

17.03.2023 - Kortbane

Øvelse 3. 50m butterfly, jenter - født 2012

Plass	Navn	Født	Klubb	HC	Prosent	Tid	Poeng
1p	Osland, Ada Fludal	2012	Trondhjems SLK			40,16	223
2p	Valle, Sissel Furuholt	2012	Trondhjems SLK			41,74	199
3p	Monso, Hansine Rindberg	2012	Trondhjems SLK			42,16	193
4	Munkhaugen, Emmelin	2012	Kattem IL			43,05	181
5	Jensen, Lykke Aglen	2012	Namsos SK			45,88	150
6	Sandsund, Kristina Aleman	2012	Kattem IL			47,79	132
7	Sønstabø, Saga Krekvik	2012	Molde SLK			48,97	123
8	Holand, Alina Madelen	2012	Leka IL			53,20	96
	Faksvåg, Victoria Pedersen	2012	Kristiansund SK			DISK	
1p	Walsh, Astri Lillebø	2008	Ytre Søre Sunnmøre SK	S10	185,84%	52,74	98

17.03.2023 - Kortbane

Øvelse 4. 50m butterfly, gutter - født 2012

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Spangelo, Edvin Grenne	2012	Trondhjems SLK	45,70	107
2p	Stolbunov, Gleb	2012	Kattem IL	46,18	104
3p	Ulriksen, Eirik Hamnes	2012	Trondhjems SLK	52,81	69
4	Szczesniak, Szymon	2012	Aalesunds SLK	57,05	55
5	Smuk, Bernard	2012	Trondhjems SLK	57,54	54
6	Jørgensen, Iver Ormbostad	2012	Kristiansund SK	1.06,69	34

17.03.2023 - Kortbane

Øvelse 5. 100m butterfly, jenter - født 2011

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	French, Lilly Solvei	2011	Kristiansund SK	1.30,28	221
	41,91 (41,91)	1.30,28 (48,37)			
2p	Lundgren, Helle	2011	Trondhjems SLK	1.39,48	165
	44,93 (44,93)	1.39,48 (54,55)			
3p	Hessen, Sienna Nicole Bradley	2011	Aalesunds SLK	1.48,84	126
	49,15 (49,15)	1.48,84 (59,69)			
4	Amundsen, Arina	2011	Stjørdals-Blink IL	1.49,40	124
	45,07 (45,07)	1.49,40 (1.04,33)			
5	Høvik-Tøndel, Mie	2011	Vestbyen IL Trondheim	1.50,03	122
	48,98 (48,98)	1.50,03 (1.01,05)			
6	Røkke, Anna Torsdotter Wang	2011	Stjørdals-Blink IL	1.59,30	95
	51,65 (51,65)	1.59,30 (1.07,65)			
7	Skulbørstad, Ida Stokke	2011	Stjørdals-Blink IL	1.59,81	94
	55,84 (55,84)	1.59,81 (1.03,97)			
8	Osdal, Karoline	2011	Aalesunds SLK	1.59,82	94
	53,78 (53,78)	1.59,82 (1.06,04)			

17.03.2023 - Kortbane

Øvelse 6. 100m butterfly, gutter - født 2011

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Muthanna, Lucas Nachappa 37,47 (37,47)	2011	Trondhjems SLK	1.22,50 (45,03)	194
2p	Isaksen, Mattias 49,64 (49,64)	2011	Trondhjems SLK	1.49,52 (59,88)	83
3p	Torske, Aksel Mørkedal 51,77 (51,77)	2011	Molde SLK	1.50,05 (58,28)	81
4	Hessen, Sigurd Vågan 54,27 (54,27)	2011	Aalesunds SLK	2.05,14 (1.10,87)	55
5	Kristengård, Leonard Tafjord 56,71 (56,71)	2011	Molde SLK	2.05,83 (1.09,12)	54
	Svendsen, Ludvig	2011	Trondhjems SLK		DISK

17.03.2023 - Kortbane

Øvelse 7. 400m fri, jenter - født 2010

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Gaupseth, Matilda Røsgaard 36,15 1.15,53 36,15 39,38	2010	Kristiansund SK	5.10,03 1.56,37 2.36,68 3.15,92 3.55,45 4.33,88 5.10,03 40,84 40,31 39,24 39,53 38,43 36,15	429
2p	Berg, Marita 35,19 1.14,31 35,19 39,12	2010	Verdal SK	5.14,28 1.54,92 2.35,89 3.16,51 3.57,01 4.37,18 5.14,28 40,61 40,97 40,62 40,50 40,17 37,10	412
3p	Bell, Idunn 35,04 1.14,69 35,04 39,65	2010	Vestbyen IL Trondheim	5.21,03 1.56,17 2.37,35 3.18,60 3.59,27 4.41,09 5.21,03 41,48 41,18 41,25 40,67 41,82 39,94	386
4	Kvalsund, Ava Remøy 36,72 1.17,60 36,72 40,88	2010	Aalesunds SLK	5.33,63 2.00,42 2.43,51 3.26,49 4.09,68 4.53,33 5.33,63 42,82 43,09 42,98 43,19 43,65 40,30	344
5	Klungervik, Anita 36,25 1.17,25 36,25 41,00	2010	Orkanger IF	5.35,98 2.00,29 2.43,74 3.26,86 4.11,18 4.53,75 5.35,98 43,04 43,45 43,12 44,32 42,57 42,23	337
6	Solseth, Vilde Fremstad 35,10 1.14,94 35,10 39,84	2010	Vestbyen IL Trondheim	5.37,50 1.56,92 2.39,75 3.23,97 4.53,91 5.37,50 41,98 42,83 44,22 1.29,94 43,59	332
7	Jensen, Smilla Aglen	2010	Namsos SK	5.48,64 5.48,64	302
8	Ulstein-Vestbøstad, Oda 40,67 1.25,90 40,67 45,23	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK	5.48,88 2.11,16 2.56,12 3.40,07 4.24,87 5.08,47 5.48,88 45,26 44,96 43,95 44,80 43,60 40,41	301
9	Indergård, Vilde Mathea 38,09 1.20,81 38,09 42,72	2010	Vestbyen IL Trondheim	5.51,90 2.05,33 2.50,28 3.36,29 4.22,48 5.08,40 5.51,90 44,52 44,95 46,01 46,19 45,92 43,50	293
10	Cramariuc, Madalina 40,77 1.25,85 40,77 45,08	2010	Namsos SK	6.08,17 2.12,43 3.00,34 3.48,67 4.35,87 5.23,16 6.08,17 46,58 47,91 48,33 47,20 47,29 45,01	256
11	Henriksen, Sigrid Moen 41,92 1.29,32 41,92 47,40	2010	Trondhjems SLK	6.22,34 3.07,51 3.57,12 4.47,65 5.35,71 6.22,34 1.38,19 49,61 50,53 48,06 46,63	229
12	Sivgin, Suna Almina Sellesbakk 39,95 1.26,28 39,95 46,33	2010	Kattem IL	6.29,98 2.15,62 5.42,93 6.29,98 49,34 3.27,31 47,05	215
13	Hvalstad, Ellinor Bruseth 44,68 1.33,78 44,68 49,10	2010	Rørvik SLK	6.42,95 2.25,03 3.17,37 4.08,54 5.02,94 5.54,19 6.42,95 51,25 52,34 51,17 54,40 51,25 48,76	195
14	Pettersen, Eline Malum	2010	Rørvik SLK	7.10,58 5.24,23 6.21,37 7.10,58 5.24,23 57,14 49,21	160

17.03.2023 - Kortbane

Øvelse 8. 400m fri, gutter - født 2010

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid						Poeng
1p	Baarholm, Balder	2010	Trondhjems SLK	1.45,57	2.23,61	3.01,93	3.39,83	4.18,24	4.55,55	370
	31,43 1.07,89			37,68	38,04	38,32	37,90	38,41	37,31	
	31,43 36,46									
2p	Rukovsky, Tima	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK	1.47,95	2.26,86	3.06,29	3.45,33	4.25,19	5.02,76	344
	32,76 1.10,01			37,94	38,91	39,43	39,04	39,86	37,57	
	32,76 37,25									
3p	Sommerdalen, Aksel	2010	Aalesunds SLK	1.52,42	2.33,17	3.14,30	3.55,33	4.37,49	5.18,05	297
	34,23 1.13,02			39,40	40,75	41,13	41,03	42,16	40,56	
	34,23 38,79									
4	Sattanathan, Vishnu	2010	Trondhjems SLK	1.54,93	2.37,65	3.19,24	4.00,43	4.42,10	5.20,60	290
	34,14 1.13,13			41,80	42,72	41,59	41,19	41,67	38,50	
	34,14 38,99									
5	Ristesund, Elias Vonheim	2010	Aalesunds SLK	1.59,11	2.41,68	3.24,82	4.06,86	4.47,53	5.28,63	269
	35,59 1.16,76			42,35	42,57	43,14	42,04	40,67	41,10	
	35,59 41,17									
6	Nordhøy-Varsi, Oliver	2010	Namsos SK	1.58,61	2.41,11	3.23,73	4.06,79	4.49,73	5.31,40	262
	36,81 1.16,72			41,89	42,50	42,62	43,06	42,94	41,67	
	36,81 39,91									
7	Borgeteien, Karl Filip	2010	Namsos SK	2.00,84	2.44,04	3.26,68	4.09,20	4.51,47	5.32,82	259
	36,79 1.18,86			41,98	43,20	42,64	42,52	42,27	41,35	
	36,79 42,07									
8	Sonflå, Ole Marius Øseth	2010	Namsos SK	1.59,81	2.43,33	3.27,11	4.10,64	4.53,87	5.34,18	256
	36,38 1.17,58			42,23	43,52	43,78	43,53	43,23	40,31	
	36,38 41,20									
9	Remlo, Skage Raudsepp	2010	Kattem IL	2.05,01	2.49,43	3.33,53	4.17,62	5.00,68	5.40,68	241
	37,80			1.27,21	44,42	44,10	44,09	43,06	40,00	
	37,80									
10	Czuba, Daniel Stanislaw	2010	Trondhjems SLK	2.00,12	2.44,28	3.29,26	4.15,33	5.02,19	5.46,64	229
	35,98 1.16,81			43,31	44,16	44,98	46,07	46,86	44,45	
	35,98 40,83									
11	Ramstad, Oliver Grøtte	2010	Trondhjems SLK	2.05,54	2.50,81	3.36,15	4.21,11	5.06,82	5.50,51	222
	37,69 1.21,01			44,53	45,27	45,34	44,96	45,71	43,69	
	37,69 43,32									
12	Holm, Felix	2010	Kristiansund SK	2.06,40	2.54,26	3.41,18	4.28,17	5.15,05	5.57,93	208
	37,77 1.21,47			44,93	47,86	46,92	46,99	46,88	42,88	
	37,77 43,70									
13	Kirkvold, Emre Vold	2010	Trondhjems SLK	2.11,38	2.58,06	3.44,92	4.30,77	5.15,61	5.58,18	208
	38,42 1.23,44			47,94	46,68	46,86	45,85	44,84	42,57	
	38,42 45,02									
14	Langsetmo, Magnus	2010	Stjørdals-Blink IL	2.13,20	3.48,82		4.38,13	5.26,88	6.11,77	186
	40,02			1.33,18	1.35,62		49,31	48,75	44,89	
	40,02									
15	Stav, Emre	2010	Vestbyen IL Trondheim	2.18,00	3.08,09	3.57,69	4.48,87	5.38,18	6.25,18	167
	41,72 1.28,76			49,24	50,09	49,60	51,18	49,31	47,00	
	41,72 47,04									
16	Sorteberg, Bjørn Eimar Endal	2010	Trondhjems SLK	2.22,63	3.14,03	4.05,06	4.56,54	5.47,21	6.31,47	159
	43,26 1.32,39			50,24	51,40	51,03	51,48	50,67	44,26	
	43,26 49,13									
17	Baumanis, Georgs	2010	Kristiansund SK	2.22,39	3.16,71	4.10,77	5.02,79	5.55,97	6.40,53	148
	39,17 1.29,82			52,57	54,32	54,06	52,02	53,18	44,56	
	39,17 50,65									
18	Hoseth, Adam	2010	Kristiansund SK	2.26,17	3.19,28	4.12,03	5.04,65	5.57,93	6.48,46	140
	42,97 1.33,72			52,45	53,11	52,75	52,62	53,28	50,53	
	42,97 50,75									
19	Louka, Nick	2010	Kristiansund SK	2.35,59	3.32,78	4.30,30	5.25,56	6.20,54	7.10,89	119
	45,43 1.39,90			55,69	57,19	57,52	55,26	54,98	50,35	
	45,43 54,47									

17.03.2023 - Kortbane

Øvelse 9. 400m fri, jenter - født 2009

Plass	Navn	Født	Klubb				Tid	Poeng
1p	Olden, Silje Pettersen	2009	Trondhjems SLK				4.48,36	533
	32,09 1.08,53	1.45,57	2.22,84	2.59,47	3.36,72	4.13,71	4.48,36	
	32,09 36,44	37,04	37,27	36,63	37,25	36,99	34,65	
2p	Hanssen, Stella Sørli	2009	Leka IL				5.10,42	427
	33,95 1.12,41	1.52,26	2.31,97			4.31,26	5.10,42	
	33,95 38,46	39,85	39,71			1.59,29	39,16	
3p	Skuseth, Marie	2009	Trondhjems SLK				5.11,67	422
	34,44 1.13,28	1.52,72	2.32,53	3.12,42	3.52,77	4.32,79	5.11,67	
	34,44 38,84	39,44	39,81	39,89	40,35	40,02	38,88	
4	Sinko, Dominyka	2009	Aalesunds SLK				5.22,17	382
	35,31 1.14,58	1.55,75		3.20,78			5.22,17	
	35,31 39,27	41,17		1.25,03			2.01,39	
5	Bjørnevik, Martine Norvoll	2009	Aalesunds SLK				5.30,03	356
	37,11 1.17,74	2.00,10	2.42,75	3.25,11	4.08,07	4.50,70	5.30,03	
	37,11 40,63	42,36	42,65	42,36	42,96	42,63	39,33	
6	Redse-Arset, Maria	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK				5.33,68	344
	38,35 1.20,68	2.04,70	2.48,98	3.32,90	4.17,35	4.57,06	5.33,68	
	38,35 42,33	44,02	44,28	43,92	44,45	39,71	36,62	
7	Forås, Eiril Bjørdal	2009	Aalesunds SLK				5.33,93	343
	36,15 1.17,91	1.59,94	2.42,79	3.26,28	4.10,44	4.53,63	5.33,93	
	36,15 41,76	42,03	42,85	43,49	44,16	43,19	40,30	
8	Brændeland, Erica	2009	Aalesunds SLK				5.37,05	334
	36,12 1.16,25	1.57,83	2.40,14	3.22,95	4.07,42	4.53,22	5.37,05	
	36,12 40,13	41,58	42,31	42,81	44,47	45,80	43,83	
9	Heibert, Linnea	2009	Namsos SK				5.44,90	311
	37,54 1.19,78	2.04,51	2.48,47	3.32,69	4.18,31	5.02,67	5.44,90	
	37,54 42,24	44,73	43,96	44,22	45,62	44,36	42,23	
10	Rønning, Aurora Mannsverk	2009	Malvik IL				5.46,85	306
	38,62 1.22,20	2.07,27	2.51,99		4.23,29	5.07,31	5.46,85	
	38,62 43,58	45,07	44,72		1.31,30	44,02	39,54	
11	Bøyum-Folkeseth, Lilja Matea	2009	Molde SLK				5.50,74	296
	39,30 1.24,58	2.10,22	2.55,70	3.40,15	4.25,19	5.10,04	5.50,74	
	39,30 45,28	45,64	45,48	44,45	45,04	44,85	40,70	
12	Lian, Agathe	2009	Kristiansund SK				5.50,92	296
	36,82 1.19,84	2.04,37	2.49,37	3.35,79	4.23,14	5.09,26	5.50,92	
	36,82 43,02	44,53	45,00	46,42	47,35	46,12	41,66	
13	By, Emilia Airisniemi	2009	Malvik IL				5.52,72	291
	39,22 1.23,43	2.08,72	2.54,92	3.41,03	4.25,64	5.09,26	5.52,72	
	39,22 44,21	45,29	46,20	46,11	44,61	43,62	43,46	
14	Jensen, Mina Sofie	2009	Levanger SLK				5.52,87	291
	38,77 1.22,29	2.06,83	2.52,34	3.39,03	4.25,01	5.10,17	5.52,87	
	38,77 43,52	44,54	45,51	46,69	45,98	45,16	42,70	
15	Kumlin-Herfjord, Matilde Elin	2009	Aalesunds SLK				5.53,17	290
	39,38 1.22,79	2.08,00	2.53,28	3.38,80	4.23,74	5.09,30	5.53,17	
	39,38 43,41	45,21	45,28	45,52	44,94	45,56	43,87	
16	Winnberg, Olea	2009	Trondhjems SLK				5.55,82	284
	38,34 1.23,02	2.08,41	2.54,40	3.40,35	4.26,56	5.12,05	5.55,82	
	38,34 44,68	45,39	45,99	45,95	46,21	45,49	43,77	
17	Torhaug, Rikke Rimstad	2009	Molde SLK				5.55,87	284
	38,67 1.20,61	2.06,09	2.51,64	3.37,34	4.24,14	5.10,05	5.55,87	
	38,67 41,94	45,48	45,55	45,70	46,80	45,91	45,82	
18	Remen, Inga Marie	2009	Molde SLK				5.58,96	276
	39,34 1.22,59	2.07,82	2.53,58	3.39,72	4.26,62	5.13,02	5.58,96	
	39,34 43,25	45,23	45,76	46,14	46,90	46,40	45,94	
19	Mordal, Andrine Indbjør	2009	Molde SLK				6.05,36	262
	41,20 1.27,00	2.13,89	2.59,81	3.46,34	4.32,97	5.19,66	6.05,36	
	41,20 45,80	46,89	45,92	46,53	46,63	46,69	45,70	
20	Samdahl, Trine	2009	Vestbyen IL Trondheim				6.06,55	259
	37,09 1.19,98	2.04,76		3.38,67	4.27,09		6.06,55	
	37,09 42,89	44,78		1.33,91	48,42		1.39,46	
21	Mathisen, Marianne Primrose	2009	Leka IL				6.30,07	215
	43,55 1.32,48	2.21,30	3.11,22	4.02,46	4.52,82	5.42,04	6.30,07	
	43,55 48,93	48,82	49,92	51,24	50,36	49,22	48,03	
22	Aas, Johanne	2009	Kattem IL				6.59,05	173
	42,97 1.33,43	2.28,20		4.17,75			6.59,05	
	42,97 50,46	54,77		1.49,55			2.41,30	

