



PROGRAM

**Glomma Cup Rekrutt
Lørdag 12. september 2026**

Kongstenhallen

Lørdag 12. september 2026 kl. 13.00

Innsvømming	12.00
Lagledermøte	12.10
Innmarsj	12.50
Visning av starter	12.55

Øvelse 1. 25m bryst, damer	13.00
Øvelse 2. 25m bryst, herrer	13.05
Øvelse 3. 50m fri, damer	13.08
Øvelse 4. 50m fri, herrer	13.18
Øvelse 5. 25m rygg, damer	13.26
Øvelse 6. 25m rygg, herrer	13.32
Øvelse 7. 50m bryst, damer	13.38
Øvelse 8. 50m bryst, herrer	13.44
Øvelse 9. 100m individuell medley, damer	13.49
Øvelse 10. 100m individuell medley, herrer	13.52

Pause med premieutdeling **13.55**

Øvelse 11. 25m fri, damer	14.25
Øvelse 12. 25m fri, herrer	14.32
Øvelse 13. 50m rygg, damer	14.37
Øvelse 14. 50m rygg, herrer	14.43
Øvelse 15. 100m fri, damer	14.47
Øvelse 16. 100m fri, herrer	14.50
Øvelse 17. 25m butterfly, damer	14.56
Øvelse 18. 25m butterfly, herrer	14.57
Øvelse 19. 4*25m fri, mixed	15.00

Slutt **15.05**

Glomma Cup rekrutt

	Jenter			Gutter			Sammenlagt		
	Pers	Ind	Lag	Pers	Ind	Lag	Pers	Ind	Lag
Haldens SK	7	18	0	7	19	0	14	37	2
Kongstensvømmerne	23	77	0	15	47	0	38	124	2
Moss SK	10	27	0	7	26	0	17	53	3
Sarpsborg IL	7	23	0	4	14	0	11	37	1
Sammenlagt	47	145	0	33	106	0	80	251	8

Øvelse 1. 25m bryst, damer

Heat 1

1				
2	Lara Kurjakovic	17	Kongstensvømmerne	_____
3	Elsa Berg Marhaug	14	Haldens SK	_____
4	Leonora Rekaa Simensen	17	Kongstensvømmerne	_____
5	Elina Soltani Omidy	16	Sarpsborg IL	_____
6				

Heat 2

1	Lydia Karin Vandor Herheim	15	Moss SK	_____
2	Nicoline Knobel Elnes	17	Haldens SK	_____
3	Alvilde Heldahl-Fiel	16	Kongstensvømmerne	_____
4	Thale Engh Fange	16	Haldens SK	_____
5	Alva Otilie Stubberud	15	Kongstensvømmerne	_____
6	Martine Eidet	15	Kongstensvømmerne	_____

Heat 3

1	Sofia Andreassen Zantali	15	Sarpsborg IL	_____
2	Bethlehem Gebretnsae Angsom	16	Moss SK	_____
3	Oleah Bretun Saxegaard	16	Moss SK	_____
4	Emilia Marie Rakauskaite Ruud	16	Sarpsborg IL	_____
5	Kajsa Mathilde Evjen-Lund	17	Kongstensvømmerne	_____
6	Iben Hansen Delbekk	17	Kongstensvømmerne	_____

Heat 4

1	Oda Oline Backe	15	Kongstensvømmerne	36,79	_____
2	Luka Mirgilaite	16	Kongstensvømmerne	33,40	_____
3	Synne Møller Larsen	15	Haldens SK	27,37	_____
4	Saga Aurora Haugen	14	Kongstensvømmerne	30,20	_____
5	Nathalie Larsen Jacobsen	16	Kongstensvømmerne	35,92	_____
6	Anna Klev Andersen	16	Kongstensvømmerne	38,19	_____

Øvelse 2. 25m bryst, herrer

Heat 1

1				
2	Mikkel Rosnæs Liknes	16	Moss SK	_____
3	Mikael Corpin Havsås	15	Moss SK	_____
4	Maximilian Bognar-Permin	18	Moss SK	_____
5				
6				

