

## 2016

09.10.2016 - motsatt vei		løp 18
1	Kirkerød, Jonas	31:50
1	Westberg, Raymond	31:50
3	Mathiesen, Tomas	32:21
4	Svandal, Magne	33:03
5	Olsen, Ulf Roger	33:23
6	Adolfson, Morgan	33:26
7	Rosnes, Helge	34:54
8	Henriksen, Roar	34:58
9	Åstorp, Bjørn	35:00
10	Borgen, Odin	35:02
11	Fredriksen, Jarle	36:17
12	Nygård, Alf-Martin	37:35
13	Jønland, Endre	38:18
14	Knold, Øystein	39:29
15	Kraft, Arild	40:04
16	Wahlgren, Tom	40:20
17	<b>Syverstad, Marianne</b>	<b>41:11</b>
18	Glückstad, Ole Petter	42:52
19	Kirkerød, Kristoffer	48:36
20	<b>Wahlgren, Tove</b>	<b>48:59</b>

02.10.		løp 17	
1	Kullerud, Pål Asbjørn	26:37	ny rek
2	Tjernshaugen, Jon Ivar	29:17	
3	Kaspersen, Steve	30:37	
4	Westberg, Raymond	31:16	
5	Adolfson, Morgan	31:39	
6	Kullerud, Emil	31:43	
7	Rosnes, Helge	32:09	
8	Sognlien, Tom	33:09	
9	Svandal, Magne	33:11	
10	Kirkerød, Jonas	34:00	
11	<b>Næsset, Ingvild Ramtvedt</b>	<b>34:05</b>	
12	Åstorp, Bjørn	35:11	
13	Henriksen, Roar	35:20	
14	Nygård, Alf-Martin	36:36	
15	Knold, Øystein	37:57	
16	Sletner, Dag	38:18	
17	Wahlgren, Tom	39:40	
18	Kraft, Arild	40:19	
19	Kirkerød, Kristoffer	46:30	
20	<b>Kirkerød, Anne-Grethe</b>	<b>47:09</b>	
	Kalsøy, Roger	Deltatt	
	Syversen, Bjørn Arild	Deltatt	

25.09.		løp 16
1	Kirkerød, Jonas	27:03
2	Martinsen, Arne-Johan	28:48

3	Grigson, Richard	29:45
4	Westberg, Raymond	31:23
5	Graasten, Kjell	32:00
6	Mathiesen, Tomas	32:33
7	Mathisen, Glenn	33:08
8	Rosnes, Helge	33:10
9	Andersen, Frode	33:16
10	Næsset, Ingvild Ramtvedt	34:12
11	Henriksen, Roar	34:37
12	Sletner, Dag	36:36
13	Ramtvedt, Anne Elisabeth	37:37
14	Knold, Øystein	38:21
15	Aasen, Ole Johnny	39:06
16	Wahlgren, Tom	39:25
17	Kraft, Arild	41:43
18	Østgård, Else-Gro	41:55
19	Wahlgren, Tove	48:22
20	Kirkerød, Kristoffer	49:59
	Bergerud, Svein	Brøt

11.09. løp 15

1	Grigson, Richard	30:05
2	Rostad, Kristoffer	30:23
3	Kaspersen, Steve	32:11
4	Adolfsen, Morgan	32:50
5	Kemi, Ida Lundestad-	34:01
6	Bergerud, Svein	34:26
7	Andersen, Frode	34:51
8	Kemi, Christer	35:42
9	Fredriksen, Jarle	35:47
10	Henriksen, Roar	36:30
11	Høier, Birthe Lundestad	37:41
12	Syversen, Bjørn Arild	38:57
13	Knold, Øystein	39:00
14	Olsen, Ulf Roger	40:29
15	Eriksen, Rino	40:46
16	Sletner, Dag	40:49
17	Østgård, Else-Gro	44:29
18	Aasen, Ole Johnny	47:54
19	Kirkerød, Kristoffer	50:10

04.09. løp 14

1	Grigson, Richard	29:50
2	Kaspersen, Steve	31:23
3	Olsen, Ulf Roger	31:52
4	Stang, Lars Henning	32:20
5	Henriksen, Roar	33:59
6	Bergerud, Svein	34:40
7	Mathiesen, Tomas	34:57
8	Fredriksen, Jarle	35:26
9	Sletner, Dag	38:31

10	Wahlgren, Tom	40:53
11	Glückstad, Ole Petter	43:59
12	Nilsen, Pål G	46:36
13	Kirkerød, Kristoffer	50:32
	Kalsøy, Roger	Deltatt

28.08. løp 13

1	Kirkerød, Jonas	29:16
2	Svandal, Magne	31:43
3	Olsen, Ulf Roger	32:08
4	Graasten. Kjell	32:42
5	Andersen, Jørgen S.	33:16
6	Andersen, Frode	33:41
7	Kemi, Ida Lundestad-	34:51
8	Fredriksen, Jarle	35:08
9	Bergerud, Svein	35:33
10	Jacobsen, Steinar	36:25
11	Kemi, Christer	36:34
12	Høier, Birthe Lundestad	37:11
13	Aasen, Ole Johnny	39:34
14	Syversen, Bjørn Arild	39:51
15	Kalsøy, Roger	39:59
16	Eriksen, Rino	40:30
17	Østgård, Else-Gro	44:51
18	Johansen, Casper	45:56

