

## Øvelse 1. 400m fri, damer

### Klasse født 06

1p	Saga Holm Iversen	06	Verdal SK	5.13,31	416
----	-------------------	----	-----------	---------	-----

### Klasse født 07

1p	Dina Aglen Elden	07	Namsos SK	5.40,07	325
	Tora Linnea Bakkan Voll	07	Verdal SK	BRUTT	

### Klasse født 08

1p	Jenny Sofie Aune Tufthaug	08	Namsos SK	5.42,90	317
2	Hedda Hansvik	08	Rørvik SLK	6.06,28	260
3	Alma Christiansen	08	Rørvik SLK	6.11,25	250

### Klasse født 09

1p	Linnea Heibert	09	Namsos SK	5.49,44	299
2	Johanna Jakobsen Sørensen	09	Rørvik SLK	8.12,95	106

### Klasse født 10

1p	Smilla Aglen Jensen	10	Namsos SK	6.37,42	203
----	---------------------	----	-----------	---------	-----

## Øvelse 2. 400m fri, herrer

### Klasse født 07

1p	Leonard Jensen	07	Levanger SLK	5.04,24	339
----	----------------	----	--------------	---------	-----

### Klasse født 08

1p	Ingemann Hansvik	08	Rørvik SLK	5.19,07	294
----	------------------	----	------------	---------	-----

### Klasse født 09

1p	Simen Green Øvrum	09	Verdal SK	5.36,77	250
2p	Leander Minu Sørli	09	Levanger SLK	5.46,30	230
3	Johan Munkeby	09	Levanger SLK	6.07,43	192
4	Joakim Barlien Storli	09	Namsos SK	6.22,51	170

### Klasse født 10

1p	Karl filip Borgeteien	10	Namsos SK	6.00,81	203
2	Oliver Nordhøy-Varsi	10	Namsos SK	6.02,57	200

### Klasse født 12 - Alfabetisk

	Casper Digre Haldorsen	12	Verdal SK		
--	------------------------	----	-----------	--	--

### Øvelse 3. 50m bryst, damer

#### Klasse født 05

1p	Lina Sørli Hanssen	05	Namsos SK	40,91	340
----	--------------------	----	-----------	-------	-----

#### Klasse født 06

1p	Idun Lauritzen	06	Rørvik SLK	37,51	441
----	----------------	----	------------	-------	-----

#### Klasse født 07

1p	Solveig Rygh	07	Levanger SLK	39,27	384
2	Emma Aune Hellesø	07	Rørvik SLK	42,02	313

#### Klasse født 08

1p	Emelin Øseth Strand	08	Namsos SK	41,23	332
2	Frøya Lauritzen	08	Rørvik SLK	41,37	329
3	Ada Årseth	08	Namsos SK	41,43	327

#### Klasse født 09

1p	Tiril Severeide Valan	09	Rørvik SLK	44,01	273
2p	Haldis Bakke Lothe	09	Rørvik SLK	44,19	269
3	Johanna Jakobsen Sørensen	09	Rørvik SLK	1.06,33	79
	Stella Sørli Hanssen	09	Leka IL	DISK	

#### Klasse født 10

1p	Ellinor B Hvalstad	10	Rørvik SLK	52,13	164
2	Mia Hatland Strandquist	10	Rørvik SLK	1.07,37	76
	Eline Malum Pettersen	10	Rørvik SLK	DISK	

#### Klasse født 11

1p	Mari Haugan Holberg	11	Rørvik SLK	57,67	121
2p	Sigrid Elise Engesvik	11	Rørvik SLK	58,24	117
3	Frida Marie Williksen	11	Rørvik SLK	1.05,07	84
4	Karen Othelie Williksen	11	Rørvik SLK	1.10,29	67

#### Klasse født 12 - Alfabetisk

	Lykke Aglen Jensen	12	Namsos SK		
--	--------------------	----	-----------	--	--

#### Klasse født 13 - Alfabetisk

	Anna Adriana Tvette	13	Namsos SK		
--	---------------------	----	-----------	--	--

### Øvelse 4. 50m bryst, herrer

#### Klasse født 05

1p	Isak Green Holmli	05	Verdal SK	36,76	324
----	-------------------	----	-----------	-------	-----