17.03.2023 - Kortbane

Øvelse 10. 400m fri, gutter - født 2009

Plass	Navn	Født	Klubb					Tid	Poeng
1p	Trelstad, Birk Skaalvik	2009	Trondhjems SLK					4.48,82	396
	31,13 1.06,73	1.43,68	2.20,08	2.57,75	4.12,80	4.48,82			
	31,13 35,60	36,95	36,40	37,67	1.15,05	36,02			
2p	Leine, Adrian Manuel Jung	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK					4.57,50	363
	32,41 1.08,64	1.45,83	2.24,66	3.04,06	3.43,12	4.21,19	4.57,50		
	32,41 36,23	37,19	38,83	39,40	39,06	38,07	36,31		
3p	Sørli, Leander Minu	2009	Levanger SLK					5.10,14	320
	33,60 1.12,17	1.51,70	2.31,96	3.11,75	3.52,52	4.33,98	5.10,14		
	33,60 38,57	39,53	40,26	39,79	40,77	41,46	36,16		
4	Refseth, Aksel Viken	2009	Trondhjems SLK					5.13,46	310
	33,18 1.11,37	1.51,05	2.31,79	3.12,42	3.53,80	4.34,93	5.13,46		
	33,18 38,19	39,68	40,74	40,63	41,38	41,13	38,53		
5	Kringstad, Elian Theodor	2009	Trondhjems SLK					5.17,78	297
	33,90 1.12,61	1.52,58	2.32,92	3.14,12	3.55,98	4.37,70	5.17,78		
	33,90 38,71	39,97	40,34	41,20	41,86	41,72	40,08		
6	Øvrum, Simen Green	2009	Verdal SK					5.19,89	292
	33,17 1.11,17	1.51,02	2.32,49	3.13,75	4.38,04	5.19,89			
	33,17 38,00	39,85	41,47	41,26	1.24,29	41,85			
7	Christiansen, Kaj Ruben	2009	Vestbyen IL Trondheim					5.28,58	269
	33,47 1.12,51	1.53,72	2.35,49	3.17,90	4.01,49	4.45,71	5.28,58		
	33,47 39,04	41,21	41,77	42,41	43,59	44,22	42,87		
8	Hessen, Eivind Vågan	2009	Aalesunds SLK					5.40,75	241
	36,48 1.18,19	2.01,31	2.45,31	3.29,04	4.12,71	4.57,13	5.40,75		
	36,48 41,71	43,12	44,00	43,73	43,67	44,42	43,62		
9	Sandsmark, Eirik	2009	Aalesunds SLK					5.42,49	238
	36,39 1.18,01	2.01,36	2.45,35	3.31,31	4.16,47	5.42,49			
	36,39 41,62	43,35	43,99	45,96	45,16	1.26,02			
10	Amdahl, Herleif	2009	Stjørdals-Blink IL					5.45,51	231
	37,79 1.21,16	2.05,89	2.51,45	3.36,89	4.22,50	5.03,35	5.45,51		
	37,79 43,37	44,73	45,56	45,44	45,61	40,85	42,16		
11	Adsen, Sondre Aakerholm	2009	Trondhjems SLK					5.49,38	224
	36,41 1.16,94	2.46,59	3.31,67	5.05,43	5.49,38				
	36,41 40,53	1.29,65	45,08	1.33,76	43,95				
12	Kleive, Marius Solbakken	2009	Aalesunds SLK					5.49,85	223
	37,16 1.19,43	2.02,48	2.48,31	3.34,13	4.21,11	5.07,19	5.49,85		
	37,16 42,27	43,05	45,83	45,82	46,98	46,08	42,66		
13	Munkeby, Johan Lie	2009	Levanger SLK					5.51,64	219
	36,41 1.17,71	2.02,71	2.47,69	3.34,20	4.20,29	5.08,85	5.51,64		
	36,41 41,30	45,00	44,98	46,51	46,09	48,56	42,79		
14	Løkhaug, Adrian Os	2009	Malvik IL					6.03,75	198
	39,09 1.25,25	2.13,66	3.00,75	3.48,94	4.35,74	5.22,40	6.03,75		
	39,09 46,16	48,41	47,09	48,19	46,80	46,66	41,35		
15	Fossheim, Kristoffer Skarsvåg	2009	Vestbyen IL Trondheim					6.31,03	159
	39,88 1.28,00	2.19,28	3.11,50	4.03,54	4.55,98	5.46,64	6.31,03		
	39,88 48,12	51,28	52,22	52,04	52,44	50,66	44,39		
16	Pettersen-Skjerve, Emil Leonhard	2009	Verdal SK					7.08,32	121
		2.36,88	3.32,60	4.30,52	5.24,21	6.18,76	7.08,32		
		2.36,88	55,72	57,92	53,69	54,55	49,56		

17.03.2023 - Kortbane

Øvelse 11. 400m fri, jenter - født 2008

Plass	Navn	Født	Klubb					Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Selma Remøy	2008	Aalesunds SLK					4.35,38	612
	31,20 1.05,58	1.40,28	2.14,93	2.50,57	3.25,71	4.01,14	4.35,38		
	31,20 34,38	34,70	34,65	35,64	35,14	35,43	34,24		
2p	Rahnel, Filippa Sætre	2008	Aalesunds SLK					4.41,64	572
	31,28 1.05,89	1.40,81	2.16,23	2.52,18	3.28,92	4.05,61	4.41,64		
	31,28 34,61	34,92	35,42	35,95	36,74	36,69	36,03		
3p	Teigland, Olivia Refsnes	2008	Aalesunds SLK					4.53,39	506
	32,72 1.08,96	1.46,39	2.23,79	3.01,74	3.38,94	4.16,41	4.53,39		
	32,72 36,24	37,43	37,40	37,95	37,20	37,47	36,98		

Trondhjems SLK

Trondheim

4	Flåan, Mila Maria	2008	Trondhjems SLK					4.56,24	492
	32,48	1.08,03	1.45,59	2.23,81	3.02,21	3.40,70	4.56,24		
	<i>32,48</i>	<i>35,55</i>	<i>37,56</i>	<i>38,22</i>	<i>38,40</i>	<i>38,49</i>	<i>1.15,54</i>		
5	Strand, Emelin Øseth	2008	Namsos SK					5.03,73	456
	33,56	1.11,32	1.50,03	2.28,71	3.08,34	3.47,77	4.26,64	5.03,73	
	<i>33,56</i>	<i>37,76</i>	<i>38,71</i>	<i>38,68</i>	<i>39,63</i>	<i>39,43</i>	<i>38,87</i>	<i>37,09</i>	
6	Jøssund, Iselin	2008	Namsos SK					5.22,47	381
	35,58	1.15,49	1.56,67	2.37,76	3.19,63	4.01,62	4.42,39	5.22,47	
	<i>35,58</i>	<i>39,91</i>	<i>41,18</i>	<i>41,09</i>	<i>41,87</i>	<i>41,99</i>	<i>40,77</i>	<i>40,08</i>	
7	Tjeldvoll, Emma Lu	2008	Trondhjems SLK					5.24,60	374
	34,89	1.14,22	1.55,26	2.36,17	3.18,55	4.00,83	4.43,28	5.24,60	
	<i>34,89</i>	<i>39,33</i>	<i>41,04</i>	<i>40,91</i>	<i>42,38</i>	<i>42,28</i>	<i>42,45</i>	<i>41,32</i>	
8	Lauritzen, Frøya Ravn	2008	Rørvik SLK					5.31,75	350
	35,37	1.16,28	1.58,76	2.41,58	3.24,09	4.50,10	5.31,75		
	<i>35,37</i>	<i>40,91</i>	<i>42,48</i>	<i>42,82</i>	<i>42,51</i>	<i>1.26,01</i>	<i>41,65</i>		
9	Sæther, Nora Helene	2008	Vestbyen IL Trondheim					5.40,03	325
	37,53	1.20,50	2.04,13	2.47,72	3.32,01	4.16,18	4.59,25	5.40,03	
	<i>37,53</i>	<i>42,97</i>	<i>43,63</i>	<i>43,59</i>	<i>44,29</i>	<i>44,17</i>	<i>43,07</i>	<i>40,78</i>	
10	Helseth, Emilia Restrepo	2008	Aalesunds SLK					5.45,60	310
	36,25	1.17,89	2.01,28	2.45,32	3.30,68	4.15,39	5.00,14	5.45,60	
	<i>36,25</i>	<i>41,64</i>	<i>43,39</i>	<i>44,04</i>	<i>45,36</i>	<i>44,71</i>	<i>44,75</i>	<i>45,46</i>	
11	Christiansen, Alma	2008	Rørvik SLK					5.58,37	278
	38,96	1.23,46	2.08,95	2.55,33	3.42,11	4.28,49	5.14,42	5.58,37	
	<i>38,96</i>	<i>44,50</i>	<i>45,49</i>	<i>46,38</i>	<i>46,78</i>	<i>46,38</i>	<i>45,93</i>	<i>43,95</i>	

17.03.2023 - Kortbane

Øvelse 12. 400m fri, gutter - født 2008

Plass	Navn	Født	Klubb					Tid	Poeng
1p	Sigernes, Brage Wetjen	2008	Trondhjems SLK					4.25,01	513
	30,04	1.03,06	1.36,90	2.10,84	2.44,89	3.19,55	3.53,05	4.25,01	
	<i>30,04</i>	<i>33,02</i>	<i>33,84</i>	<i>33,94</i>	<i>34,05</i>	<i>34,66</i>	<i>33,50</i>	<i>31,96</i>	
2p	Helland, Christian Corona	2008	Vestbyen IL Trondheim					4.45,73	409
	31,07	1.05,37	1.40,40	2.16,41	2.53,61	3.31,13	4.08,90	4.45,73	
	<i>31,07</i>	<i>34,30</i>	<i>35,03</i>	<i>36,01</i>	<i>37,20</i>	<i>37,52</i>	<i>37,77</i>	<i>36,83</i>	
3p	Møllerløkken, Sondre Brunvoll	2008	Trondhjems SLK					4.52,74	381
	32,46	1.08,67	1.45,88	2.23,71	3.00,91	3.38,87	4.16,96	4.52,74	
	<i>32,46</i>	<i>36,21</i>	<i>37,21</i>	<i>37,83</i>	<i>37,20</i>	<i>37,96</i>	<i>38,09</i>	<i>35,78</i>	
4	Nygård, Carl Victor Mukisa	2008	Trondhjems SLK					4.54,06	376
	32,35	1.09,07	1.46,82	2.24,73	3.03,32	3.41,07	4.18,14	4.54,06	
	<i>32,35</i>	<i>36,72</i>	<i>37,75</i>	<i>37,91</i>	<i>38,59</i>	<i>37,75</i>	<i>37,07</i>	<i>35,92</i>	
5	Bergquist-Ulvin, Oliver	2008	Malvik IL					4.57,39	363
	32,28	1.09,07	1.46,81	2.25,34	3.03,95	3.42,76	4.21,09	4.57,39	
	<i>32,28</i>	<i>36,79</i>	<i>37,74</i>	<i>38,53</i>	<i>38,61</i>	<i>38,81</i>	<i>38,33</i>	<i>36,30</i>	
6	Skulbørstad, Leo Stokke	2008	Stjørdals-Blink IL					5.00,94	350
	32,71	1.11,11	1.49,40	2.28,04	3.07,07	3.45,89	4.24,83	5.00,94	
	<i>32,71</i>	<i>38,40</i>	<i>38,29</i>	<i>38,64</i>	<i>39,03</i>	<i>38,82</i>	<i>38,94</i>	<i>36,11</i>	
7	Olsen, Philip Hoel	2008	Kristiansund SK					5.14,72	306
	32,47	1.08,96	1.47,38	2.26,65	3.07,24	3.49,03	4.32,87	5.14,72	
	<i>32,47</i>	<i>36,49</i>	<i>38,42</i>	<i>39,27</i>	<i>40,59</i>	<i>41,79</i>	<i>43,84</i>	<i>41,85</i>	
8	Hjelvik, Aron Fu	2008	Aalesunds SLK					5.17,71	298
	34,49	1.12,24	1.52,33	2.33,02	3.14,49	3.56,69	4.38,36	5.17,71	
	<i>34,49</i>	<i>37,75</i>	<i>40,09</i>	<i>40,69</i>	<i>41,47</i>	<i>42,20</i>	<i>41,67</i>	<i>39,35</i>	
9	Thomaz, Aiden Johannes	2008	Stjørdals-Blink IL					5.22,59	284
	33,58	1.13,87	1.56,60	2.39,19	3.22,02	4.03,99	4.44,80	5.22,59	
	<i>33,58</i>	<i>40,29</i>	<i>42,73</i>	<i>42,59</i>	<i>42,83</i>	<i>41,97</i>	<i>40,81</i>	<i>37,79</i>	
10	Hansvik, Ingemann	2008	Rørvik SLK					5.23,34	282
	36,04	1.17,32	1.58,97	2.40,85	3.21,40	4.02,54	4.44,38	5.23,34	
	<i>36,04</i>	<i>41,28</i>	<i>41,65</i>	<i>41,88</i>	<i>40,55</i>	<i>41,14</i>	<i>41,84</i>	<i>38,96</i>	
11	Ekrem, Thomas Stur	2008	Trondhjems SLK					5.29,69	266
	35,55	1.16,84	1.59,38	2.41,42	3.24,32	4.05,37	4.46,76	5.29,69	
	<i>35,55</i>	<i>41,29</i>	<i>42,54</i>	<i>42,04</i>	<i>42,90</i>	<i>41,05</i>	<i>41,39</i>	<i>42,93</i>	
12	Rimul, Ludvik	2008	Stjørdals-Blink IL					5.52,48	218
	37,85	1.20,72	2.05,32	2.50,97	3.36,70	4.23,36	5.09,72	5.52,48	
	<i>37,85</i>	<i>42,87</i>	<i>44,60</i>	<i>45,65</i>	<i>45,73</i>	<i>46,66</i>	<i>46,36</i>	<i>42,76</i>	
13	Åkvik, Emil Andre	2008	Vestbyen IL Trondheim					6.27,89	163
	38,89	1.24,98	2.08,95	2.55,33	3.42,11	4.45,48	5.37,01	6.27,89	
	<i>38,89</i>	<i>46,09</i>				<i>3.20,50</i>	<i>51,53</i>	<i>50,88</i>	

17.03.2023 - Kortbane

Øvelse 13. 400m fri, jenter - født 2007

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid				Poeng
1p	Wik, Tuva Sofie Haram	2007	Aalesunds SLK	3.24,80	4.00,52	4.35,00	4.35,00	615
	31,00 1.05,14	1.39,59	2.14,24	2.49,18	3.24,80	4.00,52	4.35,00	
	31,00 34,14	34,45	34,65	34,94	35,62	35,72	34,48	
2p	Alvestad, Maria Erikovna	2007	Trondhjems SLK	3.29,02	4.04,08	4.36,27	4.36,27	607
	31,79 1.06,88	1.42,75	2.18,05	2.53,77	3.29,02	4.04,08	4.36,27	
	31,79 35,09	35,87	35,30	35,72	35,25	35,06	32,19	
3p	Mørkedal, Maria Nesje	2007	Molde SLK	3.26,32	4.01,93	4.36,60	4.36,60	604
	31,67 1.05,93	1.40,81	2.15,57	2.50,91	3.26,32	4.01,93	4.36,60	
	31,67 34,26	34,88	34,76	35,34	35,41	35,61	34,67	
4	Voll, Tora Linnea Bakkan	2007	Verdal SK	3.48,50	4.27,56	5.04,64	5.04,64	452
	33,88 1.11,70	1.50,44	2.29,48	3.09,01	3.48,50	4.27,56	5.04,64	
	33,88 37,82	38,74	39,04	39,53	39,49	39,06	37,08	
5	Handberg, Sofia	2007	Vestbyen IL Trondheim	3.53,35	4.34,73	5.14,23	5.14,23	412
	33,85 1.11,65	1.50,97	2.30,96	3.12,44	3.53,35	4.34,73	5.14,23	
	33,85 37,80	39,32	39,99	41,48	40,91	41,38	39,50	
6	Elden, Dina Aglen	2007	Namsos SK	4.02,80	4.44,17	5.22,97	5.22,97	379
	35,76 1.16,26	1.57,45	2.39,66	3.27,09	4.02,80	4.44,17	5.22,97	
	35,76 40,50	41,19	42,21	44,06	1.23,14	41,37	38,80	
7	Bøyum-Folkeseth, Oda Linea	2007	Molde SLK	4.11,03	4.53,77	5.33,54	5.33,54	344
	36,09 1.17,15	1.59,66	2.43,03	3.27,09	4.11,03	4.53,77	5.33,54	
	36,09 41,06	42,51	43,37	44,06	43,94	42,74	39,77	
8	Vik, Andrea Haga	2007	Volda TIL	4.12,74	4.55,33	5.34,95	5.34,95	340
	36,90 1.19,38	2.01,89	2.45,35	3.28,73	4.12,74	4.55,33	5.34,95	
	36,90 42,48	42,51	43,46	43,38	44,01	42,59	39,62	
9	Wiik, Margit Berge	2007	Kristiansund SK	4.22,71	5.08,53	5.51,17	5.51,17	295
	39,60 1.22,93	2.07,36	2.52,25	3.37,44	4.22,71	5.08,53	5.51,17	
	39,60 43,33	44,43	44,89	45,19	45,27	45,82	42,64	
10	Lien, Tiril Johanne Jerstad	2007	Vestbyen IL Trondheim	4.26,19	5.11,55	5.56,18	5.56,18	283
	38,61 1.22,65	2.08,02	2.53,76	3.40,25	4.26,19	5.11,55	5.56,18	
	38,61 44,04	45,37	45,74	46,49	45,94	45,36	44,63	
11	Lisovska, Anastasija	2007	Orkanger IF	4.31,50	5.18,80	6.04,12	6.04,12	265
	39,80 1.23,65	2.09,62	2.56,11	3.43,34	4.31,50	5.18,80	6.04,12	
	39,80 43,85	45,97	46,49	47,23	48,16	47,30	45,32	

