

Årlig melding 2024



Friidrettsgruppaa

Vår generalsponsor



3. mars 2025



Innhold

Styrearbeid	3
Styret	3
Styrets jobb	6
Barn og ungdom	7
Trenerstab	7
Gruppe 1&2	8
Gruppe 3&4	8
Senior	9
RFF Intervallgruppa	10
Noroddveteranene	12
NM 2024 veteran Stjørdal, utendørs 21-23 juni	12
Nå er det jentene som leder an for å fylle gullbeholdningen	14
VM 2024 Veteran Gøteborg	15
Veteranserien	17
Norodd Run For Fun	19
10-km gruppe	19
Kristiansund Hav Maraton	20
Her kommer valgkomitéens forslag til gruppestyre for friidrett	22
Gruppestyre friidrett	22
Resultater	23

Styrearbeid

Styret

Styret har i 2024 bestått av:

Leder:	Tron Kjønne
Nestleder:	Ketil Solli-Sæther
Styremedlem:	Lene Hoel
Styremedlem:	Magdalena Smolucha
Styremedlem:	Nikolai Røeggen Ulvund
Styremedlem/ungdomsrepr:	Ida Aarø Holten

Styret har i perioden hatt 6 styremøter og flere arbeidsmøter.

Året 2024 har vært preget av stor aktivitet. Det var folkefest da Atlanten Stadion ble offisielt åpnet 7. mai av ordfører Kjell Neergaard, med «politikerstafett» og annen underholdning. På kvelden etter åpningen ble Tine-stafetten arrangert med deltakere fra skolene i Kristiansund og på Nordmøre.

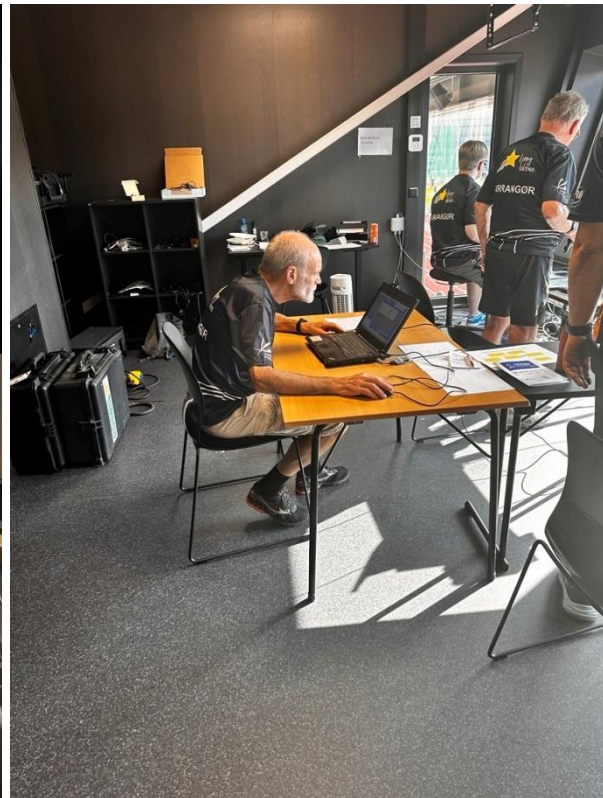
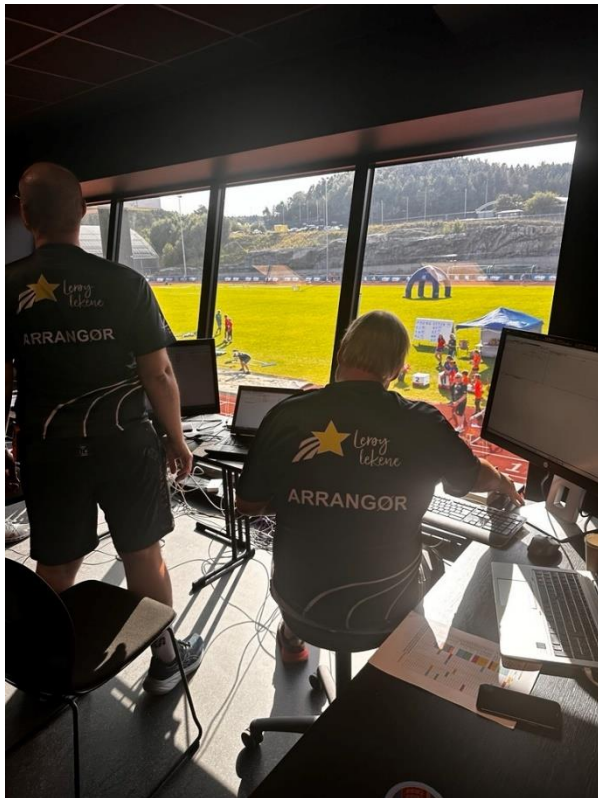
Det har vært stor aktivitet i klubben både for de barn & ungdom, seniorer, mosjonister og veteranene. Klubben har hatt mange egne arrangement og hatt deltagere på både lokale, regionale, nasjonale og internasjonale stevner. Se mer informasjon om våre utøvere lengre ned i årsmeldingen.

Det kan og nevnes at et meget positivt samarbeid mellom Norodd og friidrettsklubbene på Nordmøre, samt Dimna IL.





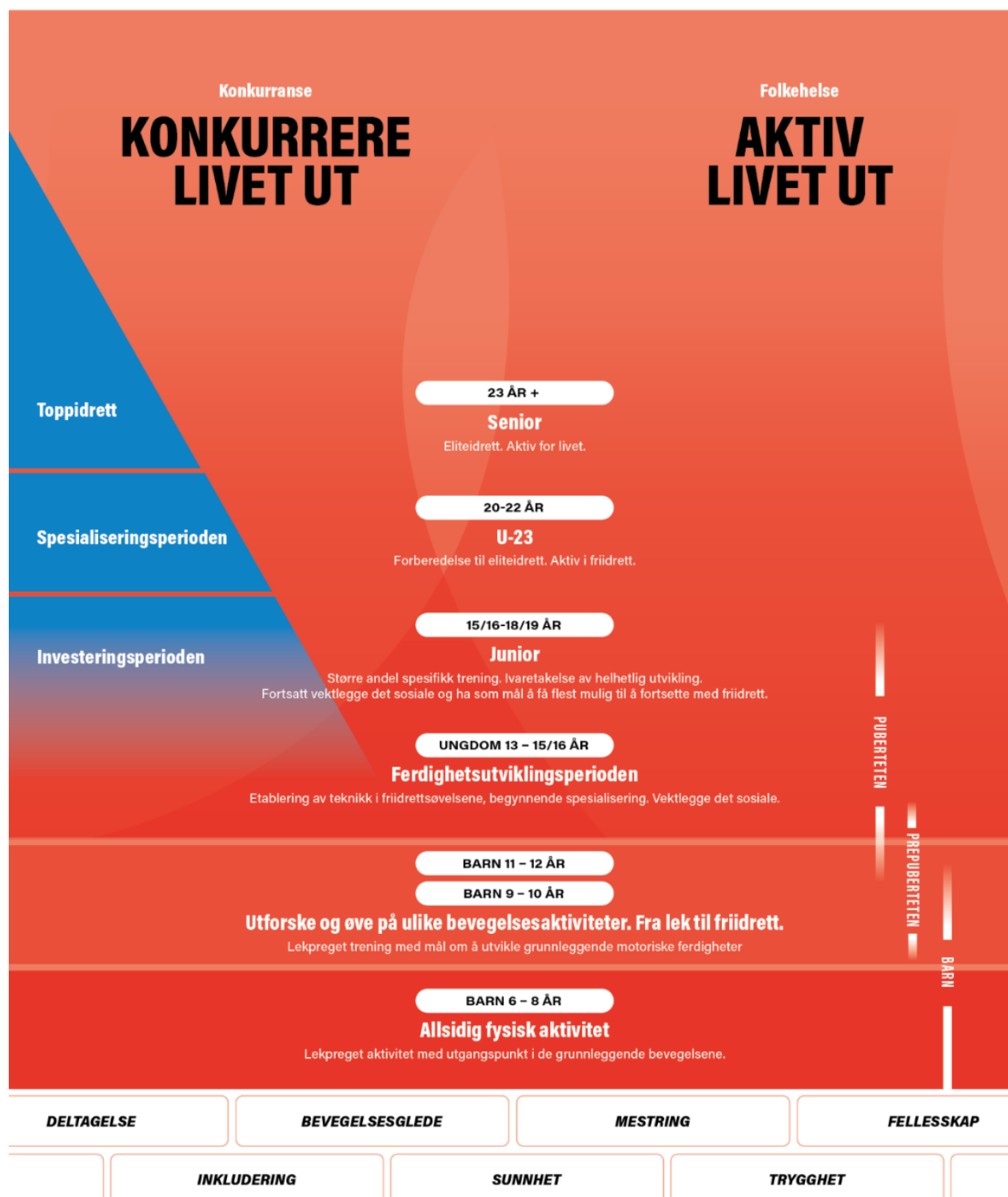
NORODD
FRIDRETT





Dette ligger i ryggmargen:

