

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 1. 400m individuell medley, damer**Klasse født 07**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Mørkedal, Maria Nesje	2007	Molde SLK	5.35,53 5.35,53	5.35,53

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Selma Remøy	2008	Aalesunds SLK	5.21,75 5.21,75	5.21,75
2	Rahnel, Filippa Sætre	2008	Aalesunds SLK	5.34,61 5.34,61	5.34,61
3	Teigland, Olivia Refsnes	2008	Aalesunds SLK	5.41,89 5.41,89	5.41,89

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 2. 400m individuell medley, herrer**Senior**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rodriguez Fernandez, Daniel	1982	Aalesunds SLK	6.22,38 6.22,38	6.22,38

Klasse født 04

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Dyb, Andreas Semøn Larsson	2004	Molde SLK	4.40,73 29,57 1.03,22 1.40,11 2.16,02 2.56,33 3.37,11 4.09,59 4.40,73 29,57 33,65 36,89 35,91 40,31 40,78 32,48 31,14	4.40,73

Klasse født 05

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kobbevik, Andres Nikolas	2005	Aalesunds SLK	4.57,96 31,11 1.08,18 1.44,37 2.19,72 3.04,57 3.49,75 4.23,95 4.57,96 31,11 37,07 36,19 35,35 44,85 45,18 34,20 34,01	4.57,96
2	Aure, Pedro Johan Gulpan	2005	Aalesunds SLK	5.03,22 5.03,22	5.03,22

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Forås, Olve Bjørdal	2006	Aalesunds SLK	5.02,68 30,36 1.06,50 1.46,26 2.23,96 3.09,66 3.55,09 4.29,55 5.02,68 30,36 36,14 39,76 37,70 45,70 45,43 34,46 33,13	5.02,68
2	Klimek, Eryk Patryk	2006	Aalesunds SLK	5.06,28 31,91 1.09,34 1.49,41 2.28,25 3.13,70 3.59,39 4.33,45 5.06,28 31,91 37,43 40,07 38,84 45,45 45,69 34,06 32,83	5.06,28

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Nedrelid, Eskil Kleiven	2007	Volda TIL	5.14,38	
	32,46 1.12,02	1.52,51	2.31,50	3.14,04	4.00,58
	32,46 39,56	40,49	38,99	42,54	46,54
2	Sørflaten, Magnus	2007	Molde SLK	5.34,50	
				5.34,50	5.34,50

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 3. 50m bryst, damer**Klasse født 05**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Nerland, Silje Bjerke	2005	Molde SLK	36,26	
2	Straume, Maria Mjelva	2005	Volda TIL	41,41	

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Torske, Mari Mørkedal	2006	Molde SLK	36,58	
2	Leren-French, Ella	2006	Kristiansund SK	49,98	

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Helseth, Emilia Restrepo	2008	Aalesunds SLK	41,55	
2	Hoseth, Rakel Susanna	2008	Kristiansund SK	54,38	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sinko, Dominyka	2009	Aalesunds SLK	41,15	
2p	Bøyum-Folkeseth, Lilja Matea	2009	Molde SLK	42,27	
3	Mordal, Andrine Indbjør	2009	Molde SLK	43,38	
4	Redse-Arset, Maria	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK	43,54	

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Ava Remøy	2010	Aalesunds SLK	43,52	
2	Ulstein-Vestbøstad, Oda	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK	43,98	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Osdal, Karoline	2011	Aalesunds SLK	48,34	
2p	French, Lilly Solvei	2011	Kristiansund SK	49,95	
3p	Karim, Nora Nezar	2011	Sunddal SLK	52,03	
4p	Bagdanaviciute, Vaiva	2011	Brattvåg SK	52,06	
5	Hessen, Sienna Nicole Bradley	2011	Aalesunds SLK	52,75	
6	Hoseth, Leah	2011	Kristiansund SK	53,91	
7	Meinseth-Hansrud, Vilde	2011	Ytre Søre Sunnmøre SK	58,40	

Aalesunds SLK

Brattvåg

8 Sætre, Ingvild	2011 Volda TIL	59,72
9 Bagdanaviciute, Nicole	2011 Brattvåg SK	1.00,39
Djupvik, Alida Grace	2011 Ytre Søre Sunnmøre SK	DISK
Melkild, Elise	2011 Sunndal SLK	DISK
Melkild, Mari	2011 Sunndal SLK	DISK

Klasse født 12

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Sønstabø, Saga Krekvik	2012 Molde SLK	47,47
2	Bagdanaviciute, Milea	2012 Brattvåg SK	54,14

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 4. 50m bryst, herrer**Senior**

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Skram, Mathias	1996 Aalesunds SLK	43,30

Klasse født 04

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Dyb, Andreas Semøn Larsson	2004 Molde SLK	31,77

Klasse født 05

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Alsaadi, Yehia	2005 Sunndal SLK	42,95

Klasse født 06

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Pedersen, Storm Strømsholm	2006 Aalesunds SLK	33,56
2	Dyrhaug, Rolf Sigurd	2006 Aalesunds SLK	34,97
3	Arstein, Svein Olav Haukaas	2006 Molde SLK	46,03

Klasse født 07

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Krokå, Are Kragset	2007 Aalesunds SLK	39,29
2	Voldsund, Simon Slotsvik	2007 Ytre Søre Sunnmøre SK	41,33
3	Alsaadi, Taha	2007 Sunndal SLK	44,34

Klasse født 08

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Hjelvik, Aron Fu	2008 Aalesunds SLK	38,79

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Hessen, Eivind Vågan	2009	Aalesunds SLK	41,93	
2	Sandsmark, Eirik	2009	Aalesunds SLK	50,78	

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rukovsky, Tima	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK	39,59	
2	Ristesund, Elias Vonheim	2010	Aalesunds SLK	43,66	
3	Louka, Nick	2010	Kristiansund SK	47,69	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Torske, Aksel Mørkedal	2011	Molde SLK	47,46	
2p	Hessen, Sigurd Vågan	2011	Aalesunds SLK	50,09	
3p	Holsvik, Martinus Aam	2011	Volda TIL	55,18	
4	Engen, Herman	2011	Sunndal SLK	56,88	
5	Kysliak, Nikolas	2011	Sunndal SLK	59,84	
6	Kristengård, Leonard Tafjord	2011	Molde SLK	1.00,07	
7	Nerem, Andreas	2011	Ytre Søre Sunnmøre SK	1.03,26	
	Chumak, Michael	2011	Sunndal SLK	DISK	

Klasse født 12

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Szczesniak, Szymon	2012	Aalesunds SLK	1.03,36	
2p	Nupen, Tobias Fjørtoft	2012	Ytre Søre Sunnmøre SK	1.04,61	
	Austad, Storm	2012	Ytre Søre Sunnmøre SK	DISK	
	Füssle, Daverik Holstad	2012	Ytre Søre Sunnmøre SK	DISK	
	Slettebakk, Sondre Brune	2012	Ytre Søre Sunnmøre SK	DISK	

Klasse født 13 - Alfabetisk

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
	Mogensen, Jonas Lindquist	2013	Kristiansund SK	BRUTT	

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 5. 50m rygg, damer**Senior**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Vaslag, Sara	2004	Aalesunds SLK	36,94	

Klasse født 05

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Nerland, Silje Bjerke	2005	Molde SLK	32,94	
2	Straume, Maria Mjelva	2005	Volda TIL	39,31	

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Torske, Mari Mørkedal	2006	Molde SLK		32,30

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Wik, Tuva Sofie Haram	2007	Aalesunds SLK		34,05

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Selma Remøy	2008	Aalesunds SLK		34,18
2	Helseth, Emilia Restrepo	2008	Aalesunds SLK		37,10

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Bjørnevik, Martine Norvoll	2009	Aalesunds SLK		37,25

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Otnes Varhaugvik, Thea Emilie	2010	Kristiansund SK		46,41

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Melkild, Elise	2011	Sunddal SLK		44,46
2p	Melkild, Mari	2011	Sunddal SLK		44,91
3	Bagdanaviciute, Nicole	2011	Brattvåg SK		48,29
	Bagdanaviciute, Vaiva	2011	Brattvåg SK		DISK
	Karim, Nora Nezar	2011	Sunddal SLK		DISK
	Sætre, Ingvild	2011	Volda TIL		DISK

Klasse født 12

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sønstabø, Saga Krekvik	2012	Molde SLK		48,74
2	Bagdanaviciute, Milea	2012	Brattvåg SK		52,26

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 6. 50m rygg, herrer**Klasse født 04**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Dyb, Andreas Semøn Larsson	2004	Molde SLK		29,11

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Pedersen, Storm Strømsholm	2006	Aalesunds SLK	28,92	
2	Røren, Christian Elijah	2006	Aalesunds SLK	32,59	
3	Arstein, Svein Olav Haukaas	2006	Molde SLK	40,70	

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Nedrelid, Eskil Kleiven	2007	Volda TIL	32,99	
2	Alsaadi, Taha	2007	Sunnadal SLK	43,84	

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Melkild, Lavrans	2008	Sunnadal SLK	35,60	
	Hauglum, Tore Dahl	2008	Sunnadal SLK	DISK	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Leine, Adrian Manuel Jung	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK	34,14	
2	Hessen, Eivind Vågan	2009	Aalesunds SLK	40,60	

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Holm, Felix	2010	Kristiansund SK	41,60	
2	Baumanis, Georgs	2010	Kristiansund SK	46,96	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kysliak, Nikolas	2011	Sunnadal SLK	49,24	
2	Holsvik, Martinus Aam	2011	Volda TIL	55,14	
	Chumak, Michael	2011	Sunnadal SLK	DISK	

Klasse født 12

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Szczesniak, Szymon	2012	Aalesunds SLK	55,00	

Masters K

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Cromer, Frank	1947	Aalesunds SLK	42,07	

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 7. 100m butterfly, damer**Klasse født 05**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Ulstein, Eva		2005 Aalesunds SLK	1.06,42	30,77 (30,77)

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rahnel, Filippa Sætre		2008 Aalesunds SLK	1.13,49	33,89 (33,89)

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Brændeland, Erica		2009 Aalesunds SLK	1.22,81	36,58 (36,58)
2	Redse-Arset, Maria		2009 Ytre Søre Sunnmøre SK	1.27,86	39,37 (39,37)
3	Sinko, Dominyka		2009 Aalesunds SLK	1.36,82	43,38 (43,38)

