

NM Hamar 2019

Stevnerapport

Navn: NM Hamar 2019
Sted: Hamar idrettspark
Arrangør: Hamar IL Friidrett og FIK Orion
Dato: 02.08.2019 - 04.08.2019
Dag:

Kontaktp Heidi Fjellet Kristiansen
Telefon 48059287
E-Post heid-kr@online.no
Kommentar

NM Hamar 2019

Resultatliste

02.08.2019

KS

100 m

Heat: 1

Vind: +2.6

1	2	Henriette Jæger	(03)	Aremark IF	11,91	Q	BR
2	286	Malin Bårdsgård Kulseth	(96)	Selsbakk IF	11,97	Q	BR
3	358	Vilde Humstad Aasmo	(98)	Tjalve, IK	12,11	Q	
4	265	Agathe Holtan Wathne	(94)	Sandnes IL	12,36	Q	
5	108	Ingrid Sortland	(99)	Gneist,IL	12,92		
6	145	Lisa Maylen Stensøy	(04)	Herkules Friidrett	12,95		
7	75	Maiken Andreassen	(02)	FIK Orion	13,13		

Heat: 2

Vind: -0.1

1	326	Ingvild Meinseth	(99)	Sørild FIK	11,96	Q	BR
2	192	Elin Serine Vik Johannessen	(00)	Lyngdal IL	12,11	Q	
3	304	Thale Leirfall Bremset	(99)	Stjørdal Friidrettsklubb	12,22	Q	
4	381	Miranda Lauvstad	(03)	Tyrving IL	12,63	Q	
5	188	Malin Furuhaug	(02)	Lillehammer IF	12,65	q	
6	186	Cathrine Trøen	(01)	Lillehammer IF	12,88		
7	277	Nora Haugen	(03)	Sandnes IL	12,89		

Heat: 3

Vind: +0.2

1	220	Ezinne Okparaebo	(88)	Norna-Salhus IL	11,77	Q	BR
2	207	Linn Oppegaard	(98)	Moss IL	12,03	Q	
3	284	Cecilia Johanna Carneiro Håkegård	(94)	Selsbakk IF	12,27	Q	
4	203	Maren Bakke Amundsen	(03)	Moelven IL	12,32	Q	
5	426	Lovise Skarbøvik Andresen	(04)	Ålesund FIK	12,41	q	
6	163	Emma Natalie Hagen Dhir	(99)	Kristiansands IF	12,67		
7	21	Angelica Okparaebo	(97)	BUL, IL i	12,80		

Heat: 4

Vind: +0.5

1	78	Tonje Fjellet Kristiansen	(99)	FIK Orion	11,92	Q	BR
2	43	Pernille Sina Lund	(93)	Bækkelagets SK	12,31	Q	
3	266	Astrid Mangen Ingebrigtsen	(94)	Sandnes IL	12,38	Q	
4	25	Elea Jørstad Bock	(02)	BUL, IL i	12,42	Q	
5	183	Synne Frydenlund	(97)	Larvik Turn & IF	12,70		
6	112	Una Haukanes	(03)	Gneist,IL	12,70		
7	168	Tina Helen Bergem	(94)	Kristiansands IF	13,16		

Heat: 5

Vind: +1.2

1	370	Helene Rønningen	(98)	Tyrving IL	11,68	Q	BR
2	364	Marte Pettersen	(97)	Trondheim Friidrett - Fr	12,05	Q	
3	45	Alice Ulla Berg	(97)	Dimna IL	12,18	Q	
4	271	Hanne Berit Irgens	(94)	Sandnes IL	12,31	Q	
5	405	Frida Røe Tærum	(01)	Vidar, Sportsklubben	12,39	q	
6	76	Mia Evensen	(02)	FIK Orion	12,66	q	
7	57	Inger Constanse Eidhammer Lunde	(02)	Etne IL	12,82		

Mesterskapsrekord 11,19

Norgesrekord: 11,10

Banerekord: 12,01

KS

400 m

Heat: 1

1	365	Amalie Hammild luel	(94)	Tyrving IL	55,47	Q	
2	227	June Sæbøe Tveit	(99)	Norna-Salhus IL	58,17	Q	
3	205	Sigrid Kongssund Amlie	(02)	Moelven IL	58,36	Q	
4	414	Summer Thalysa Steinsrud	(01)	Vidar, Sportsklubben	59,15	q	
5	39	Karine Jacobsen	(99)	Bækkelagets SK	1,00,44		

Heat: 2

1	166	Sara Dorthea Jensen	(96)	Kristiansands IF	57,58	Q	
2	104	Anne Skudal Dolvik	(88)	Gneist,IL	58,77	Q	
3	285	Hanna Eid	(97)	Selsbakk IF	59,13	Q	
4	131	Mille Eide Nyhus	(03)	Hamar IL	59,37	q	

