

Skagerrak Swim 2010 - Klubboversikt

	Jenter			Gutter			Sammenlagt		
	Pers	Ind	Lag	Pers	Ind	Lag	Pers	Ind	Lag
AGF Århus	20	132	6	21	123	6	41	255	14
Asker SK	7	32	0	3	15	0	10	47	0
Bergens SC	11	55	2	11	55	2	22	110	5
Bergens SLK	3	18	0	2	11	0	5	29	0
Bergkameratene	1	7	0	2	11	0	3	18	0
Bryne SK	2	15	0	0	0	0	2	15	0
BS/Bergen SLK	0	0	0	1	2	0	1	2	0
BS/Delfana	1	4	0	0	0	0	1	4	0
Bærumsvømmerne	0	0	0	1	6	0	1	6	0
Drammen SK	7	35	2	9	28	4	16	63	8
Egersund SK	6	28	1	3	14	0	9	42	1
Elverum Svømming	7	49	2	10	67	3	17	116	7
Farsund SK	1	7	0	2	9	0	3	16	0
Flekkefjord SK	2	5	0	2	8	0	4	13	0
Frisinn SK	13	73	4	4	25	0	17	98	5
Fyresdal IL	7	20	0	0	0	0	7	20	0
Gol IL	0	0	0	1	6	0	1	6	0
Grimstad SK	0	0	0	3	15	0	3	15	0
Haugesund SK	9	57	0	5	31	0	14	88	0
IL Solid	5	28	2	1	5	0	6	33	2
Karmøy SK	1	8	0	5	37	0	6	45	0
Klepp SSK	5	27	1	2	13	0	7	40	1
Kristiansand SA	9	46	4	14	74	6	23	120	12
Kristiansand/NTG	1	5	0	0	0	0	1	5	0
Larvik SK	7	46	0	5	32	0	12	78	0
Lier SK	5	26	1	3	12	0	8	38	1
Lillesand	5	24	2	1	4	0	6	28	2
Madla SK	15	119	8	5	30	2	20	149	11
Mandal SK	10	54	3	6	48	2	16	102	6
Modum SK	2	11	0	3	15	0	5	26	0
Molde SLK	2	14	0	1	6	0	3	20	0
Nedre Eiker SK	8	39	2	2	6	0	10	45	2
Poseidon	7	40	2	5	27	2	12	67	5
Randaberg IL	1	9	0	0	0	0	1	9	0
Risør Varden	1	6	0	0	0	0	1	6	0
Sandefjord SK	4	23	2	6	26	3	10	49	6
Sandnes SLK	11	46	2	4	20	1	15	66	4
Sarpsborg IL	1	5	0	0	0	0	1	5	0
SK Speed	6	30	0	4	20	0	10	50	0
Ski SK	8	41	4	6	32	2	14	73	7
Skjetten Svømming	8	43	4	7	39	3	15	82	8
Skjetten/NTG	1	4	0	0	0	0	1	4	0
Sola SK	0	0	0	1	5	0	1	5	0
Stord IL	5	25	2	1	4	0	6	29	2
Team Stavanger	1	4	2	0	0	2	1	4	5
TS/Frisinn	3	18	0	0	0	0	3	18	0
TS/Madla SK	2	7	0	3	14	0	5	21	0
TS/Randaberg	1	5	0	0	0	0	1	5	0
TS/Sola SK	1	5	0	3	16	0	4	21	0
Tønsberg SK	1	2	0	6	21	2	7	23	2
Ullensakersv	3	13	0	3	17	0	6	30	0
Varodd SK	5	17	1	0	0	0	5	17	1
Vennesla SK	0	0	0	2	9	0	2	9	0
Vågsbygd SLK	22	121	2	9	52	2	31	173	5
Øvre Eiker SK	13	73	3	6	35	0	19	108	4
Sammenlagt	277	1521	64	194	1045	42	471	2566	126

Tidsskjema – Skagerrak Swim 2010**Fredag 29. januar 2010 kl. 14.00**

Øvelse 1. 400m fri, herrer	14.00
Øvelse 2. 400m fri, damer	14.55
Øvelse 3. 50m bryst, herrer	16.15
Øvelse 4. 50m bryst, damer	16.32
Øvelse 5. 200m rygg, herrer	16.57
Øvelse 6. 200m rygg, damer	17.24
Øvelse 7. 50m butterfly, herrer	17.58
Øvelse 8. 50m butterfly, damer	18.18
Øvelse 9. 8*50m fri, mixed	18.45
Slutt	19.03

Lørdag 30. januar 2010 kl. 09.00

Øvelse 11. 200m individuell medley, herrer	09.00
Øvelse 12. 200m individuell medley, damer	09.30
Øvelse 13. 50m fri, herrer	10.17
Øvelse 14. 50m fri, damer	10.40
Øvelse 15. 100m bryst, herrer	11.12
Øvelse 16. 100m bryst, damer	11.35
Øvelse 17. 50m rygg, herrer	12.12
Øvelse 18. 50m rygg, damer	12.24
Øvelse 19. 4*100m fri, herrer - 93 oy.	12.44
Øvelse 20. 4*100m fri, damer - 93 oy.	13.02
Slutt	13.23

Lørdag 30. januar 2010 kl. 15.00

Øvelse 21. 4*100m fri, herrer - Senior	15.00
Øvelse 22. 4*100m fri, damer - Senior	15.12
Øvelse 23. 100m butterfly, herrer	15.30
Øvelse 24. 100m butterfly, damer	15.49
Øvelse 25. 100m rygg, herrer	16.14
Øvelse 26. 100m rygg, damer	16.29
Øvelse 27. 50m bryst, herrer - Finale	17.00
Øvelse 28. 50m bryst, damer - Finale	17.20
Øvelse 29. 50m rygg, herrer - Finale	17.40
Øvelse 30. 50m rygg, damer - Finale	18.00
Øvelse 31. 50m butterfly, herrer - Finale	18.20
Øvelse 32. 50m butterfly, damer - Finale	18.40
Øvelse 33. 50m fri, herrer - Finale	19.00
Øvelse 34. 50m fri, damer - Finale	19.20
Slutt	19.40

Søndag 31. januar 2010 kl. 09.00

Øvelse 35. 200m bryst, herrer	09.00
Øvelse 36. 200m bryst, damer	09.30
Øvelse 37. 100m fri, herrer	10.15
Øvelse 38. 100m fri, damer	10.50
Øvelse 39. 4*100m lag medley, herrer - 93 oy.	11.42
Øvelse 40. 4*100m lag medley, damer - 93 oy.	11.56
Pause	12.19
Øvelse 41. 200m fri, herrer	13.00
Øvelse 42. 200m fri, damer	13.41
Øvelse 43. 4*100m lag medley, herrer - Senior	14.40
Øvelse 44. 4*100m lag medley, damer - Senior	14.48
Slutt	14.54

Fredag 29. januar 2010 kl 14.00**Øvelse 1. 400m fri, herrer**

Norsk juniorrekord: Gard Kvale, Bergens Svømme Club - 3.50,55 (14.03.2002)

Norsk seniorrekord: Gard Kvale, Bergens SC - 3.43,65 (14.11.2009)

Heat 1

1	Erik Andre Klepp Vik	96	Sandnes SLK	5.49,98	_____
2	Gord Behzadi	97	Madla SK	5.30,91	_____
3	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	5.23,23	_____
4	Espen Høglo	97	Vågsbygd SLK	5.24,73	_____
5	Martin Fuglesang	96	Elverum Svømming	5.34,99	_____
6					_____

Heat 2

1	Bjørn Roar Hansen	97	Øvre Eiker SK	5.22,04	_____
2	Ulrik Rasch Bakke	97	Elverum Svømming	5.20,34	_____
3	Bo Volf Brøchner	96	AGF Århus	5.19,31	_____
4	Are Mowatt Gruben	96	Bergens SC	5.20,29	_____
5	Eirik Midtun	97	Bergkameratene	5.20,90	_____
6	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK	5.22,76	_____

Heat 3

1	Tim Samuelsen	97	Madla SK	5.17,86	_____
2	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	5.12,01	_____
3	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	5.06,10	_____
4	Jonas Hagmansen	97	SK Speed	5.08,71	_____
5	Eirik Rugsveen	96	Elverum Svømming	5.16,82	_____
6	Kristian Broløs	95	AGF Århus	5.18,63	_____

Heat 4

1	Lars Broby Foss	95	Grimstad SK	5.04,55	_____
2	Daniel Nesbø	96	Skjetten Svømming	4.59,37	_____
3	Victor Pedersen	97	AGF Århus	4.54,28	_____
4	Casper Buan Helgesen	95	Poseidon	4.54,47	_____
5	Jakob Kornmaaler	95	AGF Århus	5.01,73	_____
6	Simen Halse Larsen	97	Vågsbygd SLK	5.04,96	_____

Heat 5

1	Einar Norum	93	Ski SK	4.51,42	_____
2	Lars Rugsveen	94	Elverum Svømming	4.50,87	_____
3	Erik Andreassen	93	Sandefjord SK	4.47,52	_____
4	Henrik Flood Kvien	96	SK Speed	4.49,63	_____
5	Øyvind Malde	92	Madla SK	4.51,37	_____
6	Anton Bromer	95	AGF Århus	4.52,63	_____

Heat 6

1	Jesper Gemke	93	AGF Århus	4.41,82	_____
2	Didrik K. Grønseth	92	Frisinn SK	4.39,38	_____
3	Andreas Vatne Norheim	92	Vågsbygd SLK	4.36,13	_____
4	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	4.38,40	_____
5	Sindre Aasland Ranaweera	96	Madla SK	4.41,81	_____
6	Kasper Fiil Frandsen	94	AGF Århus	4.44,88	_____

Heat 7

1	Kasper Møller	94	AGF Århus	4.34,66	_____
2	Nils Just Andersen	92	AGF Århus	4.33,25	_____
3	Magnus B. Pedersen	94	AGF Århus	4.31,32	_____
4	Henry Ravndal	93	Sandnes SLK	4.31,38	_____
5	Christoffer Ravn	92	AGF Århus	4.34,51	_____
6	Kenneth Skærbæk	94	AGF Århus	4.34,82	_____

Heat 8

1	Anton B. Pedersen	93	AGF Århus	4.25,25	_____
2	Per Kristian Øyen	92	Molde SLK	4.21,67	_____
3	Kim Rune Hansen	94	Øvre Eiker SK	4.19,95	_____
4	Sven Berg	92	Bergens SLK	4.20,62	_____
5	Kristian Evensen	90	Kristiansand SA	4.22,63	_____
6	Jostein Dalshov Kringlen	94	Kristiansand SA	4.25,83	_____

Heat 9

1	Gunnar V. Skirbekk	91	Elverum Svømming	4.16,07	_____
2	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	4.15,01	_____
3	Øyvind Gevelt	91	Øvre Eiker SK	4.12,57	_____
4	Thorbjørn Birkeland	93	Haugesund SK	4.13,55	_____
5	Martin Hals	91	Øvre Eiker SK	4.15,73	_____
6	Ørjan Monsen	92	Sola SK	4.19,09	_____

Heat 10

1	Christian R. Svejstrup	90	AGF Århus	4.09,05	_____
2	Sander Rødje	93	Haugesund SK	4.02,08	_____
3	Gard Kvale	84	Bergens SC	3.43,65	_____
4	Viktor B. Bromer	93	AGF Århus	3.55,22	_____
5	Søren Dahl	93	AGF Århus	4.03,64	_____
6	Morten Bordervich	94	TS/Sola SK	4.11,84	_____

Øvelse 2. 400m fri, damer

Norsk juniorrekord: Irene Dalby, Hamar IL - 4.08,00 (14.02.1988)

Norsk seniorrekord: Irene Dalby, Hamar IL - 4.07,88 (10.02.1996)

Heat 1

1	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK	5.58,22	_____
2	Malin Kristine Teisrud	97	Vågsbygd SLK	5.55,84	_____
3	Alexandra Veseth Bjerg	97	Larvik SK	5.51,57	_____
4	Sandra Bram Madsen	95	AGF Århus	5.52,12	_____
5	Ida Helene Hustad	96	Vågsbygd SLK	5.55,90	_____
6					

Heat 2

1	Edle Minnesjord	95	Poseidon	5.45,52	_____
2	Tina Horne Olsen	96	Nedre Eiker SK	5.43,87	_____
3	Frederikke Nedergaard	96	AGF Århus	5.43,51	_____
4	Signe Birch Moltu	94	Frisinn SK	5.43,67	_____
5	Elise Skjæveland	97	Ullensakersv	5.44,71	_____
6	Lindsey Palmer	95	Skjetten Svømming	5.46,41	_____

Heat 3

1	Siril Therese Follo Bårtvedt	97	Sandnes SLK	5.42,97	_____
2	Tiril Frøholm	96	Asker SK	5.39,28	_____
3	Julie Marie Hushovd Markussen	96	Lier SK	5.36,07	_____
4	Cecilie Bjerg	96	AGF Århus	5.36,74	_____
5	Mari Hals	97	Øvre Eiker SK	5.42,14	_____
6	Dina Sofie Hänninen Eggum	93	Lier SK	5.43,40	_____

Heat 4

1	Kaja Konow Grønseth	95	Frisinn SK	5.33,27	_____
2	Birgitte Tangen Gjerde	94	Molde SLK	5.31,68	_____
3	Solveig Lund	96	Vågsbygd SLK	5.31,13	_____
4	Hege Hetland Pedersen	96	Nedre Eiker SK	5.31,56	_____
5	Elin Malja	95	SK Speed	5.33,00	_____
6	Cornelia Buus	94	AGF Århus	5.34,26	_____

Heat 5

1	Sara Munz-Kløve	94	Bergkameratene	5.30,34	_____
2	Ina Andersen Steinsland	96	Vågsbygd SLK	5.27,20	_____
3	Sandra Sola	97	Randaberg IL	5.24,38	_____
4	Maren Mæhre	96	Vågsbygd SLK	5.25,81	_____
5	Maria Pedersen	95	AGF Århus	5.30,10	_____
6	Susanne Holm Røed	96	SK Speed	5.30,82	_____

Heat 6

1	Pia Sophie Andersen	95	Ski SK	5.22,32	_____
2	Marie L. Nygaard	94	Mandal SK	5.21,69	_____
3	Maren Hegland	96	Mandal SK	5.19,78	_____
4	Camilla Birkeland	96	Haugesund SK	5.20,60	_____
5	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	5.21,92	_____
6	Kristin Graf Verpe	95	Drammen SK	5.22,76	_____

Heat 7

1	Anna Katrine Jørgensen	96	AGF Århus	5.18,34	_____
2	Ida Jensen Lirhus	97	Madla SK	5.16,21	_____
3	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	5.13,63	_____
4	Emilie Yung Meiling	97	AGF Århus	5.14,52	_____
5	Demi Coudray	94	Bergens SC	5.18,23	_____
6	Silje S. Undheim	94	Sandnes SLK	5.19,74	_____

Heat 8

1	Marlene Jessing Larsen	96	AGF Århus	5.11,88	_____
2	Emilie Knudsen	93	Drammen SK	5.08,58	_____
3	Ulrika Toft	95	AGF Århus	5.07,59	_____
4	Christine B. Haugen	93	Asker SK	5.08,27	_____
5	Rachel Eden	95	Madla SK	5.08,64	_____
6	Ida Nordbø	93	Fyresdal IL	5.13,58	_____

Heat 9

1	Helene Nordmark Skuterud	93	Asker SK	5.05,19	_____
2	Line Aamann	93	AGF Århus	5.02,20	_____
3	Eline Mathilde Swensen	96	Ski SK	5.01,57	_____
4	Julie Askeland	93	Haugesund SK	5.02,07	_____
5	Anne Sofie J. Brund	95	AGF Århus	5.02,56	_____
6	Anne Cathrine Skinmo	95	Larvik SK	5.05,90	_____

Heat 10

1	Stine Mary Vissing	97	AGF Århus	5.00,91	_____
2	Sara Mogensen	95	AGF Århus	4.58,74	_____
3	Linn Hege Laudal	89	Kristiansand SA	4.56,54	_____
4	Lotte Miller	96	Madla SK	4.57,76	_____
5	Patricia Baay Kristoffersen	96	Sandefjord SK	4.59,42	_____
6	Guro Aas	96	Vågsbygd SLK	5.01,54	_____

Heat 11

1	Solvej Mathiasen	94	AGF Århus	4.56,03	_____
2	Mari Knutsen	95	Øvre Eiker SK	4.52,61	_____
3	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	4.51,13	_____
4	Vilde Tengesdal	96	Bryne SK	4.51,24	_____
5	Christine Arctander	93	Madla SK	4.55,84	_____
6	Elisabeth Støver	96	Modum SK	4.56,40	_____

Heat 12

1	Hege Strøm Haukeland	94	SK Speed	4.47,17	_____
2	Oda Gjerde	95	Bryne SK	4.43,77	_____
3	Katrine Crone	92	AGF Århus	4.41,67	_____
4	Inger-Cathrine Wium	92	Øvre Eiker SK	4.42,24	_____
5	Amalie Kristiansen	95	Haugesund SK	4.45,14	_____
6	Josephina Bartela	94	AGF Århus	4.49,72	_____

Heat 13

1	Oona Ovesen	92	Elverum Svømming	4.40,38	_____
2	Anja Olsen	93	AGF Århus	4.36,65	_____
3	Marthe Berg Sørensen	92	TS/Frisinn	4.33,78	_____
4	Sofie Refstrup Pedersen	95	AGF Århus	4.36,55	_____
5	Stine Lise Stenseth	94	Øvre Eiker SK	4.39,82	_____
6	Ellen Camilla Hansen	95	Øvre Eiker SK	4.41,17	_____

Heat 14

1	Julie Jepsen	94	AGF Århus	4.26,50	_____
2	Victoria Rung	92	TS/Frisinn	4.20,01	_____
3	Cecilie W. Johannessen	90	Bergens SC	4.11,59	_____
4	Pernille Larsen	92	AGF Århus	4.13,17	_____
5	Karoline Pedersen	94	Bergens SLK	4.25,58	_____
6	Siri Anette Sønju	92	Øvre Eiker SK	4.29,91	_____

Øvelse 3. 50m bryst, herrer

Norsk juniorrekord: Sverre Næss, Sarpsborg IL - 27,83 (26.11.2009)
 Norsk seniorrekord: Aleksander Hetland, Bærumsvømmerne - 26,19 (12.12.2009)

Heat 1

1					
2	Michael Grund	97	Vågsbygd SLK	43,45	_____
3	Tor Witzøe	95	Flekkefjord SK	42,78	_____
4	Espen Høglo	97	Vågsbygd SLK	43,16	_____
5					
6					

Heat 2

1	Albert Grahn-Frankil	96	AGF Århus	42,73	_____
2	Espen Hanto	95	Tønsberg SK	42,51	_____
3	Adrian Etterlid Jensen	97	Stord IL	42,45	_____
4	Niklas Molnes Hole	96	Bergkameratene	42,51	_____
5	Philip Budd	96	Poseidon	42,57	_____
6					

Heat 3

1	Bjørn Stian Vuillioinenet	96	Klepp SSK	41,92	_____
2	Jørgen Gundersen	95	Skjetten Svømming	41,90	_____
3	Jonathan Støtvig Schøning	95	Larvik SK	41,62	_____
4	Erik Gjessing	97	Lier SK	41,72	_____
5	Marius T Eliassen	95	Sandefjord SK	41,92	_____
6	Birk Hveding Ersdal	96	Drammen SK	42,21	_____

Heat 4

1	Aleksander Røe Strømshoved	95	SK Speed	40,44	_____
2	Torbjørn Udjus	93	Grimstad SK	40,15	_____
3	Rino Hagen	93	Modum SK	40,00	_____
4	Henrik Christiansen	96	Skjetten Svømming	40,07	_____
5	Andreas Kaafjord	96	Vågsbygd SLK	40,29	_____
6	Håkon Wulf Haugen	96	Bergens SC	40,92	_____

Heat 5

1	Fredrik L. Theien	94	Asker SK	39,82	_____
2	Jim Steinsland	95	IL Solid	38,99	_____
3	Filip Papoutsis	95	Lier SK	38,84	_____
4	Morgan B. Johansen	96	Skjetten Svømming	38,92	_____
5	Kenneth Skærbæk	94	AGF Århus	39,72	_____
6	Fredrik Langholm Furuli	93	Drammen SK	39,93	_____

Heat 6

1	Sander Andersen	96	Poseidon	38,65	_____
2	Morten Molin Wang	95	Ski SK	38,08	_____
3	Thomas A Fardal	97	Egersund SK	37,81	_____
4	Odin Moen	94	Egersund SK	37,98	_____
5	Johannes Aagaard-Nilsen Wiik	96	Larvik SK	38,38	_____
6	Simen Clementsen	95	Frisinn SK	38,78	_____

Heat 7

1	Kasper Bøtker	93	Asker SK	37,62	_____
2	Jonas Langseth Guttormsen	92	Drammen SK	37,44	_____
3	Ole Nævdal	93	Skjetten Svømming	37,34	_____
4	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	37,41	_____
5	Emil Gran	96	Ski SK	37,44	_____
6	Kristian Bjelbøle Bakken	93	Ski SK	37,73	_____

Heat 8

1	David Tørring	95	AGF Århus	37,17	_____
2	Jonatan Olafsson	94	Sandefjord SK	36,79	_____
3	Erik Andreassen	93	Sandefjord SK	36,70	_____
4	Hoby Andrian	95	Klepp SSK	36,75	_____
5	Daniel B. Havre	93	Mandal SK	36,95	_____
6	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	37,24	_____

Heat 9

1	Johan Markus Mowinckel	95	Bergens SC	36,43	_____
2	Sondre Thygesen	92	Kristiansand SA	35,72	_____
3	Håkon Brennhagen	93	Skjetten Svømming	35,62	_____
4	Øystein S. Jørgensen	93	Kristiansand SA	35,65	_____
5	Anders Struksnæs Sand	93	Ski SK	35,98	_____
6	Jakob Westermoen	95	Mandal SK	36,56	_____

Heat 10

1	Jonathan Nordhammer	93	Kristiansand SA	35,49	_____
2	Eirik Nielsen	95	Poseidon	35,33	_____
3	Anders Dyvesveen	92	ULLensakersv	35,09	_____
4	Jørgen Marthinsen	94	Tønsberg SK	35,18	_____
5	Eirik B. Lund	90	Elverum Svømming	35,39	_____
6	Daniel Skauge	93	Kristiansand SA	35,50	_____

Heat 11

1	Norbert Prokopiak	94	GøI IL	34,59	_____
2	Stian Frestad	94	Kristiansand SA	34,19	_____
3	Sindre Aasland Ranaweera	96	Madla SK	34,12	_____
4	Haakon Hansen	82	Drammen SK	34,17	_____
5	Erik Olaf Skribeland	86	Vågsbygd SLK	34,32	_____
6	Martin B. Lund	92	Elverum Svømming	34,82	_____

Heat 12

1	Mikkel Hveding Ersdal	92	Drammen SK	34,02	_____
2	Glenn Skjæveland	92	Sandnes SLK	33,63	_____
3	Håkon Andersen	92	Kristiansand SA	33,46	_____
4	Gunnar V. Skirbekk	91	Elverum Svømming	33,56	_____
5	Øyvind Malde	92	Madla SK	33,67	_____
6	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	34,06	_____

Heat 13

1	Nicolai Gerrard	94	Kristiansand SA	33,30	_____
2	Robert Nilsen	84	Sandefjord SK	32,93	_____
3	Tom Duc Ngo Kaafjord	94	Vågsbygd SLK	32,64	_____
4	Andreas Mathingsdal Pedersen	92	Farsund SK	32,66	_____
5	Didrik K. Grønseth	92	Frisinn SK	33,25	_____
6	Jørgen Bråthen	95	Ullensakersv	33,45	_____

Heat 14

1	Alexander B. Havre	90	Mandal SK	32,19	_____
2	Jesper Gemke	93	AGF Århus	32,12	_____
3	Tord Eirik Seyffarth	92	Mandal SK	31,76	_____
4	Martin Hals	91	Øvre Eiker SK	32,01	_____
5	Henry Emil Nordhagen	93	Bærumsvømmerne	32,16	_____
6	Sven Berg	92	Bergens SLK	32,29	_____

Heat 15

1	Lavrans Solli	92	Bergens SC	31,32	_____
2	Christopher Williams	92	Bergens SLK	31,20	_____
3	Ronny Skaalien	80	Modum SK	30,92	_____
4	Nils Just Andersen	92	AGF Århus	30,96	_____
5	Christian R. Svejstrup	90	AGF Århus	31,25	_____
6	Martin Schau	91	Larvik SK	31,70	_____

Heat 16

1	Dmitrijs Mikelsons	86	Tønsberg SK	30,20	_____
2	Bernt M. Seyffarth	89	Mandal SK	29,30	_____
3	Erik Dorch	83	BS/Bergen SLK	28,51	_____
4	Erling Mjøs Brattelid	91	TS/Sola SK	29,26	_____
5	Gard Kvale	84	Bergens SC	29,65	_____
6	Aleksander Sire	93	Modum SK	30,71	_____

Øvelse 4. 50m bryst, damer

Norsk juniorrekord: Anne-Mari Gulbrandsen, IL Varg - 31,70 (14.12.2000)
 Norsk seniorrekord: Katharina Stiberg, Bjerkvik SK - 30,18 (10.12.2009)

Heat 1

1					
2	Rona Hjelmstad	SB14-93	Skjetten Svømming	56,61	_____
3	Tina Lægraid	96	Varodd SK	46,88	_____
4	Marianne Mæland	SB6 - 86	Vågsbygd SLK	52,41	_____
5					
6					

Heat 2

1	Silje Skogli	97	Elverum Svømming	46,82	_____
2	Tove Frøberg	97	Asker SK	46,35	_____
3	Marit Hystad	96	IL Solid	45,92	_____
4	Malin Kristine Teisrud	97	Vågsbygd SLK	46,06	_____
5	Rebekka Asbjørnsen	96	Sandnes SLK	46,52	_____
6	Kristina Vatland	95	Vågsbygd SLK	46,87	_____

Heat 3

1	Silje I Øyen	95	Elverum Svømming	45,66	_____
2	Marte Gjørsether	96	Stord IL	45,50	_____
3	Live Jørgensen	96	Egersund SK	45,35	_____
4	Anne Helene Krohn	96	Flekkefjord SK	45,37	_____
5	Christine Moe Gulliksen	96	Nedre Eiker SK	45,56	_____
6	Camilla Olufsen	97	Larvik SK	45,88	_____

Heat 4

1	Dina Sofie Hänninen Eggum	93	Lier SK	44,95	_____
2	Arbresha Veligqi	93	Vågsbygd SLK	44,83	_____
3	Thea Støle	96	Frisinn SK	44,58	_____
4	Maiken Gjerdseth	95	Lier SK	44,83	_____
5	Lene Jacobsen	93	Flekkefjord SK	44,88	_____
6	Sandra Sola	97	Randaberg IL	45,15	_____

Heat 5

1	Anna Teetzmann	95	Stord IL	44,50	_____
2	Elise Gjessing	94	Lier SK	44,42	_____
3	Malin Tønnessen	96	Frisinn SK	44,06	_____
4	Runa Vatna Sandmoen	96	Frisinn SK	44,17	_____
5	Tone Garby	95	Ski SK	44,45	_____
6	Mari Hals	97	Øvre Eiker SK	44,53	_____

Heat 6

1	Susan Ultee	96	Frisinn SK	43,98	_____
2	Johanne Ausland	96	Vågsbygd SLK	43,87	_____
3	Marie Malvik	97	Poseidon	43,74	_____
4	Andrea Karstad	97	Larvik SK	43,87	_____
5	Elinor Ariansen	95	Mandal SK	43,98	_____
6	Nina Staveland	97	Madla SK	44,01	_____

