

| <b>ØVELSE 1; 25M BRYST jenter</b> |             |                          |             |                   |             |
|-----------------------------------|-------------|--------------------------|-------------|-------------------|-------------|
| <b>Heat 1 - Øvelse 1</b>          | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>              | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                   | 1           |                          |             |                   |             |
|                                   | 2           | Ellen Flæte Gundersen    | 2002        | Rena SK           | 01:02,2     |
|                                   | 3           |                          |             |                   |             |
|                                   | 4           | Marie Sæther             | 2002        | Kongsvinger Livr. | 36,1        |
|                                   | 5           | Wilma Repa               | 2002        | Arvika Simsälskap | 43,8        |
|                                   |             |                          |             |                   |             |
| <b>Heat 2 - Øvelse 1</b>          | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>              | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                   | 1           | Aurora Øiungen           | 2001        | Kongsvinger SK    | 36,1        |
|                                   | 3           | Hanna Elgh               | 2001        | Arvika Simsälskap | 38,7        |
|                                   | 4           | Johanne Dalsbø           | 2001        | Stange SK         | 38          |
|                                   | 5           | Klara Hedling            | 2001        | Arvika Simsälskap | 31,2        |
|                                   |             |                          |             |                   |             |
| <b>Heat 3 - Øvelse 1</b>          | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>              | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                   | 1           | Matilda Kristiansson     | 2001        | Arvika Simsälskap | 31,7        |
|                                   | 2           | Miranda Kristiansson     | 2001        | Arvika Simsälskap | 30,3        |
|                                   | 4           | Tiril Børrud             | 2001        | Kongsvinger Livr. | 33,2        |
|                                   | 5           |                          |             |                   |             |
|                                   |             |                          |             |                   |             |
| <b>Heat 4 - Øvelse 1</b>          | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>              | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                   | 1           | Åshild Tovseth Vatne     | 2000        | Odal SK           | 26,8        |
|                                   | 2           | Alva Salomonsson         | 2000        | Arvika Simsälskap | 30,6        |
|                                   | 3           | Guro V Andersen          | 2000        | Stange SK         | 26,2        |
|                                   | 4           | Johanne Nyutstumo        | 2000        | Stange SK         | 35,8        |
|                                   | 5           | Maja Karlsen             | 2000        | Odal SK           | 27          |
|                                   |             |                          |             |                   |             |
| <b>Heat 5 - Øvelse 1</b>          | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>              | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                   | 1           |                          |             |                   |             |
|                                   | 2           | Sandra Olausson          | 2000        | Arvika Simsälskap | 26,4        |
|                                   | 3           | Ingrid Rognstad          | 2000        | Stange            | 26,6        |
|                                   | 4           | Andrea Bergset Silkoset  | 1999        | Rena SK           | 30,9        |
|                                   | 5           | Benedicte L. Friis       | 1999        | Odal SK           | 26,8        |
|                                   |             |                          |             |                   |             |
| <b>Heat 6 - Øvelse 1</b>          | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>              | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                   | 1           | Britt Heidi Sveen        | 1999        | Rena SK           | 25,2        |
|                                   | 2           | Clara Karlsson           | 1999        | Arvika Simsälskap | 25,2        |
|                                   | 3           | Elma Omerovic            | 1999        | Kongsvinger SK    | 25,8        |
|                                   | 4           | Emilia Nilsson           | 1999        | Arvika Simsälskap | 31,7        |
|                                   | 5           | Jeanette Løvlien Solberg | 1999        | Rena SK           | 31,1        |
|                                   |             |                          |             |                   |             |
| <b>Heat 7 - Øvelse 1</b>          | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>              | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                   | 1           |                          |             |                   |             |
|                                   | 2           | Rebekka R Berg           | 1999        | Kongsvinger Livr. | 34,4        |
|                                   | 3           | Sara Bekkemoen           | 1999        | Kongsvinger Livr. | 27,6        |
|                                   | 4           | Ida Johnsrud             | 1998        | Kongsvinger SK    | 29,8        |
|                                   | 5           |                          |             |                   |             |
|                                   |             |                          |             |                   |             |