NM Hamar 2019

Resultatliste

02.08.2019

KS

400 m

Mesterskapsrekord 52,45

Norgesrekord: 51,81

Banerekord: 53,87

KS

1500 m

Heat: 1

1	267	Christina Maria Toogood	(89)	Sandnes IL	4,40,64	Q
2	34	Sigrild Jervell Våg	(92)	BUL, IL i	4,40,86	Q
3	343	Malin Edland	(99)	Tjalve, IK	4,40,92	Q
4	138	Vilde Våge Henriksen	(00)	Haugesund Idrettslag	4,41,08	Q
5	26	Ingrid Emilsen Kristiansen	(92)	BUL, IL i	4,41,44	Q
6	185	Ania Zielinkiewicz	(89)	Lillehammer IF	4,41,77	Q
7	117	Ine Bakken	(96)	Gular, IL	4,43,30	
8	403	Silje Lindstad	(97)	Varegg Fleridrett	4,44,79	
9	148	Freya Mjølvsnes	(03)	Idrettslaget Skjalg	4,45,43	
10	333	Emilie Fossumstuen Grøterud	(97)	Tjalve, IK	4,49,86	

Heat: 2

1	393	Amalie Manshaus Sæten	(97)	Ullensaker/Kisa IL Friid	4,42,15	Q
2	380	Mina Marie Anglero	(97)	Tyrving IL	4,42,25	Q
3	6	Christine Næss	(00)	Asker Sk. Friidrett	4,42,34	Q
4	262	Mari Roligheten Ruud	(02)	Runar, IL	4,42,53	Q
4	135	Kristine Lande Dommersnes	(99)	Haugesund Idrettslag	4,42,53	Q
6	261	Andrea Modin Engesæth	(01)	Runar, IL	4,43,35	Q
7	22	Anniken Rostad Johansen	(88)	BUL, IL i	4,44,99	
8	257	Synnøve Antonsen Torp	(99)	Ranheim IL	4,45,10	
9	342	Mai Elin Blekastad Watson	(89)	Tjalve, IK	4,46,24	
10	400	Bertine-Helene Færø	(92)	Varegg Fleridrett	4,47,26	

Mesterskapsrekord 4,05,2

Norgesrekord: 4,00,55

Banerekord: 4,33,06

KS

5000 m

1	345	Maria Sagnes Wågan	(92)	Tjalve, IK	16,42,99	
2	409	Runa Skrove Falch	(90)	Vidar, Sportsklubben	16,43,98	
3	308	Pernilla Eugenie Epland	(90)	Stord IL (Allianseidrett)	17,00,80	
4	105	Eli Anne Dvergsdal	(91)	Gneist, IL	17,02,88	
5	117	Ine Bakken	(96)	Gular, IL	17,14,75	
6	258	Marte Mæhlum Johansen	(97)	Raumnes & Årnes IL	17,22,41	
7	158	Maryna Novik	(81)	Klypetussen, IF	17,22,99	
8	92	Karoline Holsen Kyte	(93)	Førde IL	17,23,93	
9	142	Astrid Uhrenholdt Jacobsen	(87)	Heming, IL	17,29,16	
10	408	Live Johannessen Solheimdal	(96)	Vidar, Sportsklubben	17,40,67	
11	294	Julie Benedicte Bakkom Aspesletten	(89)	Stavanger Friidrettsklu	17,42,56	
12	346	Marie Synnøve Qvale	(94)	Tjalve, IK	17,43,29	
13	139	Emma Kirkeberg Mørk	(02)	Hellas, IF	17,44,40	
14	242	Hanne Marthe Lie	(89)	Oslostudentenes IK	17,57,76	
	24	Delphine Catherine Poirot	(95)	BUL, IL i	DNF	
	263	Sigrun Gjølberg	(91)	Rygge IL	DNF	

Mesterskapsrekord 15,01,05

Norgesrekord: 14,37,33

KS

100 m, finale

Vind: +1.6

1	220	Ezinne Okpaerebo	(88)	Norna-Salhus IL	11,40	BR
2	370	Helene Rønningen	(98)	Tyrving IL	11,48	BR
3	78	Tonje Fjellet Kristiansen	(99)	FIK Orion	11,75	BR
4	326	Ingvild Meinseth	(99)	Sørild FIK	11,82	BR

NM Hamar 2019

Resultatliste

02.08.2019

KS

100 m, finale

5	2	Henriette Jæger	(03)	Aremark IF	11,82	BR
6	364	Marte Pettersen	(97)	Trondheim Friidrett - Fr	11,97	BR
7	207	Linn Oppegaard	(98)	Moss IL	11,99	BR
8	192	Elin Serine Vik Johannessen	(00)	Lyngdal IL	12,04	

Mesterskapsrekord 11,19

Norgesrekord: 11,10

Banerekord: 12,01

KS

100 m, semifinale

Heat: 1

Vind: +0.8

1	370	Helene Rønningen	(98)	Tyrving IL	11,66	Q BR
2	207	Linn Oppegaard	(98)	Moss IL	11,90	Q BR
3	286	Malin Bårdsgård Kulseth	(96)	Selsbakk IF	12,10	
4	45	Alice Ulla Berg	(97)	Dimna IL	12,10	
5	304	Thale Leirfall Bremset	(99)	Stjørdal Friidrettsklubb	12,25	
6	265	Agathe Holtan Wathne	(94)	Sandnes IL	12,40	
7	25	Elea Jørstad Bock	(02)	BUL, IL i	12,43	
8	76	Mia Evensen	(02)	FIK Orion	12,68	