17.03.2023 - Kortbane

Øvelse 14. 400m fri, gutter - født 2007

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid				Poeng
1p	Lien, Elias Hauge	2007	Trondhjems SLK	3.19,42	4.24,60	4.24,60	4.24,60	516
	30,16 1.03,58	1.37,55	2.11,53	2.45,39	3.19,42	4.24,60	4.24,60	
	30,16 33,42	33,97	33,98	33,86	34,03	34,03	1.05,18	
2p	Berg, Aleksander	2007	Verdal SK	3.18,78	4.24,81	4.24,81	4.24,81	514
	30,11 1.03,00	1.36,71	2.10,54	2.44,58	3.18,78	4.24,81	4.24,81	
	30,11 32,89	33,71	33,83	34,04	34,20	33,50	32,53	
3p	Hakvåg-Sandengen, Eirik	2007	Trondhjems SLK	3.22,36	4.32,08	4.32,08	4.32,08	474
	30,14 1.04,02	1.37,96	2.12,46	2.47,06	3.22,36	4.32,08	4.32,08	
	30,14 33,88	33,94	34,50	34,60	35,30	35,23	34,49	
4	Alsos, Andreas Aglen	2007	Trondhjems SLK	3.32,41	4.42,86	4.42,86	4.42,86	422
	30,45 1.05,44	1.41,79	2.25,82	3.07,00	3.32,41	4.42,86	4.42,86	
	30,45 34,99	36,35	1.14,03	36,59	36,52	33,93	33,93	
5	Isaksen, Jakob	2007	Trondhjems SLK	3.31,73	4.44,37	4.44,37	4.44,37	415
	30,95 1.05,87	1.41,66	2.17,93	2.54,94	3.31,73	4.44,37	4.44,37	
	30,95 34,92	35,79	36,27	37,01	36,79	37,05	35,59	
6	Wahl, Jobbjørn	2007	Stjørdals-Blink IL	3.35,32	4.45,81	4.45,81	4.45,81	409
	32,57 1.08,10	1.44,48	2.21,53	2.58,46	3.35,32	4.45,81	4.45,81	
	32,57 35,53	36,38	37,05	36,93	36,86	36,90	33,59	
7	Jensen, Leonard	2007	Levanger SLK	3.36,01	4.49,28	4.49,28	4.49,28	394
	31,12 1.06,18	1.42,93	2.20,16	2.58,04	3.36,01	4.49,28	4.49,28	
	31,12 35,06	36,75	37,23	37,88	37,97	37,77	35,50	
8	Nedrelid, Eskil Kleiven	2007	Volda TIL	3.35,24	4.49,68	4.49,68	4.49,68	393
	30,09 1.04,53	1.41,63	2.19,25	2.57,33	3.35,24	4.49,68	4.49,68	
	30,09 34,44	37,10	37,62	38,08	37,91	37,87	36,57	

9	Sørflaten, Magnus	2007 Molde SLK	4.51,93	384				
	32,47 32,47	1.08,49 36,02	1.44,91 36,42	2.22,03 37,12	2.59,23 37,20	3.36,75 37,52	4.14,81 38,06	4.51,93 37,12
10	Skomakerstuen-Krognes, Peer August	2007 Vestbyen IL Trondheim	4.52,43					
	31,11 31,11	1.06,73 35,62	1.43,76 37,03	2.21,61 37,85	2.59,02 37,41	3.36,73 37,71	4.15,00 38,27	4.52,43 37,43
11	Kleveland, Marius Jacobsen	2007 Vestbyen IL Trondheim	4.54,87	372				
	31,37 31,37	1.08,44 37,07	1.46,41 37,97	2.24,42 38,01	3.03,18 38,76	3.41,76 38,58	4.19,27 37,51	4.54,87 35,60
12	Nor, Jo Kebriel Stølhaug	2007 Vestbyen IL Trondheim	4.59,55	355				
	32,25 32,25	1.07,62 35,37	1.44,87 37,25	2.23,02 38,15	3.01,58 38,56	3.40,76 39,18	4.20,48 39,72	4.59,55 39,07
13	Løvås, Sander	2007 Orkanger IF	5.02,69	344				
	32,38 32,38	1.09,27 36,89	1.48,58 39,31	2.27,15 38,57	3.06,54 39,39	3.45,99 39,45	4.24,91 38,92	5.02,69 37,78
14	Krokå, Are Kragset	2007 Aalesunds SLK	5.06,31	332				
	31,58 31,58	1.08,43 36,85	1.47,39 38,96	2.26,57 39,18	3.06,59 40,02	3.47,55 40,96	4.27,44 39,89	5.06,31 38,87
15	Hanssen, Laurits Sørli	2007 Leka IL	5.08,10	326				
	32,67 32,67	1.09,65 36,98	1.48,59 38,94	2.28,78 40,19	3.09,02 40,24	3.50,39 41,37	4.31,65 41,26	5.08,10 36,45
16	Langaas, Trym Ludvig	2007 Vestbyen IL Trondheim	5.21,43	287				
	33,86 33,86	1.13,16 39,30	1.54,04 40,88	2.35,62 41,58	3.17,46 41,84	3.59,70 42,24	4.41,59 41,89	5.21,43 39,84
17	Langaas, Trygg Lauritz	2007 Vestbyen IL Trondheim	5.23,83	281				
	34,08 34,08	1.13,92 39,84	1.55,01 41,09			4.01,89 2.06,88		5.23,83 1.21,94
18	Bard, Scott Myran	2007 Malvik IL	5.41,48	240				
	1.15,52 1.15,52		1.57,21 41,69	2.41,64 44,43	3.26,29 44,65	4.11,99 45,70	4.58,15 46,16	5.41,48 43,33
19	Folven, Rasmus	2007 Vestbyen IL Trondheim	5.52,39	218				
	37,21 37,21	1.21,41 44,20	2.06,24 44,83	2.51,71 45,47	3.37,23 45,52	4.23,05 45,82	5.09,01 45,96	5.52,39 43,38
20	Voldsund, Simon Slotsvik	2007 Ytre Søre Sunnmøre SK	5.57,69	208				
	1.18,21 1.18,21			2.47,96 1.29,75		4.21,87 1.33,91		5.57,69 1.35,82

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 17. 200m fri, jenter - født 2012

Plass	Navn	Født	Klubb	HC	Prosent	Tid	Poeng
1p	Valle, Sissel Furuholt	2012	Trondhjems SLK			2.51,90	264
	40,83 (40,83)		1.26,15 (45,32)		2.12,09 (45,94)	2.51,90 (39,81)	
2p	Osland, Ada Fludal	2012	Trondhjems SLK			2.53,04	259
	38,49 (38,49)		1.23,36 (44,87)		2.10,18 (46,82)	2.53,04 (42,86)	
3p	Jensen, Lykke Aglen	2012	Namsos SK			2.53,71	256
	38,61 (38,61)		1.24,02 (45,41)		2.10,59 (46,57)	2.53,71 (43,12)	
4	Munkhaugen, Emmelin	2012	Kattem IL			3.02,37	221
	42,40 (42,40)		1.29,58 (47,18)		2.18,07 (48,49)	3.02,37 (44,30)	
5	Monstø, Hansine Rindberg	2012	Trondhjems SLK			3.05,57	210
	42,27 (42,27)		1.29,62 (47,35)		2.16,86 (47,24)	3.05,57 (48,71)	
6	Sandsund, Kristina Aleman	2012	Kattem IL			3.09,32	197
	42,93 (42,93)					3.09,32 (2.26,39)	
7	Sønstabø, Saga Krekvik	2012	Molde SLK			3.15,87	178
	42,77 (42,77)		1.32,78 (50,01)		2.25,32 (52,54)	3.15,87 (50,55)	
8	Holand, Alina Madelen	2012	Leka IL			3.31,39	142
	43,48 (43,48)		1.37,45 (53,97)			3.31,39 (1.53,94)	
9	Faksvåg, Victoria Pedersen	2012	Kristiansund SK			4.28,01	69
	57,36 (57,36)		2.07,71 (1.10,35)		3.18,57 (1.10,86)	4.28,01 (1.09,44)	
1p	Walsh, Astri Lillebø	2008	Ytre Søre Sunnmøre SK	S10	142,41%	3.03,19	218
	41,46 (41,46)		1.29,93 (48,47)		2.19,10 (49,17)	3.03,19 (44,09)	

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 18. 200m fri, gutter - født 2012

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Spangelo, Edvin Grenne 41,75 (41,75)	2012	Trondhjems SLK	3.07,08 (47,84)	149
2p	Stolbunov, Gleb	2012	Kattem IL	3.07,30 (46,60)	149
3p	Ulriksen, Eirik Hamnes 45,41 (45,41)	2012	Trondhjems SLK	3.28,57 (52,07)	108
4	Smuk, Bernard 47,88 (47,88)	2012	Trondhjems SLK	3.42,91 (56,50)	88
5	Jørgensen, Iver Ormbostad 51,82 (51,82)	2012	Kristiansund SK	3.51,41 (2.59,59)	79
	Szczesniak, Szymon	2012	Aalesunds SLK		DISK

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 19. 400m fri, jenter - født 2011

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	French, Lilly Solvei 38,68 1.22,71 38,68 44,03	2011	Kristiansund SK	5.55,23	285
2p	Lundgren, Helle 39,92 1.24,93 39,92 45,01	2011	Trondhjems SLK	6.04,02	265
3p	Amundsen, Arina 1.22,34 1.22,34	2011	Stjørdals-Blink IL	6.08,13	256
4	Høvik-Tøndel, Mie 40,84 1.27,88 40,84 47,04	2011	Vestbyen IL Trondheim	6.18,95	235
5	Hessen, Sienna Nicole Bradley 44,07 1.33,79 44,07 49,72	2011	Aalesunds SLK	6.35,65	206
6	Skulbørstad, Ida Stokke 1.35,43 1.35,43	2011	Stjørdals-Blink IL	6.43,76	194
7	Røkke, Anna Torsdotter Wang 44,43 1.33,85 44,43 49,42	2011	Stjørdals-Blink IL	6.43,88	194
8	Osdal, Karoline 40,02 1.27,66 40,02 47,64	2011	Aalesunds SLK	6.44,23	193

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 20. 400m fri, gutter - født 2011

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Muthanna, Lucas Nachappa 37,92 1.21,56 37,92 43,64	2011	Trondhjems SLK	5.40,21	242
2p	Isaksen, Mattias 1.18,86 1.18,86	2011	Trondhjems SLK	6.20,66	173
3p	Torske, Aksel Mørkedal 41,07 1.28,06 41,07 46,99	2011	Molde SLK	6.30,56	160
4	Hessen, Sigurd Vågan 42,34 1.29,43 42,34 47,09	2011	Aalesunds SLK	6.32,44	158

Trondhjems SLK

Trondheim

5	Svendsen, Ludvig	2011	Trondhjems SLK					6.46,43	142
	1.13,38 <i>1.13,38</i>		3.20,17 <i>2.06,79</i>	4.14,07 <i>53,90</i>	5.59,49 <i>1.45,42</i>	6.46,43 <i>46,94</i>			
6	Kristengård, Leonard Tafjord	2011	Molde SLK					7.19,68	112
	48,04 <i>48,04</i>	1.44,21 <i>56,17</i>	2.39,37 <i>55,16</i>	3.36,52 <i>57,15</i>	4.33,95 <i>57,43</i>	5.30,93 <i>56,98</i>	6.25,51 <i>54,58</i>	7.19,68 <i>54,17</i>	

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 21. 100m butterfly, jenter - født 2010

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Bell, Idunn	2010	Vestbyen IL Trondheim	1.24,37	270
	38,09 (38,09)		1.24,37 (46,28)		
2p	Solseth, Vilde Fremstad	2010	Vestbyen IL Trondheim	1.24,49	269
	38,16 (38,16)		1.24,49 (46,33)		
3p	Gaupseth, Matilda Røsgaard	2010	Kristiansund SK	1.28,02	238
	41,19 (41,19)		1.28,02 (46,83)		
4	Kvalsund, Ava Remøy	2010	Aalesunds SLK	1.29,71	225
	39,29 (39,29)		1.29,71 (50,42)		
5	Jensen, Smilla Aglen	2010	Namsos SK	1.33,84	196
	44,41 (44,41)		1.33,84 (49,43)		
6	Berg, Marita	2010	Verdal SK	1.35,00	189
	44,64 (44,64)		1.35,00 (50,36)		
7	Indergård, Vilde Mathea	2010	Vestbyen IL Trondheim	1.40,73	159
	45,90 (45,90)		1.40,73 (54,83)		
8	Sivgin, Suna Almina Sellesbakk	2010	Kattem IL	1.40,79	158
	46,53 (46,53)		1.40,79 (54,26)		
9	Klungervik, Anita	2010	Orkanger IF	1.41,29	156
	43,87 (43,87)		1.41,29 (57,42)		
10	Cramariuc, Madalina	2010	Namsos SK	1.43,42	147
	47,74 (47,74)		1.43,42 (55,68)		
11	Ulstein-Vestbøstad, Oda	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK	1.44,15	143
	47,38 (47,38)		1.44,15 (56,77)		
12	Henriksen, Sigrid Moen	2010	Trondhjems SLK	1.46,92	133
	49,69 (49,69)		1.46,92 (57,23)		
13	Pettersen, Eline Malum	2010	Rørvik SLK	2.00,46	93
	54,91 (54,91)		2.00,46 (1.05,55)		
14	Hvalstad, Ellinor Bruseth	2010	Rørvik SLK	2.20,25	58
	59,89 (59,89)		2.20,25 (1.20,36)		

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 22. 100m butterfly, gutter - født 2010

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rukovsky, Tima	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK	1.17,09	238
	34,75 (34,75)		1.17,09 (42,34)		
2p	Baarholm, Balder	2010	Trondhjems SLK	1.18,17	228
	33,94 (33,94)		1.18,17 (44,23)		
3p	Sattanathan, Vishnu	2010	Trondhjems SLK	1.23,23	189
	38,31 (38,31)		1.23,23 (44,92)		
4	Sommerdalen, Aksel	2010	Aalesunds SLK	1.23,37	188
	37,23 (37,23)		1.23,37 (46,14)		
5	Remlo, Skage Raudsepp	2010	Kattem IL	1.28,87	155
	39,04 (39,04)		1.28,87 (49,83)		
6	Borgeteien, Karl Filip	2010	Namsos SK	1.29,59	151
	40,52 (40,52)		1.29,59 (49,07)		
7	Baumanis, Georgs	2010	Kristiansund SK	1.31,15	144
	39,60 (39,60)		1.31,15 (51,55)		

Trondhjems SLK

Trondheim

8	Ristesund, Elias Vonheim	2010 Aalesunds SLK	1.31,89	140
	39,88 (39,88)	1.31,89 (52,01)		
9	Ramstad, Oliver Grøtte	2010 Trondhjems SLK	1.33,17	134
	43,14 (43,14)	1.33,17 (50,03)		
10	Kirkvold, Emre Vold	2010 Trondhjems SLK	1.33,67	132
	42,40 (42,40)	1.33,67 (51,27)		
11	Sorteberg, Bjørn Eimar Endal	2010 Trondhjems SLK	1.34,69	128
	41,62 (41,62)	1.34,69 (53,07)		
12	Holm, Felix	2010 Kristiansund SK	1.36,31	122
	41,95 (41,95)	1.36,31 (54,36)		
13	Sonflå, Ole Marius Øseth	2010 Namsos SK	1.37,12	119
	43,47 (43,47)	1.37,12 (53,65)		
14	Nordhøy-Varsi, Oliver	2010 Namsos SK	1.45,94	91
	47,71 (47,71)	1.45,94 (58,23)		
15	Langsetmo, Magnus	2010 Stjørdals-Blink IL	1.46,81	89
	50,38 (50,38)	1.46,81 (56,43)		
16	Stav, Emre	2010 Vestbyen IL Trondheim	1.47,60	87
	49,23 (49,23)	1.47,60 (58,37)		
17	Hoseth, Adam	2010 Kristiansund SK	1.48,81	84
	49,75 (49,75)	1.48,81 (59,06)		
18	Louka, Nick	2010 Kristiansund SK	2.04,54	56
	57,27 (57,27)	2.04,54 (1.07,27)		
	Czuba, Daniel Stanislaw	2010 Trondhjems SLK	DISK	

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 23. 100m butterfly, jenter - født 2009

Plass	Navn	Født Klubb	Tid	Poeng
1p	Olden, Silje Pettersen	2009 Trondhjems SLK	1.12,53	426
	32,58 (32,58)	1.12,53 (39,95)		
2p	Hanssen, Stella Sørli	2009 Leka IL	1.18,33	338
	36,27 (36,27)	1.18,33 (42,06)		
3p	Brændeland, Erica	2009 Aalesunds SLK	1.19,70	321
	36,13 (36,13)	1.19,70 (43,57)		
4	Redse-Arset, Maria	2009 Ytre Søre Sunnmøre SK	1.21,98	295
	38,00 (38,00)	1.21,98 (43,98)		
5	Forås, Eiril Bjørdal	2009 Aalesunds SLK	1.23,33	281
	37,25 (37,25)	1.23,33 (46,08)		
6	Sinko, Dominyka	2009 Aalesunds SLK	1.27,25	244
	39,59 (39,59)	1.27,25 (47,66)		
7	Kumlin-Herfjord, Matilde Elin	2009 Aalesunds SLK	1.29,42	227
	40,89 (40,89)	1.29,42 (48,53)		
8	Winnberg, Olea	2009 Trondhjems SLK	1.30,19	221
	41,16 (41,16)	1.30,19 (49,03)		
9	Rønning, Aurora Mannsverk	2009 Malvik IL	1.30,33	220
	42,30 (42,30)	1.30,33 (48,03)		
10	Bjørnevik, Martine Norvoll	2009 Aalesunds SLK	1.31,28	213
	41,18 (41,18)	1.31,28 (50,10)		
11	Skuseth, Marie	2009 Trondhjems SLK	1.31,83	210
	40,30 (40,30)	1.31,83 (51,53)		
12	Heibert, Linnea	2009 Namsos SK	1.34,40	193
	40,75 (40,75)	1.34,40 (53,65)		
13	Mordal, Andrine Indbjør	2009 Molde SLK	1.36,52	180
	45,00 (45,00)	1.36,52 (51,52)		
14	Samdahl, Trine	2009 Vestbyen IL Trondheim	1.36,88	178
	41,37 (41,37)	1.36,88 (55,51)		
15	Lian, Agathe	2009 Kristiansund SK	1.37,05	177
	44,05 (44,05)	1.37,05 (53,00)		
16	Torhaug, Rikke Rimstad	2009 Molde SLK	1.40,14	162
	43,40 (43,40)	1.40,14 (56,74)		

Trondhjems SLK

Trondheim

17	Remen, Inga Marie	2009 Molde SLK	1.42,92	149
	45,38 (45,38)	1.42,92 (57,54)		
18	Bøyum-Folkeseth, Lilja Matea	2009 Molde SLK	1.43,98	144
	47,29 (47,29)	1.43,98 (56,69)		
19	By, Emilia Airisniemi	2009 Malvik IL	1.45,11	140
	47,18 (47,18)	1.45,11 (57,93)		
20	Mathisen, Marianne Primrose	2009 Leka IL	1.46,93	133
	50,04 (50,04)	1.46,93 (56,89)		
21	Jensen, Mina Sofie	2009 Levanger SLK	1.48,04	128
	48,87 (48,87)	1.48,04 (59,17)		
22	Aas, Johanne	2009 Kattem IL	2.03,39	86
	52,68 (52,68)	2.03,39 (1.10,71)		