Heat 7

1	Stine Marie Anderssen	95	Sandnes SLK	43,57	_____
2	Nanna Ovesen	96	Elverum Svømming	43,54	_____
3	Julie Svanes	93	Egersund SK	43,38	_____
4	Madelen Wolf	96	Sandefjord SK	43,51	_____
5	Ingelin Lima	97	Lier SK	43,57	_____
6	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	43,72	_____

Heat 8

1	Sandra Bram Madsen	95	AGF Århus	43,34	_____
2	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK	43,02	_____
3	Elise Guldhav	95	Vågsbygd SLK	42,97	_____
4	Therese Pettersen	96	Skjetten Svømming	42,97	_____
5	Tina Øen Haugen	93	Nedre Eiker SK	43,30	_____
6	Kaja Konow Grønseth	95	Frisinn SK	43,35	_____

Heat 9

1	Maren Hegland	96	Mandal SK	42,87	_____
2	Lisa Aaslestad	96	Sandnes SLK	42,82	_____
3	Vannja Celine Brunsvik	93	Haugesund SK	42,79	_____
4	Katharina Bø	97	Egersund SK	42,80	_____
5	Ingrid Vik Hansen	94	Fyresdal IL	42,85	_____
6	Tuva S. Dybedokken	93	Asker SK	42,93	_____

Heat 10

1	Anne Merete Vik Aslestad	94	Fyresdal IL	42,60	_____
2	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	42,30	_____
3	Jeanine Beau Van Der Schuur	92	Fyresdal IL	42,15	_____
4	Ine Emilie Rist Jensen	96	Lillesand	42,30	_____
5	Ida Grønnestad	95	Sandnes SLK	42,47	_____
6	Andrea Kvalheim	96	SK Speed	42,62	_____

Heat 11

1	Solveig Vuilliomenet	94	Klepp SSK	42,02	_____
2	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	41,80	_____
3	Marte Staveland	95	Madla SK	41,55	_____
4	Kristin Johnson	93	Elverum Svømming	41,64	_____
5	Sara Petrine Veierød	93	Bergens SC	41,83	_____
6	Malene Tangedal Mehus	94	IL Solid	42,03	_____

Heat 12

1	Regine Sjørdal Lindanger	96	Frisinn SK	41,22	_____
2	Une Johnsen	96	Mandal SK	41,19	_____
3	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	41,11	_____
4	May Synnøve Bartlett	95	Madla SK	41,16	_____
5	Marte Gulbrandsen	95	Drammen SK	41,21	_____
6	Anne Kine Kind Askim	94	Nedre Eiker SK	41,24	_____

Heat 13

1	Aleksandra Berge	94	Madla SK	41,03	_____
2	Vilde Engevik Hjørnevik	97	Frisinn SK	40,89	_____
3	Sara Torp Myhre	94	SK Speed	40,84	_____
4	Ronja Thoresen	96	Ski SK	40,86	_____
5	Stine Hegland	93	Mandal SK	40,91	_____
6	Renate Laupstad	92	Egersund SK	41,05	_____

Heat 14

1	Christine Arctander	93	Madla SK	40,71	_____
2	Marie Svensson	95	Skjetten Svømming	40,38	_____
3	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	40,32	_____
4	Hanna Huglen Vinsnesbakk	95	Stord IL	40,37	_____
5	Elise Fjeldstad	95	Vågsbygd SLK	40,58	_____
6	Marte Stamland	96	Poseidon	40,76	_____

Heat 15

1	Vilde Bjørnebye	95	Elverum Svømming	39,97	_____
2	Sara Louise Pedersen	96	Poseidon	39,70	_____
3	Monica Avlesbug	95	Klepp SSK	39,52	_____
4	Malena Martens	94	IL Solid	39,61	_____
5	Jenny Brønseth	93	Larvik SK	39,85	_____
6	Hanne Sofie L. Nilsen	94	Kristiansand SA	39,98	_____

Heat 16

1	Hannah Wærenskjold	94	Mandal SK	39,46	_____
2	Åse Leivdal Kjølleberg	89	Frisinn SK	39,16	_____
3	Marie-Elise Eriksen	94	Sandefjord SK	38,78	_____
4	Tiril Fredrikke Rist Jensen	94	Lillesand	38,82	_____
5	Ane Lee Johansen	97	Kristiansand SA	39,32	_____
6	Emilie Knudsen	93	Drammen SK	39,50	_____

Heat 17

1	Stine E. Lande Bekken	92	Mandal SK	38,49	_____
2	Ingrid Hystad	92	IL Solid	38,41	_____
3	Cecilia Eide Songstad	97	Bergens SC	38,25	_____
4	Ida-Marie Dybdahl	94	Larvik SK	38,27	_____
5	Ida Christine Nilsen	91	Kristiansand SA	38,44	_____
6	Hilde Kringlen	91	Kristiansand SA	38,61	_____

Heat 18

1	Cornelia Buus	94	AGF Århus	38,06	_____
2	Inger Husveg	92	Klepp SSK	37,86	_____
3	Inger Kristine Steinsland	92	IL Solid	37,65	_____
4	Mari Mjølhøus Kristoffersen	95	Madla SK	37,79	_____
5	Nicole Egeland	93	Sandnes SLK	37,94	_____
6	Pernille Mørch	94	Skjetten Svømming	38,07	_____

Heat 19

1	Maren Gullvåg Aasen	95	Kristiansand SA	37,35	_____
2	Helene Moholt	95	Modum SK	37,23	_____
3	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK	37,13	_____
4	Camilla W. Kristiansen	92	Ski SK	37,21	_____
5	Maria Pedersen	95	AGF Århus	37,29	_____
6	Emilie Engebretsen	93	Drammen SK	37,48	_____

Heat 20

1	Amalie Thorstensen	96	Vågsbygd SLK	36,85	_____
2	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	36,68	_____
3	Siri Løvold Magnussen	86	BS/Delfana	36,30	_____
4	Martha Maria Songstad	94	Bergens SC	36,43	_____
5	Eli Kristin Ølmheim	94	Bergens SC	36,73	_____
6	Frida Brunvoll	93	Molde SLK	37,03	_____

Heat 21

1	Kristine Mathingsdal Pedersen	94	Farsund SK	35,87	_____
2	Lisa Spiering	95	Drammen SK	35,73	_____
3	Renate Ranaweera Aasland	91	TS/Madla SK	35,48	_____
4	Stine Lise Stenseth	94	Øvre Eiker SK	35,69	_____
5	Ulrika Toft	95	AGF Århus	35,73	_____
6	Camilla Bø	93	Egersund SK	36,07	_____

Heat 22

1	Hege Omdal	89	Vågsbygd SLK	35,32	_____
2	Therese Tronerud	93	Egersund SK	34,82	_____
3	Anja Olsen	93	AGF Århus	34,40	_____
4	Stine Mjølhus Kristoffersen	93	TS/Frisinn	34,69	_____
5	Maren Larsen	94	Madla SK	35,18	_____
6	Maren Kristine Jansen	90	TS/Randaberg	35,35	_____

Heat 23

1	Victoria S. Løken	91	Team Stavanger	33,80	_____
2	Katrine Crone	92	AGF Århus	33,50	_____
3	Josephina Bartela	94	AGF Århus	31,75	_____
4	Ingalill Urrang Naustvik	95	Karmøy SK	33,13	_____
5	Hanne Chr. Seyffarth	85	Mandal SK	33,59	_____
6	Kaja Bremer	93	Bergens SLK	33,89	_____

Øvelse 5. 200m rygg, herrer

Norsk juniorrekord: Lavrans Solli, Norge - 1.59,63 (06.12.2009)

Norsk seniorrekord: Thomas H. Sopp, Larvik SK - 1.57,54 (26.01.1992)

Heat 1

1					
2	David Tørring	95	AGF Århus	2.58,49	_____
3	Ole-Mikal Fløgstad	97	Ullensakersv	2.56,24	_____
4	Anders L. Mørgensen	96	AGF Århus	2.58,08	_____
5					
6					

Heat 2

1					
2	Michael Grund	97	Vågsbygd SLK	2.53,56	_____
3	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	2.51,60	_____
4	Espen Høglo	97	Vågsbygd SLK	2.53,24	_____
5	Soufian Boukili	97	SK Speed	2.55,03	_____
6					

Heat 3

1	Håkon B Lund	97	Elverum Svømming	2.51,18	_____
2	Magnus Møkster	94	Frisinn SK	2.47,80	_____
3	Lars Broby Foss	95	Grimstad SK	2.47,42	_____
4	Eirik Midtun	97	Bergkameratene	2.47,78	_____
5	Eirik Johnsen	96	Bergens SC	2.50,59	_____
6	Eirik Rugsveen	96	Elverum Svømming	2.51,45	_____

Heat 4

1	Lars Rugsveen	94	Elverum Svømming	2.46,54	_____
2	Kacper Domanski	96	Frisinn SK	2.46,26	_____
3	Benjamin Erichsen	94	Sandefjord SK	2.40,63	_____
4	Johannes Aagaard-Nilsen Wiik	96	Larvik SK	2.46,17	_____
5	Ulrik Rasch Bakke	97	Elverum Svømming	2.46,50	_____
6	Jonas Hagmansen	97	SK Speed	2.46,78	_____

Heat 5

1	Govinda Hillestad	93	Nedre Eiker SK	2.39,92	_____
2	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	2.36,23	_____
3	Thomas Brustveit	93	Sandnes SLK	2.31,01	_____
4	Kristian Brøløs	95	AGF Århus	2.35,22	_____
5	Jakob Kornmaaler	95	AGF Århus	2.39,77	_____
6	Eirik Frestad	97	Kristiansand SA	2.40,60	_____

Heat 6

1	Victor Pedersen	97	AGF Århus	2.28,83	_____
2	Sven Peder Oseth	93	Ski SK	2.27,49	_____
3	Anton Bromer	95	AGF Århus	2.24,94	_____
4	Thorbjørn Birkeland	93	Haugesund SK	2.27,36	_____
5	Sander Andersen	96	Poseidon	2.28,03	_____
6	Øystein S. Jørgensen	93	Kristiansand SA	2.29,05	_____

Heat 7

1	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	2.23,46	_____
2	Gunnar V. Skirbekk	91	Elverum Svømming	2.22,17	_____
3	Jørgen Aagaard-Nilsen Wiik	93	Larvik SK	2.18,89	_____
4	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	2.21,87	_____
5	Erik Lauvbu	94	Øvre Eiker SK	2.22,24	_____
6	Martin B. Lund	92	Elverum Svømming	2.24,12	_____

Heat 8

1	Christoffer Ravn	92	AGF Århus	2.14,52	_____
2	Alexander B. Havre	90	Mandal SK	2.12,75	_____
3	Lavrans Solli	92	Bergens SC	1.59,63	_____
4	Sander Rødje	93	Haugesund SK	2.09,52	_____
5	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	2.14,46	_____
6	Kasper Fiil Frandsen	94	AGF Århus	2.18,37	_____

Øvelse 6. 200m rygg, damer

Norsk juniorrekord: Ingvild Snildal, Asker SK - 2.13,58 (23.11.2007)

Norsk seniorrekord: Ingvild Snildal, Asker SK - 2.13,58 (23.11.2007)

Heat 1

1	Solveig Tellevik	97	Asker SK	3.14,05	_____
2	Maren Sofie Aske	97	Vågsbygd SLK	3.11,09	_____
3	Nora Skatvedt	97	Ullensakersv	3.09,38	_____
4	Nanna Ovesen	96	Elverum Svømming	3.10,42	_____
5	Marie Malvik	97	Poseidon	3.13,68	_____
6	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK	3.14,95	_____

Heat 2

1	Tiril Frøholm	96	Asker SK	3.07,51	_____
2	Andrea Karstad	97	Larvik SK	3.05,22	_____
3	Ida Helene Hustad	96	Vågsbygd SLK	3.04,31	_____
4	Alexandra Veseth Bjerg	97	Larvik SK	3.04,88	_____
5	Johanne Ausland	96	Vågsbygd SLK	3.06,36	_____
6	Lindsey Palmer	95	Skjetten Svømming	3.09,02	_____

Heat 3

1	Anna Teetzmann	95	Stord IL	3.02,34	_____
2	Ina Andersen Steinsland	96	Vågsbygd SLK	2.58,04	_____
3	Solveig Lund	96	Vågsbygd SLK	2.56,68	_____
4	Camilla Ausland Sørensen	93	Risør Varden	2.57,24	_____
5	Elise Sandvoll	96	Frisinn SK	3.00,08	_____
6	Ragnhild Hals	95	Øvre Eiker SK	3.03,05	_____

Heat 4

1	Eline Mathilde Swensen	96	Ski SK	2.54,88	_____
2	Ida Jensen Lirhus	97	Madla SK	2.53,54	_____
3	Christine Arctander	93	Madla SK	2.51,32	_____
4	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	2.53,48	_____
5	Marte Fjellet	95	Poseidon	2.54,02	_____
6	Ida Kristine Josdal	96	Vågsbygd SLK	2.55,97	_____

Heat 5

1	Gina Struksnæs Sand	95	Ski SK	2.50,22	_____
2	Solvår Wium	95	Øvre Eiker SK	2.47,69	_____
3	Elisabeth Hedstrøm	92	Vågsbygd SLK	2.45,21	_____
4	Marlene Jessing Larsen	96	AGF Århus	2.46,19	_____
5	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	2.48,86	_____
6	Toni G. Coudray	97	Bergens SC	2.50,44	_____

Heat 6

1	Guro Aas	96	Vågsbygd SLK	2.44,42	_____
2	Emilie Yung Meiling	97	AGF Århus	2.43,91	_____
3	Line Aamann	93	AGF Århus	2.43,55	_____
4	Sofie Reisænen	97	Varodd SK	2.43,70	_____
5	Anne Cathrine Skinmo	95	Larvik SK	2.43,96	_____
6	Camilla Birkeland	96	Haugesund SK	2.44,49	_____

Heat 7

1	Lisa Thielemann	94	Nedre Eiker SK	2.42,70	_____
2	Anne Sofie J. Brund	95	AGF Århus	2.41,67	_____
3	Stine Mary Vissing	97	AGF Århus	2.41,31	_____
4	Silje S. Undheim	94	Sandnes SLK	2.41,53	_____
5	Frederikke Nedergaard	96	AGF Århus	2.41,88	_____
6	Jenny Brønseth	93	Larvik SK	2.43,06	_____

Heat 8

1	Anna Katrine Jørgensen	96	AGF Århus	2.40,02	_____
2	Sara Boukili	95	SK Speed	2.35,81	_____
3	Fanny Moen Pettersen	93	Øvre Eiker SK	2.31,95	_____
4	Julie Askeland	93	Haugesund SK	2.35,48	_____
5	Emilie Valand Sørensen	94	Kristiansand SA	2.38,80	_____
6	Vanessa Tuxen	92	TS/Sola SK	2.40,38	_____

Heat 9

1	Amalie Kristiansen	95	Haugesund SK	2.30,48	_____
2	Silje Nilo	93	Sandefjord SK	2.27,59	_____
3	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK	2.25,28	_____
4	Ingse Bergh Monsen	92	Bergens SC	2.26,16	_____
5	Julie Jepsen	94	AGF Århus	2.27,65	_____
6	Amalie Thorstensen	96	Vågsbygd SLK	2.30,82	_____

Heat 10

1	Ragnhild Søfteland	92	Bergens SC	2.23,98	_____
2	Aslaug Marie Hjelmaas	95	Bergens SLK	2.20,92	_____
3	Pernille Larsen	92	AGF Århus	2.03,50	_____
4	Oda Marie Siljan	92	Poseidon	2.15,69	_____
5	Sofie Refstrup Pedersen	95	AGF Århus	2.22,02	_____
6	Oona Ovesen	92	Elverum Svømming	2.24,79	_____

Øvelse 7. 50m butterfly, herrer

Norsk juniorrekord: Øystein R. Hetland, Bærumsvømmerne - 24,65 (27.11.2008)
 Norsk seniorrekord: Aleksander Hetland, Bærumsvømmerne - 23,52 (13.12.2009)

Heat 1

1					_____
2	Niklas Molnes Hole	96	Bergkameratene	37,80	_____
3	Emil Gran	96	Ski SK	37,64	_____
4	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	37,75	_____
5					_____
6					_____

Heat 2

1	Martin Fuglesang	96	Elverum Svømming	37,36	_____
2	Bjørn Stian Vuilliomenet	96	Klepp SSK	37,33	_____
3	Espen Hanto	95	Tønsberg SK	37,18	_____
4	Casper Buan Helgesen	95	Poseidon	37,28	_____
5	Eirik Frestad	97	Kristiansand SA	37,35	_____
6	Michael Gutierrez Irgens	95	Bergens SC	37,53	_____

Heat 3

1	Ole Christiansen	95	Poseidon	36,63	_____
2	Erik Gjessing	97	Lier SK	36,37	_____
3	Morten Molin Wang	95	Ski SK	36,26	_____
4	Ulrik Rasch Bakke	97	Elverum Svømming	36,30	_____
5	Tor Witzøe	95	Flekkefjord SK	36,54	_____
6	Håkon Vatne Norheim	95	Vågsbygd SLK	37,00	_____

Heat 4

1	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK	35,64	_____
2	Torbjørn Udjus	93	Grimstad SK	35,12	_____
3	Erik Andre Klepp Vik	96	Sandnes SLK	34,87	_____
4	Henrik Christiansen	96	Skjetten Svømming	35,11	_____
5	Simen Halse Larsen	97	Vågsbygd SLK	35,25	_____
6	Johannes Aagaard-Nilsen Wiik	96	Larvik SK	36,04	_____

Heat 5

1	Jonathan Støtvig Schøning	95	Larvik SK	34,59	_____
2	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	34,30	_____
3	Nicolai Gerrard	94	Kristiansand SA	34,14	_____
4	Lars Broby Foss	95	Grimstad SK	34,21	_____
5	Daniel Nesbø	96	Skjetten Svømming	34,57	_____
6	Thomas A Fardal	97	Egersund SK	34,80	_____

Heat 6

1	Lars Rugsveen	94	Elverum Svømming	33,96	_____
2	Odin Moen	94	Egersund SK	33,64	_____
3	Henrik Flood Kvien	96	SK Speed	33,52	_____
4	Brage Guttormsen	94	Larvik SK	33,62	_____
5	Andreas V. Jäger	93	Vennesla SK	33,72	_____
6	Eirik Midtun	97	Bergkameratene	34,01	_____

Heat 7

1	Jonatan Olafsson	94	Sandefjord SK	33,01	_____
2	Karsten Ovesen	94	Elverum Svømming	32,71	_____
3	Filip Papoutsis	95	Lier SK	32,62	_____
4	Jørgen Gundersen	95	Skjetten Svømming	32,69	_____
5	Johan Markus Mowinckel	95	Bergens SC	32,83	_____
6	Jørgen Bråthen	95	Ullensakersv	33,04	_____

Heat 8

1	Jim Steinsland	95	IL Solid	32,39	_____
2	Sander Andersen	96	Poseidon	32,08	_____
3	Robin Gulseth	92	Kristiansand SA	31,90	_____
4	Jakob Westermoen	95	Mandal SK	32,00	_____
5	Erik Bryhn Myklebust	92	Elverum Svømming	32,15	_____
6	Kasper Bøtker	93	Asker SK	32,52	_____

Heat 9

1	Jostein Dalshov Kringlen	94	Kristiansand SA	31,70	_____
2	Kevin Dippner	93	Skjetten Svømming	31,54	_____
3	Anders Struksnæs Sand	93	Ski SK	31,43	_____
4	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	31,45	_____
5	Philip Budd	96	Poseidon	31,56	_____
6	Stian Frestad	94	Kristiansand SA	31,76	_____

Heat 10

1	Bo Volf Brøchner	96	AGF Århus	31,07	_____
2	Fredrik L. Theien	94	Asker SK	31,06	_____
3	Einar Norum	93	Ski SK	30,77	_____
4	Mikkel Hveding Ersdal	92	Drammen SK	30,82	_____
5	Tom Duc Ngo Kaafjord	94	Vågsbygd SLK	31,07	_____
6	Kristian Bjelbøle Bakken	93	Ski SK	31,10	_____

Heat 11

1	Henry Ravndal	93	Sandnes SLK	30,54	_____
2	Sondre U. Kjelsrud	92	Tønsberg SK	30,50	_____
3	Sven Peder Oseth	93	Ski SK	30,27	_____
4	Eirik S. Jørgensen	95	Kristiansand SA	30,45	_____
5	Kacper Domanski	96	Frisinn SK	30,51	_____
6	Ørjan Monsen	92	Sola SK	30,73	_____

Heat 12

1	Kristian Evensen	90	Kristiansand SA	30,23	_____
2	Glenn Skjæveland	92	Sandnes SLK	30,09	_____
3	Per Kristian Øyen	92	Molde SLK	30,06	_____
4	Andreas Vatne Norheim	92	Vågsbygd SLK	30,08	_____
5	Øivind Holtskog	93	Kristiansand SA	30,20	_____
6	Morten Bordervich	94	TS/Sola SK	30,23	_____

Heat 13

1	Thomas Johansen	85	Drammen SK	29,96	_____
2	Daniel B. Havre	93	Mandal SK	29,92	_____
3	Sondre Thygesen	92	Kristiansand SA	29,91	_____
4	Jonathan Nordhammer	93	Kristiansand SA	29,92	_____
5	Kim Rune Hansen	94	Øvre Eiker SK	29,96	_____
6	Ole Nævdal	93	Skjetten Svømming	30,04	_____

Heat 14

1	Christopher Williams	92	Bergens SLK	29,66	_____
2	Robert Nilsen	84	Sandefjord SK	29,56	_____
3	Eirik Nielsen	95	Poseidon	29,48	_____
4	Eirik B. Lund	90	Elverum Svømming	29,55	_____
5	Anton B. Pedersen	93	AGF Århus	29,66	_____
6	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	29,84	_____

Heat 15

1	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	29,46	_____
2	Hans Andre Pedersen	92	Sandefjord SK	29,32	_____
3	Gustav Frøberg	93	Asker SK	29,21	_____
4	Martin Schau	91	Larvik SK	29,22	_____
5	Aleksander Sire	93	Modum SK	29,36	_____
6	Magnus B. Pedersen	94	AGF Århus	29,46	_____

Heat 16

1	Anders Dyvesveen	92	Ullensakersv	29,10	_____
2	Daniel Skauge	93	Kristiansand SA	29,05	_____
3	Andreas Mathingsdal Pedersen	92	Farsund SK	28,96	_____
4	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	29,01	_____
5	Hoby Andrian	95	Klepp SSK	29,09	_____
6	Thorbjørn Birkeland	93	Haugesund SK	29,19	_____

Heat 17

1	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	28,74	_____
2	Vegard Belaska	93	TS/Madla SK	28,45	_____
3	Norbert Prokopiak	94	Gol IL	28,37	_____
4	Håkon Andersen	92	Kristiansand SA	28,38	_____
5	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	28,60	_____
6	Håkon Brennhagen	93	Skjetten Svømming	28,79	_____

Heat 18

1	Gunnar V. Skirbekk	91	Elverum Svømming	28,09	_____
2	Frede Rønning Rangnes	94	Tønsberg SK	28,00	_____
3	Martin Hals	91	Øvre Eiker SK	27,88	_____
4	Henry Emil Nordhagen	93	Bærumsvømmerne	27,99	_____
5	Øyvind Gevelt	91	Øvre Eiker SK	28,08	_____
6	Kasper Møller	94	AGF Århus	28,24	_____

Heat 19

1	Tord Eirik Seyffarth	92	Mandal SK	27,76	_____
2	Bjarte Ravndal	91	TS/Sola SK	27,45	_____
3	Torfinn Kristensen	81	Drammen SK	27,29	_____
4	Bernt M. Seyffarth	89	Mandal SK	27,31	_____
5	Andreas H. Reksten	83	Bergens SC	27,63	_____
6	Ronny Skaalien	80	Modum SK	27,85	_____

Heat 20

1	Christian R. Svejstrup	90	AGF Århus	26,99	_____
2	Kjetil Berg	91	Vennesla SK	26,61	_____
3	Øivind A. S. Reinertsen	88	Bergens SC	26,16	_____
4	Viktor B. Bromer	93	AGF Århus	26,57	_____
5	Lavrans Solli	92	Bergens SC	26,87	_____
6	Sander Rødje	93	Haugesund SK	27,24	_____

Heat 21

1	Dan Magnus Skibrek	87	Øvre Eiker SK	25,53	_____
2	Alexander B. Havre	90	Mandal SK	25,35	_____
3	Erik Dorch	83	BS/Bergen SLK	24,55	_____
4	Søren Dahl	93	AGF Århus	24,86	_____
5	Gard Kvale	84	Bergens SC	25,36	_____
6	Stian S. Langeland	89	Bergens SC	25,67	_____

Øvelse 8. 50m butterfly, damer

Norsk juniorrekord: Katharina Stiberg, Bjerkvik SK - 26,45 (14.11.2007)
 Norsk seniorrekord: Ingvild Snildal, Asker SK - 25,10 (11.12.2009)

Heat 1

1					_____
2	Marit Hystad	96	IL Solid	40,96	_____
3	Elise Skjæveland	97	Ullensakersv	40,82	_____
4	Sigrun Idsøe	96	Madla SK	40,87	_____
5	Marianne Mæland	S7 - 86	Vågsbygd SLK	57,92	_____
6					_____

Heat 2

1	Runa Vatna Sandmoen	96	Frisinn SK	40,70	_____
2	Ida Helene Hustad	96	Vågsbygd SLK	40,38	_____
3	Marte Gjøsæther	96	Stord IL	40,33	_____
4	Alexandra Veseth Bjerg	97	Larvik SK	40,38	_____
5	Andrea Kvalheim	96	SK Speed	40,58	_____
6	Marte Johanne Tangedal Mehus	97	Stord IL	40,80	_____

Heat 3

1	Christine Moe Gulliksen	96	Nedre Eiker SK	40,20	_____
2	Mari Hals	97	Øvre Eiker SK	40,07	_____
3	Andrea Karstad	97	Larvik SK	39,98	_____
4	Katharina Bø	97	Egersund SK	40,04	_____
5	Nanna Ovesen	96	Elverum Svømming	40,13	_____
6	Anna Teetzmann	95	Stord IL	40,21	_____

Heat 4

1	Elise Guldhav	95	Vågsbygd SLK	39,82	_____
2	Solveig Lund	96	Vågsbygd SLK	39,63	_____
3	Tina Horne Olsen	96	Nedre Eiker SK	39,20	_____
4	Sofie Reisænen	97	Varodd SK	39,32	_____
5	Ida Jordan	97	Elverum Svømming	39,66	_____
6	Linn Veronica Lauvrak	97	Lillesand	39,85	_____

Heat 5

1	Ingelin Lima	97	Lier SK	39,06	_____
2	Elinor Ariansen	95	Mandal SK	38,89	_____
3	Susan Ultee	96	Frisinn SK	38,77	_____
4	May-Helene Nielsen	96	Øvre Eiker SK	38,84	_____
5	Ine Emilie Rist Jensen	96	Lillesand	38,99	_____
6	Sandra Sola	97	Randaberg IL	39,16	_____

Heat 6

1	Madelen Wolf	96	Sandefjord SK	38,39	_____
2	Maren Hegland	96	Mandal SK	38,11	_____
3	Johanne Ausland	96	Vågsbygd SLK	38,06	_____
4	Thea Støle	96	Frisinn SK	38,11	_____
5	Sara Munz-Kløve	94	Bergkameratene	38,12	_____
6	Signe Birch Moltu	94	Frisinn SK	38,46	_____