FRIIDRETT FOR ALLE - HELE LIVET



Styrets jobb

Styret har jobbet blant annet med følgende oppgaver i 2024

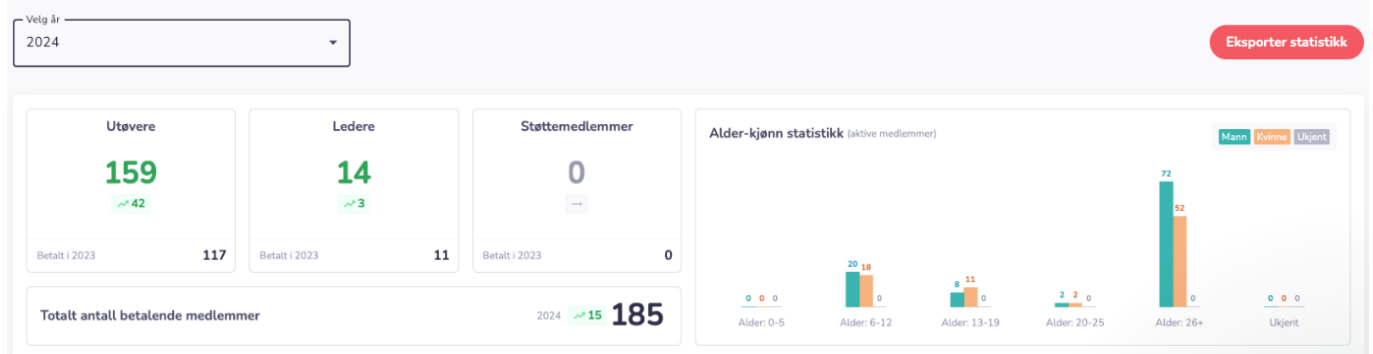
Organisering av de ulike arrangementer;

- Treningstevner
- Gledesrunden
- Sparebanken Møre stafetten (Nordmørsstafetten)
- Tinstafetten
- Atlanten Games
- BDO-mila
- Kristiansund Havmaraton
- Thorsen Games
- Lerøylekene
- Studentarrangement
- Dommerkurs
- Trenerutdanning

Vi hadde aldri lykkes med så høy aktivitet hadde vi ikke hatt alle våre fantastiske frivillige i klubben. Det er lagt ned et enormt antall med dugnadstimer for å kunne lykkes så godt som vi har gjort i sesongen 2024. Tusen takk til dere alle.

Medlemstall pr 31/12 2024

Medlemmer som har betalt medlemskontingent



Barn og ungdom

Et flott år er over med mye idrettsglede, mange treninger og konkurranser. Og i år også på egen bane.

Vi er fortsatt i starten på å få til skikkelig rekruttering, men nå er forholdene lagt godt til rette for vekst. Det at vi endelig er i stand til å arrangere egne stevner vil helt sikkert være med på å påvirke vekst i riktig retning.



Trenerstab

Trenerstaben har det siste året bestått av Kasia Kwit, Elise Hoel Ulseth, Nikolai Ulvund, Roger Bjøringsøy, Lene Hoel, Mariann Flatø og Ketil Solli-Sæther. I tillegg til disse har følgende ungdommer bidratt som fullverdige trenere for de yngste utøverne: Ingrid Emile Bjøringsøy, Rasmus Værø, Sara Solli-Sæther og Thanida Ingebrigtsen.

Mot slutten av året så valgte Kasia Kwit å si opp sin stilling som trener. Hun har bidratt i flere år med engasjement, iver og høy kompetanse. Det er trist å miste henne som trener, men hun fortsetter i klubben som utøver. Vi håper virkelig at hun kommer tilbake også som trener når tiden er riktig igjen. Takk for innsatsen så langt.

Heldigvis så har Elise Hoel Ulseth flyttet hjem og vi har valgt å ansette henne som trener for barn og ungdom. Dette er tatt godt imot og det gjør at overgangen fra en trener til en annen har gått veldig bra og vi ser fram til fortsettelsen.

Gruppe 1&2

Dette er en gruppe som har variert i antall over flere år. Vi har nå hatt en ganske fin liten stamme over noe tid, men ser at vi her må rette søkelys på rekruttering. Dette vil bli en av flere prioriterte oppgaver i året 2025. De yngste trener en gang i uken og har også deltatt på flere treningsstevner. Treningsfasiliteter som benyttes er ute på banen, under tribunen og i flerbrukshallen i Nordvesthallen.

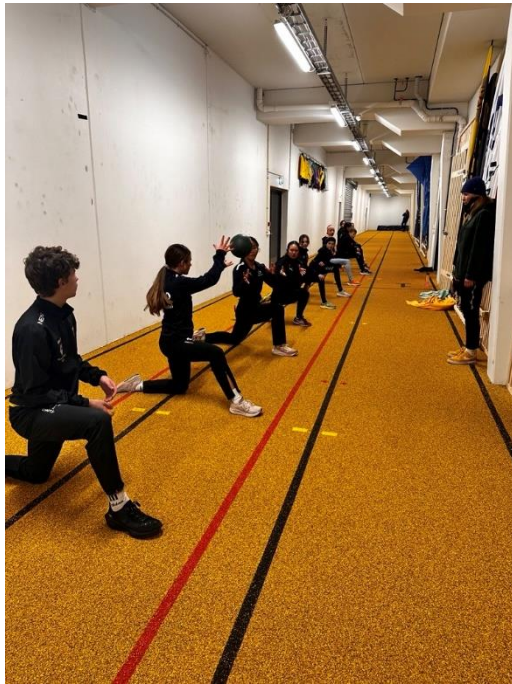
Gruppe 3&4

En meget stabil gruppe med utøvere som er treningsvillige og dyktige til å møte opp. Her finner vi utøvere som er her bare for å trene og ha det sosialt, til meget målbevisste utøvere som søker å bli så god som de bare kan.

Våre utøvere har deltatt på mange stevner og har utviklet seg bra alle sammen. Det er et satsningsområde å danne et godt og sammenspleiset treningsmiljø med høy kvalitet.

Et høydepunkt i sesongen 2024 var Lerøylekene som ble arrangert på Atlanten stadion der vi hadde flere deltagere.

Også i 2024 fikk vi til overnattingstur sammen og ser at dette er med på å samle gruppen.





NORODD

FRIIDRETT

Senior

Elise Hoel Ulseth flyttet tilbake til Kristiansund våren 2024. Det må beskrives som et høydepunkt for henne etter mange aktive år å endelig kunne delta på sin første konkurranse på Atlanten stadion.

I 2024 deltok Elise i nordisk mesterskap på Island der hun fikk 3. plass. Hun deltok også i NM senior der hun ble nummer 6 i lengde, nummer 7 i høyde og nummer 8 på 100 m hekk. Hun deltok også i Sollentuna Combined Event som er et internasjonalt mangekampstevne der hun fikk 5. plass.

Nikolai Ulvund og Tor Jakob Lien deltok på flere stevner. Nikolai Ulvund oppnådde 12,88m som sitt beste resultat i kule. Det gjorde han under stevnet Loggane Open i Gloppen. Tor Jakob Lien var fornøyd med å komme over 40m i spyd under Atlanten Games. Det var stas å konkurrere med Sander Skottheim



RFF Intervallgruppa

Oppslutningen om intervallgruppa i 2024 har vært god, med opptil 20 utøvere på tirsdagstreninger og ca. 5 til 10 utøvere på torsdager. Flere nye løpere har kommet til i løpet av året. Det er alltid gledelig når nye fjes dukker opp på trening og vi prøver så godt vi kan å inkludere alle 😊

Gruppa har faste treningsøkter tirsdag og torsdag. Tirsdager er det fast oppmøte ved nye Atlanten stadion kl. 17.55. Da kjøres det varierte intervalløkter, hovedsakelig i Folkeparken. Det settes opp treningsplan for ett år av gangen. Torsdager er det langdistansetrening. Da løpes det ca. 10 km. Ruta går vanligvis på Frei (oppmøte ved Bolga pumpestasjon kl. 17.55) langs Bolgavatnet inkl. en runde i lysløypa. Vinterstid går turen fra Atlanten stadion, via Vågen og over til Nordlandet, med retur til Atlanten. Farten avpasses form og føre (max. 6:00-fart), og de som ligger bakerst blir hentet opp igjen av de som løper fremst.