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 24. 100m butterfly, gutter - født 2009

Plass	Navn	Født Klubb	Tid	Poeng
1p	Leine, Adrian Manuel Jung	2009 Ytre Søre Sunnmøre SK	1.07,94	347
	31,22 (31,22)	1.07,94 (36,72)		
2p	Trelstad, Birk Skaalvik	2009 Trondhjems SLK	1.11,08	303
	33,06 (33,06)	1.11,08 (38,02)		
3p	Sørli, Leander Minu	2009 Levanger SLK	1.17,44	234
	34,82 (34,82)	1.17,44 (42,62)		
4	Kringstad, Elian Theodor	2009 Trondhjems SLK	1.23,99	184
	38,37 (38,37)	1.23,99 (45,62)		
5	Refseth, Aksel Viken	2009 Trondhjems SLK	1.24,06	183
	37,81 (37,81)	1.24,06 (46,25)		
6	Amdahl, Herleif	2009 Stjørdals-Blink IL	1.26,35	169
	38,51 (38,51)	1.26,35 (47,84)		
7	Løkhaug, Adrian Os	2009 Malvik IL	1.27,05	165
	37,71 (37,71)	1.27,05 (49,34)		
8	Christiansen, Kaj Ruben	2009 Vestbyen IL Trondheim	1.28,62	156
	38,13 (38,13)	1.28,62 (50,49)		
9	Kleive, Marius Solbakken	2009 Aalesunds SLK	1.29,84	150
	40,48 (40,48)	1.29,84 (49,36)		
10	Øvrum, Simen Green	2009 Verdal SK	1.32,74	136
	37,95 (37,95)	1.32,74 (54,79)		
11	Sandsmark, Eirik	2009 Aalesunds SLK	1.32,93	135
	41,96 (41,96)	1.32,93 (50,97)		
12	Hessen, Eivind Vågan	2009 Aalesunds SLK	1.37,03	119
	41,86 (41,86)	1.37,03 (55,17)		
13	Adsen, Sondre Aakerholm	2009 Trondhjems SLK	1.37,40	118
	41,85 (41,85)	1.37,40 (55,55)		
14	Munkeby, Johan Lie	2009 Levanger SLK	1.39,87	109
	41,50 (41,50)	1.39,87 (58,37)		
15	Fossheim, Kristoffer Skarsvåg	2009 Vestbyen IL Trondheim	1.44,91	94
	44,74 (44,74)	1.44,91 (1.00,17)		
16	Pettersen-Skjerve, Emil Leonhard	2009 Verdal SK	2.25,80	35
	1.01,31 (1.01,31)	2.25,80 (1.24,49)		

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 25. 100m butterfly, jenter - født 2008

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rahnel, Filippa Sætre 32,65 (32,65)	2008	Aalesunds SLK	1.10,82	458
2p	Kvalsund, Selma Remøy 34,12 (34,12)	2008	Aalesunds SLK	1.12,05	434
3p	Teigland, Olivia Refsnes 34,45 (34,45)	2008	Aalesunds SLK	1.14,18	398
4	Flåan, Mila Maria 34,44 (34,44)	2008	Trondhjems SLK	1.16,07	369
5	Strand, Emelin Øseth 37,24 (37,24)	2008	Namsos SK	1.22,45	290
6	Tjeldvoll, Emma Lu 37,36 (37,36)	2008	Trondhjems SLK	1.25,90	256
7	Lauritzen, Frøya Ravn 39,58 (39,58)	2008	Rørvik SLK	1.30,19	221
8	Jøssund, Iselin 42,26 (42,26)	2008	Namsos SK	1.31,81	210
9	Helseth, Emilia Restrepo 39,46 (39,46)	2008	Aalesunds SLK	1.33,50	199
10	Sæther, Nora Helene 44,51 (44,51)	2008	Vestbyen IL Trondheim	1.39,59	164
11	Christiansen, Alma 47,46 (47,46)	2008	Rørvik SLK	1.46,55	134

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 26. 100m butterfly, gutter - født 2008

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sigernes, Brage Wetjen 31,14 (31,14)	2008	Trondhjems SLK	1.07,16	360
2p	Bergquist-Ulvin, Oliver 31,06 (31,06)	2008	Malvik IL	1.08,33	341
3p	Helland, Christian Corona 32,29 (32,29)	2008	Vestbyen IL Trondheim	1.09,94	318
4	Olsen, Philip Hoel 31,32 (31,32)	2008	Kristiansund SK	1.12,01	292
4	Thomaz, Aiden Johannes 31,69 (31,69)	2008	Stjørdals-Blink IL	1.12,01	292
6	Skulbørstad, Leo Stokke 33,79 (33,79)	2008	Stjørdals-Blink IL	1.13,85	270
7	Nygård, Carl Victor Mukisa 33,53 (33,53)	2008	Trondhjems SLK	1.14,41	264
8	Møllerløkken, Sondre Brunvoll 36,33 (36,33)	2008	Trondhjems SLK	1.18,05	229
9	Hjelvik, Aron Fu 38,31 (38,31)	2008	Aalesunds SLK	1.22,19	196
10	Hansvik, Ingemann 37,40 (37,40)	2008	Rørvik SLK	1.22,25	196
11	Ekrem, Thomas Stur 37,59 (37,59)	2008	Trondhjems SLK	1.23,21	189
12	Rimul, Ludvik 40,21 (40,21)	2008	Stjørdals-Blink IL	1.38,27	114
13	Åkvik, Emil Andre 50,13 (50,13)	2008	Vestbyen IL Trondheim	1.57,84	66

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 27. 100m butterfly, jenter - født 2007

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Alvestad, Maria Erikovna 30,52 (30,52)	2007	Trondhjems SLK	1.06,11 (35,59)	563
2p	Voll, Tora Linnea Bakkan 32,62 (32,62)	2007	Verdal SK	1.11,08 (38,46)	452
3p	Mørkedal, Maria Nesje 32,98 (32,98)	2007	Molde SLK	1.12,97 (39,99)	418
4	Wik, Tuva Sofie Haram 33,49 (33,49)	2007	Aalesunds SLK	1.13,11 (39,62)	416
5	Handberg, Sofia 36,45 (36,45)	2007	Vestbyen IL Trondheim	1.22,18 (45,73)	293
6	Vik, Andrea Haga 37,84 (37,84)	2007	Volda TIL	1.23,66 (45,82)	277
7	Bøyum-Folkeseth, Oda Linea 39,89 (39,89)	2007	Molde SLK	1.28,68 (1.28,68)	233
8	Elden, Dina Aglen 39,89 (39,89)	2007	Namsos SK	1.29,52 (49,63)	226
9	Lisovska, Anastasija 40,08 (40,08)	2007	Orkanger IF	1.40,08 (1.40,08)	162
10	Wiik, Margit Berge 43,03 (43,03)	2007	Kristiansund SK	1.43,03 (1.43,03)	148
11	Lien, Tiril Johanne Jerstad 48,63 (48,63)	2007	Vestbyen IL Trondheim	1.48,63 (1.48,63)	126

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 28. 100m butterfly, gutter - født 2007

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Lien, Elias Hauge 29,28 (29,28)	2007	Trondhjems SLK	1.03,83 (34,55)	419
2p	Berg, Aleksander 30,79 (30,79)	2007	Verdal SK	1.05,60 (34,81)	386
3p	Hakvåg-Sandengen, Eirik 31,43 (31,43)	2007	Trondhjems SLK	1.07,04 (35,61)	362
4	Sørflaten, Magnus 31,11 (31,11)	2007	Molde SLK	1.08,16 (37,05)	344
5	Nedrelid, Eskil Kleiven 31,75 (31,75)	2007	Volda TIL	1.09,18 (37,43)	329
6	Alsos, Andreas Aglen 31,64 (31,64)	2007	Trondhjems SLK	1.09,47 (37,83)	325
7	Nor, Jo Kebriel Stølhaug 31,83 (31,83)	2007	Vestbyen IL Trondheim	1.10,13 (38,30)	316
8	Wahl, Jobjørn 33,24 (33,24)	2007	Stjørdals-Blink IL	1.11,89 (38,65)	293
9	Hanssen, Laurits Sørli 32,77 (32,77)	2007	Leka IL	1.13,01 (40,24)	280
10	Jensen, Leonard 35,34 (35,34)	2007	Levanger SLK	1.15,02 (39,68)	258
11	Krokå, Are Kragset 33,84 (33,84)	2007	Aalesunds SLK	1.16,61 (42,77)	242
12	Isaksen, Jakob 35,04 (35,04)	2007	Trondhjems SLK	1.16,88 (41,84)	240
13	Kleveland, Marius Jacobsen 35,59 (35,59)	2007	Vestbyen IL Trondheim	1.19,20 (43,61)	219
14	Løvås, Sander 34,96 (34,96)	2007	Orkanger IF	1.19,44 (44,48)	217

15 Skomakerstuen-Krognes, Peer August2007 1.20,24	211 36,26 (36,26)	1.20,24 (43,98)	Vestbyen IL Trondheim		
16 Langaas, Trygg Lauritz	2007 Vestbyen IL Trondheim 38,46 (38,46)	1.25,09 (46,63)		1.25,09	177
17 Voldsund, Simon Slotsvik	2007 Ytre Søre Sunnmøre SK 38,86 (38,86)	1.25,37 (46,51)		1.25,37	175
18 Bard, Scott Myran	2007 Malvik IL 39,11 (39,11)	1.26,62 (47,51)		1.26,62	167
19 Langaas, Trym Ludvig	2007 Vestbyen IL Trondheim 40,85 (40,85)	1.31,04 (50,19)		1.31,04	144
20 Folven, Rasmus	2007 Vestbyen IL Trondheim 39,94 (39,94)	1.34,05 (54,11)		1.34,05	131

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 31. 100m bryst, jenter - født 2012

Plass	Navn	Født Klubb	HC	Tid	Poeng
1p	Osland, Ada Fludal 45,91 (45,91)	2012 Trondhjems SLK 1.38,09 (52,18)		1.38,09	256
2p	Valle, Sissel Furuholt 47,91 (47,91)	2012 Trondhjems SLK 1.38,54 (50,63)		1.38,54	253
3p	Jensen, Lykke Aglen 49,28 (49,28)	2012 Namsos SK 1.44,06 (54,78)		1.44,06	215
4	Monsø, Hansine Rindberg 50,46 (50,46)	2012 Trondhjems SLK 1.45,99 (55,53)		1.45,99	203
5	Sønstabø, Saga Krekvik 49,70 (49,70)	2012 Molde SLK 1.46,03 (56,33)		1.46,03	203
6	Munkhaugen, Emmelin 51,36 (51,36)	2012 Kattem IL 1.47,76 (56,40)		1.47,76	193
7	Faksvåg, Victoria Pedersen 55,65 (55,65)	2012 Kristiansund SK 1.57,78 (1.02,13)		1.57,78	148
8	Sandsund, Kristina Aleman 53,90 (53,90)	2012 Kattem IL 1.59,47 (1.05,57)		1.59,47	142
9	Holand, Alina Madelen 1.08,24 (1.08,24)	2012 Leka IL 2.28,22 (1.19,98)		2.28,22	74
1p	Walsh, Astri Lillebø 1.00,03 (1.00,03)	2008 Ytre Søre Sunnmøre SK 2.10,72 (1.10,69)	SB10	2.10,72	108

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 32. 100m bryst, gutter - født 2012

Plass	Navn	Født Klubb	Tid	Poeng
1p	Stolbunov, Gleb 55,17 (55,17)	2012 Kattem IL 1.53,19 (58,02)	1.53,19	116
2p	Spangelo, Edvin Grenne 55,31 (55,31)	2012 Trondhjems SLK 1.55,34 (1.00,03)	1.55,34	110
3p	Ulriksen, Eirik Hamnes 56,51 (56,51)	2012 Trondhjems SLK 1.56,39 (59,88)	1.56,39	107
4	Smuk, Bernard 57,71 (57,71)	2012 Trondhjems SLK 1.59,84 (1.02,13)	1.59,84	98
5	Jørgensen, Iver Ormbostad 59,89 (59,89)	2012 Kristiansund SK 2.06,35 (1.06,46)	2.06,35	83
6	Szczesniak, Szymon 1.03,66 (1.03,66)	2012 Aalesunds SLK 2.15,31 (1.11,65)	2.15,31	68

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 33. 200m bryst, jenter - født 2011

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Høvik-Tøndel, Mie 49,05 (49,05)	2011	Vestbyen IL Trondheim	3.39,14 (55,94)	231
2p	Osdal, Karoline 50,03 (50,03)	2011	Aalesunds SLK	3.40,22 (54,94)	228
3p	French, Lilly Solvei 50,93 (50,93)	2011	Kristiansund SK	3.43,58 (55,41)	218
4	Skulbørstad, Ida Stokke 50,69 (50,69)	2011	Stjørdals-Blink IL	3.43,92 (55,84)	217
5	Hessen, Sienna Nicole Bradley 57,08 (57,08)	2011	Aalesunds SLK	3.54,41 (57,25)	189
6	Lundgren, Helle 52,88 (52,88)	2011	Trondhjems SLK	4.01,85 (1.03,71)	172
7	Røkke, Anna Torsdotter Wang 55,53 (55,53)	2011	Stjørdals-Blink IL	4.04,35 (1.02,47)	167
8	Amundsen, Arina 53,88 (53,88)	2011	Stjørdals-Blink IL	4.08,27 (1.05,05)	159

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 34. 200m bryst, gutter - født 2011

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Muthanna, Lucas Nachappa 47,72 (47,72)	2011	Trondhjems SLK	3.19,70 (49,51)	217
2p	Torske, Aksel Mørkedal 48,56 (48,56)	2011	Molde SLK	3.36,09 (54,74)	171
3p	Svensden, Ludvig 50,73 (50,73)	2011	Trondhjems SLK	3.46,35 (56,55)	149
4	Hessen, Sigurd Vågan 52,91 (52,91)	2011	Aalesunds SLK	3.52,02 (59,37)	138
5	Isaksen, Mattias 54,86 (54,86)	2011	Trondhjems SLK	3.57,09 (1.00,54)	130
6	Kristengård, Leonard Tafjord 1.04,72 (1.04,72)	2011	Molde SLK	4.31,44 (1.06,73)	86

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 35. 200m bryst, jenter - født 2010

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Berg, Marita 43,31 (43,31)	2010	Verdal SK	3.08,81 (46,97)	362
2p	Bell, Idunn 44,58 (44,58)	2010	Vestbyen IL Trondheim	3.13,64 (49,07)	335
3p	Kvalsund, Ava Remøy 45,07 (45,07)	2010	Aalesunds SLK	3.17,16 (49,75)	317
4	Klungervik, Anita 45,35 (45,35)	2010	Orkanger IF	3.18,01 (50,80)	313
5	Jensen, Smilla Aglen 45,76 (45,76)	2010	Namsos SK	3.18,04 (48,81)	313
6	Gaupseth, Matilda Røsgaard 46,60 (46,60)	2010	Kristiansund SK	3.19,17 (49,62)	308
7	Ulstein-Vestbøstad, Oda 47,83 (47,83)	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK	3.23,95 (50,67)	287
8	Solseth, Vilde Fremstad 47,74 (47,74)	2010	Vestbyen IL Trondheim	3.25,90 (52,50)	279

Trondhjems SLK

Trondheim

9	Indergård, Vilde Mathea	2010 Vestbyen IL Trondheim	3.27,07	274
	46,67 (46,67)	1.40,51 (53,84) 2.34,75 (54,24)	3.27,07 (52,32)	
10	Sivgin, Suna Almna Sellesbakk	2010 Kattem IL	3.30,90	259
	47,33 (47,33)	1.41,48 (54,15) 2.37,13 (55,65)	3.30,90 (53,77)	
11	Cramariuc, Madalina	2010 Namsos SK	3.37,62	236
	49,99 (49,99)	1.45,59 (55,60) 2.42,78 (57,19)	3.37,62 (54,84)	
12	Henriksen, Sigrid Moen	2010 Trondhjems SLK	3.41,96	222
	51,74 (51,74)	1.48,48 (56,74) 2.46,75 (58,27)	3.41,96 (55,21)	
13	Pettersen, Eline Malum	2010 Rørvik SLK	3.44,56	215
	49,09 (49,09)	1.47,74 (58,65) 2.47,73 (59,99)	3.44,56 (56,83)	
14	Hvalstad, Ellinor Bruseth	2010 Rørvik SLK	4.01,52	172
	52,39 (52,39)	1.55,20 (1.02,81) 2.58,87 (1.03,67)	4.01,52 (1.02,65)	

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 36. 200m bryst, gutter - født 2010

