

## KS

### 100 m hekk

Vind: -0,84

					Tyrving
53	Eirin Roiha Sunde	Ålesund FIK	17,00		

## KS

### 200 m

#### Heat: 1

1	46	Ida-Kristin Myrøld	Ørsta IL Friidrett	27,71	
2	76	Line Rakvåg Malones	IL Molde-Olymp	29,00	
3	55	Hege-Katrin Johannessen	Ålesund FIK	29,85	

Tyrving

#### Heat: 2

Vind: -2,5

1	83	Siv Krakeli Sneen	Eide IL Friidrett	28,13	
2	7	Mirjam Knutsen	Dimna IL Friidrett	28,78	
3	54	Synnøve Stubmo Aamlid	Ålesund FIK	29,62	
4	56	Solveig Stubmo Aamlid	Ålesund FIK	31,19	

Tyrving

### Plassering Totalt

1	46	Ida-Kristin Myrøld	Ørsta IL Friidrett	27,71	
2	83	Siv Krakeli Sneen	Eide IL Friidrett	28,13	
3	7	Mirjam Knutsen	Dimna IL Friidrett	28,78	
4	76	Line Rakvåg Malones	IL Molde-Olymp	29,00	
5	54	Synnøve Stubmo Aamlid	Ålesund FIK	29,62	
6	55	Hege-Katrin Johannessen	Ålesund FIK	29,85	
7	56	Solveig Stubmo Aamlid	Ålesund FIK	31,19	

## KS

### 200 m finale

Vind: -4,6

1	46	Ida-Kristin Myrøld	Ørsta IL Friidrett	27,51	
2	83	Siv Krakeli Sneen	Eide IL Friidrett	28,07	
3	7	Mirjam Knutsen	Dimna IL Friidrett	28,89	
4	54	Synnøve Stubmo Aamlid	Ålesund FIK	29,32	
5	76	Line Rakvåg Malones	IL Molde-Olymp	29,58	

Tyrving

## KS

### 3000 m

1	103	Kristine Eikrem Engeset	Tingvoll FIK	9,11,08	
2	45	Silje Fjørtoft	Ørsta IL Friidrett	9,46,14	
3	5	Maria Ringstad	Dimna IL Friidrett	11,44,67	
4	13	Norunn Dimmen	Dimna IL Friidrett	11,44,69	
5	86	Maria Vattøy	Dimna IL Friidrett	12,12,12	

Tyrving

## KS 400 m hekk

Heat: 1					Tyrving
1	1	Kamilla Sporsheim	Dimna IL Friidrett	71,82	
	2	Renate Grimstad	Dimna IL Friidrett	77,14	
	53	Eirin Roiha Sunde	Ålesund FIK	DNS	

## KS Kule 4 kg

1	50	Anne Line Gausdal	Ørsta IL Friidrett	9,43	Tyrving
---	----	-------------------	--------------------	------	---------

## KS Tresteg

					Tyrving
1	7	Mirjam Knutsen	Dimna IL Friidrett	10,02	
	0,0		0,0	0,0	
	9,91	d	d	10,02	9,86
					9,97
2	4	Renate Grimstad	Dimna IL Friidrett	9,65	
	0,0	0,0	-0,4		
	9,65	9,54	9,60	-	-
3	54	Synnøve Stubmo Aamlid	Ålesund FIK	9,60	
		-0,2	0,0	-0,9	0,0
	d	9,48	8,98	9,60	9,59
					d
4	56	Solveig Stubmo Aamlid	Ålesund FIK	9,55	
	0,0				-0,3
	9,10	d	d	d	9,55
5	71	Oda Renate Midtflø	Hareid IL FIG	8,83	
	0,0	0,0	-0,9	0,0	0,0
	8,78	8,83	d	8,50	8,42
					8,58
6	8	Janita S. Heimland	Dimna IL Friidrett	8,27	
	-0,6	0,0	-0,6	0,0	-0,3
	7,92	7,58	d	7,83	8,19
					8,27
	82	Heidi Charlotte Aasen Nerland	Eide IL Friidrett	dns	

## MS 200 m

Heat: 1					Vind: -1,5	Tyrving
1	26	Simon Rønsholm Sandvik	IL Molde-Olymp	23,44		
2	81	Vegard Jensen Øien	Eide IL Friidrett	23,46		
3	18	Nils Kristian Pilskog	Dimna IL Friidrett	24,63		
4	65	Jan Kristian Korsnes	Hareid IL FIG	26,56		
5	62	Rolf Arild Topphol	Hareid IL FIG	26,88		
Heat: 2					Vind: -1,4	Tyrving
1	25	Geir Joakim Rakvåg	IL Molde-Olymp	23,33		