Heat 2

1	Arin Saied	14	Kongstensvømmerne		_____
2	Iver Bjerke	17	Kongstensvømmerne		_____
3	Marius Lexander Målerud Brekke	17	Haldens SK	32,65	_____
4	Nikolai Söderberg-Nanda	15	Kongstensvømmerne	39,74	_____
5	Aaron Lucas Haugen	14	Sarpsborg IL		_____
6	Ernests Rudzitis	14	Sarpsborg IL		_____

Øvelse 3. 50m fri, damer

Heat 1

1				
2	Ella Othilie Skibsted	17	Haldens SK	_____
3	Elsa Berg Marhaug	14	Haldens SK	_____
4	Aurora Brogård-Rosnæs	17	Moss SK	_____
5	Sofia Johanne Wang	14	Sarpsborg IL	_____
6				

Heat 2

1	Bethlehem Gebretnsae Angesom	16	Moss SK	_____
2	Olivia Hernandez	15	Moss SK	_____
3	Toleen Abualshaikh	16	Sarpsborg IL	_____
4	Alvilde Heldahl-Fiel	16	Kongstensvømmerne	_____
5	Emilia Marie Rakauskaite Ruud	16	Sarpsborg IL	_____
6	Lydia Karin Vandor Herheim	15	Moss SK	_____

Heat 3

1	Selina Azzouzi-Didriksen	16	Kongstensvømmerne	1.10,02	_____
2	Nathalie Larsen Jacobsen	16	Kongstensvømmerne	1.02,20	_____
3	Wilma Hagelskjær Holm	15	Moss SK	1.01,18	_____
4	Sigrid Sending Wolff	15	Kongstensvømmerne	1.01,64	_____
5	Isabelle Sundt Sandmæl	16	Kongstensvømmerne	1.02,64	_____
6	Elina Soltani Omidy	16	Sarpsborg IL	1.21,61	_____

Heat 4

1	Mathilde Backe	17	Kongstensvømmerne	56,67	_____
2	Kajsa Mathilde Evjen-Lund	17	Kongstensvømmerne	55,16	_____
3	Martine Eidet	15	Kongstensvømmerne	54,12	_____
4	Lara Kurjakovic	17	Kongstensvømmerne	54,51	_____
5	Oda Oline Backe	15	Kongstensvømmerne	55,34	_____
6	Carla Leon-Nyborg	15	Kongstensvømmerne	1.00,48	_____

Heat 5

1	Ingrid Vatn Haugeli	16	Kongstensvømmerne	48,86	_____
2	Malene Hennie Hystad-Nilsen	16	Kongstensvømmerne	46,84	_____
3	Aurora Bakken	16	Moss SK	42,74	_____
4	Luka Mirgilaite	16	Kongstensvømmerne	46,08	_____
5	Saga Aurora Haugen	14	Kongstensvømmerne	47,69	_____
6	Synne Møller Larsen	15	Haldens SK	53,82	_____

Øvelse 4. 50m fri, herrer

Heat 1

1	Mikkel Rosnæs Liknes	16	Moss SK		_____
2	Lucas Johansen Brattli	17	Haldens SK		_____
3	Henry Nguyen	17	Kongstensvømmerne		_____
4	Folke Holberg	15	Haldens SK		_____
5	Gabriel Nilsrud	15	Kongstensvømmerne		_____
6	Ernests Rudzitis	14	Sarpsborg IL		_____

Heat 2

1	Wilhelm Karl Viggo Haglund	16	Moss SK		_____
2	Sebastian Knobel Elnes	19	Haldens SK	1.42,31	_____
3	Alexander Elias Erlandsson	18	Haldens SK	1.12,98	_____
4	Noh Ataklti Zerai	16	Moss SK	1.16,88	_____
5	Aaron Lucas Haugen	14	Sarpsborg IL		_____
6	Storm Heidenberg Mjølnerød	12	Haldens SK		_____

