

Veiledende tidsskjema

Søndag 1. februar 2026 kl. 10.00

Øvelse 16. 400m fri, damer	10.00
Øvelse 17. 400m fri, herrer	10.49
Øvelse 18. 100m individuell medley, damer	11.19
Øvelse 19. 100m individuell medley, herrer	11.32
Øvelse 20. 50m rygg, damer	11.46
Øvelse 21. 50m rygg, herrer	11.56
Øvelse 22. 100m rygg, damer	11.59
Øvelse 23. 100m rygg, herrer	12.08
Slutt	12.17

Søndag 1. februar 2026 kl. 13.30

Øvelse 24. 4*50m fri, damer	13.30
Øvelse 25. 4*50m fri, herrer	13.40
Øvelse 26. 200m bryst, damer	13.46
Øvelse 27. 200m bryst, herrer	14.09
Øvelse 28. 50m fri, damer	14.23
Øvelse 29. 50m fri, herrer	14.34
Øvelse 30. 200m individuell medley, damer	14.44
Øvelse 31. 200m individuell medley, herrer	15.01
Slutt	15.18

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 16. 400m fri, damer**Heat 1 - Kl 10.00.00**

1				
2	Sesina Samson	2013	Triton Lillestrøm	
3	Anine Ingvaldsen	2013	Triton Lillestrøm	8.01,50
4	Eirah Folkvord Hansen	2014	Ullensakersvømmerne	7.18,29
5	Ingrid Elvira Theodorsen Hagane	2014	Ullensakersvømmerne	7.22,37
6	Ane Lia	2014	Triton Lillestrøm	8.08,51
7	Elida Marielle Holte	2014	Gjøvik SK	
8				

Heat 2 - Kl 10.08.36

1				
2	Ida Svenningsen	2013	Lørenskog/Rælingen	7.10,53
3	Yorsalem Yonas	2013	Ullensakersvømmerne	7.06,75
4	Nora Rake	2014	Lørenskog/Rælingen	6.52,90
5	Sara Kidane	2013	Triton Lillestrøm	7.01,85
6	Josefine Røhne	2013	Elverum Svømming	7.08,10
7	Linnéa Klute Fredriksen	2014	Ullensakersvømmerne	7.12,13
8				

Heat 3 - Kl 10.16.16

1				
2	Charlotte Strømseth	2013	Lørenskog/Rælingen	6.45,85
3	Biranavi Partheeban	2013	Lørenskog/Rælingen	6.30,33
4	Elsa Lescure-Alcacer	2013	Lørenskog/Rælingen	6.23,68
5	Elise Gøransson	2013	Elverum Svømming	6.24,24
6	Olivia Skulstad	2014	Lørenskog/Rælingen	6.45,62
7	Sofia Sara Aali	2012	Håbrann SK	6.48,40
8				

Heat 4 - Kl 10.23.32

1				
2	Ingunn Sigmundsdatter Voll	2012	Lørenskog/Rælingen	6.18,09
3	Frida Hansen	2014	Lørenskog/Rælingen	6.10,51
4	Selma Teigen Kjærstad	2013	Ullensakersvømmerne	6.08,04
5	Lykke Adele Drehn Sneen	2013	Ullensakersvømmerne	6.08,57
6	Molly Eline Nerbråten	2013	Ullensakersvømmerne	6.14,66
7	Anna Sundli Risan	2014	Lørenskog/Rælingen	6.20,77
8				

Heat 5 - Kl 10.30.20

1				
2	Izabela Nikolova	2013	Triton Lillestrøm	6.07,54
3	Ristiinna Bøen-Oskal	2012	Gjøvik SK	6.02,30
4	Johanne Theodora Eilerås	2012	Ullensakersvømmerne	5.41,80
5	Celine Solstad	2013	Håbrann SK	5.52,76
6	Seren Norman-Haavi	2013	Gjøvik SK	6.02,88
7	Julie Pedersen	2013	Gjøvik SK	6.07,95
8				

Heat 6 - Kl 10.36.55

1				
2	Emily Carolyn Hockman	2012 Ullensakersvømmerne	5.39,21	
3	Astrid Theodorsen Hagane	2012 Ullensakersvømmerne	5.32,27	
4	Emilie Holmen Prytz	2009 Lørenskog/Rælingen	5.27,22	
5	Alma Sjølivangen Skavhaug	2013 Ullensakersvømmerne	5.32,15	
6	Malin Nygård	2012 Ullensakersvømmerne	5.35,45	
7	Vera Elida Edvartsen	2013 Lørenskog/Rælingen	5.40,56	
8				