Heat: 2

Vind: +1.6

1	220	Ezinne Okpaerebo	(88)	Norna-Salhus IL	11,54	Q BR
2	326	Ingvild Meinseth	(99)	Sørild FIK	11,86	Q BR
3	364	Marte Pettersen	(97)	Trondheim Friidrett - Fr	11,86	q BR
4	358	Vilde Humstad Aasmo	(98)	Tjalve, IK	12,12	
5	284	Cecilia Johanna Carneiro Håkegård	(94)	Selsbakk IF	12,27	
6	203	Maren Bakke Amundsen	(03)	Moelven IL	12,31	
7	381	Miranda Lauvstad	(03)	Tyrving IL	12,55	
8	188	Malin Furuhaug	(02)	Lillehammer IF	12,62	

Heat: 3

Vind: +1.0

1	78	Tonje Fjellet Kristiansen	(99)	FIK Orion	11,85	Q BR
2	2	Henriette Jæger	(03)	Aremark IF	11,87	Q BR
3	192	Elin Serine Vik Johannessen	(00)	Lyngdal IL	11,89	q BR
4	43	Pernille Sina Lund	(93)	Bækkelagets SK	12,29	
5	405	Frida Røe Tærum	(01)	Vidar, Sportsklubben	12,39	
6	271	Hanne Berit Irgens	(94)	Sandnes IL	12,40	
7	426	Lovise Skarbøvik Andresen	(04)	Ålesund FIK	12,43	
8	266	Astrid Mangen Ingebrigtsen	(94)	Sandnes IL	12,44	

Mesterskapsrekord 11,19

Norgesrekord: 11,10

Banerekord: 12,01

KS

400 m hekk

76,2 35m

1	365	Amalie Hammild luel	(94)	Tyrving IL	56,08	MRBR
2	147	Elisabeth Slettum	(86)	Idrettslaget Skjalg	58,84	BR
3	86	Nora Kollerød Wold	(97)	Fredrikstad IF	59,63	BR
4	354	Solveig Cristina Hernandez Vråle	(99)	Tjalve, IK	1,01,66	
5	53	Marthe Mjøen Berg	(93)	Dimna IL	1,02,81	
6	146	Anna Bogunovic Jakobsen	(93)	Idrettslaget Skjalg	1,03,92	
7	149	Marin Stray Gautadottir	(03)	Idrettslaget Skjalg	1,05,53	

Mesterskapsrekord 56,55

Norgesrekord: 55,15

Banerekord: 61,18

KS

Høyde

1	357	Tonje Angelsen	(90)	Tjalve, IK	1,86	BR
	1,70	1,75	1,80	1,86	1,90	
	o	o	xxo	o	xxx	

NM Hamar 2019

Resultatliste

02.08.2019

KS

Høyde

2	305	Thea Leirfall Bremset	(99)	Stjørdal Friidrettsklubb	1,75
	1,70	1,75	1,80		
	xxo	o	xxx		
3	376	Katarina Mögenburg	(91)	Tyrving IL	1,70
	1,70	1,75			
	o	xxx			
4	253	Mia Guldteig Lien	(03)	Ranheim IL	1,70
	1,60	1,65	1,70	1,75	
	o	o	xo	xxx	
5	290	Caroline Sophie Røhm Fleischer	(96)	Ski IL Friidrett	1,70
	1,60	1,65	1,70	1,75	
	o	xo	xo	xxx	
6	229	Malin Støyva	(94)	Norna-Salhus IL	1,70
	1,60	1,65	1,70	1,75	
	o	o	xxo	xxx	
7	427	Sigrild Kleive	(00)	Ålesund FIK	1,65
	1,65	1,70			
	o	xxx			
8	212	Marie Brekke	(00)	Målselv Idrettslag	1,65
	1,60	1,65	1,70		
	o	xxo	xxx		
9	140	Malene Kollberg	(99)	Hellas, IF	1,60
	1,60	1,65			
	xo	xxx			
9	219	Elise Martinsen Nedberg	(97)	Norna-Salhus IL	1,60
	1,60	1,65			
	xo	xxx			
	12	Michelle Marie Nyberget	(03)	Askim IF	NM
	1,60				
	xxx				
	332	Elin Maria Forsberg Dale	(96)	Tjalve, IK	NM
	1,60				
	xxx				

Mesterskapsrekord 1,98

Norgesrekord: 2,01

Banerekord: 1,85

KS

Kule

4,0kg

1	232	Mona Ekroll Jaidi	(95)	Norna-Salhus IL	13,68	BR
	13,68	x	13,00	-	x	x
2	215	Camilla Leonardsen Rønning	(95)	Nittedal IL	13,04	BR
	12,12	13,04	x	x	12,31	12,36
3	79	Kristina Thunem	(98)	Fiskå IL	12,55	BR
	11,61	10,99	11,70	11,83	12,09	12,55
4	424	Birthe Franck-petersen	(01)	Ålesund FIK	12,19	
	12,07	11,89	12,01	12,19	12,11	11,86
5	283	Julie Noraberg Nilsen	(00)	Seljord Idrettslag	11,79	
	11,53	11,14	11,67	x	11,79	11,03
6	292	Marit Jørgenrud	(95)	Spydeberg IL	11,79	
	11,18	11,56	11,79	11,50	11,20	11,10
7	301	Mali Ingeborg Vollan Marstad	(97)	Stjørdal Friidrettsklubb	11,50	
	11,45	11,34	11,50	11,36	11,46	x
8	429	Hedda Marie Kjøberg Hauge	(01)	Ski IL Friidrett	10,17	
	10,12	10,17	x	x	x	9,38