Heat 3

1	Robin Alan Saied	16	Kongstensvømmerne	1.03,91	_____
2	Finn Edison Rustad	18	Kongstensvømmerne	59,87	_____
3	Mikael Corpin Havsås	15	Moss SK	57,08	_____
4	Nicolai Bjørling-Kjos	14	Kongstensvømmerne	58,76	_____
5	Felix Morger-Gjerlaugen	18	Kongstensvømmerne	59,99	_____
6	Sebastian Myhrvold Tysnes	16	Kongstensvømmerne	1.08,05	_____

Heat 4

1	Nikolai Søderberg-Nanda	15	Kongstensvømmerne	54,26	_____
2	Dimitrije Tomic	17	Sarpsborg IL	47,55	_____
3	Maximilian Bognar-Permin	18	Moss SK	44,95	_____
4	Ole Jakob Azzouzi-Didriksen	13	Kongstensvømmerne	45,63	_____
5	Oskar Gudmestad	15	Kongstensvømmerne	48,49	_____
6	Carl Oskar Sundbäck	15	Moss SK	54,85	_____

Øvelse 5. 25m rygg, damer

Heat 1

1					
2	Aurora Brogård-Rosnæs	17	Moss SK		_____
3	Alexandra Fracia Pagayanan	15	Kongstensvømmerne		_____
4	Oleah Bretun Saxegaard	16	Moss SK		_____
5					
6					

Heat 2

1	Thale Engh Fange	16	Haldens SK		_____
2	Sophie Domenech-Frison	15	Sarpsborg IL		_____
3	Wilhelmine Jacobsen Skogen	18	Moss SK		_____
4	Jenny Saastad Fløien	18	Moss SK		_____
5	Sofia Andreassen Zantali	15	Sarpsborg IL		_____
6					

Heat 3

1	Emilia Marie Rakauskaite Ruud	16	Sarpsborg IL		_____
2	Iben Hansen Delbekk	17	Kongstensvømmerne	33,45	_____
3	Selina Azzouzi-Didriksen	16	Kongstensvømmerne	32,67	_____
4	Isabelle Sundt Sandmæl	16	Kongstensvømmerne	32,80	_____
5	Alvilde Heldahl-Fiel	16	Kongstensvømmerne		_____
6	Lara Kurjakovic	17	Kongstensvømmerne		_____

Heat 4

1	Wilma Hagelskjær Holm	15	Moss SK	31,35	_____
2	Hedvig Eline Heggenes Eriksen	17	Moss SK	30,06	_____
3	Nicoline Knobel Elnes	17	Haldens SK	29,17	_____
4	Mathilde Backe	17	Kongstensvømmerne	29,86	_____
5	Sigrid Sending Wolff	15	Kongstensvømmerne	30,40	_____
6	Emma Smetana-Williksen	15	Haldens SK	32,09	_____

Heat 5

1	Olivia Laszlo	16	Kongstensvømmerne	27,98	_____
2	Rebecca Jarsletta-Halvorsen	16	Kongstensvømmerne	27,28	_____
3	Oda Oline Backe	15	Kongstensvømmerne	26,18	_____
4	Saga Aurora Haugen	14	Kongstensvømmerne	26,57	_____
5	Martine Eidet	15	Kongstensvømmerne	27,84	_____
6	Carla Leon-Nyborg	15	Kongstensvømmerne	28,45	_____

Øvelse 6. 25m rygg, herrer

Heat 1

1				
2	Folke Holberg	15	Haldens SK	_____
3	Mikkel Rosnæs Liknes	16	Moss SK	_____
4	Ernests Rudzitis	14	Sarpsborg IL	_____
5	Mikael Corpin Havsås	15	Moss SK	_____
6				

Heat 2

1	Henry Nguyen	17	Kongstensvømmerne	_____
2	Samuél Roméo Cornelius Spange Peschel	17	Sarpsborg IL	_____
3	Felix Morger-Gjerlaugen	18	Kongstensvømmerne	_____
4	Maximilian Bognar-Permin	18	Moss SK	_____
5	Storm Heidenberg Mjølnherød	12	Haldens SK	_____
6	Sebastian Myhrvold Tysnes	16	Kongstensvømmerne	_____