**Klasse født 06**

1p	Per Owe Overmo	06	Verdal SK	38,27	287
2	Erlend Hvalstad	06	Rørвик SLK	39,62	258

**Klasse født 07**

1p	Laurits Sørli Hanssen	07	Leka IL	34,43	394
2	Linus Røstad Henriksen	07	Verdal SK	41,62	223

**Klasse født 08**

1p	Aragorn Moe	08	Brønnøysund IL	46,68	158
----	-------------	----	----------------	-------	-----

**Klasse født 09**

1p	Leander Minu Sørli Gustav Frics	09	Levanger SLK	40,89	235
		09	Rørвик SLK	DISK	

**Klasse født 11**

1p	Jonas Tvette-Møksvoll	11	Namsos SK	50,57	124
----	-----------------------	----	-----------	-------	-----

**Klasse født 12 - Alfabetisk**

	Odin Grunnan	12	Rørвик SLK
	Håkon Øseth Strand	12	Namsos SK

**Øvelse 5. 200m rygg, damer****Klasse født 06**

1p	Ida Holberg	06	Rørвик SLK	2.48,60	351
2	Idun Lauritzen	06	Rørвик SLK	2.54,33	317

**Klasse født 08**

1p	Alma Christiansen	08	Rørвик SLK	3.17,13	219
2	Hedda Hansvik	08	Rørвик SLK	3.17,72	217

**Klasse født 09**

1p	Mina Sofie Jensen	09	Levanger SLK	3.26,93	189
----	-------------------	----	--------------	---------	-----

**Klasse født 10**

1p	Marita Berg	10	Verdal SK	3.04,10	269
2	Smilla Aglen Jensen	10	Namsos SK	3.07,57	254

**Øvelse 6. 200m rygg, herrer**

**Klasse født 06**

1p	Erlend Hvalstad	06	Rørvik SLK	2.46,61	254
----	-----------------	----	------------	---------	-----

**Klasse født 07**

1p	Aleksander Berg	07	Verdal SK	2.30,90	342
----	-----------------	----	-----------	---------	-----

**Klasse født 08**

1p	Ingemann Hansvik	08	Rørvik SLK	2.58,31	207
----	------------------	----	------------	---------	-----

**Klasse født 10**

1p	Oliver Nordhøy-Varsi	10	Namsos SK	3.02,53	193
----	----------------------	----	-----------	---------	-----

**Øvelse 7. 100m butterfly, damer****Klasse født 08**

1p	Sofie Lilleberre Holmsen	08	Namsos SK	1.25,38	261
2p	Linnea Trones Moen	08	Namsos SK	1.29,71	225
3	Frøya Lauritzen	08	Rørvik SLK	1.35,39	187
4	Alma Christiansen	08	Rørvik SLK	1.54,94	107

**Klasse født 09**

1p	Marianne Mathisen	09	Leka IL	1.59,18	96
----	-------------------	----	---------	---------	----

**Øvelse 8. 100m butterfly, herrer****Klasse født 05**

1p	Isak Green Holmli	05	Verdal SK	1.14,54	263
----	-------------------	----	-----------	---------	-----

**Klasse født 07**

1p	Leonard Jensen	07	Levanger SLK	1.20,08	212
----	----------------	----	--------------	---------	-----

**Klasse født 08**

1p	Konrad Harvey	08	Brønnøysund IL	1.32,40	138
2	Ingemann Hansvik	08	Rørvik SLK	1.32,53	137

**Klasse født 09**

1p	Emil Leonhard Pettersen-Skjerve	09	Verdal SK	2.26,53	34
----	---------------------------------	----	-----------	---------	----

**Klasse født 10**

1p	Karl filip Borgeteien	10	Namsos SK	1.45,02	94
----	-----------------------	----	-----------	---------	----

**Klasse født 11**

1p	Jonas Tvette-Møksvoll	11	Namsos SK	2.15,72	43
----	-----------------------	----	-----------	---------	----