Heat 7 - Kl 10.43.03

1				
2	Olivia Wyrwinska	2010 Håbrann SK	5.23,09	
3	Mathilde Sofie Eriksen Fosshaug	2011 Ullensakersvømmerne	5.15,94	
4	Naomi Johnsen	2011 Ullensakersvømmerne	4.44,97	
5	Sofija Daske	2012 Ullensakersvømmerne	5.13,78	
6	Anna Wyrwinska	2012 Håbrann SK	5.18,98	
7	Alexandra Victoria Kubik	2013 Lørenskog/Rælingen	5.27,17	
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 17. 400m fri, herrer**Heat 1 - Kl 10.49.00**

1				
2				
3	Leander Lisbakken Carlsen	2011 Nannestad IL		
4	Edwin Brunsæl Medvik	2013 Triton Lillestrøm		
5	Jack Raaum Thomassen	2014 Triton Lillestrøm		
6				
7				
8				

Heat 2 - Kl 10.57.18

1				
2	Joel Korsæth	2014 Lørenskog/Rælingen		
3	Liam Betin	2014 Triton Lillestrøm	7.50,00	
4	Theo Aleksander Myrén Holmen	2013 Triton Lillestrøm	6.15,69	
5	Natnael Yared	2012 Triton Lillestrøm	7.20,00	
6	Brage Kvåle	2013 Triton Lillestrøm		
7	Andrej Tyurenkov	2010 Kongsvinger SK		
8				

Heat 3 - Kl 11.05.36

1				
2	Volodymyr Serikov	2014 Lørenskog/Rælingen	6.01,06	
3	Mathias Pedersen Aksdal	2011 Ullensakersvømmerne	5.57,87	
4	Toma Johnsen	2013 Ullensakersvømmerne	5.38,37	
5	Lucas Tønsberg Nilsen	2012 Ullensakersvømmerne	5.51,01	
6	Erlend Wexels Riser Mathisen	2012 Ullensakersvømmerne	6.00,47	
7	Adam Reiad Torky	2012 Nannestad IL	6.08,90	
8				

Heat 4 - Kl 11.12.12

1				
2	Even Andreas Gåsbakk	2010 Håbrann SK	5.31,53	
3	Angelo Garcia	2012 Håbrann SK	4.43,83	
4	William Hagen	2010 Ullensakersvømmerne	4.30,77	
5	Sander Nygård	2010 Ullensakersvømmerne	4.31,71	
6	Jonas Alkvist Bråten	2011 Ullensakersvømmerne	5.03,47	
7	Peder Løvgaard Faksvåg	2012 Ullensakersvømmerne	5.34,18	
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 18. 100m individuell medley, damer**Heat 1 - Kl 11.19.00**

1				
2				
3	Sigrid Sofie Larsen	2013 Triton Lillestrøm		
4	Alexandra Søfferud Helland	2016 Triton Lillestrøm		
5	Yasmin Farrukh Munir	2015 Triton Lillestrøm		
6				
7				
8				

Heat 2 - Kl 11.21.51

1				
2	Amelia Flaten Førland	2016 Lørenskog/Rælingen		
3	Ana Maria Ermil	2012 Eidsvoll SK		
4	Kajsa Vermeli-Nilsen	2014 Eidsvoll SK	2.23,72	
5	Svea Haavaldsen	2014 Triton Lillestrøm		
6	Varnavi Partheeban	2016 Lørenskog/Rælingen		
7				
8				

Heat 3 - Kl 11.24.42

1				
2	Ada Göransson	2016 Elverum Svømming	2.00,40	
3	Ivona Trajkov	2012 Lørenskog/Rælingen	1.58,06	
4	Kristine Skeie Furuseth	2016 Ullensakersvømmerne	1.54,70	
5	Louise Teigen Kjærstad	2015 Ullensakersvømmerne	1.57,47	
6	Vilde Kronstad Murud	2016 Ullensakersvømmerne	2.00,03	
7	Jana Sandström-Sukara	2016 Lørenskog/Rælingen	2.05,09	
8				

Heat 4 - Kl 11.27.15

1				
2	Eva Johnsrud Svaar	2015 Skedsmo SK	1.47,73	
3	Alida Hanstvedt Hjertaker	2015 Ullensakersvømmerne	1.40,42	
4	Avang Moghdam	2013 Ullensakersvømmerne	1.30,61	
5	Adanna Njeri Kinyanjui	2013 Nannestad IL	1.31,42	
6	Eirah Folkvord Hansen	2014 Ullensakersvømmerne	1.47,49	
7	Pola Wierzbicka	2016 Triton Lillestrøm	1.50,71	
8				

Heat 5 - Kl 11.29.33

1				
2	Vera Elida Edvartsen	2013 Lørenskog/Rælingen	1.26,68	
3	Erle Gautesdatter Evdsten	2013 Håbrann SK	1.19,14	
4	Mille Solli Ask	2011 Ullensakersvømmerne	1.12,18	
5	Deliise Narusbek	2010 Elverum Svømming	1.13,37	
6	Elisa Bakkebråten Rasen	2007 Ullensakersvømmerne	1.21,45	
7	Emma Marie Rom	2011 Eidsvoll SK	1.29,38	
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 19. 100m individuell medley, herrer**Heat 1 - Kl 11.32.00**