Heat 3

1	William Johansen Brattli	13	Haldens SK	_____
2	Sebastian Mir Lilan-Nori	15	Kongstensvømmerne	_____
3	Anton Hjemmen Storøy	18	Moss SK	_____
4	Robin Alan Saied	16	Kongstensvømmerne	_____
5	Wilhelm Karl Viggo Haglund	16	Moss SK	_____
6	Noh Ataklti Zeraï	16	Moss SK	_____

Heat 4

1	Alexander Elias Erlandsson	18	Haldens SK	37,89	_____
2	Iver Bjerke	17	Kongstensvømmerne	28,74	_____
3	Finn Edison Rustad	18	Kongstensvømmerne	27,31	_____
4	Gabriel Nilrud	15	Kongstensvømmerne	28,26	_____
5	Nicolai Bjørling-Kjos	14	Kongstensvømmerne	32,81	_____
6	Mathias Sævold Høistad	16	Kongstensvømmerne		_____

Øvelse 7. 50m bryst, damer

Heat 1

1				
2	Emilia Alexandersdatter	15	Kongstensvømmerne	_____
3	Olivia Hernandez	15	Moss SK	_____
4	Sofia Andreassen Zantali	15	Sarpsborg IL	_____
5				
6				

Heat 2

1	Emilia Marie Rakauskaite Ruud	16	Sarpsborg IL		_____
2	Anna Klev Andersen	16	Kongstensvømmerne	1.32,15	_____
3	Nathalie Larsen Jacobsen	16	Kongstensvømmerne	1.16,56	_____
4	Isabelle Sundt Sandmæl	16	Kongstensvømmerne	1.23,49	_____
5	Sandra Carska Klavestad	18	Sarpsborg IL		_____
6					

Heat 3

1	Malene Hennie Hystad-Nilsen	16	Kongstensvømmerne	1.08,97	_____
2	Synne Møller Larsen	15	Haldens SK	1.00,36	_____
3	Aurora Bakken	16	Moss SK	58,75	_____
4	Luka Mirgilaite	16	Kongstensvømmerne	59,67	_____
5	Leonora Rekaa Simensen	17	Kongstensvømmerne	1.04,38	_____
6	Ingrid Vatn Haugeli	16	Kongstensvømmerne	1.15,65	_____

Øvelse 8. 50m bryst, herrer

Heat 1

1					
2	Storm Heidenberg Mjølnerød	12	Haldens SK		_____
3	Martin Nguyen	14	Kongstensvømmerne		_____
4	Ernests Rudzitis	14	Sarpsborg IL		_____
5					
6					

Heat 2

1					
2	Carl Oskar Sundbäck	15	Moss SK	1.13,90	_____
3	Ole Jakob Azzouzi-Didriksen	13	Kongstensvømmerne	1.09,00	_____
4	Maximilian Bognar-Permin	18	Moss SK	1.09,79	_____
5	Finn Edison Rustad	18	Kongstensvømmerne	1.33,70	_____
6					

Øvelse 9. 100m individuell medley, damer

Heat 1

1					
2					
3	Emilia Alexandersdatter	15	Kongstensvømmerne		_____
4					
5					
6					

Øvelse 10. 100m individuell medley, herrer

Heat 1

1					
2					
3	Martin Nguyen	14	Kongstensvømmerne		_____
4	Marius Lexander Målerud Brekke	17	Haldens SK		_____
5					
6					

Øvelse 11. 25m fri, damer

Heat 1

1					
2	Ella Othilie Skibsted	17	Haldens SK		_____
3	Emilia Marie Rakauskaite Ruud	16	Sarpsborg IL		_____
4	Wilhelmine Jacobsen Skogen	18	Moss SK		_____
5					
6					

Heat 2

1	Alvilde Heldahl-Fiel	16	Kongstensvømmerne	
2	Lydia Karin Vantor Herheim	15	Moss SK	
3	Kavishckaa Sarawanakanth	15	Haldens SK	
4	Sofia Johanne Wang	14	Sarpsborg IL	
5	Wilma Hagelskjær Holm	15	Moss SK	
6				