## Høddoll Stadion

2	39	Torstein Nøstvold Harnes	IL Valder	24,25
3	155	Øyvind Brandal	Dimna IL Friidrett	26,51
4	17	Kristian Brudevoll	Dimna IL Friidrett	26,53
5	64	Bjørn Sverre Juliussen	Hareid IL FIG	27,48

## Plassering Totalt

1	25	Geir Joakim Rakvåg	IL Molde-Olymp	23,33
2	26	Simon Rønsholm Sandvik	IL Molde-Olymp	23,44
3	81	Vegard Jensen Øien	Eide IL Friidrett	23,46
4	39	Torstein Nøstvold Harnes	IL Valder	24,25
5	18	Nils Kristian Pilskog	Dimna IL Friidrett	24,63
6	155	Øyvind Brandal	Dimna IL Friidrett	26,51
7	17	Kristian Brudevoll	Dimna IL Friidrett	26,53
8	65	Jan Kristian Korsnes	Hareid IL FIG	26,56
9	62	Rolf Arild Toppol	Hareid IL FIG	26,88
10	64	Bjørn Sverre Juliussen	Hareid IL FIG	27,48

## MS

## 200 m finale

Vind: -2,4

Tyrving

1	25	Geir Joakim Rakvåg	IL Molde-Olymp	23,17
2	81	Vegard Jensen Øien	Eide IL Friidrett	23,31
3	39	Torstein Nøstvold Harnes	IL Valder	23,98
4	26	Simon Rønsholm Sandvik	IL Molde-Olymp	24,04
5	18	Nils Kristian Pilskog	Dimna IL Friidrett	24,81

## MS

## 5000 m

Tyrving

1	36	Leif Sæggrov	IL Molde-Olymp	16,24,68
2	69	Birger Toppol	Hareid IL FIG	18,11,17
3	10	Martin Velsvik	Dimna IL Friidrett	18,56,90
4	11	Espen Velsvik	Dimna IL Friidrett	21,25,74

## MS

## Kule

Tyrving

1	80	Ole Martin Brudevoll	Syvde IL Friidrett	9,65
2	15	Kristoffer Holm	Dimna IL Friidrett	7,80

## MS

## Tresteg

Tyrving

1	63	Walter Molt Rise	Hareid IL FIG	11,44
		-0,1    -0,8    -0,6    -0,4    -0,1		
d		10,95    11,44    11,13    11,33    11,31		

## Høddoll Stadion

2	66	Anders Odden Pedersen					Hareid IL FIG	10,89
		0,0	0,0	0,0	0,0	-0,1	-0,6	
		10,89	10,54	10,06	10,18	10,11	10,25	
3	155	Øyvind Brandal					Dimna IL Friidrett	10,37
		0,0	0,0	0,0	0,0			
		10,25	10,37	10,27	10,19	d	d	
4	62	Rolf Arild Toppol					Hareid IL FIG	10,13
			-0,1	-0,5		-0,5	0,0	
		d	9,45	10,13	d	9,95	10,01	

**MV50-54****5000 m**

1	70	Odd Elvanes					Hareid IL FIG	18.24,47	Tyrving
---	----	-------------	--	--	--	--	---------------	----------	---------

**MV55-59****200 m**

Vind: -2,34

1	74	Stein Ohr					IL Norodd Friidrett	27,61	Tyrving
2	75	Geir Aakvik					IL Norodd Friidrett	29,71	

**MV55-59****400 m hekk****Heat: 1**

1	75	Geir Aakvik					IL Norodd Friidrett	73,50	Tyrving
---	----	-------------	--	--	--	--	---------------------	-------	---------

**MV55-59****Tresteg**

1	75	Geir Aakvik					IL Norodd Friidrett	9,86	Tyrving
---	----	-------------	--	--	--	--	---------------------	------	---------

**MV65-69****200 m**

Vind: -2,34

1	40	Kåre Holmen					IL Valder	32,02	Tyrving
---	----	-------------	--	--	--	--	-----------	-------	---------

**MV65-69****300 m hekk**

1	40	Kåre Holmen					IL Valder	56,61	Tyrving
---	----	-------------	--	--	--	--	-----------	-------	---------

**MV75-79****300 m hekk**

1	72	Harald Søbstad					IL Norodd Friidrett	75,75	Tyrving
---	----	----------------	--	--	--	--	---------------------	-------	---------

**MV75-79****80 m hekk**

---

Vind: -1.49  
72 Harald Søbstad IL Norodd Friidrett 21,53 Tyrving

## MV75-79

### Kule

1 72 Harald Søbstad IL Norodd Friidrett 8,87 Tyrving

## MV75-79

### Tresteg

72 Harald Søbstad IL Norodd Friidrett 7,93 Tyrving  
+1,2 0,0 0,0 -0,5 -0,1  
7,63 7,65 7,84 7,93 7,89 d