Heat 7

1	Hege Hetland Pedersen	96	Nedre Eiker SK	37,73	_____
2	Birgitte Tangen Gjerde	94	Molde SLK	37,66	_____
3	Susanne Holm Røed	96	SK Speed	37,31	_____
4	Ane Lee Johansen	97	Kristiansand SA	37,51	_____
5	May Synnøve Bartlett	95	Madla SK	37,66	_____
6	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	37,86	_____

Heat 8

1	Elise Sandvoll	96	Frisinn SK	37,20	_____
2	Une Johnsen	96	Mandal SK	37,15	_____
3	Nina Staveland	97	Madla SK	37,09	_____
4	Maren Mæhre	96	Vågsbygd SLK	37,11	_____
5	Ingrid Ånderå	93	Sandnes SLK	37,17	_____
6	Elise Gjessing	94	Lier SK	37,28	_____

Heat 9

1	Camilla Bø	93	Egersund SK	36,75	_____
2	Kristin Graf Verpe	95	Drammen SK	36,43	_____
3	Tiril Fredrikke Rist Jensen	94	Lillesand	36,36	_____
4	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	36,41	_____
5	Helene Moholt	95	Modum SK	36,72	_____
6	Kristin Johnson	93	Elverum Svømming	36,86	_____

Heat 10

1	Edle Minnesjord	95	Poseidon	36,35	_____
2	Marie L. Nygaard	94	Mandal SK	36,10	_____
3	Pernille Mørch	94	Skjetten Svømming	36,06	_____
4	Lise Viola Haraldstad	94	Mandal SK	36,08	_____
5	Regine Sjørdal Lindanger	96	Frisinn SK	36,16	_____
6	Ida Nordbø	93	Fyresdal IL	36,35	_____

Heat 11

1	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	35,95	_____
2	Jeanine Beau Van Der Schuur	92	Fyresdal IL	35,91	_____
3	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	35,80	_____
4	Jenny Brønseth	93	Larvik SK	35,80	_____
5	Tone Garby	95	Ski SK	35,92	_____
6	Hanna Huglen Vinsnesbakk	95	Stord IL	35,96	_____

Heat 12

1	Arbresha Veligqi	93	Vågsbygd SLK	35,70	_____
2	Sara Torp Myhre	94	SK Speed	35,51	_____
3	Maria Krogstad	94	Øvre Eiker SK	35,43	_____
4	Siril Therese Follo Bårtvedt	97	Sandnes SLK	35,50	_____
5	Runa B. Bardsgård	96	Sandnes SLK	35,65	_____
6	Tina Øen Haugen	93	Nedre Eiker SK	35,74	_____

Heat 13

1	Julie Marie Hushovd Markussen	96	Lier SK	35,38	_____
2	Ronja Thoresen	96	Ski SK	35,19	_____
3	Elisabeth Hedstrøm	92	Vågsbygd SLK	35,13	_____
4	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	35,16	_____
5	Christine B. Haugen	93	Asker SK	35,38	_____
6	Marte Staveland	95	Madla SK	35,43	_____

Heat 14

1	Aleksandra Berge	94	Madla SK	35,06	_____
2	Ida Kristine Jøsdal	96	Vågsbygd SLK	35,03	_____
3	Marie Svensson	95	Skjetten Svømming	34,97	_____
4	Sara Boukili	95	SK Speed	35,00	_____
5	Camilla Birkeland	96	Haugesund SK	35,06	_____
6	Solveig Vuillimomet	94	Klepp SSK	35,07	_____

Heat 15

1	Renate Laupstad	92	Egersund SK	34,86	_____
2	Oda Gjerde	95	Bryne SK	34,79	_____
3	Siv Vuillimomet	92	Klepp SSK	34,73	_____
4	Christiane Sandbye	93	Skjetten Svømming	34,77	_____
5	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	34,82	_____
6	Ulrika Toft	95	AGF Århus	34,91	_____

Heat 16

1	Vilde Bjørnebye	95	Elverum Svømming	34,66	_____
2	Maria Pedersen	95	AGF Århus	34,51	_____
3	Hannah Wærenskjold	94	Mandal SK	34,36	_____
4	Monica Avlesbug	95	Klepp SSK	34,47	_____
5	Elise Fjeldstad	95	Vågsbygd SLK	34,53	_____
6	Stine Marie Anderssen	95	Sandnes SLK	34,70	_____

Heat 17

1	Ellen Camilla Hansen	95	Øvre Eiker SK	34,29	_____
2	Josephine Alexandrian	89	Vågsbygd SLK	34,21	_____
3	Maiken Gjerdseth	95	Lier SK	34,18	_____
4	Henriette Dahl	95	Bergens SC	34,20	_____
5	Patricia Baay Kristoffersen	96	Sandefjord SK	34,29	_____
6	Hilde Kringlen	91	Kristiansand SA	34,35	_____

Heat 18

1	Kristine Mathingsdal Pedersen	94	Farsund SK	34,08	_____
2	Henriette Fast Andersen	93	Vågsbygd SLK	33,89	_____
3	Rachel Eden	95	Madla SK	33,71	_____
4	Henriette With Bjørnstad	92	Ski SK	33,89	_____
5	Marie-Elise Eriksen	94	Sandefjord SK	33,92	_____
6	Emilie Engebretsen	93	Drammen SK	34,11	_____

Heat 19

1	Elisabeth Støver	96	Modum SK	33,63	_____
2	Marte Stamland	96	Poseidon	33,54	_____
3	Sara Louise Pedersen	96	Poseidon	33,42	_____
4	Sara Mogensen	95	AGF Århus	33,48	_____
5	Mari Mjøllhus Kristoffersen	95	Madla SK	33,55	_____
6	Ida Christine Nilsen	91	Kristiansand SA	33,67	_____

Heat 20

1	Julie Askeland	93	Haugesund SK	33,27	_____
2	Malin Frestad	91	Kristiansand SA	33,06	_____
3	Mari Knutsen	95	Øvre Eiker SK	32,92	_____
4	Christine Arctander	93	Madla SK	32,94	_____
5	Therese Tronerud	93	Egersund SK	33,15	_____
6	Hege Strøm Haukeland	94	SK Speed	33,35	_____

Heat 21

1	Amalie Kristiansen	95	Haugesund SK	32,69	_____
2	Frida Brunvoll	93	Molde SLK	32,64	_____
3	Linn Hege Laudal	89	Kristiansand SA	32,32	_____
4	Maren Larsen	94	Madla SK	32,58	_____
5	Susanne Fornasari	94	Skjetten Svømming	32,67	_____
6	Unn Elin Kleppa Øvestad	88	Sandnes SLK	32,80	_____

Heat 22

1	Siri Anette Sønju	92	Øvre Eiker SK	32,26	_____
2	Vannja Celine Brunsvik	93	Haugesund SK	32,23	_____
3	Ragnhild Søfteland	92	Bergens SC	32,17	_____
4	Emilie Valand Sørensen	94	Kristiansand SA	32,19	_____
5	Helene Nordmark Skuterud	93	Asker SK	32,25	_____
6	Inger Husveg	92	Klepp SSK	32,28	_____

Heat 23

1	Sara Petrine Veierød	93	Bergens SC	31,98	_____
2	Oda Marie Siljan	92	Poseidon	31,96	_____
3	Malena Martens	94	IL Solid	31,71	_____
4	Solvej Mathiasen	94	AGF Århus	31,87	_____
5	Stine Lise Stenseth	94	Øvre Eiker SK	31,98	_____
6	Karoline Pedersen	94	Bergens SLK	32,10	_____

Heat 24

1	Hanne Sofie L. Nilsen	94	Kristiansand SA	31,67	_____
2	Maren Gullvåg Aasen	95	Kristiansand SA	31,63	_____
3	Nicole Egeland	93	Sandnes SLK	31,20	_____
4	Hege Omdal	89	Vågsbygd SLK	31,24	_____
5	Vilde Tengesdal	96	Bryne SK	31,65	_____
6	Amalie Thorstensen	96	Vågsbygd SLK	31,70	_____

Heat 25

1	Ingalill Urrang Naustvik	95	Karmøy SK	31,10	_____
2	Hanne Chr. Seyffarth	85	Mandal SK	30,83	_____
3	Birgitte Elise Søfteland	94	Sarpsborg IL	30,52	_____
4	Ida Johansen	94	Øvre Eiker SK	30,59	_____
5	Inger Kristine Steinsland	92	IL Solid	31,03	_____
6	Lotte Miller	96	Madla SK	31,17	_____

Heat 26

1	Kaja Bremer	93	Bergens SLK	30,07	_____
2	Iselin Mjøllner Dahlen	92	Skjetten Svømming/NTG	29,90	_____
3	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK	29,75	_____
4	Katrine Crone	92	AGF Århus	29,83	_____
5	Stine Mjøllhus Kristoffersen	93	TS/Frisinn	29,98	_____
6	Ingrid Hystad	92	IL Solid	30,37	_____

Heat 27

1	Marthe Berg Sørensen	92	TS/Frisinn	29,58	_____
2	Oona Ovesen	92	Elverum Svømming	29,36	_____
3	Anja Olsen	93	AGF Århus	29,23	_____
4	Helene Solberg	91	Skjetten Svømming	29,31	_____
5	Eirin Arnesen	93	Bergens SC	29,52	_____
6	Victoria Rung	92	TS/Frisinn	29,74	_____

Heat 28

1	Siri Løvold Magnussen	86	BS/Delfana	28,65	_____
2	Pernille Larsen	92	AGF Århus	28,09	_____
3	Cecilie W. Johannessen	90	Bergens SC	27,08	_____
4	Victoria S. Løken	91	Team Stavanger	27,52	_____
5	Maria Gullvåg Aasen	92	Kristiansand SA/NTG	28,14	_____
6	Maren Kristine Jansen	90	TS/Randaberg	28,87	_____

Øvelse 9. 8*50m fri, mixed**Heat 1**

1					
2	Øvre Eiker SK Mix 1 sr.	SR	Øvre Eiker SK		_____
3	Ski SK Mix 1 sr.	SR	Ski SK	4.15,00	_____
4	Elverum IL Mix 2 sr.	SR	Elverum Svømming	4.33,88	_____
5					
6					

Heat 2

1	Frisinn SK Mix 1 sr.	SR	Frisinn SK	4.14,00	_____
2	Vågsbygd SLK Mix 1 sr.	SR	Vågsbygd SLK	4.00,00	_____
3	Sandnes SLK Mix 1 sr.	SR	Sandnes SLK	3.58,10	_____
4	Kristiansand SA Mix 2 sr.	SR	Kristiansand SA	3.59,00	_____
5	Drammen SK Mix 1 sr.	SR	Drammen SK	4.01,49	_____
6					

Heat 3

1	Elverum IL Mix 1 sr.	SR	Elverum Svømming	3.56,20	_____
2	Sandefjord SK Mix 1 sr.	SR	Sandefjord SK	3.51,37	_____
3	Kristiansand SA Mix 1 sr.	SR	Kristiansand SA	3.47,00	_____
4	AGF Århus Mix 2 sr.	SR	AGF Århus	3.50,00	_____
5	Poseidon Mix 1 sr.	SR	Poseidon	3.53,50	_____
6	Madla SK Mix 1 sr.	SR	Madla SK	3.57,00	_____

Heat 4

1	Skjetten Mix 1 sr.	SR	Skjetten Svømming	3.45,00	_____
2	Bergens SC Mix 1 sr.	SR	Bergens SC	3.36,01	_____
3	Team Stavanger Mix 1 sr.	SR	Team Stavanger	3.25,00	_____
4	AGF Århus Mix 1 sr.	SR	AGF Århus	3.28,00	_____
5	Mandal SK Mix 1 sr.	SR	Mandal SK	3.41,15	_____
6	Drammen SK Mix 2 sr.	SR	Drammen SK	3.45,50	_____

Lørdag 30. januar 2010 kl 09.00

Øvelse 11. 200m individuell medley, herrer

Norsk juniorrekord: Sverre Næss, Sarpsborg IL - 1.59,18 (26.11.2009)

Norsk seniorrekord: Gard Kvale, Bergens SC - 1.57,76 (11.12.2008)

Heat 1

1	David Tørring	95	AGF Århus	3.04,66	_____
2	Andreas Brobakken	96	Lillesand	3.02,32	_____
3	Tor Witzøe	95	Flekkefjord SK	3.01,89	_____
4	Bjørn Roar Hansen	97	Øvre Eiker SK	3.02,06	_____
5	Martin Fuglesang	96	Elverum Svømming	3.02,73	_____
6					_____

Heat 2

1	Albert Grahn-Frankil	96	AGF Århus	2.58,29	_____
2	Michael Grund	97	Vågsbygd SLK	2.57,78	_____
3	Jonas Hagmansen	97	SK Speed	2.53,58	_____
4	Eirik Rugsveen	96	Elverum Svømming	2.56,63	_____
5	Michael Gutierrez Irgens	95	Bergens SC	2.58,25	_____
6	Håkon B Lund	97	Elverum Svømming	3.00,75	_____

Heat 3

1	Kacper Domanski	96	Frisinn SK	2.52,61	_____
2	Espen Høglo	97	Vågsbygd SLK	2.52,34	_____
3	Jonathan Støtvig Schøning	95	Larvik SK	2.50,52	_____
4	Håkon Vatne Norheim	95	Vågsbygd SLK	2.50,56	_____
5	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	2.52,54	_____
6	Simen Halse Larsen	97	Vågsbygd SLK	2.53,25	_____

Heat 4

1	Ulrik Rasch Bakke	97	Elverum Svømming	2.49,23	_____
2	Johannes Aagaard-Nilsen Wiik	96	Larvik SK	2.48,54	_____
3	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	2.44,75	_____
4	Lars Broby Foss	95	Grimstad SK	2.47,37	_____
5	Eirik Midtun	97	Bergkameratene	2.49,02	_____
6	Eirik Frestad	97	Kristiansand SA	2.50,04	_____

Heat 5

1	Torfinn Truchs Erga	93	Grimstad SK	2.42,71	_____
2	Daniel Nesbø	96	Skjetten Svømming	2.41,68	_____
3	Nicolai Gerrard	94	Kristiansand SA	2.39,43	_____
4	Magnus Møkster	94	Frisinn SK	2.41,12	_____
5	Henrik Flood Kvien	96	SK Speed	2.41,87	_____
6	Lars Rugsveen	94	Elverum Svømming	2.42,86	_____

Heat 6

1	Anton Bromer	95	AGF Århus	2.38,18	_____
2	Kasper Bøtker	93	Asker SK	2.35,02	_____
3	Øyvind Malde	92	Madla SK	2.31,56	_____
4	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	2.33,30	_____
5	Victor Pedersen	97	AGF Århus	2.36,84	_____
6	Fredrik L. Theien	94	Asker SK	2.38,60	_____

Heat 7

1	Christoffer Ravn	92	AGF Århus	2.30,78	_____
2	Andreas Vatne Norheim	92	Vågsbygd SLK	2.28,83	_____
3	Jesper Gemke	93	AGF Århus	2.21,83	_____
4	Didrik K. Grønseth	92	Frisinn SK	2.27,94	_____
5	Anders Dyvesveen	92	Ullensakersv	2.29,09	_____
6	Sindre Aasland Ranaweera	96	Madla SK	2.31,49	_____

Heat 8

1	Gunnar V. Skirbekk	91	Elverum Svømming	2.20,93	_____
2	Aleksander Sire	93	Modum SK	2.19,75	_____
3	Erling Mjøs Brattelid	91	TS/Sola SK	2.18,52	_____
4	Martin Schau	91	Larvik SK	2.19,47	_____
5	Håkon Brennhagen	93	Skjetten Svømming	2.19,88	_____
6	Kasper Fiil Frandsen	94	AGF Århus	2.21,36	_____

Heat 9

1	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	2.14,41	_____
2	Christian R. Svejstrup	90	AGF Århus	2.09,99	_____
3	Gard Kvale	84	Bergens SC	1.58,54	_____
4	Viktor B. Bromer	93	AGF Århus	2.08,61	_____
5	Martin Hals	91	Øvre Eiker SK	2.12,56	_____
6	Andreas Mathingsdal Pedersen	92	Farsund SK	2.17,05	_____

Øvelse 12. 200m individuell medley, damer

Norsk juniorrekord: Elisabeth Jarland, BS/Delfana - 2.13,80 (29.11.2003)

Norsk seniorrekord: Ingvild Snildal, Asker SK - 2.12,04 (14.11.2009)

Heat 1

1	Cathrine Løwer Dahlquist	97	Nedre Eiker SK	3.18,46	_____
2	Tina Lægraid	96	Varodd SK	3.17,54	_____
3	Anne Helene Krohn	96	Flekkefjord SK	3.12,89	_____
4	Ida Helene Hustad	96	Vågsbygd SLK	3.14,91	_____
5	Marit Hystad	96	IL Solid	3.18,15	_____
6	Malin Kristine Teisrud	97	Vågsbygd SLK	3.19,05	_____

Heat 2

1	Birgitte Tangen Gjerde	94	Molde SLK	3.10,96	_____
2	Aulona Bytyqi	95	Lillesand	3.10,50	_____
3	Alexandra Veseth Bjerg	97	Larvik SK	3.08,77	_____
4	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK	3.09,96	_____
5	Edle Minnesjord	95	Poseidon	3.10,60	_____
6	Andrea Kvalheim	96	SK Speed	3.12,60	_____

Heat 3

1	Runa B. Bardsgård	96	Sandnes SLK	3.07,70	_____
2	Tina Horne Olsen	96	Nedre Eiker SK	3.04,78	_____
3	Marie Malvik	97	Poseidon	3.04,28	_____
4	Anniken Reisz Kiil	94	Larvik SK	3.04,52	_____
5	Andrea Karstad	97	Larvik SK	3.04,99	_____
6	Nanna Ovesen	96	Elverum Svømming	3.07,81	_____

Heat 4

1	Susanne Holm Røed	96	SK Speed	3.03,61	_____
2	Ragnhild Hals	95	Øvre Eiker SK	3.02,08	_____
3	Marte Staveland	95	Madla SK	3.00,96	_____
4	Christine Moe Gulliksen	96	Nedre Eiker SK	3.02,00	_____
5	Tone Garby	95	Ski SK	3.02,46	_____
6	Solveig Lund	96	Vågsbygd SLK	3.04,00	_____

Heat 5

1	Arbresha Veligqi	93	Vågsbygd SLK	2.58,89	_____
2	Kaja Konow Grønseth	95	Frisinn SK	2.58,56	_____
3	Stine Marie Anderssen	95	Sandnes SLK	2.57,69	_____
4	Sara Munz-Kløve	94	Bergkameratene	2.58,35	_____
5	May Synnøve Bartlett	95	Madla SK	2.58,88	_____
6	Toni G. Coudray	97	Bergens SC	2.59,88	_____

Heat 6

1	Ina Andersen Steinsland	96	Vågsbygd SLK	2.56,47	_____
2	Ine Emilie Rist Jensen	96	Lillesand	2.55,44	_____
3	Signe Birch Moltu	94	Frisinn SK	2.54,69	_____
4	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	2.54,83	_____
5	Sandra Sola	97	Randaberg IL	2.56,30	_____
6	Maren Mæhre	96	Vågsbygd SLK	2.56,60	_____

Heat 7

1	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	2.53,22	_____
2	Helene Moholt	95	Modum SK	2.53,01	_____
3	Renate Laupstad	92	Egersund SK	2.52,04	_____
4	Sofie Reisænen	97	Varodd SK	2.52,29	_____
5	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	2.53,16	_____
6	Gina Struksnæs Sand	95	Ski SK	2.54,18	_____

Heat 8

1	Christine Arctander	93	Madla SK	2.51,84	_____
2	Rachel Eden	95	Madla SK	2.50,21	_____
3	Aleksandra Berge	94	Madla SK	2.49,58	_____
4	Solvår Wium	95	Øvre Eiker SK	2.49,70	_____
5	Camilla Birkeland	96	Haugesund SK	2.50,86	_____
6	Vilde Bjørnebye	95	Elverum Svømming	2.51,87	_____

Heat 9

1	Cecilie Bjerg	96	AGF Århus	2.48,90	_____
2	Nina Staveland	97	Madla SK	2.48,65	_____
3	Stine Mary Vissing	97	AGF Århus	2.46,20	_____
4	Marlene Jessing Larsen	96	AGF Århus	2.46,48	_____
5	Eline Mathilde Swensen	96	Ski SK	2.48,67	_____
6	Ida Jensen Lirhus	97	Madla SK	2.49,09	_____

Heat 10

1	Emilie Yung Meiling	97	AGF Århus	2.45,18	_____
2	Mari Knutsen	95	Øvre Eiker SK	2.43,57	_____
3	Nicole Egeland	93	Sandnes SLK	2.41,97	_____
4	Ulrika Toft	95	AGF Århus	2.43,42	_____
5	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	2.45,17	_____
6	Tiril Fredrikke Rist Jensen	94	Lillesand	2.45,19	_____

Heat 11

1	Anna Katrine Jørgensen	96	AGF Århus	2.41,81	_____
2	Mari Mjølhus Kristoffersen	95	Madla SK	2.39,82	_____
3	Marie Svensson	95	Skjetten Svømming	2.37,59	_____
4	Oda Gjerde	95	Bryne SK	2.37,92	_____
5	Guro Aas	96	Vågsbygd SLK	2.41,06	_____
6	Maren Larsen	94	Madla SK	2.41,94	_____

Heat 12

1	Marie-Elise Eriksen	94	Sandefjord SK	2.35,69	_____
2	Julie Jepsen	94	AGF Århus	2.34,57	_____
3	Ellen Camilla Hansen	95	Øvre Eiker SK	2.33,86	_____
4	Solvej Mathiasen	94	AGF Århus	2.33,93	_____
5	Kristine Mathingsdal Pedersen	94	Farsund SK	2.35,01	_____
6	Hege Strøm Haukeland	94	SK Speed	2.36,94	_____

Heat 13

1	Sofie Reffstrup Pedersen	95	AGF Århus	2.31,61	_____
2	Iselin Mjøllner Dahlen	92	Skjetten Svømming/NTG	2.29,49	_____
3	Oona Ovesen	92	Elverum Svømming	2.25,17	_____
4	Stine Mjølhus Kristoffersen	93	TS/Frisinn	2.26,11	_____
5	Stine Lise Stenseth	94	Øvre Eiker SK	2.30,57	_____
6	Siri Anette Sønju	92	Øvre Eiker SK	2.32,93	_____

Heat 14

1	Katrine Crone	92	AGF Århus	2.22,03	_____
2	Anja Olsen	93	AGF Århus	2.21,42	_____
3	Victoria Rung	92	TS/Frisinn	2.19,63	_____
4	Pernille Larsen	92	AGF Århus	2.20,29	_____
5	Cecilie W. Johannessen	90	Bergens SC	2.21,53	_____
6	Ingalill Urrang Naustvik	95	Karmøy SK	2.24,98	_____

Øvelse 13. 50m fri, herrer

Norsk juniorrekord: Sverre Næss, Sarpsborg IL - 22,74 (11.11.2009)
 Norsk seniorrekord: Sander Smørdal, Bergensvømmerne - 21,89 (15.11.2009)

Heat 1

1					
2	Eirik Osnes	96	Tønsberg SK	34,41	_____
3	Soufian Boukili	97	SK Speed	34,25	_____
4	Jonatan Balladone	97	AGF Århus	34,39	_____
5					
6					

Heat 2

1					
2	Espen Høglo	97	Vågsbygd SLK	33,79	_____
3	Fredrik Hille	96	Vågsbygd SLK	33,68	_____
4	Ole Christian Nergaard	96	Lier SK	33,74	_____
5	Stian Fjerdingsstad	97	Nedre Eiker SK	33,84	_____
6					

Heat 3

1	Adrian Etterlid Jensen	97	Stord IL	33,66	_____
2	Emil Gran	96	Ski SK	33,46	_____
3	Bjørn Roar Hansen	97	Øvre Eiker SK	33,37	_____
4	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	33,38	_____
5	Aleksander Røe Strømshoved	95	SK Speed	33,63	_____
6	Niklas Molnes Hole	96	Bergkameratene	33,67	_____

Heat 4

1	Are Mowatt Gruben	96	Bergens SC	33,28	_____
2	Håkon B Lund	97	Elverum Svømming	33,22	_____
3	Simen Halse Larsen	97	Vågsbygd SLK	33,13	_____
4	Ove Andre Nilsen	97	Flekkefjord SK	33,16	_____
5	Ole-Mikal Fløgstad	97	Ullensakersv	33,28	_____
6	Erik Andre Klepp Vik	96	Sandnes SLK	33,32	_____

Heat 5

1	Bjørn Stian Vuilliomenet	96	Klepp SSK	32,84	_____
2	Martin Fuglesang	96	Elverum Svømming	32,81	_____
3	Birk Hveding Ersdal	96	Drammen SK	32,61	_____
4	Andreas Brobakken	96	Lillesand	32,62	_____
5	Eirik Rugsveen	96	Elverum Svømming	32,82	_____
6	Jonas Hagmansen	97	SK Speed	32,84	_____

Heat 6

1	Andreas Kaafjord	96	Vågsbygd SLK	32,28	_____
2	Tor Witzøe	95	Flekkefjord SK	32,04	_____
3	Eirik Frestad	97	Kristiansand SA	31,70	_____
4	Øyvind E. Stenberg	96	Farsund SK	31,89	_____
5	Albert Grahn-Frankil	96	AGF Århus	32,20	_____
6	Filip Krzysztow Ludwiczak	96	Bergens SC	32,35	_____

Heat 7

1	Jonathan Støtving Schøning	95	Larvik SK	31,09	_____
2	Morten Molin Wang	95	Ski SK	31,05	_____
3	Jonathan Bitsch Holm	94	AGF Århus	30,89	_____
4	Ole Christiansen	95	Poseidon	31,00	_____
5	Martin Nilsen	94	Haugesund SK	31,08	_____
6	Michael Gutierrez Irgens	95	Bergens SC	31,46	_____

Heat 8

1	Andreas V. Jäger	93	Vennesla SK	30,83	_____
2	Karsten Ovesen	94	Elverum Svømming	30,54	_____
3	Espen Hanto	95	Tønsberg SK	30,47	_____
4	Thomas A Fardal	97	Egersund SK	30,53	_____
5	Eirik Johnsen	96	Bergens SC	30,70	_____
6	Simen Clementsen	95	Frisinn SK	30,85	_____

Heat 9

1	Håkon Vatne Norheim	95	Vågsbygd SLK	30,11	_____
2	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK	29,99	_____
3	Rino Hagen	93	Modum SK	29,92	_____
4	Jakob Kornmaaler	95	AGF Århus	29,99	_____
5	Thomas W. Fuglseth	94	Egersund SK	30,04	_____
6	Erik Gjessing	97	Lier SK	30,36	_____

Heat 10

1	Marius T Eliassen	95	Sandefjord SK	29,69	_____
2	Håkon Wulf Haugen	96	Bergens SC	29,64	_____
3	Johan Markus Mowinckel	95	Bergens SC	29,54	_____
4	Johannes Aagaard-Nilsen Wiik	96	Larvik SK	29,60	_____
5	Henrik Christiansen	96	Skjetten Svømming	29,66	_____
6	Lars Broby Foss	95	Grimstad SK	29,86	_____

Heat 11

1	Odin Moen	94	Egersund SK	29,34	_____
2	Brage Guttormsen	94	Larvik SK	29,10	_____
3	Filip Papoutsis	95	Lier SK	29,06	_____
4	Thomas Brustveit	93	Sandnes SLK	29,10	_____
5	Anders Struksnæs Sand	93	Ski SK	29,16	_____
6	Sander Andersen	96	Poseidon	29,40	_____

