

Øvelse 1. 50m bryst, mixed

Heat 1

| | | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|---------|-------|
| 1 | Torkil Falch-Pedersen | 13 | Haldens SK | 1.08,96 | _____ |
| 2 | Liam Lasse Chege Wenneberg | 12 | Askimsvømmerne | | _____ |
| 3 | Selma Kristine Renberg | 15 | Haldens SK | | _____ |
| 4 | Matfei Vederskyi-Maksiuta | 11 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 5 | Ludvig Lindebjerg | 14 | Sjøstjerna SLK | | _____ |
| 6 | Nikolas Tomi | 12 | Moss SK | | _____ |

Heat 2

| | | | | | |
|---|--------------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | Signe Ulseth | 14 | Haldens SK | | _____ |
| 2 | Nikol Lebedynska | 13 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 3 | Jan Holger Kolu | 13 | Askimsvømmerne | | _____ |
| 4 | Viktor Rypdal | 12 | Askimsvømmerne | | _____ |
| 5 | Julia Dlutowska | 12 | Askimsvømmerne | | _____ |
| 6 | Helena Cesilie Montelius | 12 | Haldens SK | | _____ |

Heat 3

| | | | | | |
|---|-------------------|----|----------------|--|-------|
| 1 | Inayah Zia | 14 | Kolbotn IL | | _____ |
| 2 | Tind Lie Wickholm | 15 | Sjøstjerna SLK | | _____ |
| 3 | Ebba Skofsrud | 13 | Askimsvømmerne | | _____ |
| 4 | Ivar Emil Schiøtz | 13 | Sarpsborg IL | | _____ |
| 5 | Mixue Wu | 13 | Kolbotn IL | | _____ |
| 6 | Julie Kind | 13 | Moss SK | | _____ |

Heat 4

| | | | | | |
|---|------------------------------|----|-----------------|--|-------|
| 1 | Ingvild Tysse-Hostad | 14 | Haldens SK | | _____ |
| 2 | Ole Fredrik Skullerud | 16 | Drøbak-Frogn IL | | _____ |
| 3 | Lykke Aurora Målerud Brekke | 14 | Haldens SK | | _____ |
| 4 | Tobias Lorentzen Lundsbakken | 14 | Sarpsborg IL | | _____ |
| 5 | Diana Holm | 15 | Moss SK | | _____ |
| 6 | | | | | _____ |

Heat 5

| | | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | Tharakan Aravinthan | 11 | Sarpsborg IL | | _____ |
| 2 | Sondre Brække | 13 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 3 | Celine Løkkevig Abrahamsen | 13 | Moss SK | | _____ |
| 4 | Lara Forselius | 14 | Moss SK | | _____ |
| 5 | Nicholas P.L Nguyen | 14 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 6 | Lukas Ulseth | 12 | Haldens SK | | _____ |

Heat 6

| | | | | | |
|---|-----------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | Besim Hammadi | 09 | Haldens SK | | _____ |
| 2 | Tora Bolstad | 15 | Drøbak-Frogn IL | | _____ |
| 3 | Eva Anine Eriksson | 13 | Haldens SK | | _____ |
| 4 | William Rosenvinge | 11 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 5 | Erik Werner-Udenæs | 16 | Sjøstjerna SLK | | _____ |
| 6 | Ivan Iwinosa Orobator | 05 | Askimsvømmerne | | _____ |

Heat 7

| | | | | | |
|---|----------------------------------|----|----------------|---------|-------|
| 1 | Liam Mundgjel Bye | 15 | Sjøstjerna SLK | | _____ |
| 2 | Ludvik Næss Sivertsen | 14 | Sjøstjerna SLK | 1.14,68 | _____ |
| 3 | Leander Cornelius Wilke Vierhaug | 11 | Askimsvømmerne | 1.13,27 | _____ |
| 4 | Omar Rauf | 11 | Moss SK | 1.14,19 | _____ |
| 5 | Jenny Reymert | 12 | Askimsvømmerne | 1.35,52 | _____ |
| 6 | Leonan Fredenfeldt | 14 | Kolbotn IL | | _____ |

Heat 8

| | | | | | |
|---|-------------------------------|----|----------------|---------|-------|
| 1 | Albert Skovdahl-Nielsen | 13 | Moss SK | 1.11,48 | _____ |
| 2 | Qani Ademi | 14 | Moss SK | 1.05,19 | _____ |
| 3 | Lotte Olavessen | 14 | Moss SK | 1.00,45 | _____ |
| 4 | Sienna Louise Gjesteby | 12 | Haldens SK | 1.02,28 | _____ |
| 5 | Jens Ravn-Nilsen | 14 | Sjøstjerna SLK | 1.09,51 | _____ |
| 6 | Emilian August Wilke Vierhaug | 10 | Askimsvømmerne | 1.12,35 | _____ |

Heat 9

| | | | | | |
|---|----------------------------|----|----------------|-------|-------|
| 1 | Lucas Bruun-Lund | 11 | Askimsvømmerne | 57,64 | _____ |
| 2 | Sorosh Frotan | 13 | Sarpsborg IL | 56,10 | _____ |
| 3 | Sander Oliver Gobetz Tunem | 11 | Haldens SK | 52,93 | _____ |
| 4 | Arian Strand Ismani | 10 | Moss SK | 54,08 | _____ |
| 5 | Vegard Hove | 11 | Haldens SK | 56,71 | _____ |
| 6 | Nils Onsager-Pettersen | 12 | Sarpsborg IL | 58,97 | _____ |

Øvelse 2. 50m fri, mixed**Heat 1**

| | | | | | |
|---|--------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | Eva Anine Eriksson | 13 | Haldens SK | | _____ |
| 2 | Julia Dlutowska | 12 | Askimsvømmerne | | _____ |
| 3 | Evanas Petkevicius | 11 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 4 | Juste Pangonyte | 13 | Askimsvømmerne | | _____ |
| 5 | Rose Andersen | 11 | Drøbak-Frogn IL | | _____ |
| 6 | Ludvig Lindebjerg | 14 | Sjøstjerna SLK | | _____ |

Heat 2

| | | | | | |
|---|---------------------|----|----------------|--|-------|
| 1 | Tind Lie Wickholm | 15 | Sjøstjerna SLK | | _____ |
| 2 | Patrick Cobos Moody | 11 | Moss SK | | _____ |
| 3 | Tuva Renberg | 17 | Haldens SK | | _____ |
| 4 | Ebba Skofsrud | 13 | Askimsvømmerne | | _____ |
| 5 | Julie Kind | 13 | Moss SK | | _____ |
| 6 | Inayah Zia | 14 | Kolbotn IL | | _____ |

Heat 3

| | | | | | |
|---|-----------------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | Erik Werner-Udenæs | 16 | Sjøstjerna SLK | | _____ |
| 2 | Sverre Astrup-Haugen | 13 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 3 | Saga Aurora Haugen | 14 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 4 | Milo Sørensen Henriksen | 13 | Moss SK | | _____ |
| 5 | Emil Lauritzen | 11 | Sarpsborg IL | | _____ |
| 6 | Tobias Lorentzen Lundbakken | 14 | Sarpsborg IL | | _____ |