## Irene Dalby Cup på Skarnes - 5. desember 2009

| Heat 8 - Øvelse 1          | Bane | Navn                      | Født | Klubb             | TID:         |
|----------------------------|------|---------------------------|------|-------------------|--------------|
|                            | 1    | Mille Moss                | 1997 | Odal SK           | 22,2         |
|                            | 2    | Maja Salomonsson          | 1998 | Arvika Simsälskap | 26,7         |
|                            | 3    | Rikke Bekkelund Asprusten | 1998 | Odal SK           | 23,4         |
|                            | 4    | Sarah Larsson             | 1998 | Arvika Simsälskap | 26,6         |
|                            | 5    | Siri Longa                | 1998 | Odal SK           | 28,3         |
|                            |      |                           |      |                   |              |
|                            |      |                           |      |                   |              |
| Heat 9 - Øvelse 1          | Bane | Navn                      | Født | Klubb             | TID:         |
|                            | 1    |                           |      |                   |              |
|                            | 2    | Anne Mette Sveen          | 1996 | Rena SK           | 23,9         |
|                            | 3    | Kristina Bergset Silkoset | 1996 | Rena SK           | 27,6         |
|                            | 4    | Karoline Haavie Strømsrud |      | Hamar             | 28,3         |
|                            | 5    |                           |      |                   |              |
|                            |      |                           |      |                   |              |
|                            |      |                           |      |                   |              |
| ØVELSE 2; 25M BRYST gutter |      |                           |      |                   |              |
| Heat 1 - Øvelse 2          | Bane | Navn                      | Født | Klubb             | TID:         |
|                            | 1    | Kristian (Etteranmeldt)   |      |                   | 33,2         |
|                            | 2    | Adam Nilsson              | 2001 | Arvika Simsälskap | 38,9         |
|                            | 3    | Bjørn Kristian Eide       | 2001 | Elverum SK        | 39,5         |
|                            | 4    | David B. Larsen           | 2001 | Rena SK           | 51           |
|                            | 5    | Mateusz Moitulewicz       | 2001 | Kongsvinger SK    | startet ikke |
|                            |      |                           |      |                   |              |
|                            |      |                           |      |                   |              |
| Heat 2 - Øvelse 2          | Bane | Navn                      | Født | Klubb             | TID:         |
|                            | 1    |                           |      |                   |              |
|                            | 2    | Dag Espen Amundsen        | 2000 | Rena SK           | 46,5         |
|                            | 3    | Emil Lundgren             | 2000 | Arvika Simsälskap | 28,7         |
|                            | 4    | Markus Sørby              | 2000 | Stange SK         | 32,5         |
|                            | 5    |                           |      |                   |              |
|                            |      |                           |      |                   |              |
| Heat 3 - Øvelse 2          | Bane | Navn                      | Født | Klubb             | TID:         |
|                            | 1    | Patrik Magnusson          | 2000 | Arvika Simsälskap | 31,1         |
|                            | 2    | Robin Engelstad           | 2000 | Odal SK           | startet ikke |
|                            | 3    | Tim Stenvaag Martinsen    |      | Odal SK           | 32,1         |
|                            | 4    | Filip Westby              | 1999 | Arvika Simsälskap | 31,2         |
|                            | 5    |                           |      |                   |              |
|                            |      |                           |      |                   |              |
| Heat 4 - Øvelse 2          | Bane | Navn                      | Født | Klubb             | TID:         |
|                            | 1    |                           |      |                   |              |
|                            | 2    | Johannes Finne            | 1999 | Arvika Simsälskap | 27,5         |
|                            | 3    | Marius Sørli              | 1999 | Rena SK           | 47,3         |
|                            | 4    | Preben Jordan             | 1999 | Elverum SK        | 34,2         |
|                            | 5    |                           |      |                   |              |
|                            |      |                           |      |                   |              |
| Heat 5 - Øvelse 2          | Bane | Navn                      | Født | Klubb             | TID:         |
|                            | 1    |                           |      |                   |              |
|                            | 2    | Martin Røer               | 1998 | Odal SK           | 31,7         |
|                            | 3    | Anthony Flåtene           | 1997 | Kongsvinger SK    | 32,1         |
|                            | 4    | Mikkel Emil L. Friis      | 1997 | Odal SK           | 22,8         |
|                            | 5    |                           |      |                   |              |
|                            |      |                           |      |                   |              |
|                            |      |                           |      |                   |              |

