørum Steen | 14 | Malvik IL | _____ |
| 2 | Tobias Borchsenius | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 3 | Emilie Bjerken | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 4 | Emilie Magnussen | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Hanna Robertsen Burton | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Hedda Thorup Henriksen | 14 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 8

| | | | | |
|---|----------------------------------|----|----------------|-------|
| 1 | Aurora Aarflot Johannessen | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Edvart Matheo Tårnesvik Kjærstad | 14 | Malvik IL | _____ |
| 3 | Torben Bräuer | 13 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Igor Kitaev | 14 | Kattem SK | _____ |
| 5 | Sigrid Nygård | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Fiola Skrødal | 14 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 9

| | | | | |
|---|-------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Helene Bach | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 2 | Barnaby Lee_Wright | 13 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Lileah Hagelien | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 4 | Olea Bakkejord Hjeltnes | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |

| | | | | |
|---|-------------|----|-----------------------|-------|
| 5 | Ludvig Daae | 13 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Alrik Stav | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |

Heat 10

| | | | | |
|---|----------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Marius Gaup | 12 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Kine Dahlen Berge | 12 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 3 | Adrian Nyborg | 11 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 4 | Yuliia Druzhko | 12 | Kattem SK | _____ |
| 5 | Emma Setsaas-Jackson | 12 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 6 | Maya Løkken | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |

Øvelse 3. 25m butterfly, mixed

Heat 1

| | | | | |
|---|-------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | | | | |
| 2 | Olea Bakkejord Hjeltnes | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 3 | Ellinor Fihl Kvamstad | 16 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Alexander Viggen | 17 | Kattem SK | _____ |
| 5 | Viktor Aleman Sandsund | 15 | Kattem SK | _____ |
| 6 | | | | |

Heat 2

| | | | | |
|---|--------------------------|-----------|--------------------|-------|
| 1 | Angelina Lisovska | 14 | Orkanger IF | _____ |
| 2 | Guney Kilinc | 16 | Kattem SK | _____ |
| 3 | Frøya Aunaas Hauan | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Vilma Granhus Følstad | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Guy Løfaldli | 16 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Johan Selbekk | 15 | Orkanger IF | _____ |

Heat 3

| | | | | |
|---|-----------------------|----|----------------|-------|
| 1 | | | | |
| 2 | Amund Haugerø Aagaard | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Noah Kvam Haaheim | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Ilaria Kari Cherubini | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Awin Viggen | 15 | Kattem SK | _____ |
| 6 | Håkon Gaasvik | 15 | Kattem SK | _____ |

Heat 4

| | | | | |
|---|---------------------|----|----------------|-------|
| 1 | Lilly Fludal Osland | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Mira Thorgård | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Nadav Dilshaj | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Martin Dørum Steen | 14 | Malvik IL | _____ |
| 5 | Shiva Sattanathan | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Elea Moksnes | 15 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 5

| | | | | |
|---|----------------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Lena Stevanovic | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 2 | Hedda Thorup Henriksen | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Sigrid Nygård | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Edvart Matheo Tårnesvik Kjørstad | 14 | Malvik IL | _____ |
| 5 | Tobias Borchsenius | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 6 | Ragnhild Fjermestad | 14 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 6

| | | | | |
|---|----------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Aurora Aarflot Johannessen | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Emilie Magnussen | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Lileah Hagelien | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 4 | Torben Bräuer | 13 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Fiola Skrødal | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Hanna Robertsen Burton | 14 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 7

| | | | | |
|---|--------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Ludvig Daae | 13 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Kine Dahlen Berge | 12 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 3 | Adrian Nyborg | 11 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 4 | Marius Gaup | 12 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Helene Bach | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 6 | Barnaby Lee_Wright | 13 | Trondhjems SLK | _____ |

Øvelse 4. 50m rygg, mixed**Heat 1**

| | | | | |
|---|-----------------------------------|-----------|--------------------|-------|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | James Arlo Stout Fabricius | 15 | Orkanger IF | _____ |
| 4 | Nathalie Fiske-Rønne | 15 | Orkanger IF | _____ |
| 5 | Johan Selbekk | 15 | Orkanger IF | _____ |
| 6 | | | | |

Heat 2

| | | | | |
|---|-----------------------------|-----------|--------------------|-------|
| 1 | Sophia Belsvik Rogne | JR | Orkanger IF | _____ |
| 2 | Guy Løfaldi | 16 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Guney Kilinc | 16 | Kattem SK | _____ |
| 4 | Ellinor Fihl Kvamstad | 16 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Alexander Viggen | 17 | Kattem SK | _____ |
| 6 | Angelina Lisovska | 14 | Orkanger IF | _____ |