Heat 3

1	Sandra Carska Klavestad	18	Sarpsborg IL	
2	Alva Otilie Stubberud	15	Kongstensvømmerne	
3	Alexandra Fracia Pagayanan	15	Kongstensvømmerne	
4	Thale Engh Fange	16	Haldens SK	
5	Bethlehem Gebretnsae Angesom	16	Moss SK	
6	Jenny Saastad Fløien	18	Moss SK	

Heat 4

1	Oleah Bretun Saxegaard	16	Moss SK	
2	Sigrid Sending Wolff	15	Kongstensvømmerne	36,34
3	Selina Azzouzi-Didriksen	16	Kongstensvømmerne	30,15
4	Elina Soltani Omidy	16	Sarpsborg IL	34,19
5	Sofia Andreassen Zantali	15	Sarpsborg IL	
6	Sophie Domenech-Frison	15	Sarpsborg IL	

Heat 5

1	Hedvig Eline Heggenes Eriksen	17	Moss SK	27,33
2	Anna Klev Andersen	16	Kongstensvømmerne	26,93
3	Rebecca Jarsletta-Halvorsen	16	Kongstensvømmerne	26,60
4	Carla Leon-Nyborg	15	Kongstensvømmerne	26,72
5	Nicoline Knobel Elnes	17	Haldens SK	27,29
6	Iben Hansen Delbekk	17	Kongstensvømmerne	29,22

Heat 6

1	Olivia Laszlo	16	Kongstensvømmerne	25,52
2	Martine Eidet	15	Kongstensvømmerne	23,56
3	Aurora Bakken	16	Moss SK	19,86
4	Oda Oline Backe	15	Kongstensvømmerne	23,04
5	Mathilde Backe	17	Kongstensvømmerne	23,98
6	Kajsa Mathilde Evjen-Lund	17	Kongstensvømmerne	25,74

Øvelse 12. 25m fri, herrer

Heat 1

1				
2	Mathias Sævold Høistad	16	Kongstensvømmerne	
3	Henry Nguyen	17	Kongstensvømmerne	
4	Storm Heidenberg Mjølnerød	12	Haldens SK	
5				
6				

Heat 2

1	Aaron Lucas Haugen	14	Sarpsborg IL	
2	William Johansen Brattli	13	Haldens SK	
3	Sebastian Myhrvold Tysnes	16	Kongstensvømmerne	
4	Anton Hjemmen Storøy	18	Moss SK	
5	Mikael Corpin Havsås	15	Moss SK	
6	Sebastian Knobel Elnes	19	Haldens SK	

Heat 3

1	Sebastian Mir Lilan-Nori	15	Kongstensvømmerne		_____
2	Felix Morger-Gjerlaugen	18	Kongstensvømmerne		_____
3	Maximilian Bogнар-Permin	18	Moss SK		_____
4	Robin Alan Saied	16	Kongstensvømmerne		_____
5	Ernests Rudzitis	14	Sarpsborg IL		_____
6	Dimitrije Tomic	17	Sarpsborg IL		_____

Heat 4

1	Samuél Roméo Cornelius Spange Peschel	17	Sarpsborg IL		_____
2	Alexander Elias Erlandsson	18	Haldens SK	31,59	_____
3	Iver Bjerke	17	Kongstensvømmerne	23,23	_____
4	Marius Lexander Målerud Brekke	17	Haldens SK	23,71	_____
5	Noh Ataklti Zeraï	16	Moss SK		_____
6	Lucas Johansen Brattli	17	Haldens SK		_____

Øvelse 13. 50m rygg, damer

Heat 1

1					
2	Olivia Hernandez	15	Moss SK		_____
3	Sofia Andreassen Zantali	15	Sarpsborg IL		_____
4	Kavishckaa Sarawanakanth	15	Haldens SK		_____
5					
6					

Heat 2

1					
2	Mathilde Backe	17	Kongstensvømmerne	1.14,50	_____
3	Selina Azzouzi-Didriksen	16	Kongstensvømmerne	1.09,84	_____
4	Iben Hansen Delbekk	17	Kongstensvømmerne	1.13,31	_____
5	Toleen Abualshaikh	16	Sarpsborg IL		_____
6					