**Øvelse 9. 4\*50m fri, damer****Junior**

1p	Namsos SK J1 jr.	JR	Namsos SK	2.07,10	385
2p	Rørvik J1 jr.	JR	Rørvik SLK	2.08,70	371
3	Namsos SK J2 jr.	JR	Namsos SK	2.15,84	315
4	Rørvik J3 jr.	JR	Rørvik SLK	2.25,40	257
5	Rørvik J2 jr.	JR	Rørvik SLK	2.49,60	162

**Øvelse 10. 4\*50m fri, herrer****Junior**

1p	Verdal G1	JR	Verdal SK	2.17,31	211
2	Namsos SK G1 jr.	JR	Namsos SK	2.25,14	179
3	Rørvik G1 jr.	JR	Rørvik SLK	2.29,54	163

**Øvelse 11. 200m individuell medley, damer****Klasse født 06**

1p	Idun Lauritzen	06	Rørvik SLK	2.48,45	378
2	Ida Holberg	06	Rørvik SLK	2.57,20	325

**Klasse født 08**

1p	Emelin Øseth Strand	08	Namsos SK	2.53,34	347
2p	Linnea Trones Moen	08	Namsos SK	2.56,25	330
3	Frøya Lauritzen	08	Rørvik SLK	3.01,57	302
4	Sofie Lilleberre Holmsen	08	Namsos SK	3.03,71	291
5	Alma Christiansen	08	Rørvik SLK	3.30,64	193

**Klasse født 09**

1p	Mina Sofie Jensen	09	Levanger SLK	3.29,59	196
	Marianne Mathisen	09	Leka IL	BRUTT	

**Klasse født 10**

1p	Marita Berg	10	Verdal SK	3.10,49	261
----	-------------	----	-----------	---------	-----

**Øvelse 12. 200m individuell medley, herrer**

**Klasse født 07**

1p	Aleksander Berg	07	Verdal SK	2.29,44	394
----	-----------------	----	-----------	---------	-----

**Klasse født 08**

1p	Ingemann Hansvik	08	Rørvik SLK	2.56,21	240
2	Aragorn Moe	08	Brønnøysund IL	3.37,45	128
	Konrad Harvey	08	Brønnøysund IL	DISK	

**Klasse født 10**

1p	Karl filip Borgeteien	10	Namsos SK	3.17,67	170
----	-----------------------	----	-----------	---------	-----

**Øvelse 13. 100m fri, damer****Klasse født 05**

1p	Lina Sørli Hanssen	05	Namsos SK	1.11,25	350
----	--------------------	----	-----------	---------	-----

**Klasse født 06**

1p	Saga Holm Iversen	06	Verdal SK	1.08,38	396
----	-------------------	----	-----------	---------	-----

**Klasse født 07**

1p	Tora Linnea Bakkan Voll	07	Verdal SK	1.08,44	395
2	Dina Aglen Elden	07	Namsos SK	1.10,35	364

**Klasse født 08**

1p	Jenny Sofie Aune Tufthaug	08	Namsos SK	1.12,87	327
----	---------------------------	----	-----------	---------	-----

**Klasse født 09**

1p	Stella Sørli Hanssen	09	Leka IL	1.10,04	369
2	Linnea Heibert	09	Namsos SK	1.15,51	294
3	Johanna Jakobsen Sørensen	09	Rørvik SLK	1.35,33	146

**Klasse født 10**

1p	Ellinor B Hvalstad	10	Rørvik SLK	1.30,71	169
2	Eline Malum Pettersen	10	Rørvik SLK	1.37,51	136
3	Mia Hatland Strandquist	10	Rørvik SLK	1.59,02	75

**Klasse født 11**

1p	Sigrid Elise Engesvik	11	Rørvik SLK	1.38,32	133
2p	Pernille Jakobsen Sørensen	11	Rørvik SLK	1.52,42	89
3	Sara Kristine Larsen-Hanssen	11	Rørvik SLK	1.56,09	81
4	Karen Othelie Williksen	11	Rørvik SLK	2.04,05	66

**Klasse født 12 - Alfabetisk**

Alina Madelen Holand 12 Leka IL

#### Klasse født 13 - Alfabetisk

Anna Adriana Tvete 13 Namsos SK

### Øvelse 14. 100m fri, herrer

#### Klasse født 05

1p Isak Green Holmli 05 Verdal SK 1.01,41 391

#### Klasse født 07

1p Laurits Sørli Hanssen 07 Leka IL 1.03,31 357  
2 Leonard Jensen 07 Levanger SLK 1.05,38 324  
3 Linus Røstad Henriksen 07 Verdal SK 1.10,36 260

