

## Lørdag 12.9.2009

## Øvelse 1. 400m fri, herrer

## Heat 1

1					
2	David Dossev	95	Haugesund SK		_____
3	Tord Næss Haga	97	Sola SK		_____
4	Sean Buckland	98	Haugesund SK		_____
5					
6					

## Heat 2

1	Asbjørn Framnes	97	Stord IL		_____
2	Kristian Markhus Endresen	98	Haugesund SK	7.39,81	_____
3	Jonas Østenstad	98	Haugesund SK	7.10,89	_____
4	Sindre Vatnamot Amble	98	Madla SK	7.36,57	_____
5	Martin Nilsen	94	Haugesund SK		_____
6					

## Heat 3

1	Haakon Buckland	96	Haugesund SK	6.57,19	_____
2	Tim Samuelsen	97	Madla SK	6.21,68	_____
3	Mikal-André Tvedt	95	Vestkantsvømmerne	6.18,15	_____
4	Halvor Alvestad Larsen	98	Karmøy SK	6.20,21	_____
5	Erling Belaska	98	Madla SK	6.32,49	_____
6	Anders Nilsson	97	Madla SK	7.08,67	_____

## Heat 4

1	Sigurd Heldal Årethun	98	Arna SLK	6.20,22	_____
2	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	5.42,17	_____
3	Simen D. Kreybu	98	Arna SLK	5.33,8	_____
4	Urs Bludau	98	Åstveit SK	5.35,00	_____
5	Adrian Etterlid Jensen	97	Stord IL	5.56,54	_____
6	Even Nicolay Vedøy	95	Vestkantsvømmerne	6.06,98	_____

## Heat 5

1	Gord Behzadi	97	Madla SK	5.30,91	_____
2	Simon Thorbjørnsen Stavland	93	Stord IL	5.12,95	_____
3	Maurice Sudkamp	97	Randaberg IL	5.09,64	_____
4	Vegard Hauge Svartveit	96	Arna SLK	5.10,62	_____
5	Eivind Bjelland	98	Karmøy SK	5.20,43	_____
6	Lars Ole Fjørtoft	96	Arna SLK	5.33,10	_____

## Heat 6

1	Sander Sivertsen	96	Vestkantsvømmerne	5.08,39	_____
2	Øyvind Malde	92	Madla SK	4.51,37	_____
3	Håkon P Ludvigsen	96	Randaberg IL	4.49,57	_____
4	Sindre Aasland Ranaweera	96	Madla SK	4.51,18	_____
5	Eirik Johnsen	96	Bergens Svømme Club	5.01,53	_____
6	Vincent Skage	94	Karmøy SK	5.08,70	_____

## Heat 7

1	Henrik Knudsen	94	Stavanger SC	4.41,33	_____
2	Jørgen Gundersen	95	Skjetten Svømming	4.40,50	_____
3	Vegard Belaska	93	Madla SK	4.32,95	_____
4	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	4.39,24	_____
5	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	4.41,30	_____
6	Trond Vasslag	94	Stavanger SC	4.43,99	_____

**Heat 8**

1	Øystein Fjeldberg	93	Randaberg IL	4.31,06	_____
2	Fredrik Knutsen Hegdal	94	Stavanger SC	4.25,25	_____
3	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	4.24,68	_____
4	Erling Mjøs Brattelid	91	TS/Sola	4.24,88	_____
5	Ørjan Monsen	92	Sola SK	4.28,90	_____
6	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	4.32,50	_____

**Heat 9**

1	Morten Bordevich	94	Sola SK	4.15,95	_____
2	Bjarte Ravndal	91	TS/Sola	4.09,77	_____
3	Jørgen Møllerop	88	TS/Madla	3.55,41	_____
4	Sander Rødje	93	Haugesund SK	4.06,81	_____
5	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	4.10,37	_____
6	Thorbjørn Mangersnes Birkeland	93	Haugesund SK	4.17,61	_____

**Øvelse 2. 400m fri, damer****Heat 1**

1	Victoria Langaker	98	Karmøy SK		_____
2	Christina Vestre	99	Haugesund SK		_____
3	Silje Fregstad	96	Vestkantsvømmerne		_____
4	Charlotte Mathisen Lie	95	Vestkantsvømmerne		_____
5	Mie Kreybu	99	Arna SLK		_____
6	Helene Willumsen de Haas	96	Madla SK		_____

**Heat 2**

1	Sunniva Omdal	98	Madla SK		_____
2	Alina H Bjelancic	99	Randaberg IL		_____
3	Ingrid Elise Berge Jensen	98	Madla SK	7.09,73	_____
4	Rebekka Andersen	93	Stavanger SC		_____
5	Pernille Vestre	97	Haugesund SK		_____
6	Ingfrid Skalleberg	93	Haugesund SK		_____

**Heat 3**

1	Christine Sekkesæter	98	Madla SK	7.03,60	_____
2	Kristin Serck Hanssen	98	Madla SK	6.46,56	_____
3	Vilde Engevik Hjørnevik	97	Frisinn SK	6.43,86	_____
4	Ann Vilde Kristensen	97	Madla SK	6.44,26	_____
5	Benedikte Øverland	99	Vestkantsvømmerne	6.52,73	_____
6	Ida Bjøntegård Oftedal	96	Haugesund SK	7.08,59	_____

**Heat 4**

1	Ulrikke Rein	98	Madla SK	6.25,93	_____
2	Thea Sjøreng	97	Vestkantsvømmerne	6.20,16	_____
3	Brita Stang Aune	97	Stavanger SC	6.17,18	_____
4	Charlotte Juul Jensen	95	Madla SK	6.18,12	_____
5	Vilde E. Stokkenes	98	Haugesund SK	6.21,09	_____
6	Stine Dale	98	Vestkantsvømmerne	6.32,71	_____

**Heat 5**

1	Elin Fossheim	96	Vestkantsvømmerne	6.02,02	_____
2	Vilde C. Johannessen Aasheim	98	Vestkantsvømmerne	5.58,54	_____
3	Jacqueline PC Gale	94	Madla SK	5.57,06	_____
4	Raili Karoline Haagensen	96	Haugesund SK	5.57,59	_____
5	Gina Alvestad	98	Karmøy SK	6.00,67	_____
6	Maria Teige	96	Vestkantsvømmerne	6.12,69	_____

**Heat 6**

1	Vanja Strand	95	Vestkantsvømmerne	5.54,50	_____
2	Hanna Huglen Vinsnesbakk	95	Stord IL	5.46,47	_____
3	Vannja Celine Brunsvik	93	Haugesund SK	5.39,69	_____
4	Susan Ultee	96	Frisinn SK	5.46,10	_____
5	Anna Teetzmann	95	Stord IL	5.47,86	_____
6	Emilie Lie Mathisen	98	Vestkantsvømmerne	5.55,23	_____

**Heat 7**

1	Nina-Therese Storstein	98	Karmøy SK	5.35,40	_____
2	Nina Staveland	97	Madla SK	5.32,22	_____
3	Elida Hole	96	Vestkantsvømmerne	5.30,87	_____
4	Regine Sjørdal Lindanger	96	Frisinn SK	5.31,33	_____
5	Lotte Stang Aune	96	Stavanger SC	5.34,30	_____
6	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	5.38,21	_____

**Heat 8**

1	Mathilde Konstanse Rasmussen	97	Arna SLK	5.28,60	_____
2	Camilla Mangersnes Birkeland	96	Haugesund SK	5.26,65	_____
3	Marte Dale	97	Vestkantsvømmerne	5.18,57	_____
4	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	5.25,10	_____
5	Toni G. Coudray	97	Bergens Svømme Club	5.27,63	_____
6	Sandra Sola	97	Randaberg IL	5.30,54	_____