Mesterskapsrekord 16,88

Norgesrekord: 17,11

Banerekord: 12,31

KS

Lengde

NM Hamar 2019

Resultatliste

02.08.2019

KS

Lengde

1	253	Mia Guldteig Lien	(03)	Ranheim IL	6,09	Q	BR
		+1,9					
		6,09					
2	234	Oda Utsi Onstad	(90)	Norna-Salhus IL	6,08	Q	BR
		+1,3					
		6,08					
3	304	Thale Leirfall Bremset	(99)	Stjørdal Friidrettsklubb	5,87	Q	BR
		+1,6					
		5,87					
4	427	Sigrid Kleive	(00)	Ålesund FIK	5,77	Q	
		+1,0					
		5,30					
		+1,4					
		5,77					
5	239	Elise Hoel Ulseth	(99)	Norodd, IL	5,65	Q	
		+1,3					
		x					
		5,65					
6	327	Lisa Wilker	(03)	Tingvoll Friidrettskl.	5,60	Q	
		+1,8					
		5,60					
7	420	Ida Marcussen	(87)	Våg, IK	5,58	q	
		+2,2					
		5,34					
		0,0					
		5,58					
		x					
8	112	Una Haukanes	(03)	Gneist,IL	5,51	q	
		+2,2					
		5,51					
		+1,2					
		5,04					
		+0,2					
		5,22					
9	64	Hannah Rimstad Steffensen	(02)	Fana IL	5,47	q	
		+1,6					
		5,19					
		+1,1					
		5,47					
		0,0					
		5,22					
10	218	Andrea Thorsheim	(01)	Norna-Salhus IL	5,42	q	
		+2,8					
		5,42					
		+1,2					
		5,13					
		+0,2					
		5,10					
11	219	Elise Martinsen Nedberg	(97)	Norna-Salhus IL	5,37	q	
		+1,9					
		5,24					
		+1,1					
		5,35					
		+1,1					
		5,37					
12	140	Malene Kollberg	(99)	Hellas, IF	5,33	q	
		+2,5					
		5,33					
		+0,3					
		4,86					
		x					
13	65	Jennifer Charoenchon Mjøs	(01)	Fana IL	5,25		
		+1,0					
		4,66					
		+0,5					
		5,25					
		x					
14	47	Caroline Amalie Sætre	(01)	Dimna IL	5,21		
		+2,2					
		5,03					
		+2,0					
		5,21					
		+0,5					
		4,93					
15	305	Thea Leirfall Bremset	(99)	Stjørdal Friidrettsklubb	5,21		
		+1,0					
		5,21					
		x					
		x					
16	46	Anna Garnes Kleven	(02)	Dimna IL	5,14		
		+2,3					
		5,11					
		+2,2					
		5,14					
		+1,1					
		5,05					
17	284	Cecilia Johanna Carneiro Håkegård	(94)	Selsbakk IF	5,09		
		0,0					
		x					
		x					
		x					
		5,09					
18	340	Kristin Færøvik Mork	(97)	Tjalve, IK	5,05		
		+0,8					
		x					
		x					
		5,05					

Mesterskapsrekord 6,64

Norgesrekord: 6,68

Banerekord: 5,77

KS

Slegge

4,0kg/119,5cm

1	169	Beatrice Nedberge Llano	(97)	Laksevåg TIL	64,38	BR
		58,85				
		64,38				
		x				
		-				
		-				
		-				

NM Hamar 2019

Resultatliste

02.08.2019

KS		Slegge				4,0kg/119,5cm	
2	222	Helene Sofie Slottholm Ingvaldsen	(96)	Norna-Salhus IL	57,13	BR	
	57,10	55,93	57,13	x	x	57,12	
3	195	Helle Henriksen Hvidsten	(01)	Modum Friidrettsklubb	56,22	BR	
	53,84	x	56,22	55,64	x	54,98	
4	15	Oda Marie Myklebust	(01)	Bergens TF	55,49	BR	
	49,25	53,02	54,15	54,78	55,49	50,63	
5	232	Mona Ekroll Jaidi	(95)	Norna-Salhus IL	54,89	BR	
	54,07	54,89	54,13	54,35	54,25		
6	19	Sarah-Christine Kouamé Mikkelsen	(02)	Brevik Idrettslag	50,23		
	46,87	50,23	47,00	x	x	x	
7	79	Kristina Thunem	(98)	Fiskå IL	44,57		
	x	x	x	x	44,57	x	
	68	Solveig Fredriksen	(92)	Fana IL	nm		
	x	x	x	x	x	x	