#### Klasse født 08

1p Ingemann Hansvik 08 Rørvik SLK 1.10,82 255  
2 Konrad Harvey 08 Brønnøysund IL 1.19,64 179

#### Klasse født 09

1p Simen Green Øvrum 09 Verdal SK 1.10,98 253  
2p Leander Minu Sørli 09 Levanger SLK 1.11,45 248  
3 Johan Munkeby 09 Levanger SLK 1.13,19 231  
4 Joakim Barlien Storli 09 Namsos SK 1.18,32 188  
5 Emil Leonhard Pettersen-Skjerve 09 Verdal SK 1.47,25 73

#### Klasse født 10

1p Sander Kvalø Holmboe 10 Rørvik SLK 1.46,90 74

#### Klasse født 11

1p Jonas Tvete-Møksvoll 11 Namsos SK 1.33,64 110

#### S8

1p Iver Olsen 07 Rørvik SLK 1.59,85 52

#### Klasse født 12 - Alfabetisk

Odin Grunnan 12 Rørvik SLK  
Håkon Øseth Strand 12 Namsos SK

### Øvelse 15. 50m rygg, damer

#### Klasse født 06

1p	Ida Holberg	06	Rørvik SLK	37,18	326
----	-------------	----	------------	-------	-----

#### Klasse født 08

1p	Linnea Trones Moen	08	Namsos SK	36,66	340
2p	Frøya Lauritzen	08	Rørvik SLK	37,13	327
3	Emelin Øseth Strand	08	Namsos SK	37,97	306
4	Hedda Hansvik	08	Rørvik SLK	40,36	255

#### Klasse født 09

1p	Stella Sørli Hanssen	09	Leka IL	36,82	336
2	Mina Sofie Jensen	09	Levanger SLK	45,88	173
3	Johanna Jakobsen Sørensen	09	Rørvik SLK	59,05	81

#### Klasse født 10

1p	Smilla Aglen Jensen	10	Namsos SK	41.39,00	
----	---------------------	----	-----------	----------	--

#### Klasse født 11

1p	Mari Haugan Holberg	11	Rørvik SLK	56,97	90
2p	Frida Marie Williksen	11	Rørvik SLK	1.02,27	69
3	Pernille Jakobsen Sørensen	11	Rørvik SLK	58.37,00	
	Sara Kristine Larsen-Hanssen	11	Rørvik SLK	DISK	

#### Klasse født 12 - Alfabetisk

	Alina Madelen Holand	12	Leka IL		
--	----------------------	----	---------	--	--

#### Klasse født 13 - Alfabetisk

	Anna Adriana Tvette	13	Namsos SK		
--	---------------------	----	-----------	--	--

### Øvelse 16. 50m rygg, herrer

#### Klasse født 06

1p	Per Owe Overmo	06	Verdal SK	35,31	249
2	Erlend Hvalstad	06	Rørvik SLK	37,11	214

#### Klasse født 08

1p	Konrad Harvey	08	Brønnøysund IL	42,74	140
2	Aragorn Moe	08	Brønnøysund IL	43,72	131

#### Klasse født 10

1p	Oliver Nordhøy-Varsi	10	Namsos SK	39,96	171
----	----------------------	----	-----------	-------	-----

#### Klasse født 11

1p	Jonas Tvette-Møksvoll	11	Namsos SK	51,09	82
----	-----------------------	----	-----------	-------	----



## Øvelse 17. 100m bryst, damer

### Klasse født 07

1p	Solveig Rygh	07	Levanger SLK	1.31,69	314
----	--------------	----	--------------	---------	-----

### Klasse født 08

1p	Ada Årseth	08	Namsos SK	1.31,25	319
2	Sofie Lilleberre Holmsen	08	Namsos SK	1.36,17	272

### Klasse født 09

1p	Haldis Bakke Lothe	09	Rørvik SLK	1.38,41	254
2	Johanna Jakobsen Sørensen	09	Rørvik SLK	2.27,61	75