Heat 12

1	Erik Lauvbu	94	Øvre Eiker SK	28,97	_____
2	Fredrik Langholm Furuli	93	Drammen SK	28,91	_____
3	Jakob Westermoen	95	Mandal SK	28,87	_____
4	Jørgen Gundersen	95	Skjetten Svømming	28,88	_____
5	Jørgen Marthinsen	94	Tønsberg SK	28,95	_____
6	Lars Rugsveen	94	Elverum Svømming	29,06	_____

Heat 13

1	Philip Budd	96	Poseidon	28,80	_____
2	Benjamin Erichsen	94	Sandefjord SK	28,70	_____
3	Magnus Andre Nilsen	91	Drammen SK	28,52	_____
4	Erik Bryhn Myklebust	92	Elverum Svømming	28,68	_____
5	Kacper Domanski	96	Frisinn SK	28,79	_____
6	Casper Buan Helgesen	95	Poseidon	28,81	_____

Heat 14

1	Morgan B. Johansen	96	Skjetten Svømming	28,48	_____
2	Sven Peder Oseth	93	Ski SK	28,48	_____
3	Jostein Dalshov Kringlen	94	Kristiansand SA	28,27	_____
4	Henrik Flood Kvien	96	SK Speed	28,39	_____
5	Jens Holm	92	Drammen SK	28,48	_____
6	Jonas Langseth Guttormsen	92	Drammen SK	28,50	_____

Heat 15

1	Øivind Holtskog	93	Kristiansand SA	28,10	_____
2	Fredrik L. Theien	94	Asker SK	28,02	_____
3	Hoby Andrian	95	Klepp SSK	27,78	_____
4	Einar Norum	93	Ski SK	27,87	_____
5	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	28,03	_____
6	Jim Steinsland	95	IL Solid	28,26	_____

Heat 16

1	Martin B. Lund	92	Elverum Svømming	27,61	_____
2	Robin Gulseth	92	Kristiansand SA	27,54	_____
3	Thomas Johansen	85	Drammen SK	27,51	_____
4	Torbjørn Udjus	93	Grimstad SK	27,54	_____
5	Kristian Bjelbøle Bakken	93	Ski SK	27,56	_____
6	Jørgen Bråthen	95	Ullensakersv	27,62	_____

Heat 17

1	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	27,48	_____
2	Øyvind Malde	92	Madla SK	27,47	_____
3	Tarik Batlak	90	Kristiansand SA	27,39	_____
4	Gustav Frøberg	93	Asker SK	27,46	_____
5	Stian Frestad	94	Kristiansand SA	27,47	_____
6	Erik Olaf Skribeland	86	Vågsbygd SLK	27,49	_____

Heat 18

1	Kenneth Skærbæk	94	AGF Århus	27,29	_____
2	Håkon Brennhagen	93	Skjetten Svømming	27,20	_____
3	Eirik S. Jørgensen	95	Kristiansand SA	27,16	_____
4	Erik Andreassen	93	Sandefjord SK	27,18	_____
5	Sondre U. Kjelsrud	92	Tønsberg SK	27,22	_____
6	Kevin Dippner	93	Skjetten Svømming	27,38	_____

Heat 19

1	Ole Nævdal	93	Skjetten Svømming	27,04	_____
2	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	27,03	_____
3	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	26,97	_____
4	Daniel B. Havre	93	Mandal SK	26,98	_____
5	Daniel Skauge	93	Kristiansand SA	27,03	_____
6	Eirik Nielsen	95	Poseidon	27,11	_____

Heat 20

1	Per Kristian Øyen	92	Molde SLK	26,94	_____
2	Jonathan Nordhammer	93	Kristiansand SA	26,85	_____
3	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	26,82	_____
4	Henry Ravndal	93	Sandnes SLK	26,83	_____
5	Christopher Williams	92	Bergens SLK	26,90	_____
6	Anders Dyvesveen	92	Ullensakersv	26,97	_____

Heat 21

1	Kristian Evensen	90	Kristiansand SA	26,78	_____
2	Øyvind Gevelt	91	Øvre Eiker SK	26,73	_____
3	Andreas Vatne Norheim	92	Vågsbygd SLK	26,70	_____
4	Eirik B. Lund	90	Elverum Svømming	26,72	_____
5	Norbert Prokopiak	94	Gol IL	26,77	_____
6	Morten Bordervich	94	TS/Sola SK	26,82	_____

Heat 22

1	Sondre Thygesen	92	Kristiansand SA	26,60	_____
2	Mikkel Hveding Ersdal	92	Drammen SK	26,58	_____
3	Magnus B. Pedersen	94	AGF Århus	26,39	_____
4	Øystein S. Jørgensen	93	Kristiansand SA	26,48	_____
5	Ørjan Monsen	92	Sola SK	26,58	_____
6	Kim Rune Hansen	94	Øvre Eiker SK	26,64	_____

Heat 23

1	Gunnar V. Skirbekk	91	Elverum Svømming	26,27	_____
2	Sven Berg	92	Bergens SLK	26,06	_____
3	Øivind A. S. Reinertsen	88	Bergens SC	25,94	_____
4	Anton B. Pedersen	93	AGF Århus	25,98	_____
5	Hans Andre Pedersen	92	Sandefjord SK	26,13	_____
6	Haakon Hansen	82	Drammen SK	26,38	_____

Heat 24

1	Kasper Møller	94	AGF Århus	25,89	_____
2	Erlend Tveteraas	91	TS/Madla SK	25,84	_____
3	Thorbjørn Birkeland	93	Haugesund SK	25,67	_____
4	Nils Just Andersen	92	AGF Århus	25,73	_____
5	Aleksander Sire	93	Modum SK	25,87	_____
6	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	25,93	_____

Heat 25

1	Martin Hals	91	Øvre Eiker SK	25,65	_____
2	Håkon Andersen	92	Kristiansand SA	25,28	_____
3	Frede Rønning Rangnes	94	Tønsberg SK	25,26	_____
4	Jørgen Aagaard-Nilsen Wiik	93	Larvik SK	25,26	_____
5	Sander Rødje	93	Haugesund SK	25,31	_____
6	Vegard Belaska	93	TS/Madla SK	25,66	_____

Heat 26

1	Viktor B. Bromer	93	AGF Århus	24,80	_____
2	Torfinn Kristensen	81	Drammen SK	24,75	_____
3	Lavrans Solli	92	Bergens SC	24,33	_____
4	Henry Emil Nordhagen	93	Bærumsvømmerne	24,66	_____
5	Kjetil Berg	91	Vennesla SK	24,77	_____
6	Tord Eirik Seyffarth	92	Mandal SK	25,10	_____

Heat 27

1	Dan Magnus Skibrek	87	Øvre Eiker SK	24,13	_____
2	Alexander B. Havre	90	Mandal SK	23,58	_____
3	Bernt M. Seyffarth	89	Mandal SK	23,49	_____
4	Gard Kvale	84	Bergens SC	23,53	_____
5	Bjarte Ravndal	91	TS/Sola SK	23,75	_____
6	Søren Dahl	93	AGF Århus	24,22	_____

Øvelse 14. 50m fri, damer

Norsk juniorrekord: Cecilie Johannessen, Bergens SC - 25,11 (29.11.2009)

Norsk seniorrekord: Henriette Brekke, Vestkantsvømmerne - 24,90 (14.12.2008)

Heat 1

1	Sofie Thorsen	96	Varodd SK	37,28	_____
2	Camilla Olufsen	97	Larvik SK	37,24	_____
3	Marte Johanne Tangedal Mehus	97	Stord IL	37,13	_____
4	Eli Grønvold	95	Ullensakersv	37,16	_____
5	Maren Rasmussen	97	Øvre Eiker SK	37,24	_____
6	Marianne Mæland	S7 - 86	Vågsbygd SLK	43,02	_____

Heat 2

1	Pernille Vestre	97	Haugesund SK	37,04	_____
2	Tina Lægraid	96	Varodd SK	36,99	_____
3	Ida Helene Hustad	96	Vågsbygd SLK	36,92	_____
4	Lisa Aaslestad	96	Sandnes SLK	36,95	_____
5	Katharina Bø	97	Egersund SK	37,02	_____
6	Ena Kjær	96	Klepp SSK	37,09	_____

Heat 3

1	Tove Frøberg	97	Asker SK	36,76	_____
2	Rebekka Asbjørnsen	96	Sandnes SLK	36,68	_____
3	Anne Helene Krohn	96	Flekkefjord SK	36,57	_____
4	Madelen Stenberg	97	Varodd SK	36,66	_____
5	Rona Hjelmstad	S14 - 93	Skjetten Svømming	36,72	_____
6	Ida Jordan	97	Elverum Svømming	36,77	_____

Heat 4

1	Sigrun Idsøe	96	Madla SK	36,35	_____
2	Maren Sofie Aske	97	Vågsbygd SLK	36,23	_____
3	Silje I Øyen	95	Elverum Svømming	36,12	_____
4	Marit Hystad	96	IL Solid	36,17	_____
5	Karianne Olsen	97	Vågsbygd SLK	36,28	_____
6	Tina Horne Olsen	96	Nedre Eiker SK	36,53	_____

Heat 5

1	Ida Bjøntegård Oftedal	96	Haugesund SK	35,93	_____
2	Cecilia Eide Songstad	97	Bergens SC	35,84	_____
3	Cathrine Løwer Dahlquist	97	Nedre Eiker SK	35,75	_____
4	Margrete Lien	94	Fyresdal IL	35,79	_____
5	Nora Skatvedt	97	Ullensakersv	35,93	_____
6	Elin Malja	95	SK Speed	36,05	_____

Heat 6

1	Elise Gjessing	94	Lier SK	35,35	_____
2	Susanne Holm Røed	96	SK Speed	35,28	_____
3	Anne Kine Kind Askim	94	Nedre Eiker SK	35,17	_____
4	Anniken Reisz Kiil	94	Larvik SK	35,22	_____
5	Linn Veronica Lauvrak	97	Lillesand	35,32	_____
6	Solveig Lund	96	Vågsbygd SLK	35,62	_____

Heat 7

1	Ingrid Vik Hansen	94	Fyresdal IL	34,94	_____
2	Ine Cecilie B. Mathisen	95	Tønsberg SK	34,91	_____
3	Selin Calli	97	Nedre Eiker SK	34,90	_____
4	Tuva Augustin Framnes	94	Vågsbygd SLK	34,91	_____
5	Anna Levang	97	Fyresdal IL	34,92	_____
6	Mari Hals	97	Øvre Eiker SK	35,06	_____

Heat 8

1	Dina Sofie Hänninen Eggum	93	Lier SK	34,89	_____
2	Anne Merete Vik Aslestad	94	Fyresdal IL	34,85	_____
3	Solveig Tellevik	97	Asker SK	34,70	_____
4	Lindsey Palmer	95	Skjetten Svømming	34,75	_____
5	Julianne Finmark	94	Poseidon	34,85	_____
6	Alexandra Veseth Bjerg	97	Larvik SK	34,89	_____

Heat 9

1	Marte Gulbrandsen	95	Drammen SK	34,57	_____
2	Malin Tønnessen	96	Frisinn SK	34,47	_____
3	Emily Bådsvik	96	Frisinn SK	34,43	_____
4	Sandra Sola	97	Randaberg IL	34,44	_____
5	Tuva S. Dybedokken	93	Asker SK	34,57	_____
6	Elise Skjæveland	97	Ullensakersv	34,66	_____

Heat 10

1	Runa Vatna Sandmoen	96	Frisinn SK	34,36	_____
2	Edle Minnesjord	95	Poseidon	34,23	_____
3	May-Helene Nielsen	96	Øvre Eiker SK	34,20	_____
4	Maria From Aslaksen	93	Lillesand	34,20	_____
5	Elise Sandvoll	96	Frisinn SK	34,29	_____
6	Vibeke Todnem	95	Sandnes SLK	34,36	_____

Heat 11

1	Andrea Karstad	97	Larvik SK	34,09	_____
2	Ingelin Lima	97	Lier SK	34,02	_____
3	Thea Støle	96	Frisinn SK	33,86	_____
4	Stine E. Lande Bekken	92	Mandal SK	33,93	_____
5	May Synnøve Bartlett	95	Madla SK	34,06	_____
6	Ida Kristine Josdal	96	Vågsbygd SLK	34,12	_____

Heat 12

1	Hege Hetland Pedersen	96	Nedre Eiker SK	33,60	_____
2	Nina Staveland	97	Madla SK	33,40	_____
3	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	33,28	_____
4	Maren Hegland	96	Mandal SK	33,35	_____
5	Klara Rydland	94	Fyresdal IL	33,42	_____
6	Stine Hegland	93	Mandal SK	33,78	_____

Heat 13

1	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK	33,22	_____
2	Christine Moe Gulliksen	96	Nedre Eiker SK	33,13	_____
3	Elinor Ariansen	95	Mandal SK	33,00	_____
4	Marte Gjøsæther	96	Stord IL	33,12	_____
5	Jeanine Beau Van Der Schuur	92	Fyresdal IL	33,21	_____
6	Heidi Marie Helgerud	91	Drammen SK	33,25	_____

Heat 14

1	Aulona Bytyqi	95	Lillesand	32,94	_____
2	Birgitte Tangen Gjerde	94	Molde SLK	32,89	_____
3	Louise Cathrine Esdar	93	Kristiansand SA	32,71	_____
4	Marte Fjellet	95	Poseidon	32,76	_____
5	Julie Svanes	93	Egersund SK	32,91	_____
6	Ida Grønnestad	95	Sandnes SLK	32,97	_____

Heat 15

1	Maren Mæhre	96	Vågsbygd SLK	32,62	_____
2	Susan Ultee	96	Frisinn SK	32,47	_____
3	Anniken K. Sletta	96	Ski SK	32,42	_____
4	Kristin Johnson	93	Elverum Svømming	32,46	_____
5	Pia Sophie Andersen	95	Ski SK	32,55	_____
6	Elise Guldhav	95	Vågsbygd SLK	32,69	_____

Heat 16

1	Siril Therese Follo Bårtvedt	97	Sandnes SLK	32,41	_____
2	Renate Laupstad	92	Egersund SK	32,28	_____
3	Kristin Graf Verpe	95	Drammen SK	32,24	_____
4	Marte Staveland	95	Madla SK	32,27	_____
5	Sara Petrine Veierød	93	Bergens SC	32,34	_____
6	Stine Marie Anderssen	95	Sandnes SLK	32,41	_____

Heat 17

1	Camilla Ausland Sørensen	93	Risør Varden	32,15	_____
2	Silje S. Undheim	94	Sandnes SLK	32,12	_____
3	Nanna Ovesen	96	Elverum Svømming	32,09	_____
4	Gina Struksnæs Sand	95	Ski SK	32,09	_____
5	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	32,13	_____
6	Hanna Huglen Vinsnesbakk	95	Stord IL	32,18	_____

Heat 18

1	Ane Soot Salterød	93	Drammen SK	32,07	_____
2	Åse Leivdal Kjølleberg	89	Frisinn SK	32,00	_____
3	Johanne Ausland	96	Vågsbygd SLK	31,97	_____
4	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	31,97	_____
5	Vannja Celine Brunsvik	93	Haugesund SK	32,02	_____
6	Une Johnsen	96	Mandal SK	32,08	_____

Heat 19

1	Anna Teetzmann	95	Stord IL	31,82	_____
2	Marie L. Nygaard	94	Mandal SK	31,77	_____
3	Aleksandra Berge	94	Madla SK	31,71	_____
4	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	31,75	_____
5	Martha Maria Songstad	94	Bergens SC	31,79	_____
6	Ane Lee Johansen	97	Kristiansand SA	31,94	_____

Heat 20

1	Lisa Spiering	95	Drammen SK	31,67	_____
2	Henriette Fast Andersen	93	Vågsbygd SLK	31,65	_____
3	Henriette Dahl	95	Bergens SC	31,49	_____
4	Madelen Wolf	96	Sandefjord SK	31,59	_____
5	Ida Nordbø	93	Fyresdal IL	31,66	_____
6	Demi Coudray	94	Bergens SC	31,70	_____

Heat 21

1	Lisa Thielemann	94	Nedre Eiker SK	31,45	_____
2	Cecilie Bjerg	96	AGF Århus	31,43	_____
3	Monica Avlesbug	95	Klepp SSK	31,36	_____
4	Therese Pettersen	96	Skjetten Svømming	31,39	_____
5	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	31,44	_____
6	Maria Krogstad	94	Øvre Eiker SK	31,48	_____

Heat 22

1	Julie Marie Hushovd Markussen	96	Lier SK	31,32	_____
2	Sara Munz-Kløve	94	Bergkameratene	31,23	_____
3	Anne Sofie J. Brund	95	AGF Århus	31,16	_____
4	Runa B. Bardsgård	96	Sandnes SLK	31,22	_____
5	Emilie Knudsen	93	Drammen SK	31,26	_____
6	Regine Sørdal Lindanger	96	Frisinn SK	31,35	_____

Heat 23

1	Ingrid Ånderå	93	Sandnes SLK	31,11	_____
2	Anne Cathrine Skinmo	95	Larvik SK	31,07	_____
3	Camilla Birkeland	96	Haugesund SK	31,02	_____
4	Solveig Vuillioenenet	94	Klepp SSK	31,04	_____
5	Maiken Gjerdsseth	95	Lier SK	31,09	_____
6	Inger Husveg	92	Klepp SSK	31,12	_____

Heat 24

1	Siv Vuillioenenet	92	Klepp SSK	30,86	_____
2	Sara Johansen	96	Mandal SK	30,84	_____
3	Malin Frestad	91	Kristiansand SA	30,69	_____
4	Tiril Fredrikke Rist Jensen	94	Lillesand	30,80	_____
5	Camilla Bø	93	Egersund SK	30,85	_____
6	Jenny Brønseth	93	Larvik SK	30,94	_____

Heat 25

1	Christiane Sandbye	93	Skjetten Svømming	30,58	_____
2	Christine B. Haugen	93	Asker SK	30,57	_____
3	Lise Viola Haraldstad	94	Mandal SK	30,53	_____
4	Ida Christine Nilsen	91	Kristiansand SA	30,55	_____
5	Frida Brunvoll	93	Molde SLK	30,58	_____
6	Vilde Sødem Karlsen	93	Asker SK	30,65	_____

Heat 26

1	Sara Louise Pedersen	96	Poseidon	30,46	_____
2	Hanne Sofie L. Nilsen	94	Kristiansand SA	30,35	_____
3	Line Aamann	93	AGF Århus	30,30	_____
4	Julie Askeland	93	Haugesund SK	30,33	_____
5	Mari Knutsen	95	Øvre Eiker SK	30,44	_____
6	Oda Gjerde	95	Bryne SK	30,49	_____

Heat 27

1	Tina Øen Haugen	93	Nedre Eiker SK	30,28	_____
2	Sara Boukili	95	SK Speed	30,16	_____
3	Ingse Bergh Monsen	92	Bergens SC	30,14	_____
4	Vilde Liland Thorstensen	94	Vågsbygd SLK	30,16	_____
5	Amalie Thorstensen	96	Vågsbygd SLK	30,20	_____
6	Ragnhild Hals	95	Øvre Eiker SK	30,29	_____

Heat 28

1	Emilie Valand Sørensen	94	Kristiansand SA	30,09	_____
2	Inger-Cathrine Wium	92	Øvre Eiker SK	30,08	_____
3	Unn Elin Kleppa Øvestad	88	Sandnes SLK	29,90	_____
4	Mari Mjølhus Kristoffersen	95	Madla SK	29,99	_____
5	Elise Fjeldstad	95	Vågsbygd SLK	30,08	_____
6	Marie Svensson	95	Skjetten Svømming	30,14	_____

Heat 29

1	Maren Larsen	94	Madla SK	29,84	_____
2	Rachel Eden	95	Madla SK	29,73	_____
3	Therese Tronerud	93	Egersund SK	29,72	_____
4	Ragnhild Søfteland	92	Bergens SC	29,73	_____
5	Marte Stamland	96	Poseidon	29,79	_____
6	Sara Mogensen	95	AGF Århus	29,85	_____

Heat 30

1	Solvej Mathiasen	94	AGF Århus	29,63	_____
2	Silje Nilo	93	Sandefjord SK	29,55	_____
3	Malena Martens	94	IL Solid	29,43	_____
4	Patricia Baay Kristoffersen	96	Sandefjord SK	29,50	_____
5	Eli Kristin Ølmheim	94	Bergens SC	29,57	_____
6	Hannah Wærenskjold	94	Mandal SK	29,67	_____

Heat 31

1	Emilie Engebretsen	93	Drammen SK	29,42	_____
2	Ingalill Urrang Naustvik	95	Karmøy SK	29,27	_____
3	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	29,17	_____
4	Helene Nordmark Skuterud	93	Asker SK	29,25	_____
5	Christine Arctander	93	Madla SK	29,28	_____
6	Susanne Fornasari	94	Skjetten Svømming	29,42	_____

Heat 32

1	Elisabeth Støver	96	Modum SK	29,14	_____
2	Linn Hege Laudal	89	Kristiansand SA	28,72	_____
3	Stine Lise Stenseth	94	Øvre Eiker SK	28,64	_____
4	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK	28,68	_____
5	Oona Ovesen	92	Elverum Svømming	28,85	_____
6	Helene Solberg	91	Skjetten Svømming	29,15	_____

Heat 33

1	Nicole Egeland	93	Sandnes SLK	28,46	_____
2	Ingrid Hystad	92	IL Solid	28,40	_____
3	Sofie Reffstrup Pedersen	95	AGF Århus	28,35	_____
4	Eirin Arnesen	93	Bergens SC	28,36	_____
5	Karoline Pedersen	94	Bergens SLK	28,43	_____
6	Renate Ranaweera Aasland	91	TS/Madla SK	28,52	_____

Heat 34

1	Lotte Miller	96	Madla SK	28,25	_____
2	Trine Hovda	90	TS/Madla SK	28,06	_____
3	Birgitte Elise Søfteland	94	Sarpsborg IL	27,96	_____
4	Vanessa Tuxen	92	TS/Sola SK	28,02	_____
5	Amalie Kristiansen	95	Haugesund SK	28,19	_____
6	Camilla W. Kristiansen	92	Ski SK	28,31	_____

Heat 35

1	Ida Johansen	94	Øvre Eiker SK	27,72	_____
2	Marthe Berg Sørensen	92	TS/Frisinn	27,69	_____
3	Maren Kristine Jansen	90	TS/Randaberg	27,39	_____
4	Oda Marie Siljan	92	Poseidon	27,44	_____
5	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	27,69	_____
6	Kaja Bremer	93	Bergens SLK	27,73	_____

Heat 36

1	Siri Løvold Magnussen	86	BS/Delfana	26,64	_____
2	Anja Olsen	93	AGF Århus	26,33	_____
3	Cecilie W. Johannessen	90	Bergens SC	25,11	_____
4	Victoria S. Løken	91	Team Stavanger	26,04	_____
5	Aslaug Marie Hjelmaas	95	Bergens SLK	26,53	_____
6	Josephina Bartela	94	AGF Århus	27,17	_____

Øvelse 15. 100m bryst, herrer

Norsk juniorrekord: Sverre Næss, Sarpsborg IL - 59,25 (10.12.2009)
 Norsk seniorrekord: Alexander Dale Oen, Vestkantsvømmerne - 58,14 (10.04.2008)

Heat 1

1					
2	Tor Witzøe	95	Flekkefjord SK	1.33,48	_____
3	Espen Høglo	97	Vågsbygd SLK	1.33,41	_____
4	Michael Grund	97	Vågsbygd SLK	1.33,45	_____
5					
6					

Heat 2

1	Birk Hveding Ersdal	96	Drammen SK	1.32,51	_____
2	Adrian Etterlid Jensen	97	Stord IL	1.32,11	_____
3	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	1.31,74	_____
4	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	1.32,02	_____
5	Ulrik Rasch Bakke	97	Elverum Svømming	1.32,13	_____
6					

Heat 3

1	Andreas Brobakken	96	Lillesand	1.31,29	_____
2	Erik Gjessing	97	Lier SK	1.31,05	_____
3	Andreas Kaafjord	96	Vågsbygd SLK	1.28,35	_____
4	Aleksander Røe Strømshoved	95	SK Speed	1.28,80	_____
5	Jonathan Støtvig Schøning	95	Larvik SK	1.31,08	_____
6	Espen Hanto	95	Tønsberg SK	1.31,69	_____

Heat 4

1	Håkon Wulf Haugen	96	Bergens SC	1.27,44	_____
2	Odin Moen	94	Egersund SK	1.25,38	_____
3	Hoby Andrian	95	Klepp SSK	1.24,96	_____
4	Simen Clementsen	95	Frisinn SK	1.25,10	_____
5	Kristian Bjelbøle Bakken	93	Ski SK	1.25,74	_____
6	Rino Hagen	93	Modum SK	1.27,64	_____

Heat 5

1	Jim Steinsland	95	IL Solid	1.24,74	_____
2	Torfinn Truchs Erga	93	Grimstad SK	1.24,51	_____
3	Govinda Hillestad	93	Nedre Eiker SK	1.23,72	_____
4	Thomas A Fardal	97	Egersund SK	1.23,93	_____
5	David Tørring	95	AGF Århus	1.24,54	_____
6	Henrik Christiansen	96	Skjetten Svømming	1.24,81	_____

Heat 6

1	Emil Gran	96	Ski SK	1.23,25	_____
2	Morten Molin Wang	95	Ski SK	1.22,90	_____
3	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	1.22,22	_____
4	Morgan B. Johansen	96	Skjetten Svømming	1.22,52	_____
5	Johannes Aagaard-Nilsen Wiik	96	Larvik SK	1.23,23	_____
6	Filip Papoutsis	95	Lier SK	1.23,47	_____

Heat 7

1	Jakob Westermoen	95	Mandal SK	1.21,13	_____
2	Magnus Møkster	94	Frisinn SK	1.19,23	_____
3	Anders Struksnæs Sand	93	Ski SK	1.17,92	_____
4	Jørgen Marthinsen	94	Tønsberg SK	1.19,15	_____
5	Kenneth Skærbæk	94	AGF Århus	1.20,54	_____
6	Kasper Bøtker	93	Asker SK	1.21,25	_____

Heat 8

1	Martin B. Lund	92	Elverum Svømming	1.17,63	_____
2	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	1.14,69	_____
3	Glenn Skjæveland	92	Sandnes SLK	1.14,40	_____
4	Didrik K. Grønseth	92	Frisinn SK	1.14,48	_____
5	Øyvind Malde	92	Madla SK	1.15,57	_____
6	Eirik B. Lund	90	Elverum Svømming	1.17,90	_____

Heat 9

1	Sindre Aasland Ranaweera	96	Madla SK	1.13,89	_____
2	Sven Berg	92	Bergens SLK	1.13,14	_____
3	Nicolai Gerrard	94	Kristiansand SA	1.11,99	_____
4	Tord Eirik Seyffarth	92	Mandal SK	1.12,34	_____
5	Mikkel Hveding Ersdal	92	Drammen SK	1.13,80	_____
6	Jørgen Bråthen	95	Ullensakersv	1.13,97	_____

Heat 10

1	Robert Nilsen	84	Sandefjord SK	1.11,20	_____
2	Andreas H. Reksten	83	Bergens SC	1.11,00	_____
3	Christopher Williams	92	Bergens SLK	1.10,60	_____
4	Tom Duc Ngo Kaafjord	94	Vågsbygd SLK	1.10,97	_____
5	Andreas Mathingsdal Pedersen	92	Farsund SK	1.11,10	_____
6	Gunnar V. Skirbekk	91	Elverum Svømming	1.11,66	_____