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Ava Remøy		2010 Aalesunds SLK	1.33,92	42,56 (42,56)
2	Ulstein-Vestbøstad, Oda		2010 Ytre Søre Sunnmøre SK	1.44,06	47,70 (47,70)

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	French, Lilly Solvei		2011 Kristiansund SK	1.44,59	51,50 (51,50)
2p	Polovinkina, Maja		2011 Aalesunds SLK	1.45,11	46,79 (46,79)
3	Osdal, Karoline		2011 Aalesunds SLK	1.52,49	49,84 (49,84)
	Hessen, Sienna Nicole Bradley		2011 Aalesunds SLK	DISK	1.52,49 (1.02,65)

11.02.2023 - Kortbane

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

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Aure, Pedro Johan Gulpan		2005 Aalesunds SLK	1.02,25	28,96 (28,96)
2	Kobbevik, Andres Nikolas		2005 Aalesunds SLK	1.02,89	29,57 (29,57)

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Forås, Olve Bjørdal 28,46 (28,46)	2006	Aalesunds SLK	1.02,30 (33,84)	1.02,30
2p	Klimek, Eryk Patryk 31,09 (31,09)	2006	Aalesunds SLK	1.05,87 (34,78)	1.05,87
3	Hatlenes, Elias Nøstdal 33,27 (33,27)	2006	Aalesunds SLK	1.12,54 (39,27)	1.12,54
4	Arstein, Svein Olav Haukaas 39,94 (39,94)	2006	Molde SLK	1.24,23 (44,29)	1.24,23

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sørflaten, Magnus 32,74 (32,74)	2007	Molde SLK	1.12,20 (39,46)	1.12,20
2	Voldsund, Simon Slotsvik 40,39 (40,39)	2007	Ytre Søre Sunnmøre SK	1.33,44 (53,05)	1.33,44

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Hjelvik, Aron Fu 41,27 (41,27)	2008	Aalesunds SLK	1.28,14 (46,87)	1.28,14

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sandsmark, Eirik 43,98 (43,98)	2009	Aalesunds SLK	1.34,34 (50,36)	1.34,34

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rukovsky, Tima 37,18 (37,18)	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK	1.21,55 (44,37)	1.21,55
2	Ristesund, Elias Vonheim 42,50 (42,50)	2010	Aalesunds SLK	1.37,74 (55,24)	1.37,74
3	Hoseth, Adam 54,17 (54,17)	2010	Kristiansund SK	1.55,06 (1.00,89)	1.55,06

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Hessen, Sigurd Vågan 54,09 (54,09)	2011	Aalesunds SLK	2.09,34 (1.15,25)	2.09,34
2	Kristengård, Leonard Tafjord 56,95 (56,95)	2011	Molde SLK	2.10,92 (1.13,97)	2.10,92
	Torske, Aksel Mørkedal	2011	Molde SLK		DISK

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 9. 4*100m lag medley, mixed

Junior

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Aalesund SLK Mix 1 jr		JR Aalesunds SLK		4.25,50
	Andres Nikolas Kobbevik	29,03 (29,03)	1.01,13 (32,10)	1.01,13	
	Storm Strømsholm Pedersen	1.35,48 (34,35)	2.15,27 (39,79)	1.14,14	
	Eva Ulstein	2.46,75 (31,48)	3.23,74 (36,99)	1.08,47	
	Tuva Sofie Haram Wik	3.53,25 (29,51)	4.25,50 (32,25)	1.01,76	
2p	Aalesund SLK Mix 2 jr		JR Aalesunds SLK		4.30,01
	Pedro Johan Gulpan Aure	32,14 (32,14)	1.07,92 (35,78)	1.07,92	
	Selma Remøy Kvalsund	1.44,21 (36,29)	2.24,80 (40,59)	1.16,88	
	Olve Bjørdal Forås	2.52,72 (27,92)	3.25,91 (33,19)	1.01,11	
	Filippa Sætre Rahnel	3.56,60 (30,69)	4.30,01 (33,41)	1.04,10	
3p	Molde SLK Mix 1 jr.		JR Molde SLK		4.40,86
	Silje Bjerke Nerland	36,16 (36,16)	1.14,95 (38,79)	1.14,95	
	Magnus Sørflaten	1.47,22 (32,27)	2.24,72 (37,50)	1.09,77	
	Andreas Semon Larsson Dyb	2.56,88 (32,16)	3.35,28 (38,40)	1.10,56	
	Maria Nesje Mørkedal	4.05,96 (30,68)	4.40,86 (34,90)	1.05,58	
4p	Aalesund SLK Mix 3 jr		JR Aalesunds SLK		4.56,95
	Dominyka Sinko	38,48 (38,48)	1.18,39 (39,91)	1.18,39	
	Rolf Sigurd Dyrhaug	1.53,85 (35,46)	2.36,56 (42,71)	1.18,17	
	Christian Elijah Røren	3.08,31 (31,75)	3.46,75 (38,44)	1.10,19	
	Martine Norvoll Bjørnevik	4.19,60 (32,85)	4.56,95 (37,35)	1.10,20	
5	Aalesund SLK Mix 4 jr		JR Aalesunds SLK		5.14,18
	Emilia Restrepo Helseth	38,36 (38,36)	1.19,83 (41,47)	1.19,83	
	Aron Fu Hjelvik	2.01,59 (41,76)	2.49,36 (47,77)	1.29,53	
	Erica Brændeland	3.26,71 (37,35)	4.13,25 (46,54)	1.23,89	
	Are Kragset Krokå	4.41,63 (28,38)	5.14,18 (32,55)	1.00,93	
6	Ytre Søre Sunnm Mix 1 jr.		JR Ytre Søre Sunnmøre SK		5.33,40
	Maria Redse-Arset	45,15 (45,15)	1.30,67 (45,52)	1.30,67	
	Tima Rukovsky	2.11,60 (40,93)	2.58,60 (47,00)	1.27,93	
	Adrian Manuel Jung Leine	3.32,28 (33,68)	4.11,53 (39,25)	1.12,93	
	Oda Ulstein-Vestbøstad	4.50,22 (38,69)	5.33,40 (43,18)	1.21,87	
7	Aalesund SLK Mix 5 jr		JR Aalesunds SLK		6.06,06
	Elias Vonheim Ristesund	40,72 (40,72)	1.25,76 (45,04)	1.25,76	
	Ava Remøy Kvalsund	2.10,37 (44,61)	3.01,88 (51,51)	1.36,12	
	Eivind Vågan Hessen	3.45,87 (43,99)	4.41,07 (55,20)	1.39,19	
	Maja Polovinkina	5.20,85 (39,78)	6.06,06 (45,21)	1.24,99	
8	Sunndal SLK Mix 1		JR Sunndal SLK		6.20,96
	Mari Melkild	45,40 (45,40)	1.36,54 (51,14)	1.36,54	
	Nora Nezar Karim	2.21,43 (44,89)	3.15,49 (54,06)	1.38,95	
	Yehia Alsaadi	3.52,90 (37,41)	4.43,09 (50,19)	1.27,60	
	Taha Alsaadi	5.28,14 (45,05)	6.20,96 (52,82)	1.37,87	
9	Aalesund SLK Mix 6 jr		JR Aalesunds SLK		6.37,07
	Karoline Osdal	46,35 (46,35)	1.36,89 (50,54)	1.36,89	
	Sienna Nicole Bradley Hessen	2.30,96 (54,07)	3.31,76 (1.00,80)	1.54,87	
	Eirik Sandsmark	4.16,61 (44,85)	5.08,82 (52,21)	1.37,06	
	Sigurd Vågan Hessen	5.50,08 (41,26)	6.37,07 (46,99)	1.28,25	
	Ytre Søre Sunnm Mix 2 jr.		JR Ytre Søre Sunnmøre SK		DISK
	, Storm Austad, Sigrd Saure Sæter				
	Ytre Søre Sunnm Mix 3 jr.		JR Ytre Søre Sunnmøre SK		DISK
	Andreas Nerem				
	Daverik Holstad Füssle				

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 10. 200m butterfly, damer**Klasse født 06**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Torske, Mari Mørkedal	2006	Molde SLK	2.52,24 (45,48)	2.52,24
	38,02 (38,02)	1.22,07 (44,05)	2.06,76 (44,69)		

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 11. 200m butterfly, herrer**Senior**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rodriguez Fernandez, Daniel	1982	Aalesunds SLK	3.08,00 (56,34)	3.08,00
	35,69 (35,69)	1.21,03 (45,34)	2.11,66 (50,63)		

Klasse født 04

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Dyb, Andreas Semøn Larsson	2004	Molde SLK	2.12,06 (34,67)	2.12,06
	29,96 (29,96)	1.03,54 (33,58)	1.37,39 (33,85)		

Klasse født 05

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Aure, Pedro Johan Gulpan	2005	Aalesunds SLK	2.16,19 (35,87)	2.16,19
	30,79 (30,79)	1.05,56 (34,77)	1.40,32 (34,76)		

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Forås, Olve Bjørdal	2006	Aalesunds SLK	2.29,36 (38,80)	2.29,36
	33,33 (33,33)	1.11,95 (38,62)	1.50,56 (38,61)		
	Klimek, Eryk Patryk	2006	Aalesunds SLK		DISK

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Nedrelid, Eskil Kleiven	2007	Volda TIL	2.38,82 (39,95)	2.38,82
	33,72 (33,72)	1.15,81 (42,09)	1.58,87 (43,06)		

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Leine, Adrian Manuel Jung	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK	2.48,76 (42,75)	2.48,76
	37,51 (37,51)	1.21,45 (43,94)	2.06,01 (44,56)		

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 12. 100m rygg, damer**Senior**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Vaslag, Sara 38,88 (38,88)	2004	Aalesunds SLK 1.20,29 (41,41)	1.20,29	

Klasse født 05

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Ulstein, Eva 34,71 (34,71)	2005	Aalesunds SLK 1.11,27 (36,56)	1.11,27	
2	Nerland, Silje Bjerke 35,95 (35,95)	2005	Molde SLK 1.14,96 (39,01)	1.14,96	

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Mørkedal, Maria Nesje 36,41 (36,41)	2007	Molde SLK 1.16,19 (39,78)	1.16,19	