### Klasse født 10

1p	Marita Berg	10	Verdal SK	1.31,55	316
2	Ellinor B Hvalstad	10	Rørvik SLK	1.57,39	149
3	Eline Malum Pettersen	10	Rørvik SLK	1.58,43	145

### Klasse født 11

1p	Mari Haugan Holberg	11	Rørvik SLK	2.15,78	96
2p	Frida Marie Williksen	11	Rørvik SLK	2.23,90	81
3	Karen Othelie Williksen	11	Rørvik SLK	2.35,57	64
	Sigrid Elise Engesvik	11	Rørvik SLK	DISK	

### Klasse født 12 - Alfabetisk

	Alina Madelen Holand	12	Leka IL		
	Lykke Aglen Jensen	12	Namsos SK		
	Silke Aglen Jensen	12	Namsos SK		

## Øvelse 18. 100m bryst, herrer

### Klasse født 05

1p	Isak Green Holmli	05	Verdal SK	1.26,85	258
----	-------------------	----	-----------	---------	-----

### Klasse født 07

1p	Laurits Sørli Hanssen	07	Leka IL	1.18,96	344
2	Leonard Jensen	07	Levanger SLK	1.33,08	210

### Klasse født 09

1p	Leander Minu Sørli	09	Levanger SLK	1.30,16	231
2	Simen Green Øvrum	09	Verdal SK	1.36,16	190
3	Johan Munkeby	09	Levanger SLK	1.40,41	167

**Klasse født 11**

1p	Jonas Tvete-Møksvoll	11	Namsos SK	1.52,64	118
----	----------------------	----	-----------	---------	-----

**Klasse født 12 - Alfabetisk**

	Odin Grunnan	12	Rørvik SLK
	Casper Digre Haldorsen	12	Verdal SK
	Håkon Øseth Strand	12	Namsos SK

**Øvelse 19. 4\*50m lag medley, mixed****Junior**

1p	Verdal Mix	JR	Verdal SK	2.21,50
2p	Namsos SK Mix 1	JR	Namsos SK	2.38,57
3	Levanger Mix 1	JR	Levanger SLK	2.40,48
4	Namsos SK Mix 2	JR	Namsos SK	2.44,78
	Rørvik mix 1	JR	Rørvik SLK	DISK
	Rørvik mix 2	JR	Rørvik SLK	DISK

**Øvelse 20. 800m fri, damer****Klasse født 06**

1p	Saga Holm Iversen	06	Verdal SK	11.00,95	381
2	Ida Holberg	06	Rørvik SLK	11.33,17	330

**Klasse født 08**

1p	Linnea Trones Moen	08	Namsos SK	11.18,48	352
----	--------------------	----	-----------	----------	-----

**Klasse født 09**

1p	Mina Sofie Jensen	09	Levanger SLK	12.02,14	292
----	-------------------	----	--------------	----------	-----

**Klasse født 10**

1p	Marita Berg	10	Verdal SK	12.03,60	290
----	-------------	----	-----------	----------	-----

**Øvelse 21. 800m fri, herrer****Klasse født 06**

1p	Per Owe Overmo	06	Verdal SK	12.02,01	231
----	----------------	----	-----------	----------	-----

**Klasse født 07**

1p	Aleksander Berg	07	Verdal SK	9.35,61	457
----	-----------------	----	-----------	---------	-----

## Øvelse 22. 50m butterfly, damer

### Klasse født 07

1p	Emma Aune Hellesø	07	Rørvik SLK	33,22	395
2	Dina Aglen Elden	07	Namsos SK	38,58	252
3	Solveig Rygh	07	Levanger SLK	41,67	200

### Klasse født 08

1p	Emelin Øseth Strand	08	Namsos SK	36,70	293
2	Ada Årseth	08	Namsos SK	37,37	277
3	Jenny Sofie Aune Tufthaug	08	Namsos SK	39,56	234

### Klasse født 09

1p	Stella Sørli Hanssen	09	Leka IL	36,75	291
2	Linnea Heibert	09	Namsos SK	37,54	273
3	Tiril Severeide Valan	09	Rørvik SLK	45,21	156