**Heat 9**

1	Maren Lootz Aarthun	95	Stavanger SC	5.17,44	_____
2	Lotte Miller	96	Madla SK	5.10,42	_____
3	Andrea Strømsnes	94	Vestkantsvømmerne	5.10,24	_____
4	Rachel Eden	95	Madla SK	5.10,35	_____
5	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	5.13,63	_____
6	Demi Coudray	94	Bergens Svømme Club	5.18,23	_____

**Heat 10**

1	Maria Bergfjord	93	Stavanger SC	5.07,97	_____
2	Line Nilsson	94	Madla SK	5.06,36	_____
3	Julie Askeland	93	Haugesund SK	5.02,99	_____
4	Vanessa Tuxen	92	Sola SK	5.04,64	_____
5	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	5.07,19	_____
6	Mari Mjølhus Kristoffersen	95	Madla SK	5.09,68	_____

**Heat 11**

1	Vilde Tengesdal	96	Bryne SK	5.00,59	_____
2	Kristin Hagen	92	Karmøy SK	4.57,59	_____
3	Susanne Fornasari	94	Skjetten Svømming	4.55,14	_____
4	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	4.57,44	_____
5	Renate Aasland Ranaweera	91	Madla SK	4.58,26	_____
6	Christine Arctander	93	Madla SK	5.02,35	_____

**Heat 12**

1	Maria Wigestrånd	94	Sola SK	4.53,06	_____
2	Amalie Kristiansen	95	Haugesund SK	4.52,19	_____
3	Stine Mjølhus Kristoffersen	93	TS/Frisinn	4.50,25	_____
4	Ingrid Wigestrånd	92	Sola SK	4.51,57	_____
5	Synnøve Fevang	93	Stavanger SC	4.52,31	_____
6	Malena Martens	94	IL Solid	4.54,88	_____

**Heat 13**

1	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK	4.44,78	_____
2	Marthe Berg Sørensen	92	TS/Frisinn	4.33,78	_____
3	Victoria Rung	92	TS/Frisinn	4.27,04	_____
4	Victoria Margaretha Løken	91	Team Stavanger	4.29,96	_____
5	Ane Nygård	95	Stavanger SC	4.36,42	_____
6	Oda Gjerde	95	Bryne SK	4.47,61	_____

**Øvelse 3. 50m rygg, herrer****Heat 1**

1	Hector Moland	99	Madla SK		_____
2	Sigmund Ledaal	98	Frisinn SK	48,47	_____
3	Torbjørn Visnes	97	Stord IL	46,74	_____
4	Kristian Nygård Solvik	99	Bryne SK	47,05	_____
5	Brage Midbrød	98	Madla SK		_____
6	Petter Aarbø Thorsen	97	Stord IL		_____

**Heat 2**

1	Tobias Gellein	96	Frisinn SK	45,46	_____
2	Adrian Etterlid Jensen	97	Stord IL	42,97	_____
3	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK	41,04	_____
4	Are Mowatt Gruben	96	Bergens Svømme Club	42,06	_____
5	Aksel Johannesen	96	Bergens Svømme Club	43,06	_____
6	Erik Hystad	97	Stord IL	45,86	_____

**Heat 3**

1	Mikal-André Tvedt	95	Vestkantsvømmerne	37,06	_____
2	Børre Bastiqkeit	92	Haugesund SK	31,84	_____
3	Erlend Tveteraas	91	TS/Madla	29,03	_____
4	Didrik Konow Grønseth	92	Frisinn SK	31,49	_____
5	Oliver Haugberg	94	Stavanger SC	35,04	_____
6	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	40,50	_____

**Øvelse 4. 50m rygg, damer****Heat 1**

1	Sunniva Framnes	98	Stord IL		_____
2	Cecilia Eide Songstad	97	Bergens Svømme Club		_____
3	Emma Askeland Fosså	98	Madla SK		_____
4	Charlotte H. Thorsen	93	Bergens Svømme Club		_____
5	Arnela Alic	99	Haugesund SK		_____
6					_____

**Heat 2**

1	Stina Skaarhaug	97	Stord IL		_____
2	Vilde Aas Løken	98	Stord IL	53,58	_____
3	Sunniva Svanes	98	Madla SK	51,63	_____
4	Helene Willumsen de Haas	96	Madla SK	52,81	_____
5	Maren Thoresen Malme	98	Stord IL	55,00	_____
6	Susanna Aske Bredenebekk	98	Sande SK		_____

**Heat 3**

1	Alina H Bjelancic	99	Randaberg IL	49,56	_____
2	Emilie Fornasari	97	Madla SK	46,42	_____
3	Amalie Nortvedt	97	Frisinn SK	45,59	_____
4	Malin Tønnessen	96	Frisinn SK	46,35	_____
5	Hedda Vaage	98	Stord IL	46,62	_____
6	Emilie Nilo Nilsen	98	Madla SK	51,45	_____

**Heat 4**

1	Heidi Agathe Vedøy	93	Vestkantsvømmerne	43,63	_____
2	Sandra Gjermundnes	95	Bergens Svømme Club	42,34	_____
3	Hanne Møkster	96	Frisinn SK	40,59	_____
4	Charlotte Juul Jensen	95	Madla SK	41,15	_____
5	Annika Bludau	95	Arna SLK	43,26	_____
6	Jasmine Rød	96	Madla SK	44,29	_____

**Heat 5**

1	Raili Karoline Haagenen	96	Haugesund SK	38,65	_____
2	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	37,05	_____
3	Christina Krogdahl	95	Karmøy SK	35,93	_____
4	Malin Haga	95	Stavanger SC	36,99	_____
5	Line Nilsson	94	Madla SK	37,27	_____
6	Anna Teetzmann	95	Stord IL	39,58	_____

**Heat 6**

1	Hege Elisabeth Harestad	92	Stavanger SC	34,87	_____
2	Emilie Knutsen Hegdal	96	Stavanger SC	34,14	_____
3	Trine Hovda	90	TS/Madla	31,41	_____
4	Ingrid Hystad	92	IL Solid	33,32	_____
5	Julie Askeland	93	Haugesund SK	34,16	_____
6	Sanne D Risbakk	94	Randaberg IL	35,27	_____

**Øvelse 5. 100m butterfly, herrer****Heat 1**

1					
2	Pilip Ludwiczak	96	Bergens Svømme Club		_____
3	Odd Arne Stokkeland	92	Sola SK		_____
4	Haakon Buckland	96	Haugesund SK		_____
5					
6					

**Heat 2**

1					
2	Sindre Vatnamot Amble	98	Madla SK	2.12,48	_____
3	Barneby Baines	98	Madla SK	1.47,21	_____
4	Tim Samuelsen	97	Madla SK	1.48,72	_____
5	Asbjørn Framnes	97	Stord IL		_____
6					

**Heat 3**

1	Halvor Alvestad Larsen	98	Karmøy SK	1.31,93	_____
2	Martin Langeland-Knudsen	96	Sola SK	1.27,50	_____
3	Lars Ole Fjørtoft	96	Arna SLK	1.24,84	_____
4	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	1.26,11	_____
5	Marius Sylta	95	Vestkantsvømmerne	1.30,22	_____
6	Gord Behzadi	97	Madla SK	1.42,46	_____

**Heat 4**

1	Michael Gutierrez Irgens	95	Bergens Svømme Club	1.23,44	_____
2	Eirik Johnsen	96	Bergens Svømme Club	1.21,81	_____
3	Johan Markus Mowinckel	95	Bergens Svømme Club	1.20,95	_____
4	Urs Bludau	98	Åstveit SK	1.21,00	_____
5	Maurice Sudkamp	97	Randaberg IL	1.22,70	_____
6	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	1.24,74	_____

**Heat 5**

1	Sindre Aasland Ranaweera	96	Madla SK	1.13,78	_____
2	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	1.08,62	_____
3	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	1.06,99	_____
4	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	1.07,34	_____
5	Sander Sivertsen	96	Vestkantsvømmerne	1.12,62	_____
6	Andreas Reinertsen	95	Vestkantsvømmerne	1.15,18	_____