Heat 4

| | | | | | |
|---|-----------------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | Alea Miroci | 14 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 2 | Jacob Syvertsen | 11 | Sjøstjerna SLK | | _____ |
| 3 | Liam Bjørkeryd | 13 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 4 | Jennie Marie Ringstad Holme | 11 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 5 | Ilya Plotnikov-Spencer | 16 | Drøbak-Frogn IL | | _____ |
| 6 | Evelina Jacobsen | 13 | Kongstensvømmerne | | _____ |

Heat 5

| | | | | | |
|---|-------------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | Naomi Fikru | 11 | Kolbotn IL | | _____ |
| 2 | Viktor Rypdal | 12 | Askimsvømmerne | | _____ |
| 3 | Lukas Ulseth | 12 | Haldens SK | | _____ |
| 4 | Oskar Gudmestad | 15 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 5 | Cornelis Nicolai Spæren | 14 | Kolbotn IL | | _____ |
| 6 | Alfred Solem | 14 | Kolbotn IL | | _____ |

Heat 6

| | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Thea Emilie Oraug Kubberød | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 2 | Sean August Buus Ryan | 15 | Moss SK | _____ |
| 3 | Ella Othilie Skibsted | 17 | Haldens SK | _____ |
| 4 | Celine Johannessen | 14 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 5 | Syver Schiøtz | 15 | Sarpsborg IL | _____ |
| 6 | Malin Woldbæk | 10 | Askimsvømmerne | _____ |

Heat 7

| | | | | |
|---|-----------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Signe Ulseth | 14 | Haldens SK | _____ |
| 2 | Ole Fredrik Skullerud | 16 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 3 | Julian Brest Rognerud | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 4 | Konstantin Moiseev | 10 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 5 | Mathias Meum Brede | 13 | Moss SK | _____ |
| 6 | Irmelin Ballangby | 12 | Kongstensvømmerne | _____ |

Heat 8

| | | | | |
|---|-------------------------|----|-------------------|---------|
| 1 | Liam Hovland | 14 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 2 | Liam Mundgjel Bye | 15 | Sjøstjerna SLK | 1.19,64 |
| 3 | Levi Sebastian Skibsted | 14 | Haldens SK | 1.18,21 |
| 4 | Katrine Hansen | 14 | Kongstensvømmerne | 1.18,38 |
| 5 | Lilly Skartoft | 14 | Haldens SK | 1.25,87 |
| 6 | Eirik Teigo | 13 | Kolbotn IL | _____ |

Heat 9

| | | | | |
|---|-----------------------------|----|-------------------|---------|
| 1 | Marius Mathisen | 13 | Haldens SK | 1.12,39 |
| 2 | Ilyas Mahdjoub | 12 | Moss SK | 1.07,60 |
| 3 | Vegard Widnes Finstad | 14 | Askimsvømmerne | 1.06,30 |
| 4 | Nicholas P.L Nguyen | 14 | Kongstensvømmerne | 1.07,42 |
| 5 | Albert Skovdahl-Nielsen | 13 | Moss SK | 1.08,38 |
| 6 | Lykke Aurora Målerud Brekke | 14 | Haldens SK | 1.16,45 |

Heat 10

| | | | | |
|---|-----------------------------|----|-------------------|---------|
| 1 | Emilie Sandvold-Kjernsbæk | 13 | Sarpsborg IL | 1.03,72 |
| 2 | Eivind Møklegaard Halvorsen | 13 | Kongstensvømmerne | 58,92 |
| 3 | Ludvik Næss Sivertsen | 14 | Sjøstjerna SLK | 57,31 |
| 4 | Cornelia Bentzen Rieck | 16 | Kongstensvømmerne | 57,94 |
| 5 | Mons Dahl Woodruff | 12 | Sarpsborg IL | 1.00,16 |
| 6 | Sander Fransplass Solvang | 14 | Kongstensvømmerne | 1.04,16 |

Heat 11

| | | | | |
|---|------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Selma Kristine Renberg | 15 | Haldens SK | 56,61 |
| 2 | Omar Rauf | 11 | Moss SK | 55,81 |
| 3 | Sondre Brække | 13 | Kongstensvømmerne | 55,17 |
| 4 | Nils Onsager-Pettersen | 12 | Sarpsborg IL | 55,40 |
| 5 | Sara Bråthe Farholm | 13 | Kongstensvømmerne | 56,10 |
| 6 | Ingrid Lindbäck Espi | 13 | Moss SK | 57,04 |

Heat 12

| | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Ivar Emil Schiøtz | 13 | Sarpsborg IL | 53,61 |
| 2 | Qani Ademi | 14 | Moss SK | 53,43 |
| 3 | Selma Bilal | 15 | Haldens SK | 53,30 |
| 4 | Johan Flateby | 14 | Sjøstjerna SLK | _____ |
| 5 | Ida Bolette Warem | 13 | Kongstensvømmerne | 53,51 |
| 6 | Amalie Gulichsen Haagensen | 12 | Moss SK | 55,15 |

Heat 13

| | | | | | |
|---|-------------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Lotte Olavessen | 14 | Moss SK | 52,00 | _____ |
| 2 | Lara Forselius | 14 | Moss SK | 51,36 | _____ |
| 3 | Vilma Helene Holm | 15 | Kongstensvømmerne | 51,03 | _____ |
| 4 | Jonathan Bakken | 13 | Moss SK | 51,33 | _____ |
| 5 | Emilian August Wilke Vierhaug | 10 | Askimsvømmerne | 51,48 | _____ |
| 6 | Cassandra Hansen | 11 | Kongstensvømmerne | 53,06 | _____ |

Heat 14

| | | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Iver Risan Frøland | 12 | Kongstensvømmerne | 50,76 | _____ |
| 2 | Jonas Møklegaard Halvorsen | 13 | Kongstensvømmerne | 50,32 | _____ |
| 3 | Helena Cesilie Montelius | 12 | Haldens SK | 49,50 | _____ |
| 4 | Emric Flåten Gundrosen | 13 | Kongstensvømmerne | 49,88 | _____ |
| 5 | Tharakan Aravinthan | 11 | Sarpsborg IL | 50,51 | _____ |
| 6 | Arian Strand Ismani | 10 | Moss SK | 50,94 | _____ |

Heat 15

| | | | | | |
|---|--------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Abeera Agha | 10 | Haldens SK | 48,91 | _____ |
| 2 | Tiili Aurora Ryum | 14 | Moss SK | 48,90 | _____ |
| 3 | Amanda Frøyland Appleton | 12 | Moss SK | 46,47 | _____ |
| 4 | Ida Jakobsen | 15 | Moss SK | 47,98 | _____ |
| 5 | Jens Ravn-Nilsen | 14 | Sjøstjerna SLK | 48,91 | _____ |
| 6 | Rudolfs Stipnieks | 14 | Kongstensvømmerne | 49,05 | _____ |