### Klasse født 11

1p	Sigrid Elise Engesvik	11	Rørvik SLK	1.06,19	49
----	-----------------------	----	------------	---------	----

## Øvelse 23. 50m butterfly, herrer

### Klasse født 05

1p	Isak Green Holmli	05	Verdal SK	31,36	333
----	-------------------	----	-----------	-------	-----

### Klasse født 07

1p	Laurits Sørli Hanssen	07	Leka IL	32,24	307
2	Leonard Jensen	07	Levanger SLK	34,45	251
3	Linus Røstad Henriksen	07	Verdal SK	41,99	138

### Klasse født 08

1p	Konrad Harvey	08	Brønnøysund IL	38,81	176
2	Aragorn Moe	08	Brønnøysund IL	44,40	117

### Klasse født 09

1p	Leander Minu Sørli	09	Levanger SLK	37,01	202
2p	Simen Green Øvrum	09	Verdal SK	41,21	147
3	Johan Munkeby	09	Levanger SLK	41,97	139
4	Joakim Barlien Storli	09	Namsos SK	42,94	129

### Klasse født 12 - Alfabetisk

Casper Digre Haldorsen 12 Verdal SK

### Øvelse 24. 200m bryst, damer

#### Klasse født 06

1p Idun Lauritzen 06 Rørvik SLK 3.01,11 410

#### Klasse født 08

1p Frøya Lauritzen 08 Rørvik SLK 3.28,81 267  
2 Hedda Hansvik 08 Rørvik SLK 3.46,88 208  
3 Alma Christiansen 08 Rørvik SLK 3.51,68 195

#### Klasse født 09

1p Haldis Bakke Lothe 09 Rørvik SLK 3.49,46 201  
2 Tiril Severeide Valan 09 Rørvik SLK 3.59,31 177  
3 Marianne Mathisen 09 Leka IL 4.38,22 113

#### Klasse født 10

1p Eline Malum Pettersen 10 Rørvik SLK 4.08,75 158

#### Klasse født 11

1p Frida Marie Williksen 11 Rørvik SLK 5.09,93 81

### Øvelse 25. 200m bryst, herrer

#### Klasse født 08

Ingemann Hansvik 08 Rørvik SLK DISK

#### Klasse født 09

Emil Leonhard Pettersen-Skjerve 09 Verdal SK DISK

#### Klasse født 10

1p Oliver Nordhøy-Varsi 10 Namsos SK 3.41,34 159  
2 Karl filip Borgeteien 10 Namsos SK 3.43,27 155

#### Klasse født 12 - Alfabetisk

Odin Grunnan 12 Rørvik SLK

### Øvelse 26. 100m individuell medley, damer

**Klasse født 05**

1p	Lina Sørli Hanssen	05	Namsos SK	1.20,95	340
----	--------------------	----	-----------	---------	-----

**Klasse født 07**

1p	Tora Linnea Bakkan Voll	07	Verdal SK	1.18,41	374
2	Emma Aune Hellesø	07	Rørvik SLK	1.20,83	341

**Klasse født 08**

1p	Ada Årseth	08	Namsos SK	1.27,30	271
----	------------	----	-----------	---------	-----

**Klasse født 09**

1p	Johanna Jakobsen Sørensen	09	Rørvik SLK	2.09,77	82
----	---------------------------	----	------------	---------	----

**Klasse født 10**

1p	Smilla Aglen Jensen	10	Namsos SK	1.30,23	245
----	---------------------	----	-----------	---------	-----

**Klasse født 11**

1p	Sigrid Elise Engesvik	11	Rørvik SLK	1.58,19	109
2p	Sara Kristine Larsen-Hanssen	11	Rørvik SLK	2.02,17	98
3	Pernille Jakobsen Sørensen	11	Rørvik SLK	2.14,04	74
	Mari Haugan Holberg	11	Rørvik SLK	DISK	

**Klasse født 12 - Alfabetisk**

	Alina Madelen Holand	12	Leka IL		
	Lykke Aglen Jensen	12	Namsos SK		

**Øvelse 27. 100m individuell medley, herrer****Klasse født 05**

1p	Isak Green Holmli	05	Verdal SK	1.14,44	290
----	-------------------	----	-----------	---------	-----