**Heat 6**

1	Vegard Belaska	93	Madla SK	1.05,84	_____
2	Stian With Bjørnstad	87	Madla SK	1.04,63	_____
3	Jørgen Møllerop	88	TS/Madla	57,03	_____
4	Hans Bratland Østerdal	93	Stavanger SC	1.01,13	_____
5	Morten Bordevich	94	Sola SK	1.05,49	_____
6	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	1.06,71	_____

**Øvelse 6. 100m butterfly, damer****Heat 1**

1					
2	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK		_____
3	Kristin Serck Hanssen	98	Madla SK	1.54,66	_____
4	Rebecca Baxter	97	Madla SK		_____
5					
6					

**Heat 2**

1	Ann Vilde Kristensen	97	Madla SK	1.49,46	_____
2	Malene Tangedal Mehus	94	IL Solid	1.45,00	_____
3	Jacqueline PC Gale	94	Madla SK	1.37,40	_____
4	Marit Hystad	96	IL Solid	1.44,15	_____
5	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	1.46,84	_____
6					

**Heat 3**

1	Thea Støle	96	Frisinn SK	1.31,24	_____
2	May Synnøve Bartlett	95	Madla SK	1.28,01	_____
3	Nina Staveland	97	Madla SK	1.27,22	_____
4	Signe Birch Moltu	94	Frisinn SK	1.27,63	_____
5	Marte Dale	97	Vestkantsvømmerne	1.31,15	_____
6	Elise Sandvoll	96	Frisinn SK	1.31,76	_____

**Heat 4**

1	Ida Jensen Lirhus	97	Madla SK	1.25,76	_____
2	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	1.23,89	_____
3	Rachel Eden	95	Madla SK	1.22,90	_____
4	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	1.23,10	_____
5	Camilla Mangersnes Birkeland	96	Haugesund SK	1.25,63	_____
6	Sandra Sola	97	Randaberg IL	1.26,50	_____

**Heat 5**

1	Aleksandra Berge	94	Madla SK	1.22,26	_____
2	Marte Staveland	95	Madla SK	1.20,71	_____
3	Mari Mjøhus Kristoffersen	95	Madla SK	1.16,10	_____
4	Henriette Dahl	95	Bergens Svømme Club	1.17,54	_____
5	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	1.21,58	_____
6	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	1.22,76	_____

**Heat 6**

1	Maren Larsen	94	Madla SK	1.14,94	_____
2	Marte Haukeland	94	Arna SLK	1.13,75	_____
3	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	1.12,36	_____
4	Lotte Miller	96	Madla SK	1.12,51	_____
5	Amalie Kristiansen	95	Haugesund SK	1.14,74	_____
6	Sara Petrine Veierød	93	Bergens Svømme Club	1.15,16	_____

**Heat 7**

1	Ane Nygård	95	Stavanger SC	1.09,60	_____
2	Karoline Eriksen	92	Stavanger SC	1.04,97	_____
3	Victoria Margaretha Løken	91	Team Stavanger	59,94	_____
4	Maren Kristine Jansen	90	TS/Randaberg	1.04,58	_____
5	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK	1.08,21	_____
6	Ingrid Hystad	92	IL Solid	1.11,00	_____

**Øvelse 7. 50m fri, herrer****Heat 1**

1					
2	Tore Hjelmeland	97	Sola SK		_____
3	Daan Hottentot	93	Frisinn SK		_____
4	Odd Arne Stokkeland	92	Sola SK		_____
5					
6					

**Heat 2**

1	Aleksander Zhichkin	97	Stord IL	55,53	_____
2	Brage Midbrød	98	Madla SK	46,78	_____
3	Kristian Nygård Solvik	99	Bryne SK	42,56	_____
4	Petter Aarbø Thorsen	97	Stord IL	43,74	_____
5	Asbjørn Framnes	97	Stord IL	53,44	_____
6	Tord Næss Haga	97	Sola SK		_____

**Heat 3**

1	Sindre Salte Dunseth	99	Madla SK	42,13	_____
2	Henning Van Ta	96	Frisinn SK	38,75	_____
3	Torbjørn Visnes	97	Stord IL	38,04	_____
4	Tobias Gellein	96	Frisinn SK	38,59	_____
5	Håkon Skogen	97	Randaberg IL	41,59	_____
6	Erik Hystad	97	Stord IL	42,20	_____

**Heat 4**

1	Erling Osland	96	Stord IL	36,81	_____
2	Pilip Ludwiczak	96	Bergens Svømme Club	35,64	_____
3	Aksel Johannesen	96	Bergens Svømme Club	34,46	_____
4	Adrian Etterlid Jensen	97	Stord IL	34,96	_____
5	Torstein Myklebust	96	Frisinn SK	36,57	_____
6	Mikko Virtanen	93	Stord IL	37,62	_____

**Heat 5**

1	Steffen Svarstad	92	Sande SK	34,12	_____
2	Marius Sylta	95	Vestkantsvømmerne	33,58	_____
3	Eivind Bjelland	98	Karmøy SK	33,30	_____
4	Mikal-André Tvedt	95	Vestkantsvømmerne	33,39	_____
5	Ole Andreas Sørensen	93	Sande SK	33,71	_____
6	Even Nicolay Vedøy	95	Vestkantsvømmerne	34,21	_____

**Heat 6**

1	Håkon Wulf Haugen	96	Bergens Svømme Club	32,77	_____
2	Michael Gutierrez Irgens	95	Bergens Svømme Club	32,41	_____
3	Marius Skogen	95	Randaberg IL	32,02	_____
4	Kacper Domanski	96	Frisinn SK	32,07	_____
5	Sondre Møll	96	Stavanger SC	32,72	_____
6	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK	32,96	_____

**Heat 7**

1	Vegard Hauge Svartveit	96	Arna SLK	31,48	_____
2	Anders Gundersen	94	Stavanger SC	30,50	_____
3	Alexander Svanevik Nilsen	93	Stavanger SC	29,84	_____
4	Asbjørn Skogen	93	Randaberg IL	29,98	_____
5	Simen Clementsen	95	Frisinn SK	30,85	_____
6	Martin Langeland-Knudsen	96	Sola SK	31,52	_____

**Heat 8**

1	Oliver Haugberg	94	Stavanger SC	29,13	_____
2	Øystein Fjeldberg	93	Randaberg IL	28,50	_____
3	Simon Thorbjørnsen Stavland	93	Stord IL	27,59	_____
4	Olav Ravndal Skjølingstad	95	Stavanger SC	28,13	_____
5	Magnus Møkster	94	Frisinn SK	28,71	_____
6	Jim Steinsland	95	IL Solid	29,46	_____

**Heat 9**

1	Børre Bastiqkeit	92	Haugesund SK	27,31	_____
2	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	26,32	_____
3	Thorbjørn Mangersnes Birkeland	93	Haugesund SK	25,69	_____
4	Henning Skare Pryde	92	Stavanger SC	26,03	_____
5	Ørjan Monsen	92	Sola SK	26,58	_____
6	Alexander Marki Mork	95	Stavanger SC	27,34	_____

**Øvelse 8. 50m fri, damer****Heat 1**

1	Ingfrid Skalleberg	93	Haugesund SK		_____
2	Susanna Aske Bredenbekk	98	Sande SK		_____
3	Stina Skaarhaug	97	Stord IL		_____
4	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK		_____
5	Helene Emmerhoff	09	Randaberg IL		_____
6	Arnela Alic	99	Haugesund SK		_____

**Heat 2**

1	Emma Askeland Fosså	98	Madla SK	53,44	_____
2	Mari Ellingsen Bråten	98	Madla SK	48,92	_____
3	Sunniva Svanes	98	Madla SK	46,09	_____
4	Vilde Aas Løken	98	Stord IL	47,37	_____
5	Arja Myhre	98	Stord IL	52,37	_____
6	Sunniva Framnes	98	Stord IL	53,60	_____