Mesterskapsrekord 70,43 Norgesrekord: 70,43 Banerekord: 53,93

KS		Stav				
1	30	Lene Onsrud Retzius	(96)	BUL, IL i	4,32	MRBR
	4,00	4,10	4,20	4,32	4,40	
	o	o	o	o	xxx	
2	394	Birgitte Kjuus	(99)	Ullensaker/Kisa IL Friid	4,00	
	3,70	3,80	3,90	4,00	4,10	
	o	o	xxo	xxo	r	
3	250	Agnes Elisabeth Morud	(03)	Ranheim IL	3,70	
	3,20	3,30	3,40	3,50	3,60	3,70
	o	o	o	o	o	3,80
					xo	xxx
4	193	Karoline Weea Johansen	(97)	Løten Friidrett	3,40	
	3,0	3,20	3,30	3,40	3,50	
	xo	o	o	o	xxx	
5	206	Tiril Malm Sunde	(97)	Moelven IL	3,40	
	3,20	3,40	3,50	3,60		
	o	xxo	x	xx		
6	56	Kassandra Schönberg	(04)	Eidanger Idrettslag	3,30	
	3,20	3,30	3,40			
	o	xo	xxx			
7	69	Synne Marie Engebretsen	(02)	Fana IL	3,20	
	3,00	3,20	3,30			
	xo	o	xxx			

Mesterskapsrekord 4,31 Norgesrekord: 4,50 Banerekord: 4,15

MS		100 m				
Heat: 1		Vind: +0.8				
1	116	Even Meinseth	(96)	Gular, IL	10,85	Q
2	361	Christian Mensah	(96)	Trondheim Friidrett - Fr	10,87	Q
3	280	Tomasz Siemieniuch	(00)	Sandnes IL	11,12	Q
4	81	Hallgeir Martinsen	(89)	Florø Tog IF	11,18	
5	132	Erik Tanawat Mikkelfjord	(99)	Hattfjelldal IL	11,21	
6	41	Khoa Henrik Luong	(93)	Bækkelagets SK	11,27	
7	275	Jonas Berggård Skåden	(02)	Sandnes IL	11,32	
8	106	Gjert Høie Sjursen	(00)	Gneist,IL	11,46	
Heat: 2		Vind: +0.8				
1	150	Mathias Hove Johansen	(98)	Idrettslaget Skjalg	10,76	Q
2	154	Simen Tjelta Larsen	(94)	Idrettslaget Skjalg	10,85	Q
3	306	Jacob Vaula	(01)	Stord IL (Allianseidrett)	11,01	Q
4	33	Riquelvys Rafael Santiago	(87)	BUL, IL i	11,04	q
5	383	Patrick Monga Bifuko	(96)	Tyrving IL	11,12	

NM Hamar 2019

Resultatliste

02.08.2019

MS

100 m

6	50	Jonas André Ose	(02)	Dimna IL	11,13
7	372	Iver Lars Håvard Koppen	(99)	Tyrving IL	11,13
8	318	Benjamin Bjørnstad	(03)	Sturla IF	12,27

Heat: 3

Vind: +1.5

1	235	Salum Ageze Kashafali	(93)	Norna-Salhus IL	10,60 Q
2	61	Christian Marthinussen	(83)	Fana IL	11,00 Q
3	191	Tormod Hjortnæs Larsen	(86)	Lillehammer IF	11,03 Q
4	152	Sergejs Kononovs	(89)	Idrettslaget Skjalg	11,09 q
5	279	Soban Mortaza Inayat	(97)	Sandnes IL	11,12
6	377	Kenneth Vik Gulbrandsen	(97)	Tyrving IL	11,14
7	91	Jostein Joshua Dupa Fossøy	(92)	Førde IL	11,22

Heat: 4

Vind: +0.5

1	74	Jonathan Tetteh Quarcoo	(96)	FIK Orion	10,61 Q
2	3	Daniel Alejandro Johnsen	(98)	Ask Friidrett	10,79 Q
3	89	Sondre Faugstad Amundsen	(98)	FRI IL	10,94 Q
4	38	Isak Aaby	(97)	Bækkelagets SK	11,07 q
5	382	Nils-Paul Skåra	(87)	Tyrving IL	11,07 q
6	384	Samuel Gyedu	(94)	Tyrving IL	11,15
7	58	Sondre Matias Kui Rudi	(00)	Fagernes IL	11,20

Mesterskapsrekord 10,08

Norgesrekord: 9,99

Banerekord: 10,26

MS

400 m

Heat: 1

1	248	Fredrik Gerhardsen Øvereng	(99)	Overhalla IL	48,74 Q
2	256	Simen Dyrkoll Sigurdson	(93)	Ranheim IL	49,16 Q
3	216	Jonathan Adrian Tambago Jacobse	(99)	Nittedal IL	49,36 Q
4	251	Espen Tveit	(91)	Ranheim IL	49,58 q
5	199	Håvard Bentsdal Ingvaldsen	(02)	Moelven IL	50,60
6	386	Syver Røinaas	(99)	Tyrving IL	50,61

Heat: 2

1	51	Karsten Warholm	(96)	Dimna IL	47,93 Q
2	200	Jørgen Kåshagen	(94)	Moelven IL	48,25 Q
3	378	Lars Gausemel Stølen	(97)	Tyrving IL	49,36 Q
4	178	Andreas Ofstad Kulseng	(01)	Larvik Turn & IF	50,17 q
5	125	Torbjørn Lysne	(90)	Gular, IL	50,93