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Teigland, Olivia Refsnes 36,22 (36,22)	2008	Aalesunds SLK 1.15,18 (38,96)	1.15,18	
2	Helseth, Emilia Restrepo 36,57 (36,57)	2008	Aalesunds SLK 1.16,49 (39,92)	1.16,49	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Brændeland, Erica 39,22 (39,22)	2009	Aalesunds SLK 1.19,86 (40,64)	1.19,86	
2p	Bjørnevik, Martine Norvoll 40,85 (40,85)	2009	Aalesunds SLK 1.23,86 (43,01)	1.23,86	
3	Mordal, Andrine Indbjør 44,20 (44,20)	2009	Molde SLK 1.31,47 (47,27)	1.31,47	
4	Bøyum-Folkeseth, Lilja Matea 46,16 (46,16)	2009	Molde SLK 1.34,62 (48,46)	1.34,62	

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Ava Remøy 44,01 (44,01)	2010	Aalesunds SLK 1.30,49 (46,48)	1.30,49	
2	Otnes Varhaugvik, Thea Emilie 51,43 (51,43)	2010	Kristiansund SK 1.42,08 (50,65)	1.42,08	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Osdal, Karoline 45,63 (45,63)	2011	Aalesunds SLK 1.35,35 (49,72)	1.35,35	

Aalesunds SLK

Brattvåg

2p Melkild, Elise	2011 Sunndal SLK	1.36,95
45,96 (45,96)	1.36,95 (50,99)	
3p Melkild, Mari	2011 Sunndal SLK	1.40,87
52,91 (52,91)	1.40,87 (47,96)	
4 Meinseth-Hansrud, Vilde	2011 Ytre Søre Sunnmøre SK	1.43,10
50,31 (50,31)	1.43,10 (52,79)	
5 Hessen, Sienna Nicole Bradley	2011 Aalesunds SLK	1.44,77
50,80 (50,80)	1.44,77 (53,97)	
6 Sæter, Sigrid Saure	2011 Ytre Søre Sunnmøre SK	2.13,29
	2.13,29 (2.13,29)	
Djupvik, Alida Grace	2011 Ytre Søre Sunnmøre SK	DISK

Klasse født 12

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Sønstabø, Saga Krekvik	2012 Molde SLK	1.41,76
	49,00 (49,00)	1.41,76 (52,76)	

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 13. 100m rygg, herrer**Klasse født 05**

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Kobbevik, Andres Nikolas	2005 Aalesunds SLK	1.01,57
	29,81 (29,81)	1.01,57 (31,76)	

Klasse født 06

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Pedersen, Storm Strømsholm	2006 Aalesunds SLK	1.02,14
	30,60 (30,60)	1.02,14 (31,54)	
2	Røren, Christian Elijah	2006 Aalesunds SLK	1.12,14
	35,20 (35,20)	1.12,14 (36,94)	
3	Hatlenes, Elias Nøstdal	2006 Aalesunds SLK	1.12,37
	35,54 (35,54)	1.12,37 (36,83)	

Klasse født 07

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Sørflaten, Magnus	2007 Molde SLK	1.15,39
	36,36 (36,36)	1.15,39 (39,03)	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Hessen, Eivind Vågan	2009 Aalesunds SLK	1.29,19
	43,66 (43,66)	1.29,19 (45,53)	
2	Sandsmark, Eirik	2009 Aalesunds SLK	1.32,25
	45,00 (45,00)	1.32,25 (47,25)	

Klasse født 10

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Holm, Felix	2010 Kristiansund SK	1.32,45
	44,37 (44,37)	1.32,45 (48,08)	

Aalesunds SLK

Brattvåg

2p Baumanis, Georgs	2010 Kristiansund SK	1.42,81
	1.42,81 (1.42,81)	
3 Louka, Nick	2010 Kristiansund SK	1.51,64
54,90 (54,90)	1.51,64 (56,74)	
Ristesund, Elias Vonheim	2010 Aalesunds SLK	DISK

Klasse født 11

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Hessen, Sigurd Vågan	2011 Aalesunds SLK	1.44,52
	49,47 (49,47)	1.44,52 (55,05)	
2p	Torske, Aksel Mørkedal	2011 Molde SLK	1.53,86
	57,29 (57,29)	1.53,86 (56,57)	
3	Holsvik, Martinus Aam	2011 Volda TIL	1.56,27
	56,25 (56,25)	1.56,27 (1.00,02)	
	Chumak, Michael	2011 Sunndal SLK	BRUTT
	Kysliak, Nikolas	2011 Sunndal SLK	DISK

Klasse født 12

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Szczesniak, Szymon	2012 Aalesunds SLK	1.55,60
		1.55,60 (1.55,60)	
	Austad, Storm	2012 Ytre Søre Sunnmøre SK	DISK
	Nupen, Tobias Fjørtoft	2012 Ytre Søre Sunnmøre SK	DISK
	Slettebakk, Sondre Brune	2012 Ytre Søre Sunnmøre SK	DISK

Masters K

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Cromer, Frank	1947 Aalesunds SLK	1.33,40
		1.33,40 (1.33,40)	

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 14. 100m individuell medley, damer**Klasse født 06**

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Torske, Mari Mørkedal	2006 Molde SLK	1.11,32
	32,39 (32,39)	1.11,32 (38,93)	
	Leren-French, Ella	2006 Kristiansund SK	DISK

Klasse født 08

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Hoseth, Rakel Susanna	2008 Kristiansund SK	1.53,59
	52,91 (52,91)	1.53,59 (1.00,68)	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Redse-Arset, Maria	2009 Ytre Søre Sunnmøre SK	1.23,43
	38,99 (38,99)	1.23,43 (44,44)	

Aalesunds SLK

Brattvåg

2 Mordal, Andrine Indbjør 42,19 (42,19)	2009 Molde SLK 1.27,40 (45,21)	1.27,40
Brændeland, Erica	2009 Aalesunds SLK	DISK

Klasse født 10

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Kvalsund, Ava Remøy 41,72 (41,72)	2010 Aalesunds SLK 1.26,52 (44,80)	1.26,52

Klasse født 11

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Polovinkina, Maja 45,41 (45,41)	2011 Aalesunds SLK 1.38,29 (52,88)	1.38,29
2p	Berget, Isbella Johanne 53,42 (53,42)	2011 Kristiansund SK 1.46,54 (53,12)	1.46,54
3	Hoseth, Leah 53,05 (53,05)	2011 Kristiansund SK 1.50,92 (57,87)	1.50,92
4	Sæter, Sigrid Saure 58,89 (58,89)	2011 Ytre Søre Sunnmøre SK 2.06,81 (1.07,92)	2.06,81

Klasse født 12

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Sønstabø, Saga Krekvik 50,33 (50,33)	2012 Molde SLK 1.42,52 (52,19)	1.42,52

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 15. 100m individuell medley, herrer**Klasse født 04**

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Dyb, Andreas Semøn Larsson 28,47 (28,47)	2004 Molde SLK 1.01,29 (32,82)	1.01,29

Klasse født 05

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Alsaadi, Yehia 38,51 (38,51)	2005 Sunndal SLK 1.24,23 (45,72)	1.24,23

Klasse født 06

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Pedersen, Storm Strømsholm 29,16 (29,16)	2006 Aalesunds SLK 1.04,49 (35,33)	1.04,49
2	Hatlenes, Elias Nøstdal 32,38 (32,38)	2006 Aalesunds SLK 1.09,92 (37,54)	1.09,92
3	Arstein, Svein Olav Haukaas 37,80 (37,80)	2006 Molde SLK 1.21,68 (43,88)	1.21,68

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Melkild, Lavrans 35,68 (35,68)	2008	Sundal SLK 1.23,18 (47,50)	1.23,18	

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rukovsky, Tima 36,26 (36,26)	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK 1.17,97 (41,71)	1.17,97	
2	Baumanis, Georgs 43,47 (43,47)	2010	Kristiansund SK 1.42,63 (59,16)	1.42,63	
3	Hoseth, Adam 48,64 (48,64)	2010	Kristiansund SK 1.46,51 (57,87)	1.46,51	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Nerem, Andreas 59,63 (59,63)	2011	Ytre Søre Sunnmøre SK 2.01,94 (1.02,31)	2.01,94	

Klasse født 13 - Alfabetisk

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
	Mogensen, Jonas Lindquist	2013	Kristiansund SK	DISK	

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 16. 200m fri, damer**Klasse født 05**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Ulstein, Eva 32,77 (32,77)	2005	Aalesunds SLK 1.07,69 (34,92)	1.43,65 (35,96)	2.17,93 (34,28)
2	Nerland, Silje Bjerke 33,77 (33,77)	2005	Molde SLK 1.12,19 (38,42)	1.49,77 (37,58)	2.25,25 (35,48)

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Wik, Tuva Sofie Haram 31,80 (31,80)	2007	Aalesunds SLK 1.05,56 (33,76)	1.39,73 (34,17)	2.13,52 (33,79)
2	Mørkedal, Maria Nesje 32,26 (32,26)	2007	Molde SLK 1.06,96 (34,70)	1.42,59 (35,63)	2.17,82 (35,23)

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Selma Remøy 32,17 (32,17)	2008	Aalesunds SLK 1.06,82 (34,65)	1.41,95 (35,13)	2.15,45 (33,50)
2	Rahnel, Filippa Sætre 32,84 (32,84)	2008	Aalesunds SLK 1.08,04 (35,20)	1.43,57 (35,53)	2.18,16 (34,59)

3 Teigland, Olivia Refsnes	2008 Aalesunds SLK			2.19,24
32,85 (32,85)	1.08,50 (35,65)	1.44,53 (36,03)	2.19,24 (34,71)	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Bjørnevik, Martine Norvoll	2009	Aalesunds SLK		2.38,21
	36,67 (36,67)	1.17,78 (41,11)	1.59,47 (41,69)	2.38,21 (38,74)	
2	Bøyum-Folkeseth, Lilja Matea	2009	Molde SLK		2.49,44
	38,80 (38,80)	1.22,38 (43,58)	2.06,72 (44,34)	2.49,44 (42,72)	
3	Mordal, Andrine Indbjør	2009	Molde SLK		2.50,97
	40,42 (40,42)	1.24,71 (44,29)	2.08,39 (43,68)	2.50,97 (42,58)	