Heat 3

| | | | | |
|---|-----------------------|----|----------------|-------|
| 1 | Vilma Granhus Følstad | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Awin Viggen | 15 | Kattem SK | _____ |
| 3 | Ilaria Kari Cherubini | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Amund Haugerø Aagaard | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Frøya Aunaas Hauan | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Noah Kvam Haaheim | 15 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 4

| | | | | |
|---|------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Millie Estelle Lybæk | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Lilly Fludal Osland | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Emine Breivik Wangberg | 15 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 4 | Mira Thorgård | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Elea Moksnes | 15 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Viktoria Hofstad | 15 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 5

| | | | | |
|---|------------------------|----|----------------|-------|
| 1 | Emil Iversen Myhre | 14 | Malvik IL | _____ |
| 2 | Ragnhild Fjermestad | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Emma Mikkelsen Bakkebø | 14 | Malvik IL | _____ |

| | | | | |
|---|-------------------|----|-----------------------|-------|
| 4 | Lena Stevanovic | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 5 | Nadav Dilshaj | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Shiva Sattanathan | 15 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 6

| | | | | |
|---|----------------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Hedda Thorup Henriksen | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Martin Dørum Steen | 14 | Malvik IL | _____ |
| 3 | Tobias Borchsenius | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 4 | Sigrid Nygård | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Johan Mattson Leistad | 14 | Malvik IL | _____ |
| 6 | Edvart Matheo Tårnesvik Kjærstad | 14 | Malvik IL | _____ |

Heat 7

| | | | | |
|---|----------------------------|----|----------------|-------|
| 1 | Hanna Robertsen Burton | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Sander Kvarving | 14 | Malvik IL | _____ |
| 3 | Igor Kitaev | 14 | Kattem SK | _____ |
| 4 | Emilie Magnussen | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Fiola Skrødal | 14 | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | Aurora Aarflot Johannessen | 14 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 8

| | | | | |
|---|-------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Lileah Hagelien | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 2 | Barnaby Lee_Wright | 13 | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Olea Bakkejord Hjeltnes | 14 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 4 | Ludvig Daae | 13 | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Helene Bach | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 6 | Torben Bräuer | 13 | Trondhjems SLK | _____ |

Heat 9

| | | | | |
|---|----------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Marius Gaup | 12 | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Kine Dahlen Berge | 12 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 3 | Adrian Nyborg | 11 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 4 | Yuliia Druzhko | 12 | Kattem SK | _____ |
| 5 | Emma Setsaas-Jackson | 12 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 6 | Alrik Stav | 13 | Vestbyen IL Trondheim | _____ |

Øvelse 5. 4*25m fri, mixed

Heat 1

| | | | | |
|---|----------------------------------|-----------|-----------------------|-------|
| 1 | | | | _____ |
| 2 | Vestbyen Trondh Mix 3 jr. | JR | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 3 | Trondhjems SLK Mix 6 jr. | JR | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Trondhjems SLK Mix 5 jr. | JR | Trondhjems SLK | _____ |
| 5 | Orkanger IF rekrutt Mix 1 | JR | Orkanger IF | _____ |
| 6 | | | | _____ |

Heat 2

| | | | | |
|---|---------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Vestbyen Trondh Mix 2 jr. | JR | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 2 | Trondhjems SLK Mix 4 jr. | JR | Trondhjems SLK | _____ |
| 3 | Trondhjems SLK Mix 3 jr. | JR | Trondhjems SLK | _____ |
| 4 | Kattem SK Mix 2 jr. | JR | Kattem SK | _____ |
| 5 | Malvik IL mix 2 jr. | JR | Malvik IL | _____ |
| 6 | | | | _____ |

Heat 3

| | | | | |
|---|---------------------------|----|-----------------------|-------|
| 1 | Trondhjems SLK Mix 1 jr. | JR | Trondhjems SLK | _____ |
| 2 | Malvik IL Mix 1 jr. | JR | Malvik IL | _____ |
| 3 | Kattem SK Mix 1 jr. | JR | Kattem SK | _____ |
| 4 | Vestbyen Trondh Mix 1 jr. | JR | Vestbyen IL Trondheim | _____ |
| 5 | Trondhjems SLK Mix 2 jr. | JR | Trondhjems SLK | _____ |
| 6 | | | | |