Heat 16

| | | | | | |
|---|-------------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Andreas Heyer | 11 | Kongstensvømmerne | 44,69 | _____ |
| 2 | Isabel Talulah Sætereie | 14 | Haldens SK | 44,30 | _____ |
| 3 | Lucas Bruun-Lund | 11 | Askimsvømmerne | 44,16 | _____ |
| 4 | Steinar Bjerkenes-Gretland | 13 | Sarpsborg IL | 44,23 | _____ |
| 5 | Isobel Lauritzen | 13 | Moss SK | 44,38 | _____ |
| 6 | Oraya Cordelia Aanestad-Bakke | 12 | Moss SK | 44,86 | _____ |

Heat 17

| | | | | | |
|---|----------------------------|----|----------------|-------|-------|
| 1 | Guro Ribe | 12 | Moss SK | 42,47 | _____ |
| 2 | Vegard Hove | 11 | Haldens SK | 41,23 | _____ |
| 3 | Emilia Kozera | 11 | Sarpsborg IL | 40,95 | _____ |
| 4 | Daniel Bråthen | 10 | Askimsvømmerne | 41,22 | _____ |
| 5 | Sorosh Frotan | 13 | Sarpsborg IL | 41,34 | _____ |
| 6 | Sander Oliver Gobetz Tunem | 11 | Haldens SK | 43,28 | _____ |

Heat 18

| | | | | | |
|---|---------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Sienna Louise Gjestebø | 12 | Haldens SK | 39,85 | _____ |
| 2 | Matfei Vederskyi-Maksiuta | 11 | Kongstensvømmerne | 39,44 | _____ |
| 3 | Besim Hammadi | 09 | Haldens SK | 33,92 | _____ |
| 4 | Brage Marken-Mjølnerød | 10 | Haldens SK | 35,32 | _____ |
| 5 | Lilith Dove | 10 | Haldens SK | 39,78 | _____ |
| 6 | Kateryna Borovska | 14 | Kongstensvømmerne | 40,29 | _____ |

Øvelse 3. 25m butterfly, mixed**Heat 1**

| | | | | | |
|---|-----------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | | | | | _____ |
| 2 | Rudolfs Stipnieks | 14 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 3 | Tind Lie Wickholm | 15 | Sjøstjerna SLK | | _____ |
| 4 | Lukas Ulseth | 12 | Haldens SK | | _____ |
| 5 | Torkil Falch-Pedersen | 13 | Haldens SK | | _____ |
| 6 | | | | | _____ |

Heat 2

| | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Katrine Hansen | 14 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 2 | David Mikhin | 13 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 3 | Steinar Bjerkenes-Gretland | 13 | Sarpsborg IL | _____ |
| 4 | Nikol Lebedynska | 13 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 5 | Lilith Dove | 10 | Haldens SK | _____ |
| 6 | Nikolas Tomi | 12 | Moss SK | _____ |

Heat 3

| | | | | |
|---|----------------------------|----|----------------|-------|
| 1 | Marius Mathisen | 13 | Haldens SK | _____ |
| 2 | Jacob Syvertsen | 11 | Sjøstjerna SLK | _____ |
| 3 | Nils Onsager-Pettersen | 12 | Sarpsborg IL | _____ |
| 4 | Eirik Teigo | 13 | Kolbotn IL | _____ |
| 5 | Sander Oliver Gobetz Tunem | 11 | Haldens SK | _____ |
| 6 | Selma Bilal | 15 | Haldens SK | _____ |

Heat 4

| | | | | |
|---|-----------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Cassandra Hansen | 11 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 2 | Ludvik Næss Sivertsen | 14 | Sjøstjerna SLK | _____ |
| 3 | Inayah Zia | 14 | Kolbotn IL | _____ |
| 4 | Emil Lauritzen | 11 | Sarpsborg IL | _____ |
| 5 | Sara Bråthe Farholm | 13 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 6 | Sondre Brække | 13 | Kongstensvømmerne | _____ |

Heat 5

| | | | | |
|---|---------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Guro Ribe | 12 | Moss SK | _____ |
| 2 | Leonan Fredenfeldt | 14 | Kolbotn IL | _____ |
| 3 | Sander Fransplass Solvang | 14 | Kongstensvømmerne | 32,16 |
| 4 | Mons Dahl Woodruff | 12 | Sarpsborg IL | 37,39 |
| 5 | Ingrid Sundell | 13 | Sarpsborg IL | _____ |
| 6 | Isobel Lauritzen | 13 | Moss SK | _____ |

Heat 6

| | | | | |
|---|---------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Omar Rauf | 11 | Moss SK | 27,66 |
| 2 | Sorosh Frotan | 13 | Sarpsborg IL | 23,09 |
| 3 | Matfei Vederskyi-Maksiuta | 11 | Kongstensvømmerne | 21,53 |
| 4 | Vegard Hove | 11 | Haldens SK | 22,19 |
| 5 | Abeera Agha | 10 | Haldens SK | 27,58 |
| 6 | Iver Risan Frøland | 12 | Kongstensvømmerne | 31,44 |

Øvelse 4. 25m rygg, mixed

Heat 1

| | | | | |
|---|------------------------|----|-----------------|-------|
| 1 | | | | |
| 2 | Ilya Plotnikov-Spencer | 16 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 3 | Julia Dlutowska | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 4 | Erik Werner-Udenæs | 16 | Sjøstjerna SLK | _____ |
| 5 | Torkil Falch-Pedersen | 13 | Haldens SK | 27,67 |
| 6 | | | | |

Heat 2

| | | | | |
|---|---------------------------|----|-----------------|-------|
| 1 | Ludvig Lindebjerg | 14 | Sjøstjerna SLK | _____ |
| 2 | Emma Norvik Molkom Lateen | 15 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 3 | Besim Hammadi | 09 | Haldens SK | _____ |
| 4 | Cornelis Nicolai Spæren | 14 | Kolbotn IL | _____ |
| 5 | Eirik Teigo | 13 | Kolbotn IL | _____ |
| 6 | Nikolas Tomi | 12 | Moss SK | 26,54 |

Heat 3

| | | | | |
|---|----------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Amalie Grøtt Helland | 15 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 2 | Jenny Reymert | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 3 | Margit Lien Sunnby | 16 | Moss SK | _____ |
| 4 | Oskar Gudmestad | 15 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 5 | Alfred Solem | 14 | Kolbotn IL | _____ |
| 6 | Qani Ademi | 14 | Moss SK | _____ |

Heat 4

| | | | | |
|---|--------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Dan Daniel Teklab | 12 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 2 | Even Nordnes | 14 | Sarpsborg IL | _____ |
| 3 | Leonan Fredenfeldt | 14 | Kolbotn IL | _____ |
| 4 | Ebba Skofsrud | 13 | Askimsvømmerne | _____ |
| 5 | Maja Norum | 15 | Moss SK | _____ |
| 6 | Nora Duhomme | 16 | Moss SK | _____ |