1				
2	Simen Narusbek	2016 Elverum Svømming		
3	Elias Salagubovas	2012 Eidsvoll SK		
4	André Cirkovic Simensen	2015 Triton Lillestrøm		
5	Haakon Fremstad	2015 Triton Lillestrøm		
6	Matheo Semb Riise	2011 Eidsvoll SK		
7				
8				

Heat 2 - Kl 11.35.38

1				
2	Lars Magnus Eide	2016 Elverum Svømming		
3	Oscar Iori	2016 Håbrann SK		
4	Sverre Finnean van Geest	2011 Nannestad IL		
5	Olai Hagejordet-Bjorgan	2015 Triton Lillestrøm		
6	Kasper Sæther	2015 Ringerike SK		
7	Ole Litleré Rydgren	2012 Elverum Svømming		
8				

Heat 3 - Kl 11.39.16

1				
2	Luka Trajkov	2016 Lørenskog/Rælingen	2.42,48	
3	Elias Alexander halle Kaboneza	2016 Håbrann SK	2.18,05	
4	Sindre Nygård	2015 Ullensakersvømmerne	1.38,82	
5	Timofi Bezrukov	2012 Håbrann SK	1.43,27	
6	Kristoffer Vermeli-Nilsen	2014 Eidsvoll SK	2.19,61	
7	Kornelius Smeby-Ryen	SM7-2012 Kongsvinger SK	3.10,07	266.5%
8				

Heat 4 - Kl 11.42.54

1				
2	Kornel Macias	2011 Nannestad IL	1.34,18	
3	Matteo Alessandro Skrutvo Iori	2013 Håbrann SK	1.23,32	
4	Nikita Bezrukov	2009 Håbrann SK	1.06,32	
5	Lucas August H. Kaboneza	2013 Håbrann SK	1.20,65	
6	Ole-Jacob Ødegård Øines	2012 Nannestad IL	1.31,63	
7	Markus Gundersen	2011 Ullensakersvømmerne	1.38,81	
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 20. 50m rygg, damer**Heat 1 - Kl 11.46.00**

1			
2			
3	Derin Zaman-Ali	2015 Ullensakersvømmerne	
4	Frida Marie Halle Bach	2017 Håbrann SK	
5	Sigrid Sofie Larsen	2013 Triton Lillestrøm	
6			
7			
8			

Heat 2 - Kl 11.47.46

1			
2	Sophia Breivik	2016 Håbrann SK	
3	Emilie Breen	2016 Ullensakersvømmerne	
4	Ada von Mach	2014 Håbrann SK	
5	Christa Erica Donatino	2014 Eidsvoll SK	
6	Eldana Yonas	2014 Ullensakersvømmerne	
7			
8			

Heat 3 - Kl 11.49.32

1			
2	Andrine Mari Vogt-Ulriksen	2015 Ullensakersvømmerne	
3	Alexandra Søfferud Helland	2016 Triton Lillestrøm	
4	Leah Dahlak-Tekle	2016 Ullensakersvømmerne	1.01,15
5	Gaella Blessing Kwizera	2015 Ullensakersvømmerne	1.03,08
6	Svea Haavaldsen	2014 Triton Lillestrøm	
7	Kajsa Vermeli-Nilsen	2014 Eidsvoll SK	
8			

Heat 4 - Kl 11.51.18

1			
2	Eva Johnsrud Svaar	2015 Skedsmo SK	51,73
3	Nora Rake	2014 Lørenskog/Rælingen	47,24
4	Lucie Emilie Weflen Wold	2013 Ullensakersvømmerne	44,07
5	Pola Wierzbicka	2016 Triton Lillestrøm	47,21
6	Charlotte Strømseth	2013 Lørenskog/Rælingen	47,39
7	Anouk H Haugen	2016 Lørenskog/Rælingen	1.00,03
8			

Heat 5 - Kl 11.53.01

1			
2	Ingunn Sigmundsdatter Voll	2012 Lørenskog/Rælingen	43,83
3	Sofia Sara Aali	2012 Håbrann SK	43,25
4	Elsa Lescure-Alcacer	2013 Lørenskog/Rælingen	41,75
5	Sara Hamnes Grønningen	2012 Ullensakersvømmerne	43,17
6	Ida Svenningsen	2013 Lørenskog/Rælingen	43,79
7	Anna Sundli Risan	2014 Lørenskog/Rælingen	43,88
8			