Mesterskapsrekord 46,38

Norgesrekord: 44,87

Banerekord: 47,25

MS

1500 m

Heat: 1

1	274	Jakob Ingebrigtsen	(00)	Sandnes IL	4,02,01 Q
2	35	Tobias Grønstad	(02)	BUL, IL i	4,06,80 Q
3	136	Mats Hauge	(97)	Haugesund Idrettslag	4,07,08 Q
4	260	Abdullahi Dahir Rabi	(03)	Runar, IL	4,07,40 Q
5	423	Andreas Vangsnes	(00)	Ålesund FIK	4,07,75 Q
6	395	Henrik Hanssen	(97)	Ullensaker/Kisa IL Friid	4,07,84 Q
7	392	Oliver Andersen Vedvik	(98)	Tønsberg Friidrettsklub	4,07,95
8	415	Ulrik Strømmen Røstad Hovig	(90)	Vidar, Sportsklubben	4,09,91
9	328	Abdullahi Hassan Ali	(94)	Tjalve, IK	4,12,50
10	107	Hans-Magnus Haukøy	(01)	Gneist,IL	4,14,20

Heat: 2

1	335	Ferdinand Kvan Edman	(93)	Tjalve, IK	4,00,08 Q
2	54	Ådne Andersen	(94)	Dimna IL	4,00,72 Q
3	118	Jacob Boutera	(96)	Gular, IL	4,00,94 Q

NM Hamar 2019

Resultatliste

02.08.2019

MS

1500 m

4	126	Vidar Dahle	(88)	Gular, IL	4,01,17 Q
5	259	Sindre Solbakken Omvik	(93)	Rosendal TL	4,01,52 Q
6	419	Ånung Viken	(93)	Vollan I.K.	4,01,93 Q
7	331	Eivind Trym Wikshåland	(97)	Tjalve, IK	4,02,00
8	297	Mathias Flak	(99)	Steinkjer Friidrettsklub	4,03,98
9	109	Jon Temesgen Overå Sætre	(01)	Gneist,IL	4,04,48
10	317	Øystein Kvaal Østerbø	(81)	Strindheim il	4,11,18

Mesterskapsrekord 3,40,35

Norgesrekord: 3,30,01

Banerekord: 3,49,14

MS

5000 m

Heat: 1

1	272	Henrik Børkja Ingebrigtsen	(91)	Sandnes IL	13,50,77 BR
2	122	Per Sveta	(92)	Gular, IL	13,55,28 BR
3	413	Sondre Nordstad Moen	(91)	Vidar, Sportsklubben	13,57,88 BR
4	309	Tom Erling Kårbø	(89)	Stord IL (Allianseidrett)	14,09,56 BR
5	113	Bjørnar Sandnes Lillefosse	(92)	Gular, IL	14,13,56 BR
6	276	Narve Gilje Nordås	(98)	Sandnes IL	14,16,06 BR
7	316	Trond Einar Moen Pedersli	(94)	Strindheim il	14,23,77 BR
8	160	Erik Udø Pedersen	(94)	Kristiansand Løpeklub	14,24,48 BR
9	5	Marius Garmann Sørli	(97)	Ask Friidrett	14,28,70 BR
10	10	Fredrik Sandvik	(98)	Askim IF	14,42,06 BR
11	184	Isaac Tesfamichael	(93)	Leksvik IL	14,42,68 BR
12	352	Senay Amlesom Fissehatsion	(95)	Tjalve, IK	14,48,88
13	350	Petter Mekvik Rypdal	(93)	Tjalve, IK	14,50,57
	120	Marius Øyre Vedvik	(92)	Gular, IL	DNF
	295	Ørjan Grønnevig	(91)	Stavanger Friidrettsklu	DNF
	425	Håkon Stavik	(00)	Ålesund FIK	DNF
	307	Lars Lunde	(97)	Stord IL (Allianseidrett)	DNF

Heat: 2

1	390	Jonatan Andersen Vedvik	(00)	Tønsberg Friidrettsklub	14,38,95 BR
2	213	Alexander Bratreit Kirkeberg	(96)	Namdal løpeklubb	14,40,72 BR
3	55	Salim Haroun Yousif	(90)	Egersunds Idrettsklubb	14,43,04 BR
4	244	Rune Solli	(92)	Oslostudentenes IK	14,44,86
5	211	Ola Berg Fines	(90)	Mosvik IL - Friidrett	14,56,19
6	161	Ola Sakshaug	(84)	Kristiansand Løpeklub	14,56,85
7	402	Halfdan-Emil Færø	(91)	Varegg Fleridrett	15,00,16
8	323	Sverre Solligård	(91)	Svorkmo N.O.I.	15,01,72
9	103	Andreas Iden	(95)	Gneist,IL	15,02,03
10	8	John Christian Deighan	(86)	Asker Sk. Friidrett	15,04,21
11	312	Erlend Gjerdevik Sørtveit	(94)	Strindheim il	15,18,95
12	428	Lars Agnar Hjølmeset		Nittedal IL	15,19,30
13	324	Kjell Arne Trælnes	(80)	Sømna IL	15,25,01
14	325	Lasse Blom	(83)	Sømna IL	15,27,06
15	245	Magnus Gjerstad	(00)	Osterøy IL	15,28,04
16	291	Kristian Nedregård	(74)	Spjelkavik og Omegn	16,27,40
	115	Eldar Thomassen Fagerbakke	(97)	Gular, IL	DNF
	298	Simen Hernes Ellingsdalen	(96)	Steinkjer Friidrettsklub	DNF