Som seg hør og bør ble det også i 2024 gjennomført Idrettsmerke. Heldige er vi som har et så flott stadion til slike aktiviteter! Både innendørs og utendørs bane ble benyttet da Henry og Arvid, nok en gang, la til rette for at ivrige og spente løpere skulle få bryne seg på litt andre utfordringer, slik som kulestøt og lengdehopp. Ett av høstens faste høydepunkt!

Mange finner også glede i å delta på ulike løpsarrangement gjennom året. Eksempler på løp og arrangement som medlemmer har deltatt på i 2024: BDO-mila i Molde, BDO-mila i Kristiansund, Romsdal 5/10/halv, Kristiansund Havmaraton, Kyststien Rundt på Bud, Bankmila Surnadal, Blåfjellløpet, Smøla Halvmaraton, Averøy 3 Fjell, Torvikbuk 6 topper, Torvikbuk Rundt, Cardiff Half, NM for veteraner innendørs og utendørs, EM i Torun innendørs, Silsetvatnet Rundt og «Stikk-ut»-bonanza 1. mai 😊

Årets utenlandstur gikk til Antwerpen i Belgia 19.-23. oktober. I alt 14 løpere deltok. Sju løp 10 km og sju løp halvmaraton. Det ble mange gode prestasjoner av Norodd-løperne i ei løype full av publikum, liv og røre, og med nærmere 19 000 deltakere totalt. En virkelig fantastisk opplevelse! Kan spesielt trekke fram Inger Johanne Bjørnå i klassen kvinner 80-89 år med tiden 1.08.26 på 10 km (alene i klassen), en tid som hadde holdt til topplassering i 60-års klassen! Ann Kristin Amundsen i klassen kvinner 50-59 år klokket inn til tiden 1.30.08 på halvmaraton, som holdt til en meget god 3. plass. Siri Kolset vant klassen 10 km kvinner 70-79 år på tiden 1.11.14. Inger Gunn Kristiansen Aarsund tok 3. plass i klassen kvinner 60-69 år med tiden 1.01.43 på 10 km. Alle gjennomførte i god stil! Foruten løping besto programmet blant annet av historisk byvandring med guide, MAS Museum Antwerpen, Kathedraal Antwerpen, morgenjogg før frokost og flere fantastiske restaurantbesøk.

Det er veldig stor treningsglede i intervallgruppa. Selv om det er spenn i nivå, lykkes vi godt med å trene sammen. Dette gjør gruppa spesiell, føler vi. Du er alltid velkommen, om du har vært fraværende en periode eller føler at formen kanskje ikke er på topp. Her blir du alltid tatt godt imot og kan føle samhørighet og ta del i felles løpeglede. Det er motiverende!

Nytt fra senhøsten 2024: Styrketrening hver mandag i sekstida i Norodds fantastiske treningslokale. Diverse styrkeøvelser med varierende grad av regi. Uansett kjekt å møtes for å trene sammen.



NORODD
FRIDRETT



Blidspente og fornøyde medaljevinnere i Antwerpen, Belgia, 20.10.2024.



Stemningsfullt på Grote Markt i Antwerpen 22.10.2024. Kathedraal Antwerpen oplyst midt i bildet.

Noroddveteranene

I aldersklassene over 35 år har Noroddveteraner deltatt i VM i Gøteborg, NM utendørs på Stjørdal, og NM innendørs i Stangehallen

NM 2024 veteran Stjørdal, utendørs 21-23 juni



Erik Jordahl debuterte i NM med å bli nummer to på 5.000 meter og 10.000 meter.

Foto: IL Norodd

– Det var skikkelig moro. Veteran-NM er et stort mesterskap med mange øvelser i ulike årsklasser, sier Erik Jordahl etter å ha reist hjem fra Stjørdal med to sølvmedaljer rundt halsen.

På 5.000 meter ble han kloknet inn på tiden 18.15,03, mens tiden på den dobbelte distansen var 38.08,12.

forsvarte Norodds ære i klassen menn 55-59 år.

Erik Jordahl har de siste årene vært en del av løpergruppa Run for Fun i Norodd. Han håper flere fra Kristiansund blir med i NM neste år.

– Einar Engvig har lovt han skal være med i 2025. Det må du skrive. Det er viktig at han føler på presset. Vi har jo potensial til å få en stor tropp i NM hvis Run for Fun-gjengen blir med, sier Jordahl.

Ann Kristin Amundsen var best på 1.500 meter med tiden 5.29,50 i klassen kvinner 50-54 år.



Maria Meisal Pedersen, som i likhet med Jordahl var debutant i NM, ble nummer to på 100 meter med tiden 15,15 i klassen kvinner 40-44 år.

Tron Kjønnø i klassen menn 65-69 år ble nummer tre på 200 meter og nummer tre på 400 meter. Han fikk antydning til en strekk på oppvarmingen før 200-meteren og mesterskapet ble hemmet av det.

I NM stilte Ann Kristin Amundsen, Maria Meisal Pedersen, Erik Jordahl og Tron Kjønnø. Katarzyna Malgorzata Kwit (Kasia) var påmeldt, men måtte trekke seg på grunn av skade.



NM 2023 veteran Stangehallen Riksanlegg, innendørs 28-29 jan. Her er klipp fra Tidens Krav:

Nå er det jentene som leder an for å fylle gullbeholdningen

Den tidligere fotballspilleren Ann Kristin Amundsen var for første gang med i NM innendørs. Her løp hun inn til gull på 1.500 meter og 3.000 meter i klassen K50-54 år.

Begge løpene var ifølge lagleder Tron Kjønnø på internasjonalt nivå.

Det samme sier han om det Katarzyna Kwit gjorde i lengde og tresteg i K40-44 år. Hun vant to gull etter 10,64 meter i tresteg og 4,78 meter i lengde.

– Ekstra imponerende er det at Kasia får sånne resultater bare et år etter at hun ble mor, sier Tron Kjønnø, som selv var i aksjon i Stangehallen.

Han ble klokket inn på andreplass med tiden 36,28 på 200 meter, men det kunne ha gått enda fortere. En strekk i siste del av løpet hindret det.

Ann Kristins bror Frank Amundsen var best på 200 meter med tiden 29,85 i klassen M50-54 år. På 60 meter ble han nummer fire med 8,85. På lik linje med sin søster, var det første gang Amundsen var med i NM.

Bernt Solvik var med på 1.500 meter og ble nummer sju med tiden 7.13,03 i klassen M60-64 år. Tiden forteller imidlertid ingen ting. Deltakerne på 1.500 meter løp nemlig en runde for mye på grunn av rot i tellingen av runder. I praksis var derfor 1.500 meter en distanse på 1.700 meter.



NORODD
FRIIDRETT

VM 2024 Veteran Gøteborg

To deltakere fra Norodd reiste nedover. Katarzyna Malgorzata Kwit (Kasia) og Ann Kristin Amundsen. Og for et resultat det ble.

Mesterskapet ble arrangert i polske Toruń fra 17. til 23. mars. I klassen kvinner 35-39 år var Katarzyna Kwit med i lengde og tresteg. Hun knallet til med bronse i begge øvelsene.

I tresteg var det ventet at Norodd-utøveren skulle kjempe i toppen hvis hun fikk det til å klaffe. Hun knivnet med Kristi Vöhmar fra Estland i de fire første omgangene. Kwit hoppet lenger og lenger i hver omgang, men Vöhmar svarte med å gjøre det samme og var hele veien litt foran.



Katarzyna Kwit (nummer seks fra venstre) dro hjem fra VM med to tredjeplasser.

I siste omgang kom Nia Rutter fra Storbritannia og splittet duoen på topp. Den britiske jenta ble nummer to med 11,55 meter, mens Kwit tok tredjeplassen med 11,46 meter. Gullet gikk til Vöhmar på 11,90 meter.

Hennes lagvenninne Ann Kristin Amundsen leverte også en solid prestasjon i sin EM-debut. 11.28,44 holdt til sjuendeplass på 3.000 meter i klassen kvinner 50-54 år.



NORODD
FRIDRETT



Bernt Solvik (fra venstre), Frank Amundsen, Ann Kristin Amundsen, Katarzyna Kwit og Tron Kjønnø forsvarte IL Norodds ære i NM.



NORODD

FRIIDRETT

Veteranserien

I 2024 har Noroddutøvere (alle over 35 år) vært i den landsdekkende for friidrett. For første gang var både kvinner og menn med.