Heat 6 - Kl 11.54.27

1				
2	Alexandra Victoria Kubik	2013	Lørenskog/Rælingen	37,97
3	Hannah Ravn	2012	Lørenskog/Rælingen	37,54
4	Anna Wyrwinska	2012	Håbrann SK	35,50
5	Ingrid Houmb	2014	Elverum Svømming	36,97
6	Ingrid Ruud Tednes	2013	Lørenskog/Rælingen	37,74
7	Ristiinna Bøen-Oskal	2012	Gjøvik SK	39,43
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 21. 50m rygg, herrer**Heat 1 - Kl 11.56.00**

1				
2	Denis Christian Mocanu	2013	Nannestad IL	
3	Kasper Sæther	2015	Ringerike SK	
4	Erlend Langfjord	2012	Nannestad IL	
5	Sverre Finnean van Geest	2011	Nannestad IL	
6	Oscar Iori	2016	Håbrann SK	
7				
8				

Heat 2 - Kl 11.57.25

1				
2	Viktor Reinåmo Akselsen	2013	Ullensakersvømmerne	42,14
3	Tobias Ravnberg Sætre	2009	Elverum Svømming	36,75
4	Ailo Bekkeli Normann	2010	Ullensakersvømmerne	31,19
5	Angelo Garcia	2012	Håbrann SK	31,28
6	Lucas August H. Kaboneza	2013	Håbrann SK	38,84
7	Jonas Torky	2017	Nannestad IL	
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 22. 100m rygg, damer**Heat 1 - Kl 11.59.00**

1				
2				
3	Yasmin Farrukh Munir	2015	Triton Lillestrøm	
4	Varnavi Partheeban	2016	Lørenskog/Rælingen	2.17,87
5	Ivona Trajkov	2012	Lørenskog/Rælingen	
6				
7				
8				

Heat 2 - Kl 12.02.00

1				
2	Amelia Flaten Førland	2016	Lørenskog/Rælingen	2.08,85
3	Ada Gøransson	2016	Elverum Svømming	2.04,39
4	Olivia Skulstad	2014	Lørenskog/Rælingen	1.46,30
5	Eva Johnsrud Svaar	2015	Skedsmo SK	1.50,58
6	Jana Sandström-Sukara	2016	Lørenskog/Rælingen	2.06,85
7				
8				

Heat 3 - Kl 12.04.51

1				
2	Erle Gautesdatter Evdsten	2013 Håbrann SK	1.31,42	
3	Ingrid Houmb	2014 Elverum Svømming	1.30,08	
4	Anna Wyrwinska	2012 Håbrann SK	1.18,05	
5	Alva Bakkebråten Rasen	2012 Ullensakersvømmerne	1.22,98	
6	Seren Norman-Haavi	2013 Gjøvik SK	1.30,32	
7	Alida Hanstvedt Hjertaker	2015 Ullensakersvømmerne	1.37,85	
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 23. 100m rygg, herrer

Heat 1 - Kl 12.08.00

1				
2	Mohamed Yassine Abroud	2012 Ullensakersvømmerne		
3	André Cirkovic Simensen	2015 Triton Lillestrøm		
4	Haakon Fremstad	2015 Triton Lillestrøm		
5	Luka Trajkov	2016 Lørenskog/Rælingen		
6	Elias Alexander halle Kaboneza	2016 Håbrann SK		
7	Liam Betin	2014 Triton Lillestrøm		
8				

Heat 2 - Kl 12.11.18

1				
2	Olai Hagejordet-Bjørgan	2015 Triton Lillestrøm		
3	Simen Narusbek	2016 Elverum Svømming	1.55,73	
4	Toma Johnsen	2013 Ullensakersvømmerne	1.36,43	
5	Jack Raaum Thomassen	2014 Triton Lillestrøm	1.51,59	
6	Kornelius Smeby-Ryen	S7-2012 Kongsvinger SK	2.35,77	230.43%
7	Benjamin Rom	2015 Eidsvoll SK		
8				

Heat 3 - Kl 12.14.36

1				
2	Eliam Ace Bjerkøe	2011 Nannestad IL	1.30,71	
3	Matteo Alessandro Skrutvo Iori	2013 Håbrann SK	1.23,34	
4	Nikita Bezrukov	2009 Håbrann SK	1.03,59	
5	Olve Valseth Buvarp	2011 Ullensakersvømmerne	1.08,97	
6	Even Andreas Gåsbakk	2010 Håbrann SK	1.28,52	
7	Viktor Reinåmo Akselsen	2013 Ullensakersvømmerne	1.34,16	
8				