Heat 3

1	Rebecca Jarsletta-Halvorsen	16	Kongstensvømmerne	1.01,25	_____
2	Malene Hennie Hystad-Nilsen	16	Kongstensvømmerne	56,49	_____
3	Emilia Alexandersdatter	15	Kongstensvømmerne	48,84	_____
4	Aurora Bakken	16	Moss SK	55,35	_____
5	Synne Møller Larsen	15	Haldens SK	1.01,19	_____
6	Ingrid Vatn Haugeli	16	Kongstensvømmerne	1.06,38	_____

Øvelse 14. 50m rygg, herrer

Heat 1

1	Gabriel Nilsrud	15	Kongstensvømmerne		_____
2	Sebastian Myhrvold Tysnes	16	Kongstensvømmerne	1.13,07	_____
3	Mathias Sævvold Høistad	16	Kongstensvømmerne	1.04,35	_____
4	Carl Oskar Sundbäck	15	Moss SK	1.06,05	_____
5	Henry Nguyen	17	Kongstensvømmerne		_____
6					

Heat 2

1	Ole Jakob Azzouzi-Didriksen	13	Kongstensvømmerne	1.01,69	_____
2	Oskar Gudmestad	15	Kongstensvømmerne	58,22	_____
3	Arin Saied	14	Kongstensvømmerne	54,25	_____
4	Maximilian Bognar-Permin	18	Moss SK	56,87	_____
5	Finn Edison Rustad	18	Kongstensvømmerne	1.01,08	_____
6	Dimitrije Tomic	17	Sarpsborg IL	1.04,16	_____

Øvelse 15. 100m fri, damer

Heat 1

1					
2	Sophie Domenech-Frison	15	Sarpsborg IL		_____
3	Emilia Alexandersdatter	15	Kongstensvømmerne	1.38,23	_____
4	Kajsa Mathilde Evjen-Lund	17	Kongstensvømmerne	2.17,25	_____
5					
6					

Øvelse 16. 100m fri, herrer

Heat 1

1					
2	Dimitrije Tomic	17	Sarpsborg IL		_____
3	Ole Jakob Azzouzi-Didriksen	13	Kongstensvømmerne		_____
4	Martin Nguyen	14	Kongstensvømmerne		_____
5					
6					

Heat 2

1					
2	Carl Oskar Sundbäck	15	Moss SK	2.04,64	_____
3	Marius Lexander Målerud Brekke	17	Haldens SK	1.58,48	_____
4	Arin Saied	14	Kongstensvømmerne	1.59,94	_____
5	Maximilian Bognar-Permin	18	Moss SK		_____
6					

Øvelse 17. 25m butterfly, damer

Heat 1

1	Malene Hennie Hystad-Nilsen	16	Kongstensvømmerne		_____
2	Synne Møller Larsen	15	Haldens SK		_____
3	Saga Aurora Haugen	14	Kongstensvømmerne	28,03	_____
4	Emilia Marie Rakauskaite Ruud	16	Sarpsborg IL		_____
5	Ingrid Vatn Haugeli	16	Kongstensvømmerne		_____
6	Leonora Rekaa Simensen	17	Kongstensvømmerne		_____

Øvelse 18. 25m butterfly, herrer

Heat 1

1					
2	Maximilian Bognar-Permin	18	Moss SK		_____
3	Oskar Gudmestad	15	Kongstensvømmerne		_____
4	Martin Nguyen	14	Kongstensvømmerne		_____
5					
6					

Øvelse 19. 4*25m fri, mixed

Heat 1

1				
2	Moss SK Mix 2 sr.	SR	Moss SK	_____
3	Haldens SK Mix 1 sr.	SR	Haldens SK	_____
4	Kongstensvømmer Mix 2 sr.	SR	Kongstensvømmerne	_____
5				
6				

Heat 2

1	Moss SK Mix 3 sr.	SR	Moss SK	_____
2	Haldens SK Mix 2 sr.	SR	Haldens SK	_____
3	Kongstensvømmer Mix 1 sr.	SR	Kongstensvømmerne	_____
4	Moss SK Mix 1 sr.	SR	Moss SK	_____
5	Sarpsborg IL Mix 6 jr.	JR	Sarpsborg IL	_____
6				