RESULTATRAPPORT VETERANSERIEN 2024

Klubbnavn : IL Norodd friidrett
Divisjon : 3. div. Kvinner
Pr. dato : 31.12.24
Kontaktperson : Henry Opland
Adresse : Steinbiten 38
Telefon : 90643849
E-post : heop@online.no
Krets : Møre og Romsdal

LØP 1							
100 m	Maria Meisal Pedersen	1980	15.15	475	Stjørdal	21.06	
SUM				475			
LØP 2							
10000 m	Ann Kristin Amundsen	1970	39.43.47	924	Atlanten	09.06	
3000 m	Ann Kristin Amundsen	1970	11.26.43	708	Stangehallen	28.01	
SUM				1632			
HOPP							
Tresteg	Katarzyna Kwit	1984	10.64	699	Stangehallen	28.01	
Lengde	Katarzyna Kwit	1984	4.78	617	Atangehallen	27.01	
SUM				1316			
KAST							
Kule(3)	Ann Kristin Amundsen	1970	7.33	419	Atlanten	23.05	
SUM				419			
VALGFRIE							
1500 m	Ann Kristin Amundsen	1970	5.29.57	684	Stjørdal	21.06	
5000 m	Åshild Widme Lysgård	1984	21.17.61	385	Atlanten	23.05	
SUM				1069			
TOTALSUM	:	4911					
Antall noteringer	:	8					
Antall utøvere	:	4					



NORODD

FRIDRETT

LØP 1						
200 m	Frank Amundsen	1973	29.05	539	Sverige	03.03
60 m	Frank Amundsen	1973	8.74	525	Sverige	02.03
400 m	Frank Amundsen	1973	1.06.03	454	Sverige	02.03
SUM				1518		

LØP 2						
10000 m	Erik Jordal	1965	38.08.75	717	Stjørdal	23.06
5000 m	Erik Jordal	1965	18.15.40	675	Stjørdal	21.06
10000 m	Einar Engvig	1975	37.19.81	576	Atlanten	06.06
SUM				1968		

HOPP Ingen resultater

KAST						
Slegge(3)	Arvid Fjørli	1932	16.64	438	Atlanten	04.05
SUM				438		

VALGFRIE						
5000 m	Einar Engvig	1975	17.55.61	503	Atlanten	23.05
3000 m	Einar Engvig	1975	10.32.54	500	Atlanten	04.05
5000 m	Per Myren	1986	17.09.47	437	Atlanten	23.05
SUM				1440		

TOTALSUM : 5364
Antall noteringer : 10
Antall utøvere : 5

- Resultatene er oppnådd i approberte stevner.
- Redskapene som er brukt er i samsvar med konkurransereglene.
- Resultater i korte løp, lengde og tresteg er oppnådd under tillatte vindforhold.
- Alle utøvere er startberettigede medlemmer av laget.

17.02.2025

Henry Opland

Norodd Run For Fun

10-km gruppe

Tirsdager klokken 17.55 møtes vi for å løpe 10km i kontrollert tempo 5.30.

Dette er greit tempo for de fleste. Lett for noen, og litt tyngre for andre. Totalt er det et tempo som gjør at vi kan løpe og prate uanstrengt.

Turen går som oftest fra stadion til fyrlykta på Innlandet og tilbake. Noen variasjoner med tur rundt Nordlandet eller rundt Karihola/Klubba har vi også.

Det har vært fast, økende oppmøte på tirsdagene gjennom hele 2024.

Praten dreier seg for det meste om løping og trening. Temaene vi ofte er innom er intensitet, samlet KM pr uke, løpemål for sesongen og en og annen skoprat.

Torsdagene samles den samme gjengen for ei intervalløkt. Her er tempoet noe høyere, men tilpasset den enkelte.

Når banen er snøfri legges øktene dit. Da er vi samlet på samme område, løper den samme økta (variert fra uke til uke) og får dermed en opplevelse av at vi løper sammen selv om vi løper i ulikt tempo.

Øktene har vært veldig ulike, men felles har vært en dragtid på 36-40 minutt.

Det har vært godt oppmøte av mange faste, og nye, både på tirsdager og torsdager gjennom hele året.

Ut fra disse øktene har det kommet veldig gode resultat for medlemmer av IL Norodd.

Internasjonalt så har vi et medlem som er direktekvalifisert til UTMB gjennom seier i WildStrubel. Are Fetveit. Hans samboer Francesca Bajada deltok i det samme løpet og tok en sterk 4. plass i kvinneklassen.

En hel del av løperne som deltar på Run For Fun har også opparbeidet gode resultat på andre distanser som maraton, halvmaraton og 10 km. Flere opplever at jevn trening og deltakelse på fellesøkter har gitt forbedrede resultat og mer løpeglede.

Fortsatt er det plass til flere hos IL Norodd -Run For Fun-

Kristiansund Hav Maraton

Arrangørkomiteet til Kristiansund Havmaraton kan nok engang melde om en meget vellykket arrangement til tross for at værgudene ga oss motstand 😊

Det var totalt 260 deltagere fordelt på

- 22 km: 87 stk
- 12 km: 86 stk
- 6 km: 45 stk
- Neas Barneløp: 40 stk

I tillegg var vi ca 60 funksjonærer og frivillige som deltok rundt arrangementet.

Media har gitt oss gode tilbakemeldinger og PR – i forkant og på selve løpsdagen. Se vedlagte linker under. Vi kan også rapportere om mange liker-klikk på flere innlegg på vår [Facebook](#) og [Instagram](#)-konto.

Vi ønsker å bygge videre på suksessen til neste år, og håper dere vil bidra til neste års Kristiansund havmaraton den 28 juni 2025.

Å ha start og målgang på eget område for første gang, ga arrangementet et stort løft og samlet hele klubben til dugnad.



NORODD
FRIDRETT



Her kommer valgkomitéens forslag til gruppestyre for friidrett.

Behandles på årlig møte for friidrett 3. mars.

Frist for å komme med tilbakemeldinger til valgkomitéen: **fredag 7. mars**

Ifølge «Organisasjonsplan for IL Norodd» skal gruppestyrer ha leder, kasserer og sekretær.

Vi har valgt å sette opp rollene leder, styremedlemmer og ungdomsrepresentant.

Dere kan vel enten ta opp dette med roller på årlig møte, eller konstituere dette på et gruppestyremøte etterpå (mener jeg).

Gruppestyre friidrett

Rolle	Navn	Periode (år)	Ny i rollen	Begrunnelse
Leder	Ketil Solli-Sæther	1	X	Villighet og kontinuitet.
Styremedlem	Tron Kjønnø	2	X	Villighet og kontinuitet.
Styremedlem	Lene Hoel	1		Villighet og kontinuitet.
Styremedlem	Magdalena Smolucha	1		Villighet og kontinuitet.
Styremedlem	Nikolai R. Ulvund	1		Villighet og kontinuitet.
Styremedlem	Randi Margrethe Værø	2	X	Villighet
Ungdomsrepr.	Ingrid Emilie Bjøringsøy	1	X	Villighet

Som **vara styremedlem til hovedstyret** (når gruppeleder ikke kan stille) har valgkomitéen innstilt på: Tron Kjønnø som vara for Ketil Solli-Sæther.