PAUSE

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 24. 4*50m fri, damer

Heat 1 - Kl 13.30.00

1				
2	Løren/Rælingen J5 sr.	SR Lørenskog/Rælingen	3.19,28	
3	Eidsvoll SK J1 sr.	SR Eidsvoll SK	2.50,30	
4	Løren/Rælingen J4 sr.	SR Lørenskog/Rælingen	2.37,09	
5	Ullensakersv J8 sr.	SR Ullensakersvømmerne	2.45,69	
6	Ullensakersv J9 sr.	SR Ullensakersvømmerne	3.13,10	
7				
8				

Heat 2 - Kl 13.33.47

1				
2	Løren/Rælingen J3 sr.	SR Lørenskog/Rælingen	2.18,71	
3	Elverum IL J1 sr.	SR Elverum Svømming	2.16,03	
4	Løren/Rælingen J2 sr.	SR Lørenskog/Rælingen	2.12,40	
5	Ullensakersv J5 sr.	SR Ullensakersvømmerne	2.14,44	
6	Ullensakersv J6 sr.	SR Ullensakersvømmerne	2.18,36	
7	Ullensakersv J7 sr.	SR Ullensakersvømmerne	2.31,07	
8				

Heat 3 - Kl 13.36.46

1				
2	Ullensakersv J4 sr.	SR Ullensakersvømmerne	2.07,40	
3	Ullensakersv J3 sr.	SR Ullensakersvømmerne	2.05,16	
4	Ullensakersv J1 sr.	SR Ullensakersvømmerne	1.56,32	
5	Ullensakersv J2 sr.	SR Ullensakersvømmerne	2.03,62	
6	Løren/Rælingen J1 sr.	SR Lørenskog/Rælingen	2.06,18	
7	Håbrann SK J1 sr.	SR Håbrann SK	2.09,19	
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 25. 4*50m fri, herrer**Heat 1 - Kl 13.40.00**

1				
2	Ullensakersv G4 sr.	SR Ullensakersvømmerne	2.25,05	
3	Elverum IL G1 sr.	SR Elverum Svømming	2.19,66	
4	Ullensakersv G3 sr.	SR Ullensakersvømmerne	2.15,64	
5	Håbrann SK G2 sr.	SR Håbrann SK	2.19,27	
6	Eidsvoll SK G1 sr.	SR Eidsvoll SK	2.22,94	
7	Elverum IL G2 sr.	SR Elverum Svømming		
8				

Heat 2 - Kl 13.42.53

1				
2	Ullensakersv G2 sr.	SR Ullensakersvømmerne	2.03,02	
3	Håbrann SK G1 sr.	SR Håbrann SK	1.52,90	
4	Ski SK G1 sr.	SR Ski SK	1.44,37	
5	Ullensakersv G1 sr.	SR Ullensakersvømmerne	1.47,75	
6	Gjelleråsen IF G1 sr.	SR Gjelleråsen IF	2.00,00	
7	Nannestad IL G1 jr.	JR Nannestad IL	2.10,44	
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 26. 200m bryst, damer**Heat 1 - Kl 13.46.00**

1				
2				
3	Pola Wierzbicka	2016 Triton Lillestrøm		
4	Ada von Mach	2014 Håbrann SK		
5	Victoria Yared	2014 Triton Lillestrøm		
6				
7				
8				

Heat 2 - Kl 13.50.50

1				
2	Agnes Egenæss Eide	2014 Skedsmo SK		
3	Ane Lia	2014 Triton Lillestrøm	4.22,90	
4	Josefine Røhne	2013 Elverum Svømming	4.13,35	
5	Sara Kidane	2013 Triton Lillestrøm	4.20,59	
6	Sigrid Sofie Larsen	2013 Triton Lillestrøm		
7				
8				

Heat 3 - Kl 13.55.40

1				
2	Sofia Sara Aali	2012 Håbrann SK	4.06,59	
3	Lykke Adele Drehn Sneen	2013 Ullensakersvømmerne	3.55,13	
4	Sara Hamnes Grønningen	2012 Ullensakersvømmerne	3.54,43	
5	Molly Eline Nerbråten	2013 Ullensakersvømmerne	3.54,89	
6	Elise Gøransson	2013 Elverum Svømming	3.59,11	
7	Lilly Siem Grønfooss	2012 Ski SK	4.10,27	
8				

Heat 4 - Kl 14.00.18

1				
2	Selma Teigen Kjærstad	2013 Ullensakersvømmerne	3.46,52	
3	Filippa Isabel Walløe	2013 Asker SK	3.39,09	
4	Izabela Nikolova	2013 Triton Lillestrøm	3.29,77	
5	Celine Solstad	2013 Håbrann SK	3.33,08	
6	Ingunn Sigmundsdatter Voll	2012 Lørenskog/Rælingen	3.40,04	
7	Avang Moghdam	2013 Ullensakersvømmerne	3.47,82	
8				