| <b>ØVELSE 3; 25M RYGG jenter</b> |             |                           |             |                   |              |
|----------------------------------|-------------|---------------------------|-------------|-------------------|--------------|
| <b>Heat 1 - Øvelse 3</b>         | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b>  |
|                                  | 1           | Etteranmeldt              |             |                   | 52,0         |
|                                  | 2           | Mari Peistorpet           | 2004        | Stange SK         | startet ikke |
|                                  | 3           | Hedda Wenseth Vestlund    | 2003        | Stange SK         | 43,6         |
|                                  | 4           | Malene Johansen           | 2002        | Stange SK         | 44,2         |
|                                  | 5           | Ellen F. Gundersen        | 2003        | Rena SK           | 01:01,6      |
|                                  |             |                           |             |                   |              |
|                                  |             |                           |             |                   |              |
| <b>Heat 2 - Øvelse 3</b>         | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b>  |
|                                  | 1           | Oda Bjørgo                | 2002        | Stange SK         | 01:04,0      |
|                                  | 2           | Sytske Pas                | 2002        | Elverum SK        | 30,7         |
|                                  | 3           | Aurora Øiungen            | 2001        | Kongsvinger SK    | 41,4         |
|                                  | 4           | Nora Rognstad             | 2001        | Stange SK         | 37,6         |
|                                  | 5           | Johanne Dalsbø            | 2001        | Stange SK         | 38,5         |
|                                  |             |                           |             |                   |              |
|                                  |             |                           |             |                   |              |
| <b>Heat 3 - Øvelse 3</b>         | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b>  |
|                                  | 1           | Mali Myhre                | 2001        | Stange SK         | 55,9         |
|                                  | 2           | Marthe P. Brunvold        | 2001        | Stange SK         | 29,0         |
|                                  | 3           | Tiril Børrud              | 2001        | Kongsvinger Livr. | 32,4         |
|                                  | 4           | Hanne Røer                | 2000        | Odal SK           | 27,2         |
|                                  | 5           | Johanne Nyutstumo         | 2000        | Stange SK         | 36,8         |
|                                  |             |                           |             |                   |              |
|                                  |             |                           |             |                   |              |
| <b>Heat 4 - Øvelse 3</b>         | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b>  |
|                                  | 1           | Vilde Bjørgo              | 2000        | Stange SK         | 27,8         |
|                                  | 2           | Benedicte L. Friis        | 1999        | Odal SK           | 24,6         |
|                                  | 3           | Emilia Nilsson            | 1999        | Arvika Simsälskap | 36,8         |
|                                  | 4           | Gunvor Alise Kvisla       | 1999        | Odal SK           | startet ikke |
|                                  | 5           | Clara Karlson             | 1999        | Arvika Simsälskap | 26,6         |
|                                  |             |                           |             |                   |              |
|                                  |             |                           |             |                   |              |
| <b>Heat 5 - Øvelse 3</b>         | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b>  |
|                                  | 1           | Ingrid Rognstad           | 2000        | Stange SK         | 33,7         |
|                                  | 2           | Stine P. Brunvold         | 1998        | Stange SK         | 27,9         |
|                                  | 3           | Anne Mette Sveen          | 1996        | Rena SK           | 24,9         |
|                                  | 4           | Karoline Haavie Strømsrud |             | Hamar             | 25,5         |
|                                  | 5           |                           |             |                   |              |
|                                  |             |                           |             |                   |              |
|                                  |             |                           |             |                   |              |
| <b>ØVELSE 4; 25M RYGG gutter</b> |             |                           |             |                   |              |
| <b>Heat 1 - Øvelse 4</b>         | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b>  |
|                                  | 1           | Etteranmeldt              |             |                   | 35,5         |
|                                  | 2           | David B. Larsen           | 2001        | Rena SK           | 47,4         |
|                                  | 3           | Benjamin Johansen         | 2004        | Stange SK         | 45,7         |
|                                  | 4           | Iver Myhre                | 2003        | Stange SK         | 57,9         |
|                                  | 5           | Kristian Mathias Røhne    | 2001        | Stange SK         | 46           |
|                                  |             |                           |             |                   |              |
|                                  |             |                           |             |                   |              |