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Ulstein-Vestbøstad, Oda	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK		2.56,35
	43,13 (43,13)	1.29,21 (46,08)	2.14,21 (45,00)	2.56,35 (42,14)	
2	Otnes Varhaugvik, Thea Emilie	2010	Kristiansund SK		3.08,19
	43,24 (43,24)	1.33,33 (50,09)	2.22,28 (48,95)	3.08,19 (45,91)	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	French, Lilly Solvei	2011	Kristiansund SK		2.49,53
	40,02 (40,02)	1.24,85 (44,83)	2.08,32 (43,47)	2.49,53 (41,21)	
2p	Osdal, Karoline	2011	Aalesunds SLK		3.08,14
	41,12 (41,12)	1.28,75 (47,63)	2.20,52 (51,77)	3.08,14 (47,62)	
3p	Hessen, Sienna Nicole Bradley	2011	Aalesunds SLK		3.16,63
	44,86 (44,86)	1.34,56 (49,70)	2.26,63 (52,07)	3.16,63 (50,00)	
4	Melkild, Elise	2011	Sunndal SLK		3.23,75
	45,35 (45,35)	1.39,31 (53,96)	2.35,01 (55,70)	3.23,75 (48,74)	
5	Melkild, Mari	2011	Sunndal SLK		3.26,45
	47,11 (47,11)	1.42,09 (54,98)	2.39,08 (56,99)	3.26,45 (47,37)	
6	Meinseth-Hansrud, Vilde	2011	Ytre Søre Sunnmøre SK		3.28,02
	47,08 (47,08)	1.43,00 (55,92)	2.38,85 (55,85)	3.28,02 (49,17)	
7	Sætre, Ingvild	2011	Volda TIL		4.23,84
	58,74 (58,74)	2.08,00 (1.09,26)	3.18,45 (1.10,45)	4.23,84 (1.05,39)	
	Djupvik, Alida Grace	2011	Ytre Søre Sunnmøre SK		DISK

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 17. 200m fri, herrer**Senior**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rodriguez Fernandez, Daniel	1982	Aalesunds SLK		2.28,80
	33,33 (33,33)	1.10,69 (37,36)	1.49,98 (39,29)	2.28,80 (38,82)	
2	Skram, Mathias	1996	Aalesunds SLK		2.45,57
	37,00 (37,00)	1.17,67 (40,67)	2.01,44 (43,77)	2.45,57 (44,13)	

Klasse født 05

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kobbevik, Andres Nikolas	2005	Aalesunds SLK		2.03,23
	28,33 (28,33)	59,60 (31,27)	1.31,51 (31,91)	2.03,23 (31,72)	

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng		
1p	Klimek, Eryk Patryk 28,74 (28,74)	2006	Aalesunds SLK	1.00,34 (31,60)	1.32,65 (32,31)	2.03,15 (30,50)	2.03,15
2p	Forås, Olve Bjørdal 29,83 (29,83)	2006	Aalesunds SLK	1.02,88 (33,05)	1.35,51 (32,63)	2.06,92 (31,41)	2.06,92
3	Dyrhaug, Rolf Sigurd 30,49 (30,49)	2006	Aalesunds SLK	1.05,26 (34,77)	1.40,69 (35,43)	2.15,20 (34,51)	2.15,20
4	Røren, Christian Elijah 30,80 (30,80)	2006	Aalesunds SLK	1.05,67 (34,87)	1.42,44 (36,77)	2.18,22 (35,78)	2.18,22

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng		
1p	Sørflaten, Magnus 32,27 (32,27)	2007	Molde SLK	1.06,91 (34,64)	1.42,79 (35,88)	2.18,27 (35,48)	2.18,27
2	Krokå, Are Kragset 31,78 (31,78)	2007	Aalesunds SLK	1.07,18 (35,40)	1.43,95 (36,77)	2.20,21 (36,26)	2.20,21
3	Alsaadi, Taha 35,58 (35,58)	2007	Sunndal SLK	1.20,82 (45,24)	2.08,57 (47,75)	2.54,06 (45,49)	2.54,06

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng		
1p	Hjelvik, Aron Fu 34,15 (34,15)	2008	Aalesunds SLK	1.12,45 (38,30)	1.52,60 (40,15)	2.30,54 (37,94)	2.30,54
2	Hauglum, Tore Dahl 48,09 (48,09)	2008	Sunndal SLK	1.42,98 (54,89)	2.39,63 (56,65)	3.29,27 (49,64)	3.29,27

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng		
1p	Leine, Adrian Manuel Jung 33,65 (33,65)	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK	1.10,78 (37,13)	1.47,90 (37,12)	2.23,40 (35,50)	2.23,40
2	Sandsmark, Eirik 38,11 (38,11)	2009	Aalesunds SLK	1.21,78 (43,67)	2.04,40 (42,62)	2.44,57 (40,17)	2.44,57
3	Hessen, Eivind Vågan 39,03 (39,03)	2009	Aalesunds SLK	1.23,13 (44,10)	2.07,44 (44,31)	2.48,44 (41,00)	2.48,44

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng		
1p	Ristesund, Elias Vonheim 37,22 (37,22)	2010	Aalesunds SLK	1.18,94 (41,72)	2.01,31 (42,37)	2.40,60 (39,29)	2.40,60
2	Holm, Felix 37,72 (37,72)	2010	Kristiansund SK	1.22,06 (44,34)	2.07,98 (45,92)	2.52,06 (44,08)	2.52,06
3	Louka, Nick 47,98 (47,98)	2010	Kristiansund SK	1.42,66 (54,68)	2.38,00 (55,34)	3.27,70 (49,70)	3.27,70

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng		
1p	Torske, Aksel Mørkedal 49,45 (49,45)	2011	Molde SLK	1.36,42 (1,36,42)	2.28,91 (52,49)	3.20,84 (51,93)	3.20,84
2p	Kristengård, Leonard Tafjord 49,45 (49,45)	2011	Molde SLK	1.43,09 (53,64)	2.37,35 (54,26)	3.27,32 (49,97)	3.27,32

3	Gravanes, Emil Nikolai Jacobsen	2011	Sunddal SLK			
	44,44 (44,44)	1.38,71 (54,27)	2.36,73 (58,02)	3.31,41 (54,68)	3.31,41	
4	Holsvik, Martinus Aam	2011	Volda TIL			
	46,13 (46,13)	1.47,11 (1.47,11)	2.46,75 (59,64)	3.45,95 (59,20)	3.45,95	
5	Nerem, Andreas	2011	Ytre Søre Sunnmøre SK			
	52,50 (52,50)	1.54,06 (1.01,56)		3.55,28 (2.01,22)	3.55,28	

Klasse født 12

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Austad, Storm	2012	Ytre Søre Sunnmøre SK		3.24,52
	46,47 (46,47)	1.39,96 (53,49)	2.34,15 (54,19)	3.24,52 (50,37)	
2p	Nupen, Tobias Fjørtoft	2012	Ytre Søre Sunnmøre SK		3.40,26
	46,13 (46,13)	1.44,51 (58,38)	2.44,51 (1.00,00)	3.40,26 (55,75)	
3	Szczesniak, Szymon	2012	Aalesunds SLK		3.52,80
	53,21 (53,21)	1.53,99 (1.00,78)	2.57,20 (1.03,21)	3.52,80 (55,60)	
4	Füssle, Daverik Holstad	2012	Ytre Søre Sunnmøre SK		4.02,03
	51,72 (51,72)	1.51,61 (59,89)		4.02,03 (2.10,42)	
	Slettebakk, Sondre Brune	2012	Ytre Søre Sunnmøre SK		DISK

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 18. 4*50m fri, damer**Junior**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Aalesund SLK J1 jr	JR	Aalesunds SLK		1.54,96
	Selma Remøy Kvalsund	28,86	28,86		
	Eva Ulstein	57,50	28,64		
	Olivia Refsnes Teigland	1.26,68	29,18		
	Tuva Sofie Haram Wik	1.54,96	28,28		
2p	Molde SLK J1 jr.	JR	Molde SLK		2.06,95
	Mari Mørkedal Torske	29,21	29,21		
	Maria Nesje Mørkedal	59,01	29,80		
	Lilja Matea Bøyum-Folkeseth	1.33,24	34,23		
	Andrine Indbjør Mordal	2.06,95	33,71		
3	Aalesund SLK J2 jr	JR	Aalesunds SLK		2.11,41
	Filippa Sætre Rahnel	29,70	29,70		
	Emilia Restrepo Helseth	1.02,03	32,33		
	Martine Norvoll Bjørnevik	1.33,93	31,90		
	Maja Polovinkina	2.11,41	37,48		
4	Aalesund SLK J3 jr	JR	Aalesunds SLK		2.22,87
	Erica Brændeland	31,40	31,40		
	Ava Remøy Kvalsund	1.04,62	33,22		
	Karoline Osdal	1.41,70	37,08		
	Sienna Nicole Bradley Hessen	2.22,87	41,17		
5	Ytre Søre Sunnmøre J1 jr	JR	Ytre Søre Sunnmøre SK		2.40,32
	Oda Ulstein-Vestbøstad	37,76	37,76		
	Vilde Meinseth-Hansrud	1.17,13	39,37		
	Sigrid Saure Sæter	2.05,96	48,83		
	Maria Redse-Arset	2.40,32	34,36		
6	Kristiansund SK J1 jr.	JR	Kristiansund SK		2.40,52
	Lilly Solvei French	35,80	35,80		
	Isbella Johanne Berget	1.18,28	42,48		
	Leah Hoseth	1.59,75	41,47		
	Thea Emilie Otnes Varhaugvik	2.40,52	40,77		

11.02.2023 - Kortbane

Øvelse 19. 4*50m fri, herrer**Junior**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Aalesund SLK G1 jr		JR Aalesunds SLK		1.43,41
	Storm Strømsholm Pedersen	26,11	26,11		
	Eryk Patryk Klimek	52,42	26,31		
	Andres Nikolas Kobbevik	1.17,86	25,44		
	Olve Bjørdal Forås	1.43,41	25,55		
2p	Aalesund SLK G2 jr		JR Aalesunds SLK		1.48,21
	Elias Nøstdal Hatlenes	27,01	27,01		
	Pedro Johan Gulpan Aure	52,77	25,76		
	Rolf Sigurd Dyrhaug	1.20,14	27,37		
	Christian Elijah Røren	1.48,21	28,07		
3p	Aalesund SLK G3 jr		JR Aalesunds SLK		2.03,79
	Are Kragset Krokå	28,64	28,64		
	Aron Fu Hjelvik	58,85	30,21		
	Elias Vonheim Ristesund	1.30,48	31,63		
	Eirik Sandsmark	2.03,79	33,31		
4	Sunndal SLK G1 jr.		JR Sunndal SLK		2.15,32
	Michael Chumak				
	Herman Engen				
	Nikolas Kysliak				
	Emil Nikolai Jacobsen Gravanen	2.15,32	2.15,32		
5	Molde SLK G1 jr.		JR Molde SLK		2.19,32
	Leonard Taffjord Kristengård	42,15	42,15		
	Svein Olav Haukaas Arstein	1.14,20	32,05		
	Aksel Mørkedal Torske	1.55,05	40,85		
	Magnus Sørflaten	2.19,32	24,27		
6	Kristiansund SK G1 jr.		JR Kristiansund SK		2.30,75
	Felix Holm	35,32	35,32		
	Georgs Baumanis	1.11,68	36,36		
	Nick Louka	1.52,50	40,82		
	Adam Hoseth	2.30,75	38,25		
7	Ytre Søre Sunnmøre G1 jr		JR Ytre Søre Sunnmøre SK		2.41,21
	Ytre Søre Sunnmøre G2 jr		JR Ytre Søre Sunnmøre SK	2.41,21 (2.41,21)	DISK
	Adrian Manuel Jung Leine				
	Daverik Holstad Füssle				
	Andreas Nerem				
	Storm Austad				