Heat 5 - Kl 14.04.33

1				
2	Biranavi Partheeban	2013 Lørenskog/Rælingen	3.16,87	
3	Sofija Daske	2012 Ullensakersvømmerne	3.11,84	
4	Naomi Johnsen	2011 Ullensakersvømmerne	2.47,38	
5	Olivia Wyrwinska	2010 Håbrann SK	3.09,68	
6	Hannah Ravn	2012 Lørenskog/Rælingen	3.13,24	
7	Thea Holmen Prytz	2009 Lørenskog/Rælingen	3.29,75	
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 27. 200m bryst, herrer**Heat 1 - Kl 14.09.00**

1				
2	Joel Korsæth	2014 Lørenskog/Rælingen		
3	Timofi Bezrukov	2012 Håbrann SK		
4	Theo Aleksander Myrén Holmen	2013 Triton Lillestrøm		
5	Markus Gundersen	2011 Ullensakersvømmerne		
6	Edwin Brunsæl Medvik	2013 Triton Lillestrøm		
7				
8				

Heat 2 - Kl 14.13.39

1				
2	Anton Erofeev	2011	Kongsvinger SK	
3	Brage Kvåle	2013	Triton Lillestrøm	
4	Liam Svang Johansen	2012	Ullensakersvømmerne	3.59,38
5	Magnus Vaitkus	2014	Bjørkelangen SF	4.11,16
6	Charlie Johannes Hell Bjørnmelen	2013	Ullensakersvømmerne	
7	Jørgen Egenæss Eide	2012	Skedsmo SK	
8				

Heat 3 - Kl 14.18.18

1				
2	Natnael Yared	2012	Triton Lillestrøm	3.40,00
3	Jonas Wenli	2011	Nannestad IL	3.11,94
4	Nathan Olav Kaboneza	2012	Håbrann SK	2.54,09
5	Ailo Bekkeli Normann	2010	Ullensakersvømmerne	3.01,44
6	Erlend Wexels Riser Mathisen	2012	Ullensakersvømmerne	3.34,50
7	Mikael Otterstad	2012	Elverum Svømming	3.47,07
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 28. 50m fri, damer**Heat 1 - Kl 14.23.00**

1				
2				
3	Ada von Mach	2014	Håbrann SK	
4	Helene Furuseth Løe	2008	Ullensakersvømmerne	
5	Sophia Breivik	2016	Håbrann SK	
6				
7				
8				

Heat 2 - Kl 14.24.29

1				
2	Emilie Breen	2016	Ullensakersvømmerne	
3	Eldana Yonas	2014	Ullensakersvømmerne	
4	Anouk H Haugen	2016	Lørenskog/Rælingen	
5	Leah Tanggaard	2015	Nannestad IL	
6	Derin Zaman-Ali	2015	Ullensakersvømmerne	
7				
8				

Heat 3 - Kl 14.25.58

1				
2	Frida Marie Halle Bach	2017	Håbrann SK	
3	Christa Erica Donatino	2014	Eidsvoll SK	53,00
4	Mina Synnøve Bergstrøm	2014	Eidsvoll SK	51,70
5	Kristine Skeie Furuseth	2016	Ullensakersvømmerne	52,16
6	Amelia Flaten Førland	2016	Lørenskog/Rælingen	1.01,06
7	Andrine Mari Vogt-Ulriksen	2015	Ullensakersvømmerne	
8				

Heat 4 - Kl 14.27.27

1				
2	Varnavi Partheeban	2016 Lørenskog/Rælingen	48,92	
3	Vilde Kronstad Murud	2016 Ullensakersvømmerne	45,97	
4	Louise Teigen Kjærstad	2015 Ullensakersvømmerne	44,72	
5	Ada Gøransson	2016 Elverum Svømming	45,53	
6	Jana Sandström-Sukara	2016 Lørenskog/Rælingen	47,66	
7	Leah Dahlak-Tekle	2016 Ullensakersvømmerne	50,25	
8				

Heat 5 - Kl 14.28.45

1				
2	Gaella Blessing Kwizera	2015 Ullensakersvømmerne	43,29	
3	Ivona Trajkov	2012 Lørenskog/Rælingen	40,05	
4	Ana Maria Ermil	2012 Eidsvoll SK	39,22	
5	Ida Svenningsen	2013 Lørenskog/Rælingen	39,97	
6	Charlotte Strømseth	2013 Lørenskog/Rælingen	41,64	
7	Sesina Samson	2013 Triton Lillestrøm	44,48	
8				

Heat 6 - Kl 14.29.57

1				
2	Emma Marie Rom	2011 Eidsvoll SK	37,93	
3	Anna Sundli Risan	2014 Lørenskog/Rælingen	35,90	
4	Frida Hansen	2014 Lørenskog/Rælingen	34,59	
5	Olivia Skulstad	2014 Lørenskog/Rælingen	34,76	
6	Lilly Siem Grønfooss	2012 Ski SK	37,10	
7	Nora Rake	2014 Lørenskog/Rælingen	39,08	
8				