Heat 5

| | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Käte-Maly Yoko Alterås | 15 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 2 | Sander Hildebrandt-Shahbaz | 14 | Askimsvømmerne | _____ |
| 3 | Nathalie Larsen Jacobsen | 16 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 4 | Kaja Thoring | 16 | Moss SK | _____ |
| 5 | Helmer Hallum-Jensen | 15 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 6 | Gabriel Hansen Gharbi | 15 | Kongstensvømmerne | _____ |

Heat 6

| | | | | |
|---|--------------------|----|-----------------|-------|
| 1 | Eva Anine Eriksson | 13 | Haldens SK | _____ |
| 2 | Mathilde Sem | 16 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 3 | Inger Eline Nelson | 15 | Askimsvømmerne | _____ |
| 4 | Tobias Lognseth | 14 | Askimsvømmerne | _____ |
| 5 | Mixue Wu | 13 | Kolbotn IL | _____ |
| 6 | Jan Holger Kelu | 13 | Askimsvømmerne | _____ |

Heat 7

| | | | | |
|---|------------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Cassandra Hansen | 11 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 2 | Julian Brest Rognerud | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 3 | Tobias Lorentzen Lundsbakken | 14 | Sarpsborg IL | _____ |
| 4 | Rudolfs Stipnieks | 14 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 5 | Illya Balashov | 16 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 6 | Ole Fredrik Skullerud | 16 | Drøbak-Frogn IL | _____ |

Heat 8

| | | | | |
|---|--------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Naomi Fikru | 11 | Kolbotn IL | _____ |
| 2 | Ida Bolette Warem | 13 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 3 | Konstantin Moiseev | 10 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 4 | Tor Edvard Lunnan | 13 | Askimsvømmerne | _____ |
| 5 | Mathea Kvakstad | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 6 | Alea Miroci | 14 | Kongstensvømmerne | _____ |

Heat 9

| | | | | |
|---|---------------------|----|-------------------|---------|
| 1 | David Mikhin | 13 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 2 | Tuva Renberg | 17 | Haldens SK | 51,72 |
| 3 | Marius Mathisen | 13 | Haldens SK | 39,79 |
| 4 | Stella Helene Minge | 14 | Haldens SK | 39,89 |
| 5 | Isabella Vassdal | 15 | Haldens SK | 1.04,91 |
| 6 | Alice Rosenvinge | 15 | Kongstensvømmerne | _____ |

Heat 10

| | | | | | |
|---|-----------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Celine Johannessen | 14 | Kongstensvømmerne | 36,64 | _____ |
| 2 | William Rosenvinge | 11 | Kongstensvømmerne | 33,69 | _____ |
| 3 | Isabelle Melkerud | 14 | Kongstensvømmerne | 33,23 | _____ |
| 4 | Nils Onsager-Pettersen | 12 | Sarpsborg IL | 33,48 | _____ |
| 5 | Jennie Marie Ringstad Holme | 11 | Kongstensvømmerne | 34,25 | _____ |
| 6 | Lilly Skartoft | 14 | Haldens SK | 37,13 | _____ |

Heat 11

| | | | | | |
|---|------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Tharakan Aravinthan | 11 | Sarpsborg IL | 32,46 | _____ |
| 2 | Selma Kristine Renberg | 15 | Haldens SK | 31,39 | _____ |
| 3 | Arian Strand Ismani | 10 | Moss SK | 30,78 | _____ |
| 4 | Nicholas P.L Nguyen | 14 | Kongstensvømmerne | 30,91 | _____ |
| 5 | Emric Flåten Gundrosen | 13 | Kongstensvømmerne | 31,50 | _____ |
| 6 | Ada Nelle Bakli | 15 | Haldens SK | 32,62 | _____ |

Heat 12

| | | | | | |
|---|-----------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Thord Marken-Mjølnerød | 13 | Haldens SK | 30,49 | _____ |
| 2 | Eivind Møklegaard Halvorsen | 13 | Kongstensvømmerne | 30,27 | _____ |
| 3 | Selma Bilal | 15 | Haldens SK | 30,10 | _____ |
| 4 | Cornelia Bentzen Rieck | 16 | Kongstensvømmerne | 30,10 | _____ |
| 5 | | | | | _____ |
| 6 | Sondre Brække | 13 | Kongstensvømmerne | 30,53 | _____ |

Heat 13

| | | | | | |
|---|---------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Dag Ulrik Hjelmark | 14 | Kongstensvømmerne | 29,87 | _____ |
| 2 | Sara Bråthe Farholm | 13 | Kongstensvømmerne | 29,06 | _____ |
| 3 | Julie Kind | 13 | Moss SK | 28,70 | _____ |
| 4 | Milo Sørensen Henriksen | 13 | Moss SK | 28,72 | _____ |
| 5 | Edvin Ballangby | 14 | Kongstensvømmerne | 29,36 | _____ |
| 6 | Emilie Sandvold-Kjernsbæk | 13 | Sarpsborg IL | 29,95 | _____ |

Heat 14

| | | | | | |
|---|---------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Ingvild Tysse-Hostad | 14 | Haldens SK | 28,43 | _____ |
| 2 | Sander Fransplass Solvang | 14 | Kongstensvømmerne | 28,32 | _____ |
| 3 | Angelica Vassdal | 12 | Haldens SK | 27,75 | _____ |
| 4 | Abeera Agha | 10 | Haldens SK | 27,93 | _____ |
| 5 | Ingrid Sundell | 13 | Sarpsborg IL | 28,35 | _____ |
| 6 | Liam Mundgjel Bye | 15 | Sjøstjerna SLK | 28,62 | _____ |

Heat 15

| | | | | | |
|---|---------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Lara Forselius | 14 | Moss SK | 27,05 | _____ |
| 2 | Liam Hovland | 14 | Drøbak-Frogn IL | 26,91 | _____ |
| 3 | Liam Bjørkeryd | 13 | Kongstensvømmerne | 26,77 | _____ |
| 4 | Jonathan Bakken | 13 | Moss SK | 26,83 | _____ |
| 5 | Amalie Gulichsen Haagenen | 12 | Moss SK | 26,94 | _____ |
| 6 | Ida Jakobsen | 15 | Moss SK | 27,67 | _____ |

Heat 16

| | | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Jonas Møklegaard Halvorsen | 13 | Kongstensvømmerne | 26,12 | _____ |
| 2 | Lotte Olavessen | 14 | Moss SK | 25,40 | _____ |
| 3 | Sander Oliver Gobetz Tunem | 11 | Haldens SK | 23,97 | _____ |
| 4 | Celine Løkkevig Abrahamsen | 13 | Moss SK | 24,35 | _____ |
| 5 | Vilma Helene Holm | 15 | Kongstensvømmerne | 25,56 | _____ |
| 6 | Ilyas Mahdjoub | 12 | Moss SK | 26,50 | _____ |

Heat 17

| | | | | | |
|---|--------------------------|----|--------------|-------|-------|
| 1 | Lilith Dove | 10 | Haldens SK | 23,79 | _____ |
| 2 | Isobel Lauritzen | 13 | Moss SK | 23,58 | _____ |
| 3 | Sorosh Frotan | 13 | Sarpsborg IL | 23,42 | _____ |
| 4 | Helena Cesilie Montelius | 12 | Haldens SK | 23,45 | _____ |
| 5 | Isabel Talulah Sætereie | 14 | Haldens SK | 23,64 | _____ |
| 6 | Amanda Frøyland Appleton | 12 | Moss SK | 23,79 | _____ |