**Heat 3**

1	Anna Nestvold Larsen	95	Bergens Svømme Club	45,57	_____
2	Pernille Vestre	97	Haugesund SK	44,02	_____
3	Malin Forus	96	Sande SK	43,40	_____
4	Karianne Sørensen	96	Sande SK	43,59	_____
5	Lene Gjøseter	97	Stord IL	45,34	_____
6	Victoria Langaker	98	Karmøy SK	45,92	_____

**Heat 4**

1	Johanne Willumsen de Haas	98	Madla SK	42,40	_____
2	Stine Dale	98	Vestkantsvømmerne	41,35	_____
3	Guro Vestly	97	Sande SK	40,98	_____
4	Emilie Fornasari	97	Madla SK	41,14	_____
5	Maren Thoresen Malme	98	Stord IL	41,53	_____
6	Emilie Nilo Nilsen	98	Madla SK	42,83	_____

**Heat 5**

1	Emma Pettersen	96	Stavanger SC	40,21	_____
2	Sigrun Idsøe	96	Madla SK	38,93	_____
3	Helene Willumsen de Haas	96	Madla SK	38,72	_____
4	Ida Bjøntegård Oftedal	96	Haugesund SK	38,88	_____
5	Benedikte Øverland	99	Vestkantsvømmerne	39,65	_____
6	Thea Sørøng	97	Vestkantsvømmerne	40,93	_____

**Heat 6**

1	Malene Tangedal Mehus	94	IL Solid	38,47	_____
2	Cecilia Eide Songstad	97	Bergens Svømme Club	37,83	_____
3	Silje Fregstad	96	Vestkantsvømmerne	37,32	_____
4	Hedda Vaage	98	Stord IL	37,71	_____
5	Amalie Nortvedt	97	Frisinn SK	38,14	_____
6	Alina H Bjelancic	99	Randaberg IL	38,71	_____

**Heat 7**

1	Emily Bådsvik	96	Frisinn SK	36,39	_____
2	Marthe Gjøseter	97	Stord IL	35,93	_____
3	Annika Bludau	95	Arna SLK	35,84	_____
4	Malin Tønnessen	96	Frisinn SK	35,90	_____
5	Marit Hystad	96	IL Solid	36,17	_____
6	Jasmine Rød	96	Madla SK	36,72	_____

**Heat 8**

1	Charlotte Mathisen Lie	95	Vestkantsvømmerne	35,28	_____
2	Elin Fossheim	96	Vestkantsvømmerne	34,13	_____
3	Charlotte H. Thorsen	93	Bergens Svømme Club	33,57	_____
4	Emilie Lie Mathisen	98	Vestkantsvømmerne	33,85	_____
5	Sandra Gjermundnes	95	Bergens Svømme Club	34,17	_____
6	Maria Teige	96	Vestkantsvømmerne	35,77	_____

**Heat 9**

1	Regine Sjørdal Lindanger	96	Frisinn SK	33,35	_____
2	Maria Bergfjord	93	Stavanger SC	32,60	_____
3	Anna Teetzmann	95	Stord IL	32,11	_____
4	Vannja Celine Brunsvik	93	Haugesund SK	32,11	_____
5	Heidi Agathe Vedøy	93	Vestkantsvømmerne	33,14	_____
6	Vanja Strand	95	Vestkantsvømmerne	33,41	_____

**Heat 10**

1	Kristin Hagen	92	Karmøy SK	31,84	_____
2	Hanne Møkster	96	Frisinn SK	31,69	_____
3	Signe Aarthun Lootz	93	Stavanger SC	31,35	_____
4	Oda Gjerde	95	Bryne SK	31,49	_____
5	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	31,75	_____
6	Demi Coudray	94	Bergens Svømme Club	31,99	_____

**Heat 11**

1	Synnøve Fevang	93	Stavanger SC	30,96	_____
2	Vilde Tengedal	96	Bryne SK	30,55	_____
3	Siren Kristine Bergslid	93	Stavanger SC	30,28	_____
4	Marte Haukeland	94	Arna SLK	30,37	_____
5	Ingeborg Jørmeland	96	Stavanger SC	30,64	_____
6	Rebekka Andersen	93	Stavanger SC	31,13	_____

**Heat 12**

1	Maria Wigestrands	94	Sola SK	30,08	_____
2	Ingrid Wigestrands	92	Sola SK	29,52	_____
3	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	29,17	_____
4	Christine Arctander	93	Madla SK	29,41	_____
5	Christina Krogdahl	95	Karmøy SK	29,92	_____
6	Andrea Strømsnes	94	Vestkantsvømmerne	30,14	_____

**Heat 13**

1	Karoline Eriksen	92	Stavanger SC	28,81	_____
2	Ingrid Hystad	92	IL Solid	28,43	_____
3	Hege Elisabeth Harestad	92	Stavanger SC	28,24	_____
4	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	28,27	_____
5	Vanessa Tuxen	92	Sola SK	28,61	_____
6	Renate Aasland Ranaweera	91	Madla SK	29,07	_____

**Heat 14**

1	Victoria Rung	92	TS/Frisinn	28,04	_____
2	Mari Ask Rasmussen	86	TS/SVK	27,38	_____
3	Victoria Margaretha Løken	91	Team Stavanger	25,83	_____
4	Kristine Risanger Røsland	77	Team Stavanger	26,90	_____
5	Caroline Marki Mork	93	Stavanger SC	27,97	_____
6	Marthe Berg Sørensen	92	TS/Frisinn	28,13	_____

**Pause 30 min.**

**Øvelse 9. 100m bryst, herrer****Heat 1**

1				
2	Brage Midbrød	98	Madla SK	_____
3	Tord Næss Haga	97	Sola SK	_____
4	Martin Nilsen	94	Haugesund SK	_____
5				
6				

**Heat 2**

1	Hector Moland	99	Madla SK	_____
2	Torbjørn Visnes	97	Stord IL	_____
3	Sean Buckland	98	Haugesund SK	2.07,67
4	Asbjørn Framnes	97	Stord IL	2.24,75
5	Håkon Skogen	97	Randaberg IL	_____
6	Tore Hjelmeland	97	Sola SK	_____

**Heat 3**

1	Jonas Østenstad	98	Haugesund SK	1.59,37
2	Henning Van Ta	96	Frisinn SK	1.58,67
3	Erik Hystad	97	Stord IL	1.56,62
4	Sindre Salte Dunseth	99	Madla SK	1.58,40
5	Haakon Buckland	96	Haugesund SK	1.58,72
6	Aleksander Zhichkin	97	Stord IL	2.01,56

**Heat 4**

1	Sigmund Ledaal	98	Frisinn SK	1.49,18
2	Erling Osland	96	Stord IL	1.47,05
3	Halvor Alvestad Larsen	98	Karmøy SK	1.46,85
4	Erling Belaska	98	Madla SK	1.46,97
5	Ole Andreas Sørensen	93	Sande SK	1.47,35
6	Kristian Markhus Endresen	98	Haugesund SK	1.53,10

**Heat 5**

1	Sigurd Heldaal Årethun	98	Arna SLK	1.47,01
2	Eivind Bjelland	98	Karmøy SK	1.43,46
3	Michael Gutierrez Irgens	95	Bergens Svømme Club	1.38,42
4	Mikko Virtanen	93	Stord IL	1.40,00
5	Torstein Myklebust	96	Frisinn SK	1.44,49
6	Simen D. Kreybu	98	Arna SLK	1.46,6

**Heat 6**

1	Håkon Wulf Haugen	96	Bergens Svømme Club	1.34,75
2	Urs Bludau	98	Åstveit SK	1.29,00
3	Simen Clementsen	95	Frisinn SK	1.27,78
4	Johan Markus Mowinckel	95	Bergens Svømme Club	1.28,26
5	Adrian Etterlid Jensen	97	Stord IL	1.32,81
6	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	1.37,84