NM Hamar 2019

Resultatliste

02.08.2019

MS

5000 m

Plassering Totalt

1	272	Henrik Børkja Ingebrigtsen	Sandnes IL	13,50,77
2	122	Per Sveta	Gular, IL	13,55,28
3	413	Sondre Nordstad Moen	Vidar, Sportsklubben	13,57,88
4	309	Tom Erling Kårbø	Stord IL (Allianseidrettslag)	14,09,56
5	113	Bjørnar Sandnes Lillefosse	Gular, IL	14,13,56
6	276	Narve Gilje Nordås	Sandnes IL	14,16,06
7	316	Trond Einar Moen Pedersli	Strindheim il	14,23,77
8	160	Erik Udø Pedersen	Kristiansand Løpeklubb	14,24,48
9	5	Marius Garmann Sørli	Ask Friidrett	14,28,70
10	390	Jonatan Andersen Vedvik	Tønsberg Friidrettsklubb	14,38,95
11	213	Alexander Bratreit Kirkeberg	Namdal løpeklubb	14,40,72
12	10	Fredrik Sandvik	Askim IF	14,42,06
13	184	Isaac Tesfamichael	Leksvik IL	14,42,68
14	55	Salim Haroun Yousif	Egersunds Idrettsklubb	14,43,04
15	244	Rune Solli	Oslostudentenes IK	14,44,86
16	352	Senay Amlsom Fissehatsion	Tjalve, IK	14,48,88
17	350	Petter Mekvik Rypdal	Tjalve, IK	14,50,57
18	211	Ola Berg Fines	Mosvik IL - Friidrett	14,56,19
19	161	Ola Sakshaug	Kristiansand Løpeklubb	14,56,85
20	402	Halfdan-Emil Færø	Varegg Fleridrett	15,00,16
21	323	Sverre Solligård	Svorkmo N.O.I.	15,01,72
22	103	Andreas Iden	Gneist,IL	15,02,03
23	8	John Christian Deighan	Asker Sk. Friidrett	15,04,21
24	312	Erlend Gjerdevik Sørtveit	Strindheim il	15,18,95
25	428	Lars Agnar Hjelmeset	Nittedal IL	15,19,30
26	324	Kjell Arne Trælnes	Sømna IL	15,25,01
27	325	Lasse Blom	Sømna IL	15,27,06
28	245	Magnus Gjerstad	Osterøy IL	15,28,04
29	291	Kristian Nedregård	Spjelkavik og Omegn Friidrett	16,27,40
	295	Ørjan Grønnevig	Stavanger Friidrettsklubb	DNF
	298	Simen Hernes Ellingsdalen	Steinkjer Friidrettsklubb	DNF
	120	Marius Øyre Vedvik	Gular, IL	DNF
	307	Lars Lunde	Stord IL (Allianseidrettslag)	DNF
	115	Eldar Thomassen Fagerbakke	Gular, IL	DNF
	425	Håkon Stavik	Ålesund FIK	DNF

Mesterskapsrekord 13,31,7

Norgesrekord: 13,02,03

Banerekord: 14,43,78

MS

100 m, finale

Vind: +2.3

1	235	Salum Ageze Kashafali	(93) Norna-Salhus IL	10,37
2	150	Mathias Hove Johansen	(98) Idrettslaget Skjalg	10,39
3	74	Jonathan Tetteh Quarcoo	(96) FIK Orion	10,48
4	61	Christian Marthinussen	(83) Fana IL	10,70
5	3	Daniel Alejandro Johnsen	(98) Ask Friidrett	10,75
	361	Christian Mensah	(96) Trondheim Friidrett - Fr	DNF
	154	Simen Tjelta Larsen	(94) Idrettslaget Skjalg	DQ:R162.6
	116	Even Meinseth	(96) Gular, IL	DNS

Mesterskapsrekord 10,08

Norgesrekord: 9,99

Banerekord: 10,26

MS

100 m, semifinale

Vind: +0.7

Heat: 1

1	235	Salum Ageze Kashafali	(93) Norna-Salhus IL	10,51 Q
2	116	Even Meinseth	(96) Gular, IL	10,77 Q
3	3	Daniel Alejandro Johnsen	(98) Ask Friidrett	10,80 Q
4	61	Christian Marthinussen	(83) Fana IL	10,86 Q
5	89	Sondre Faugstad Amundsen	(98) FRI IL	11,00
6	280	Tomasz Siemieniuch	(00) Sandnes IL	11,07
7	152	Sergejs Kononovs	(89) Idrettslaget Skjalg	11,15
	33	Riquelvys Rafael Santiago	(87) BUL, IL i	DNF