Heat 18

| | | | | | |
|---|-------------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Irmelin Ballangby | 12 | Kongstensvømmerne | 23,23 | _____ |
| 2 | Vegard Hove | 11 | Haldens SK | 22,42 | _____ |
| 3 | Sienna Louise Gjestebø | 12 | Haldens SK | 21,40 | _____ |
| 4 | Kateryna Borovska | 14 | Kongstensvømmerne | 22,39 | _____ |
| 5 | Oraya Cordelia Aanestad-Bakke | 12 | Moss SK | 22,95 | _____ |
| 6 | Matfei Vederskyi-Maksiuta | 11 | Kongstensvømmerne | 23,28 | _____ |

Øvelse 5. 100m fri, mixed

Heat 1

| | | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | | | | | |
| 2 | David Mikhin | 13 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 3 | Mons Dahl Woodruff | 12 | Sarpsborg IL | | _____ |
| 4 | Sander Oliver Gobetz Tunem | 11 | Haldens SK | | _____ |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |

Heat 2

| | | | | | |
|---|-------------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | | | | | |
| 2 | Tiili Aurora Ryum | 14 | Moss SK | | _____ |
| 3 | Sofia Emilie Eng | 14 | Sarpsborg IL | | _____ |
| 4 | Isabel Talulah Sætereie | 14 | Haldens SK | | _____ |
| 5 | Evelina Jacobsen | 13 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 6 | | | | | |

Heat 3

| | | | | | |
|---|------------------------------|----|-------------------|---------|-------|
| 1 | Rudolfs Stipnieks | 14 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 2 | Nikol Lebedynska | 13 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 3 | Cassandra Hansen | 11 | Kongstensvømmerne | 2.04,49 | _____ |
| 4 | Vegard Widnes Finstad | 14 | Askimsvømmerne | 2.37,12 | _____ |
| 5 | Tobias Lorentzen Lundsbakken | 14 | Sarpsborg IL | | _____ |
| 6 | Patrick Cobos Moody | 11 | Moss SK | | _____ |

Heat 4

| | | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|---------|-------|
| 1 | Iver Risan Frøland | 12 | Kongstensvømmerne | 1.59,16 | _____ |
| 2 | Steinar Bjerkenes-Gretland | 13 | Sarpsborg IL | 1.51,99 | _____ |
| 3 | Sorosh Frotan | 13 | Sarpsborg IL | 1.34,07 | _____ |
| 4 | Guro Ribe | 12 | Moss SK | 1.36,69 | _____ |
| 5 | Sienna Louise Gjestebø | 12 | Haldens SK | 1.53,82 | _____ |
| 6 | Tharakan Aravinthan | 11 | Sarpsborg IL | 2.01,22 | _____ |

Øvelse 6. 25m bryst, mixed**Heat 1**

| | | | | |
|---|----------------------------|----|----------------|-------|
| 1 | | | | |
| 2 | Liam Lasse Chege Wenneberg | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 3 | Kaja Thoring | 16 | Moss SK | _____ |
| 4 | Tobias Lognseth | 14 | Askimsvømmerne | _____ |
| 5 | Johan Flateby | 14 | Sjøstjerna SLK | _____ |
| 6 | Torkil Falch-Pedersen | 13 | Haldens SK | _____ |
| | | | 30,00 | _____ |

Heat 2

| | | | | |
|---|-------------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Oraya Cordelia Aanestad-Bakke | 12 | Moss SK | _____ |
| 2 | Lucas Bruun-Lund | 11 | Askimsvømmerne | _____ |
| 3 | Mathea Kvakstad | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 4 | Tobias Lorentzen Lundsbakken | 14 | Sarpsborg IL | _____ |
| 5 | Margit Lien Sunnby | 16 | Moss SK | _____ |
| 6 | Konstantin Moiseev | 10 | Kongstensvømmerne | _____ |

Heat 3

| | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Käte-Maly Yoko Alterås | 15 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 2 | Nicholas P.L Nguyen | 14 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 3 | Sander Hildebrandt-Shahbaz | 14 | Askimsvømmerne | _____ |
| 4 | Sondre Brække | 13 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 5 | Jonathan Zewde | 15 | Askimsvømmerne | _____ |
| 6 | Cassandra Hansen | 11 | Kongstensvømmerne | _____ |

Heat 4

| | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Illya Balashov | 16 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 2 | Thea Emilie Oraug Kubberød | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 3 | Ida Bolette Warem | 13 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 4 | Aili Hasle-Mienna | 15 | Moss SK | _____ |
| 5 | Ada Nelle Bakli | 15 | Haldens SK | _____ |
| 6 | Stella Helene Minge | 14 | Haldens SK | _____ |

Heat 5

| | | | | |
|---|-----------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Viktor Rypdal | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 2 | William Rosenvinge | 11 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 3 | Amalie Grøtt Helland | 15 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 4 | Ivan Iwinosa Orobator | 05 | Askimsvømmerne | _____ |
| 5 | Nora Duhomme | 16 | Moss SK | _____ |
| 6 | Juste Pangonyte | 13 | Askimsvømmerne | _____ |

Heat 6

| | | | | |
|---|---------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Sara Bråthe Farholm | 13 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 2 | Rudolfs Stipnieks | 14 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 3 | Emilie Sandvold-Kjernsbæk | 13 | Sarpsborg IL | _____ |
| 4 | Alfred Solem | 14 | Kolbotn IL | _____ |
| 5 | Sofie Bagget | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 6 | Isabella Vassdal | 15 | Haldens SK | _____ |

Heat 7

| | | | | |
|---|-------------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Lilly Skartoft | 14 | Haldens SK | _____ |
| 2 | Emilian August Wilke Vierhaug | 10 | Askimsvømmerne | _____ |
| 3 | Emilia Kozera | 11 | Sarpsborg IL | _____ |
| 4 | Patrick Cobos Moody | 11 | Moss SK | _____ |
| 5 | Leander Aanes Løvold | 13 | Moss SK | _____ |
| 6 | Gabriel Hansen Gharbi | 15 | Kongstensvømmerne | _____ |

Heat 8

| | | | | |
|---|------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Kateryna Borovska | 14 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 2 | Cornelia Bentzen Rieck | 16 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 3 | Rose Andersen | 11 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 4 | Hedda Ryen Høyby | 15 | Haldens SK | _____ |
| 5 | Besim Hammadi | 09 | Haldens SK | _____ |
| 6 | Evelina Jacobsen | 13 | Kongstensvømmerne | _____ |

Heat 9

| | | | | |
|---|----------------------|----|-------------------|-------------|
| 1 | Leonan Fredenfeldt | 14 | Kolbotn IL | _____ |
| 2 | Ingrid Lindbäck Espi | 13 | Moss SK | 40,32 _____ |
| 3 | Selma Bilal | 15 | Haldens SK | 37,61 _____ |
| 4 | Katrine Hansen | 14 | Kongstensvømmerne | 38,81 _____ |
| 5 | Inger Eline Nelson | 15 | Askimsvømmerne | 52,17 _____ |
| 6 | Dan Daniel Teklab | 12 | Kongstensvømmerne | _____ |