Plass	Navn	Født Klubb	Tid	Poeng
1p	Rukovsky, Tima	2010 Ytre Søre Sunnmøre SK	2.57,40	310
	39,69 (39,69)	1.24,78 (45,09) 2.10,86 (46,08)	2.57,40 (46,54)	
2p	Sattanathan, Vishnu	2010 Trondhjems SLK	3.04,11	278
	41,81 (41,81)	1.29,46 (47,65) 2.18,05 (48,59)	3.04,11 (46,06)	
3p	Sommerdalen, Aksel	2010 Aalesunds SLK	3.05,60	271
	40,40 (40,40)	1.27,91 (47,51) 2.16,99 (49,08)	3.05,60 (48,61)	
4	Ristesund, Elias Vonheim	2010 Aalesunds SLK	3.14,06	237
	43,39 (43,39)	1.33,36 (49,97) 2.24,04 (50,68)	3.14,06 (50,02)	
5	Baarholm, Balder	2010 Trondhjems SLK	3.15,53	232
	43,79 (43,79)	1.34,94 (51,15) 2.25,98 (51,04)	3.15,53 (49,55)	
6	Sonflå, Ole Marius Øseth	2010 Namsos SK	3.21,61	211
	46,32 (46,32)	1.37,27 (50,95) 2.29,95 (52,68)	3.21,61 (51,66)	
7	Remlo, Skage Raudsepp	2010 Kattem IL	3.24,75	202
	45,08 (45,08)	1.37,36 (52,28) 2.33,09 (55,73)	3.24,75 (51,66)	
8	Nordhøy-Varsi, Oliver	2010 Namsos SK	3.27,59	193
	47,38 (47,38)	1.40,46 (53,08) 2.33,90 (53,44)	3.27,59 (53,69)	
9	Borgeteien, Karl Filip	2010 Namsos SK	3.30,76	185
	48,89 (48,89)	1.43,12 (54,23) 2.37,05 (53,93)	3.30,76 (53,71)	
10	Stav, Emre	2010 Vestbyen IL Trondheim	3.31,11	184
	48,03 (48,03)	1.42,14 (54,11) 2.36,87 (54,73)	3.31,11 (54,24)	
11	Kirkvold, Emre Vold	2010 Trondhjems SLK	3.43,21	156
	51,77 (51,77)	1.49,48 (57,71) 2.46,80 (57,32)	3.43,21 (56,41)	
12	Louka, Nick	2010 Kristiansund SK	3.47,63	147
	50,74 (50,74)	1.49,71 (58,97) 2.50,19 (1.00,48)	3.47,63 (57,44)	
13	Ramstad, Oliver Grøtte	2010 Trondhjems SLK	3.47,81	146
	50,39 (50,39)	1.50,60 (1.00,21) 2.50,32 (59,72)	3.47,81 (57,49)	
14	Sorteberg, Bjørn Eimar Endal	2010 Trondhjems SLK	3.49,85	142
	53,65 (53,65)	1.53,92 (1.00,27) 2.53,86 (59,94)	3.49,85 (55,99)	
15	Czuba, Daniel Stanislaw	2010 Trondhjems SLK	3.50,39	141
	51,54 (51,54)	1.51,48 (59,94) 2.50,80 (59,32)	3.50,39 (59,59)	
16	Holm, Felix	2010 Kristiansund SK	4.00,25	125
	53,22 (53,22)	1.54,24 (1.01,02) 2.57,59 (1.03,35)	4.00,25 (1.02,66)	
17	Langsetmo, Magnus	2010 Stjørdals-Blink IL	4.00,62	124
	54,16 (54,16)	1.55,55 (1.01,39) 2.58,96 (1.03,41)	4.00,62 (1.01,66)	
18	Hoseth, Adam	2010 Kristiansund SK	4.38,03	80
	1.05,38 (1.05,38)	2.15,88 (1.10,50) 3.27,09 (1.11,21)	4.38,03 (1.10,94)	
19	Baumanis, Georgs	2010 Kristiansund SK	4.38,86	80
	59,42 (59,42)	2.12,77 (1.13,35) 3.26,94 (1.14,17)	4.38,86 (1.11,92)	

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 37. 200m bryst, jenter - født 2009

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Hanssen, Stella Sørli 38,97 (38,97)	2009	Leka IL	2.02,94 (42,74)	2.44,79 (41,85) 544
2p	Olden, Silje Pettersen 39,37 (39,37)	2009	Trondhjems SLK	2.09,83 (45,84)	2.55,37 (45,54) 451
3p	Sinko, Dominyka 42,90 (42,90)	2009	Aalesunds SLK	2.18,46 (48,17)	3.05,73 (47,27) 380
4	Bøyum-Folkeseth, Lilja Matea 42,77 (42,77)	2009	Molde SLK	2.19,15 (48,85)	3.09,17 (50,02) 359
5	Lian, Agathe 42,13 (42,13)	2009	Kristiansund SK	2.22,61 (51,26)	3.13,37 (50,76) 337
6	Mordal, Andrine Indbjør 46,08 (46,08)	2009	Molde SLK	2.31,71 (51,80)	3.23,42 (51,71) 289
7	Redse-Arset, Maria 46,59 (46,59)	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK	2.34,89 (54,05)	3.24,60 (49,71) 284
8	By, Emilia Airisniemi 46,10 (46,10)	2009	Malvik IL	2.34,39 (54,36)	3.24,76 (50,37) 283
9	Skusest, Marie 44,02 (44,02)	2009	Trondhjems SLK	2.33,23 (55,39)	3.27,03 (53,80) 274
10	Kumlin-Herfjord, Matilde Elin 46,42 (46,42)	2009	Aalesunds SLK	2.34,54 (54,67)	3.28,21 (53,67) 269
11	Torhaug, Rikke Rimstad 45,99 (45,99)	2009	Molde SLK	2.34,19 (55,20)	3.28,79 (54,60) 267
12	Brændeland, Erica 47,45 (47,45)	2009	Aalesunds SLK	2.35,00 (55,42)	3.29,75 (54,75) 264
13	Forås, Eiril Bjørdal 47,64 (47,64)	2009	Aalesunds SLK	2.37,75 (55,96)	3.31,80 (54,05) 256
14	Heibert, Linnea 46,11 (46,11)	2009	Namsos SK	2.39,01 (57,24)	3.35,81 (56,80) 242
15	Rønning, Aurora Mannsverk 49,31 (49,31)	2009	Malvik IL	2.44,58 (57,95)	3.39,31 (54,73) 231
16	Samdahl, Trine 48,02 (48,02)	2009	Vestbyen IL Trondheim	2.42,17 (58,02)	3.42,87 (1.00,70) 220
17	Remen, Inga Marie 51,53 (51,53)	2009	Molde SLK	2.47,59 (58,89)	3.46,89 (59,30) 208
18	Winnberg, Olea 50,86 (50,86)	2009	Trondhjems SLK	2.49,44 (59,75)	3.48,31 (58,87) 204
19	Jensen, Mina Sofie 54,27 (54,27)	2009	Levanger SLK	2.56,34 (1.02,03)	3.56,86 (1.00,52) 183
20	Bjørnevik, Martine Norvoll 54,41 (54,41)	2009	Aalesunds SLK	2.58,99 (1.02,87)	4.00,01 (1.01,02) 176
21	Mathisen, Marianne Primrose 54,59 (54,59)	2009	Leka IL	3.01,04 (1.04,03)	4.04,94 (1.03,90) 165
22	Aas, Johanne 57,38 (57,38)	2009	Kattem IL	3.08,60 (1.06,15)	4.13,59 (1.04,99) 149

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 38. 200m bryst, gutter - født 2009

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sørli, Leander Minu 38,08 (38,08)	2009	Levanger SLK	2.04,81 (43,38)	2.46,98 (42,17) 372
2p	Trelstad, Birk Skaalvik 39,11 (39,11)	2009	Trondhjems SLK	2.10,66 (46,72)	2.57,11 (46,45) 312
3p	Christiansen, Kaj Ruben 41,03 (41,03)	2009	Vestbyen IL Trondheim	2.16,15 (48,66)	3.05,17 (49,02) 273

Trondhjems SLK

Trondheim

4 Øvrum, Simen Green	2009 Verdal SK			3.11,47	247
42,32 (42,32)	1.30,79 (48,47)	2.21,25 (50,46)	3.11,47 (50,22)		
5 Løkhaug, Adrian Os	2009 Malvik IL			3.14,51	235
40,49 (40,49)	1.28,82 (48,33)	2.22,20 (53,38)	3.14,51 (52,31)		
6 Hessen, Eivind Vågan	2009 Aalesunds SLK			3.19,33	219
44,41 (44,41)	1.35,62 (51,21)	2.28,10 (52,48)	3.19,33 (51,23)		
7 Munkeby, Johan Lie	2009 Levanger SLK			3.20,94	213
44,86 (44,86)	1.36,21 (51,35)	2.29,20 (52,99)	3.20,94 (51,74)		
8 Adsen, Sondre Aakerholm	2009 Trondhjems SLK			3.23,18	206
45,59 (45,59)	1.37,84 (52,25)	2.30,66 (52,82)	3.23,18 (52,52)		
9 Kringstad, Elian Theodor	2009 Trondhjems SLK			3.24,21	203
45,33 (45,33)	1.38,59 (53,26)	2.32,63 (54,04)	3.24,21 (51,58)		
10 Refseth, Aksel Viken	2009 Trondhjems SLK			3.28,33	191
45,79 (45,79)	1.39,35 (53,56)	2.34,45 (55,10)	3.28,33 (53,88)		
11 Kleive, Marius Solbakken	2009 Aalesunds SLK			3.42,53	157
50,18 (50,18)	1.47,65 (57,47)	2.46,38 (58,73)	3.42,53 (56,15)		
12 Fosshem, Kristoffer Skarsvåg	2009 Vestbyen IL Trondheim			3.57,69	129
53,03 (53,03)	1.57,24 (1.04,21)	2.57,41 (1.00,17)	3.57,69 (1.00,28)		
13 Amdahl, Herleif	2009 Stjørdals-Blink IL			4.14,95	104
58,51 (58,51)	2.04,02 (1.05,51)	3.09,63 (1.05,61)	4.14,95 (1.05,32)		
14 Pettersen-Skjerve, Emil Leonhard	2009 Verdal SK			4.37,77	80
1.02,75 (1.02,75)	2.15,67 (1.12,92)	3.27,88 (1.12,21)	4.37,77 (1.09,89)		
Leine, Adrian Manuel Jung	2009 Ytre Søre Sunnmøre SK				DISK
Sandsmark, Eirik	2009 Aalesunds SLK				DISK

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 39. 200m bryst, jenter - født 2008

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Selma Remøy	2008	Aalesunds SLK	2.41,13	582
	38,01 (38,01)	1.18,29 (40,28)	1.59,97 (41,68)	2.41,13 (41,16)	
2p	Rahnel, Filippa Sætre	2008	Aalesunds SLK	2.51,06	486
	38,74 (38,74)	1.22,65 (43,91)	2.06,86 (44,21)	2.51,06 (44,20)	
3p	Jøssund, Iselin	2008	Namsos SK	3.12,82	339
	43,03 (43,03)	1.32,80 (49,77)	2.23,98 (51,18)	3.12,82 (48,84)	
4	Strand, Emelin Øseth	2008	Namsos SK	3.14,59	330
	43,91 (43,91)	1.33,63 (49,72)	2.24,75 (51,12)	3.14,59 (49,84)	
5	Tjeldvoll, Emma Lu	2008	Trondhjems SLK	3.15,72	325
	43,90 (43,90)	1.33,98 (50,08)	2.25,41 (51,43)	3.15,72 (50,31)	
6	Teigland, Olivia Refsnes	2008	Aalesunds SLK	3.16,04	323
	44,59 (44,59)	1.34,28 (49,69)	2.25,26 (50,98)	3.16,04 (50,78)	
7	Flåan, Mila Maria	2008	Trondhjems SLK	3.18,31	312
	43,73 (43,73)	1.35,28 (51,55)	2.27,94 (52,66)	3.18,31 (50,37)	
8	Lauritzen, Frøya Ravn	2008	Rørvik SLK	3.20,03	304
	45,40 (45,40)	1.37,32 (51,92)	2.28,94 (51,62)	3.20,03 (51,09)	
9	Helseth, Emilia Restrepo	2008	Aalesunds SLK	3.22,57	293
	43,26 (43,26)	1.35,13 (51,87)	2.28,65 (53,52)	3.22,57 (53,92)	
10	Sæther, Nora Helene	2008	Vestbyen IL Trondheim	3.34,42	247
	49,42 (49,42)	1.44,94 (55,52)	2.40,57 (55,63)	3.34,42 (53,85)	
11	Christiansen, Alma	2008	Rørvik SLK	3.48,40	204
	50,97 (50,97)	1.48,31 (57,34)	2.48,26 (59,95)	3.48,40 (1.00,14)	

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 40. 200m bryst, gutter - født 2008

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sigernes, Brage Wetjen 38,13 (38,13)	2008	Trondhjems SLK	2.45,34 (41,63)	383
2p	Bergquist-Ulvin, Oliver 39,13 (39,13)	2008	Malvik IL	2.58,21 (44,85)	306
3p	Skulbørstad, Leo Stokke 40,95 (40,95)	2008	Stjørdals-Blink IL	3.00,95 (45,71)	292
4	Hjelvik, Aron Fu 41,69 (41,69)	2008	Aalesunds SLK	3.01,45 (46,31)	290
5	Olsen, Philip Hoel 41,42 (41,42)	2008	Kristiansund SK	3.03,01 (47,14)	283
6	Møllerløkken, Sondre Brunvoll 42,29 (42,29)	2008	Trondhjems SLK	3.05,75 (47,85)	270
7	Thomaz, Aiden Johannes 41,54 (41,54)	2008	Stjørdals-Blink IL	3.15,86 (50,57)	230
8	Nygård, Carl Victor Mukisa 44,92 (44,92)	2008	Trondhjems SLK	3.15,88 (48,30)	230
9	Helland, Christian Corona 44,13 (44,13)	2008	Vestbyen IL Trondheim	3.18,75 (52,59)	220
10	Ekrem, Thomas Stur 44,13 (44,13)	2008	Trondhjems SLK	3.21,67 (52,67)	211
11	Hansvik, Ingemann 45,83 (45,83)	2008	Rørvik SLK	3.21,77 (50,91)	211
12	Åkvik, Emil Andre 46,69 (46,69)	2008	Vestbyen IL Trondheim	3.28,02 (54,05)	192
13	Rimul, Ludvik 48,50 (48,50)	2008	Stjørdals-Blink IL	3.48,88 (1.01,05)	144

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 41. 200m bryst, jenter - født 2007

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Alvestad, Maria Erikovna 38,21 (38,21)	2007	Trondhjems SLK	2.51,50 (43,55)	483
2p	Mørkedal, Maria Nesje 39,84 (39,84)	2007	Molde SLK	2.57,64 (46,30)	434
3p	Voll, Tora Linnea Bakkan 40,56 (40,56)	2007	Verdal SK	3.00,42 (47,65)	414
4	Handberg, Sofia 40,57 (40,57)	2007	Vestbyen IL Trondheim	3.07,29 (48,84)	370
5	Wik, Tuva Sofie Haram 41,72 (41,72)	2007	Aalesunds SLK	3.08,22 (48,58)	365
6	Lisovska, Anastasija 44,66 (44,66)	2007	Orkanger IF	3.16,51 (51,36)	321
7	Vik, Andrea Haga 45,10 (45,10)	2007	Volda TIL	3.18,07 (51,24)	313
8	Bøyum-Folkeseth, Oda Linea 44,35 (44,35)	2007	Molde SLK	3.23,22 (52,80)	290
9	Elden, Dina Aglen 45,11 (45,11)	2007	Namsos SK	3.24,68 (52,80)	284
10	Lien, Tiril Johanne Jerstad 45,95 (45,95)	2007	Vestbyen IL Trondheim	3.24,87 (53,38)	283
11	Wiik, Margit Berge 48,65 (48,65)	2007	Kristiansund SK	3.37,75 (56,75)	236

18.03.2023 - Kortbane

Øvelse 42. 200m bryst, gutter - født 2007

Plass	Navn	Født	Klubb	HC	Prosent	Tid	Poeng
1p	Berg, Aleksander	2007	Verdal SK			2.36,40	453
	35,14 (35,14)	1.14,74 (39,60)		1.55,10 (40,36)		2.36,40 (41,30)	
2p	Nedrelid, Eskil Kleiven	2007	Volda TIL			2.41,25	413
	35,49 (35,49)	1.16,69 (41,20)		1.58,66 (41,97)		2.41,25 (42,59)	
3p	Isaksen, Jakob	2007	Trondhjems SLK			2.42,10	407
	35,87 (35,87)	1.16,98 (41,11)		1.59,65 (42,67)		2.42,10 (42,45)	
4	Sørflaten, Magnus	2007	Molde SLK			2.45,52	382
	36,90 (36,90)	1.19,03 (42,13)		2.01,77 (42,74)		2.45,52 (43,75)	
5	Hanssen, Laurits Sørli	2007	Leka IL			2.48,41	363
	37,72 (37,72)	1.20,26 (42,54)		2.04,06 (43,80)		2.48,41 (44,35)	
6	Krokå, Are Kragset	2007	Aalesunds SLK			2.56,99	312
	38,87 (38,87)	1.24,00 (45,13)		2.10,68 (46,68)		2.56,99 (46,31)	
7	Nor, Jo Kebriel Stølhaug	2007	Vestbyen IL Trondheim			2.58,95	302
	39,53 (39,53)	1.24,59 (45,06)		2.11,59 (47,00)		2.58,95 (47,36)	
8	Kleveland, Marius Jacobsen	2007	Vestbyen IL Trondheim			3.03,33	281
	40,90 (40,90)	1.29,01 (48,11)		2.17,33 (48,32)		3.03,33 (46,00)	
8	Løvås, Sander	2007	Orkanger IF			3.03,33	281
	41,07 (41,07)	1.28,35 (47,28)		2.15,74 (47,39)		3.03,33 (47,59)	
10	Langaas, Trygg Lauritz	2007	Vestbyen IL Trondheim			3.06,18	268
	40,93 (40,93)	1.28,52 (47,59)		2.17,19 (48,67)		3.06,18 (48,99)	
11	Skomakerstuen-Krognes, Peer	August2007	Vestbyen IL Trondheim				
3.07,55		262					
	41,56 (41,56)	1.29,86 (48,30)		2.19,08 (49,22)		3.07,55 (48,47)	
12	Alsos, Andreas Aglen	2007	Trondhjems SLK			3.09,70	254
	42,39 (42,39)	1.30,76 (48,37)		2.20,74 (49,98)		3.09,70 (48,96)	
13	Lien, Elias Hauge	2007	Trondhjems SLK			3.11,41	247
	42,45 (42,45)	1.31,32 (48,87)		2.21,59 (50,27)		3.11,41 (49,82)	
14	Jensen, Leonard	2007	Levanger SLK			3.11,52	246
	39,96 (39,96)	1.28,19 (48,23)		2.20,30 (52,11)		3.11,52 (51,22)	
15	Bard, Scott Myran	2007	Malvik IL			3.13,60	239
	42,41 (42,41)	1.33,00 (50,59)		2.24,54 (51,54)		3.13,60 (49,06)	
16	Folven, Rasmus	2007	Vestbyen IL Trondheim			3.18,46	221
	41,80 (41,80)	1.32,83 (51,03)		2.26,01 (53,18)		3.18,46 (52,45)	
17	Voldsund, Simon Slotsvik	2007	Ytre Søre Sunnmøre SK			3.18,90	220
	43,64 (43,64)	1.33,77 (50,13)		2.26,60 (52,83)		3.18,90 (52,30)	
18	Langaas, Trym Ludvig	2007	Vestbyen IL Trondheim			3.19,04	220
	43,72 (43,72)	1.34,90 (51,18)		2.27,85 (52,95)		3.19,04 (51,19)	
	Hakvåg-Sandengen, Eirik	2007	Trondhjems SLK				DISK
	Wahl, Jobjørn	2007	Stjørdals-Blink IL				DISK

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 45. 100m rygg, jenter - født 2012