NM Hamar 2019

Resultatliste

02.08.2019

MS

100 m, semifinale

Heat: 2

Vind: +1.1

1	74	Jonathan Tetteh Quarcoo	(96)	FIK Orion	10,45	Q
2	150	Mathias Hove Johansen	(98)	Idrettslaget Skjalg	10,61	Q
3	154	Simen Tjelta Larsen	(94)	Idrettslaget Skjalg	10,72	Q
4	361	Christian Mensah	(96)	Trondheim Friidrett - Fr	10,88	Q
5	306	Jacob Vaula	(01)	Stord IL (Allianseidrett)	10,98	
6	191	Tormod Hjortnæs Larsen	(86)	Lillehammer IF	11,01	
7	38	Isak Aaby	(97)	Bækkelagets SK	11,09	
8	382	Nils-Paul Skåra	(87)	Tyrving IL	11,14	

Mesterskapsrekord 10,08

Norgesrekord: 9,99

Banerekord: 10,26

MS

400 m hekk

1	51	Karsten Warholm	(96)	Dimna IL	47,43	MRBR
2	102	Andreas Haara Bakketun	(01)	Gneist,IL	50,97	BR
3	338	Joachim Sandberg	(95)	Tjalve, IK	51,88	
4	288	Håvard Becker	(99)	Sem IF	53,61	
5	59	Andreas Joseph Dixon	(01)	Fana IL	54,74	
6	179	Henrik Semb	(96)	Larvik Turn & IF	55,56	
7	341	Leonard-Johan Nesheim	(95)	Tjalve, IK	57,18	

Mesterskapsrekord 49,01

Norgesrekord: 47,12

Banerekord: 51,26

MS

Diskos

2,0kg

1	322	Ola Stunes Isene	(95)	Sturla IF	63,17	BR
		62,61 63,17 62,43 62,76		60,40 62,91		
2	237	Sven Martin Nilssen Skagestad	(95)	Norna-Salhus IL	58,01	
		x x x 58,01		56,34 x		
3	164	Fabian Weinberg	(01)	Kristiansands IF	52,33	
		48,00 x 52,05 x		52,33 x		
4	1	Bjørn Terje Newman Pay	(74)	Idrettslaget Ros	49,93	
		x 49,93 x 48,58		48,68 48,24		
5	241	Steffen Melheim	(03)	Olden IL	49,76	
		45,17 x 48,51 49,76		49,44 x		
6	355	Thor Olav Rosvold	(96)	Tjalve, IK	49,74	
		49,74 48,92 x 47,83		48,74 48,96		
	334	Erik Johannes Rosvold	(98)	Tjalve, IK	nm	
		x x x x		x x		

Mesterskapsrekord 65,82

Norgesrekord: 69,62

Banerekord: 61,32

MS

Lengde

1	362	Ingar Kiplesund	(96)	Trondheim Friidrett - Fr	7,93	MRBR
		+0,6 +0,8 0,0 0,0				
		7,74 7,75 7,82 7,93		x x		
2	87	Martin Roe	(92)	FRI IL	7,51	BR
		0,0 0,0 +1,8 +0,8			0,0	
		7,36 7,51 7,36 7,46		- 7,45		
3	100	Amund Høie Sjursen	(96)	Gneist,IL	7,32	BR
		+1,1 +1,0				
		5,86 7,32 x x		x x		
4	389	Henrik Flåtnes	(01)	Tønsberg Friidrettsklub	7,28	BR
		+1,2 +1,5 0,0			+0,6	
		7,16 7,28 x 6,77		x 7,12		

NM Hamar 2019

Resultatliste

02.08.2019

MS

Lengde

5	347	Marius Bull Hjeltnes	(96)	Tjalve, IK	7,09	BR
		+0,9 0,0				
	x	6,96 7,09	x	- -		
6	374	Jonas Gussgard Mögenburg	(90)	Tyrving IL	6,92	BR
		+1,9 +1,4 +0,4				
	6,92	x 6,92 6,87	x	x		
7	141	Mathias Kollberg	(00)	Hellas, IF	6,68	BR
		+1,7 +0,5 +0,8 +2,6		+2,2 -		
	5,17	6,61 6,68 5,72	6,65	5,86		
8	249	Iver Strand Øvereng	(00)	Overhalla IL	6,62	
		+1,2 0,0 +1,1 +0,3				
	6,62	x 6,56 6,37	x	6,60		
9	106	Gjert Høie Sjursen	(00)	Gneist,IL	6,62	
		+1,4 0,0				
	6,45	6,62 x				
10	137	Pawel Kucaj	(00)	Haugesund Idrettslag	6,59	
		+3,2				
	x	6,59 x				
11	417	Henrik Johan Fjærestad Holmberg	(89)	Vik IL	6,49	
		+1,3 +0,2				
	x	6,49 6,46				
12	353	Sindre Olsvik	(98)	Tjalve, IK	6,47	
		+0,7				
	x	6,47 x				
13	111	Sondre Oppedal Rinde	(98)	Gneist,IL	6,19	
		0,0				
	x	6,19 x				

Mesterskapsrekord 7,89

Norgesrekord: 8,02

Banerekord: 6,65