Heat 7 - Kl 14.31.04

1				
2	Adanna Njeri Kinyanjui	2013 Nannestad IL	33,18	
3	Emilie Holmen Prytz	2009 Lørenskog/Rælingen	33,11	
4	Astrid Theodorsen Hagane	2012 Ullensakersvømmerne	32,18	
5	Thea Holmen Prytz	2009 Lørenskog/Rælingen	32,85	
6	Leonora Kristin Söderholm	2011 Lørenskog/Rælingen	33,11	
7	Lucie Emilie Weflen Wold	2013 Ullensakersvømmerne	33,58	
8				

Heat 8 - Kl 14.32.05

1				
2	Elmira Sørensen	2010 Ullensakersvømmerne	30,93	
3	Marion Reinåmo Akselsen	2011 Ullensakersvømmerne	30,31	
4	Mille Solli Ask	2011 Ullensakersvømmerne	28,98	
5	Linnea Bakke Sørensen	2008 Ski SK	30,23	
6	Elisa Bakkebråten Rasen	2007 Ullensakersvømmerne	30,91	
7	Alexandra Victoria Kubik	2013 Lørenskog/Rælingen	31,10	
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 29. 50m fri, herrer**Heat 1 - Kl 14.34.00**

1			
2			
3	Denis Christian Mocanu	2013 Nannestad IL	
4	Elias Salagubovas	2012 Eidsvoll SK	
5	Jonas Torky	2017 Nannestad IL	
6			
7			
8			

Heat 2 - Kl 14.35.30

1			
2			
3	Charlie Johannes Hell Bjørnmelen	2013 Ullensakersvømmerne	
4	Luka Trajkov	2016 Lørenskog/Rælingen	1.02,04
5	Viljar Bjelkarøy	2009 Ullensakersvømmerne	
6	Erlend Langfjord	2012 Nannestad IL	
7			
8			

Heat 3 - Kl 14.37.00

1			
2	Kristoffer Vermeli-Nilsen	2014 Eidsvoll SK	54,76
3	Oscar Iori	2016 Håbrann SK	48,45
4	Albert Warwas-Skwarska	2014 Ringerike SK	42,08
5	Simen Narusbek	2016 Elverum Svømming	45,06
6	Elias Alexander halle Kaboneza	2016 Håbrann SK	51,87
7	Kasper Sæther	2015 Ringerike SK	56,39
8			

Heat 4 - Kl 14.38.24

1			
2	Mohamed Yassine Abroud	2012 Ullensakersvømmerne	40,66
3	Mikael Otterstad	2012 Elverum Svømming	36,58
4	Sindre Nygård	2015 Ullensakersvømmerne	35,78
5	Eliam Ace Bjerkøe	2011 Nannestad IL	36,50
6	Magnus Vaitkus	2014 Bjørkelangen SF	37,84
7	Brian Johansen Bergstedt	2012 Eidsvoll SK	41,60
8			

Heat 5 - Kl 14.39.33

1			
2	Nazar Musiienko	2012 Gjelleråsen IF	34,16
3	Volodymyr Serikov	2014 Lørenskog/Rælingen	34,09
4	Benjamin Rom	2015 Eidsvoll SK	33,36
5	Leander Lisbakken Carlsen	2011 Nannestad IL	33,42
6	Ole Kristian Lyngra Lund	2010 Gjelleråsen IF	34,12
7	Sigurd Bendigtsen	2010 Ullensakersvømmerne	35,05
8			

Heat 6 - Kl 14.40.36

1				
2	Lucas Tønsberg Nilsen	2012	Ullensakersvømmerne	33,22
3	Kornel Macias	2011	Nannestad IL	31,44
4	Leonid Pospelov	2012	Gjelleråsen IF	31,15
5	Matheo Semb Riise	2011	Eidsvoll SK	31,39
6	Ole-Jacob Ødegård Øines	2012	Nannestad IL	33,17
7	Sverre Finnean van Geest	2011	Nannestad IL	33,29
8				

Heat 7 - Kl 14.41.37

1				
2	Lucas August H. Kaboneza	2013	Håbrann SK	30,83
3	Sebastian Nesse Øverbye	2009	Ski SK	30,25
4	Angelo Garcia	2012	Håbrann SK	28,95
5	Sander Brennhovd Thomassen	2010	Gjelleråsen IF	29,95
6	Jonas Alkvist Bråten	2011	Ullensakersvømmerne	30,38
7	Matheo Kristoffersen Langøen	2011	Gjelleråsen IF	30,98
8				