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 20. 200m bryst, damer**Klasse født 08**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rahnel, Filippa Sætre		2008 Aalesunds SLK		2.57,00
	39,40 (39,40)	1.24,22 (44,82)	2.10,83 (46,61)	2.57,00 (46,17)	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Bjørnevik, Martine Norvoll		2009 Aalesunds SLK		4.05,55
	55,67 (55,67)	1.58,53 (1.02,86)	3.02,59 (1.04,06)	4.05,55 (1.02,96)	
	Redse-Arset, Maria		2009 Ytre Søre Sunnmøre SK		DISK

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Ulstein-Vestbøstad, Oda 49,05 (49,05)	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK 1.43,54 (54,49) 2.37,66 (54,12)	3.30,23 (52,57)	3.30,23

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Hessen, Sienna Nicole Bradley 55,77 (55,77)	2011	Aalesunds SLK 1.59,30 (1.03,53) 3.03,28 (1.03,98)	4.02,20 (58,92)	4.02,20
	Polovinkina, Maja	2011	Aalesunds SLK		BRUTT

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 21. 200m bryst, herrer**Klasse født 04**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Dyb, Andreas Semøn Larsson 34,76 (34,76)	2004	Molde SLK 1.13,58 (38,82) 1.52,99 (39,41)	2.32,28 (39,29)	2.32,28

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Dyrhaug, Rolf Sigurd 37,92 (37,92)	2006	Aalesunds SLK 1.22,85 (44,93) 2.09,03 (46,18)	2.55,52 (46,49)	2.55,52

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sørflaten, Magnus 39,42 (39,42)	2007	Molde SLK 1.24,66 (45,24) 2.10,11 (45,45)	2.55,61 (45,50)	2.55,61
2	Krokå, Are Kragset 41,46 (41,46)	2007	Aalesunds SLK 1.29,63 (48,17) 2.19,78 (50,15)	3.06,99 (47,21)	3.06,99
3	Voldsund, Simon Slotsvik 47,26 (47,26)	2007	Ytre Søre Sunnmøre SK 1.44,09 (56,83) 2.42,56 (58,47)	3.40,87 (58,31)	3.40,87

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Hjelvik, Aron Fu 42,13 (42,13)	2008	Aalesunds SLK 1.29,70 (47,57) 2.16,91 (47,21)	3.03,12 (46,21)	3.03,12

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Strømme, Simon Peter 45,67 (45,67)	2009	Sykkylven IL Symjing 1.37,52 (51,85) 2.31,08 (53,56)	3.23,72 (52,64)	3.23,72
	Sandsmark, Eirik	2009	Aalesunds SLK		DISK

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Ristesund, Elias Vonheim 44,79 (44,79)	2010	Aalesunds SLK	3.18,34 (50,68)	3.18,34
2	Baumanis, Georgs 1.02,97 (1.02,97)	2010	Kristiansund SK	4.47,45 (1.12,66)	4.47,45
	Rukovsky, Tima	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK		DISK

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Torske, Aksel Mørkedal 50,97 (50,97)	2011	Molde SLK	3.47,81 (57,72)	3.47,81
2	Hessen, Sigurd Vågan 55,75 (55,75)	2011	Aalesunds SLK	4.08,44 (1.02,47)	4.08,44
3	Kristengård, Leonard Tafjord 1.07,08 (1.07,08)	2011	Molde SLK	4.48,69 (1.12,06)	4.48,69

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 22. 200m rygg, damer**Klasse født 05**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Nerland, Silje Bjerke 36,90 (36,90)	2005	Molde SLK	2.36,59 (39,30)	2.36,59

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Mørkedal, Maria Nesje 37,98 (37,98)	2007	Molde SLK	2.40,65 (41,44)	2.40,65

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Helseth, Emilia Restrepo 39,05 (39,05)	2008	Aalesunds SLK	2.49,93 (42,07)	2.49,93

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Brændeland, Erica 40,77 (40,77)	2009	Aalesunds SLK	2.55,61 (44,40)	2.55,61

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Osdal, Karoline 46,57 (46,57)	2011	Aalesunds SLK	3.23,00 (50,54)	3.23,00
2p	Melkild, Mari 51,76 (51,76)	2011	Sunndal SLK	3.33,59 (49,35)	3.33,59

Aalesunds SLK

Brattvåg

3 Berget, Isbella Johanne	2011 Kristiansund SK			3.56,71
54,55 (54,55)	1.54,92 (1.00,37)	2.56,76 (1.01,84)		
Polovinkina, Maja	2011 Aalesunds SLK			DISK

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 23. 200m rygg, herrer**Klasse født 05**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kobbevik, Andres Nikolas	2005	Aalesunds SLK		2.14,79
	31,12 (31,12)	1.04,99 (33,87)	1.39,80 (34,81)	2.14,79 (34,99)	

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Pedersen, Storm Strømsholm	2006	Aalesunds SLK		2.17,93
	32,17 (32,17)	1.07,65 (35,48)	1.42,93 (35,28)	2.17,93 (35,00)	
2	Røren, Christian Elijah	2006	Aalesunds SLK		2.36,44
	36,23 (36,23)	1.17,16 (40,93)	1.58,05 (40,89)	2.36,44 (38,39)	

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Nedrelid, Eskil Kleiven	2007	Volda TIL		2.32,03
	34,96 (34,96)	1.13,92 (38,96)	1.54,29 (40,37)	2.32,03 (37,74)	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Leine, Adrian Manuel Jung	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK		2.45,76
	37,83 (37,83)	1.19,90 (42,07)	2.03,43 (43,53)	2.45,76 (42,33)	
2	Hessen, Eivind Vågan	2009	Aalesunds SLK		3.04,43
	43,99 (43,99)	1.31,31 (47,32)	2.17,98 (46,67)	3.04,43 (46,45)	

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rukovsky, Tima	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK		2.48,69
	40,11 (40,11)	1.23,83 (43,72)	2.07,37 (43,54)	2.48,69 (41,32)	

Klasse født 12

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Szczesniak, Szymon	2012	Aalesunds SLK		4.02,49
	58,81 (58,81)	2.00,87 (1.02,06)	3.01,69 (1.00,82)	4.02,49 (1.00,80)	

Masters K

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Cromer, Frank	1947	Aalesunds SLK		3.34,19
	48,76 (48,76)	1.42,57 (53,81)	2.39,75 (57,18)	3.34,19 (54,44)	

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 24. 100m fri, damer**Senior**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Vaslag, Sara 33,17 (33,17)	2004	Aalesunds SLK 1.10,13 (36,96)	1.10,13	

Klasse født 05

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Ulstein, Eva 30,38 (30,38)	2005	Aalesunds SLK 1.02,64 (32,26)	1.02,64	

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Leren-French, Ella 41,48 (41,48)	2006	Kristiansund SK 1.33,49 (52,01)	1.33,49	

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Wik, Tuva Sofie Haram 29,83 (29,83)	2007	Aalesunds SLK 1.01,96 (32,13)	1.01,96	
2	Mørkedal, Maria Nesje 31,06 (31,06)	2007	Molde SLK 1.05,71 (34,65)	1.05,71	

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Selma Remøy 30,23 (30,23)	2008	Aalesunds SLK 1.01,88 (31,65)	1.01,88	
2p	Teigland, Olivia Refsnes 30,33 (30,33)	2008	Aalesunds SLK 1.03,02 (32,69)	1.03,02	
3	Rahnel, Filippa Sætre 30,97 (30,97)	2008	Aalesunds SLK 1.04,51 (33,54)	1.04,51	
4	Helseth, Emilia Restrepo 34,05 (34,05)	2008	Aalesunds SLK 1.14,10 (40,05)	1.14,10	
5	Hoseth, Raket Susanna 51,19 (51,19)	2008	Kristiansund SK 1.48,13 (56,94)	1.48,13	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sinko, Dominyka 34,31 (34,31)	2009	Aalesunds SLK 1.10,48 (36,17)	1.10,48	
2	Bjørnevik, Martine Norvoll 33,86 (33,86)	2009	Aalesunds SLK 1.10,91 (37,05)	1.10,91	

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Ava Remøy 34,98 (34,98)	2010	Aalesunds SLK 1.14,87 (39,89)	1.14,87	

2	Otnes Varhaugvik, Thea Emilie	2010	Kristiansund SK	1.26,22
	39,74 (39,74)		1.26,22 (46,48)	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	French, Lilly Solvei	2011	Kristiansund SK	1.18,51	
	38,32 (38,32)		1.18,51 (40,19)		
2p	Hessen, Sienna Nicole Bradley	2011	Aalesunds SLK	1.28,20	
	42,95 (42,95)		1.28,20 (45,25)		
3p	Melkild, Elise	2011	Sunndal SLK	1.30,52	
	41,59 (41,59)		1.30,52 (48,93)		
4	Karim, Nora Nezar	2011	Sunndal SLK	1.33,52	
	44,62 (44,62)		1.33,52 (48,90)		
5	Melkild, Mari	2011	Sunndal SLK	1.35,43	
	42,16 (42,16)		1.35,43 (53,27)		
6	Hoseth, Leah	2011	Kristiansund SK	1.35,89	
	45,76 (45,76)		1.35,89 (50,13)		
7	Sætre, Ingvild	2011	Volda TIL	1.59,95	
	59,14 (59,14)		1.59,95 (1.00,81)		