Plass	Navn	Født	Klubb	HC	Prosent	Tid	Poeng
1p	Valle, Sissel Furuholt	2012	Trondhjems SLK			1.26,79	252
	41,31 (41,31)	1.26,79 (45,48)					
2p	Osland, Ada Fludal	2012	Trondhjems SLK			1.30,24	225
	42,40 (42,40)	1.30,24 (47,84)					
3p	Jensen, Lykke Aglen	2012	Namsos SK			1.31,75	214
	45,22 (45,22)	1.31,75 (46,53)					
4	Monso, Hansine Rindberg	2012	Trondhjems SLK			1.32,39	209
	44,25 (44,25)	1.32,39 (48,14)					
5	Sønstabø, Saga Krekvik	2012	Molde SLK			1.32,52	208
	45,54 (45,54)	1.32,52 (46,98)					
6	Munkhaugen, Emmelin	2012	Kattem IL			1.38,33	173
	48,32 (48,32)	1.38,33 (50,01)					

Trondhjems SLK

Trondheim

7	Holand, Alina Madelen 55,28 (55,28)	2012 Leka IL 1.55,53 (1.00,25)			1.55,53	107
8	Faksvåg, Victoria Pedersen 1.03,20 (1.03,20)	2012 Kristiansund SK 2.14,25 (1.11,05)			2.14,25	68
	Sandsund, Kristina Aleman	2012 Kattem IL			DISK	
1p	Walsh, Astri Lillebø 54,01 (54,01)	2008 Ytre Søre Sunnmøre SK 1.48,90 (54,89)	S10	165,35%	1.48,90	128

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 46. 100m rygg, gutter - født 2012

Plass	Navn	Født Klubb	Tid	Poeng
1p	Spangelo, Edvin Grenne 47,98 (47,98)	2012 Trondhjems SLK 1.39,72 (51,74)	1.39,72	113
2p	Stolbunov, Gleb 50,56 (50,56)	2012 Kattem IL 1.41,62 (51,06)	1.41,62	107
3p	Smuk, Bernard 53,14 (53,14)	2012 Trondhjems SLK 1.47,92 (54,78)	1.47,92	89
4	Ulriksen, Eirik Hamnes 53,31 (53,31)	2012 Trondhjems SLK 1.49,26 (55,95)	1.49,26	86
5	Jørgensen, Iver Ornbostad 56,35 (56,35)	2012 Kristiansund SK 1.53,65 (57,30)	1.53,65	76
	Szczesniak, Szymon	2012 Aalesunds SLK	DISK	

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 47. 200m rygg, jenter - født 2011

Plass	Navn	Født Klubb	Tid	Poeng
1p	Lundgren, Helle 44,70 (44,70)	2011 Trondhjems SLK 1.33,19 (48,49) 2.22,83 (49,64)	3.10,60 (47,77)	243
2p	Høvik-Tøndel, Mie 44,86 (44,86)	2011 Vestbyen IL Trondheim 1.33,84 (48,98) 2.24,41 (50,57)	3.11,67 (47,26)	238
3p	Osdal, Karoline 45,39 (45,39)	2011 Aalesunds SLK 1.36,00 (50,61) 2.30,18 (54,18)	3.19,14 (48,96)	213
4	Skulbørstad, Ida Stokke 47,14 (47,14)	2011 Stjørdals-Blink IL 1.40,13 (52,99) 2.33,59 (53,46)	3.21,13 (47,54)	206
5	Hessen, Sienna Nicole Bradley 46,77 (46,77)	2011 Aalesunds SLK 1.39,07 (52,30) 2.32,94 (53,87)	3.22,68 (49,74)	202
6	Røkke, Anna Torsdotter Wang 48,13 (48,13)	2011 Stjørdals-Blink IL 1.41,66 (53,53) 2.37,61 (55,95)	3.30,87 (53,26)	179
	Amundsen, Arina	2011 Stjørdals-Blink IL	DISK	
	French, Lilly Solvei	2011 Kristiansund SK	DISK	

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 48. 200m rygg, gutter - født 2011

Plass	Navn	Født Klubb	Tid	Poeng
1p	Muthanna, Lucas Nachappa 42,67 (42,67)	2011 Trondhjems SLK 1.29,15 (46,48) 2.15,07 (45,92)	2.59,04 (43,97)	205
2p	Isaksen, Mattias 45,41 (45,41)	2011 Trondhjems SLK 1.34,56 (49,15) 2.23,04 (48,48)	3.08,76 (45,72)	175
3p	Svendsen, Ludvig 48,25 (48,25)	2011 Trondhjems SLK 1.41,47 (53,22) 2.34,57 (53,10)	3.25,56 (50,99)	135
4	Hessen, Sigurd Vågan 49,29 (49,29)	2011 Aalesunds SLK 1.42,21 (52,92) 2.37,40 (55,19)	3.30,70 (53,30)	125

Trondhjems SLK

Trondheim

5	Torske, Aksel Mørkedal 52,67 (52,67)	2011 Molde SLK 1.48,64 (55,97)	2.49,12 (1.00,48)	3.43,93 (54,81)	3.43,93	104
6	Kristengård, Leonard Tafjord 51,70 (51,70)	2011 Molde SLK 1.48,90 (57,20)	2.48,97 (1.00,07)	3.45,68 (56,71)	3.45,68	102

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 49. 200m rygg, jenter - født 2010

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng	
1p	Solseth, Vilde Fremstad 38,45 (38,45)	2010	Vestbyen IL Trondheim 1.19,89 (41,44)	2.01,93 (42,04)	2.43,86 (41,93)	382
2p	Gaupseth, Matilda Røsgaard 40,55 (40,55)	2010	Kristiansund SK 1.22,94 (42,39)	2.05,09 (42,15)	2.45,64 (40,55)	370
3p	Bell, Idunn 40,46 (40,46)	2010	Vestbyen IL Trondheim 1.23,35 (42,89)	2.07,05 (43,70)	2.50,13 (43,08)	341
4	Klungervik, Anita 40,75 (40,75)	2010	Orkanger IF 1.24,49 (43,74)	2.08,67 (44,18)	2.51,83 (43,16)	331
5	Jensen, Smilla Aglen 41,21 (41,21)	2010	Namsos SK 1.26,11 (44,90)	2.11,12 (45,01)	2.54,06 (42,94)	319
6	Berg, Marita 42,59 (42,59)	2010	Verdal SK 1.27,92 (45,33)	2.13,09 (45,17)	2.56,04 (42,95)	308
7	Ulstein-Vestbøstad, Oda 44,53 (44,53)	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK 1.31,18 (46,65)	2.17,88 (46,70)	3.02,33 (44,45)	277
8	Indergård, Vilde Mathea 43,13 (43,13)	2010	Vestbyen IL Trondheim 1.29,89 (46,76)	2.17,32 (47,43)	3.02,95 (45,63)	274
9	Cramariuc, Madalina 48,98 (48,98)	2010	Namsos SK 1.40,23 (51,25)	2.31,00 (50,77)	3.20,05 (49,05)	210
10	Henriksen, Sigrid Moen 48,83 (48,83)	2010	Trondhjems SLK 1.42,49 (53,66)	2.34,91 (52,42)	3.26,35 (51,44)	191
11	Pettersen, Eline Malum 53,76 (53,76)	2010	Rørvik SLK 1.55,84 (1.02,08)	2.57,00 (1.01,16)	3.51,54 (54,54)	135
	Hvalstad, Ellinor Bruseth	2010	Rørvik SLK		DISK	
	Kvalsund, Ava Remøy	2010	Aalesunds SLK		DISK	

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 50. 200m rygg, gutter - født 2010

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng	
1p	Rukovsky, Tima 38,44 (38,44)	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK 1.18,37 (39,93)	1.59,31 (40,94)	2.38,84 (39,53)	294
2p	Baarholm, Balder 37,79 (37,79)	2010	Trondhjems SLK 1.18,70 (40,91)	2.00,78 (42,08)	2.41,11 (40,33)	281
3p	Sommerdalen, Aksel 38,52 (38,52)	2010	Aalesunds SLK 1.20,58 (42,06)	2.03,04 (42,46)	2.43,81 (40,77)	268
4	Nordhøy-Varsi, Oliver 40,77 (40,77)	2010	Namsos SK 1.23,94 (43,17)	2.09,04 (45,10)	2.52,02 (42,98)	231
5	Ristesund, Elias Vonheim 39,37 (39,37)	2010	Aalesunds SLK 1.23,09 (43,72)	2.08,95 (45,86)	2.53,55 (44,60)	225
6	Sattanathan, Vishnu 42,39 (42,39)	2010	Trondhjems SLK 1.27,61 (45,22)	2.13,06 (45,45)	2.56,26 (43,20)	215
7	Sonflå, Ole Marius Øseth 43,32 (43,32)	2010	Namsos SK 1.30,32 (47,00)	2.17,34 (47,02)	3.03,85 (46,51)	189
8	Borgeteien, Karl Filip 43,98 (43,98)	2010	Namsos SK 1.30,91 (46,93)	2.18,43 (47,52)	3.06,09 (47,66)	182
9	Remlo, Skage Raudsepp 36,62 (36,62)	2010	Kattem IL 1.34,19 (57,57)	2.24,28 (50,09)	3.08,73 (44,45)	175
10	Ramstad, Oliver Grøtte 45,25 (45,25)	2010	Trondhjems SLK 1.33,99 (48,74)	2.23,00 (49,01)	3.09,41 (46,41)	173

Trondhjems SLK

Trondheim

11	Stav, Emre	2010 Vestbyen IL Trondheim	3.11,50 (47,29)	3.11,50	167
	44,30 (44,30)	1.33,44 (49,14) 2.24,21 (50,77)			
12	Langsetmo, Magnus	2010 Stjørdals-Blink IL	3.17,01 (49,11)	3.17,01	154
	47,10 (47,10)	1.37,40 (50,30) 2.27,90 (50,50)			
13	Kirkvold, Emre Vold	2010 Trondhjems SLK	3.18,59 (49,51)	3.18,59	150
	45,20 (45,20)	1.37,76 (52,56) 2.29,08 (51,32)			
14	Czuba, Daniel Stanislaw	2010 Trondhjems SLK	3.24,20 (50,20)	3.24,20	138
	48,48 (48,48)	1.41,15 (52,67) 2.34,00 (52,85)			
15	Baumanis, Georgs	2010 Kristiansund SK	3.32,76 (54,39)	3.32,76	122
	47,35 (47,35)	1.42,44 (55,09) 2.38,37 (55,93)			
16	Louka, Nick	2010 Kristiansund SK	3.45,25 (54,65)	3.45,25	103
	53,52 (53,52)	1.51,84 (58,32) 2.50,60 (58,76)			
	Holm, Felix	2010 Kristiansund SK		DISK	
	Hoseth, Adam	2010 Kristiansund SK		DISK	
	Sorteberg, Bjørn Eimar Endal	2010 Trondhjems SLK		DISK	

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 51. 200m rygg, jenter - født 2009

Plass	Navn	Født Klubb	Tid	Poeng
1p	Olden, Silje Pettersen	2009 Trondhjems SLK	2.39,60 (39,66)	413
	38,10 (38,10)	1.19,09 (40,99) 1.59,94 (40,85)		
2p	Sinko, Dominyka	2009 Aalesunds SLK	2.41,97 (40,37)	395
	38,37 (38,37)	1.19,61 (41,24) 2.01,60 (41,99)		
3p	Hanssen, Stella Sørli	2009 Leka IL	2.43,53 (39,51)	384
	39,48 (39,48)	1.21,77 (42,29) 2.04,02 (42,25)		
4	Brændeland, Erica	2009 Aalesunds SLK	2.50,13 (42,54)	341
	39,24 (39,24)	1.23,08 (43,84) 2.07,59 (44,51)		
5	Bjørnevik, Martine Norvoll	2009 Aalesunds SLK	2.53,02 (43,15)	324
	41,14 (41,14)	1.25,05 (43,91) 2.09,87 (44,82)		
6	Redse-Arset, Maria	2009 Ytre Søre Sunnmøre SK	2.53,36 (41,24)	322
	41,80 (41,80)	1.26,75 (44,95) 2.12,12 (45,37)		
7	Forås, Eiril Bjørdal	2009 Aalesunds SLK	2.56,08 (45,09)	308
	39,86 (39,86)	1.24,06 (44,20) 2.10,99 (46,93)		
8	Remen, Inga Marie	2009 Molde SLK	3.02,61 (45,90)	276
	41,74 (41,74)	1.28,39 (46,65) 2.16,71 (48,32)		
9	Samdahl, Trine	2009 Vestbyen IL Trondheim	3.03,02 (47,19)	274
	41,96 (41,96)	1.27,74 (45,78) 2.15,83 (48,09)		
10	Skuseth, Marie	2009 Trondhjems SLK	3.03,81 (46,84)	270
	41,86 (41,86)	1.28,88 (47,02) 2.16,97 (48,09)		
11	Winnberg, Olea	2009 Trondhjems SLK	3.05,45 (45,69)	263
	43,12 (43,12)	1.31,65 (48,53) 2.19,76 (48,11)		
12	By, Emilia Airisniemi	2009 Malvik IL	3.10,41 (44,66)	243
	46,35 (46,35)	1.36,06 (49,71) 2.25,75 (49,69)		
13	Torhaug, Rikke Rimstad	2009 Molde SLK	3.10,69 (45,83)	242
	46,13 (46,13)	1.34,95 (48,82) 2.24,86 (49,91)		
14	Mordal, Andrine Indbjør	2009 Molde SLK	3.11,87 (47,62)	238
	45,07 (45,07)	1.34,06 (48,99) 2.24,25 (50,19)		
15	Rønning, Aurora Mannsverk	2009 Malvik IL	3.14,02 (47,63)	230
	45,22 (45,22)	1.35,27 (50,05) 2.26,39 (51,12)		
16	Lian, Agathe	2009 Kristiansund SK	3.16,99 (48,76)	220
	47,19 (47,19)	1.38,70 (51,51) 2.28,23 (49,53)		
17	Kumlin-Herfjord, Matilde Elin	2009 Aalesunds SLK	3.20,37 (51,07)	209
	47,30 (47,30)	1.37,49 (50,19) 2.29,30 (51,81)		
18	Heibert, Linnea	2009 Namsos SK	3.22,69 (51,54)	202
	46,16 (46,16)	1.38,01 (51,85) 2.31,15 (53,14)		
19	Jensen, Mina Sofie	2009 Levanger SLK	3.23,57 (49,27)	199
	48,53 (48,53)	1.41,35 (52,82) 2.34,30 (52,95)		
20	Aas, Johanne	2009 Kattem IL	3.34,87 (52,74)	169
	51,56 (51,56)	1.46,38 (54,82) 2.42,13 (55,75)		

Trondhjems SLK

Trondheim

21 Mathisen, Marianne Primrose	2009 Leka IL			4.09,98	107
59,27 (59,27)	2.02,49 (1.03,22)	3.07,98 (1.05,49)	4.09,98 (1.02,00)		
Bøyum-Folkeseth, Lilja Matea	2009 Molde SLK			DISK	

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 52. 200m rygg, gutter - født 2009

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Trelstad, Birk Skaalvik	2009	Trondhjems SLK	2.30,74	344
	35,15 (35,15)	1.13,09 (37,94)	1.52,59 (39,50)	2.30,74 (38,15)	
2p	Leine, Adrian Manuel Jung	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK	2.39,46	290
	36,85 (36,85)	1.17,39 (40,54)	1.58,48 (41,09)	2.39,46 (40,98)	
3p	Sørli, Leander Minu	2009	Levanger SLK	2.42,80	273
	38,10 (38,10)	1.20,25 (42,15)	2.02,87 (42,62)	2.42,80 (39,93)	
4	Christiansen, Kaj Ruben	2009	Vestbyen IL Trondheim	2.44,89	262
	37,77 (37,77)	1.19,47 (41,70)	2.02,37 (42,90)	2.44,89 (42,52)	
5	Refseth, Aksel Viken	2009	Trondhjems SLK	2.53,59	225
	40,24 (40,24)	1.24,16 (43,92)	2.10,56 (46,40)	2.53,59 (43,03)	
6	Kringstad, Elian Theodor	2009	Trondhjems SLK	2.55,59	217
	41,45 (41,45)	1.27,15 (45,70)	2.12,92 (45,77)	2.55,59 (42,67)	
7	Øvrum, Simen Green	2009	Verdal SK	2.57,17	211
	41,65 (41,65)	1.26,73 (45,08)	2.13,31 (46,58)	2.57,17 (43,86)	
8	Hessen, Eivind Vågan	2009	Aalesunds SLK	3.02,77	193
	42,23 (42,23)	1.29,58 (47,35)	2.17,23 (47,65)	3.02,77 (45,54)	
9	Løkhaug, Adrian Os	2009	Malvik IL	3.06,56	181
	42,31 (42,31)	1.29,41 (47,10)	2.18,77 (49,36)	3.06,56 (47,79)	
10	Kleive, Marius Solbakken	2009	Aalesunds SLK	3.06,59	181
	45,06 (45,06)	1.33,08 (48,02)	2.21,34 (48,26)	3.06,59 (45,25)	
11	Munkeby, Johan Lie	2009	Levanger SLK	3.07,09	179
	42,38 (42,38)	1.30,89 (48,51)	2.20,22 (49,33)	3.07,09 (46,87)	
12	Fossheim, Kristoffer Skarsvåg	2009	Vestbyen IL Trondheim	3.08,92	174
	44,55 (44,55)	1.33,35 (48,80)	2.21,97 (48,62)	3.08,92 (46,95)	
13	Sandsmark, Eirik	2009	Aalesunds SLK	3.11,59	167
	45,13 (45,13)	1.34,57 (49,44)	2.25,33 (50,76)	3.11,59 (46,26)	
14	Amdahl, Herleif	2009	Stjørdals-Blink IL	3.19,92	147
	46,85 (46,85)	1.37,94 (51,09)	2.29,61 (51,67)	3.19,92 (50,31)	
15	Pettersen-Skjerve, Emil Leonhard	2009	Verdal SK	3.59,57	85
	56,56 (56,56)	1.59,63 (1.03,07)	3.01,43 (1.01,80)	3.59,57 (58,14)	

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 53. 200m rygg, jenter - født 2008

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Selma Remøy	2008	Aalesunds SLK	2.33,85	462
	36,50 (36,50)	1.15,86 (39,36)	1.56,05 (40,19)	2.33,85 (37,80)	
2p	Teigland, Olivia Refsnes	2008	Aalesunds SLK	2.34,08	459
	35,58 (35,58)	1.14,25 (38,67)	1.54,61 (40,36)	2.34,08 (39,47)	
3p	Rahnel, Filippa Sætre	2008	Aalesunds SLK	2.37,44	431
	36,65 (36,65)	1.16,67 (40,02)	1.57,43 (40,76)	2.37,44 (40,01)	
4	Flåan, Mila Maria	2008	Trondhjems SLK	2.38,06	426
	37,32 (37,32)	1.17,64 (40,32)	1.58,75 (41,11)	2.38,06 (39,31)	
5	Tjeldvoll, Emma Lu	2008	Trondhjems SLK	2.50,88	337
	38,94 (38,94)	1.23,40 (44,46)	2.09,21 (45,81)	2.50,88 (41,67)	
6	Strand, Emelin Øseth	2008	Namsos SK	2.50,98	336
	40,46 (40,46)	1.23,90 (43,44)	2.08,27 (44,37)	2.50,98 (42,71)	
7	Helseth, Emilia Restrepo	2008	Aalesunds SLK	2.52,39	328
	38,18 (38,18)	1.22,30 (44,12)	2.08,93 (46,63)	2.52,39 (43,46)	