**Heat 7**

1	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	1.25,47
2	Øystein Fjeldberg	93	Randaberg IL	1.21,20
3	Vincent Skage	94	Karmøy SK	1.18,62
4	Magnus Møkster	94	Frisinn SK	1.19,23
5	Simon Thorbjørnsen Stavland	93	Stord IL	1.24,89
6	Marius Skogen	95	Randaberg IL	1.26,25

**Heat 8**

1	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	1.16,81	_____
2	Øyvind Malde	92	Madla SK	1.15,57	_____
3	Asbjørn Skogen	93	Randaberg IL	1.11,62	_____
4	Erik Vassøy Olsen	91	Stavanger SC	1.11,63	_____
5	Didrik Konow Grønseth	92	Frisinn SK	1.15,91	_____
6	Alexander Svanevik Nilsen	93	Stavanger SC	1.17,08	_____

**Øvelse 10. 100m bryst, damer****Heat 1**

1					_____
2	Mie Kreybu	99	Arna SLK		_____
3	Stina Skaarhaug	97	Stord IL		_____
4	Victoria Langaker	98	Karmøy SK		_____
5					_____
6					_____

**Heat 2**

1	Emily Bådsvik	96	Frisinn SK		_____
2	Sunniva Framnes	98	Stord IL	2.27,99	_____
3	Lene Gjøseter	97	Stord IL	2.07,67	_____
4	Sunniva Omdal	98	Madla SK	2.14,61	_____
5	Vilde Aas Løken	98	Stord IL		_____
6	Christina Vestre	99	Haugesund SK		_____

**Heat 3**

1	Arja Myhre	98	Stord IL	2.01,91	_____
2	Anna Nestvold Larsen	95	Bergens Svømme Club	1.55,27	_____
3	Christine Sekkesæter	98	Madla SK	1.53,56	_____
4	Rebecca Baxter	97	Madla SK	1.54,81	_____
5	Maren Thoresen Malme	98	Stord IL	1.57,04	_____
6	Mari Ellingsen Bråten	98	Madla SK	2.02,63	_____

**Heat 4**

1	Alina H Bjelancic	99	Randaberg IL	1.52,62	_____
2	Hedda Vaage	98	Stord IL	1.51,11	_____
3	Guro Vestly	97	Sande SK	1.50,26	_____
4	Emilie Nilo Nilsen	98	Madla SK	1.50,75	_____
5	Gina Alvestad	98	Karmøy SK	1.51,27	_____
6	Benedikte Øverland	99	Vestkantsvømmerne	1.52,98	_____

**Heat 5**

1	Johanne Willumsen de Haas	98	Madla SK	1.48,40	_____
2	Ingrid Elise Berge Jensen	98	Madla SK	1.45,95	_____
3	Marthe Gjøseter	97	Stord IL	1.44,19	_____
4	Malin Forus	96	Sande SK	1.44,68	_____
5	Emilie Lie Mathisen	98	Vestkantsvømmerne	1.46,34	_____
6	Amalie Nortvedt	97	Frisinn SK	1.48,56	_____

**Heat 6**

1	Charlotte Mathisen Lie	95	Vestkantsvømmerne	1.43,68	_____
2	Annika Bludau	95	Arna SLK	1.40,80	_____
3	Vilde C. Johannessen Aasheim	98	Vestkantsvømmerne	1.40,10	_____
4	Susan Ultee	96	Frisinn SK	1.40,34	_____
5	Vilde E. Stokkenes	98	Haugesund SK	1.43,23	_____
6	Malin Tønnessen	96	Frisinn SK	1.43,83	_____

**Heat 7**

1	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK	1.38,45	_____
2	Regine Sjørdal Lindanger	96	Frisinn SK	1.36,07	_____
3	Vilde Engevik Hjørnevik	97	Frisinn SK	1.35,07	_____
4	Ulrikke Rein	98	Madla SK	1.35,48	_____
5	Nina-Therese Storstein	98	Karmøy SK	1.36,41	_____
6	Sandra Gjermundnes	95	Bergens Svømme Club	1.39,00	_____

**Heat 8**

1	Malene Tangedal Mehus	94	IL Solid	1.32,93	_____
2	Cecilia Eide Songstad	97	Bergens Svømme Club	1.32,35	_____
3	Andrea Strømsnes	94	Vestkantsvømmerne	1.31,23	_____
4	Christina Krogdahl	95	Karmøy SK	1.32,10	_____
5	Marte Staveland	95	Madla SK	1.32,80	_____
6	Elida Hole	96	Vestkantsvømmerne	1.33,97	_____

**Heat 9**

1	Aleksandra Berge	94	Madla SK	1.29,79	_____
2	Line Nilsson	94	Madla SK	1.28,81	_____
3	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	1.28,22	_____
4	Hanna Huglen Vinsnesbakk	95	Stord IL	1.28,76	_____
5	Kristin Hagen	92	Karmøy SK	1.29,71	_____
6	May Synnøve Bartlett	95	Madla SK	1.30,77	_____

**Heat 10**

1	Inger Kristine Steinsland	92	IL Solid	1.22,35	_____
2	Siren Kristine Bergslid	93	Stavanger SC	1.18,70	_____
3	Mari Ask Rasmussen	86	TS/SVK	1.11,11	_____
4	Stine Haferkamp	83	TS/Madla	1.14,00	_____
5	Maren Larsen	94	Madla SK	1.20,28	_____
6	Signe Aarhun Lootz	93	Stavanger SC	1.28,04	_____

**Øvelse 11. 200m rygg, herrer****Heat 1**

1					
2	Sindre Vatnamot Amble	98	Madla SK		_____
3	Stian With Bjørnstad	87	Madla SK		_____
4	Martin Nilsen	94	Haugesund SK		_____
5					
6					

**Heat 2**

1	David Dossev	95	Haugesund SK		_____
2	Anders Nilsson	97	Madla SK	3.47,02	_____
3	Tim Samuelsen	97	Madla SK	3.29,62	_____
4					
5	Kristian Nygård Solvik	99	Bryne SK		_____
6	Haakon Buckland	96	Haugesund SK		_____

**Heat 3**

1	Marius Sylta	95	Vestkantsvømmerne	3.08,45	_____
2	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	3.02,46	_____
3	Martin Langeland-Knudsen	96	Sola SK	2.55,70	_____
4	Gord Behzadi	97	Madla SK	3.02,13	_____
5	Are Mowatt Gruben	96	Bergens Svømme Club	3.06,06	_____
6	Barneby Baines	98	Madla SK	3.25,67	_____

**Heat 4**

1	Sander Sivertsen	96	Vestkantsvømmerne	2.49,52	_____
2	Maurice Sudkamp	97	Randaberg IL	2.47,94	_____
3	Ørjan Monsen	92	Sola SK	2.36,35	_____
4	Andreas Reinertsen	95	Vestkantsvømmerne	2.42,59	_____
5	Vegard Hauge Svartveit	96	Arna SLK	2.49,29	_____
6	Eirik Johnsen	96	Bergens Svømme Club	2.50,59	_____

**Heat 5**

1	Jørgen Gundersen	95	Skjetten Svømming	2.33,72	_____
2	Håkon P Ludvigsen	96	Randaberg IL	2.32,11	_____
3	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	2.26,78	_____
4	Bjarte Ravndal	91	TS/Sola	2.29,54	_____
5	Trond Vasslag	94	Stavanger SC	2.33,56	_____
6	Sindre Aasland Ranaweera	96	Madla SK	2.36,31	_____

**Heat 6**

1	Alexander Marki Mork	95	Stavanger SC	2.26,27	_____
2	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	2.16,79	_____
3	Sander Rødje	93	Haugesund SK	2.10,70	_____
4	Fredrik Knutsen Hegdal	94	Stavanger SC	2.14,15	_____
5	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	2.23,46	_____
6	Thorbjørn Mangersnes Birkeland	93	Haugesund SK	2.26,38	_____

**Øvelse 12. 200m rygg, damer****Heat 1**

1					_____
2	Ida Bjøntegård Oftedal	96	Haugesund SK		_____
3	Pernille Vestre	97	Haugesund SK		_____
4	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK		_____
5					_____
6					_____