Heat 11

1	Henry Emil Nordhagen	93	Bærumsvømmerne	1.10,06	_____
2	Ronny Skaalien	80	Modum SK	1.09,60	_____
3	Jesper Gemke	93	AGF Århus	1.08,15	_____
4	Nils Just Andersen	92	AGF Århus	1.09,43	_____
5	Christian R. Svejstrup	90	AGF Århus	1.09,69	_____
6	Martin Schau	91	Larvik SK	1.10,24	_____

Heat 12

1	Martin Hals	91	Øvre Eiker SK	1.07,47	_____
2	Dmitrijs Mikelsons	86	Tønsberg SK	1.05,74	_____
3	Gard Kvale	84	Bergens SC	1.02,52	_____
4	Erling Mjøs Brattelid	91	TS/Sola SK	1.03,55	_____
5	Bernt M. Seyffarth	89	Mandal SK	1.06,49	_____
6	Aleksander Sire	93	Modum SK	1.07,58	_____

Øvelse 16. 100m bryst, damer

Norsk juniorrekord: Anne-Mari Gulbrandsen, IL Varg - 1.08,17 (17.12.2000)

Norsk seniorrekord: Katharina Stiberg, Bjerkvik SK - 1.05,26 (13.12.2009)

Heat 1

1					
2	Rona Hjelmstad	SB14-93	Skjetten Svømming	1.59,44	_____
3	Sofie Thorsen	96	Varodd SK	1.41,89	_____
4	Marianne Mæland	SB6 - 86	Vågsbygd SLK	1.52,74	_____
5					
6					

Heat 2

1	Marit Hystad	96	IL Solid	1.41,12	_____
2	Katharina Bø	97	Egersund SK	1.40,46	_____
3	Kristina Vatland	95	Vågsbygd SLK	1.39,36	_____
4	Silje Skogli	97	Elverum Svømming	1.39,95	_____
5	Nanna Ovesen	96	Elverum Svømming	1.40,55	_____
6	Live Jørgensen	96	Egersund SK	1.41,26	_____

Heat 3

1	Camilla Olufsen	97	Larvik SK	1.38,70	_____
2	Tiril Frøholm	96	Asker SK	1.38,34	_____
3	Christine Moe Gulliksen	96	Nedre Eiker SK	1.37,56	_____
4	Tina Lægraid	96	Varodd SK	1.37,62	_____
5	Kaja Konow Grønseth	95	Frisinn SK	1.38,44	_____
6	Malin Tønnessen	96	Frisinn SK	1.39,26	_____

Heat 4

1	Ingelin Lima	97	Lier SK	1.37,44	_____
2	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	1.37,18	_____
3	Malin Kristine Teisrud	97	Vågsbygd SLK	1.36,73	_____
4	Elise Gjessing	94	Lier SK	1.36,90	_____
5	Silje I Øyen	95	Elverum Svømming	1.37,34	_____
6	Susan Ultee	96	Frisinn SK	1.37,47	_____

Heat 5

1	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK	1.36,63	_____
2	Anne Merete Vik Aslestad	94	Fyresdal IL	1.35,62	_____
3	Andrea Karstad	97	Larvik SK	1.35,23	_____
4	Julie Svanes	93	Egersund SK	1.35,34	_____
5	Maiken Gjerdseth	95	Lier SK	1.36,53	_____
6	Johanne Ausland	96	Vågsbygd SLK	1.36,63	_____

Heat 6

1	Lisa Aaslestad	96	Sandnes SLK	1.34,62	_____
2	Elise Guldhav	95	Vågsbygd SLK	1.34,52	_____
3	Ida Grønnestad	95	Sandnes SLK	1.34,37	_____
4	Ina Andersen Steinsland	96	Vågsbygd SLK	1.34,43	_____
5	Marie Malvik	97	Poseidon	1.34,55	_____
6	Ida Jensen Lirhus	97	Madla SK	1.35,10	_____

Heat 7

1	Maren Hegland	96	Mandal SK	1.34,12	_____
2	Nina Staveland	97	Madla SK	1.33,92	_____
3	Malene Tangedal Mehus	94	IL Solid	1.32,93	_____
4	Mari Hals	97	Øvre Eiker SK	1.33,62	_____
5	Sandra Bram Madsen	95	AGF Århus	1.33,97	_____
6	Solveig Lund	96	Vågsbygd SLK	1.34,28	_____

Heat 8

1	Lotte Miller	96	Madla SK	1.32,13	_____
2	Anne Kine Kind Askim	94	Nedre Eiker SK	1.31,84	_____
3	Vilde Engevik Hjørnevik	97	Frisinn SK	1.31,62	_____
4	Madelen Wolf	96	Sandefjord SK	1.31,65	_____
5	Tuva S. Dybedokken	93	Asker SK	1.32,06	_____
6	Therese Pettersen	96	Skjetten Svømming	1.32,52	_____

Heat 9

1	Regine Sjørdal Lindanger	96	Frisinn SK	1.31,39	_____
2	Kristin Johnson	93	Elverum Svømming	1.30,91	_____
3	Elise Fjeldstad	95	Vågsbygd SLK	1.30,57	_____
4	Renate Laupstad	92	Egersund SK	1.30,88	_____
5	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	1.31,38	_____
6	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	1.31,50	_____

Heat 10

1	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	1.30,45	_____
2	Aleksandra Berge	94	Madla SK	1.29,79	_____
3	Christine Arctander	93	Madla SK	1.29,53	_____
4	Ine Emilie Rist Jensen	96	Lillesand	1.29,74	_____
5	Eline Mathilde Swensen	96	Ski SK	1.30,39	_____
6	Andrea Kvalheim	96	SK Speed	1.30,46	_____

Heat 11

1	Stine Hegland	93	Mandal SK	1.29,31	_____
2	Hannah Wærenskjold	94	Mandal SK	1.28,77	_____
3	May Synnøve Bartlett	95	Madla SK	1.28,25	_____
4	Marte Gulbrandsen	95	Drammen SK	1.28,53	_____
5	Ronja Thoresen	96	Ski SK	1.29,09	_____
6	Monica Avlesbug	95	Klepp SSK	1.29,43	_____

Heat 12

1	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	1.28,22	_____
2	Hanna Huglen Vinsnesbakk	95	Stord IL	1.27,08	_____
3	Cecilie Bjerg	96	AGF Århus	1.26,97	_____
4	Patricia Baay Kristoffersen	96	Sandefjord SK	1.27,01	_____
5	Emilie Knudsen	93	Drammen SK	1.27,11	_____
6	Inger Husveg	92	Klepp SSK	1.28,24	_____

Heat 13

1	Une Johnsen	96	Mandal SK	1.26,75	_____
2	Cecilia Eide Songstad	97	Bergens SC	1.25,84	_____
3	Ane Lee Johansen	97	Kristiansand SA	1.25,47	_____
4	Vilde Bjørnebye	95	Elverum Svømming	1.25,64	_____
5	Sara Torp Myhre	94	SK Speed	1.26,13	_____
6	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	1.26,92	_____

Heat 14

1	Inger-Cathrine Wium	92	Øvre Eiker SK	1.25,11	_____
2	Hanne Sofie L. Nilsen	94	Kristiansand SA	1.24,91	_____
3	Malena Martens	94	IL Solid	1.24,62	_____
4	Guro Aas	96	Vågsbygd SLK	1.24,85	_____
5	Sara Louise Pedersen	96	Poseidon	1.24,95	_____
6	Åse Leivdal Kjølleberg	89	Frisinn SK	1.25,27	_____

Heat 15

1	Ida-Marie Dybdahl	94	Larvik SK	1.23,57	_____
2	Inger Kristine Steinsland	92	IL Solid	1.23,24	_____
3	Renate Ranaweera Aasland	91	TS/Madla SK	1.22,82	_____
4	Mari Mjøllhus Kristoffersen	95	Madla SK	1.22,95	_____
5	Cornelia Buus	94	AGF Århus	1.23,46	_____
6	Vilde Tengesdal	96	Bryne SK	1.24,26	_____

Heat 16

1	Linn Hege Laudal	89	Kristiansand SA	1.22,09	_____
2	Hilde Kringlen	91	Kristiansand SA	1.21,96	_____
3	Frida Brunvoll	93	Molde SLK	1.21,13	_____
4	Pernille Mørch	94	Skjetten Svømming	1.21,87	_____
5	Siri Anette Sønju	92	Øvre Eiker SK	1.21,98	_____
6	Helene Moholt	95	Modum SK	1.22,35	_____

Heat 17

1	Lisa Spiering	95	Drammen SK	1.20,57	_____
2	Maren Larsen	94	Madla SK	1.19,94	_____
3	Eli Kristin Ølmheim	94	Bergens SC	1.19,51	_____
4	Maria Pedersen	95	AGF Århus	1.19,51	_____
5	Camilla Bø	93	Egersund SK	1.20,52	_____
6	Emilie Engebretsen	93	Drammen SK	1.20,74	_____

Heat 18

1	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	1.17,91	_____
2	Julie Jepsen	94	AGF Århus	1.17,00	_____
3	Ulrika Toft	95	AGF Århus	1.16,24	_____
4	Therese Tronerud	93	Egersund SK	1.16,99	_____
5	Kristine Mathingsdal Pedersen	94	Farsund SK	1.17,63	_____
6	Martha Maria Songstad	94	Bergens SC	1.18,37	_____

Heat 19

1	Hanne Chr. Seyffarth	85	Mandal SK	1.14,61	_____
2	Ingalill Urrang Naustvik	95	Karmøy SK	1.11,65	_____
3	Josephina Bartela	94	AGF Århus	1.09,32	_____
4	Katrine Crone	92	AGF Århus	1.10,59	_____
5	Kaja Bremer	93	Bergens SLK	1.13,15	_____
6	Stine Mjøllhus Kristoffersen	93	TS/Frisinn	1.14,81	_____

Øvelse 17. 50m rygg, herrer

Norsk juniorrekord: Sverre Næss, Sarpsborg IL - 25,12 (11.11.2009)
 Norsk seniorrekord: Petter Sjødal, IL Varg - 24,59 (11.12.2003)

Heat 1

1	Michael Grund	97	Vågsbygd SLK	37,99	_____
2	Håkon Vatne Norheim	95	Vågsbygd SLK	37,97	_____
3	Simen Halse Larsen	97	Vågsbygd SLK	37,72	_____
4	Jonathan Støtvig Schøning	95	Larvik SK	37,73	_____
5	Anders L. Mogensen	96	AGF Århus	37,98	_____
6					_____

Heat 2

1	Johannes Aagaard-Nilsen Wiik	96	Larvik SK	37,02	_____
2	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK	36,80	_____
3	Eirik Midtun	97	Bergkameratene	36,50	_____
4	Marius T Eliassen	95	Sandefjord SK	36,79	_____
5	Thomas A Fardal	97	Egersund SK	36,89	_____
6	Filip Krzysztof Ludwiczak	96	Bergens SC	37,71	_____

Heat 3

1	Daniel Nesbø	96	Skjetten Svømming	35,67	_____
2	Eirik Frestad	97	Kristiansand SA	35,39	_____
3	Philip Budd	96	Poseidon	35,34	_____
4	Victor Pedersen	97	AGF Århus	35,36	_____
5	Jostein Dalshov Kringlen	94	Kristiansand SA	35,40	_____
6	Jørgen Gundersen	95	Skjetten Svømming	36,29	_____

Heat 4

1	Jakob Kornmaaler	95	AGF Århus	34,54	_____
2	Ole Nævdal	93	Skjetten Svømming	33,57	_____
3	Johan Markus Mowinckel	95	Bergens SC	32,95	_____
4	Robin Gulseth	92	Kristiansand SA	33,37	_____
5	Kristian Brøløs	95	AGF Århus	33,69	_____
6	Kim Rune Hansen	94	Øvre Eiker SK	34,62	_____

Heat 5

1	Govinda Hillestad	93	Nedre Eiker SK	32,41	_____
2	Tord Eirik Seyffarth	92	Mandal SK	32,32	_____
3	Sander Andersen	96	Poseidon	32,28	_____
4	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	32,32	_____
5	Thorbjørn Birkeland	93	Haugesund SK	32,39	_____
6	Sven Peder Oseth	93	Ski SK	32,45	_____

Heat 6

1	Stian Frestad	94	Kristiansand SA	32,17	_____
2	Thomas Brustveit	93	Sandnes SLK	31,68	_____
3	Hoby Andrian	95	Klepp SSK	31,62	_____
4	Erik Lauvbu	94	Øvre Eiker SK	31,67	_____
5	Kacper Domanski	96	Frisinn SK	32,03	_____
6	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	32,19	_____

Heat 7

1	Eirik B. Lund	90	Elverum Svømming	31,52	_____
2	Eirik Nielsen	95	Poseidon	31,41	_____
3	Jonathan Nordhammer	93	Kristiansand SA	31,17	_____
4	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	31,36	_____
5	Anton Bromer	95	AGF Århus	31,43	_____
6	Martin B. Lund	92	Elverum Svømming	31,57	_____

Heat 8

1	Kasper Fiil Frandsen	94	AGF Århus	30,65	_____
2	Glenn Skjæveland	92	Sandnes SLK	30,52	_____
3	Daniel B. Havre	93	Mandal SK	30,25	_____
4	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	30,37	_____
5	Dan Magnus Skibrek	87	Øvre Eiker SK	30,55	_____
6	Daniel Skauge	93	Kristiansand SA	30,97	_____

Heat 9

1	Eirik S. Jørgensen	95	Kristiansand SA	30,18	_____
2	Håkon Andersen	92	Kristiansand SA	30,10	_____
3	Norbert Prokopiak	94	Gol IL	29,55	_____
4	Henry Emil Nordhagen	93	Bærumsvømmerne	29,74	_____
5	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	30,14	_____
6	Kasper Møller	94	AGF Århus	30,23	_____

Heat 10

1	Sander Rødje	93	Haugesund SK	29,20	_____
2	Kjetil Berg	91	Vennesla SK	29,08	_____
3	Jørgen Aagaard-Nilsen Wiik	93	Larvik SK	28,37	_____
4	Erlend Tveteraas	91	TS/Madla SK	29,03	_____
5	Hans Andre Pedersen	92	Sandefjord SK	29,11	_____
6	Christoffer Ravn	92	AGF Århus	29,49	_____

Heat 11

1	Stian S. Langeland	89	Bergens SC	27,21	_____
2	Søren Dahl	93	AGF Århus	26,90	_____
3	Lavrans Solli	92	Bergens SC	25,21	_____
4	Alexander B. Havre	90	Mandal SK	26,87	_____
5	Jørgen Møllerop	88	TS/Madla SK	27,05	_____
6	Bjarte Ravndal	91	TS/Sola SK	27,73	_____

Øvelse 18. 50m rygg, damer

Norsk juniorrekord: Katharina Stüberg, Bjerkvik SK - 28,42 (23.11.2006)

Norsk seniorrekord: Katharina Stüberg, Bjerkvik SK - 27,50 (12.12.2009)

Heat 1

1					
2	Rona Hjelmstad	S14 - 93	Skjetten Svømming	43,32	_____
3	Ida Helene Hustad	96	Vågsbygd SLK	41,74	_____
4	Lindsey Palmer	95	Skjetten Svømming	42,07	_____
5					
6					

Heat 2

1	Aulona Bytyqi	95	Lillesand	41,38	_____
2	Anniken K. Sletta	96	Ski SK	40,69	_____
3	Sigrun Idsøe	96	Madla SK	40,47	_____
4	Maren Sofie Aske	97	Vågsbygd SLK	40,68	_____
5	Elise Skjæveland	97	Ullensakersv	41,08	_____
6	Solveig Tellevik	97	Asker SK	41,73	_____

Heat 3

1	Solveig Vuilliomenet	94	Klepp SSK	40,27	_____
2	Alexandra Veseth Bjerg	97	Larvik SK	40,13	_____
3	Kristin Graf Verpe	95	Drammen SK	39,82	_____
4	Elise Guldhav	95	Vågsbygd SLK	39,98	_____
5	Marte Staveland	95	Madla SK	40,24	_____
6	Ane Soot Salterød	93	Drammen SK	40,28	_____

Heat 4

1	Elise Sandvoll	96	Frisinn SK	39,66	_____
2	Julie Svanes	93	Egersund SK	39,45	_____
3	Maren Mæhre	96	Vågsbygd SLK	38,98	_____
4	Nanna Ovesen	96	Elverum Svømming	39,23	_____
5	Marie L. Nygaard	94	Mandal SK	39,50	_____
6	Anna Teetzmann	95	Stord IL	39,77	_____

Heat 5

1	Ragnhild Hals	95	Øvre Eiker SK	38,80	_____
2	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	38,60	_____
3	May-Helene Nielsen	96	Øvre Eiker SK	38,52	_____
4	Kristin Johnson	93	Elverum Svømming	38,59	_____
5	Johanne Ausland	96	Vågsbygd SLK	38,74	_____
6	Sara Munz-Kløve	94	Bergkameratene	38,89	_____

Heat 6

1	Henriette Fast Andersen	93	Vågsbygd SLK	38,23	_____
2	Camilla Ausland Sørensen	93	Risør Varden	38,13	_____
3	Tina Øen Haugen	93	Nedre Eiker SK	38,10	_____
4	Ida Kristine Josdal	96	Vågsbygd SLK	38,12	_____
5	Nina Staveland	97	Madla SK	38,22	_____
6	Elinor Ariansen	95	Mandal SK	38,43	_____

Heat 7

1	Ane Lee Johansen	97	Kristiansand SA	37,73	_____
2	Ida-Marie Dybdahl	94	Larvik SK	37,72	_____
3	Une Johnsen	96	Mandal SK	37,69	_____
4	Maria Krogstad	94	Øvre Eiker SK	37,71	_____
5	Gina Struksnæs Sand	95	Ski SK	37,72	_____
6	Tone Garby	95	Ski SK	37,83	_____

Heat 8

1	Monica Avlesbug	95	Klepp SSK	37,52	_____
2	Vannja Celine Brunsvik	93	Haugesund SK	37,48	_____
3	Emilie Yung Meiling	97	AGF Århus	37,43	_____
4	Arbresha Veligqi	93	Vågsbygd SLK	37,43	_____
5	Toni G. Coudray	97	Bergens SC	37,48	_____
6	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	37,58	_____

Heat 9

1	Hilde Kringlen	91	Kristiansand SA	37,39	_____
2	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	37,05	_____
3	Elise Fjeldstad	95	Vågsbygd SLK	36,92	_____
4	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	36,94	_____
5	Christine B. Haugen	93	Asker SK	37,11	_____
6	Elisabeth Hedstrøm	92	Vågsbygd SLK	37,39	_____

Heat 10

1	Hanne Sofie L. Nilsen	94	Kristiansand SA	36,74	_____
2	Vilde Sødem Karlsen	93	Asker SK	36,55	_____
3	Marte Fjellet	95	Poseidon	36,43	_____
4	Lise Viola Haraldstad	94	Mandal SK	36,45	_____
5	Regine Sjørdal Lindanger	96	Frisinn SK	36,57	_____
6	Susan Ultee	96	Frisinn SK	36,79	_____

Heat 11

1	Ida Johansen	94	Øvre Eiker SK	36,30	_____
2	Jenny Brønseth	93	Larvik SK	35,78	_____
3	Ellen Camilla Hansen	95	Øvre Eiker SK	35,62	_____
4	Stine Mary Vissing	97	AGF Århus	35,63	_____
5	Henriette With Bjørnstad	92	Ski SK	35,87	_____
6	Vilde Liland Thorstensen	94	Vågsbygd SLK	36,35	_____

Heat 12

1	Camilla Birkeland	96	Haugesund SK	35,49	_____
2	Anna Katrine Jørgensen	96	AGF Århus	35,33	_____
3	Silje S. Undheim	94	Sandnes SLK	35,26	_____
4	Hannah Wærenskjold	94	Mandal SK	35,30	_____
5	Inger Kristine Steinsland	92	IL Solid	35,39	_____
6	Sara Johansen	96	Mandal SK	35,50	_____

Heat 13

1	Lisa Thielemann	94	Nedre Eiker SK	35,16	_____
2	Sofie Reisænen	97	Varodd SK	35,12	_____
3	Therese Tronerud	93	Egersund SK	34,96	_____
4	Maren Gullvåg Aasen	95	Kristiansand SA	35,08	_____
5	Christine Arctander	93	Madla SK	35,12	_____
6	Siv Vuilliommet	92	Klepp SSK	35,24	_____

Heat 14

1	Frederikke Nedergaard	96	AGF Århus	34,69	_____
2	Amalie Thorstensen	96	Vågsbygd SLK	34,27	_____
3	Emilie Valand Sørensen	94	Kristiansand SA	34,02	_____
4	Hanne Chr. Seyffarth	85	Mandal SK	34,04	_____
5	Marie-Elise Eriksen	94	Sandefjord SK	34,50	_____
6	Anne Cathrine Skinmo	95	Larvik SK	34,73	_____

Heat 15

1	Birgitte Elise Søfteland	94	Sarpsborg IL	33,97	_____
2	Sara Boukili	95	SK Speed	33,86	_____
3	Julie Askeland	93	Haugesund SK	33,66	_____
4	Maren Larsen	94	Madla SK	33,75	_____
5	Vilde Tengedal	96	Bryne SK	33,88	_____
6	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	33,99	_____

Heat 16

1	Malin Frestad	91	Kristiansand SA	33,50	_____
2	Marte Stamland	96	Poseidon	33,32	_____
3	Oona Ovesen	92	Elverum Svømming	33,08	_____
4	Amalie Kristiansen	95	Haugesund SK	33,13	_____
5	Ida Christine Nilsen	91	Kristiansand SA	33,43	_____
6	Elisabeth Støver	96	Modum SK	33,64	_____

Heat 17

1	Helene Nordmark Skuterud	93	Asker SK	32,82	_____
2	Lotte Miller	96	Madla SK	32,44	_____
3	Siri Løvold Magnussen	86	BS/Delfana	32,32	_____
4	Nicole Egeland	93	Sandnes SLK	32,33	_____
5	Camilla W. Kristiansen	92	Ski SK	32,68	_____
6	Silje Nilo	93	Sandefjord SK	32,85	_____

Heat 18

1	Ingrid Hystad	92	IL Solid	32,18	_____
2	Iselin Mjøllner Dahlen	92	Skjetten Svømming/NTG	31,59	_____
3	Ragnhild Søfteland	92	Bergens SC	31,09	_____
4	Helene Solberg	91	Skjetten Svømming	31,45	_____
5	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK	32,08	_____
6	Vanessa Tuxen	92	TS/Sola SK	32,20	_____

Heat 19

1	Sofie Reffstrup Pedersen	95	AGF Århus	30,68	_____
2	Aslaug Marie Hjelmaas	95	Bergens SLK	29,17	_____
3	Pernille Larsen	92	AGF Århus	27,57	_____
4	Cecilie W. Johannessen	90	Bergens SC	28,89	_____
5	Oda Marie Siljan	92	Poseidon	29,74	_____
6	Maria Gullvåg Aasen	92	Kristiansand SA/NTG	30,88	_____

Øvelse 19. 4*100m fri, herrer - 93 oy.

Norsk juniorrekord: Bærumsvømmerne, Bærumsvømmerne - 3.27,46 (27.11.2008)

Norsk seniorrekord: Stavanger SC, Stavanger SC - 3.23,02 (04.02.1996)

Heat 1

1					_____
2	Madla SK G1 jr.	JR	Madla SK	4.44,00	_____
3	Vågsbygd SLK G1 jr.	JR	Vågsbygd SLK	4.30,00	_____
4	Elverum IL G1 jr.	JR	Elverum Svømming	4.31,61	_____
5					_____
6					_____

Heat 2

1					_____
2	Drammen SK G1 jr.	JR	Drammen SK	4.14,50	_____
3	Poseidon G1 jr.	JR	Poseidon	4.09,00	_____
4	AGF Århus G2 jr.	JR	AGF Århus	4.10,00	_____
5	Tønsberg SK G1 jr.	JR	Tønsberg SK	4.26,92	_____
6					_____

Heat 3

1	Kristiansand SA G2 jr.	JR	Kristiansand SA	4.02,00	_____
2	Skjetten Svømming G1 jr.	JR	Skjetten Svømming	3.54,00	_____
3	Kristiansand SA G1 jr.	JR	Kristiansand SA	3.52,00	_____
4	AGF Århus G1 jr.	JR	AGF Århus	3.53,00	_____
5	Ski SK G1 jr.	JR	Ski SK	3.59,00	_____
6	Sandefjord SK G1 jr.	JR	Sandefjord SK	4.07,00	_____

Øvelse 20. 4*100m fri, damer - 93 oy.