NORODD

FRIDRETT

Resultater

RESULTATER BARN / UNGDOM / SENIOR 2024

GUTTER / MENN INNENDØRS

ØVELSE	KLASSE	RESULTAT	NAVN	PLASSERING	STED	R. DATO
60 meter	G13	11,28	Olav Tøvik Olsen	5	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
200 meter	G13	39,79	Olav Tøvik Olsen	6	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
Høyde	G13	1,05	Olav Tøvik Olsen	1	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Lengde	G13	2,65	Olav Tøvik Olsen	6	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
Tresteg uten tilløp	G14	6,47	Rasmus Værø	1	Kristiansund, treningsste	08.02.2024
Tresteg uten tilløp	G14	5,90	Benjamin Bringsli	2	Kristiansund, treningsste	08.02.2024
Tresteg uten tilløp	G17	7,51	Jacob Bjerkelund	1	Kristiansund, treningsste	08.02.2024
200 meter	G18/19	27,76	Tor Jakob Lien	2	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Lengde	G18/19	5,10	Tor Jakob Lien	1	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Lengde uten tilløp	G18/19	2,56	Tor Jakob Lien	13 (MS)	Steinkjer, NM innendørs	17.02.2024
Kule (6kg)	G18/19	8,84	Tor Jakob Lien	1	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
Kule (7,26kg)	G18/19	7,93	Tor Jakob Lien	6 (MS)	Steinkjer, NM innendørs	17.01.2024
Kule (7,26kg)	G20/22	12,67	Nikolai R. Ulvund	1	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
200 meter	Menn junior 15-19	27,76	Tor Jakob Lien	2	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Lengde	Menn junior 15-19	5,10	Tor Jakob Lien	1	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Lengde uten tilløp	Menn junior 15-19	2,56	Tor Jakob Lien	13 (MS)	Steinkjer, NM innendørs	17.02.2024
Tresteg uten tilløp	Menn junior 15-19	7,51	Jacob Bjerkelund	1	Kristiansund, treningsste	08.02.2024
Kule (6kg)	Menn junior 15-19	8,84	Tor Jakob Lien	1	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
Kule (7,26kg)	Menn junior 15-19	7,93	Tor Jakob Lien	6 (MS)	Steinkjer, NM innendørs	17.01.2024
200 meter	Menn junior 15-22	27,76	Tor Jakob Lien	2	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Lengde	Menn junior 15-22	5,10	Tor Jakob Lien	1	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Lengde uten tilløp	Menn junior 15-22	2,56	Tor Jakob Lien	13 (MS)	Steinkjer, NM innendørs	17.02.2024
Tresteg uten tilløp	Menn junior 15-22	7,51	Jacob Bjerkelund	1	Kristiansund, treningsste	08.02.2024
Kule (6kg)	Menn junior 15-22	8,84	Tor Jakob Lien	1	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
Kule (7,26kg)	Menn junior 15-22	12,67	Nikolai R. Ulvund	1	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
Kule (7,26kg)	Menn junior 15-22	7,93	Tor Jakob Lien	6 (MS)	Steinkjer, NM innendørs	17.01.2024
60 meter	Menn senior	8,74	Frank Bastian Sæther Amundsen	6-h2 (MV50)	Varberg/SWE, IVSM	02.03.2024
200meter	Menn senior	27,76	Tor Jakob Lien	2 (G18/19)	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
200meter	Menn senior	29,05	Frank Bastian Sæther Amundsen	3-fi-D (MV50)	Varberg/SWE, IVSM	02.03.2024
200meter	Menn senior	36,28	Tron Ivar Kjønnø	2 (MV65)	Stange, NM Veteran/ KM	27.01.2024
400 meter	Menn senior	1,06,03	Frank Bastian Sæther Amundsen	3-fi-D (MV50)	Varberg/SWE, IVSM	02.03.2024
1500 meter	Menn senior	7,13,03	Bernt Egil Solvik	7 (MV60)	Stange, NM Veteran/ KM	27.01.2024
3000 meter	Menn senior	13,39,60	Bernt Egil Solvik	9 (MV60)	Stange, NM Veteran/ KM	28.01.2024
Lengde	Menn senior	5,10	Tor Jakob Lien	1 (G18/19)	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Lengde uten tilløp	Menn senior	2,56	Tor Jakob Lien	13 (G18/19)	Steinkjer, NM innendørs	17.02.2024
Tresteg uten tilløp	Menn senior	7,51	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, treningsste	08.02.2024
Kule (7,26kg)	Menn senior	12,67	Nikolai R. Ulvund	1	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
Kule (7,26kg)	Menn senior	7,93	Tor Jakob Lien	6	Steinkjer, NM innendørs	17.01.2024

JENTER / KVINER INNENDØRS

ØVELSE	KLASSE	RESULTAT	NAVN	PLASSERING	STED	R. DATO
60 meter	J14	8,31	Sara Solli-Sæther	1	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
60 meter	J14	9,60	Veronika Anna Smolucha	6 (J13)	Ulsteinvik, Sparebank M	25.11.2023
200 meter	J14	27,25	Sara Solli-Sæther	1	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
200 meter	J14	32,07	Stella Loennechen	4	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
200 meter	J14	33,92	Ingrid Emilie Bjørningsøy	5	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
600 meter	J14	2,05,13	Stella Loennechen	1	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
800 meter	J14	2,59,71	Stella Loennechen	1	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
800 meter	J14	3,05,01	Ingrid Emilie Bjørningsøy	2	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
60 meter hekk (76,2cm)	J14	9,73	Sara Solli-Sæther	1 (J13)	Ulsteinvik, Sparebank M	25.11.2023
Høyde	J14	1,30	Ingrid Emilie Bjørningsøy	1	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
Høyde	J14	1,25	Stella Loennechen	2	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
Høyde uten tilløp	J14	1,05	Sara Solli-Sæther	1	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
Høyde uten tilløp	J14	1,05	Stella Loennechen	2	Kristiansund, treningsste	21.12.2023



NORODD

FRIDRETT

Høyde uten tilløp	J14	1,05	Ingrid Emilie Bjørningsøy	3	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
Høyde uten tilløp	J14	1,00	Veronika Anna Smolucha	4	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
Lengde	J14	4,12	Ingrid Emilie Bjørningsøy	3	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Lengde	J14	3,72	Stella Loennechen	5	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Lengde uten tilløp	J14	2,15	Ingrid Emilie Bjørningsøy	1	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
Lengde uten tilløp	J14	2,12	Sara Sølvi-Sæther	2	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
Lengde uten tilløp	J14	2,00	Stella Loennechen	3	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
Lengde uten tilløp	J14	1,89	Veronika Anna Smolucha	4	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
Tresteg uten tilløp	J14	5,71	Ingrid Emilie Bjørningsøy	1	Kristiansund, treningsste	08.02.2024
Tresteg uten tilløp	J14	5,25	Veronika Anna Smolucha	2	Kristiansund, treningsste	08.02.2024
Kule (2kg)	J14	8,63	Veronika Anna Smolucha	3 (J13)	Ulsteinvik, Sparebank M	25.11.2023
Kule (3kg)	J14	7,48	Veronika Anna Smolucha	2	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
60 meter	J15	10,17	Anna Lyngvør	3	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
600 meter	J15	2,08,3	Anna Lyngvør	3 (J14)	Ulsteinvik, Sparebank M	25.11.2023
800 meter	J15	3,05,65	Anna Lyngvør	3	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
60 meter	J16	9,99	Isabell Størseth	3	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
200 meter	J16	34,08	Isabell Størseth	3	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Høyde uten tilløp	J16	0,90	Isabell Størseth	2	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
Lengde uten tilløp	J16	1,80	Isabell Størseth	2	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
60 meter	Kvinner Junior 15-19	9,99	Isabell Størseth	3 (J16)	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
60 meter	Kvinner Junior 15-19	10,17	Anna Lyngvør	3 (J15)	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
200 meter	Kvinner Junior 15-19	34,08	Isabell Størseth	3 (J16)	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
600 meter	Kvinner Junior 15-19	2,08,3	Anna Lyngvør	3 (J14)	Ulsteinvik, Sparebank M	25.11.2023
800 meter	Kvinner Junior 15-19	3,05,65	Anna Lyngvør	3 (J15)	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Høyde uten tilløp	Kvinner Junior 15-19	0,90	Isabell Størseth	2 (J16)	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
Lengde uten tilløp	Kvinner Junior 15-19	1,80	Isabell Størseth	2 (J16)	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
60 meter	Kvinner Junior 15-22	9,99	Isabell Størseth	3 (J16)	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
60 meter	Kvinner Junior 15-22	10,17	Anna Lyngvør	3 (J15)	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
200 meter	Kvinner Junior 15-22	34,08	Isabell Størseth	3 (J16)	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
600 meter	Kvinner Junior 15-22	2,08,3	Anna Lyngvør	3 (J14)	Ulsteinvik, Sparebank M	25.11.2023
800 meter	Kvinner Junior 15-22	3,05,65	Anna Lyngvør	3 (J15)	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
Høyde uten tilløp	Kvinner Junior 15-22	0,90	Isabell Størseth	2 (J16)	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
Lengde uten tilløp	Kvinner Junior 15-22	1,80	Isabell Størseth	2 (J16)	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
60 meter	Kvinner Senior	9,99	Isabell Størseth	3 (J16)	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
60 meter	Kvinner Senior	10,17	Anna Lyngvør	3 (J15)	Ulsteinvik, Opent KM for	14.01.2024
200 meter	Kvinner Senior	34,08	Isabell Størseth	3 (J16)	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
600 meter	Kvinner Senior	2,08,3	Anna Lyngvør	3 (J14)	Ulsteinvik, Sparebank M	25.11.2023
800Meter	Kvinner Senior	2,23,94	Elise Hoel Ulseth	P	Fargo/ND/USA, Bison Op	02.02.2024
800 meter	Kvinner Senior	3,05,65	Anna Lyngvør	3 (J15)	Ulsteinvik, Opent KM for	13.01.2024
3000 meter	Kvinner Senior	11,26,28	Ann Kristin Amundsen	1 (KV50)	Stange, NM Veteran/ KM	28.01.2024
60 meter hekk	Kvinner Senior	8,87	Elise Hoel Ulseth	P	Fargo/ND/USA, Bison Op	02.02.2024
Høyde	Kvinner Senior	1,72	Elise Hoel Ulseth	P	Fargo/ND/USA, Bison Op	02.02.2024
Høyde uten tilløp	Kvinner Senior	0,90	Isabell Størseth	2 (J16)	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
Lengde	Kvinner Senior	5,95	Elise Hoel Ulseth	1	Grand Forks/ND/USA, U	27.01.2024
Lengde	Kvinner Senior	5,21	Katarzyna Malgorzata Kwit (POL)	3 (KV36)	Torun/POL 14. European	18.03.2024
Lengde uten tilløp	Kvinner Senior	1,80	Isabell Størseth	2 (J16)	Kristiansund, treningsste	21.12.2023
Tresteg	Kvinner Senior	11,46	Katarzyna Malgorzata Kwit (POL)	3 (MV35)	Torun/POL 14. European	21.03.2024
Kule 4kg	Kvinner Senior	12,52	Elise Hoel Ulseth	P	Fargo/ND/USA, Dakota A	08.12.2023
5 kamp (60mhekk-høyde-kule-lengde-800m)	Kvinner Senior	4042,00	Elise Hoel Ulseth 8,87-1,72-11,58-5,91-2,23,94	1	Fargo/ND/USA, Bison Op	02.02.2024