**Heat 2**

1	Ingfrid Skalleberg	93	Haugesund SK		_____
2	Kristin Serck Hanssen	98	Madla SK	3.25,56	_____
3	Maria Teige	96	Vestkantsvømmerne	3.15,46	_____
4	Thea Sjøreng	97	Vestkantsvømmerne	3.15,46	_____
5	Ann Vilde Kristensen	97	Madla SK	3.35,50	_____
6	Vilde E. Stokkenes	98	Haugesund SK		_____

**Heat 3**

1	Rachel Eden	95	Madla SK	3.07,10	_____
2	Anna Teetzmann	95	Stord IL	3.02,34	_____
3	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	2.57,73	_____
4	Mathilde Konstanse Rasmussen	97	Arna SLK	3.01,43	_____
5	Signe Birch Moltu	94	Frisinn SK	3.04,41	_____
6	Sigrun Idsøe	96	Madla SK	3.15,27	_____

**Heat 4**

1	Lotte Stang Aune	96	Stavanger SC	2.54,76	_____
2	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	2.53,48	_____
3	Christine Arctander	93	Madla SK	2.51,32	_____
4	Nina Staveland	97	Madla SK	2.52,83	_____
5	Sandra Sola	97	Randaberg IL	2.53,55	_____
6	Ida Jensen Lirhus	97	Madla SK	2.54,98	_____

**Heat 5**

1	Marte Dale	97	Vestkantsvømmerne	2.49,48	_____
2	Maren Lootz Aarthun	95	Stavanger SC	2.48,15	_____
3	Mari Mjølhus Kristoffersen	95	Madla SK	2.46,57	_____
4	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	2.47,27	_____
5	Marte Haukeland	94	Arna SLK	2.49,09	_____
6	Toni G. Coudray	97	Bergens Svømme Club	2.50,44	_____

**Heat 6**

1	Camilla Mangersnes Birkeland	96	Haugesund SK	2.44,49	_____
2	Ingeborg Jørmeland	96	Stavanger SC	2.42,84	_____
3	Vilde Tengedal	96	Bryne SK	2.40,28	_____
4	Malena Martens	94	IL Solid	2.42,07	_____
5	Susanne Fornasari	94	Skjetten Svømming	2.43,49	_____
6	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	2.45,23	_____

**Heat 7**

1	Oda Gjerde	95	Bryne SK	2.39,49	_____
2	Lotte Miller	96	Madla SK	2.33,39	_____
3	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK	2.27,37	_____
4	Amalie Kristiansen	95	Haugesund SK	2.33,11	_____
5	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	2.39,24	_____
6	Maria Wigestrands	94	Sola SK	2.39,50	_____

**Øvelse 13. 100m individuell medley, herrer****Heat 1**

1					
2	Odd Arne Stokkeland	92	Sola SK		_____
3	Kacper Domanski	96	Frisinn SK		_____
4	Sondre Møll	96	Stavanger SC		_____
5	David Dossev	95	Haugesund SK		_____
6					

**Heat 2**

1	Mikko Virtanen	93	Stord IL		_____
2	Anders Gundersen	94	Stavanger SC		_____
3	Tobias Gellein	96	Frisinn SK	1.47,94	_____
4	Erik Hystad	97	Stord IL	1.54,98	_____
5	Aleksander Zhichkin	97	Stord IL		_____
6	Torbjørn Visnes	97	Stord IL		_____

**Heat 3**

1	Sigmund Ledaal	98	Frisinn SK	1.41,33	_____
2	Pilip Ludwiczak	96	Bergens Svømme Club	1.35,74	_____
3	Simen D. Kreybu	98	Arna SLK	1.34,4	_____
4	Erling Osland	96	Stord IL	1.35,66	_____
5	Mikal-André Tvedt	95	Vestkantsvømmerne	1.40,33	_____
6	Aksel Johannesen	96	Bergens Svømme Club	1.43,45	_____

**Heat 4**

1	Adrian Etterlid Jensen	97	Stord IL	1.29,83	_____
2	Marius Sylta	95	Vestkantsvømmerne	1.26,18	_____
3	Håkon Wulf Haugen	96	Bergens Svømme Club	1.25,39	_____
4	Lars Ole Fjørtoft	96	Arna SLK	1.26,00	_____
5	Eivind Bjelland	98	Karmøy SK	1.28,36	_____
6	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK	1.33,65	_____

**Heat 5**

1	Vincent Skage	94	Karmøy SK	1.15,32	_____
2	Oliver Haugberg	94	Stavanger SC	1.14,76	_____
3	Henning Skare Pryde	92	Stavanger SC	1.12,81	_____
4	Sander Sivertsen	96	Vestkantsvømmerne	1.14,40	_____
5	Håkon P Ludvigsen	96	Randaberg IL	1.14,85	_____
6	Marius Skogen	95	Randaberg IL	1.20,94	_____

**Heat 6**

1	Simon Thorbjørnsen Stavland	93	Stord IL	1.11,49	_____
2	Magnus Møkster	94	Frisinn SK	1.11,37	_____
3	Vegard Belaska	93	Madla SK	1.08,00	_____
4	Morten Bordevich	94	Sola SK	1.10,64	_____
5	Asbjørn Skogen	93	Randaberg IL	1.11,40	_____
6	Olav Ravndal Skjølingstad	95	Stavanger SC	1.12,26	_____

**Heat 7**

1	Didrik Konow Grønseth	92	Frisinn SK	1.07,61	_____
2	Hans Bratland Østerdal	93	Stavanger SC	1.03,00	_____
3	Jørgen Møllerop	88	TS/Madla	1.01,22	_____
4	Erling Mjøs Brattelid	91	TS/Sola	1.02,88	_____
5	Erik Vassøy Olsen	91	Stavanger SC	1.06,26	_____
6	Børre Bastiqkeit	92	Haugesund SK	1.07,86	_____

**Øvelse 14. 100m individuell medley, damer****Heat 1**

1					
2	Vilde Aas Løken	98	Stord IL		_____
3	Charlotte H. Thorsen	93	Bergens Svømme Club		_____
4	Johanne Willumsen de Haas	98	Madla SK		_____
5					
6					

**Heat 2**

1					
2	Maren Thoresen Malme	98	Stord IL		_____
3	Emma Pettersen	96	Stavanger SC		_____
4	Emily Bådsvik	96	Frisinn SK		_____
5	Mie Kreybu	99	Arna SLK		_____
6					

**Heat 3**

1	Sunniva Omdal	98	Madla SK		_____
2	Emilie Knutsen Hegdal	96	Stavanger SC		_____
3	Sunniva Framnes	98	Stord IL	2.22,41	_____
4	Hedda Vaage	98	Stord IL		_____
5	Kristin Hagen	92	Karmøy SK		_____
6	Raili Karoline Haagenen	96	Haugesund SK		_____

**Heat 4**

1	Emilie Nilo Nilsen	98	Madla SK	1.44,46	_____
2	Rebecca Baxter	97	Madla SK	1.43,85	_____
3	Benedikte Øverland	99	Vestkantsvømmerne	1.39,81	_____
4	Silje Fregstad	96	Vestkantsvømmerne	1.41,72	_____
5	Alina H Bjelancic	99	Randaberg IL	1.44,38	_____
6	Stine Dale	98	Vestkantsvømmerne	1.44,86	_____

**Heat 5**

1	Malene Tangedal Mehus	94	IL Solid	1.34,51	_____
2	Marthe Gjøseter	97	Stord IL	1.34,05	_____
3	Charlotte Juul Jensen	95	Madla SK	1.32,44	_____
4	Brita Stang Aune	97	Stavanger SC	1.32,76	_____
5	Maria Teige	96	Vestkantsvømmerne	1.34,50	_____
6	Amalie Nortvedt	97	Frisinn SK	1.38,56	_____