14.08. løp 12

1	Martinsen, Arne-Johan	29:38
2	Tjernshaugen, Jon Ivar	31:23
3	Svandal, Magne	32:19
4	Adolfson, Morgan	32:27
5	Sognlien, Tom	34:57
6	Mathiesen, Tomas	36:28
7	Henriksen, Roar	38:02
8	Aasen, Ole Johnny	39:06
9	Sletner, Dag	39:19
10	Rosnes, Helge	39:22
11	Wahlgren, Tom	41:11
12	Syversen, Bjørn Arild	42:26
13	Glückstad, Ole Petter	45:57
	Kalsøy, Roger	Deltatt
	Kirkerød, Jonas	Deltatt
	Sletner, Torstein	Deltatt

07.08. løp 11

1	Kullerud, Pål Asbjørn	27:08
2	Kirkerød, Jonas	29:44
3	Rostad, Kristoffer	30:23
3	Svandal, Magne	30:23
5	Westberg, Raymond	31:53
6	Rosnes, Helge	32:02

7	Olsen, Ulf Roger	32:47
8	Langebeck, Tor-Einar	32:48
9	Adolfsen, Morgan	32:50
10	Andersen, Jørgen S.	33:46
11	Sognlien, Tom	34:14
12	Bergerud, Svein	34:25
13	Andersen, Frode	34:40
14	Fredriksen, Jarle	35:41
15	Aasen, Ole Johnny	39:42
16	Sletner, Dag	40:38
	Kristoffersen, Tom	Brøt

31.07. løp 10

1	Kirkerød, Jonas	29:36
2	Tjernshaugen, Jon Ivar	29:37
3	Nilsen, Pål (Trøsken)	30:05
4	Svandal, Magne	30:25
5	Adolfsen, Morgan	31:54
6	Westberg, Raymond	32:31
7	Olsen, Ulf Roger	32:55
8	Kaspersen, Steve	33:26
9	Andersen, Jørgen S.	34:49
10	Henriksen, Roar	34:52
11	Jønland, Endre	38:15
12	Wahlgren, Tom	38:50
13	Sletner, Dag	39:08
14	Aasen, Ole Johnny	40:46
15	Bergerud, Svein	42:21
16	Glückstad, Ole Petter	42:51

17.07. løp 9

1	Skalle, Øyvind	29:20
2	Aasen, Benjamin	29:47
3	Skalle, Lasse	30:19
4	Svandal, Magne	30:50
5	Kolberg, Jørgen	31:26
6	Olsen, Ulf Roger	31:27
7	Rosnes, Helge	31:36
8	Skalle, Lars	33:05
9	Bergerud, Svein	35:27
10	Mathiesen, Tomas	36:16
11	Henriksen, Roar	36:36
12	Jønland, Endre	38:35
13	Aasen, Ole Johnny	40:22
14	Sletner, Dag	45:04
15	Nilsen, Pål G	52:19
	Syversen, Bjørn Arild	Deltatt
	Kirkerød, Jonas	Brøt

10.07. løp 8

1	Kirkerød, Jonas	28:18
---	-----------------	-------

2	Kaspersen, Steve	29:24
3	Nilsen, Pål (Trøsken)	29:47
4	Olsen, Jesper	31:32
5	Olsen, Ulf Roger	31:36
6	Westberg, Raymond	31:44
7	Stang, Lars Henning	31:57
8	Rosnes, Helge	32:02
9	Langebeck, Tor-Einar	33:34
10	Fredriksen, Jarle	35:45
11	Bergerud, Svein	35:51
12	Kristoffersen, Tom	37:39
13	Arntzen, Olav Mellum	37:44
14	Jønland, Endre	38:48
15	Henriksen, Roar	39:11
16	<b>Nilsen, Lise E</b>	<b>39:13</b>
17	Wahlgren, Tom	40:09
18	Anders Gjessing	41:19
19	Kalsøy, Roger	42:23
20	Thornquist, Bjørn	43:05
21	Syversen, Bjørn Arild	43:13

03.07.

løp 7

1	Kirkerød, Jonas	29:23
2	Kaspersen, Steve	29:54
3	Nilsen, Pål (Trøsken)	30:35
4	Svandal, Magne	31:09
5	Olsen, Jesper	31:32
6	Olsen, Ulf Roger	32:38
7	Adolfsen, Morgan	33:48
8	Kristoffersen, Tom	36:43
9	Fredriksen, Jarle	36:56
10	Knold, Øystein	38:12
11	Arntzen, Olav Mellum	38:18
12	<b>Nilsen, Lise E</b>	<b>39:48</b>
13	Aasen, Ole Johnny	40:23
14	Wahlgren, Tom	42:51
	Gjessing, Anders	Deltatt

19.06.