Heat 10

| | | | | |
|---|-----------------------------|----|-------------------|-------------|
| 1 | Sander Fransplass Solvang | 14 | Kongstensvømmerne | 35,81 _____ |
| 2 | Iver Risan Frøland | 12 | Kongstensvømmerne | 34,47 _____ |
| 3 | Ilyas Mahdjoub | 12 | Moss SK | 33,29 _____ |
| 4 | Albert Skovdahl-Nielsen | 13 | Moss SK | 33,74 _____ |
| 5 | Tharakan Aravinthan | 11 | Sarpsborg IL | 34,62 _____ |
| 6 | Lykke Aurora Målerud Brekke | 14 | Haldens SK | 37,22 _____ |

Heat 11

| | | | | |
|---|----------------------------------|----|-------------------|-------------|
| 1 | Ingrid Sundell | 13 | Sarpsborg IL | 31,31 _____ |
| 2 | | | | |
| 3 | Irmelin Ballangby | 12 | Kongstensvømmerne | 29,38 _____ |
| 4 | Leander Cornelius Wilke Vierhaug | 11 | Askimsvømmerne | 29,88 _____ |
| 5 | Abeera Agha | 10 | Haldens SK | 30,45 _____ |
| 6 | Celine Løkkevig Abrahamsen | 13 | Moss SK | 31,71 _____ |

Heat 12

| | | | | |
|---|--------------------------|----|-------------------|-------------|
| 1 | Lotte Olavessen | 14 | Moss SK | 29,25 _____ |
| 2 | Angelica Vassdal | 12 | Haldens SK | 28,92 _____ |
| 3 | Nils Onsager-Pettersen | 12 | Sarpsborg IL | 27,84 _____ |
| 4 | Guro Ribe | 12 | Moss SK | 28,21 _____ |
| 5 | Helena Cesilie Montelius | 12 | Haldens SK | 29,13 _____ |
| 6 | Andreas Heyer | 11 | Kongstensvømmerne | 29,31 _____ |

Heat 13

| | | | | |
|---|----------------------------|----|----------------|-------------|
| 1 | Malin Woldbæk | 10 | Askimsvømmerne | 27,55 _____ |
| 2 | Vegard Hove | 11 | Haldens SK | 23,98 _____ |
| 3 | Sander Oliver Gobetz Tunem | 11 | Haldens SK | 22,22 _____ |
| 4 | Arian Strand Ismani | 10 | Moss SK | 23,73 _____ |
| 5 | Sorosh Frotan | 13 | Sarpsborg IL | 24,37 _____ |
| 6 | Mathias Meum Brede | 13 | Moss SK | 27,82 _____ |

Øvelse 7. 25m fri, mixed**Heat 1**

| | | | | |
|---|--------------------------|----|-------------------|-------------|
| 1 | Leonan Fredenfeldt | 14 | Kolbotn IL | _____ |
| 2 | Ida Bolette Warem | 13 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 3 | Emil Lauritzen | 11 | Sarpsborg IL | _____ |
| 4 | Nathalie Larsen Jacobsen | 16 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 5 | Viktor Rypdal | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 6 | Torkil Falch-Pedersen | 13 | Haldens SK | 24,65 _____ |

Heat 2

| | | | | |
|---|------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Nicholas P.L Nguyen | 14 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 2 | Erik Werner-Udenæs | 16 | Sjøstjerna SLK | _____ |
| 3 | Patrick Cobos Moody | 11 | Moss SK | _____ |
| 4 | Ilya Plotnikov-Spencer | 16 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 5 | Alice Rosenvinge | 15 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 6 | Juste Pangonyte | 13 | Askimsvømmerne | _____ |

Heat 3

| | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Jonas Møklegaard Halvorsen | 13 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 2 | Sofie Bagget | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 3 | Illya Balashov | 16 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 4 | Besim Hammadi | 09 | Haldens SK | _____ |
| 5 | Ada Nelle Bakli | 15 | Haldens SK | _____ |
| 6 | Cornelis Nicolai Spæren | 14 | Kolbotn IL | _____ |

Heat 4

| | | | | |
|---|--------------------------|----|-----------------|-------|
| 1 | Jacob Syvertsen | 11 | Sjøstjerna SLK | _____ |
| 2 | Ella Othilie Skibsted | 17 | Haldens SK | _____ |
| 3 | Sean August Buus Ryan | 15 | Moss SK | _____ |
| 4 | Mathilde Sem | 16 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 5 | Olivia Karoline Klokseth | 16 | Moss SK | _____ |
| 6 | Even Nordnes | 14 | Sarpsborg IL | _____ |

Heat 5

| | | | | |
|---|------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Käte-Maly Yoko Alterås | 15 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 2 | Oskar Gudmestad | 15 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 3 | Brage Marken-Mjølnerød | 10 | Haldens SK | _____ |
| 4 | Amalie Grøtt Helland | 15 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 5 | Helmer Hallum-Jensen | 15 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 6 | Jonathan Zewde | 15 | Askimsvømmerne | _____ |

Heat 6

| | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Alfred Solem | 14 | Kolbotn IL | _____ |
| 2 | Iver Risan Frøland | 12 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 3 | Naomi Fikru | 11 | Kolbotn IL | _____ |
| 4 | Guro Ribe | 12 | Moss SK | _____ |
| 5 | Thea Emilie Oraug Kubberød | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 6 | Edvin Ballangby | 14 | Kongstensvømmerne | _____ |

Heat 7

| | | | | |
|---|------------------------------|----|-------------------|-------|
| 1 | Tobias Lorentzen Lundsbakken | 14 | Sarpsborg IL | _____ |
| 2 | Nora Duhomme | 16 | Moss SK | _____ |
| 3 | Ivan Iwinosa Orobator | 05 | Askimsvømmerne | _____ |
| 4 | Diana Holm | 15 | Moss SK | _____ |
| 5 | Dan Daniel Teklab | 12 | Kongstensvømmerne | _____ |
| 6 | Lilly Skartoft | 14 | Haldens SK | _____ |

Heat 8

| | | | | |
|---|----------------------------|----|-----------------|-------|
| 1 | Ebba Skofsrud | 13 | Askimsvømmerne | _____ |
| 2 | Emma Norvik Molkom Lateen | 15 | Drøbak-Frogn IL | _____ |
| 3 | Liam Lasse Chege Wenneberg | 12 | Askimsvømmerne | _____ |
| 4 | Daniel Bråthen | 10 | Askimsvømmerne | _____ |
| 5 | Abeera Agha | 10 | Haldens SK | _____ |
| 6 | Malin Woldbæk | 10 | Askimsvømmerne | _____ |