Trondhjems SLK

Trondheim

8	Lauritzen, Frøya Ravn 40,49 (40,49)	2008 Rørvik SLK 1.24,83 (44,34)	2.09,57 (44,74)	2.52,83 (43,26)	2.52,83	325
9	Jøssund, Iselin 40,41 (40,41)	2008 Namsos SK 1.24,27 (43,86)	2.09,93 (45,66)	2.55,32 (45,39)	2.55,32	312
10	Sæther, Nora Helene 43,42 (43,42)	2008 Vestbyen IL Trondheim 1.30,53 (47,11)	2.18,48 (47,95)	3.02,50 (44,02)	3.02,50	276
	Christiansen, Alma	2008 Rørvik SLK			DISK	

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 54. 200m rygg, gutter - født 2008

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng	
1p	Sigernes, Brage Wetjen 34,28 (34,28)	2008	Trondhjems SLK	1.11,59 (37,31) 1.49,59 (38,00)	2.25,24 (35,65)	384
2p	Nygård, Carl Victor Mukisa 34,25 (34,25)	2008	Trondhjems SLK	1.12,89 (38,64)	1.52,39 (39,50)	355
3p	Bergquist-Ulvin, Oliver 34,65 (34,65)	2008	Malvik IL	1.14,75 (40,10)	1.57,66 (42,91)	301
4	Møllerløkken, Sondre Brunvoll 38,09 (38,09)	2008	Trondhjems SLK	1.18,95 (40,86)	1.59,98 (41,03)	294
5	Olsen, Philip Hoel 34,80 (34,80)	2008	Kristiansund SK	1.15,37 (40,57)	1.58,57 (43,20)	289
6	Thomaz, Aiden Johannes 37,47 (37,47)	2008	Stjørdals-Blink IL	1.18,65 (41,18)	2.02,45 (43,80)	261
7	Skulbørstad, Leo Stokke 39,96 (39,96)	2008	Stjørdals-Blink IL	1.22,21 (42,25)	2.05,30 (43,09)	255
8	Helland, Christian Corona 38,70 (38,70)	2008	Vestbyen IL Trondheim	1.21,23 (42,53)	2.04,40 (43,17)	251
9	Hansvik, Ingemann 40,18 (40,18)	2008	Rørvik SLK	1.23,36 (43,18)	2.07,20 (43,84)	243
10	Hjelvik, Aron Fu 40,54 (40,54)	2008	Aalesunds SLK	1.23,64 (43,10)	2.07,87 (44,23)	236
11	Ekrem, Thomas Stur 40,35 (40,35)	2008	Trondhjems SLK	1.24,56 (44,21)	2.09,70 (45,14)	225
	Åkvik, Emil Andre	2008	Vestbyen IL Trondheim			DISK
	Rimul, Ludvik	2008	Stjørdals-Blink IL			DISK

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 55. 200m rygg, jenter - født 2007

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng	
1p	Alvestad, Maria Erikovna 32,29 (32,29)	2007	Trondhjems SLK	1.07,77 (35,48) 1.44,88 (37,11)	2.21,03 (36,15)	599
2p	Wik, Tuva Sofie Haram 34,93 (34,93)	2007	Aalesunds SLK	1.12,62 (37,69)	1.51,54 (38,92)	494
3p	Mørkedal, Maria Nesje 35,82 (35,82)	2007	Molde SLK	1.15,06 (39,24)	1.55,23 (40,17)	452
4	Voll, Tora Linnea Bakkan 37,33 (37,33)	2007	Verdal SK	1.18,41 (41,08)	2.00,56 (42,15)	398
5	Handberg, Sofia 37,71 (37,71)	2007	Vestbyen IL Trondheim	1.19,42 (41,71)	2.02,83 (43,41)	369
6	Bøyum-Folkeseth, Oda Linea 40,37 (40,37)	2007	Molde SLK	1.25,60 (45,23)	2.12,03 (46,43)	313
7	Vik, Andrea Haga 41,90 (41,90)	2007	Volda TIL	1.27,17 (45,27)	2.14,34 (47,17)	297
8	Elden, Dina Aglen 42,56 (42,56)	2007	Namsos SK	1.29,41 (46,85)	2.17,35 (47,94)	282

Trondhjems SLK

Trondheim

9 Wiik, Margit Berge	2007 Kristiansund SK	3.04,89	266
43,91 (43,91)	1.30,43 (46,52) 2.18,31 (47,88)	3.04,89 (46,58)	
10 Lien, Tiril Johanne Jerstad	2007 Vestbyen IL Trondheim	3.14,14	229
45,65 (45,65)	1.35,27 (49,62) 2.25,99 (50,72)	3.14,14 (48,15)	
Lisovska, Anastasija	2007 Orkanger IF		DISK

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 56. 200m rygg, gutter - født 2007

Plass	Navn	Født Klubb	Tid	Poeng
1p	Alsos, Andreas Aglen	2007 Trondhjems SLK	2.21,24	418
	32,21 (32,21)	1.08,45 (36,24) 1.45,53 (37,08)	2.21,24 (35,71)	
2p	Hakvåg-Sandengen, Eirik	2007 Trondhjems SLK	2.24,89	387
	34,11 (34,11)	1.11,20 (37,09) 1.48,77 (37,57)	2.24,89 (36,12)	
3p	Berg, Aleksander	2007 Verdal SK	2.26,73	373
	34,91 (34,91)	1.12,09 (37,18) 1.49,75 (37,66)	2.26,73 (36,98)	
4	Nedrelid, Eskil Kleiven	2007 Volda TIL	2.29,02	356
	34,17 (34,17)	1.12,31 (38,14) 1.51,62 (39,31)	2.29,02 (37,40)	
5	Lien, Elias Hauge	2007 Trondhjems SLK	2.29,80	350
	35,53 (35,53)	1.14,12 (38,59) 1.53,22 (39,10)	2.29,80 (36,58)	
6	Skomakerstuen-Krognes, Peer August	2007 Vestbyen IL Trondheim		
2.33,55	325			
	35,45 (35,45)	1.14,99 (39,54) 1.55,40 (40,41)	2.33,55 (38,15)	
7	Krokå, Are Kragset	2007 Aalesunds SLK	2.33,99	322
	37,38 (37,38)	1.15,89 (38,51) 1.55,49 (39,60)	2.33,99 (38,50)	
8	Sørflaten, Magnus	2007 Molde SLK	2.37,30	302
	36,45 (36,45)	1.16,77 (40,32) 1.57,16 (40,39)	2.37,30 (40,14)	
9	Jensen, Leonard	2007 Levanger SLK	2.37,54	301
	37,19 (37,19)	1.17,48 (40,29) 1.57,80 (40,32)	2.37,54 (39,74)	
10	Wahl, Jobjørn	2007 Stjørdals-Blink IL	2.38,58	295
	38,49 (38,49)	1.19,19 (40,70) 1.59,52 (40,33)	2.38,58 (39,06)	
11	Løvås, Sander	2007 Orkanger IF	2.39,19	292
	35,76 (35,76)	1.15,78 (40,02) 1.57,73 (41,95)	2.39,19 (41,46)	
12	Nor, Jo Kebriel Stølhaug	2007 Vestbyen IL Trondheim	2.41,38	280
	38,14 (38,14)	1.19,66 (41,52) 2.00,75 (41,09)	2.41,38 (40,63)	
13	Kleveland, Marius Jacobsen	2007 Vestbyen IL Trondheim	2.43,26	270
	37,77 (37,77)	1.19,75 (41,98) 2.02,22 (42,47)	2.43,26 (41,04)	
14	Isaksen, Jakob	2007 Trondhjems SLK	2.43,38	270
	38,18 (38,18)	1.19,75 (41,57) 2.02,17 (42,42)	2.43,38 (41,21)	
15	Hanssen, Laurits Sørli	2007 Leka IL	2.48,06	248
	39,01 (39,01)	1.22,05 (43,04) 2.05,45 (43,40)	2.48,06 (42,61)	
16	Langaas, Trygg Lauritz	2007 Vestbyen IL Trondheim	2.53,07	227
	40,33 (40,33)	1.24,97 (44,64) 2.09,69 (44,72)	2.53,07 (43,38)	
17	Langaas, Trym Ludvig	2007 Vestbyen IL Trondheim	2.54,09	223
	39,73 (39,73)	1.24,32 (44,59) 2.10,19 (45,87)	2.54,09 (43,90)	
18	Bard, Scott Myran	2007 Malvik IL	2.54,34	222
	40,77 (40,77)	1.24,69 (43,92) 2.11,63 (46,94)	2.54,34 (42,71)	
19	Folven, Rasmus	2007 Vestbyen IL Trondheim	3.02,64	193
	42,27 (42,27)	1.29,23 (46,96) 2.16,86 (47,63)	3.02,64 (45,78)	
	Voldsund, Simon Slotsvik	2007 Ytre Søre Sunnmøre SK		DISK

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 59. 100m individuell medley, jenter - født 2012

Plass	Navn	Født	Klubb	HC	Prosent	Tid	Poeng
1p	Osland, Ada Fludal 40,81 (40,81)	2012	Trondhjems SLK			1.26,65	277
2p	Valle, Sissel Furuholt 40,94 (40,94)	2012	Trondhjems SLK			1.26,78	276
3p	Jensen, Lykke Aglen 45,42 (45,42)	2012	Namsos SK			1.32,40	228
4	Monstø, Hansine Rindberg 43,69 (43,69)	2012	Trondhjems SLK			1.33,85	218
5	Munkhaugen, Emmelin 43,66 (43,66)	2012	Kattem IL			1.35,23	208
6	Sandsund, Kristina Aleman 47,74 (47,74)	2012	Kattem IL			1.43,10	164
7	Holand, Alina Madelen 50,98 (50,98)	2012	Leka IL			1.49,01	139
8	Faksvåg, Victoria Pedersen 1.03,43 (1.03,43)	2012	Kristiansund SK			2.06,19	89
	Sønstabø, Saga Krekvik	2012	Molde SLK				DISK
1p	Walsh, Astri Lillebø 53,22 (53,22)	2008	Ytre Søre Sunnmøre SK	SM10	169,3%	1.50,06	135

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 60. 100m individuell medley, gutter - født 2012

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Spangelo, Edvin Grenne 46,02 (46,02)	2012	Trondhjems SLK	1.37,88	127
2p	Stolbunov, Gleb 45,74 (45,74)	2012	Kattem IL	1.37,93	127
3p	Ulriksen, Eirik Hamnes 51,74 (51,74)	2012	Trondhjems SLK	1.47,63	95
4	Smuk, Bernard 53,98 (53,98)	2012	Trondhjems SLK	1.48,78	92
5	Szczesniak, Szymon 50,64 (50,64)	2012	Aalesunds SLK	1.51,66	85
6	Jørgensen, Iver Ormbostad 56,44 (56,44)	2012	Kristiansund SK	1.58,39	72

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 61. 200m individuell medley, jenter - født 2011

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	French, Lilly Solvei 41,67 (41,67)	2011	Kristiansund SK	3.11,51	257
2p	Høvik-Tøndel, Mie 46,11 (46,11)	2011	Vestbyen IL Trondheim	3.17,12	236
3p	Lundgren, Helle 43,68 (43,68)	2011	Trondhjems SLK	3.18,05	232
4	Hessen, Sienna Nicole Bradley 46,40 (46,40)	2011	Aalesunds SLK	3.22,34	218
5	Amundsen, Arina 44,41 (44,41)	2011	Stjørdals-Blink IL	3.28,49	199
6	Osdal, Karoline 52,84 (52,84)	2011	Aalesunds SLK	3.30,48	194

7	Skulbørstad, Ida Stokke	2011	Stjørdals-Blink IL			3.31,45	191
	54,33 (54,33)	1.46,63 (52,30)	2.45,39 (58,76)	3.31,45 (46,06)			
8	Røkke, Anna Torsdotter Wang	2011	Stjørdals-Blink IL			3.38,57	173
	53,24 (53,24)	1.47,79 (54,55)	2.50,71 (1.02,92)	3.38,57 (47,86)			

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 62. 200m individuell medley, gutter - født 2011

Plass	Navn	Født	Klubb			Tid	Poeng
1p	Muthanna, Lucas Nachappa	2011	Trondhjems SLK			3.01,40	220
	40,56 (40,56)	1.27,01 (46,45)	2.21,19 (54,18)	3.01,40 (40,21)			
2p	Isaksen, Mattias	2011	Trondhjems SLK			3.19,11	166
	48,10 (48,10)	1.37,43 (49,33)	2.37,60 (1.00,17)	3.19,11 (41,51)			
3p	Torske, Aksel Mørkedal	2011	Molde SLK			3.21,95	159
	48,34 (48,34)	1.44,17 (55,83)	2.37,62 (53,45)	3.21,95 (44,33)			
4	Svensden, Ludvig	2011	Trondhjems SLK			3.31,68	138
	50,91 (50,91)	1.43,06 (52,15)	2.44,62 (1.01,56)	3.31,68 (47,06)			
5	Hessen, Sigurd Vågan	2011	Aalesunds SLK			3.42,46	119
	55,99 (55,99)	1.50,96 (54,97)	2.55,45 (1.04,49)	3.42,46 (47,01)			
6	Kristengård, Leonard Tafjord	2011	Molde SLK			3.56,39	99
	56,66 (56,66)	1.52,46 (55,80)	3.04,22 (1.11,76)	3.56,39 (52,17)			

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 63. 200m individuell medley, jenter - født 2010

Plass	Navn	Født	Klubb			Tid	Poeng
1p	Gaupseth, Matilda Røsgaard	2010	Kristiansund SK			2.49,10	374
	40,19 (40,19)	1.20,90 (40,71)	2.11,69 (50,79)	2.49,10 (37,41)			
2p	Bell, Idunn	2010	Vestbyen IL Trondheim			2.50,01	368
	38,18 (38,18)	1.20,97 (42,79)	2.11,62 (50,65)	2.50,01 (38,39)			
3p	Solseth, Vilde Fremstad	2010	Vestbyen IL Trondheim			2.54,09	342
	39,47 (39,47)	1.22,20 (42,73)	2.15,99 (53,79)	2.54,09 (38,10)			
4	Berg, Marita	2010	Verdal SK			2.55,20	336
	43,04 (43,04)	1.29,12 (46,08)	2.17,44 (48,32)	2.55,20 (37,76)			
5	Kvalsund, Ava Remøy	2010	Aalesunds SLK			2.56,11	331
	39,55 (39,55)	1.25,64 (46,09)	2.16,93 (51,29)	2.56,11 (39,18)			
6	Klungervik, Anita	2010	Orkanger IF			3.02,54	297
	42,93 (42,93)	1.28,09 (45,16)	2.21,91 (53,82)	3.02,54 (40,63)			
7	Jensen, Smilla Aglen	2010	Namsos SK			3.07,48	274
	44,86 (44,86)	1.32,24 (47,38)	2.25,03 (52,79)	3.07,48 (42,45)			
8	Indergård, Vilde Mathea	2010	Vestbyen IL Trondheim			3.09,42	266
	47,68 (47,68)	1.34,93 (47,25)	2.30,52 (55,59)	3.09,42 (38,90)			
9	Ulstein-Vestbøstad, Oda	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK			3.10,81	260
	47,34 (47,34)	1.34,22 (46,88)	2.28,51 (54,29)	3.10,81 (42,30)			
10	Cramariuc, Madalina	2010	Namsos SK			3.14,85	244
	45,44 (45,44)	1.36,85 (51,41)	2.32,19 (55,34)	3.14,85 (42,66)			
11	Henriksen, Sigrid Moen	2010	Trondhjems SLK			3.21,97	219
	47,74 (47,74)	1.41,25 (53,51)	2.36,38 (55,13)	3.21,97 (45,59)			
12	Pettersen, Eline Malum	2010	Rørvik SLK			3.35,48	180
	50,67 (50,67)	1.50,58 (59,91)	2.47,33 (56,75)	3.35,48 (48,15)			
13	Hvalstad, Ellinor Bruseth	2010	Rørvik SLK			3.38,99	172
	56,08 (56,08)	1.52,26 (56,18)	2.50,95 (58,69)	3.38,99 (48,04)			

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 64. 200m individuell medley, gutter - født 2010

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Rukovsky, Tima	2010	Ytre Søre Sunnmøre SK	2.38,81 (37,64)	328
	34,98 (34,98)	1.15,73 (40,75)	2.01,17 (45,44)		
2p	Baarholm, Balder	2010	Trondhjems SLK	2.44,63 (35,34)	295
	34,48 (34,48)	1.18,45 (43,97)	2.09,29 (50,84)		
3p	Sommerdalen, Aksel	2010	Aalesunds SLK	2.45,94 (37,43)	288
	36,50 (36,50)	1.19,09 (42,59)	2.08,51 (49,42)		
4	Sattanathan, Vishnu	2010	Trondhjems SLK	2.51,91 (37,81)	259
	38,01 (38,01)	1.23,11 (45,10)	2.14,10 (50,99)		
5	Sonflå, Ole Marius Øseth	2010	Namsos SK	2.58,23 (40,45)	232
	42,07 (42,07)	1.26,63 (44,56)	2.17,78 (51,15)		
6	Remlo, Skage Raudsepp	2010	Kattem IL	3.00,39 (38,37)	224
	41,28 (41,28)	1.29,23 (47,95)	2.22,02 (52,79)		
7	Nordhøy-Varsi, Oliver	2010	Namsos SK	3.01,44 (39,22)	220
	45,79 (45,79)	1.28,80 (43,01)	2.22,22 (53,42)		
8	Borgeteien, Karl Filip	2010	Namsos SK	3.01,46 (38,72)	220
	41,27 (41,27)	1.28,54 (47,27)	2.22,74 (54,20)		
9	Stav, Emre	2010	Vestbyen IL Trondheim	3.11,86 (43,78)	186
	45,43 (45,43)	1.33,37 (47,94)	2.28,08 (54,71)		
10	Sorteberg, Bjørn Eimar Endal	2010	Trondhjems SLK	3.14,10 (43,16)	180
	44,22 (44,22)	1.30,65 (46,43)	2.30,94 (1.00,29)		
11	Czuba, Daniel Stanislaw	2010	Trondhjems SLK	3.16,29 (38,37)	174
	42,39 (42,39)	1.37,56 (55,17)	2.37,92 (1.00,36)		
12	Holm, Felix	2010	Kristiansund SK	3.16,33 (41,68)	174
	41,79 (41,79)	1.27,27 (45,48)	2.34,65 (1.07,38)		
13	Ramstad, Oliver Grøtte	2010	Trondhjems SLK	3.17,53 (39,77)	170
	45,21 (45,21)	1.34,69 (49,48)	2.37,76 (1.03,07)		
14	Kirkvold, Emre Vold	2010	Trondhjems SLK	3.18,29 (43,26)	168
	44,75 (44,75)	1.37,52 (52,77)	2.35,03 (57,51)		
15	Langsetmo, Magnus	2010	Stjørdals-Blink IL	3.24,06 (43,64)	155
	44,92 (44,92)	1.36,71 (51,79)	2.40,42 (1.03,71)		
16	Baumanis, Georgs	2010	Kristiansund SK	3.34,91 (47,30)	132
	41,71 (41,71)	1.35,61 (53,90)	2.47,61 (1.12,00)		
17	Louka, Nick	2010	Kristiansund SK	3.38,36 (48,77)	126
	54,97 (54,97)	1.52,71 (57,74)	2.49,59 (56,88)		
18	Hoseth, Adam	2010	Kristiansund SK	3.39,70 (47,97)	124
	48,80 (48,80)	1.41,37 (52,57)	2.51,73 (1.10,36)		
	Ristesund, Elias Vonheim	2010	Aalesunds SLK	DISK	