**Heat 6**

1	Vanja Strand	95	Vestkantsvømmerne	1.31,87	_____
2	Susan Ultee	96	Frisinn SK	1.26,45	_____
3	Elida Hole	96	Vestkantsvømmerne	1.23,86	_____
4	Hanne Møkster	96	Frisinn SK	1.23,90	_____
5	Elise Sandvoll	96	Frisinn SK	1.31,30	_____
6	Annika Bludau	95	Arna SLK		_____

**Heat 7**

1	Demi Coudray	94	Bergens Svømme Club	1.23,48	_____
2	Sara Petrine Veierød	93	Bergens Svømme Club	1.20,52	_____
3	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	1.19,64	_____
4	Henriette Dahl	95	Bergens Svømme Club	1.19,81	_____
5	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	1.22,14	_____
6	Maria Bergfjord	93	Stavanger SC	1.23,84	_____

**Heat 8**

1	Aleksandra Berge	94	Madla SK	1.18,59	_____
2	Oda Gjerde	95	Bryne SK	1.17,96	_____
3	Vanessa Tuxen	92	Sola SK	1.16,69	_____
4	Sanne D Risbakk	94	Randaberg IL	1.17,71	_____
5	Vannja Celine Brunsvik	93	Haugesund SK	1.18,44	_____
6	Julie Askeland	93	Haugesund SK	1.18,76	_____

**Heat 9**

1	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	1.16,54	_____
2	Ingrid Wigestrånd	92	Sola SK	1.16,29	_____
3	Rebekka Andersen	93	Stavanger SC	1.15,47	_____
4	Vilde Tengesdal	96	Bryne SK	1.15,72	_____
5	Malin Haga	95	Stavanger SC	1.16,32	_____
6	Andrea Strømsnes	94	Vestkantsvømmerne	1.16,62	_____

**Heat 10**

1	Hege Elisabeth Harestad	92	Stavanger SC	1.14,63	_____
2	Marthe Berg Sørensen	92	TS/Frisinn	1.13,75	_____
3	Stine Haferkamp	83	TS/Madla	1.11,20	_____
4	Inger Kristine Steinsland	92	IL Solid	1.13,17	_____
5	Maria Wigestrånd	94	Sola SK	1.14,11	_____
6	Ingrid Hystad	92	IL Solid	1.14,90	_____

**Heat 11**

1	Stine Mjølhus Kristoffersen	93	TS/Frisinn	1.09,84	_____
2	Trine Hovda	90	TS/Madla	1.08,71	_____
3	Mari Ask Rasmussen	86	TS/SVK	1.06,53	_____
4	Victoria Rung	92	TS/Frisinn	1.08,48	_____
5	Maren Kristine Jansen	90	TS/Randaberg	1.09,19	_____
6	Caroline Marki Mork	93	Stavanger SC	1.10,62	_____

**Øvelse 15. 4\*100m fri, herrer****Heat 1**

1				
2	Stavanger SC G1 jr.	JR	Stavanger SC	_____
3	Vestkantsvømmerne G1 sr.	SR	Vestkantsvømmerne	_____
4	Bergens Svømme Club G1 jr	JR	Bergens Svømme Club	_____
5	Stavanger SC G2 jr.	JR	Stavanger SC	_____
6				

**Heat 2**

1	Frisinn SK G2	JR	Frisinn SK	_____
2	Madla SK G3 jr.	JR	Madla SK	5.35,00 _____
3	Haugesund SK G2 jr.	JR	Haugesund SK	4.40,00 _____
4	Stord IL G1 jr.	JR	Stord IL	5.30,23 _____
5	Stord IL G2 jr.	JR	Stord IL	6.20,00 _____
6	Karmøy SK G2 jr.	JR	Karmøy SK	_____

**Heat 3**

1	Frisinn SK G1	JR	Frisinn SK	4.23,49 _____
2	Karmøy SK G1 jr.	JR	Karmøy SK	4.02,68 _____
3	Team Stavanger G1 sr.	SR	Team Stavanger	3.32,80 _____
4	Haugesund SK G1 jr.	JR	Haugesund SK	3.50,00 _____
5	Madla SK G1 jr.	JR	Madla SK	4.15,00 _____
6	Madla SK G2 jr.	JR	Madla SK	4.40,00 _____

**Øvelse 16. 4\*100m fri, damer****Heat 1**

1				
2	Bergens Svømme Club J1 jr	JR	Bergens Svømme Club	_____
3	Stavanger SC J1 jr.	JR	Stavanger SC	_____
4	Frisinn SK J3	JR	Frisinn SK	_____
5	Vestkantsvømmerne J3 sr.	SR	Vestkantsvømmerne	_____
6				

**Heat 2**

1	Vestkantsvømmerne J2 sr.	SR	Vestkantsvømmerne	_____
2	Stord IL J2 jr.	JR	Stord IL	6.10,00 _____
3	Madla SK J5 jr.	JR	Madla SK	5.20,00 _____
4	Madla SK J6 jr.	JR	Madla SK	5.30,00 _____
5	Stavanger SC J2 jr.	JR	Stavanger SC	_____
6	Vestkantsvømmerne J1 sr.	SR	Vestkantsvømmerne	_____

**Heat 3**

1	Frisinn SK J2	JR	Frisinn SK	5.00,70 _____
2	Madla SK J3 jr.	JR	Madla SK	4.50,00 _____
3	Frisinn SK J1	JR	Frisinn SK	4.41,20 _____
4	Stord IL J1 jr.	JR	Stord IL	4.45,24 _____
5	Haugesund SK J2 jr.	JR	Haugesund SK	5.00,00 _____
6	Madla SK J4 jr.	JR	Madla SK	5.05,00 _____

**Heat 4**

1	IL Solid J1 jr.	JR	IL Solid	4.35,00 _____
2	Madla SK J1 jr.	JR	Madla SK	4.20,00 _____
3	Team Stavanger J1 sr.	SR	Team Stavanger	3.52,50 _____
4	Haugesund SK J1 jr.	JR	Haugesund SK	4.20,00 _____
5	Madla SK J2 jr.	JR	Madla SK	4.30,00 _____
6	Karmøy SK J1 jr.	JR	Karmøy SK	4.40,01 _____

**Søndag 13.9.2009****Øvelse 17. 800m fri, damer****Heat 1**

1	Emilie Knutsen Hegdal	96	Stavanger SC		_____
2	Marte Dale	97	Vestkantsvømmerne		_____
3	Andrea Strømsnes	94	Vestkantsvømmerne	14.16,28	_____
4	Jacqueline PC Gale	94	Madla SK		_____
5	Ida Jensen Lirhus	97	Madla SK		_____
6					_____

**Heat 2**

1	Elida Hole	96	Vestkantsvømmerne	11.31,78	_____
2	Kristin Hagen	92	Karmøy SK	10.17,03	_____
3	Ingrid Wigestrånd	92	Sola SK	9.57,29	_____
4	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK	10.13,90	_____
5	Sandra Sola	97	Randaberg IL	11.17,32	_____
6	Demi Coudray	94	Bergens Svømme Club	11.40,90	_____

**Øvelse 18. 800m fri, herrer****Heat 1**

1					_____
2	Are Mowatt Gruben	96	Bergens Svømme Club	11.11,30	_____
3	Håkon P Ludvigsen	96	Randaberg IL	10.09,94	_____
4	Maurice Sudkamp	97	Randaberg IL	10.24,56	_____
5	Barneby Baines	98	Madla SK	12.45,14	_____
6					_____

**Heat 2**

1	Stian With Bjørnstad	87	Madla SK	9.13,21	_____
2	Thorbjørn Mangersnes Birkeland	93	Haugesund SK	9.00,35	_____
3	Morten Bordevich	94	Sola SK	8.44,45	_____
4	Bjarte Ravndal	91	TS/Sola	8.53,59	_____
5	Øystein Fjeldberg	93	Randaberg IL	9.08,19	_____
6	Ørjan Monsen	92	Sola SK	9.18,29	_____