| Heat 2 - Øvelse 4              | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|--------------------------------|------|------------------------|------|-------------------|---------------------|
|                                | 1    | Tim M. Stensvåg        |      | Odal SK           | 29,8                |
|                                | 2    | Emil Lundgren          | 2000 | Arvika Simsälskap | 27,9                |
|                                | 3    | Johannes Finne         | 1999 | Arvika Simsälskap | 25,9                |
|                                | 4    | Marcus Ostad Andersen  | 1999 | Stange SK         | 32,9                |
|                                | 5    |                        |      |                   |                     |
|                                |      |                        |      |                   |                     |
| Heat 3 - Øvelse 4              | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|                                | 1    |                        |      |                   |                     |
|                                | 2    | Thomas Lundberg        | 1998 | Hamar             | 25,1                |
|                                | 3    | Anthony Flåtene        | 1997 | Kongsvinger SK    | 33,0                |
|                                | 4    | Ole Christian Lier     | 1996 | Odal SK           | 19,7                |
|                                | 5    |                        |      |                   |                     |
|                                |      |                        |      |                   |                     |
|                                |      |                        |      |                   |                     |
| ØVELSE 5; 25M BUTTERFLY jenter |      |                        |      |                   |                     |
| Heat 1 - Øvelse 5              | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|                                | 1    |                        |      |                   |                     |
|                                | 2    | Mille Moss             | 1997 | Odal SK           | 22,1                |
|                                | 3    | Kristin Pas            | 1998 | Elverum SK        | 22,4                |
|                                | 4    |                        |      |                   |                     |
|                                | 5    |                        |      |                   |                     |
|                                |      |                        |      |                   |                     |
|                                |      |                        |      |                   |                     |
| ØVELSE 6; 25M BUTTERFLY gutter |      |                        |      |                   |                     |
| Heat 1 - Øvelse 6              | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|                                | 1    |                        |      |                   |                     |
|                                | 2    |                        |      |                   |                     |
|                                | 3    | Tomas Sivertsen        | 2000 | Stange SK         | <i>startet ikke</i> |
|                                | 4    |                        |      |                   |                     |
|                                | 5    |                        |      |                   |                     |
|                                |      |                        |      |                   |                     |
|                                |      |                        |      |                   |                     |
| ØVELSE 7; 25M FRI jenter       |      |                        |      |                   |                     |
| Heat 1 - Øvelse 7              | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|                                | 1    | Mari Peistorpet        | 2004 | Stange SK         | 44,6                |
|                                | 2    | Hedda Wenseth Vestlund | 2003 | Stange SK         | 54,2                |
|                                | 3    |                        |      |                   |                     |
|                                | 4    |                        |      |                   |                     |
|                                | 5    |                        |      |                   |                     |
|                                |      |                        |      |                   |                     |
|                                |      |                        |      |                   |                     |
| Heat 2 - Øvelse 7              | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|                                | 1    |                        |      |                   |                     |
|                                | 2    | Malene Johansen        | 2002 | Stange SK         | 43,4                |
|                                | 3    | Marie Sæther           | 2002 | Kongsvinger Livr. | 31,8                |
|                                | 4    | Sytske Pas             | 2002 | Elverum SK        | 41,7                |
|                                | 5    | Wilma Repa             | 2002 | Arvika Simsälskap | 37                  |
|                                |      |                        |      |                   |                     |
|                                |      |                        |      |                   |                     |
| Heat 3 - Øvelse 7              | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|                                | 1    |                        |      |                   |                     |
|                                | 2    | Hanna Elgh             | 2001 | Arvika Simsälskap | 33,0                |
|                                | 3    | Johanne Dalsbø         | 2001 | Stange SK         | 37,6                |
|                                | 4    | Klara Hedling          | 2001 | Arvika Simsälskap | 24,8                |
|                                | 5    | Nora Rognstad          | 2001 | Stange SK         | 32,9                |

| <b>Heat 4 - Øvelse 7</b> | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|--------------------------|-------------|---------------------------|-------------|-------------------|-------------|
|                          | 1           | Åshild Tovseth Vatne      | 2000        | Odal SK           | 21,1        |
|                          | 2           | Mali Myhre                | 2001        | Stange SK         | 44,2        |
|                          | 3           | Marte Krågå               | 2001        | Rena SK           | 32,8        |
|                          | 4           | Marthe P. Brunvold        | 2001        | Stange SK         | 28,6        |
|                          | 5           | Matilda Kristiansson      | 2001        | Arvika Simsälskap | 36,6        |
|                          |             |                           |             |                   |             |
|                          |             |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 5 - Øvelse 7</b> | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                          | 1           | Miranda Kristiansson      | 2001        | Arvika Simsälskap | 29,7        |
|                          | 2           |                           |             |                   |             |
|                          | 3           | Tiril Børrud              | 2001        | Kongsvinger Livr. | 41,1        |
|                          | 4           | Alva Salomonsson          | 2000        | Arvika Simsälskap | 29,2        |
|                          | 5           | Guro V Andersen           | 2000        | Stange SK         | 22,1        |
|                          |             |                           |             |                   |             |
|                          |             |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 6 - Øvelse 7</b> | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                          | 1           | Hanne Røer                | 2000        | Odal SK           | 23,3        |
|                          | 2           | Johanne Nyutstumo         | 2000        | Stange SK         | 29,2        |
|                          | 3           | Maja Karlsen              | 2000        | Odal SK           | 27,1        |
|                          | 4           | Sandra Olausson           | 2000        | Arvika Simsälskap | 27,1        |
|                          | 5           |                           |             |                   |             |
|                          |             |                           |             |                   |             |
|                          |             |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 7 - Øvelse 7</b> | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                          | 1           | Vilde Bjørgo              | 2000        | Stange SK         | 29,7        |
|                          | 2           | Benedicte L. Friis        | 1999        | Odal SK           | 22,5        |
|                          | 3           |                           |             |                   |             |
|                          | 4           | Elma Omerovic             | 1999        | Kongsvinger SK    | 19,5        |
|                          | 5           |                           |             |                   |             |
|                          |             |                           |             |                   |             |
|                          |             |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 8 - Øvelse 7</b> | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                          | 1           | Emilia Nilsson            | 1999        | Arvika Simsälskap | 26,2        |
|                          | 2           | Gunvor Alise Kvisla       | 1999        | Odal SK           | 37,0        |
|                          | 3           | Jeanette Løvlien Solberg  | 1999        | Rena SK           | 25,7        |
|                          | 4           | Clara Karlson             | 1999        | Arvika Simsälskap | 21,8        |
|                          | 5           | Stine Sævik Dahl          | 1999        | Rena SK           | 20,9        |
|                          |             |                           |             |                   |             |
|                          |             |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 9 - Øvelse 7</b> | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                          | 1           | Viktoria Schutzer         | 1999        | Arvika Simsälskap | 24,0        |
|                          | 2           | Emma Peistorpet           | 1998        | Stange SK         | 18,4        |
|                          | 3           | Ida Johnsrud              | 1998        | Kongsvinger SK    | 21,8        |
|                          | 4           | Maja Salomonsson          | 1998        | Arvika Simsälskap | 27,2        |
|                          | 5           | Rikke Bekkelund Asprusten | 1998        | Odal SK           | 21,1        |
|                          |             |                           |             |                   |             |
|                          |             |                           |             |                   |             |