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 65. 200m individuell medley, jenter - født 2009

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Olden, Silje Pettersen	2009	Trondhjems SLK	2.36,84 (35,54)	469
	33,68 (33,68)	1.15,59 (41,91)	2.01,30 (45,71)		
2p	Hanssen, Stella Sørli	2009	Leka IL	2.40,61 (38,23)	436
	36,33 (36,33)	1.18,73 (42,40)	2.02,38 (43,65)		
3p	Sinko, Dominyka	2009	Aalesunds SLK	2.50,76 (39,31)	363
	38,21 (38,21)	1.20,88 (42,67)	2.11,45 (50,57)		
4	Redse-Arset, Maria	2009	Ytre Søre Sunnmøre SK	2.54,94 (39,45)	337
	36,08 (36,08)	1.22,69 (46,61)	2.15,49 (52,80)		
5	Brændeland, Erica	2009	Aalesunds SLK	2.55,59 (40,18)	334
	34,85 (34,85)	1.20,60 (45,75)	2.15,41 (54,81)		
6	Skuseth, Marie	2009	Trondhjems SLK	2.57,19 (38,87)	325
	39,06 (39,06)	1.24,90 (45,84)	2.18,32 (53,42)		
7	Forås, Eiril Bjørdal	2009	Aalesunds SLK	3.04,15 (42,67)	289
	36,75 (36,75)	1.23,24 (46,49)	2.21,48 (58,24)		

Trondhjems SLK

Trondheim

8	Bjørnevik, Martine Norvoll	2009 Aalesunds SLK	3.05,10	285
	41,57 (41,57)	1.25,99 (44,42) 2.27,37 (1.01,38)	3.05,10 (37,73)	
9	Mordal, Andrine Indbjør	2009 Molde SLK	3.05,61	282
	41,05 (41,05)	1.29,37 (48,32) 2.21,84 (52,47)	3.05,61 (43,77)	
10	Bøyum-Folkeseth, Lilja Matea	2009 Molde SLK	3.06,14	280
	46,09 (46,09)	1.33,83 (47,74) 2.23,09 (49,26)	3.06,14 (43,05)	
11	Samdahl, Trine	2009 Vestbyen IL Trondheim	3.08,99	268
	42,97 (42,97)	1.29,21 (46,24) 2.25,67 (56,46)	3.08,99 (43,32)	
12	Torhaug, Rikke Rimstad	2009 Molde SLK	3.10,06	263
	45,87 (45,87)	1.37,22 (51,35) 2.29,95 (52,73)	3.10,06 (40,11)	
13	Kumlin-Herfjord, Matilde Elin	2009 Aalesunds SLK	3.10,55	261
	40,98 (40,98)	1.32,54 (51,56) 2.27,64 (55,10)	3.10,55 (42,91)	
14	By, Emilia Airisniemi	2009 Malvik IL	3.11,25	258
	45,77 (45,77)	1.37,83 (52,06) 2.30,86 (53,03)	3.11,25 (40,39)	
15	Winnberg, Olea	2009 Trondhjems SLK	3.12,19	254
	39,28 (39,28)	1.28,81 (49,53) 2.30,32 (1.01,51)	3.12,19 (41,87)	
16	Rønning, Aurora Mannsverk	2009 Malvik IL	3.14,14	247
	42,91 (42,91)	1.34,27 (51,36) 2.31,56 (57,29)	3.14,14 (42,58)	
17	Heibert, Linnea	2009 Namsos SK	3.15,55	241
	40,86 (40,86)	1.34,55 (53,69) 2.29,73 (55,18)	3.15,55 (45,82)	
18	Remen, Inga Marie	2009 Molde SLK	3.20,05	226
	46,28 (46,28)	1.35,58 (49,30) 2.38,00 (1.02,42)	3.20,05 (42,05)	
19	Jensen, Mina Sofie	2009 Levanger SLK	3.26,57	205
	50,02 (50,02)	1.44,59 (54,57) 2.43,85 (59,26)	3.26,57 (42,72)	
20	Mathisen, Marianne Primrose	2009 Leka IL	3.43,09	162
	50,21 (50,21)	1.55,40 (1.05,19) 2.56,98 (1.01,58)	3.43,09 (46,11)	
21	Aas, Johanne	2009 Kattem IL	3.50,43	147
	53,89 (53,89)	1.51,81 (57,92) 2.59,96 (1.08,15)	3.50,43 (50,47)	
	Lian, Agathe	2009 Kristiansund SK	DISK	

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 66. 200m individuell medley, gutter - født 2009

Plass	Navn	Født Klubb	Tid	Poeng
1p	Trelstad, Birk Skaalvik	2009 Trondhjems SLK	2.31,65	377
	32,14 (32,14)	1.10,32 (38,18) 1.57,60 (47,28)	2.31,65 (34,05)	
2p	Leine, Adrian Manuel Jung	2009 Ytre Søre Sunnmøre SK	2.32,11	374
	31,31 (31,31)	1.11,01 (39,70) 1.57,48 (46,47)	2.32,11 (34,63)	
3p	Sørli, Leander Minu	2009 Levanger SLK	2.32,61	370
	34,46 (34,46)	1.16,75 (42,29) 1.57,68 (40,93)	2.32,61 (34,93)	
4	Christiansen, Kaj Ruben	2009 Vestbyen IL Trondheim	2.48,04	277
	38,61 (38,61)	1.20,77 (42,16) 2.09,18 (48,41)	2.48,04 (38,86)	
5	Refseth, Aksel Viken	2009 Trondhjems SLK	2.52,23	257
	37,54 (37,54)	1.21,16 (43,62) 2.14,70 (53,54)	2.52,23 (37,53)	
6	Øvrum, Simen Green	2009 Verdal SK	2.53,70	251
	38,84 (38,84)	1.24,68 (45,84) 2.17,05 (52,37)	2.53,70 (36,65)	
7	Kringstad, Elian Theodor	2009 Trondhjems SLK	2.56,27	240
	40,73 (40,73)	1.24,58 (43,85) 2.18,20 (53,62)	2.56,27 (38,07)	
8	Løkhaug, Adrian Os	2009 Malvik IL	3.00,37	224
	38,69 (38,69)	1.25,95 (47,26) 2.16,72 (50,77)	3.00,37 (43,65)	
9	Hessen, Eivind Vågan	2009 Aalesunds SLK	3.02,99	215
	43,78 (43,78)	1.31,60 (47,82) 2.23,57 (51,97)	3.02,99 (39,42)	
10	Munkeby, Johan Lie	2009 Levanger SLK	3.04,21	210
	42,37 (42,37)	1.30,52 (48,15) 2.22,62 (52,10)	3.04,21 (41,59)	
11	Kleive, Marius Solbakken	2009 Aalesunds SLK	3.10,41	190
	42,02 (42,02)	1.31,17 (49,15) 2.28,09 (56,92)	3.10,41 (42,32)	
12	Sandsmark, Eirik	2009 Aalesunds SLK	3.11,70	187
	40,93 (40,93)	1.31,35 (50,42) 2.32,18 (1.00,83)	3.11,70 (39,52)	
13	Pettersen-Skjerve, Emil Leonhard	2009 Verdal SK	4.15,44	79
	1.04,41 (1.04,41)	2.09,68 (1.05,27) 3.25,20 (1.15,52)	4.15,44 (50,24)	
	Amdahl, Herleif	2009 Stjørdals-Blink IL	DISK	
	Fossheim, Kristoffer Skarsvåg	2009 Vestbyen IL Trondheim	DISK	

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 67. 200m individuell medley, jenter - født 2008

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Kvalsund, Selma Remøy 33,15 (33,15)	1.12,48 (39,33)	2008 Aalesunds SLK	2.29,18 (34,55)	545
2p	Rahnel, Filippa Sætre 32,69 (32,69)	1.13,60 (40,91)	2008 Aalesunds SLK	2.34,84 (36,06)	487
3p	Teigland, Olivia Refsnes 35,01 (35,01)	1.14,24 (39,23)	2008 Aalesunds SLK	2.40,22 (35,21)	439
4	Flåan, Mila Maria 35,57 (35,57)	1.17,18 (41,61)	2008 Trondhjems SLK	2.45,63 (36,44)	398
5	Strand, Emelin Øseth 37,99 (37,99)	1.21,68 (43,69)	2008 Namsos SK	2.49,85 (37,44)	369
6	Tjeldvoll, Emma Lu 37,22 (37,22)	1.20,88 (43,66)	2008 Trondhjems SLK	2.51,37 (40,40)	359
7	Lauritzen, Frøya Ravn 38,53 (38,53)	1.24,41 (45,88)	2008 Rørvik SLK	2.56,90 (40,05)	326
8	Helseth, Emilia Restrepo 38,26 (38,26)	1.22,54 (44,28)	2008 Aalesunds SLK	3.00,82 (43,84)	306
9	Sæther, Nora Helene 44,63 (44,63)	1.34,94 (50,31)	2008 Vestbyen IL Trondheim	3.07,43 (37,68)	274
10	Christiansen, Alma 49,02 (49,02)	1.35,76 (46,74)	2008 Rørvik SLK	3.16,33 (41,18)	239
	Jøssund, Iselin		2008 Namsos SK		DISK

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 68. 200m individuell medley, gutter - født 2008

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng
1p	Sigernes, Brage Wetjen 31,75 (31,75)	1.08,81 (37,06)	2008 Trondhjems SLK	2.22,08 (30,90)	459
2p	Bergquist-Ulvin, Oliver 31,99 (31,99)	1.12,78 (40,79)	2008 Malvik IL	2.34,34 (34,36)	358
3p	Olsen, Philip Hoel 33,07 (33,07)	1.14,80 (41,73)	2008 Kristiansund SK	2.39,59 (36,47)	324
4	Møllerløkken, Sondre Brunvoll 35,42 (35,42)	1.17,98 (42,56)	2008 Trondhjems SLK	2.41,18 (36,30)	314
5	Helland, Christian Corona 32,93 (32,93)	1.15,73 (42,80)	2008 Vestbyen IL Trondheim	2.41,68 (34,49)	311
6	Thomaz, Aiden Johannes 32,77 (32,77)	1.14,76 (41,99)	2008 Stjørdals-Blink IL	2.42,76 (37,79)	305
7	Hjelvik, Aron Fu 36,67 (36,67)	1.20,15 (43,48)	2008 Aalesunds SLK	2.43,73 (36,24)	300
8	Skulbørstad, Leo Stokke 36,44 (36,44)	1.19,88 (43,44)	2008 Stjørdals-Blink IL	2.45,73 (37,14)	289
9	Hansvik, Ingemann 35,43 (35,43)	1.16,30 (40,87)	2008 Rørvik SLK	2.45,98 (36,47)	288
10	Ekrem, Thomas Stur 37,25 (37,25)	1.22,37 (45,12)	2008 Trondhjems SLK	2.53,58 (39,86)	251
11	Rimul, Ludvik 39,40 (39,40)	1.31,56 (52,16)	2008 Stjørdals-Blink IL	3.12,52 (44,14)	184
12	Åkvik, Emil Andre 53,01 (53,01)	1.47,91 (54,90)	2008 Vestbyen IL Trondheim	3.30,12 (46,33)	142
	Nygård, Carl Victor Mukisa		2008 Trondhjems SLK		DISK

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 69. 200m individuell medley, jenter - født 2007

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng	
1p	Alvestad, Maria Erikovna 30,94 (30,94)	1.07,47 (36,53)	2007 Trondhjems SLK	1.51,49 (44,02)	2.24,57 (33,08)	598
2p	Mørkedal, Maria Nesje 32,45 (32,45)	1.13,22 (40,77)	2007 Molde SLK	1.57,99 (44,77)	2.33,30 (35,31)	502
3p	Wik, Tuva Sofie Haram 33,91 (33,91)	1.12,79 (38,88)	2007 Aalesunds SLK	2.00,94 (48,15)	2.35,43 (34,49)	481
4	Voll, Tora Linnea Bakkan 33,44 (33,44)	1.15,80 (42,36)	2007 Verdals SK	2.03,26 (47,46)	2.40,94 (37,68)	434
5	Handberg, Sofia 36,17 (47,17)	1.18,86 (42,69)	2007 Vestbyen IL Trondheim	2.09,77 (50,91)	2.49,10 (39,33)	374
6	Bøyum-Folkeseth, Oda Linea 39,59 (39,59)	1.24,53 (44,94)	2007 Molde SLK	2.16,70 (52,17)	2.56,39 (39,69)	329
7	Elden, Dina Aglen 38,73 (38,73)	1.25,09 (46,36)	2007 Namsos SK	2.18,00 (52,91)	2.58,20 (40,20)	319
8	Vik, Andrea Haga 39,09 (39,09)	1.26,45 (47,36)	2007 Volda TIL	2.18,64 (52,19)	2.58,38 (39,74)	318
9	Lisovska, Anastasija 47,17 (47,17)	1.36,54 (49,37)	2007 Orkanger IF	2.28,01 (51,47)	3.11,96 (43,95)	255
10	Lien, Tiril Johanne Jerstad 46,86 (46,86)	1.37,83 (50,97)	2007 Vestbyen IL Trondheim	2.30,53 (52,70)	3.13,73 (43,20)	248
11	Wiik, Margit Berge 49,75 (49,75)	1.37,46 (47,71)	2007 Kristiansund SK	2.33,08 (55,62)	3.15,20 (42,12)	243

19.03.2023 - Kortbane

Øvelse 70. 200m individuell medley, gutter - født 2007

Plass	Navn	Født	Klubb	Tid	Poeng	
1p	Berg, Aleksander 31,75 (31,75)	1.09,89 (38,14)	2007 Verdals SK	1.49,33 (39,44)	2.22,00 (32,67)	460
2p	Nedrelid, Eskil Kleiven 31,52 (31,52)	1.09,38 (37,86)	2007 Volda TIL	1.49,94 (40,56)	2.24,45 (34,51)	437
3p	Hakvåg-Sandengen, Eirik 31,04 (31,04)	1.08,56 (37,52)	2007 Trondhjems SLK	1.52,72 (44,16)	2.26,11 (33,39)	422
4	Alsos, Andreas Aglen 31,64 (31,64)	1.09,31 (37,67)	2007 Trondhjems SLK	1.57,07 (47,76)	2.30,00 (32,93)	390
5	Sørflaten, Magnus 31,34 (31,34)	1.11,60 (40,26)	2007 Molde SLK	1.53,69 (42,09)	2.30,95 (37,26)	383
6	Lien, Elias Hauge 31,25 (31,25)	1.10,58 (39,33)	2007 Trondhjems SLK	1.59,04 (48,46)	2.31,00 (31,96)	382
7	Wahl, Jobjørn 32,70 (32,70)	1.13,30 (40,60)	2007 Stjørdals-Blink IL	1.58,13 (44,83)	2.33,46 (35,33)	364
8	Isaksen, Jakob 35,13 (35,13)	1.16,99 (41,86)	2007 Trondhjems SLK	1.59,35 (42,36)	2.34,19 (34,84)	359
9	Nor, Jo Kebriel Stølhaug 33,54 (33,54)	1.15,15 (41,61)	2007 Vestbyen IL Trondheim	1.58,91 (43,76)	2.34,60 (35,69)	356
10	Hanssen, Laurits Sørli 33,33 (33,33)	1.16,56 (43,23)	2007 Leka IL		2.36,47 (1.19,91)	343
11	Krokå, Are Kragset 33,96 (33,96)	1.13,41 (39,45)	2007 Aalesunds SLK	2.01,24 (47,83)	2.37,37 (36,13)	338
12	Kleveland, Marius Jacobsen 37,02 (37,02)	1.19,84 (42,82)	2007 Vestbyen IL Trondheim	2.05,04 (45,20)	2.39,00 (33,96)	327
13	Skomakerstuen-Krognes, Peer 2.39,17	1.15,55 (39,46)	August2007 326	2.05,14 (49,59)	2.39,17 (34,03)	
14	Jensen, Leonard 34,33 (34,33)	1.15,12 (40,79)	2007 Levanger SLK	2.04,21 (49,09)	2.40,13 (35,92)	320

Trondhjems SLK

Trondheim

15 Løvås, Sander 35,01 (35,01)	2007 Orkanger IF 1.17,01 (42,00) 2.04,84 (47,83)	2.40,71 (35,87)	2.40,71	317
16 Langaas, Trygg Lauritz 39,19 (39,19)	2007 Vestbyen IL Trondheim 1.24,59 (45,40) 2.13,96 (49,37)	2.51,59 (37,63)	2.51,59	260
17 Langaas, Trym Ludvig 40,03 (40,03)	2007 Vestbyen IL Trondheim 1.23,69 (43,66) 2.15,50 (51,81)	2.54,13 (38,63)	2.54,13	249
18 Bard, Scott Myran 36,45 (36,45)	2007 Malvik IL 1.22,42 (45,97) 2.16,22 (53,80)	2.55,62 (39,40)	2.55,62	243
19 Folven, Rasmus 41,52 (41,52)	2007 Vestbyen IL Trondheim 1.29,39 (47,87) 2.21,20 (51,81)	3.04,49 (43,29)	3.04,49	209
Voldsund, Simon Slotsvik	2007 Ytre Søre Sunnmøre SK		DISK	