Norsk juniorrekord: Bergens SC, Bergens SC - 3.49,12 (27.11.2009)

Norsk seniorrekord: Vestkantsv. J1 sr., Vestkantsvømmerne - 3.47,92 (02.03.2007)

Heat 1

1	Varodd SK J1 jr.	JR	Varodd SK	5.19,50	_____
2	Madla SK J4 jr.	JR	Madla SK	5.05,00	_____
3	Lillesand J1 jr.	JR	Lillesand	4.55,00	_____
4	Frisinn SK J1 jr.	JR	Frisinn SK	4.56,00	_____
5	Frisinn SK J2 jr.	JR	Frisinn SK	5.16,00	_____
6	Lier SK J1 jr.	JR	Lier SK	5.22,00	_____

Heat 2

1	Nedre Eiker SK J1 jr.	JR	Nedre Eiker SK	4.51,57	_____
2	Madla SK J3 jr.	JR	Madla SK	4.45,00	_____
3	Drammen SK J1 jr.	JR	Drammen SK	4.36,89	_____
4	Stord IL J1 jr.	JR	Stord IL	4.42,22	_____
5	Elverum IL J1 jr.	JR	Elverum Svømming	4.48,13	_____
6	Ski SK J2 jr.	JR	Ski SK	4.55,00	_____

Heat 3

1	Egersund SK J1 jr.	JR	Egersund SK	4.31,56	_____
2	Vågsbygd SLK J1 jr.	JR	Vågsbygd SLK	4.28,00	_____
3	Madla SK J2 jr.	JR	Madla SK	4.23,00	_____
4	Skjetten Svømming J1 jr.	JR	Skjetten Svømming	4.23,00	_____
5	Sandefjord SK J1 jr.	JR	Sandefjord SK	4.29,66	_____
6	Mandal SK J1 jr.	JR	Mandal SK	4.35,55	_____

Heat 4

1	Kristiansand SA J1 jr.	JR	Kristiansand SA	4.22,00	_____
2	Ski SK J1 jr.	JR	Ski SK	4.20,00	_____
3	AGF Århus J1 jr.	JR	AGF Århus	4.13,00	_____
4	Madla SK J1 jr.	JR	Madla SK	4.14,00	_____
5	Øvre Eiker SK J1 jr.	JR	Øvre Eiker SK	4.20,18	_____
6	AGF Århus J2 jr.	JR	AGF Århus	4.23,00	_____

Lørdag 30. januar 2010 kl 15.00

Øvelse 21. 4*100m fri, herrer - Senior

Norsk juniorrekord: Bærumsvømmerne, Bærumsvømmerne - 3.27,46 (27.11.2008)
 Norsk seniorrekord: Stavanger SC, Stavanger SC - 3.23,02 (04.02.1996)

Heat 1

1	Sandnes SLK G1 sr.	SR	Sandnes SLK	4.03,50	_____
2	Elverum IL G1 sr.	SR	Elverum Svømming	3.58,51	_____
3	Drammen SK G1 sr.	SR	Drammen SK	3.54,12	_____
4	Tønsberg SK G1 sr.	SR	Tønsberg SK	3.57,60	_____
5	Sandefjord SK G1 sr.	SR	Sandefjord SK	4.01,07	_____
6					

Heat 2

1	Skjetten Svømming G1 sr.	SR	Skjetten Svømming	3.45,00	_____
2	Mandal SK G1 sr.	SR	Mandal SK	3.39,89	_____
3	Bergens SC G1 sr.	SR	Bergens SC	3.31,08	_____
4	AGF Århus G1 sr.	SR	AGF Århus	3.35,00	_____
5	Team Stavanger G1 sr.	SR	Team Stavanger	3.45,00	_____
6	Kristiansand SA G1 sr.	SR	Kristiansand SA	3.52,00	_____

Øvelse 22. 4*100m fri, damer - Senior

Norsk juniorrekord: Bergens SC, Bergens SC - 3.49,12 (27.11.2009)
 Norsk seniorrekord: Vestkantsv. J1 sr., Vestkantsvømmerne - 3.47,92 (02.03.2007)

Heat 1

1					
2	IL Solid J1 sr.	SR	IL Solid	4.45,00	_____
3	Nedre Eiker SK J1 sr.	SR	Nedre Eiker SK	4.41,05	_____
4	Sandnes SLK J2 sr.	SR	Sandnes SLK	4.44,10	_____
5					
6					

Heat 2

1	Frisinn SK J1 sr.	SR	Frisinn SK	4.40,00	_____
2	Sandnes SLK J1 sr.	SR	Sandnes SLK	4.36,90	_____
3	Mandal SK J1 sr.	SR	Mandal SK	4.24,61	_____
4	Øvre Eiker SK J1 sr.	SR	Øvre Eiker SK	4.25,34	_____
5	Klepp SSK J1 sr.	SR	Klepp SSK	4.39,00	_____
6					

Heat 3

1	Kristiansand SA J1 sr.	SR	Kristiansand SA	4.12,00	_____
2	Bergens SC J1 sr.	SR	Bergens SC	4.03,22	_____
3	AGF Århus J1 sr.	SR	AGF Århus	3.53,00	_____
4	Team Stavanger J1 sr.	SR	Team Stavanger	4.00,00	_____
5	Skjetten Svømming J1 sr.	SR	Skjetten Svømming	4.10,00	_____
6	Poseidon J1 sr.	SR	Poseidon	4.23,00	_____

Øvelse 23. 100m butterfly, herrer

Norsk juniorrekord: Christer Koch Kvam, Bærumsvømmerne - 54,57 (27.11.2009)
 Norsk seniorrekord: Erik Clasen, Lambertseter SK - 53,44 (16.03.1994)

Heat 1

1					
2	Kristian Brøløs	95	AGF Århus	1.19,47	_____
3	Lars Broby Foss	95	Grimstad SK	1.18,96	_____
4	Eirik Midtun	97	Bergkameratene	1.19,19	_____
5					
6					

Heat 2

1					
2	Simen Halse Larsen	97	Vågsbygd SLK	1.18,26	_____
3	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	1.17,33	_____
4	Daniel Nesbø	96	Skjetten Svømming	1.18,22	_____
5	Ulrik Rasch Bakke	97	Elverum Svømming	1.18,66	_____
6					

Heat 3

1	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	1.15,33	_____
2	Victor Pedersen	97	AGF Århus	1.14,67	_____
3	Kasper Bøtker	93	Asker SK	1.12,13	_____
4	Magnus Møkster	94	Frisinn SK	1.14,08	_____
5	Lars Rugsveen	94	Elverum Svømming	1.15,32	_____
6	Karsten Ovesen	94	Elverum Svømming	1.16,27	_____

Heat 4

1	Hoby Andrian	95	Klepp SSK	1.11,21	_____
2	Øivind Holtskog	93	Kristiansand SA	1.10,88	_____
3	Bo Volf Brøchner	96	AGF Århus	1.09,72	_____
4	Sondre Thygesen	92	Kristiansand SA	1.10,21	_____
5	Sindre Aasland Ranaweera	96	Madla SK	1.11,06	_____
6	Jørgen Gundersen	95	Skjetten Svømming	1.12,00	_____

Heat 5

1	Jostein Dalshov Kringlen	94	Kristiansand SA	1.08,93	_____
2	Frede Rønning Rangnes	94	Tønsberg SK	1.08,27	_____
3	Kasper Fiil Frandsen	94	AGF Århus	1.08,01	_____
4	Per Kristian Øyen	92	Molde SLK	1.08,20	_____
5	Ørjan Monsen	92	Sola SK	1.08,60	_____
6	Sven Peder Oseth	93	Ski SK	1.09,19	_____

Heat 6

1	Daniel B. Havre	93	Mandal SK	1.07,93	_____
2	Robert Nilsen	84	Sandefjord SK	1.07,40	_____
3	Kim Rune Hansen	94	Øvre Eiker SK	1.06,62	_____
4	Henry Ravndal	93	Sandnes SLK	1.06,64	_____
5	Didrik K. Grønseth	92	Frisinn SK	1.07,42	_____
6	Anders Dyvesveen	92	Ullensakersv	1.07,95	_____

Heat 7

1	Gustav Frøberg	93	Asker SK	1.05,99	_____
2	Vegard Belaska	93	TS/Madla SK	1.05,84	_____
3	Kristian Evensen	90	Kristiansand SA	1.04,70	_____
4	Martin Schau	91	Larvik SK	1.05,11	_____
5	Anton B. Pedersen	93	AGF Århus	1.05,95	_____
6	Eirik Nielsen	95	Poseidon	1.06,33	_____

Heat 8

1	Andreas Mathingsdal Pedersen	92	Farsund SK	1.04,47	_____
2	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	1.04,01	_____
3	Håkon Brennhagen	93	Skjetten Svømming	1.03,56	_____
4	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	1.03,87	_____
5	Tord Eirik Seyffarth	92	Mandal SK	1.04,47	_____
6	Morten Bordervich	94	TS/Sola SK	1.04,50	_____

Heat 9

1	Norbert Prokopiak	94	Gol IL	1.03,20	_____
2	Ronny Skaalien	80	Modum SK	1.02,70	_____
3	Dan Magnus Skibrek	87	Øvre Eiker SK	1.01,94	_____
4	Gunnar V. Skirbekk	91	Elverum Svømming	1.02,10	_____
5	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	1.03,19	_____
6	Daniel Skauge	93	Kristiansand SA	1.03,51	_____

Heat 10

1	Kjetil Berg	91	Vennesla SK	1.00,92	_____
2	Erling Mjøs Brattelid	91	TS/Sola SK	59,94	_____
3	Alexander B. Havre	90	Mandal SK	58,08	_____
4	Christian R. Svejstrup	90	AGF Århus	58,16	_____
5	Lavrans Solli	92	Bergens SC	1.00,58	_____
6	Øyvind Gevelt	91	Øvre Eiker SK	1.01,61	_____

Heat 11

1	Søren Dahl	93	AGF Århus	57,15	_____
2	Jørgen Møllerop	88	TS/Madla SK	55,50	_____
3	Gard Kvale	84	Bergens SC	54,50	_____
4	Viktor B. Bromer	93	AGF Århus	55,08	_____
5	Stian S. Langeland	89	Bergens SC	56,29	_____
6	Øivind A. S. Reinertsen	88	Bergens SC	57,40	_____

Øvelse 24. 100m butterfly, damer

Norsk juniorrekord: Victoria S. Løken, Team Stavanger - 59,94 (27.11.2008)

Norsk seniorrekord: Ingvild Snildal, Asker SK - 56,52 (14.11.2009)

Heat 1

1					
2	Linn Veronica Lauvrak	97	Lillesand	1.29,53	_____
3	May Synnøve Bartlett	95	Madla SK	1.28,01	_____
4	Tove Frøberg	97	Asker SK	1.28,35	_____
5					
6					

Heat 2

1					
2	Kristin Graf Verpe	95	Drammen SK	1.27,43	_____
3	Elise Gjessing	94	Lier SK	1.25,63	_____
4	Elise Sandvoll	96	Frisinn SK	1.26,87	_____
5	Tina Horne Olsen	96	Nedre Eiker SK	1.27,82	_____
6					

Heat 3

1	Thea Støle	96	Frisinn SK	1.24,92	_____
2	Ina Andersen Steinsland	96	Vågsbygd SLK	1.24,81	_____
3	Hege Hetland Pedersen	96	Nedre Eiker SK	1.24,15	_____
4	Emilie Yung Meiling	97	AGF Århus	1.24,49	_____
5	Frederikke Nedergaard	96	AGF Århus	1.24,82	_____
6	Ida Kristine Josdal	96	Vågsbygd SLK	1.25,45	_____

Heat 4

1	Edle Minnesjord	95	Poseidon	1.23,87	_____
2	Susanne Holm Røed	96	SK Speed	1.23,03	_____
3	Aleksandra Berge	94	Madla SK	1.22,26	_____
4	Ulrika Toft	95	AGF Århus	1.22,69	_____
5	Eline Mathilde Swensen	96	Ski SK	1.23,49	_____
6	Ronja Thoresen	96	Ski SK	1.24,01	_____

Heat 5

1	Marie L. Nygaard	94	Mandal SK	1.22,10	_____
2	Elise Fjeldstad	95	Vågsbygd SLK	1.21,10	_____
3	Marlene Jessing Larsen	96	AGF Århus	1.20,74	_____
4	Emilie Knudsen	93	Drammen SK	1.20,84	_____
5	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	1.22,05	_____
6	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	1.22,20	_____

Heat 6

1	Solveig Vuilliomenet	94	Klepp SSK	1.20,68	_____
2	Ida Jensen Lirhus	97	Madla SK	1.20,30	_____
3	Nina Staveland	97	Madla SK	1.19,69	_____
4	Christiane Sandbye	93	Skjetten Svømming	1.19,97	_____
5	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	1.20,66	_____
6	Marte Staveland	95	Madla SK	1.20,71	_____

Heat 7

1	Inger Husveg	92	Klepp SSK	1.19,13	_____
2	Vannja Celine Brunsvik	93	Haugesund SK	1.18,83	_____
3	Susanne Fornasari	94	Skjetten Svømming	1.18,67	_____
4	Oda Gjerde	95	Bryne SK	1.18,73	_____
5	Guro Aas	96	Vågsbygd SLK	1.19,04	_____
6	Solvår Wium	95	Øvre Eiker SK	1.19,47	_____

Heat 8

1	Henriette Dahl	95	Bergens SC	1.17,54	_____
2	Henriette With Bjørnstad	92	Ski SK	1.16,90	_____
3	Maria Pedersen	95	AGF Århus	1.16,40	_____
4	Sara Louise Pedersen	96	Poseidon	1.16,40	_____
5	Mari Mjølhøus Kristoffersen	95	Madla SK	1.16,90	_____
6	Vilde Bjørnebye	95	Elverum Svømming	1.18,46	_____

Heat 9

1	Vilde Liland Thorstensen	94	Vågsbygd SLK	1.15,77	_____
2	Ellen Camilla Hansen	95	Øvre Eiker SK	1.14,94	_____
3	Mari Knutsen	95	Øvre Eiker SK	1.14,91	_____
4	Maren Larsen	94	Madla SK	1.14,94	_____
5	Patricia Baay Kristoffersen	96	Sandefjord SK	1.15,08	_____
6	Henriette Fast Andersen	93	Vågsbygd SLK	1.16,11	_____

Heat 10

1	Vilde Tengesdal	96	Bryne SK	1.13,91	_____
2	Maren Gullvåg Aasen	95	Kristiansand SA	1.12,96	_____
3	Ingrid Hystad	92	IL Solid	1.12,44	_____
4	Frida Brunvoll	93	Molde SLK	1.12,49	_____
5	Stine Mary Vissing	97	AGF Århus	1.13,19	_____
6	Kristine Mathingsdal Pedersen	94	Farsund SK	1.14,31	_____

Heat 11

1	Sara Mogensen	95	AGF Århus	1.11,78	_____
2	Stine Mjøllhus Kristoffersen	93	TS/Frisinn	1.11,48	_____
3	Helene Nordmark Skuterud	93	Asker SK	1.10,52	_____
4	Hege Strøm Haukeland	94	SK Speed	1.11,11	_____
5	Lotte Miller	96	Madla SK	1.11,61	_____
6	Inger Kristine Steinsland	92	IL Solid	1.12,17	_____

Heat 12

1	Solvej Mathiasen	94	AGF Århus	1.10,39	_____
2	Amalie Thorstensen	96	Vågsbygd SLK	1.10,00	_____
3	Karoline Pedersen	94	Bergens SLK	1.09,33	_____
4	Hanne Sofie L. Nilsen	94	Kristiansand SA	1.09,52	_____
5	Kaja Bremer	93	Bergens SLK	1.10,09	_____
6	Sara Petrine Veierød	93	Bergens SC	1.10,51	_____

Heat 13

1	Ingalill Urrang Naustvik	95	Karmøy SK	1.08,64	_____
2	Cecilie W. Johannessen	90	Bergens SC	1.06,36	_____
3	Iselin Mjøllner Dahlen	92	Skjetten Svømming/NTG	1.05,95	_____
4	Maren Kristine Jansen	90	TS/Randaberg	1.06,13	_____
5	Marthe Berg Sørensen	92	TS/Frisinn	1.07,17	_____
6	Stine Lise Stenseth	94	Øvre Eiker SK	1.08,64	_____

Heat 14

1	Eirin Arnesen	93	Bergens SC	1.05,04	_____
2	Victoria Rung	92	TS/Frisinn	1.02,97	_____
3	Victoria S. Løken	91	Team Stavanger	1.00,21	_____
4	Maria Gullvåg Aasen	92	Kristiansand SA/NTG	1.02,00	_____
5	Oona Ovesen	92	Elverum Svømming	1.04,37	_____
6	Helene Solberg	91	Skjetten Svømming	1.05,78	_____

Øvelse 25. 100m rygg, herrer

Norsk juniorrekord: Sverre Næss, Sarpsborg IL - 53,54 (29.11.2009)

Norsk seniorrekord: Sverre Næss, Sarpsborg IL - 53,54 (29.11.2009)

Heat 1

1	Albert Grahn-Frankil	96	AGF Århus	1.23,20	_____
2	Anders L. Mogensen	96	AGF Århus	1.23,01	_____
3	Håkon Vatne Norheim	95	Vågsbygd SLK	1.22,23	_____
4	Jonas Hagmansen	97	SK Speed	1.22,76	_____
5	Espen Høglo	97	Vågsbygd SLK	1.23,15	_____
6					_____

Heat 2

1	David Tørring	95	AGF Århus	1.21,68	_____
2	Thomas A Fardal	97	Egersund SK	1.19,76	_____
3	Johannes Aagaard-Nilsen Wiik	96	Larvik SK	1.18,07	_____
4	Ulrik Rasch Bakke	97	Elverum Svømming	1.18,67	_____
5	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK	1.20,45	_____
6	Michael Grund	97	Vågsbygd SLK	1.22,06	_____

Heat 3

1	Eirik Midtun	97	Bergkameratene	1.16,81	_____
2	Jakob Westermoen	95	Mandal SK	1.15,54	_____
3	Philip Budd	96	Poseidon	1.15,29	_____
4	Eirik Frestad	97	Kristiansand SA	1.15,36	_____
5	Benjamin Erichsen	94	Sandefjord SK	1.15,99	_____
6	Eirik Johnsen	96	Bergens SC	1.17,87	_____

Heat 4

1	Henrik Flood Kvien	96	SK Speed	1.13,27	_____
2	Victor Pedersen	97	AGF Århus	1.12,41	_____
3	Jakob Kornmaaler	95	AGF Århus	1.11,70	_____
4	Hoby Andrian	95	Klepp SSK	1.12,12	_____
5	Kacper Domanski	96	Frisinn SK	1.12,72	_____
6	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	1.14,10	_____

Heat 5

1	Stian Frestad	94	Kristiansand SA	1.11,35	_____
2	Govinda Hillestad	93	Nedre Eiker SK	1.09,41	_____
3	Thomas Brustveit	93	Sandnes SLK	1.08,57	_____
4	Sander Andersen	96	Poseidon	1.09,31	_____
5	Ole Nævdal	93	Skjetten Svømming	1.11,35	_____
6	Kristian Broløs	95	AGF Århus	1.11,69	_____

Heat 6

1	Erik Lauvbu	94	Øvre Eiker SK	1.08,02	_____
2	Magnus B. Pedersen	94	AGF Århus	1.07,65	_____
3	Martin B. Lund	92	Elverum Svømming	1.06,61	_____
4	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	1.06,76	_____
5	Sven Peder Oseth	93	Ski SK	1.07,74	_____
6	Anton Bromer	95	AGF Århus	1.08,02	_____

Heat 7

1	Håkon Andersen	92	Kristiansand SA	1.06,06	_____
2	Kasper Fiil Frandsen	94	AGF Århus	1.04,41	_____
3	Jørgen Aagaard-Nilsen Wiik	93	Larvik SK	1.02,42	_____
4	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	1.04,05	_____
5	Kjetil Berg	91	Vennesla SK	1.05,70	_____
6	Daniel B. Havre	93	Mandal SK	1.06,26	_____

Heat 8

1	Hans Andre Pedersen	92	Sandefjord SK	1.01,83	_____
2	Alexander B. Havre	90	Mandal SK	58,90	_____
3	Lavrans Solli	92	Bergens SC	53,99	_____
4	Jørgen Møllerop	88	TS/Madla SK	57,94	_____
5	Erlend Tveteraas	91	TS/Madla SK	1.01,40	_____
6	Christoffer Ravn	92	AGF Århus	1.02,05	_____

Øvelse 26. 100m rygg, damer

Norsk juniorrekord: Ingvild Snildal, Asker SK - 1.01,32 (24.11.2007)
 Norsk seniorrekord: Katharina Stüberg, Bjerkvik SK - 59,56 (28.03.2009)

Heat 1

1	Rona Hjelmstad	S14 - 93	Skjetten Svømming	1.38,23	_____
2	Sigrun Idsøe	96	Madla SK	1.30,49	_____
3	Ina Andersen Steinsland	96	Vågsbygd SLK	1.28,50	_____
4	Anniken K. Sletta	96	Ski SK	1.30,16	_____
5	Maren Rasmussen	97	Øvre Eiker SK	1.30,86	_____
6					_____

Heat 2

1	Andrea Karstad	97	Larvik SK	1.28,11	_____
2	Ida Helene Hustad	96	Vågsbygd SLK	1.27,21	_____
3	Lindsey Palmer	95	Skjetten Svømming	1.27,03	_____
4	Alexandra Veseth Bjerg	97	Larvik SK	1.27,15	_____
5	Maren Sofie Aske	97	Vågsbygd SLK	1.28,09	_____
6	Silje I Øyen	95	Elverum Svømming	1.28,22	_____

Heat 3

1	Marie Malvik	97	Poseidon	1.26,67	_____
2	Rebekka Asbjørnsen	96	Sandnes SLK	1.26,06	_____
3	Anna Teetzmann	95	Stord IL	1.25,52	_____
4	Signe Birch Moltu	94	Frisinn SK	1.25,58	_____
5	Therese Pettersen	96	Skjetten Svømming	1.26,32	_____
6	Elise Skjæveland	97	Ullensakersv	1.26,72	_____

Heat 4

1	Elinor Ariansen	95	Mandal SK	1.24,57	_____
2	Nanna Ovesen	96	Elverum Svømming	1.23,80	_____
3	Solveig Lund	96	Vågsbygd SLK	1.23,49	_____
4	Monica Avlesbug	95	Klepp SSK	1.23,71	_____
5	Rachel Eden	95	Madla SK	1.24,18	_____
6	Ragnhild Hals	95	Øvre Eiker SK	1.25,18	_____

Heat 5

1	Maren Hegland	96	Mandal SK	1.23,30	_____
2	Ida Jensen Lirhus	97	Madla SK	1.22,96	_____
3	Sara Munz-Kløve	94	Bergkameratene	1.22,65	_____
4	Maria Krogstad	94	Øvre Eiker SK	1.22,78	_____
5	Camilla Ausland Sørensen	93	Risør Varden	1.23,22	_____
6	Ida Kristine Jisdal	96	Vågsbygd SLK	1.23,36	_____

Heat 6

1	Une Johnsen	96	Mandal SK	1.22,30	_____
2	Ane Lee Johansen	97	Kristiansand SA	1.21,93	_____
3	Nina Staveland	97	Madla SK	1.21,40	_____
4	Regine Sjørdal Lindanger	96	Frisinn SK	1.21,46	_____
5	Arbresha Veligqi	93	Vågsbygd SLK	1.21,96	_____
6	Sandra Sola	97	Randaberg IL	1.22,57	_____

Heat 7

1	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	1.21,02	_____
2	Marte Fjellet	95	Poseidon	1.20,29	_____
3	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	1.19,76	_____
4	Sara Johansen	96	Mandal SK	1.20,08	_____
5	Tiril Fredrikke Rist Jensen	94	Lillesand	1.20,74	_____
6	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	1.21,14	_____

Heat 8

1	Kristin Johnson	93	Elverum Svømming	1.19,56	_____
2	Toni G. Coudray	97	Bergens SC	1.19,25	_____
3	Pernille Mørch	94	Skjetten Svømming	1.18,99	_____
4	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	1.19,00	_____
5	Siv Vuillioinenet	92	Klepp SSK	1.19,54	_____
6	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	1.19,70	_____

Heat 9

1	Elisabeth Hedstrøm	92	Vågsbygd SLK	1.18,51	_____
2	Anne Sofie J. Brund	95	AGF Århus	1.17,82	_____
3	Sofie Reisænen	97	Varodd SK	1.17,15	_____
4	Camilla Birkeland	96	Haugesund SK	1.17,49	_____
5	Emilie Yung Meiling	97	AGF Århus	1.18,41	_____
6	Susan Ultee	96	Frisinn SK	1.18,62	_____

Heat 10

1	Jenny Brønseth	93	Larvik SK	1.16,88	_____
2	Christine Arctander	93	Madla SK	1.16,65	_____
3	Silje S. Undheim	94	Sandnes SLK	1.15,07	_____
4	Frederikke Nedergaard	96	AGF Århus	1.15,45	_____
5	Anne Cathrine Skinmo	95	Larvik SK	1.16,85	_____
6	Line Aamann	93	AGF Århus	1.16,91	_____

Heat 11

1	Elisabeth Støver	96	Modum SK	1.14,68	_____
2	Emilie Valand Sørensen	94	Kristiansand SA	1.14,51	_____
3	Ingrid Hystad	92	IL Solid	1.14,31	_____
4	Stine Mary Vissing	97	AGF Århus	1.14,38	_____
5	Fanny Moen Pettersen	93	Øvre Eiker SK	1.14,57	_____
6	Henriette With Bjørnstad	92	Ski SK	1.14,76	_____

Heat 12

1	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	1.13,87	_____
2	Anna Katrine Jørgensen	96	AGF Århus	1.13,73	_____
3	Marie-Elise Eriksen	94	Sandefjord SK	1.12,72	_____
4	Nicole Egeland	93	Sandnes SLK	1.13,12	_____
5	Birgitte Elise Søfteland	94	Sarpsborg IL	1.13,76	_____
6	Lisa Thielemann	94	Nedre Eiker SK	1.14,31	_____

Heat 13

1	Vilde Tengedal	96	Bryne SK	1.12,48	_____
2	Marte Stamland	96	Poseidon	1.10,70	_____
3	Siri Anette Sønju	92	Øvre Eiker SK	1.10,37	_____
4	Marie Svensson	95	Skjetten Svømming	1.10,59	_____
5	Sara Boukili	95	SK Speed	1.12,10	_____
6	Ida Christine Nilsen	91	Kristiansand SA	1.12,54	_____

Heat 14

1	Vanessa Tuxen	92	TS/Sola SK	1.09,84	_____
2	Julie Jepsen	94	AGF Århus	1.09,00	_____
3	Oona Ovesen	92	Elverum Svømming	1.07,11	_____
4	Ingse Bergh Monsen	92	Bergens SC	1.08,64	_____
5	Silje Nilo	93	Sandefjord SK	1.09,16	_____
6	Lotte Miller	96	Madla SK	1.10,31	_____

Heat 15

1	Cecilie W. Johannessen	90	Bergens SC	1.06,19	_____
2	Aslaug Marie Hjelmaas	95	Bergens SLK	1.03,77	_____
3	Pernille Larsen	92	AGF Århus	57,73	_____
4	Oda Marie Siljan	92	Poseidon	1.03,21	_____
5	Ragnhild Søfteland	92	Bergens SC	1.06,10	_____
6	Sofie Refstrup Pedersen	95	AGF Århus	1.06,73	_____

Lørdag 30. januar 2010 kl 17.00

Klassevise finaler

Øvelse 27. 50m bryst, herrer - Finale

Øvelse 28. 50m bryst, damer - Finale

Øvelse 29. 50m rygg, herrer - Finale

Øvelse 30. 50m rygg, damer - Finale

Øvelse 31. 50m butterfly, herrer - Finale

Øvelse 32. 50m butterfly, damer - Finale

Øvelse 33. 50m fri, herrer - Finale

Øvelse 34. 50m fri, damer - Finale

Søndag 31. januar 2010 kl 09.00

Øvelse 35. 200m bryst, herrer

Norsk juniorrekord: Sverre Næss, Norge - 2.09,52 (05.12.2009)
 Norsk seniorrekord: Alexander Dale Oen, Vestkantsvømmerne - 2.08,28 (16.12.2007)

Heat 1

1					
2	Tor Witzøe	95	Flekkefjord SK	3.22,57	_____
3	Adrian Etterlid Jensen	97	Stord IL	3.21,74	_____
4	Ole Christian Nergaard	96	Lier SK	3.22,20	_____
5					
6					

Heat 2

1	Birk Hveding Ersdal	96	Drammen SK	3.19,00	_____
2	Jonas Hagmansen	97	SK Speed	3.16,96	_____
3	Michael Grund	97	Vågsbygd SLK	3.14,77	_____
4	Andreas Brobakken	96	Lillesand	3.15,16	_____
5	Lars Broby Foss	95	Grimstad SK	3.17,86	_____
6	Gord Behzadi	97	Madla SK	3.21,71	_____

Heat 3

1	Simen Clementsen	95	Frisinn SK	3.12,15	_____
2	Espen Høglo	97	Vågsbygd SLK	3.11,16	_____
3	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	3.09,47	_____
4	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	3.11,03	_____
5	Aleksander Røe Strømshoved	95	SK Speed	3.11,23	_____
6	Ulrik Rasch Bakke	97	Elverum Svømming	3.12,63	_____

Heat 4

1	Andreas Kaafjord	96	Vågsbygd SLK	3.08,93	_____
2	Daniel Nesbø	96	Skjetten Svømming	3.04,92	_____
3	Morten Molin Wang	95	Ski SK	3.00,86	_____
4	Emil Gran	96	Ski SK	3.02,83	_____
5	David Tørring	95	AGF Århus	3.05,00	_____
6	Håkon Wulf Haugen	96	Bergens SC	3.09,40	_____

Heat 5

1	Johannes Aagaard-Nilsen Wiik	96	Larvik SK	2.58,43	_____
2	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	2.55,92	_____
3	Magnus Møkster	94	Frisinn SK	2.53,56	_____
4	Henrik Christiansen	96	Skjetten Svømming	2.54,49	_____
5	Sander Andersen	96	Poseidon	2.57,93	_____
6	Torfinn Truchs Erga	93	Grimstad SK	2.59,10	_____

Heat 6

1	Martin B. Lund	92	Elverum Svømming	2.47,99	_____
2	Jørgen Bråthen	95	Ullensakersv	2.44,08	_____
3	Øyvind Malde	92	Madla SK	2.39,41	_____
4	Nicolai Gerrard	94	Kristiansand SA	2.40,25	_____
5	Sindre Aasland Ranaweera	96	Madla SK	2.46,33	_____
6	Didrik K. Grønseth	92	Frisinn SK	2.48,53	_____