MENN VETERAN INNENDØRS

ØVELSE	KLASSE	RESULTAT	NAVN	PLASSERING	STED	R. DATO
60 meter	Menn Veteran 50-54	8,74	Frank Bastian Sæther Amundsen	6-h2	Varberg/SWE, IVSM	02.03.2024
200meter	Menn Veteran 50-54	29,05	Frank Bastian Sæther Amundsen	3-fi-D	Varberg/SWE, IVSM	02.03.2024
400 meter	Menn Veteran 50-54	1,06,03	Frank Bastian Sæther Amundsen	3-fi-D	Varberg/SWE, IVSM	02.03.2024
1500 meter	Menn Veteran 60-64	7,13,03	Bernt Egil Solvik	7	Stange, NM Veteran/ KM	27.01.2024
3000 meter	Menn Veteran 60-64	13,39,60	Bernt Egil Solvik	9	Stange, NM Veteran/ KM	28.01.2024
200meter	Menn Veteran 65-69	36,28	Tron Ivar Kjønnø	2	Stange, NM Veteran/ KM	27.01.2024

KVINNER VETERAN INNENDØRS



NORODD

FRIDRETT

GUTTER / MENN UTENDØRS						
ØVELSE	KLASSE	RESULTAT	NAVN	PLASSERING	STED	R. DATO
60 meter	G13	10,45 (+0,0)	Olav Tøvik Olsen	2	Tingvoll, Straumsnes	22.09.2024
100 meter	G13	17,46 (+0,8)	Olav Tøvik Olsen	2	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Høyde	G13	1,05	Olav Tøvik Olsen	2	Tingvoll, Straumsnes	22.09.2024
Lengde (sone 0,5m)	G13	3,41 (+0,0)	Olav Tøvik Olsen	2	Tingvoll, Straumsnes	22.09.2024
Kule 3kg	G13	5,81	Olav Tøvik Olsen	2	Kristiansund, Trening	04.05.2024
60 meter	G14	8,14 (+0,6)	Rasmus Værø	4-fl	Kristiansund, Lerøylo	08.09.2024
60 meter	G14	8,77 (+1,2)	Benjamin Bjerknes Bringslid	4-fl	Hareid, KM Ute 2024	25.08.2024
200 meter	G14	27,33 (+1,3)	Rasmus Værø	1-h2	Kristiansund, Lerøylo	07.09.2024
200 meter	G14	29,68 (+1,3)	Benjamin Bjerknes Bringslid	4-h2	Kristiansund, Lerøylo	07.09.2024
600 meter	G14	1,50,80	Benjamin Bjerknes Bringslid	5-h1	Kristiansund, Lerøylo	07.09.2024
1500 meter	G14	5,38,54	Benjamin Bjerknes Bringslid	7	Kristiansund, Lerøylo	08.09.2024
Høyde	G14	1,45	Rasmus Værø	1	Tingvoll, Straumsnes	22.09.2024
Lengde	G14	4,95 (+0,0)	Rasmus Værø	1	Tingvoll, Straumsnes	22.09.2024
Tresteg	G14	8,80 (+0,3)	Rasmus Værø	1	Hareid, KM Ute 2024	25.08.2024
Spyd 600 gram	G14	25,47	Rasmus Værø	1	Ålesund, Akstaleiken	15.09.2024
100 meter	G17	12,43 (-1,9)	Jacob Bjerkelund	1	Kristiansund, Trening	06.06.2024
Lengde	G17	5,07 (+0,0)	Jacob Bjerkelund	1	Kristiansund, Trening	06.06.2024
IKKE GODKJENTE RESULTATER						
100 meter	G17	12,28 (+2,2)	Jacob Bjerkelund	1	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Lengde	G17	5,08 (+2,4)	Jacob Bjerkelund	1	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Lengde	G18/19	5,41(+1,4)	Tor Jakob Lien	2 (MS)	Kristiansund, Trening	22.06.2024
Diskos 1,75kg	G18/19	26,98	Eskil Høgseth	1 (G19)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Spyd 800gram	G18/19	40,71	Tor Jakob Lien	2 (MS)	Kristiansund, Trening	22.06.2024
IKKE GODKJENTE RESULTATER						
Lengde	G18/19	5,61 (+3,1)	Tor Jakob Lien	1 (G18)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Kule 7,26kg	G20/22	12,88	Nikolai R. Ulvund	2 (G-U23)	Gloppen, Loggane O	02.06.2024
Diskos 2,0kg	G20/22	36,24	Nikolai R. Ulvund	1 (MS)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
100 meter	Menn Junior 1	12,43 (-1,9)	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
Lengde	Menn Junior 1	5,41(+1,4)	Tor Jakob Lien	2 (MS)	Kristiansund, Trening	22.06.2024
Lengde	Menn Junior 1	5,07 (+0,0)	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
Diskos 1,75kg	Menn Junior 1	26,98	Eskil Høgseth	1 (G19)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Spyd 800gram	Menn Junior 1	40,71	Tor Jakob Lien	2 (MS)	Kristiansund, Trening	22.06.2024
IKKE GODKJENTE RESULTATER						
100 meter	Menn Junior 1	12,28 (+2,2)	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Lengde	Menn Junior 1	5,08 (+2,4)	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Lengde	Menn Junior 1	5,61 (+3,1)	Tor Jakob Lien	1 (G18)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
100 meter	Menn Junior 1	12,43 (-1,9)	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
Lengde	Menn Junior 1	5,41(+1,4)	Tor Jakob Lien	2 (MS)	Kristiansund, Trening	22.06.2024
Lengde	Menn Junior 1	5,07 (+0,0)	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
Kule 7,26kg	Menn Junior 1	12,88	Nikolai R. Ulvund	2 (G-U23)	Gloppen, Loggane O	02.06.2024
Diskos 1,75kg	Menn Junior 1	26,98	Eskil Høgseth	1 (G19)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Diskos 2,0kg	Menn Junior 1	36,24	Nikolai R. Ulvund	1 (MS)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Spyd 800gram	Menn Junior 1	40,71	Tor Jakob Lien	2 (MS)	Kristiansund, Trening	22.06.2024
IKKE GODKJENTE RESULTATER						
100 meter	Menn Junior 1	12,28 (+2,2)	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Lengde	Menn Junior 1	5,08 (+2,4)	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Lengde	Menn Junior 1	5,61 (+3,1)	Tor Jakob Lien	1 (G18)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
100 meter	Menn Senior	12,43 (-1,9)	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
200 meter	Menn Senior	36,14 (+0,3)	Tron Ivar Kjønne	3 (MV65)	Stjørdal, NM Friidrett	22.06.2024
400 meter	Menn Senior	1,26,49	Tron Ivar Kjønne	3 (MV65)	Stjørdal, NM Friidrett	23.06.2024
3000 meter	Menn Senior	9,43,04	Are Fetvelt	1	Kristiansund, Trening	04.05.2024
3000 meter	Menn Senior	10,20,31	Steinar Knutshaug Aasheim	1 (MV40)	Kristiansund, Trening	04.05.2024