løp 6

1	Kirkerød, Jonas	28:50
2	Olsen, Jesper	30:23
3	Westberg, Raymond	30:51
4	Svandal, Magne	31:04
5	Adolfsen, Morgan	33:20
6	Bergerud, Svein	36:04
7	Knold, Øystein	37:31
8	Olsen, Ulf Roger	37:36
9	Sletner, Dag	38:01
10	Kalsøy, Roger	38:51
11	Aasen, Ole Johnny	39:07
12	Wahlgren, Tom	41:37

13	Nilsen, Pål G	42:51
14	Thornquist, Bjørn	43:48

12.06. løp 5

1	Rostad, Kristoffer	28:53
2	Nesengen, Bjørge	29:18
3	Kirkerød, Jonas	29:30
4	Nilsen, Pål (Trøsken)	30:08
5	Kaspersen, Steve	30:22
6	Olsen, Jesper	31:14
7	Stang, Lars Henning	31:47
8	Svandal, Magne	31:57
9	Rosnes, Helge	32:25
10	Langebeck, Tor-Einar	33:14
11	Andersen, Frode	33:31
12	Olsen, Ulf Roger	33:40
13	Fredriksen, Jarle	35:54
14	Bergerud, Svein	36:17
15	Nesengen, Hilde J.	37:32
16	Eriksen, Rino	37:59
17	Jønland, Endre	38:30
18	Sletner, Dag	39:05
19	Kalsøy, Roger	39:56
20	Wahlgren, Tom	39:59
21	Arntzen, Olav Mellum	40:01
22	Thornquist, Bjørn	42:37

05.06. løp 4

1	Kaspersen, Steve	30:52
2	Aasen, Benjamin	32:00
3	Andersen, Frode	34:01
4	Olsen, Ulf Roger	34:36
5	Fredriksen, Jarle	36:39
6	Bergerud, Svein	37:57
7	Arntzen, Olav Mellum	39:03
8	Aasen, Ole Johnny	41:33
9	Nilsen, Pål G	48:08

22.05. løp 3

1	Kirkerød, Jonas	31:12
2	Kaspersen, Steve	31:16
3	Svandal, Magne	32:21
4	Stang, Lars Henning	33:42
5	Rosnes, Helge	35:49
6	Fredriksen, Jarle	36:41
7	Bergerud, Svein	37:14
8	Kristoffersen, Tom	37:41
9	Eriksen, Rino	39:00
10	Sletner, Dag	40:55

15.05. løp 2

1	Martinsen, Arne-Johan	30:13
2	Kaspersen, Steve	30:28
3	Westberg, Raymond	31:18
4	Rosnes, Helge	31:34
5	Kirkerød, Jonas	31:57
6	Olsen, Jesper	32:05
7	Svandal, Magne	32:08
8	Olsen, Ulf Roger	32:40
9	Adolfson, Morgan	33:07
10	Bergerud, Svein	36:23
11	Fredriksen, Jarle	37:17
12	Kristoffersen, Tom	37:47
13	Eriksen, Rino	38:47
14	Thornquist, Bjørn	41:06

08.05.

løp 1

1	Aasen, Benjamin	30:38
2	Rosnes, Helge	32:19
3	Basberg, Steinar	32:48
4	Olsen, Jesper	33:29
5	Olsen, Ulf Roger	33:49
6	Svandal, Magne	34:22
7	Andersen, Frode	34:32
8	Kristoffersen, Tom	39:44
9	Knold, Øystein	42:26
10	Aasen, Ole Johnny	46:11
11	Nilsen, Pål G	51:17
12	Gjølstad, Ketil	51:49
	Kirkerød, Jonas	Deltatt

### 10 på topp

1	Kullerud, Pål Asbjørn	26:37
2	Kirkerød, Jonas	27:03
3	Martinsen, Arne-Johan	28:48
4	Rostad, Kristoffer	28:53
5	Tjernshaugen, Jon Ivar	29:17
6	Nesengen, Bjørge	29:18
7	Skalle, Øyvind	29:20
8	Kaspersen, Steve	29:24
9	Grigson, Richard	29:45
10	Aasen, Benjamin	29:47
10	Nilsen, Pål "Trøsken"	29:47

### 10 på topp tider

1	Kullerud, Pål Asbjørn	26:37
2	Kirkerød, Jonas	27:03
3	Kullerud, Pål Asbjørn	27:08
4	Kirkerød, Jonas	28:18
5	Martinsen, Arne-Johan	28:48
6	Kirkerød, Jonas	28:50
7	Rostad, Kristoffer	28:53

8	Kirkerød, Jonas	29:16
9	Tjernshaugen, Jon Ivar	29:17
10	Nesengen, Bjørge	29:18

Damer

1	Kemi, Ida Lundestad-	34:01
2	Næsset, Ingvild Ramtvedt	34:05
3	Næsset, Ingvild Ramtvedt	34:12
4	Kemi, Ida Lundestad-	34:51
5	Høier, Birthe Lundestad	37:11
6	Nesengen, Hilde J.	37:32
7	Ramtvedt, Anne Elisabeth	37:37
8	Høier, Birthe Lundestad	37:41
9	Nilsen, Lise E	39:13
10	Nilsen, Lise E	39:48