Heat 7

1	Glenn Skjæveland	92	Sandnes SLK	2.37,88	_____
2	Tom Duc Ngo Kaafjord	94	Vågsbygd SLK	2.35,18	_____
3	Nils Just Andersen	92	AGF Århus	2.32,94	_____
4	Gunnar V. Skirbekk	91	Elverum Svømming	2.34,54	_____
5	Dmitrijs Mikelsons	86	Tønsberg SK	2.37,02	_____
6	Tord Eirik Seyffarth	92	Mandal SK	2.39,25	_____

Heat 8

1	Andreas Mathingsdal Pedersen	92	Farsund SK	2.30,36	_____
2	Aleksander Sire	93	Modum SK	2.29,46	_____
3	Gard Kvale	84	Bergens SC	2.12,91	_____
4	Martin Hals	91	Øvre Eiker SK	2.25,05	_____
5	Jesper Gemke	93	AGF Århus	2.30,31	_____
6	Martin Schau	91	Larvik SK	2.32,43	_____

Øvelse 36. 200m bryst, damer

Norsk juniorrekord: Anne-Mari Gulbrandsen, IL Varg - 2.25,55 (15.12.2000)
 Norsk seniorrekord: Sara Nordenstam, Lambertseter SK - 2.23,40 (12.12.2008)

Heat 1

1					
2	Silje I Øyen	95	Elverum Svømming	3.34,22	_____
3	Camilla Olufsen	97	Larvik SK	3.31,31	_____
4	Nanna Ovesen	96	Elverum Svømming	3.31,32	_____
5					
6					

Heat 2

1	Tina Lægraid	96	Varodd SK	3.29,43	_____
2	Mari Hals	97	Øvre Eiker SK	3.27,37	_____
3	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK	3.26,52	_____
4	Dina Sofie Hänninen Eggum	93	Lier SK	3.27,20	_____
5	Silje Skogli	97	Elverum Svømming	3.28,65	_____
6					

Heat 3

1	Malin Kristine Teisrud	97	Vågsbygd SLK	3.24,83	_____
2	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	3.24,21	_____
3	Elise Guldhav	95	Vågsbygd SLK	3.21,88	_____
4	Tina Horne Olsen	96	Nedre Eiker SK	3.22,80	_____
5	Andrea Kvalheim	96	SK Speed	3.24,69	_____
6	Kristina Vatland	95	Vågsbygd SLK	3.25,43	_____

Heat 4

1	Andrea Karstad	97	Larvik SK	3.20,59	_____
2	Malene Tangedal Mehus	94	IL Solid	3.19,84	_____
3	Ina Andersen Steinsland	96	Vågsbygd SLK	3.18,16	_____
4	Sandra Bram Madsen	95	AGF Århus	3.18,88	_____
5	Solveig Lund	96	Vågsbygd SLK	3.19,90	_____
6	Kaja Konow Grønseth	95	Frisinn SK	3.20,80	_____

Heat 5

1	Anne Kine Kind Askim	94	Nedre Eiker SK	3.16,90	_____
2	Stine Mary Vissing	97	AGF Århus	3.16,41	_____
3	Solvår Wium	95	Øvre Eiker SK	3.15,84	_____
4	Inger Husveg	92	Klepp SSK	3.15,97	_____
5	Sandra Sola	97	Randaberg IL	3.16,44	_____
6	Lisa Aaslestad	96	Sandnes SLK	3.17,51	_____

Heat 6

1	Stine Marie Anderssen	95	Sandnes SLK	3.13,74	_____
2	Vilde Engevik Hjørnevik	97	Frisinn SK	3.11,89	_____
3	Madelen Wolf	96	Sandefjord SK	3.11,03	_____
4	Ine Emilie Rist Jensen	96	Lillesand	3.11,53	_____
5	Hanna Huglen Vinsnesbakk	95	Stord IL	3.12,56	_____
6	Therese Pettersen	96	Skjetten Svømming	3.14,17	_____

Heat 7

1	Ronja Thoresen	96	Ski SK	3.10,27	_____
2	May Synnøve Bartlett	95	Madla SK	3.07,06	_____
3	Eline Mathilde Swensen	96	Ski SK	3.06,41	_____
4	Ida-Marie Dybdahl	94	Larvik SK	3.06,51	_____
5	Vilde Bjørnebye	95	Elverum Svømming	3.09,53	_____
6	Emilie Yung Meiling	97	AGF Århus	3.10,39	_____

Heat 8

1	Sara Torp Myhre	94	SK Speed	3.04,89	_____
2	Sara Louise Pedersen	96	Poseidon	3.04,09	_____
3	Une Johnsen	96	Mandal SK	3.02,73	_____
4	Hanne Chr. Seyffarth	85	Mandal SK	3.03,57	_____
5	Åse Leivdal Kjølleberg	89	Frisinn SK	3.04,12	_____
6	Marte Gulbrandsen	95	Drammen SK	3.05,33	_____

Heat 9

1	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	3.01,07	_____
2	Oona Ovesen	92	Elverum Svømming	2.59,45	_____
3	Cornelia Buus	94	AGF Århus	2.58,18	_____
4	Marie Svensson	95	Skjetten Svømming	2.59,09	_____
5	Maren Larsen	94	Madla SK	3.00,53	_____
6	Cecilie Bjerg	96	AGF Århus	3.02,44	_____

Heat 10

1	Frida Brunvoll	93	Molde SLK	2.57,65	_____
2	Mari Mjølhus Kristoffersen	95	Madla SK	2.55,90	_____
3	Ellen Camilla Hansen	95	Øvre Eiker SK	2.54,49	_____
4	Lisa Spiering	95	Drammen SK	2.55,61	_____
5	Helene Moholt	95	Modum SK	2.57,43	_____
6	Guro Aas	96	Vågsbygd SLK	2.57,82	_____

Heat 11

1	Emilie Engebretsen	93	Drammen SK	2.53,35	_____
2	Maria Pedersen	95	AGF Århus	2.51,60	_____
3	Siri Anette Sønju	92	Øvre Eiker SK	2.50,25	_____
4	Eli Kristin Ølmheim	94	Bergens SC	2.50,44	_____
5	Martha Maria Songstad	94	Bergens SC	2.53,25	_____
6	Vilde Tengedal	96	Bryne SK	2.54,01	_____

Heat 12

1	Stine Lise Stenseth	94	Øvre Eiker SK	2.49,24	_____
2	Kristine Mathingsdal Pedersen	94	Farsund SK	2.44,77	_____
3	Josephina Bartela	94	AGF Århus	2.31,22	_____
4	Katrine Crone	92	AGF Århus	2.35,22	_____
5	Ulrika Toft	95	AGF Århus	2.46,15	_____
6	Pernille Mørch	94	Skjetten Svømming	2.49,97	_____

Øvelse 37. 100m fri, herrer

Norsk juniorrekord: Sverre Næss, Sarpsborg IL - 48,80 (28.11.2009)
 Norsk seniorrekord: Sander Smørdal, Bergensvømmerne - 48,40 (10.11.2009)

Heat 1

1	Erik Andre Klepp Vik	96	Sandnes SLK	1.15,08	_____
2	Fredrik Hille	96	Vågsbygd SLK	1.14,50	_____
3	Andreas Kaafjord	96	Vågsbygd SLK	1.14,38	_____
4	Bjørn Roar Hansen	97	Øvre Eiker SK	1.14,47	_____
5	Ole-Mikal Fløgstad	97	Ullensakersv	1.14,76	_____
6					

Heat 2

1	Filip Krzysztof Ludwiczak	96	Bergens SC	1.13,79	_____
2	Birk Hveding Ersdal	96	Drammen SK	1.13,59	_____
3	Jonatan Balladone	97	AGF Århus	1.13,39	_____
4	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	1.13,53	_____
5	Jonas Hagmansen	97	SK Speed	1.13,64	_____
6	Tim Samuelsen	97	Madla SK	1.14,30	_____

Heat 3

1	Tor Witzøe	95	Flekkefjord SK	1.12,22	_____
2	Håkon B Lund	97	Elverum Svømming	1.11,52	_____
3	Martin Fuglesang	96	Elverum Svømming	1.11,36	_____
4	Aleksander Røe Strømshoved	95	SK Speed	1.11,45	_____
5	Øyvind E. Stenberg	96	Farsund SK	1.12,14	_____
6	Bjørn Stian Vuilliomenet	96	Klepp SSK	1.12,34	_____

Heat 4

1	Eirik Midtun	97	Bergkameratene	1.10,64	_____
2	Simen Halse Larsen	97	Vågsbygd SLK	1.10,45	_____
3	Erik Gjessing	97	Lier SK	1.10,07	_____
4	Ulrik Rasch Bakke	97	Elverum Svømming	1.10,22	_____
5	Albert Grahn-Frankil	96	AGF Århus	1.10,50	_____
6	Thomas A Fardal	97	Egersund SK	1.10,82	_____

Heat 5

1	David Tørring	95	AGF Århus	1.09,61	_____
2	Espen Hanto	95	Tønsberg SK	1.09,52	_____
3	Eirik Rugsveen	96	Elverum Svømming	1.09,10	_____
4	Jonathan Bitsch Holm	94	AGF Århus	1.09,51	_____
5	Simen Clementsen	95	Frisinn SK	1.09,58	_____
6	Ole Christiansen	95	Poseidon	1.09,78	_____

Heat 6

1	Eirik Frestad	97	Kristiansand SA	1.08,86	_____
2	Michael Gutierrez Irgens	95	Bergens SC	1.08,40	_____
3	Martin Nilsen	94	Haugesund SK	1.08,04	_____
4	Håkon Vatne Norheim	95	Vågsbygd SLK	1.08,27	_____
5	Are Mowatt Gruben	96	Bergens SC	1.08,67	_____
6	Karsten Ovesen	94	Elverum Svømming	1.08,91	_____

Heat 7

1	Thomas W. Fuglseth	94	Egersund SK	1.07,15	_____
2	Eirik Johnsen	96	Bergens SC	1.06,38	_____
3	Johannes Aagaard-Nilsen Wiik	96	Larvik SK	1.06,12	_____
4	Lars Broby Foss	95	Grimstad SK	1.06,26	_____
5	Marius T Eliassen	95	Sandefjord SK	1.06,49	_____
6	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK	1.07,46	_____

Heat 8

1	Morgan B. Johansen	96	Skjetten Svømming	1.05,90	_____
2	Bo Volf Brøchner	96	AGF Århus	1.05,78	_____
3	Thomas Brustveit	93	Sandnes SLK	1.05,75	_____
4	Odin Moen	94	Egersund SK	1.05,75	_____
5	Jørgen Marthinsen	94	Tønsberg SK	1.05,88	_____
6	Fredrik Langholm Furuli	93	Drammen SK	1.06,08	_____

Heat 9

1	Jakob Westermoen	95	Mandal SK	1.05,50	_____
2	Philip Budd	96	Poseidon	1.05,22	_____
3	Benjamin Erichsen	94	Sandefjord SK	1.04,99	_____
4	Rino Hagen	93	Modum SK	1.05,09	_____
5	Anders Struksnæs Sand	93	Ski SK	1.05,38	_____
6	Brage Guttormsen	94	Larvik SK	1.05,63	_____

Heat 10

1	Victor Pedersen	97	AGF Århus	1.04,79	_____
2	Filip Papoutsis	95	Lier SK	1.04,49	_____
3	Fredrik L. Theien	94	Asker SK	1.04,14	_____
4	Jim Steinsland	95	IL Solid	1.04,28	_____
5	Kristian Brøløs	95	AGF Århus	1.04,64	_____
6	Andreas V. Jäger	93	Vennesla SK	1.04,80	_____

Heat 11

1	Jakob Kornmaaler	95	AGF Århus	1.03,90	_____
2	Lars Rugsveen	94	Elverum Svømming	1.03,38	_____
3	Magnus Andre Nilsen	91	Drammen SK	1.03,32	_____
4	Jonas Langseth Guttormsen	92	Drammen SK	1.03,32	_____
5	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	1.03,74	_____
6	Kacper Domanski	96	Frisinn SK	1.03,90	_____

Heat 12

1	Kasper Bøtker	93	Asker SK	1.02,96	_____
2	Martin B. Lund	92	Elverum Svømming	1.02,92	_____
3	Johan Markus Mowinckel	95	Bergens SC	1.02,82	_____
4	Robin Gulseth	92	Kristiansand SA	1.02,91	_____
5	Torbjørn Udjus	93	Grimstad SK	1.02,95	_____
6	Erling Mjøs Brattelid	91	TS/Sola SK	1.02,96	_____

Heat 13

1	Magnus Møkster	94	Frisinn SK	1.02,57	_____
2	Stian Frestad	94	Kristiansand SA	1.02,24	_____
3	Govinda Hillestad	93	Nedre Eiker SK	1.01,54	_____
4	Erik Bryhn Myklebust	92	Elverum Svømming	1.01,61	_____
5	Casper Buan Helgesen	95	Poseidon	1.02,29	_____
6	Hoby Andrian	95	Klepp SSK	1.02,68	_____

Heat 14

1	Henrik Flood Kvien	96	SK Speed	1.01,20	_____
2	Glenn Skjæveland	92	Sandnes SLK	1.01,06	_____
3	Sven Peder Oseth	93	Ski SK	1.00,81	_____
4	Øivind Holtskog	93	Kristiansand SA	1.00,89	_____
5	Jostein Dalshov Kringlen	94	Kristiansand SA	1.01,19	_____
6	Einar Norum	93	Ski SK	1.01,37	_____

Heat 15

1	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	1.00,53	_____
2	Jørgen Gundersen	95	Skjetten Svømming	1.00,38	_____
3	Kristian Bjelbøle Bakken	93	Ski SK	1.00,21	_____
4	Gustav Frøberg	93	Asker SK	1.00,36	_____
5	Øyvind Malde	92	Madla SK	1.00,48	_____
6	Christopher Williams	92	Bergens SLK	1.00,62	_____

Heat 16

1	Anders Dyvesveen	92	Ullensakersv	1.00,15	_____
2	Daniel Skauge	93	Kristiansand SA	59,97	_____
3	Sondre U. Kjelsrud	92	Tønsberg SK	59,56	_____
4	Ole Nævdal	93	Skjetten Svømming	59,87	_____
5	Erik Lauvbu	94	Øvre Eiker SK	1.00,14	_____
6	Kevin Dippner	93	Skjetten Svømming	1.00,18	_____

Heat 17

1	Jonathan Nordhammer	93	Kristiansand SA	59,45	_____
2	Andreas Vatne Norheim	92	Vågsbygd SLK	59,30	_____
3	Kenneth Skærbæk	94	AGF Århus	59,17	_____
4	Sondre Thygesen	92	Kristiansand SA	59,18	_____
5	Daniel B. Havre	93	Mandal SK	59,35	_____
6	Erik Andreassen	93	Sandefjord SK	59,55	_____

Heat 18

1	Anton Bromer	95	AGF Århus	58,97	_____
2	Mikkel Hveding Ersdal	92	Drammen SK	58,75	_____
3	Jonatan Olafsson	94	Sandefjord SK	58,69	_____
4	Tom Duc Ngo Kaafjord	94	Vågsbygd SLK	58,72	_____
5	Eirik Nielsen	95	Poseidon	58,96	_____
6	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	58,98	_____

Heat 19

1	Per Kristian Øyen	92	Molde SLK	58,60	_____
2	Eirik B. Lund	90	Elverum Svømming	58,32	_____
3	Kristian Evensen	90	Kristiansand SA	57,97	_____
4	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	58,11	_____
5	Vegard Belaska	93	TS/Madla SK	58,44	_____
6	Øystein S. Jørgensen	93	Kristiansand SA	58,65	_____

Heat 20

1	Jesper Gemke	93	AGF Århus	57,74	_____
2	Christoffer Ravn	92	AGF Århus	57,59	_____
3	Erlend Tveteraas	91	TS/Madla SK	57,24	_____
4	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	57,53	_____
5	Håkon Brennhagen	93	Skjetten Svømming	57,65	_____
6	Henry Ravndal	93	Sandnes SLK	57,76	_____

Heat 21

1	Håkon Andersen	92	Kristiansand SA	57,13	_____
2	Morten Bordervich	94	TS/Sola SK	56,97	_____
3	Nils Just Andersen	92	AGF Århus	56,82	_____
4	Magnus B. Pedersen	94	AGF Århus	56,87	_____
5	Sven Berg	92	Bergens SLK	57,05	_____
6	Kasper Møller	94	AGF Århus	57,18	_____

Heat 22

1	Kjetil Berg	91	Vennesla SK	56,01	_____
2	Gunnar V. Skirbekk	91	Elverum Svømming	55,77	_____
3	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	55,61	_____
4	Tord Eirik Seyffarth	92	Mandal SK	55,69	_____
5	Anton B. Pedersen	93	AGF Århus	55,98	_____
6	Kim Rune Hansen	94	Øvre Eiker SK	56,70	_____

Heat 23

1	Frede Rønning Rangnes	94	Tønsberg SK	55,26	_____
2	Lavrans Solli	92	Bergens SC	54,56	_____
3	Dan Magnus Skibrek	87	Øvre Eiker SK	53,42	_____
4	Sander Rødje	93	Haugesund SK	54,23	_____
5	Torfinn Kristensen	81	Drammen SK	54,85	_____
6	Thorbjørn Birkeland	93	Haugesund SK	55,26	_____

Heat 24

1	Bernt M. Seyffarth	89	Mandal SK	51,61	_____
2	Bjarte Ravndal	91	TS/Sola SK	51,03	_____
3	Gard Kvale	84	Bergens SC	48,79	_____
4	Jørgen Møllerop	88	TS/Madla SK	50,63	_____
5	Viktor B. Bromer	93	AGF Århus	51,06	_____
6	Alexander B. Havre	90	Mandal SK	52,26	_____

Øvelse 38. 100m fri, damer

Norsk juniorrekord: Cecilie W. Johannessen, Bergens SC - 54,38 (29.11.2009)

Norsk seniorrekord: Ingvild Snildal, Asker SK - 52,92 (10.12.2009)

Heat 1

1	Ida Jordan	97	Elverum Svømming	1.22,45	_____
2	Nora Skatvedt	97	Ullensakersv	1.21,65	_____
3	Maren Rasmussen	97	Øvre Eiker SK	1.21,41	_____
4	Marit Hystad	96	IL Solid	1.21,45	_____
5	Linn Veronica Lauvrak	97	Lillesand	1.22,13	_____
6	Madelen Stenberg	97	Varodd SK	1.22,47	_____

Heat 2

1	Silje Skogli	97	Elverum Svømming	1.21,21	_____
2	Karianne Olsen	97	Vågsbygd SLK	1.20,82	_____
3	Emily Bådsvik	96	Frisinn SK	1.20,48	_____
4	Ida Helene Hustad	96	Vågsbygd SLK	1.20,69	_____
5	Cathrine Løwer Dahlquist	97	Nedre Eiker SK	1.20,86	_____
6	Rona Hjelmstad	S14 - 93	Skjetten Svømming	1.21,39	_____

Heat 3

1	Selin Calli	97	Nedre Eiker SK	1.20,40	_____
2	Ine Cecilie B. Mathisen	95	Tønsberg SK	1.20,34	_____
3	Maren Sofie Aske	97	Vågsbygd SLK	1.19,95	_____
4	Anne Helene Krohn	96	Flekkefjord SK	1.20,25	_____
5	Eli Grønvold	95	Ullensakersv	1.20,38	_____
6	Runa Vatna Sandmoen	96	Frisinn SK	1.20,44	_____

Heat 4

1	Ida Bjøntegård Oftedal	96	Haugesund SK	1.19,47	_____
2	Elise Sandvoll	96	Frisinn SK	1.18,55	_____
3	Tina Lægraid	96	Varodd SK	1.18,16	_____
4	Ine Emilie Rist Jensen	96	Lillesand	1.18,42	_____
5	Solveig Tellevik	97	Asker SK	1.19,37	_____
6	Vibeke Todnem	95	Sandnes SLK	1.19,72	_____

Heat 5

1	Mari Hals	97	Øvre Eiker SK	1.17,56	_____
2	Alexandra Veseth Bjerg	97	Larvik SK	1.17,38	_____
3	Stine Marie Anderssen	95	Sandnes SLK	1.17,15	_____
4	Silje I Øyen	95	Elverum Svømming	1.17,37	_____
5	Toni G. Coudray	97	Bergens SC	1.17,56	_____
6	Anniken Reisz Kiil	94	Larvik SK	1.17,71	_____

Heat 6

1	Marte Gulbrandsen	95	Drammen SK	1.16,99	_____
2	Klara Rydland	94	Fyresdal IL	1.16,90	_____
3	Marie Malvik	97	Poseidon	1.16,52	_____
4	Lisa Aaslestad	96	Sandnes SLK	1.16,55	_____
5	Tuva Augustin Framnes	94	Vågsbygd SLK	1.16,96	_____
6	Margrete Lien	94	Fyresdal IL	1.17,00	_____

Heat 7

1	Elise Skjæveland	97	Ullensakersv	1.16,16	_____
2	Marte Fjellet	95	Poseidon	1.15,90	_____
3	Julie Svanes	93	Egersund SK	1.15,70	_____
4	Julianne Finmark	94	Poseidon	1.15,74	_____
5	Marte Gjøsæther	96	Stord IL	1.15,91	_____
6	Kaja Konow Grønseth	95	Frisinn SK	1.16,38	_____

Heat 8

1	Lindsey Palmer	95	Skjetten Svømming	1.15,63	_____
2	Ingelin Lima	97	Lier SK	1.15,35	_____
3	Elinor Ariansen	95	Mandal SK	1.14,87	_____
4	Aulona Bytyqi	95	Lillesand	1.15,34	_____
5	Elin Malja	95	SK Speed	1.15,61	_____
6	Malin Tønnessen	96	Frisinn SK	1.15,67	_____

Heat 9

1	Andrea Kvalheim	96	SK Speed	1.14,71	_____
2	Signe Birch Moltu	94	Frisinn SK	1.14,45	_____
3	Tiril Frøholm	96	Asker SK	1.14,07	_____
4	Dina Sofie Hänninen Eggum	93	Lier SK	1.14,34	_____
5	May Synnøve Bartlett	95	Madla SK	1.14,56	_____
6	Maria From Aslaksen	93	Lillesand	1.14,83	_____

Heat 10

1	Andrea Karstad	97	Larvik SK	1.13,84	_____
2	Anna Teetzmann	95	Stord IL	1.13,58	_____
3	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	1.13,48	_____
4	Sandra Sola	97	Randaberg IL	1.13,50	_____
5	Christine Moe Gulliksen	96	Nedre Eiker SK	1.13,76	_____
6	Susanne Holm Røed	96	SK Speed	1.13,92	_____

Heat 11

1	Tone Garby	95	Ski SK	1.13,26	_____
2	May-Helene Nielsen	96	Øvre Eiker SK	1.13,05	_____
3	Hege Hetland Pedersen	96	Nedre Eiker SK	1.12,91	_____
4	Susan Ultee	96	Frisinn SK	1.12,95	_____
5	Siril Therese Follo Bårtvedt	97	Sandnes SLK	1.13,21	_____
6	Sandra Bram Madsen	95	AGF Århus	1.13,35	_____

Heat 12

1	Ida Grønnestad	95	Sandnes SLK	1.12,64	_____
2	Pia Sophie Andersen	95	Ski SK	1.12,51	_____
3	Ida Jensen Lirhus	97	Madla SK	1.12,47	_____
4	Cecilia Eide Songstad	97	Bergens SC	1.12,48	_____
5	Thea Støle	96	Frisinn SK	1.12,59	_____
6	Marte Staveland	95	Madla SK	1.12,77	_____

Heat 13

1	Aleksandra Berge	94	Madla SK	1.12,38	_____
2	Cornelia Buus	94	AGF Århus	1.12,02	_____
3	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	1.11,97	_____
4	Stine Mjølhus Kristoffersen	93	TS/Frisinn	1.12,00	_____
5	Maren Mæhre	96	Vågsbygd SLK	1.12,09	_____
6	Johanne Ausland	96	Vågsbygd SLK	1.12,39	_____

Heat 14

1	Maren Hegland	96	Mandal SK	1.11,64	_____
2	Kristin Graf Verpe	95	Drammen SK	1.11,47	_____
3	Marie L. Nygaard	94	Mandal SK	1.11,32	_____
4	Silje S. Undheim	94	Sandnes SLK	1.11,35	_____
5	Julie Marie Hushovd Markussen	96	Lier SK	1.11,47	_____
6	Runa B. Bardsgård	96	Sandnes SLK	1.11,78	_____

Heat 15

1	Anniken K. Sletta	96	Ski SK	1.11,15	_____
2	Sofie Reisænen	97	Varodd SK	1.11,03	_____
3	Sara Petrine Veierød	93	Bergens SC	1.10,95	_____
4	Birgitte Tangen Gjerde	94	Molde SLK	1.11,02	_____
5	Elisabeth Hedstrøm	92	Vågsbygd SLK	1.11,07	_____
6	Sara Johansen	96	Mandal SK	1.11,19	_____

Heat 16

1	Jeanine Beau Van Der Schuur	92	Fyresdal IL	1.10,81	_____
2	Monica Avlesbug	95	Klepp SSK	1.10,68	_____
3	Nanna Ovesen	96	Elverum Svømming	1.10,47	_____
4	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	1.10,48	_____
5	Elise Guldhav	95	Vågsbygd SLK	1.10,70	_____
6	Camilla Ausland Sørensen	93	Risør Varden	1.10,85	_____

Heat 17

1	Tuva S. Dybedokken	93	Asker SK	1.10,43	_____
2	Vilde Bjørnebye	95	Elverum Svømming	1.10,11	_____
3	Emilie Yung Meiling	97	AGF Århus	1.10,06	_____
4	Gina Struksnæs Sand	95	Ski SK	1.10,10	_____
5	Kristin Johnson	93	Elverum Svømming	1.10,18	_____
6	Ane Soot Salterød	93	Drammen SK	1.10,44	_____

Heat 18

1	Siv Vuilliomenet	92	Klepp SSK	1.09,93	_____
2	Demi Coudray	94	Bergens SC	1.09,91	_____
3	Ane Lee Johansen	97	Kristiansand SA	1.09,89	_____
4	Vannja Celine Brunsvik	93	Haugesund SK	1.09,91	_____
5	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	1.09,93	_____
6	Renate Laupstad	92	Egersund SK	1.09,99	_____

Heat 19

1	Camilla Birkeland	96	Haugesund SK	1.09,73	_____
2	Louise Cathrine Esdar	93	Kristiansand SA	1.09,58	_____
3	Marlene Jessing Larsen	96	AGF Århus	1.09,47	_____
4	Solveig Vuilliomenet	94	Klepp SSK	1.09,54	_____
5	Madelen Wolf	96	Sandefjord SK	1.09,60	_____
6	Frederikke Nedergaard	96	AGF Århus	1.09,89	_____

Heat 20

1	Ingrid Ånderå	93	Sandnes SLK	1.09,26	_____
2	Une Johnsen	96	Mandal SK	1.09,09	_____
3	Ragnhild Hals	95	Øvre Eiker SK	1.09,01	_____
4	Josephine Alexandrian	89	Vågsbygd SLK	1.09,04	_____
5	Inger Husveg	92	Klepp SSK	1.09,16	_____
6	Regine Sjørdal Lindanger	96	Frisinn SK	1.09,32	_____