NORODD

FRIDRETT

3000 meter	Menn Senior	10,32,37	Einar Engvik	1 (MV45)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
3000 meter	Menn Senior	11,29,54	Tomas Sjøvik Hånde	1 (MV35)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
3000 meter	Menn Senior	11,37,30	Sigve Tortland	2 (MV45)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
5000 meter	Menn Senior	16,38,36	Are Fetvelt	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
5000 meter	Menn Senior	17,09,08	Per Myren	1 (MV35)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
5000 meter	Menn Senior	17,55,46	Einar Engvik	1 (MV45)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
5000 meter	Menn Senior	18,15,03	Erik Jordaht	2 (MV55)	Stjørdal, NM Frilidrett	21.06.2024
5000 meter	Menn Senior	18,28,68	Eivind Solvik	2 (MV35)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
5000 meter	Menn Senior	19,26,45	Marius Eriksen	2	Kristiansund, Trening	23.05.2024
5000 meter	Menn Senior	20,10,03	Sigve Tortland	2 (MV45)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
5000 meter	Menn Senior	21,57,13	Bernt Egil Solvik	1 (MV60)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
10000 meter	Menn Senior	35,02,45	Are Fetvelt	1	Kristiansund, Trening	06.06.2024
10000 meter	Menn Senior	37,03,44	Steinar Knutshaug Aasheim	1 (MV40)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
10000 meter	Menn Senior	37,19,25	Einar Engvik	1 (MV45)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
10000 meter	Menn Senior	37,42,43	Erik Jordaht	1 (MV55)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
10000 meter	Menn Senior	38,33,28	Eivind Solvik	1 (MV35)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
10000 meter	Menn Senior	40,32,90	Marius Eriksen	2	Kristiansund, Trening	06.06.2024
10000 meter	Menn Senior	40,33,98	Odd Sonntag	2 (MV40)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
10000 meter	Menn Senior	43,15,70	Øyvind Sporsheim	1 (MV50)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
10000 meter	Menn Senior	44,58,24	Bernt Egil Solvik	1 (MV60)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
Lengde	Menn Senior	5,41(+1,4)	Tor Jakob Lien	2 (MS)	Kristiansund, Trening	22.06.2024
Lengde	Menn Senior	5,07 (+0,0)	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
Kule 7,26kg	Menn Senior	12,88	Nikolai R. Ulvund	2 (G-U23)	Gløppen, Loggane O	02.06.2024
Diskos 2,0kg	Menn Senior	36,24	Nikolai R. Ulvund	1 (MS)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Spyd 800gram	Menn Senior	40,71	Tor Jakob Lien	2 (MS)	Kristiansund, Trening	22.06.2024
IKKE GODKJENTE RESULTATER						
100 meter	Menn Senior	12,28 (+2,2)	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Lengde	Menn Senior	5,08 (+2,4)	Jacob Bjerkelund	1 (G17)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Lengde	Menn Senior	5,61 (+3,1)	Tor Jakob Lien	1 (G18)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
ENTER/KVINNER UTENDØRS						
ØVELSE	KLASSE	RESULTAT	NAVN	PLASSERING	STED	R. DATO
200 meter	J13	31,48 (+0,0)	Carina Skoglund Aas	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
60 meter	J14	8,32 (+1,9)	Sara Solli-Sæther	2-fi	Kristiansund, Lerøyle	08.09.2024
60 meter	J14	9,43 (+0,0)	Ingrid Emilie Bjørningsøy	1	Aure, Banestevne	08.06.2024
60meter (manuelt supplement)	J14	9,3 (+0,5)	Ingrid Emilie Bjørningsøy	1	Kristiansund, Trening	21.03.2024
100 meter	J14	15,68 (-2,6)	Stella Loennechen	1	Kristiansund, Trening	06.06.2024
100 meter (manuelt supplement)	J14	13,0 (+1,3)	Sara Solli-Sæther	1	Tingvoll, Treningssste	13.06.2024
100 meter (manuelt supplement)	J14	15,0 (+1,3)	Ingrid Emilie Bjørningsøy	3	Tingvoll, Treningssste	13.06.2024
200 meter	J14	27,38 (+1,0)	Sara Solli-Sæther	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
200 meter	J14	31,19 (+0,0)	Ingrid Emilie Bjørningsøy	3	Kristiansund, Trening	22.06.2024
200 meter	J14	33,22 (+1,0)	Veronika Anna Smolucha	3	Kristiansund, Trening	23.05.2024
400 meter (manuelt supplement)	J14	1,31,3	Stella Loennechen	1	Ålesund, Akstaleiken	15.09.2024
600 meter	J14	2,02,33	Ingrid Emilie Bjørningsøy	9	Kristiansund, Lerøyle	07.09.2024
600 meter	J14	2,02,68	Stella Loennechen	2	Kristiansund, Trening	22.06.2024
800 meter	J14	2,52,72	Stella Loennechen	2	Kristiansund, Trening	04.05.2024
800 meter	J14	2,58,78	Ingrid Emilie Bjørningsøy	1	Tingvoll, Straumsnes	22.09.2024
1500 meter	J14	6,46,77	Stella Loennechen	5	Kristiansund, Lerøyle	08.09.2024
2000 meter	J14	7,51,08	Ingrid Emilie Bjørningsøy	1	Ålesund, Akstaleiken	15.09.2024
3000 meter	J14	12,01,31	Ingrid Emilie Bjørningsøy	1	Kristiansund, Trening	04.05.2024
60 meter hekk (76,2cm)	J14	9,80 (+1,9)	Sara Solli-Sæther	3-fi	Kristiansund, Lerøyle	07.09.2024
200 meter hekk (76,2cm)	J14	32,49 (+0,1)	Sara Solli-Sæther	3	Kristiansund, Lerøyle	08.09.2024
Høyde	J14	1,37	Ingrid Emilie Bjørningsøy	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
Høyde	J14	1,33	Stella Loennechen	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
Lengde	J14	4,39 (+0,9)	Ingrid Emilie Bjørningsøy	1	Tingvoll, Straumsnes	22.09.2024
Lengde	J14	3,97 (+0,0)	Stella Loennechen	2	Kristiansund, Trening	22.06.2024
Tresteg	J14	9,47 (+0,0)	Ingrid Emilie Bjørningsøy	4	Kristiansund, Lerøyle	08.09.2024
Kule 3kg	J14	8,58	Veronika Anna Smolucha	1	Tingvoll, Straumsnes	22.09.2024
Kule 3kg	J14	6,66	Stella Loennechen	2	Kristiansund, Trening	04.05.2024