## Irene Dalby Cup på Skarnes - 5. desember 2009

| Heat 10 - Øvelse 7              | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|---------------------------------|------|------------------------|------|-------------------|---------------------|
|                                 | 1    |                        |      |                   |                     |
|                                 | 2    | Sarah Larsson          | 1998 | Arvika Simsälskap | 21,3                |
|                                 | 3    | Siri Longa             | 1998 | Odal SK           | <i>startet ikke</i> |
|                                 | 4    | Stine P. Brunvold      | 1998 | Stange SK         | 25,5                |
|                                 | 5    | Aurora Sletnes Bjørlo  | 1998 | Hamar             | 22,7                |
|                                 |      |                        |      |                   |                     |
|                                 |      |                        |      |                   |                     |
| <b>ØVELSE 8; 25M FRI gutter</b> |      |                        |      |                   |                     |
|                                 |      |                        |      |                   |                     |
| Heat 1 - Øvelse 8               | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|                                 | 1    | David B. Larsen        | 2001 | Rena SK           | 36,4                |
|                                 | 2    | Adam Nilsson           | 2001 | Arvika Simsälskap | 39,1                |
|                                 | 3    | Bjørn Kristian Eide    | 2001 | Elverum SK        | 46,8                |
|                                 | 4    | Diderik Kolbjørnsen    | 2001 | Rena SK           | 41,1                |
|                                 | 5    | Kristian Mathias Røhne | 2001 | Stange SK         | 34,5                |
|                                 |      |                        |      |                   |                     |
|                                 |      |                        |      |                   |                     |
| Heat 2 - Øvelse 8               | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|                                 | 1    | Mateusz Moitulewicz    | 2001 | Kongsvinger SK    | 25,3                |
|                                 | 2    |                        |      |                   |                     |
|                                 | 3    | Alexander Huus         | 2000 | Rena SK           | 46,7                |
|                                 | 4    | Dag Espen Amundsen     | 2000 | Rena SK           | 35,0                |
|                                 | 5    | Emil Lundgren          | 2000 | Arvika Simsälskap | 23,1                |
|                                 |      |                        |      |                   |                     |
|                                 |      |                        |      |                   |                     |
| Heat 3 - Øvelse 8               | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|                                 | 1    | Patrik Magnusson       | 2000 | Arvika Simsälskap | 30,0                |
|                                 | 2    | Robin Engelstad        | 2000 | Odal SK           | <i>startet ikke</i> |
| ???                             | 3    | Tomas Sivertsen        | 2000 | Stange SK         | <i>startet ikke</i> |
|                                 | 4    | Arnt Erik Wollum       | 1998 | Odal SK           | 18,4                |
|                                 | 5    |                        |      |                   |                     |
|                                 |      |                        |      |                   |                     |
| Heat 4 - Øvelse 8               | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|                                 | 1    |                        |      |                   |                     |
|                                 | 2    | Filip Westby           | 1999 | Arvika Simsälskap | 28,1                |
|                                 | 3    | Marcus Ostad Andersen  | 1999 | Stange SK         | 31,7                |
|                                 | 4    | Marius Sørli           | 1999 | Rena SK           | 38,3                |
|                                 | 5    |                        |      |                   |                     |
|                                 |      |                        |      |                   |                     |
|                                 |      |                        |      |                   |                     |
| Heat 5 - Øvelse 8               | Bane | Navn                   | Født | Klubb             | TID:                |
|                                 | 1    | Martin Røer            | 1998 | Odal SK           | 21,6                |
|                                 | 2    | Thomas Lundberg        | 1998 | Hamar             | 21,7                |
|                                 | 3    | Mikkel Emil L. Friis   | 1997 | Odal SK           | 18,1                |
|                                 | 4    | Ole Christian Lier     | 1996 | Odal SK           | 18,5                |
|                                 | 5    |                        |      |                   |                     |