**Klasse født 07**

1p	Laurits Sørli Hanssen	07	Leka IL	1.13,42	302
2	Leonard Jensen	07	Levanger SLK	1.19,12	241

**Klasse født 08**

1p	Ingemann Hansvik	08	Rørvik SLK	1.26,00	188
	Aragorn Moe	08	Brønnøysund IL	DISK	
	Konrad Harvey	08	Brønnøysund IL	DISK	

**Klasse født 09**

1p	Leander Minu Sørli	09	Levanger SLK	1.22,49	213
2p	Simen Green Øvrum	09	Verdal SK	1.25,79	189

3	Johan Munkeby	09	Levanger SLK	1.33,26	147
4	Joakim Barlien Storli	09	Namsos SK	1.33,75	145

#### Klasse født 11

1p	Jonas Tvette-Møksvoll	11	Namsos SK	1.47,13	97
----	-----------------------	----	-----------	---------	----

### Øvelse 28. 50m fri, damer

#### Klasse født 05

1p	Lina Sørli Hanssen	05	Namsos SK	31,61	381
----	--------------------	----	-----------	-------	-----

#### Klasse født 06

1p	Saga Holm Iversen	06	Verdal SK	31,35	391
----	-------------------	----	-----------	-------	-----

#### Klasse født 07

1p	Tora Linnea Bakkan Voll	07	Verdal SK	30,79	413
2p	Emma Aune Hellesø	07	Rørvik SLK	30,84	411
3	Dina Aglen Elden	07	Namsos SK	32,04	366
4	Solveig Rygh	07	Levanger SLK	33,39	323

#### Klasse født 08

1p	Emelin Øseth Strand	08	Namsos SK	30,55	422
2p	Frøya Lauritzen	08	Rørvik SLK	31,74	377
3	Jenny Sofie Aune Tufthaug	08	Namsos SK	32,37	355
4	Ada Årseth	08	Namsos SK	33,25	327
5	Hedda Hansvik	08	Rørvik SLK	34,20	301
6	Alma Christiansen	08	Rørvik SLK	37,55	227

#### Klasse født 09

1p	Stella Sørli Hanssen	09	Leka IL	30,79	413
2p	Linnea Heibert	09	Namsos SK	33,61	317
3	Tiril Severeide Valan	09	Rørvik SLK	35,24	275
4	Haldis Bakke Lothe	09	Rørvik SLK	35,25	275
5	Mina Sofie Jensen	09	Levanger SLK	36,11	256
6	Johanna Jakobsen Sørensen	09	Rørvik SLK	43,51	146

#### Klasse født 10

1p	Marita Berg	10	Verdal SK	34,15	302
2p	Smilla Aglen Jensen	10	Namsos SK	36,51	247
3	Eline Malum Pettersen	10	Rørvik SLK	41,54	168
4	Mia Hatland Strandquist	10	Rørvik SLK	48,73	104

#### Klasse født 11

1p	Sigrid Elise Engesvik	11	Rørvik SLK	42,85	153
2p	Pernille Jakobsen Sørensen	11	Rørvik SLK	46,15	122
3	Sara Kristine Larsen-Hanssen	11	Rørvik SLK	46,55	119

4	Mari Haugan Holberg	11	Rørvik SLK	47,17	114
5	Frida Marie Williksen	11	Rørvik SLK	53,00	80

#### Klasse født 13 - Alfabetisk

	Anna Adriana Tvette	13	Namsos SK		
--	---------------------	----	-----------	--	--

### Øvelse 29. 50m fri, herrer

#### Klasse født 05

1p	Isak Green Holmli	05	Verdal SK	27,81	380
----	-------------------	----	-----------	-------	-----

#### Klasse født 07

1p	Laurits Sørli Hanssen	07	Leka IL	27,65	387
2	Leonard Jensen	07	Levanger SLK	30,06	301
3	Linus Røstad Henriksen	07	Verdal SK	31,77	255

#### Klasse født 08

1p	Ingemann Hansvik	08	Rørvik SLK	30,96	276
2	Konrad Harvey	08	Brønnøysund IL	33,05	226
3	Aragorn Moe	08	Brønnøysund IL	35,14	188