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 25. 100m fri, herrer**Klasse født 05**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Aure, Pedro Johan Gulpan	2005	Aalesunds SLK	56,37	
	27,50 (27,50)		56,37 (28,87)		
2	Kobbevik, Andres Nikolas	2005	Aalesunds SLK	58,20	
	27,75 (27,75)		58,20 (30,45)		
3	Alsaadi, Yehia	2005	Sunndal SLK	1.08,47	
	31,58 (31,58)		1.08,47 (36,89)		

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Forås, Olve Bjørdal	2006	Aalesunds SLK	57,79	
	27,59 (27,59)		57,79 (30,20)		
2p	Pedersen, Storm Strømsholm	2006	Aalesunds SLK	58,21	
	27,94 (27,94)		58,21 (30,27)		
3	Klimek, Eryk Patryk	2006	Aalesunds SLK	58,70	
	28,27 (28,27)		58,70 (30,43)		
4	Hatlenes, Elias Nøstdal	2006	Aalesunds SLK	59,46	
	28,59 (28,59)		59,46 (30,87)		
5	Dyrhaug, Rolf Sigurd	2006	Aalesunds SLK	1.01,68	
	29,58 (29,58)		1.01,68 (32,10)		

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Krokå, Are Kragset	2007	Aalesunds SLK	1.02,48	
	29,55 (29,55)		1.02,48 (32,93)		
2	Sørflaten, Magnus	2007	Molde SLK	1.03,51	
	30,06 (30,06)		1.03,51 (33,45)		
3	Alsaadi, Taha	2007	Sunndal SLK	1.16,42	
	34,58 (34,58)		1.16,42 (41,84)		

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Hjelvik, Aron Fu 31,13 (31,13)	2008	Aalesunds SLK	1.05,97 (34,84)	1.05,97
2p	Melkild, Lavrans 31,04 (31,04)	2008	Sunndal SLK	1.08,58 (37,54)	1.08,58
3	Kornberg, Lars Martin 32,76 (32,76)	2008	Sykkylven IL Symjing	1.09,57 (36,81)	1.09,57
4	Vik, Andreas 33,45 (33,45)	2008	Sykkylven IL Symjing	1.10,19 (36,74)	1.10,19
5	Gjelstenli, Alexander Ramstad 39,11 (39,11)	2008	Sykkylven IL Symjing	1.25,90 (46,79)	1.25,90
6	Hauglum, Tore Dahl 1.34,70 (1.34,70)	2008	Sunndal SLK		1.34,70

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sandsmark, Eirik 36,07 (36,07)	2009	Aalesunds SLK	1.15,07 (39,00)	1.15,07

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Ristesund, Elias Vonheim 32,49 (32,49)	2010	Aalesunds SLK	1.09,77 (37,28)	1.09,77
2p	Hoseth, Adam 41,44 (41,44)	2010	Kristiansund SK	1.25,53 (44,09)	1.25,53
3	Louka, Nick 42,83 (42,83)	2010	Kristiansund SK	1.34,10 (51,27)	1.34,10
	Holm, Felix	2010	Kristiansund SK		DISK

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kristengård, Leonard Tafjord 46,57 (46,57)	2011	Molde SLK	1.37,62 (51,05)	1.37,62
2p	Chumak, Michael 50,59 (50,59)	2011	Sunndal SLK	1.49,24 (58,65)	1.49,24
3	Kysliak, Nikolas 50,83 (50,83)	2011	Sunndal SLK	1.49,41 (58,58)	1.49,41
	Gravanes, Emil Nikolai Jacobsen	2011	Sunndal SLK		DISK

Klasse født 12

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Nupen, Tobias Fjørtoft 43,64 (43,64)	2012	Ytre Søre Sunnmøre SK	1.36,12 (52,48)	1.36,12

Klasse født 13 - Alfabetisk

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
	Mogensen, Jonas Lindquist 1.02,67 (1.02,67)	2013	Kristiansund SK	2.15,62 (1.12,95)	2.15,62

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 26. 50m butterfly, damer**Klasse født 05**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Ulstein, Eva	2005	Aalesunds SLK	30,44	
2	Grinde, Erle Torvik	2005	Kristiansund SK	30,75	
3	Nerland, Silje Bjerke	2005	Molde SLK	31,97	

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Torske, Mari Mørkedal	2006	Molde SLK	31,04	

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Mørkedal, Maria Nesje	2007	Molde SLK	33,05	
2	Wik, Tuva Sofie Haram	2007	Aalesunds SLK	33,08	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Brændeland, Erica	2009	Aalesunds SLK	34,05	
2	Redse-Arset, Maria	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK	35,74	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Osdal, Karoline	2011	Aalesunds SLK	55,96	

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 27. 50m butterfly, herrer**Klasse født 04**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Dyb, Andreas Semøn Larsson	2004	Molde SLK	27,11	

Klasse født 05

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Aure, Pedro Johan Gulpan	2005	Aalesunds SLK	29,40	
2	Alsaadi, Yehia	2005	Sunndal SLK	37,85	

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Forås, Olve Bjørdal	2006	Aalesunds SLK	27,54	
2	Røren, Christian Elijah Klimek, Eryk Patryk	2006	Aalesunds SLK	30,11	
		2006	Aalesunds SLK	DISK	

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Nedrelid, Eskil Kleiven	2007	Volda TIL	30,70	

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kornberg, Lars Martin	2008	Sykkylven IL Symjing	35,27	
2	Seljen, Mikael Runde	2008	Sykkylven IL Symjing	35,43	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Leine, Adrian Manuel Jung	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK	30,49	
2	Hessen, Eivind Vågan	2009	Aalesunds SLK	40,52	
3	Strømme, Simon Peter	2009	Sykkylven IL Symjing	44,32	

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Baumanis, Georgs	2010	Kristiansund SK	40,71	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Hessen, Sigurd Vågan	2011	Aalesunds SLK	52,55	
2	Torske, Aksel Mørkedal	2011	Molde SLK	54,19	

Klasse født 12

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Szczesniak, Szymon	2012	Aalesunds SLK	57,97	

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 28. 4*50m lag medley, mixed**Junior**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Aalesund SLK Mix 1 jr	JR	Aalesunds SLK	1.58,87	
	Andres Nikolas Kobbevik	28,53	28,53		
	Selma Remøy Kvalsund	1.03,77	35,24		
	Olve Bjørdal Forås	1.30,76	26,99		
	Tuva Sofie Haram Wik	1.58,87	28,11		
2p	Aalesund SLK Mix 2 jr	JR	Aalesunds SLK	2.01,17	
	Storm Strømsholm Pedersen	28,88	28,88		
	Filippa Sætre Rahnel	1.05,46	36,58		
	Eva Ulstein	1.35,22	29,76		
	Eryk Patryk Klimek	2.01,17	25,95		

3p Molde SLK Mix 1 jr.	JR Molde SLK	2.05,56
Mari Mørkedal Torske	33,43 33,43	
Magnus Sørflaten	1.09,24 35,81	
Andreas Semøn Larsson Dyb	1.35,82 26,58	
Maria Nesje Mørkedal	2.05,56 29,74	
4 Aalesund SLK Mix 3 jr	JR Aalesunds SLK	2.14,14
Erica Brændeland	36,53 36,53	
Rolf Sigurd Dyrhaug	1.11,84 35,31	
Christian Elijah Røren	1.42,06 30,22	
Martine Norvoll Bjørnevik	2.14,14 32,08	
5 Aalesund SLK Mix 4 jr	JR Aalesunds SLK	2.20,28
Emilia Restrepo Helseth	35,79 35,79	
Aron Fu Hjelvik	1.13,92 38,13	
Are Kragset Krokå	1.46,97 33,05	
Ava Remøy Kvalsund	2.20,28 33,31	
6 Ytre Søre Sunnm Mix 1 jr.	JR Ytre Søre Sunnmøre SK	2.32,05
Tima Rukovsky	38,34 38,34	
Maria Redse-Arset	1.22,07 43,73	
Adrian Manuel Jung Leine	1.54,77 32,70	
Oda Ulstein-Vestbøstad	2.32,05 37,28	
7 Aalesund SLK Mix 5 jr	JR Aalesunds SLK	2.41,49
Maja Polovinkina	44,01 44,01	
Eivind Vågan Hessen	1.25,54 41,53	
Elias Vonheim Ristesund	2.05,31 39,77	
Karoline Osdal	2.41,49 36,18	
8 Sunndal SLK Mix 1	JR Sunndal SLK	2.53,98
Elise Melkild	43,73 43,73	
Herman Engen	1.37,34 53,61	
Lavrans Melkild	2.12,68 35,34	
Nora Nezar Karim	2.53,98 41,30	
Molde SLK Mix 2 jr.	JR Molde SLK	DISK

Silje Bjerke Nerland, Aksel Mørkedal Torske, Leonard Tafjord Kristengård

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 29. 400m fri, damer

Klasse født 05

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid						Poeng		
1p	Nerland, Silje Bjerke	2005	Molde SLK	35,14	1.15,35	1.56,51	2.37,39	3.17,86	3.57,06	4.34,89	5.12,59	5.12,59
				35,14	40,21	41,16	40,88	40,47	39,20	37,83	37,70	

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid						Poeng		
1p	Wik, Tuva Sofie Haram	2007	Aalesunds SLK	32,75	1.08,45	1.44,87	2.21,59	2.58,54	3.35,68	4.12,50	4.48,44	4.48,44
				32,75	35,70	36,42	36,72	36,95	37,14	36,82	35,94	

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid						Poeng		
1p	Teigland, Olivia Refsnes	2008	Aalesunds SLK	32,57	1.08,64	1.45,00	2.21,68	2.58,16	3.35,17	4.11,53	4.46,80	4.46,80
				32,57	36,07	36,36	36,68	36,48	37,01	36,36	35,27	
2	Rahnel, Filippa Sætre	2008	Aalesunds SLK	33,22	1.09,62	1.46,63	2.23,99	3.02,16	3.40,31	4.18,40	4.55,36	4.55,36
				33,22	36,40	37,01	37,36	38,17	38,15	38,09	36,96	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb						Tid	Poeng
1p	Hessen, Sienna Nicole Bradley	2011	Aalesunds SLK							6.42,61
	45,03 1.34,42	2.24,80	3.16,92	4.08,05	4.59,56	5.50,97	6.42,61			
	45,03 49,39	50,38	52,12	51,13	51,51	51,41	51,64			
2	Polovinkina, Maja	2011	Aalesunds SLK							6.44,06
	45,33 1.35,10	2.25,23	3.17,66	4.09,13	4.59,85	5.52,39	6.44,06			
	45,33 49,77	50,13	52,43	51,47	50,72	52,54	51,67			