# PAUSE

| <b>ØVELSE 9; 50M BRYST jenter</b>  |             |                           |             |                   |             |
|------------------------------------|-------------|---------------------------|-------------|-------------------|-------------|
| <b>Heat 1 - Øvelse 9</b>           | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                    | 1           |                           |             |                   |             |
|                                    | 2           | Guro V Andersen           | 2000        | Stange SK         | 01:01,5     |
|                                    | 3           | Ingrid Rognstad           | 2000        | Stange SK         | 01:03,9     |
|                                    | 4           | Åshild Tovseth Vatne      | 2000        | Odal SK           | 01:00,6     |
|                                    | 5           |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 2 - Øvelse 9</b>           | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                    | 1           |                           |             |                   |             |
|                                    | 2           | Britt Heidi Sveen         | 1999        | Rena SK           | 58,6        |
|                                    | 3           | Sara Bekkemoen            | 1999        | Kongsvinger Livr. | 01:00,5     |
|                                    | 4           |                           |             |                   |             |
|                                    | 5           |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 3 - Øvelse 9</b>           | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                    | 1           | Maria Bjørnseth           | 1998        | Kongsvinger SK    | 01:01,4     |
|                                    | 2           | Naomi Øiungen             | 1998        | Kongsvinger SK    | 01:00,7     |
|                                    | 3           | Rikke Bekkelund Asprusten | 1998        | Odal SK           | 54,9        |
|                                    | 4           | Anna Therese Flikka       | 1997        | Kongsvinger SK    | 50,5        |
|                                    | 5           | Ida Jordan                | 1997        | Elverum SK        | 54,2        |
| <b>Heat 4 - Øvelse 9</b>           | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                    | 1           | Ida Køhl Berg             | 1997        | Elverum SK        | 52,7        |
|                                    | 2           | Silje Skogli              | 1997        | Elverum SK        | 48,0        |
|                                    | 3           | Siri Rusten               | 1997        | Rena SK           | 59,3        |
|                                    | 4           | Vilde Sveen               | 1997        | Rena SK           | 01:02,4     |
|                                    | 5           | Aurora Sletnes Bjørlo     | 1998        | Hamar             | 01:02,6     |
|                                    |             |                           |             |                   |             |
|                                    |             |                           |             |                   |             |
| <b>ØVELSE 10; 50M BRYST gutter</b> |             |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 1 - Øvelse 10</b>          | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                    | 1           |                           |             |                   |             |
|                                    | 2           | Bjørn Kristian Eide       | 2001        | Elverum SK        | 01:28,0     |
|                                    | 3           | Tim Martinsen             |             | Odal SK           | 01:23,4     |
|                                    | 4           | Andreas Magnusson         | 1997        | Arvika Simsålskap | 01:05,1     |
|                                    | 5           |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 2 - Øvelse 10</b>          | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|                                    | 1           |                           |             |                   |             |
|                                    | 2           | Oskar Elfmark             | 1997        | Kongsvinger SK    | 01:01,5     |
|                                    | 3           | Simen Johnsrud            | 1997        | Kongsvinger SK    | 58,9        |
|                                    | 4           |                           |             |                   |             |
|                                    | 5           |                           |             |                   |             |