Heat 9

| | | | | | |
|---|----------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | Leander Aanes Løvold | 13 | Moss SK | | _____ |
| 2 | Liam Mundgjel Bye | 15 | Sjøstjerna SLK | | _____ |
| 3 | Evelina Jacobsen | 13 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 4 | Mathea Kvakstad | 12 | Askimsvømmerne | | _____ |
| 5 | Alea Miroci | 14 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 6 | Sverre Astrup-Haugen | 13 | Kongstensvømmerne | | _____ |

Heat 10

| | | | | | |
|---|---------------------|----|-------------------|---------|-------|
| 1 | Tora Bolstad | 15 | Drøbak-Frogn IL | | _____ |
| 2 | Stella Helene Minge | 14 | Haldens SK | 38,07 | _____ |
| 3 | Dag Ulrik Hjelmark | 14 | Kongstensvømmerne | 36,76 | _____ |
| 4 | Jenny Reymert | 12 | Askimsvømmerne | 37,36 | _____ |
| 5 | Isabella Vassdal | 15 | Haldens SK | 1.01,05 | _____ |
| 6 | Saga Aurora Haugen | 14 | Kongstensvømmerne | | _____ |

Heat 11

| | | | | | |
|---|-----------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Syver Schiøtz | 15 | Sarpsborg IL | 33,36 | _____ |
| 2 | Marius Mathisen | 13 | Haldens SK | 30,88 | _____ |
| 3 | Vegard Widnes Finstad | 14 | Askimsvømmerne | 29,38 | _____ |
| 4 | Jonathan Bakken | 13 | Moss SK | 30,24 | _____ |
| 5 | Isabelle Melkerud | 14 | Kongstensvømmerne | 32,56 | _____ |
| 6 | Lykke Aurora Målerud Brekke | 14 | Haldens SK | 35,51 | _____ |

Heat 12

| | | | | | | |
|---|----------------------------------|----|-------------------|----------------|-------|-------|
| 1 | Leander Cornelius Wilke Vierhaug | | 11 | Askimsvømmerne | 27,43 | _____ |
| 2 | Mons Dahl Woodruff | 12 | Sarpsborg IL | 26,78 | _____ | |
| 3 | Selma Bilal | 15 | Haldens SK | 25,80 | _____ | |
| 4 | Mathias Meum Brede | 13 | Moss SK | 26,43 | _____ | |
| 5 | Gabriel Hansen Gharbi | 15 | Kongstensvømmerne | 26,97 | _____ | |
| 6 | Celine Johannessen | 14 | Kongstensvømmerne | 28,51 | _____ | |

Heat 13

| | | | | | |
|---|-----------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Amalie Gulichsen Haagensen | 12 | Moss SK | 25,64 | _____ |
| 2 | Eivind Møklegaard Halvorsen | 13 | Kongstensvømmerne | 25,34 | _____ |
| 3 | Sander Fransplass Solvang | 14 | Kongstensvømmerne | 24,85 | _____ |
| 4 | Sara Bråthe Farholm | 13 | Kongstensvømmerne | 25,01 | _____ |
| 5 | Celine Løkkevig Abrahamsen | 13 | Moss SK | 25,47 | _____ |
| 6 | Levi Sebastian Skibsted | 14 | Haldens SK | 25,80 | _____ |

Heat 14

| | | | | | |
|---|--------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Ingrid Lindbäck Espi | 13 | Moss SK | 24,76 | _____ |
| 2 | Ingvild Tysse-Hostad | 14 | Haldens SK | 24,40 | _____ |
| 3 | Sondre Brække | 13 | Kongstensvømmerne | 24,02 | _____ |
| 4 | Helena Cesilie Montelius | 12 | Haldens SK | 24,08 | _____ |
| 5 | Liam Bjørkeryd | 13 | Kongstensvømmerne | 24,61 | _____ |
| 6 | Angelica Vassdal | 12 | Haldens SK | 24,77 | _____ |

Heat 15

| | | | | | |
|---|------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | | | | | _____ |
| 2 | William Rosenvinge | 11 | Kongstensvømmerne | 23,13 | _____ |
| 3 | Ida Jacobsen | 15 | Moss SK | 21,98 | _____ |
| 4 | Thord Marken-Mjølnørød | 13 | Haldens SK | 22,74 | _____ |
| 5 | Cassandra Hansen | 11 | Kongstensvømmerne | 23,15 | _____ |
| 6 | Nils Onsager-Pettersen | 12 | Sarpsborg IL | 23,86 | _____ |

Heat 16

| | | | | | |
|---|---------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Tharakan Aravinthan | 11 | Sarpsborg IL | 21,75 | _____ |
| 2 | Lotte Olavessen | 14 | Moss SK | 21,50 | _____ |
| 3 | Isobel Lauritzen | 13 | Moss SK | 21,00 | _____ |
| 4 | Irmelin Ballangby | 12 | Kongstensvømmerne | 21,06 | _____ |
| 5 | Vilma Helene Holm | 15 | Kongstensvømmerne | 21,72 | _____ |
| 6 | Arian Strand Ismani | 10 | Moss SK | 21,82 | _____ |

Heat 17

| | | | | | |
|---|-------------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Emric Flåten Gundrosen | 13 | Kongstensvømmerne | 20,85 | _____ |
| 2 | Oraya Cordelia Aanestad-Bakke | 12 | Moss SK | 20,00 | _____ |
| 3 | Isabel Talulah Sætereie | 14 | Haldens SK | 18,84 | _____ |
| 4 | Lucas Bruun-Lund | 11 | Askimsvømmerne | 19,94 | _____ |
| 5 | Evanas Petkevicius | 11 | Kongstensvømmerne | 20,46 | _____ |
| 6 | Amanda Frøyland Appleton | 12 | Moss SK | 20,97 | _____ |

Heat 18

| | | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Vegard Hove | 11 | Haldens SK | 18,36 | _____ |
| 2 | Lilith Dove | 10 | Haldens SK | 18,27 | _____ |
| 3 | Sienna Louise Gjesteby | 12 | Haldens SK | 18,21 | _____ |
| 4 | Kateryna Borovska | 14 | Kongstensvømmerne | 18,25 | _____ |
| 5 | Sorosh Frotan | 13 | Sarpsborg IL | 18,32 | _____ |
| 6 | Sander Oliver Gobetz Tunem | 11 | Haldens SK | 18,79 | _____ |

Øvelse 8. 50m rygg, mixed

Heat 1

| | | | | | |
|---|------------------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | | | | | |
| 2 | Tobias Lorentzen Lundsbakken | 14 | Sarpsborg IL | | _____ |
| 3 | Nikol Lebedynska | 13 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 4 | Andreas Heyer | 11 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 5 | Johan Flateby | 14 | Sjøstjerna SLK | | _____ |
| 6 | | | | | |

Heat 2

| | | | | | |
|---|--------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | Abeera Agha | 10 | Haldens SK | | _____ |
| 2 | Rose Andersen | 11 | Drøbak-Frogn IL | | _____ |
| 3 | Tiili Aurora Ryum | 14 | Moss SK | | _____ |
| 4 | Saga Aurora Haugen | 14 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 5 | Leonan Fredenfeldt | 14 | Kolbotn IL | | _____ |
| 6 | Alfred Solem | 14 | Kolbotn IL | | _____ |