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 30. 400m fri, herrer

Klasse født 05

Plass	Navn	Født	Klubb						Tid	Poeng
1p	Kobbevik, Andres Nikolas	2005	Aalesunds SLK							4.18,16
	29,63 1.02,18	1.35,72	2.09,29	2.41,25	3.12,85	3.45,37	4.18,16			
	29,63 32,55	33,54	33,57	31,96	31,60	32,52	32,79			

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb						Tid	Poeng
1p	Klimek, Eryk Patryk	2006	Aalesunds SLK							4.24,87
	29,24 1.01,89	1.35,39	2.09,45	2.43,17	3.17,41	3.52,04	4.24,87			
	29,24 32,65	33,50	34,06	33,72	34,24	34,63	32,83			
2	Forås, Olve Bjørdal	2006	Aalesunds SLK							4.29,70
	31,58 1.06,61	1.41,43	2.15,42	2.49,86	3.23,25	3.57,06	4.29,70			
	31,58 35,03	34,82	33,99	34,44	33,39	33,81	32,64			

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb						Tid	Poeng
1p	Sørflaten, Magnus	2007	Molde SLK							4.59,56
	33,47 1.11,30	1.49,67	2.28,01	3.06,39	3.45,02	4.22,95	4.59,56			
	33,47 37,83	38,37	38,34	38,38	38,63	37,93	36,61			
2	Voldsund, Simon Slotsvik	2007	Ytre Søre Sunnmøre SK							6.06,93
	38,63 1.23,74	2.10,67	2.57,72	3.44,97	4.33,73	5.22,39	6.06,93			
	38,63 45,11	46,93	47,05	47,25	48,76	48,66	44,54			

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb						Tid	Poeng
1p	Sandsmark, Eirik	2009	Aalesunds SLK							5.48,24
	38,91 1.23,30	2.08,68	2.53,23	3.38,71	4.23,68	5.07,20	5.48,24			
	38,91 44,39	45,38	44,55	45,48	44,97	43,52	41,04			
2	Strømme, Simon Peter	2009	Sykkylven IL Symjning							6.31,32
	42,99 1.29,56	2.17,63	3.08,03	3.59,13	4.50,90	5.43,02	6.31,32			
	42,99 46,57	48,07	50,40	51,10	51,77	52,12	48,30			

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb						Tid	Poeng
1p	Rukovsky, Tima	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK							5.20,64
	36,37 1.17,59	1.59,01	2.40,73	3.22,17	4.02,78	4.44,49	5.20,64			
	36,37 41,22	41,42	41,72	41,44	40,61	41,71	36,15			
2	Ristesund, Elias Vonheim	2010	Aalesunds SLK							5.41,24
	38,50 1.21,22	2.05,21	2.49,30	3.33,34	4.18,29	5.01,90	5.41,24			
	38,50 42,72	43,99	44,09	44,04	44,95	43,61	39,34			

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Gravanes, Emil Nikolai Jacobsen	2011	Sunddal SLK	7.24,01	
	49,73 1.46,25 2.43,72 3.43,27 4.41,87 5.36,38 6.31,26 7.24,01				
	49,73 56,52 57,47 59,55 58,60 54,51 54,88 52,75				
	Kristengård, Leonard Tafjord	2011	Molde SLK	DISK	

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 31. 200m individuell medley, damer**Klasse født 08**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Selma Remøy	2008	Aalesunds SLK	2.30,79	
	33,99 (33,99) 1.14,22 (40,23) 1.56,04 (41,82) 2.30,79 (34,75)				
2	Helseth, Emilia Restrepo	2008	Aalesunds SLK	3.01,43	
	39,22 (39,22) 1.22,88 (43,66) 2.15,49 (52,61) 3.01,43 (45,94)				

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Brændeland, Erica	2009	Aalesunds SLK	3.02,20	
	37,12 (37,12) 1.24,90 (47,78) 2.20,64 (55,74) 3.02,20 (41,56)				
2	Bjørnevik, Martine Norvoll	2009	Aalesunds SLK	3.11,24	
	41,45 (41,45) 1.28,24 (46,79) 2.30,12 (1.01,88) 3.11,24 (41,12)				

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Ava Remøy	2010	Aalesunds SLK	3.05,43	
	42,73 (42,73) 1.31,11 (48,38) 2.24,22 (53,11) 3.05,43 (41,21)				
2	Ulstein-Vestbøstad, Oda	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK	3.15,90	
	47,68 (47,68) 1.37,17 (49,49) 2.31,64 (54,47) 3.15,90 (44,26)				

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Osdal, Karoline	2011	Aalesunds SLK	3.29,98	
	56,08 (56,08) 1.48,26 (52,18) 2.45,14 (56,88) 3.29,98 (44,84)				
2p	Polovinkina, Maja	2011	Aalesunds SLK	3.37,14	
	52,08 (52,08) 1.47,19 (55,11) 2.47,65 (1.00,46) 3.37,14 (49,49)				
3	Berget, Isbella Johanne	2011	Kristiansund SK	3.55,68	
	55,15 (55,15) 2.00,03 (1.04,88) 3.03,65 (1.03,62) 3.55,68 (52,03)				
4	Hoseth, Leah	2011	Kristiansund SK	3.57,47	
	54,34 (54,34) 1.56,06 (1.01,72) 3.02,40 (1.06,34) 3.57,47 (55,07)				

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 32. 200m individuell medley, herrer**Klasse født 04**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Dyb, Andreas Semøn Larsson	2004	Molde SLK	2.13,28	
	29,40 (29,40)	1.04,11 (34,71)		1.42,42 (38,31)	2.13,28 (30,86)

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Pedersen, Storm Strømsholm	2006	Aalesunds SLK	2.20,45	
	30,72 (30,72)	1.06,30 (35,58)		1.48,72 (42,42)	2.20,45 (31,73)
2p	Hatlenes, Elias Nøstdal	2006	Aalesunds SLK	2.29,68	
	31,70 (31,70)	1.10,54 (38,84)		1.56,19 (45,65)	2.29,68 (33,49)
3	Dyrhaug, Rolf Sigurd	2006	Aalesunds SLK	2.36,34	
	32,47 (32,47)	1.16,53 (44,06)		2.00,73 (44,20)	2.36,34 (35,61)
4	Røren, Christian Elijah	2006	Aalesunds SLK	2.42,79	
	32,43 (32,43)	1.12,62 (40,19)		2.06,97 (54,35)	2.42,79 (35,82)

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Voldsund, Simon Slotsvik	2007	Ytre Søre Sunnmøre SK	3.11,49	
	39,73 (39,73)	1.31,42 (51,69)		2.27,15 (55,73)	3.11,49 (44,34)

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Hjelvik, Aron Fu	2008	Aalesunds SLK	2.48,97	
	38,57 (38,57)	1.22,56 (43,99)		2.10,71 (48,15)	2.48,97 (38,26)
2	Melkild, Lavrans	2008	Sunndal SLK	3.04,66	
	37,30 (37,30)	1.23,15 (45,85)		2.18,57 (55,42)	3.04,66 (46,09)

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Hessen, Eivind Vågan	2009	Aalesunds SLK	3.08,80	
	43,52 (43,52)	1.31,67 (48,15)		2.26,74 (55,07)	3.08,80 (42,06)

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rukovsky, Tima	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK	2.44,89	
	36,34 (36,34)	1.19,51 (43,17)		2.06,23 (46,72)	2.44,89 (38,66)
2	Hoseth, Adam	2010	Kristiansund SK	3.40,39	
	47,90 (47,90)	1.46,91 (59,01)		2.54,85 (1.07,94)	3.40,39 (45,54)

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Hessen, Sigurd Vågan	2011	Aalesunds SLK	3.42,47	
	54,93 (54,93)	1.50,19 (55,26)		2.55,71 (1.05,52)	3.42,47 (46,76)
2	Torske, Aksel Mørkedal	2011	Molde SLK	3.42,81	
	55,23 (55,23)			2.53,31 (1.58,08)	3.42,81 (49,50)

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 33. 100m bryst, damer**Klasse født 06**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Torske, Mari Mørkedal 38,95 (38,95)	2006	Molde SLK 1.22,26 (43,31)	1.22,26	

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Mørkedal, Maria Nesje 40,27 (40,27)	2007	Molde SLK 1.25,79 (45,52)	1.25,79	

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Selma Remøy 36,72 (36,72)	2008	Aalesunds SLK 1.17,43 (40,71)	1.17,43	
2	Helseth, Emilia Restrepo 42,57 (42,57)	2008	Aalesunds SLK 1.33,99 (51,42)	1.33,99	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sinko, Dominyka 41,94 (41,94)	2009	Aalesunds SLK 1.28,57 (46,63)	1.28,57	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
	Sætre, Ingvild	2011	Volda TIL	DISK	

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 34. 100m bryst, herrer**Klasse født 04**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Dyb, Andreas Semøn Larsson 33,29 (33,29)	2004	Molde SLK 1.10,23 (36,94)	1.10,23	

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Dyrhaug, Rolf Sigurd 36,02 (36,02)	2006	Aalesunds SLK 1.17,73 (41,71)	1.17,73	

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sørflaten, Magnus 37,36 (37,36)	2007	Molde SLK 1.20,65 (43,29)	1.20,65	

2 Krokå, Are Kragset 40,04 (40,04)	2007 Aalesunds SLK 1.26,34 (46,30)	1.26,34
---------------------------------------	---------------------------------------	---------

Klasse født 08

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Hjelvik, Aron Fu 40,53 (40,53)	2008 Aalesunds SLK 1.23,56 (43,03)	1.23,56
2	Vik, Andreas 45,39 (45,39)	2008 Sykkylven IL Symjing 1.38,61 (53,22)	1.38,61
3	Seljen, Mikael Runde 48,86 (48,86)	2008 Sykkylven IL Symjing 1.48,52 (59,66)	1.48,52

Klasse født 09

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Strømme, Simon Peter 45,81 (45,81)	2009 Sykkylven IL Symjing 1.35,87 (50,06)	1.35,87

Klasse født 10

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Louka, Nick 51,67 (51,67)	2010 Kristiansund SK 1.49,56 (57,89)	1.49,56

Klasse født 11

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Engen, Herman 57,09 (57,09)	2011 Sunndal SLK 2.02,22 (1.05,13)	2.02,22