| <b>ØVELSE 11; 50M RYGG jenter</b>       |             |                           |             |                   |             |
|---|-------------|---------------------------|-------------|-------------------|-------------|
| <b>Heat 1 - Øvelse 11</b>               | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|   | 1           |                           |             |                   |             |
|   | 2           |                           |             |                   |             |
|   | 3           | Kristin Pas               | 1998        | Elverum SK        | 57,7        |
|   | 4           | Ida Køhl Berg             | 1997        | Elverum SK        | 49,0        |
|   | 5           | Aurora Sletnes Bjørlo     | 1998        | Hamar             | 46,6        |
|   |             |                           |             |                   |             |
|   |             |                           |             |                   |             |
| <b>ØVELSE 12; 50M RYGG gutter</b>       |             |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 1 - Øvelse 12</b>               | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|   | 1           | Benjamin Johansen         | 2004        | Stange SK         | 01:44,9     |
|   | 2           | Mateusz Moitulewicz       | 2001        | Kongsvinger SK    | 01:07,3     |
|   | 3           | Andreas Magnusson         | 1997        | Arvika Simsälskap | 57,9        |
|   | 4           | Simen Johnsrud            | 1997        | Kongsvinger SK    | 01:03,6     |
|   | 5           |                           |             |                   |             |
|   |             |                           |             |                   |             |
|   |             |                           |             |                   |             |
| <b>ØVELSE 13; 50 m butterfly Jenter</b> |             |                           |             |                   |             |
| <b>ØVELSE 14; 50 m butterfly Gutter</b> |             |                           |             |                   |             |
|   |             |                           |             |                   |             |
|   |             |                           |             |                   |             |
| <b>ØVELSE 15; 50M FRI jenter</b>        |             |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 1 - Øvelse 15</b>               | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|   | 1           |                           |             |                   |             |
|   | 2           | Malene Johansen           | 2002        | Stange SK         | 01:32,7     |
|   | 3           | Marthe P. Brunvold        | 2001        | Stange SK         | 01:04,6     |
|   | 4           | Britt Heidi Sveen         | 1999        | Rena SK           | 52,2        |
|   | 5           | Emilia Nilsson            | 1999        | Arvika Simsälskap | 01:04,3     |
|   |             |                           |             |                   |             |
|   |             |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 2 - Øvelse 15</b>               | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|   | 1           | Jeanette Løvlien Solberg  | 1999        | Rena SK           | 01:11,5     |
|   | 2           | Emma Peistorpet           | 1998        | Stange SK         | 47,1        |
|   | 3           |                           |             |                   |             |
|   | 4           | Maria Bjørnseth           | 1998        | Kongsvinger SK    | 59,1        |
|   | 5           |                           |             |                   |             |
|   |             |                           |             |                   |             |
|   |             |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 3 - Øvelse 15</b>               | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|   | 1           | Naomi Øiungen             | 1998        | Kongsvinger SK    | 56,9        |
|   | 2           | Stine P. Brunvold         | 1998        | Stange SK         | 01:00,1     |
|   | 3           | Anna Therese Flikka       | 1997        | Kongsvinger SK    | 39,3        |
|   | 4           | Ida Jordan                | 1997        | Elverum SK        | 37,5        |
|   | 5           | Silje Skogli              | 1997        | Elverum SK        | 38,9        |
|   |             |                           |             |                   |             |
|   |             |                           |             |                   |             |
| <b>Heat 4 - Øvelse 15</b>               | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>               | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b> |
|   | 1           | Mille Moss                | 1997        | Odal SK           | 41,1        |
|   | 2           | Siri Rusten               | 1997        | Rena SK           | 51,6        |
|   | 3           | Vilde Sveen               | 1997        | Rena SK           | 47,9        |
|   | 4           | Anne Mette Sveen          | 1996        | Rena SK           | 46,2        |
|   | 5           | Karoline Haavie Strømsrud |             | Hamar             | 55,2        |
|   |             |                           |             |                   |             |

| <b>ØVELSE 16; 50M FRI gutter</b>     |             |                            |             |                   |              |
|--------------------------------------|-------------|----------------------------|-------------|-------------------|--------------|
| <b>Heat 1 - Øvelse 16</b>            | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>                | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b>  |
|                                      | 1           | Arnt Erik Wollum           | 1998        | Odal SK           | 44,0         |
| ???                                  | 2           | Tomas Sivertsen            | 2000        | Stange SK         | Startet ikke |
|                                      | 3           | Filip Westby               | 1999        | Arvika Simsälskap | 01:04,7      |
|                                      | 4           | Johannes Finne             | 1999        | Arvika Simsälskap | 47,0         |
|                                      | 5           | Preben Jordan              | 1999        | Elverum SK        | 53,0         |
|                                      |             |                            |             |                   |              |
|                                      |             |                            |             |                   |              |
| <b>Heat 2 - Øvelse 16</b>            | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>                | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b>  |
|                                      | 1           |                            |             |                   |              |
|                                      | 2           | Thomas Lundberg            | 1998        | Hamar             | 53,4         |
|                                      | 3           | Andreas Magnusson          | 1997        | Arvika Simsälskap | 45,0         |
|                                      | 4           | Anthony Flåtene            | 1997        | Kongsvinger SK    | 52,2         |
|                                      | 5           | Mikkel Emil L. Friis       | 1997        | Odal SK           | 39,5         |
|                                      |             |                            |             |                   |              |
|                                      |             |                            |             |                   |              |
| <b>Heat 3 - Øvelse 16</b>            | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>                | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b>  |
|                                      | 1           | Oskar Elfmark              | 1997        | Kongsvinger SK    | 53,8         |
|                                      | 2           | Simen Johnsrud             | 1997        | Kongsvinger SK    | 55,4         |
|                                      | 3           |                            |             |                   |              |
|                                      | 4           |                            |             |                   |              |
|                                      | 5           |                            |             |                   |              |
|                                      |             |                            |             |                   |              |
|                                      |             |                            |             |                   |              |
| <b>ØVELSE 17; 100M MEDLEY jenter</b> |             |                            |             |                   |              |
| <b>Heat 1 - Øvelse 17</b>            | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>                | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b>  |
|                                      | 1           | Emma Peistorpet (100m fri) | 1998        | Stange SK         | 01:47,3      |
|                                      | 2           | Kristin Pas                | 1998        | Elverum SK        | 01:55,8      |
|                                      | 3           | Ida Jordan                 | 1997        | Elverum SK        | 01:36,4      |
|                                      | 4           | Ida Køhl Berg              | 1997        | Elverum SK        | 01:44,8      |
|                                      | 5           | Silje Skogli               | 1997        | Elverum SK        | 01:38,3      |
|                                      |             |                            |             |                   |              |
|                                      |             |                            |             |                   |              |
| <b>ØVELSE 18; 100M MEDLEY gutter</b> |             |                            |             |                   |              |
| <b>Heat 1 - Øvelse 18</b>            | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>                | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>      | <b>TID:</b>  |
|                                      | 1           |                            |             |                   |              |
|                                      | 2           |                            |             |                   |              |
|                                      | 3           |                            |             |                   |              |
|                                      | 4           |                            |             |                   |              |
|                                      | 5           |                            |             |                   |              |