Heat 21

1	Maria Krogstad	94	Øvre Eiker SK	1.08,74	_____
2	Jenny Brønseth	93	Larvik SK	1.08,61	_____
3	Therese Tronerud	93	Egersund SK	1.08,50	_____
4	Lisa Thielemann	94	Nedre Eiker SK	1.08,57	_____
5	Maiken Gjerdsseth	95	Lier SK	1.08,64	_____
6	Sara Munz-Kløve	94	Bergkameratene	1.08,79	_____

Heat 22

1	Ida Nordbø	93	Fyresdal IL	1.08,40	_____
2	Elise Fjeldstad	95	Vågsbygd SLK	1.08,01	_____
3	Lise Viola Haraldstad	94	Mandal SK	1.07,92	_____
4	Emilie Knudsen	93	Drammen SK	1.07,99	_____
5	Anne Cathrine Skinmo	95	Larvik SK	1.08,13	_____
6	Tina Øen Haugen	93	Nedre Eiker SK	1.08,44	_____

Heat 23

1	Camilla Bø	93	Egersund SK	1.07,85	_____
2	Hannah Wærenskjold	94	Mandal SK	1.07,64	_____
3	Hanne Sofie L. Nilsen	94	Kristiansand SA	1.07,40	_____
4	Henriette Dahl	95	Bergens SC	1.07,61	_____
5	Cecilie Bjerg	96	AGF Århus	1.07,73	_____
6	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	1.07,86	_____

Heat 24

1	Tiril Fredrikke Rist Jensen	94	Lillesand	1.07,01	_____
2	Henriette With Bjørnstad	92	Ski SK	1.06,92	_____
3	Vilde Sødem Karlsen	93	Asker SK	1.06,65	_____
4	Lotte Miller	96	Madla SK	1.06,65	_____
5	Stine Mary Vissing	97	AGF Århus	1.06,95	_____
6	Ida Christine Nilsen	91	Kristiansand SA	1.07,20	_____

Heat 25

1	Christine B. Haugen	93	Asker SK	1.06,52	_____
2	Sara Louise Pedersen	96	Poseidon	1.06,18	_____
3	Vilde Liland Thorstensen	94	Vågsbygd SLK	1.05,92	_____
4	Marte Stamland	96	Poseidon	1.05,97	_____
5	Frida Brunvoll	93	Molde SLK	1.06,23	_____
6	Fanny Moen Pettersen	93	Øvre Eiker SK	1.06,52	_____

Heat 26

1	Julie Askeland	93	Haugesund SK	1.05,74	_____
2	Emilie Valand Sørensen	94	Kristiansand SA	1.05,69	_____
3	Vilde Tengesdal	96	Bryne SK	1.05,48	_____
4	Susanne Fornasari	94	Skjetten Svømming	1.05,65	_____
5	Mari Mjølhus Kristoffersen	95	Madla SK	1.05,70	_____
6	Kristine Mathingsdal Pedersen	94	Farsund SK	1.05,77	_____

Heat 27

1	Rachel Eden	95	Madla SK	1.05,30	_____
2	Oda Gjerde	95	Bryne SK	1.05,17	_____
3	Christiane Sandbye	93	Skjetten Svømming	1.05,11	_____
4	Anne Sofie J. Brund	95	AGF Århus	1.05,15	_____
5	Mari Knutsen	95	Øvre Eiker SK	1.05,20	_____
6	Line Aamann	93	AGF Århus	1.05,42	_____

Heat 28

1	Nicole Egeland	93	Sandnes SLK	1.05,03	_____
2	Patricia Baay Kristoffersen	96	Sandefjord SK	1.04,67	_____
3	Solvej Mathiasen	94	AGF Århus	1.04,47	_____
4	Sara Mogensen	95	AGF Århus	1.04,61	_____
5	Inger Kristine Steinsland	92	IL Solid	1.04,77	_____
6	Emilie Engebretsen	93	Drammen SK	1.05,07	_____

Heat 29

1	Renate Ranaweera Aasland	91	TS/Madla SK	1.04,40	_____
2	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	1.04,07	_____
3	Ragnhild Søfteland	92	Bergens SC	1.03,77	_____
4	Ingrid Hystad	92	IL Solid	1.03,89	_____
5	Hege Strøm Haukeland	94	SK Speed	1.04,20	_____
6	Sara Boukili	95	SK Speed	1.04,44	_____

Heat 30

1	Malena Martens	94	IL Solid	1.03,48	_____
2	Linn Hege Laudal	89	Kristiansand SA	1.02,76	_____
3	Helene Nordmark Skuterud	93	Asker SK	1.02,52	_____
4	Ingalill Urrang Naustvik	95	Karmøy SK	1.02,61	_____
5	Helene Solberg	91	Skjetten Svømming	1.02,77	_____
6	Inger-Cathrine Wium	92	Øvre Eiker SK	1.03,61	_____

Heat 31

1	Vanessa Tuxen	92	TS/Sola SK	1.02,33	_____
2	Camilla W. Kristiansen	92	Ski SK	1.02,12	_____
3	Eirin Arnesen	93	Bergens SC	1.01,68	_____
4	Julie Jepsen	94	AGF Århus	1.01,82	_____
5	Stine Lise Stenseth	94	Øvre Eiker SK	1.02,19	_____
6	Ida Johansen	94	Øvre Eiker SK	1.02,43	_____

Heat 32

1	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK	1.01,48	_____
2	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	1.01,02	_____
3	Maren Kristine Jansen	90	TS/Randaberg	1.00,80	_____
4	Marthe Berg Sørensen	92	TS/Frisinn	1.00,93	_____
5	Amalie Kristiansen	95	Haugesund SK	1.01,36	_____
6	Sofie Refstrup Pedersen	95	AGF Århus	1.01,54	_____

Heat 33

1	Maria Gullvåg Aasen	92	Kristiansand SA/NTG	1.00,39	_____
2	Oona Ovesen	92	Elverum Svømming	59,95	_____
3	Kaja Bremer	93	Bergens SLK	59,43	_____
4	Josephina Bartela	94	AGF Århus	59,82	_____
5	Karoline Pedersen	94	Bergens SLK	1.00,09	_____
6	Trine Hovda	90	TS/Madla SK	1.00,68	_____

Heat 34

1	Victoria Rung	92	TS/Frisinn	58,05	_____
2	Aslaug Marie Hjelmaas	95	Bergens SLK	57,29	_____
3	Cecilie W. Johannessen	90	Bergens SC	54,38	_____
4	Pernille Larsen	92	AGF Århus	54,75	_____
5	Anja Olsen	93	AGF Århus	57,85	_____
6	Oda Marie Siljan	92	Poseidon	58,18	_____

Øvelse 39. 4*100m lag medley, herrer - 93 oy.

Norsk juniorrekord: Bærumsvømmerne, Bærumsvømmerne - 3.47,67 (29.11.2009)
 Norsk seniorrekord: Team Oslo, Team Oslo - 3.40,56 (06.03.2005)

Heat 1

1	Drammen SK G1 jr.	JR	Drammen SK	4.55,90	_____
2	Ski SK G1 jr.	JR	Ski SK	4.44,00	_____
3	Mandal SK G1 jr.	JR	Mandal SK	4.39,22	_____
4	Kristiansand SA G2 jr.	JR	Kristiansand SA	4.40,00	_____
5	Vågsbygd SLK G1 jr.	JR	Vågsbygd SLK	4.50,00	_____
6	Madla SK G1 jr.	JR	Madla SK	5.10,00	_____

Heat 2

1	Poseidon G1 jr.	JR	Poseidon	4.37,00	_____
2	Skjetten Svømming G1 jr.	JR	Skjetten Svømming	4.29,00	_____
3	AGF Århus G1 jr.	JR	AGF Århus	4.12,00	_____
4	Kristiansand SA G1 jr.	JR	Kristiansand SA	4.25,00	_____
5	Sandefjord SK G1 jr.	JR	Sandefjord SK	4.33,00	_____
6	AGF Århus G2 jr.	JR	AGF Århus	4.38,00	_____

Øvelse 40. 4*100m lag medley, damer - 93 oy.

Norsk juniorrekord: Lambertseter SK, Lambertseter SK - 4.13,54 (28.11.2009)
 Norsk seniorrekord: Lambertseter SK, Lambertseter SK - 4.10,72 (28.03.2009)

Heat 1

1					
2	Ski SK J2 jr.	JR	Ski SK	5.50,00	_____
3	Madla SK J4 jr.	JR	Madla SK	5.34,00	_____
4	Lillesand J1 jr.	JR	Lillesand	5.37,50	_____
5					
6					

Heat 2

1	Øvre Eiker SK J1 jr.	JR	Øvre Eiker SK	5.33,64	_____
2	Elverum IL J1 jr.	JR	Elverum Svømming	5.25,83	_____
3	Madla SK J3 jr.	JR	Madla SK	5.18,00	_____
4	Mandal SK J1 jr.	JR	Mandal SK	5.19,15	_____
5	Frisinn SK J1 jr.	JR	Frisinn SK	5.26,00	_____
6					

Heat 3

1	Drammen SK J1 jr.	JR	Drammen SK	5.11,98	_____
2	AGF Århus J2 jr.	JR	AGF Århus	5.10,00	_____
3	Madla SK J2 jr.	JR	Madla SK	5.03,00	_____
4	Ski SK J1 jr.	JR	Ski SK	5.10,00	_____
5	Stord IL J1 jr.	JR	Stord IL	5.10,83	_____
6	Poseidon J1 jr.	JR	Poseidon	5.15,00	_____

Heat 4

1	Skjetten Svømming J1 jr.	JR	Skjetten Svømming	4.58,00	_____
2	Kristiansand SA J1 jr.	JR	Kristiansand SA	4.52,00	_____
3	AGF Århus J1 jr.	JR	AGF Århus	4.37,00	_____
4	Madla SK J1 jr.	JR	Madla SK	4.46,00	_____
5	Sandefjord SK J1 jr.	JR	Sandefjord SK	4.56,51	_____
6	Vågsbygd SLK J1 jr.	JR	Vågsbygd SLK	4.59,00	_____

Søndag 31. januar 2010 kl 13.00**Øvelse 41. 200m fri, herrer**

Norsk juniorrekord: Sverre Næss, Sarpsborg IL - 1.48,08 (15.11.2009)
 Norsk seniorrekord: Gard Kvale, Bergens SC - 1.44,99 (08.11.2009)

Heat 1

1	Ole-Mikal Fløgstad	97	Ullensakersv	2.43,01	_____
2	David Tørring	95	AGF Århus	2.41,91	_____
3	Birk Hveding Ersdal	96	Drammen SK	2.40,01	_____
4	Martin Fuglesang	96	Elverum Svømming	2.40,26	_____
5	Gord Behzadi	97	Madla SK	2.42,47	_____
6					_____

Heat 2

1	Fredrik Hille	96	Vågsbygd SLK	2.38,52	_____
2	Jonatan Balladone	97	AGF Århus	2.37,40	_____
3	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	2.37,06	_____
4	Bjørn Stian Vuillioenenet	96	Klepp SSK	2.37,32	_____
5	Espen Høglo	97	Vågsbygd SLK	2.38,27	_____
6	Michael Grund	97	Vågsbygd SLK	2.38,65	_____

Heat 3

1	Tim Samuelsen	97	Madla SK	2.35,68	_____
2	Ulrik Rasch Bakke	97	Elverum Svømming	2.35,37	_____
3	Kacper Domanski	96	Frisinn SK	2.30,84	_____
4	Albert Grahn-Frankil	96	AGF Århus	2.34,83	_____
5	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK	2.35,65	_____
6	Bjørn Roar Hansen	97	Øvre Eiker SK	2.36,08	_____

Heat 4

1	Michael Gutierrez Irgens	95	Bergens SC	2.29,18	_____
2	Benjamin Erichsen	94	Sandefjord SK	2.28,37	_____
3	Are Mowatt Gruben	96	Bergens SC	2.28,02	_____
4	Eirik Rugsveen	96	Elverum Svømming	2.28,21	_____
5	Eirik Frestad	97	Kristiansand SA	2.29,16	_____
6	Simen Halse Larsen	97	Vågsbygd SLK	2.30,18	_____

Heat 5

1	Johannes Aagaard-Nilsen Wiik	96	Larvik SK	2.26,99	_____
2	Bo Volf Brøchner	96	AGF Århus	2.24,51	_____
3	Brage Guttormsen	94	Larvik SK	2.20,85	_____
4	Eirik Johnsen	96	Bergens SC	2.23,69	_____
5	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	2.24,70	_____
6	Håkon Torstrup	96	Mandal SK	2.27,26	_____

Heat 6

1	Sindre Aasland Ranaweera	96	Madla SK	2.18,76	_____
2	Nicolai Gerrard	94	Kristiansand SA	2.16,63	_____
3	Frede Rønning Rangnes	94	Tønsberg SK	2.16,30	_____
4	Henrik Christiansen	96	Skjetten Svømming	2.16,34	_____
5	Johan Markus Mowinckel	95	Bergens SC	2.17,61	_____
6	Victor Pedersen	97	AGF Århus	2.18,85	_____

Heat 7

1	Lars Rugsveen	94	Elverum Svømming	2.15,99	_____
2	Sander Andersen	96	Poseidon	2.15,60	_____
3	Erik Bryhn Myklebust	92	Elverum Svømming	2.15,48	_____
4	Erik Andreassen	93	Sandefjord SK	2.15,57	_____
5	Sven Peder Oseth	93	Ski SK	2.15,74	_____
6	Jørgen Bråthen	95	Ullensakersv	2.16,29	_____

Heat 8

1	Kevin Dippner	93	Skjetten Svømming	2.14,90	_____
2	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	2.14,50	_____
3	Norbert Prokopiak	94	Gol IL	2.13,17	_____
4	Sondre Thygesen	92	Kristiansand SA	2.13,89	_____
5	Anders Dyvesveen	92	Ullensakersv	2.14,55	_____
6	Øyvind Malde	92	Madla SK	2.15,16	_____

Heat 9

1	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	2.11,84	_____
2	Kenneth Skærbæk	94	AGF Århus	2.09,74	_____
3	Håkon Andersen	92	Kristiansand SA	2.09,42	_____
4	Jostein Dalshov Kringlen	94	Kristiansand SA	2.09,50	_____
5	Erik Lauvbu	94	Øvre Eiker SK	2.10,34	_____
6	Øystein S. Jørgensen	93	Kristiansand SA	2.13,15	_____

Heat 10

1	Tom Duc Ngo Kaafjord	94	Vågsbygd SLK	2.09,12	_____
2	Ørjan Monsen	92	Sola SK	2.07,28	_____
3	Ole Nævdal	93	Skjetten Svømming	2.06,86	_____
4	Tord Eirik Seyffarth	92	Mandal SK	2.06,86	_____
5	Aleksander Sire	93	Modum SK	2.08,75	_____
6	Kasper Fiil Frandsen	94	AGF Århus	2.09,38	_____

Heat 11

1	Vegard Belaska	93	TS/Madla SK	2.05,61	_____
2	Torfinn Kristensen	81	Drammen SK	2.05,17	_____
3	Kim Rune Hansen	94	Øvre Eiker SK	2.05,09	_____
4	Christoffer Ravn	92	AGF Århus	2.05,11	_____
5	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	2.05,22	_____
6	Jørgen Aagaard-Nilsen Wiik	93	Larvik SK	2.06,79	_____

Heat 12

1	Andreas Mathingsdal Pedersen	92	Farsund SK	2.04,96	_____
2	Kristian Evensen	90	Kristiansand SA	2.03,73	_____
3	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	2.02,98	_____
4	Magnus B. Pedersen	94	AGF Århus	2.03,47	_____
5	Kasper Møller	94	AGF Århus	2.04,83	_____
6	Sven Berg	92	Bergens SLK	2.04,98	_____

Heat 13

1	Gunnar V. Skirbekk	91	Elverum Svømming	2.02,41	_____
2	Øyvind Gevelt	91	Øvre Eiker SK	2.01,24	_____
3	Hans Andre Pedersen	92	Sandefjord SK	2.00,75	_____
4	Per Kristian Øyen	92	Molde SLK	2.00,85	_____
5	Anton B. Pedersen	93	AGF Århus	2.01,73	_____
6	Thorbjørn Birkeland	93	Haugesund SK	2.02,49	_____

Heat 14

1	Christian R. Svejstrup	90	AGF Århus	1.59,85	_____
2	Morten Bordervich	94	TS/Sola SK	1.59,11	_____
3	Øivind A. S. Reinertsen	88	Bergens SC	1.58,21	_____
4	Stian S. Langeland	89	Bergens SC	1.58,25	_____
5	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	1.59,41	_____
6	Henry Emil Nordhagen	93	Bærumsvømmerne	2.00,53	_____

Heat 15

1	Søren Dahl	93	AGF Århus	1.53,61	_____
2	Jørgen Møllerop	88	TS/Madla SK	1.50,31	_____
3	Gard Kvale	84	Bergens SC	1.44,99	_____
4	Viktor B. Bromer	93	AGF Århus	1.49,98	_____
5	Bjarte Ravndal	91	TS/Sola SK	1.53,38	_____
6	Sander Rødje	93	Haugesund SK	1.56,70	_____

Øvelse 42. 200m fri, damer

Norsk juniorrekord: Cecilie W. Johannessen, Bergens SC - 1.59,25 (14.11.2009)
 Norsk seniorrekord: Cecilie Waage Johannessen, Bergens SC - 1.59,25 (14.11.2009)

Heat 1

1					
2	Eli Grønvold	95	Ullensakersv	2.57,87	_____
3	Camilla Olufsen	97	Larvik SK	2.54,57	_____
4	Maren Rasmussen	97	Øvre Eiker SK	2.57,12	_____
5					
6					

Heat 2

1					
2	Karianne Olsen	97	Vågsbygd SLK	2.54,09	_____
3	Silje I Øyen	95	Elverum Svømming	2.53,54	_____
4	Emily Bådsvik	96	Frisinn SK	2.53,54	_____
5	Runa Vatna Sandmoen	96	Frisinn SK	2.54,35	_____
6					

Heat 3

1	Alexandra Veseth Bjerg	97	Larvik SK	2.52,34	_____
2	Marte Fjellet	95	Poseidon	2.51,27	_____
3	Maren Sofie Aske	97	Vågsbygd SLK	2.50,87	_____
4	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK	2.50,96	_____
5	Andrea Karstad	97	Larvik SK	2.51,42	_____
6	Ida Helene Hustad	96	Vågsbygd SLK	2.52,62	_____

Heat 4

1	Maren Mæhre	96	Vågsbygd SLK	2.49,06	_____
2	Tove Frøberg	97	Asker SK	2.48,62	_____
3	Elise Sandvoll	96	Frisinn SK	2.48,48	_____
4	Julianne Finmark	94	Poseidon	2.48,60	_____
5	Solveig Lund	96	Vågsbygd SLK	2.48,98	_____
6	Aulona Bytyqi	95	Lillesand	2.50,10	_____

Heat 5

1	Tina Horne Olsen	96	Nedre Eiker SK	2.47,50	_____
2	Julie Marie Hushovd Markussen	96	Lier SK	2.45,10	_____
3	Christine Moe Gulliksen	96	Nedre Eiker SK	2.43,52	_____
4	Cecilia Eide Songstad	97	Bergens SC	2.44,02	_____
5	Margrete Lien	94	Fyresdal IL	2.46,93	_____
6	Elise Skjæveland	97	Ullensakersv	2.48,24	_____

Heat 6

1	Ina Andersen Steinsland	96	Vågsbygd SLK	2.40,84	_____
2	Signe Birch Moltu	94	Frisinn SK	2.40,32	_____
3	Tiril Fredrikke Rist Jensen	94	Lillesand	2.37,94	_____
4	Pia Sophie Andersen	95	Ski SK	2.38,25	_____
5	Lindsey Palmer	95	Skjetten Svømming	2.40,43	_____
6	Johanne Ausland	96	Vågsbygd SLK	2.43,51	_____

Heat 7

1	Sandra Sola	97	Randaberg IL	2.37,64	_____
2	Camilla Birkeland	96	Haugesund SK	2.36,82	_____
3	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	2.36,77	_____
4	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	2.36,77	_____
5	Hege Hetland Pedersen	96	Nedre Eiker SK	2.37,05	_____
6	Birgitte Tangen Gjerde	94	Molde SLK	2.37,68	_____

Heat 8

1	Ida Jensen Lirhus	97	Madla SK	2.36,18	_____
2	Nina Staveland	97	Madla SK	2.35,86	_____
3	Ane Soot Salterød	93	Drammen SK	2.35,74	_____
4	Maren Hegland	96	Mandal SK	2.35,84	_____
5	Ingelin Lima	97	Lier SK	2.35,90	_____
6	Kristin Graf Verpe	95	Drammen SK	2.36,42	_____

Heat 9

1	Sofie Reisænen	97	Varodd SK	2.35,06	_____
2	Vannja Celine Brunsvik	93	Haugesund SK	2.34,38	_____
3	Anniken K. Sletta	96	Ski SK	2.34,03	_____
4	Ragnhild Hals	95	Øvre Eiker SK	2.34,19	_____
5	Camilla Ausland Sørensen	93	Risør Varden	2.34,57	_____
6	Regine SørDAL Lindanger	96	Frisinn SK	2.35,66	_____

Heat 10

1	Marie L. Nygaard	94	Mandal SK	2.33,45	_____
2	Rachel Eden	95	Madla SK	2.32,96	_____
3	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	2.32,05	_____
4	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	2.32,60	_____
5	Demi Coudray	94	Bergens SC	2.33,14	_____
6	Solveig Vuilliomenet	94	Klepp SSK	2.33,72	_____

Heat 11

1	Elise Fjeldstad	95	Vågsbygd SLK	2.30,66	_____
2	Emilie Yung Meiling	97	AGF Århus	2.29,59	_____
3	Une Johnsen	96	Mandal SK	2.28,40	_____
4	Anne Cathrine Skinmo	95	Larvik SK	2.28,79	_____
5	Marie-Elise Eriksen	94	Sandefjord SK	2.30,40	_____
6	Jenny Brønseth	93	Larvik SK	2.30,80	_____

Heat 12

1	Frida Brunvoll	93	Molde SLK	2.27,92	_____
2	Emilie Knudsen	93	Drammen SK	2.27,78	_____
3	Ida Nordbø	93	Fyresdal IL	2.27,60	_____
4	Vilde Sødem Karlsen	93	Asker SK	2.27,62	_____
5	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	2.27,91	_____
6	Henriette Dahl	95	Bergens SC	2.28,35	_____

Heat 13

1	Marlene Jessing Larsen	96	AGF Århus	2.26,99	_____
2	Mari Mjølhus Kristoffersen	95	Madla SK	2.25,45	_____
3	Eline Mathilde Swensen	96	Ski SK	2.24,66	_____
4	Henriette Fast Andersen	93	Vågsbygd SLK	2.24,82	_____
5	Julie Askeland	93	Haugesund SK	2.26,51	_____
6	Anna Katrine Jørgensen	96	AGF Århus	2.27,07	_____

Heat 14

1	Amalie Thorstensen	96	Vågsbygd SLK	2.24,39	_____
2	Emilie Engebretsen	93	Drammen SK	2.22,62	_____
3	Fanny Moen Pettersen	93	Øvre Eiker SK	2.21,99	_____
4	Anne Sofie J. Brund	95	AGF Århus	2.22,61	_____
5	Stine Mary Vissing	97	AGF Århus	2.23,08	_____
6	Hanne Sofie L. Nilsen	94	Kristiansand SA	2.24,49	_____

Heat 15

1	Susanne Fornasari	94	Skjetten Svømming	2.21,78	_____
2	Renate Ranaweera Aasland	91	TS/Madla SK	2.21,36	_____
3	Elisabeth Støver	96	Modum SK	2.20,08	_____
4	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	2.21,07	_____
5	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	2.21,50	_____
6	Lotte Miller	96	Madla SK	2.21,93	_____

Heat 16

1	Line Aamann	93	AGF Århus	2.19,59	_____
2	Linn Hege Laudal	89	Kristiansand SA	2.19,08	_____
3	Sara Mogensen	95	AGF Århus	2.18,04	_____
4	Amalie Kristiansen	95	Haugesund SK	2.18,92	_____
5	Helene Nordmark Skuterud	93	Asker SK	2.19,50	_____
6	Solvej Mathiasen	94	AGF Århus	2.19,98	_____

Heat 17

1	Inger-Cathrine Wium	92	Øvre Eiker SK	2.17,85	_____
2	Silje Nilo	93	Sandefjord SK	2.16,08	_____
3	Camilla W. Kristiansen	92	Ski SK	2.15,14	_____
4	Ellen Camilla Hansen	95	Øvre Eiker SK	2.15,45	_____
5	Oda Gjerde	95	Bryne SK	2.17,71	_____
6	Malena Martens	94	IL Solid	2.17,85	_____

Heat 18

1	Marthe Berg Sørensen	92	TS/Frisinn	2.14,54	_____
2	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK	2.14,15	_____
3	Stine Lise Stenseth	94	Øvre Eiker SK	2.12,49	_____
4	Ingalill Urrang Naustvik	95	Karmøy SK	2.13,41	_____
5	Sofie Reffstrup Pedersen	95	AGF Århus	2.14,21	_____
6	Oona Ovesen	92	Elverum Svømming	2.14,96	_____

Heat 19

1	Josephina Bartela	94	AGF Århus	2.11,46	_____
2	Maria Gullvåg Aasen	92	Kristiansand SA/NTG	2.09,53	_____
3	Siri Anette Sønju	92	Øvre Eiker SK	2.08,56	_____
4	Oda Marie Siljan	92	Poseidon	2.08,81	_____
5	Aslaug Marie Hjelmaas	95	Bergens SLK	2.11,38	_____
6	Inge Bergh Monsen	92	Bergens SC	2.11,87	_____

Heat 20

1	Karoline Pedersen	94	Bergens SLK	2.08,06	_____
2	Victoria Rung	92	TS/Frisinn	2.04,32	_____
3	Cecilie W. Johannessen	90	Bergens SC	1.59,25	_____
4	Pernille Larsen	92	AGF Århus	1.59,38	_____
5	Julie Jepsen	94	AGF Århus	2.07,92	_____
6	Birgitte Elise Søfteland	94	Sarpsborg IL	2.08,14	_____

Øvelse 43. 4*100m lag medley, herrer - Senior

Norsk juniorrekord: Bærumsvømmerne, Bærumsvømmerne - 3.47,67 (29.11.2009)
 Norsk seniorrekord: Team Oslo, Team Oslo - 3.40,56 (06.03.2005)

Heat 1

1	Drammen SK G1 sr.	SR	Drammen SK	4.26,00	_____
2	AGF Århus G1 sr.	SR	AGF Århus	3.57,00	_____
3	Bergens SC G1 sr.	SR	Bergens SC	3.50,07	_____
4	Team Stavanger G1 sr.	SR	Team Stavanger	3.55,00	_____
5	Kristiansand SA G1 sr.	SR	Kristiansand SA	4.24,00	_____
6	Elverum IL G1 sr.	SR	Elverum Svømming	4.34,28	_____

Øvelse 44. 4*100m lag medley, damer - Senior

Norsk juniorrekord: Lambertseter SK, Lambertseter SK - 4.13,54 (28.11.2009)
 Norsk seniorrekord: Lambertseter SK, Lambertseter SK - 4.10,72 (28.03.2009)

Heat 1

1	Skjetten Svømming J1 sr.	SR	Skjetten Svømming	4.38,00	_____
2	Team Stavanger J1 sr.	SR	Team Stavanger	4.25,00	_____
3	AGF Århus J1 sr.	SR	AGF Århus	4.15,00	_____
4	Bergens SC J1 sr.	SR	Bergens SC	4.23,89	_____
5	Kristiansand SA J1 sr.	SR	Kristiansand SA	4.38,00	_____
6	IL Solid J1 sr.	SR	IL Solid	4.59,00	_____