Klasse født 12

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Szczesniak, Szymon 1.04,59 (1.04,59)	2012 Aalesunds SLK 2.15,28 (1.10,69)	2.15,28
2	Nupen, Tobias Fjørtoft 1.06,15 (1.06,15)	2012 Ytre Søre Sunnmøre SK 2.19,84 (1.13,69)	2.19,84

Klasse født 13 - Alfabetisk

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
	Mogensen, Jonas Lindquist	2013 Kristiansund SK	DISK

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 35. 50m fri, damer**Senior**

Plass	Navn	Født Klubb	Tid Poeng
1p	Vaslag, Sara	2004 Aalesunds SLK	32,28

Klasse født 05

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Nerland, Silje Bjerke	2005	Molde SLK	28,70	
2	Grinde, Erle Torvik	2005	Kristiansund SK	28,92	
3	Ulstein, Eva	2005	Aalesunds SLK	29,31	

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Torske, Mari Mørkedal	2006	Molde SLK	29,49	
2	Leren-French, Ella	2006	Kristiansund SK	43,23	

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Wik, Tuva Sofie Haram	2007	Aalesunds SLK	28,91	
2	Mørkedal, Maria Nesje	2007	Molde SLK	29,83	

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Teigland, Olivia Refsnes	2008	Aalesunds SLK	29,00	
2p	Rahnel, Filipa Sætre	2008	Aalesunds SLK	29,80	
3	Helseth, Emilia Restrepo	2008	Aalesunds SLK	33,11	
4	Hoseth, Raket Susanna	2008	Kristiansund SK	46,07	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Brændeland, Erica	2009	Aalesunds SLK	31,21	
2p	Sinko, Dominyka	2009	Aalesunds SLK	31,68	
3	Bjørnevik, Martine Norvoll	2009	Aalesunds SLK	32,28	
4	Redse-Arset, Maria	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK	32,84	

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Ava Remøy	2010	Aalesunds SLK	32,91	
2	Otnes Varhaugvik, Thea Emilie	2010	Kristiansund SK	38,47	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	French, Lilly Solvei	2011	Kristiansund SK	34,82	
2p	Osdal, Karoline	2011	Aalesunds SLK	35,48	
3p	Hessen, Sienna Nicole Bradley	2011	Aalesunds SLK	38,47	
4	Melkild, Mari	2011	Sunndal SLK	39,59	
5	Melkild, Elise	2011	Sunndal SLK	40,35	
6	Karim, Nora Nezar	2011	Sunndal SLK	41,08	
7	Berget, Isbella Johanne	2011	Kristiansund SK	42,20	
8	Hoseth, Leah	2011	Kristiansund SK	42,54	
9	Sætre, Ingvild	2011	Volda TIL	50,73	

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 36. 50m fri, herrer**Klasse født 04**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Dyb, Andreas Semøn Larsson	2004	Molde SLK	25,26	

Klasse født 05

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kobbevik, Andres Nikolas	2005	Aalesunds SLK	26,23	
2	Aure, Pedro Johan Gulpan	2005	Aalesunds SLK	26,44	
3	Alsaadi, Yehia	2005	Sunddal SLK	30,20	

Klasse født 06

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Pedersen, Storm Strømsholm	2006	Aalesunds SLK	26,21	
2p	Klimek, Eryk Patryk	2006	Aalesunds SLK	26,35	
3	Forås, Olve Bjørdal	2006	Aalesunds SLK	26,60	
4	Hatlenes, Elias Nøstdal	2006	Aalesunds SLK	27,14	
5	Røren, Christian Elijah	2006	Aalesunds SLK	28,09	

Klasse født 07

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Nedrelid, Eskil Kleiven	2007	Volda TIL	27,58	
2p	Sørflaten, Magnus	2007	Molde SLK	28,52	
3	Krokå, Are Kragset	2007	Aalesunds SLK	28,66	
4	Alsaadi, Taha	2007	Sunddal SLK	31,53	

Klasse født 08

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kornberg, Lars Martin	2008	Sykkylven IL Symjing	29,44	
2p	Seljen, Mikael Runde	2008	Sykkylven IL Symjing	31,14	
3	Vik, Andreas	2008	Sykkylven IL Symjing	31,33	
4	Melkild, Lavrans	2008	Sunddal SLK	31,39	
5	Gjelstenli, Alexander Ramstad	2008	Sykkylven IL Symjing	36,43	
6	Hauglum, Tore Dahl	2008	Sunddal SLK	40,88	

Klasse født 09

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Leine, Adrian Manuel Jung	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK	29,97	
2p	Sandsmark, Eirik	2009	Aalesunds SLK	33,66	
3	Hessen, Eivind Vågan	2009	Aalesunds SLK	34,20	
4	Strømme, Simon Peter	2009	Sykkylven IL Symjing	35,80	

Klasse født 10

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Ristesund, Elias Vonheim	2010	Aalesunds SLK	31,29	
2p	Holm, Felix	2010	Kristiansund SK	34,47	
3	Baumanis, Georgs	2010	Kristiansund SK	36,47	
4	Hoseth, Adam	2010	Kristiansund SK	37,82	
5	Louka, Nick	2010	Kristiansund SK	40,91	

Klasse født 11

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Torske, Aksel Mørkedal	2011	Molde SLK	37,78	
2p	Hessen, Sigurd Vågan	2011	Aalesunds SLK	38,74	
3p	Engen, Herman	2011	Sunndal SLK	40,79	
4	Gravanes, Emil Nikolai Jacobsen	2011	Sunndal SLK	40,97	
5	Kristengård, Leonard Tafjord	2011	Molde SLK	41,00	
6	Kysliak, Nikolas	2011	Sunndal SLK	45,52	
7	Chumak, Michael	2011	Sunndal SLK	47,20	

Klasse født 12

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Szczesniak, Szymon	2012	Aalesunds SLK	48,24	

Klasse født 13 - Alfabetisk

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
	Mogensen, Jonas Lindquist	2013	Kristiansund SK	49,06	

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 37. 4*100m fri, damer**Junior**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Aalesund SLK J1 jr	JR	Aalesunds SLK	4.26,00	
	Tuva Sofie Haram Wik	30,10 (30,10)	1.02,37 (32,27)	1.02,37	
	Olivia Refsnes Teigland	1.32,92 (30,55)	2.05,81 (32,89)	1.03,44	
	Martine Norvoll Bjørnevik	2.38,33 (32,52)	3.14,95 (36,62)	1.09,14	
	Dominyka Sinko	3.49,25 (34,30)	4.26,00 (36,75)	1.11,05	
2	Aalesund SLK J2 jr	JR	Aalesunds SLK	4.28,78	
	Eva Ulstein	30,86 (30,86)	1.03,08 (32,22)	1.03,08	
	Selma Remøy Kvalsund	1.33,49 (30,41)	2.05,50 (32,01)	1.02,42	
	Erica Brændeland	2.38,69 (33,19)	3.16,12 (37,43)	1.10,62	
	Emilia Restrepo Helseth	3.49,86 (33,74)	4.28,78 (38,92)	1.12,66	
3	Kristiansund SK J1 jr.	JR	Kristiansund SK	5.42,00	
	Lilly Solvei French	38,10 (38,10)	1.19,89 (41,79)	1.19,89	
	Erle Torvik Grinde	1.53,79 (33,90)	2.30,22 (36,43)	1.10,33	
	Leah Hoseth	3.17,30 (47,08)	4.09,02 (51,72)	1.38,80	
	Thea Emilie Otnes Varhaugvik	4.50,45 (41,43)	5.42,00 (51,55)	1.32,98	

12.02.2023 - Kortbane

Øvelse 38. 4*100m fri, herrer**Junior**

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Aalesund SLK G1 jr		JR Aalesunds SLK		3.50,89
	Pedro Johan Gulpan Aure	27,33 (27,33)		56,29 (28,96)	56,29
	Olve Bjørdal Forås	1.22,87 (26,58)		1.52,00 (29,13)	55,71
	Storm Strømsholm Pedersen	2.19,41 (27,41)		2.49,16 (29,75)	57,16
	Christian Elijah Røren	3.18,37 (29,21)		3.50,89 (32,52)	1.01,73
2p	Aalesund SLK G3 jr		JR Aalesunds SLK		4.33,67
	Are Kragset Krokå	29,90 (29,90)		1.02,58 (32,68)	1.02,58
	Aron Fu Hjelvik	1.34,69 (32,11)		2.10,24 (35,55)	1.07,66
	Elias Vonheim Ristesund	2.42,51 (32,27)		3.19,37 (36,86)	1.09,13
	Eivind Vågan Hessen	3.54,89 (35,52)		4.33,67 (38,78)	1.14,30
3	Sykkylven IL G1 jr		JR Sykkylven IL Symjing		5.06,11
	Alexander Ramstad Gjelstenli	39,76 (39,76)		1.30,16 (50,40)	1.30,16
	Mikael Runde Seljen	2.03,21 (33,05)		2.44,56 (41,35)	1.14,40
	Andreas Vik	3.18,27 (33,71)		3.56,72 (38,45)	1.12,16
	Lars Martin Kornberg	4.28,93 (32,21)		5.06,11 (37,18)	1.09,39
4	Ytre Søre Sunnmøre G1 jr		JR Ytre Søre Sunnmøre SK		5.08,79
	Tima Rukovsky	32,80 (32,80)		1.09,69 (36,89)	1.09,69
	Adrian Manuel Jung Leine	1.41,10 (31,41)		2.16,08 (34,98)	1.06,39
	Simon Slotsvik Voldsund	2.52,03 (35,95)		3.32,44 (40,41)	1.16,36
	Tobias Fjørtoft Nupen	4.18,66 (46,22)		5.08,79 (50,13)	1.36,35
5	Kristiansund SK G1 jr.		JR Kristiansund SK		5.48,68
	Felix Holm	37,18 (37,18)		1.20,92 (43,74)	1.20,92
	Georgs Baumanis	2.02,43 (41,51)		2.49,53 (47,10)	1.28,61
	Nick Louka	3.33,61 (44,08)		4.23,12 (49,51)	1.33,59
	Adam Hoseth	5.04,76 (41,64)		5.48,68 (43,92)	1.25,56
	Aalesund SLK G2 jr		JR Aalesunds SLK		DISK
	Andres Nikolas Kobbevik				
	Eryk Patryk Klimek				
	Elias Nøstdal Hatlenes				
	Rolf Sigurd Dyrhaug				