# KORT PAUSE

**ØVELSE 19; 4 \* 25 M STAFETT mix**

| <b>ØVELSE 19; 4 * 25 M STAFETT mix</b> |             |                   |             |                     |              |
|--|-------------|-------------------|-------------|---------------------|--------------|
| <b>Heat 1 - Øvelse 19</b>              | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>       | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>        | <b>TID:</b>  |
|  | 1           | Stange 3          |             | Stange SK           | 02:20,6      |
|  | 2           | Stange 2          |             | Stange SK           | 02:20,5      |
|  | 3           | Odal 1            |             | Odal SK             | 01:37,6      |
|  | 4           | Odal 2            |             | Odal SK             | 01:24,2      |
|  | 5           | Arvika 4          |             | Arvika Simsälskap   | 01:36,3      |
|  |             |                   |             |                     |              |
|  |             |                   |             |                     |              |
| <b>Heat 2 - Øvelse 19</b>              | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>       | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>        | <b>TID:</b>  |
|  | 1           | Rena 1            |             | Rena SK             | 01:47,8      |
|  | 2           | Rena 3            |             | Rena SK             | 02:04,2      |
|  | 3           | Elverum Mix 1     |             | Elverum SK          | 01:58,2      |
|  | 4           | Stange 4          |             | Stange SK           | 02:00,8      |
|  | 5           | Arvika SS Arvika  |             | Arvika Simsälskap   | 02:07,8      |
|  |             |                   |             |                     |              |
|  |             |                   |             |                     |              |
| <b>Heat 3 - Øvelse 19</b>              | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>       | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>        | <b>TID:</b>  |
|  | 1           |                   |             |                     |              |
|  | 2           | Kongsvinger Liv 1 |             | Kongsvinger Livr. 1 | 02:21,1      |
|  | 3           | Arvika 3          |             | Arvika              | 02:08,7      |
|  | 4           | Odal 3            |             | Odal SK             | 01:27,8      |
|  | 5           | Rena 4            |             | Rena SK             | 02:38,2      |
|  |             |                   |             |                     |              |
|  |             |                   |             |                     |              |
| <b>Heat 4 - Øvelse 19</b>              | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>       | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>        | <b>TID:</b>  |
|  | 1           | Hamar IL          |             | Hamar               | 01:34,4      |
|  | 2           | Stange 1          |             | Stange SK           | 02:12,6      |
|  | 3           | Arvika 2          |             | Arvika              | 02:03,4      |
|  | 4           | Kongsvinger 2     |             | Kongsvinger SK      | 02:06,6      |
|  | 5           | Rena 2            |             | Rena SK             | 02:07,3      |
|  |             |                   |             |                     |              |
|  |             |                   |             |                     |              |
| <b>ØVELSE 20; 4 * 50 M STAFETT mix</b> |             |                   |             |                     |              |
| <b>Heat 1 - Øvelse 20</b>              | <b>Bane</b> | <b>Navn</b>       | <b>Født</b> | <b>Klubb</b>        | <b>TID:</b>  |
|  | 1           | Arvika SS Arvika  |             | Arvika Simsälskap   | 03:15,2      |
|  | 2           | Elverum Mix 2     |             | Elverum SK          | 02:46,5      |
|  | 3           | Kongsvinger 1     |             | Kongsvinger SK      | 03:34,3      |
|  | 4           | Odal 4            |             | Odal SK             | startet ikke |
|  | 5           | Kongsvinger 3     |             | Kongsvinger SK      | 03:32,9      |