#### Klasse født 09

1p	Leander Minu Sørli	09	Levanger SLK	31,02	274
2p	Simen Green Øvrum	09	Verdal SK	32,15	246
3	Johan Munkeby	09	Levanger SLK	32,99	228
4	Joakim Barlien Storli	09	Namsos SK	33,76	212
5	Emil Leonhard Pettersen-Skjerve	09	Verdal SK	45,30	88

#### Klasse født 10

1p	Karl filip Borgeteien	10	Namsos SK	34,23	204
----	-----------------------	----	-----------	-------	-----

#### Klasse født 11

1p	Jonas Tvette-Møksvoll	11	Namsos SK	40,26	125
----	-----------------------	----	-----------	-------	-----

#### S8

1p	Iver Olsen	07	Rørvik SLK	48,85	70
----	------------	----	------------	-------	----

#### Klasse født 12 - Alfabetisk

	Odin Grunnan	12	Rørvik SLK		
--	--------------	----	------------	--	--

### Øvelse 30. 200m butterfly, damer

#### Klasse født 06

Idun Lauritzen	06	Rørvik SLK	BRUTT	
----------------	----	------------	-------	--

**Klasse født 08**

1p Ingemann Hansvik	08	Rørvik SLK	3.17,02	165
---------------------	----	------------	---------	-----

**Øvelse 31. 200m butterfly, herrer**

**Øvelse 32. 100m rygg, damer**

**Klasse født 06**

Ida Holberg	06	Rørvik SLK	DISK	
-------------	----	------------	------	--

**Klasse født 07**

1p Emma Aune Hellesø	07	Rørvik SLK	1.17,07	361
----------------------	----	------------	---------	-----

**Klasse født 08**

1p Linnea Trones Moen	08	Namsos SK	1.18,55	341
2 Frøya Lauritzen	08	Rørvik SLK	1.20,15	321
3 Ada Årseth	08	Namsos SK	1.32,04	212

**Klasse født 09**

1p Stella Sørli Hanssen	09	Leka IL	1.20,46	317
2 Haldis Bakke Lothe	09	Rørvik SLK	1.33,10	204
3 Johanna Jakobsen Sørensen	09	Rørvik SLK	2.09,31	76

**Klasse født 11**

1p Pernille Jakobsen Sørensen	11	Rørvik SLK	2.06,48	81
Mari Haugan Holberg	11	Rørvik SLK	DISK	

**Klasse født 12 - Alfabetisk**

Silke Aglen Jensen	12	Namsos SK		
--------------------	----	-----------	--	--

**Øvelse 33. 100m rygg, herrer**

**Klasse født 06**

1p Erlend Hvalstad	06	Rørvik SLK	1.17,89	238
--------------------	----	------------	---------	-----



**Klasse født 07**

1p	Aleksander Berg	07	Verdal SK	1.10,88	317
2	Leonard Jensen	07	Levanger SLK	1.30,55	152

**Klasse født 08**

1p	Aragorn Moe	08	Brønnøysund IL	1.34,50	133
	Konrad Harvey	08	Brønnøysund IL	DISK	

**Klasse født 09**

1p	Leander Minu Sørli	09	Levanger SLK	1.29,37	158
----	--------------------	----	--------------	---------	-----

**Klasse født 10**

1p	Oliver Nordhøy-Varsi	10	Namsos SK	1.24,97	184
----	----------------------	----	-----------	---------	-----

**Klasse født 11**

1p	Jonas Tvette-Møksvoll	11	Namsos SK	1.47,48	90
----	-----------------------	----	-----------	---------	----

**Klasse født 12 - Alfabetisk**

	Casper Digre Haldorsen	12	Verdal SK		
--	------------------------	----	-----------	--	--

**Øvelse 34. 4\*50m fri, mixed****Junior**

1p	Verdal Mix	JR	Verdal SK	2.06,21	
2p	Rørvik mix 2	JR	Rørvik SLK	2.07,45	
3	Levanger Mix 1	JR	Levanger SLK	2.11,12	
4	Namsos SK Mix 1	JR	Namsos SK	2.11,76	
5	Namsos SK Mix 2	JR	Namsos SK	2.20,13	
6	Rørvik mix 1	JR	Rørvik SLK	2.47,90	