NORODD

FRIDRETT

Kule 3kg	J14	4,41	Ingrid Emilie Bjørningsøy	2	Kristiansund, Trening	21.03.2024
Diskos 750gram	J14	16,12	Veronika Anna Smolucha	3	Hareid, KM ute 2024	25.08.2024
Slegge 3,0kg (119,5cm)	J14	25,25	Veronika Anna Smolucha	4	Kristiansund, Lerøylo	07.09.2024
Spyd 400gram	J14	22,02	Veronika Anna Smolucha	3	Kristiansund, Lerøylo	07.09.2024
Spyd 400gram	J14	18,25	Stella Loennechen	1	Kristiansund, Trening	04.05.2024
Spyd 500gram	J14	15,45	Stella Loennechen	1	Kristiansund, Trening	06.06.2024
Spyd 500gram	J14	15,3	Ingrid Emilie Bjørningsøy	2	Kristiansund, Trening	06.06.2024
200 meter	J15	33,43 (+0,0)	Anna Lyngvær	3 (KS)	Kristiansund, Trening	22.06.2024
60 meter (manuelt supplement)	J16	10,0 (+1,0)	Isabel Størseth	1	Kristiansund, Trening	21.03.2024
100 meter	J16	16,11 (+0,6)	Isabel Størseth	2	Hareid, KM ute 2024	25.08.2024
Høyde	J16	1,34	Ingrid Fashing Aspvik	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
Kule 3,0kg	J16	8,05	Ingrid Fashing Aspvik	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
60 meter (manuelt supplement)	Kvinner Junior	10,0 (+1,0)	Isabel Størseth	1 (J16)	Kristiansund, Trening	21.03.2024
100 meter	Kvinner Junior	16,11 (+0,6)	Isabel Størseth	2 (J16)	Hareid, KM ute 2024	25.08.2024
200 meter	Kvinner Junior	33,43 (+0,0)	Anna Lyngvær	3 (KS)	Kristiansund, Trening	22.06.2024
Høyde	Kvinner Junior	1,34	Ingrid Fashing Aspvik	1 (J16)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
Kule 3,0kg	Kvinner Junior	8,05	Ingrid Fashing Aspvik	1 (J16)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
60 meter (manuelt supplement)	Kvinner Junior	10,0 (+1,0)	Isabel Størseth	1 (J16)	Kristiansund, Trening	21.03.2024
100 meter	Kvinner Junior	16,11 (+0,6)	Isabel Størseth	2 (J16)	Hareid, KM ute 2024	25.08.2024
200 meter	Kvinner Junior	33,43 (+0,0)	Anna Lyngvær	3 (KS)	Kristiansund, Trening	22.06.2024
Høyde	Kvinner Junior	1,34	Ingrid Fashing Aspvik	1 (J16)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
Kule 3,0kg	Kvinner Junior	8,05	Ingrid Fashing Aspvik	1 (J16)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
60 meter (manuelt supplement)	Kvinner Senio	9,7 (+1,0)	Sofie Jing Leren Reknes	1	Kristiansund, Trening	21.03.2024
60 meter (manuelt supplement)	Kvinner Senio	10,0 (+1,0)	Isabel Størseth	1 (J16)	Kristiansund, Trening	21.03.2024
100 meter	Kvinner Senio	15,15 (+0,1)	Maria Meisal Pedersen	2 (KV40)	Stjørdal, NM Friidrett	21.06.2024
100 meter	Kvinner Senio	16,11 (+0,6)	Isabel Størseth	2 (J16)	Hareid, KM ute 2024	25.08.2024
200 meter	Kvinner Senio	25,40 (+0,5)	Elise Hoel Ulseth	H	Reykjavik/ISL, Nordic	15.06.2024
200 meter	Kvinner Senio	33,43 (+0,0)	Anna Lyngvær	3	Kristiansund, Trening	22.06.2024
800 meter	Kvinner Senio	2,23,87	Elise Hoel Ulseth	H	Sollentuna/SWE, Sol	11.08.2024
800 meter	Kvinner Senio	3,06,72	Silje Härberg	1 (KV45)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
1500 meter	Kvinner Senio	5,29,50	Ann Kristin Amundsen	1 (KV50)	Stjørdal, NM Friidrett	21.06.2024
5000 meter	Kvinner Senio	19,39,45	Ann Kristin Amundsen	1 (KV50)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
5000 meter	Kvinner Senio	21,17,50	Åshild Widme Lysgård	1 (KV40)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
5000 meter	Kvinner Senio	17,29,04	Olivia Gwynn (GBR)	1	Kristiansund, Trening	22.06.2024
10000 meter	Kvinner Senio	39,42,71	Ann Kristin Amundsen	1 (KV50)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
100 meter hekk (84,0cm)	Kvinner Senio	14,13 (+0,4)	Elise Hoel Ulseth	2	Fana, NM/UM Mange	25.05.2024
Høyde	Kvinner Senio	1,72	Elise Hoel Ulseth	H	Sollentuna/SWE, Sol	10.08.2024
Høyde	Kvinner Senio	1,34	Ingrid Fashing Aspvik	1 (J16)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
Lengde	Kvinner Senio	5,98 (+1,4)	Elise Hoel Ulseth	H	Reykjavik/ISL, Nordic	16.06.2024
Tresteg	Kvinner Senio	11,72 (+1,1)	Katarzyna Malgorzata Kwit (POL)	3 (KV35)	Gøteborg/SWE, Wor	20.08.2024
Kule 4,0kg	Kvinner Senio	11,23	Elise Hoel Ulseth	H	Sollentuna/SWE, Sol	10.08.2024
Spyd 600gram	Kvinner Senio	41,94	Elise Hoel Ulseth	H	Sollentuna/SWE, Sol	11.08.2024
7-kamp (100mhekk-Høyde-Kule-200m-Lengde-Spyd-800m)	Kvinner Senio	5554	Elise Hoel Ulseth 13,93(+2,4)-1,72-11,23-25,71(- 0,4)-41,94-2,23,87	5	Sollentuna/SWE, Sol	11.08.2024
IKKE GODKJENTE RESULTATER						
100 meter hekk (84,0cm)	Kvinner Senio	13,93 (+2,4)	Elise Hoel Ulseth	H	Sollentuna/SWE, Sol	10.08.2024
MENN VETERAN UTENDØRS						
ØVELSE	KLASSE	RESULTAT	NAVN	PLASSERING	STED	R. DATO
3000 meter	Menn Veteran	9,43,04	Are Fetvelt	1 (MS)	Kristiansund, Trening	04.05.2024
5000 meter	Menn Veteran	16,38,36	Are Fetvelt	1 (MS)	Kristiansund, Trening	23.05.2024
5000 meter	Menn Veteran	19,26,45	Marius Eriksen	2 (MS)	Kristiansund, Trening	23.05.2024



NORODD

FRIDRETT

10000 meter	Menn Veteran	35,02,45	Are Fetveit	1 (MS)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
10000 meter	Menn Veteran	40,32,90	Marius Eriksen	2 (MS)	Kristiansund, Trening	06.06.2024
3000 meter	Menn Veteran	11,29,54	Tomas Sjøvik Hånde	1	Kristiansund, Trening	04.05.2024
5000 meter	Menn Veteran	17,09,08	Per Myren	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
5000 meter	Menn Veteran	18,28,68	Elvind Solvik	2	Kristiansund, Trening	23.05.2024
10000 meter	Menn Veteran	38,33,28	Eivind Solvik	1	Kristiansund, Trening	06.06.2024
3000 meter	Menn Veteran	10,20,31	Steinar Knutshaug Aasheim	1	Kristiansund, Trening	04.05.2024
10000 meter	Menn Veteran	37,03,44	Steinar Knutshaug Aasheim	1	Kristiansund, Trening	06.06.2024
10000 meter	Menn Veteran	40,33,98	Odd Sonntag	2	Kristiansund, Trening	06.06.2024
3000 meter	Menn Veteran	10,32,37	Einar Engvik	1	Kristiansund, Trening	04.05.2024
3000 meter	Menn Veteran	11,37,30	Sigve Torland	2	Kristiansund, Trening	04.05.2024
5000 meter	Menn Veteran	17,55,46	Einar Engvik	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
5000 meter	Menn Veteran	20,10,03	Sigve Torland	2	Kristiansund, Trening	23.05.2024
10000 meter	Menn Veteran	37,19,25	Einar Engvik	1	Kristiansund, Trening	06.06.2024
10000 meter	Menn Veteran	43,15,70	Øyvind Sporsheim	1	Kristiansund, Trening	06.06.2024
5000 meter	Menn Veteran	18,15,03	Erik Jordahl	2	Stjørdal, NM Friidrett	21.06.2024
10000 meter	Menn Veteran	37,42,43	Erik Jordahl	1	Kristiansund, Trening	06.06.2024
5000 meter	Menn Veteran	21,57,13	Bernt Egil Solvik	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
10000 meter	Menn Veteran	44,58,24	Bernt Egil Solvik	1	Kristiansund, Trening	06.06.2024
200 meter	Menn Veteran	36,14 (+0,3)	Tron Ivar Kjønne	3	Stjørdal, NM Friidrett	22.06.2024
400 meter	Menn Veteran	1,26,49	Tron Ivar Kjønne	3	Stjørdal, NM Friidrett for veteraner	
Slegge 3,0kg (119,5cm)	Menn Veteran	16,66	Arvid Fjærli	1	Kristiansund, Trening	04.05.2024
KVINER VETERAN UTENDØRS						
ØVELSE	KLASSE	RESULTAT	NAVN	PLASSERING	STED	R. DATO
100 meter	Kvinner Vetera	15,15 (+0,1)	Maria Meisat Pedersen	2	Stjørdal, NM Friidrett	21.06.2024
5000 meter	Kvinner Vetera	21,17,50	Åshild Widme Lysgård	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
Tresteg	Kvinner Vetera	11,72 (+1,1)	Katarzyna Malgorzata Kwit (POL)	3 (KV35)	Göteborg/SWE, Work	20.08.2024
800 meter	Kvinner Vetera	3,06,72	Silje Härberg	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
1500 meter	Kvinner Vetera	5,29,50	Ann Kristin Amundsen	1	Stjørdal, NM Friidrett	21.06.2024
5000 meter	Kvinner Vetera	19.39.45	Ann Kristin Amundsen	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024
10000 meter	Kvinner Vetera	39,42,71	Ann Kristin Amundsen	1	Kristiansund, Trening	06.06.2024
Kule 3,0kg	Kvinner Vetera	7,34	Ann Kristin Amundsen	1	Kristiansund, Trening	23.05.2024

Resultatene her hentet fra Friidrett.no sine statistiksider:

[Resultater og statistikk](#)

<https://www.friidrett.no/resultater-og-statistikk/g-statistikk>