Heat 3

| | | | | | |
|---|---------------------|----|-------------------|--|-------|
| 1 | Kateryna Borovska | 14 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 2 | Tind Lie Wickholm | 15 | Sjøstjerna SLK | | _____ |
| 3 | Liam Bjørkeryd | 13 | Kongstensvømmerne | | _____ |
| 4 | Liam Hovland | 14 | Drøbak-Frogn IL | | _____ |
| 5 | Mixue Wu | 13 | Kolbotn IL | | _____ |
| 6 | Nicholas P.L Nguyen | 14 | Kongstensvømmerne | | _____ |

Heat 4

| | | | | | |
|---|----------------------------|----|-----------------|--|-------|
| 1 | Sean August Buus Ryan | 15 | Moss SK | | _____ |
| 2 | Cornelis Nicolai Spæren | 14 | Kolbotn IL | | _____ |
| 3 | Inayah Zia | 14 | Kolbotn IL | | _____ |
| 4 | Brage Marken-Mjølnørød | 10 | Haldens SK | | _____ |
| 5 | Mathilde Sem | 16 | Drøbak-Frogn IL | | _____ |
| 6 | Sander Oliver Gobetz Tunem | 11 | Haldens SK | | _____ |

Heat 5

| | | | | | |
|---|----------------------------|----|-------------------|---------|-------|
| 1 | Lilly Skartoft | 14 | Haldens SK | 1.25,27 | _____ |
| 2 | Tharakan Aravinthan | 11 | Sarpsborg IL | 1.17,29 | _____ |
| 3 | Amalie Gulichsen Haagensen | 12 | Moss SK | 1.06,09 | _____ |
| 4 | Mons Dahl Woodruff | 12 | Sarpsborg IL | 1.13,82 | _____ |
| 5 | Ada Nelle Bakli | 15 | Haldens SK | 1.23,52 | _____ |
| 6 | Dag Ulrik Hjelmark | 14 | Kongstensvømmerne | | _____ |

Heat 6

| | | | | | |
|---|-------------------------|----|-------------------|---------|-------|
| 1 | David Mikhin | 13 | Kongstensvømmerne | 1.02,45 | _____ |
| 2 | Ingrid Sundell | 13 | Sarpsborg IL | 1.01,19 | _____ |
| 3 | Ivar Emil Schiøtz | 13 | Sarpsborg IL | 58,81 | _____ |
| 4 | Ingrid Lindbäck Espi | 13 | Moss SK | 59,84 | _____ |
| 5 | Milo Sørensen Henriksen | 13 | Moss SK | 1.01,48 | _____ |
| 6 | Emric Flåten Gundrosen | 13 | Kongstensvømmerne | 1.05,55 | _____ |

Heat 7

| | | | | | |
|---|-------------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Jens Ravn-Nilsen | 14 | Sjøstjerna SLK | 56,20 | _____ |
| 2 | Irmelin Ballangby | 12 | Kongstensvømmerne | 54,03 | _____ |
| 3 | Steinar Bjerkenes-Gretland | 13 | Sarpsborg IL | 53,73 | _____ |
| 4 | Oraya Cordelia Aanestad-Bakke | 12 | Moss SK | 53,91 | _____ |
| 5 | Ludvik Næss Sivertsen | 14 | Sjøstjerna SLK | 55,35 | _____ |
| 6 | Iver Risan Frøland | 12 | Kongstensvømmerne | 57,94 | _____ |

Heat 8

| | | | | | |
|---|---------------------------|----|-------------------|-------|-------|
| 1 | Matfei Vederskyi-Maksiuta | 11 | Kongstensvømmerne | 52,25 | _____ |
| 2 | Sorosh Frotan | 13 | Sarpsborg IL | 51,03 | _____ |
| 3 | Emilia Kozera | 11 | Sarpsborg IL | 49,86 | _____ |
| 4 | Amanda Frøyland Appleton | 12 | Moss SK | 50,51 | _____ |
| 5 | Vegard Hove | 11 | Haldens SK | 51,43 | _____ |
| 6 | Helena Cesilie Montelius | 12 | Haldens SK | 52,98 | _____ |

Øvelse 9. 4*25m fri, mixed**Heat 1**

| | | | | | |
|---|---------------------------|----|-------------------|---------|-------|
| 1 | | | | | _____ |
| 2 | Moss SK Mix 4 jr. | JR | Moss SK | | _____ |
| 3 | Drøbak-Frogn IL Mix 3 jr. | JR | Drøbak-Frogn IL | | _____ |
| 4 | Kongstensvømmer Mix 4 sr. | SR | Kongstensvømmerne | 1.35,19 | _____ |
| 5 | Moss SK Mix 5 jr. | JR | Moss SK | 1.54,29 | _____ |
| 6 | | | | | _____ |

Heat 2

| | | | | | |
|---|---------------------------|----|-------------------|---------|-------|
| 1 | | | | | _____ |
| 2 | Kongstensvømmer Mix 3 sr. | SR | Kongstensvømmerne | 1.32,23 | _____ |
| 3 | Sarpsborg IL Mix 2 sr. | SR | Sarpsborg IL | 1.38,59 | _____ |
| 4 | Askimsvømmerne Mix 2 jr. | JR | Askimsvømmerne | | _____ |
| 5 | Moss SK Mix 3 jr. | JR | Moss SK | 1.27,50 | _____ |
| 6 | | | | | _____ |

Heat 3

| | | | | | |
|---|---------------------------|----|-------------------|---------|-------|
| 1 | Drøbak-Frogn IL Mix 2 jr. | JR | Drøbak-Frogn IL | | _____ |
| 2 | Moss SK Mix 2 jr. | JR | Moss SK | 1.26,29 | _____ |
| 3 | Sarpsborg IL Mix 1 sr. | SR | Sarpsborg IL | 1.30,98 | _____ |
| 4 | Drøbak-Frogn IL Mix 1 jr. | JR | Drøbak-Frogn IL | | _____ |
| 5 | Kongstensvømmer Mix 2 sr. | SR | Kongstensvømmerne | 1.23,51 | _____ |
| 6 | Haldens SK Mix 2 jr. | JR | Haldens SK | 1.43,36 | _____ |

Heat 4

| | | | | | |
|---|---------------------------|----|-------------------|---------|-------|
| 1 | Askimsvømmerne Mix 1 jr. | JR | Askimsvømmerne | | _____ |
| 2 | Moss SK Mix 1 jr. | JR | Moss SK | 1.22,21 | _____ |
| 3 | Haldens SK Mix 1 jr. | JR | Haldens SK | 1.14,91 | _____ |
| 4 | Kongstensvømmer Mix 1 sr. | SR | Kongstensvømmerne | 1.19,48 | _____ |
| 5 | Kolbotn IL Mix 1 jr. | JR | Kolbotn IL | 1.23,08 | _____ |
| 6 | Sjøstjerna SLK Mix 1 jr. | JR | Sjøstjerna SLK | 1.40,07 | _____ |