Heat 8 - Kl 14.42.35

1				
2	Jonas Bø	2008	Ski SK	27,27
3	Nikita Bezrukov	2009	Håbrann SK	26,16
4	Mikkel de Flon Stokke	2008	Ski SK	25,47
5	Einar Sven Lundman-Stridkvist	2010	Ski SK	26,00
6	Sander Nygård	2010	Ullensakersvømmerne	26,86
7	Alfred Singstad	2009	Gjelleråsen IF	28,59
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 30. 200m individuell medley, damer**Heat 1 - Kl 14.44.00**

1				
2	Agnes Egenæss Eide	2014	Skedsmo SK	
3	Victoria Yared	2014	Triton Lillestrøm	4.42,70
4	Ane Lia	2014	Triton Lillestrøm	4.04,17
5	Yorsalem Yonas	2013	Ullensakersvømmerne	4.11,73
6	Sesina Samson	2013	Triton Lillestrøm	
7	Elida Marielle Holte	2014	Gjøvik SK	
8				

Heat 2 - Kl 14.49.10

1				
2	Josefine Røhne	2013	Elverum Svømming	4.00,26
3	Julie Pedersen	2013	Gjøvik SK	3.22,88
4	Izabela Nikolova	2013	Triton Lillestrøm	3.20,63
5	Angelica Lisbakken Carlsen	2010	Nannestad IL	3.22,13
6	Linnéa Klute Fredriksen	2014	Ullensakersvømmerne	3.59,58
7	Ingrid Elvira Theodorsen Hagane	2014	Ullensakersvømmerne	4.01,54
8				

Heat 3 - Kl 14.53.39

1				
2	Seren Norman-Haavi	2013 Gjøvik SK	3.14,42	
3	Frida Hansen	2014 Lørenskog/Rælingen	3.11,00	
4	Malin Nygård	2012 Ullensakersvømmerne	3.08,13	
5	Emily Carolyn Hockman	2012 Ullensakersvømmerne	3.10,35	
6	Alma Sjølivangen Skavhaug	2013 Ullensakersvømmerne	3.13,61	
7	Johanne Theodora Eilerås	2012 Ullensakersvømmerne	3.14,74	
8				

Heat 4 - Kl 14.57.21

1				
2	Marion Reinåmo Akselsen	2011 Ullensakersvømmerne	2.56,38	
3	Erle Gautesdatter Evdsten	2013 Håbrann SK	2.50,85	
4	Deliise Narusbek	2010 Elverum Svømming	2.43,29	
5	Mathilde Sofie Eriksen Fosshaug	2011 Ullensakersvømmerne	2.49,67	
6	Olivia Wyrwinska	2010 Håbrann SK	2.52,12	
7	Ingrid Ruud Tednes	2013 Lørenskog/Rælingen	2.57,14	
8				

01.02.2026 - Kortbane

Øvelse 31. 200m individuell medley, herrer**Heat 1 - Kl 15.01.00**

1				
2				
3	Andrej Tyurenkov	2010 Kongsvinger SK		
4	Anton Erofeev	2011 Kongsvinger SK		
5	Edwin Brunsæl Medvik	2013 Triton Lillestrøm		
6	Timofi Bezrukov	2012 Håbrann SK		
7				
8				

Heat 2 - Kl 15.05.40

1				
2	Jørgen Egenæss Eide	2012 Skedsmo SK		
3	Albert Warwas-Skwarska	2014 Ringerike SK	4.12,78	
4	Liam Svang Johansen	2012 Ullensakersvømmerne	3.27,19	
5	Natnael Yared	2012 Triton Lillestrøm	3.30,00	
6	Jack Raaum Thomassen	2014 Triton Lillestrøm		
7	Liam Betin	2014 Triton Lillestrøm		
8				

Heat 3 - Kl 15.10.20

1				
2	Mathias Pedersen Aksdal	2011 Ullensakersvømmerne	3.18,37	
3	Peder Løvgaard Faksvåg	2012 Ullensakersvømmerne	3.05,34	
4	Ole Litleré Rydgren	2012 Elverum Svømming	3.02,98	
5	Volodymyr Serikov	2014 Lørenskog/Rælingen	3.03,44	
6	Pantelis Ioannidis	2014 Nannestad IL	3.06,82	
7	Adam Reiad Torky	2012 Nannestad IL	3.25,02	
8				

Heat 4 - Kl 15.14.13

1				
2	Even Andreas Gåsbakk	2010 Håbrann SK	2.49,00	
3	William Hagen	2010 Ullensakersvømmerne	2.31,64	
4	Jonathan Adam Simonsen Jackson	2011 Ski SK	2.24,29	
5	Olve Valseth Buvarp	2011 Ullensakersvømmerne	2.25,46	
6	Nathan Olav Kaboneza	2012 Håbrann SK	2.39,46	
7	Tobias Ravnberg Sætre	2009 Elverum Svømming	3.01,29	
8				