**Øvelse 19. 50m bryst, damer****Heat 1**

1					_____
2	Jasmine Rød	96	Madla SK		_____
3	Sunniva Svanes	98	Madla SK		_____
4	Stina Skaarhaug	97	Stord IL		_____
5					_____
6					_____

**Heat 2**

1	Emma Askeland Fosså	98	Madla SK		_____
2	Christina Vestre	99	Haugesund SK		_____
3	Helene Emmerhoff	09	Randaberg IL		_____
4	Cecilia Eide Songstad	97	Bergens Svømme Club		_____
5	Susanna Aske Bredenbekk	98	Sande SK		_____
6	Arnela Alic	99	Haugesund SK		_____

**Heat 3**

1	Karianne Sørensen	96	Sande SK	1.05,82	_____
2	Lene Gjøseter	97	Stord IL	57,83	_____
3	Arja Myhre	98	Stord IL	54,70	_____
4	Silje Fregstad	96	Vestkantsvømmerne	55,18	_____
5	Mari Ellingsen Bråten	98	Madla SK	58,12	_____
6	Sunniva Framnes	98	Stord IL	1.08,87	_____

**Heat 4**

1	Vilde Aas Løken	98	Stord IL	53,58	_____
2	Alina H Bjelancic	99	Randaberg IL	53,34	_____
3	Kristin Serck Hanssen	98	Madla SK	52,98	_____
4	Hedda Vaage	98	Stord IL	53,29	_____
5	Victoria Langaker	98	Karmøy SK	53,51	_____
6	Maren Thoresen Malme	98	Stord IL	54,17	_____

**Heat 5**

1	Emily Bådsvik	96	Frisinn SK	52,43	_____
2	Emma Pettersen	96	Stavanger SC	52,12	_____
3	Amalie Nortvedt	97	Frisinn SK	50,17	_____
4	Helene Willumsen de Haas	96	Madla SK	51,15	_____
5	Anna Nestvold Larsen	95	Bergens Svømme Club	52,25	_____
6	Rebecca Baxter	97	Madla SK	52,62	_____

**Heat 6**

1	Johanne Willumsen de Haas	98	Madla SK	49,55	_____
2	Thea Sørøng	97	Vestkantsvømmerne	49,36	_____
3	Emilie Nilo Nilsen	98	Madla SK	48,89	_____
4	Guro Vestly	97	Sande SK	49,34	_____
5	Maria Teige	96	Vestkantsvømmerne	49,36	_____
6	Elise Sandvoll	96	Frisinn SK	49,92	_____

**Heat 7**

1	Charlotte Mathisen Lie	95	Vestkantsvømmerne	47,77	_____
2	Malin Tønnessen	96	Frisinn SK	46,88	_____
3	Nina-Therese Storstein	98	Karmøy SK	46,34	_____
4	Marthe Gjøseter	97	Stord IL	46,85	_____
5	Toni G. Coudray	97	Bergens Svømme Club	47,64	_____
6	Charlotte Juul Jensen	95	Madla SK	47,85	_____

**Heat 8**

1	Signe Birch Moltu	94	Frisinn SK	45,98	_____
2	Thea Støle	96	Frisinn SK	44,58	_____
3	Susan Ultee	96	Frisinn SK	43,98	_____
4	Anna Teetzmann	95	Stord IL	44,50	_____
5	Sandra Gjermundnes	95	Bergens Svømme Club	45,31	_____
6	Malin Forus	96	Sande SK	46,23	_____

**Heat 9**

1	Vannja Celine Brunsvik	93	Haugesund SK	42,79	_____
2	Hege Elisabeth Harestad	92	Stavanger SC	42,60	_____
3	May Synnøve Bartlett	95	Madla SK	41,95	_____
4	Hanna Huglen Vinsnesbakk	95	Stord IL	42,47	_____
5	Vilde Engevik Hjørnevik	97	Frisinn SK	42,71	_____
6	Regine Sjørdal Lindanger	96	Frisinn SK	43,56	_____

**Heat 10**

1	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	41,80	_____
2	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	41,11	_____
3	Vilde Tengedal	96	Bryne SK	40,61	_____
4	Christine Arctander	93	Madla SK	40,98	_____
5	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	41,65	_____
6	Vanessa Tuxen	92	Sola SK	41,93	_____

**Heat 11**

1	Ingeborg Jørmeland	96	Stavanger SC	40,55	_____
2	Line Nilsson	94	Madla SK	39,40	_____
3	Christina Krøgdahl	95	Karmøy SK	39,01	_____
4	Mathilde Konstanse Rasmussen	97	Arna SLK	39,07	_____
5	Elin Fossheim	96	Vestkantsvømmerne	40,53	_____
6	Oda Gjerde	95	Bryne SK	40,56	_____

**Heat 12**

1	Julie Askeland	93	Haugesund SK	38,66	_____
2	Maren Lootz Aarthun	95	Stavanger SC	38,28	_____
3	Inger Kristine Steinsland	92	IL Solid	37,46	_____
4	Caroline Marki Mork	93	Stavanger SC	37,70	_____
5	Ingrid Wigestrånd	92	Sola SK	38,41	_____
6	Maria Wigestrånd	94	Sola SK	38,90	_____

**Heat 13**

1	Siren Kristine Bergslid	93	Stavanger SC	36,32	_____
2	Stine Mjølhus Kristoffersen	93	TS/Frisinn	35,48	_____
3	Mari Ask Rasmussen	86	TS/SVK	32,60	_____
4	Victoria Margaretha Løken	91	Team Stavanger	34,37	_____
5	Maren Larsen	94	Madla SK	36,28	_____
6	Renate Aasland Ranaweera	91	Madla SK	36,93	_____

**Øvelse 20. 50m bryst, herrer****Heat 1**

1	Tore Hjelmeland	97	Sola SK		_____
2	Petter Aarbø Thorsen	97	Stord IL		_____
3	Steffen Svarstad	92	Sande SK		_____
4	Tord Næss Haga	97	Sola SK		_____
5	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK		_____
6					_____

**Heat 2**

1	Asbjørn Framnes	97	Stord IL	1.03,90	_____
2	Aleksander Zhichkin	97	Stord IL	56,48	_____
3	Håkon Skogen	97	Randaberg IL	55,89	_____
4	Sindre Salte Dunseth	99	Madla SK	56,24	_____
5	Sindre Vatnamot Amble	98	Madla SK	1.01,70	_____
6	Daan Hottentot	93	Frisinn SK		_____

**Heat 3**

1	Henning Van Ta	96	Frisinn SK	52,05	_____
2	Torstein Myklebust	96	Frisinn SK	49,30	_____
3	Ole Andreas Sørensen	93	Sande SK	45,65	_____
4	Tobias Gellein	96	Frisinn SK	48,56	_____
5	Erling Osland	96	Stord IL	50,13	_____
6	Erik Hystad	97	Stord IL	53,56	_____

**Heat 4**

1	Adrian Etterlid Jensen	97	Stord IL	43,25	_____
2	Simen Clementsen	95	Frisinn SK	39,44	_____
3	Olav Ravndal Skjølingstad	95	Stavanger SC	37,06	_____
4	Marius Skogen	95	Randaberg IL	39,05	_____
5	Håkon Wulf Haugen	96	Bergens Svømme Club	43,02	_____
6	Gord Behzadi	97	Madla SK	45,38	_____

**Heat 5**

1	Andreas Reinertsen	95	Vestkantsvømmerne	36,74	_____
2	Magnus Møkster	94	Frisinn SK	36,36	_____
3	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	34,67	_____
4	Vincent Skage	94	Karmøy SK	36,15	_____
5	Sindre Aasland Ranaweera	96	Madla SK	36,63	_____
6	Trond Vasslag	94	Stavanger SC	36,84	_____

**Heat 6**

1	Didrik Konow Grønseth	92	Frisinn SK	34,08	_____
2	Asbjørn Skogen	93	Randaberg IL	33,59	_____
3	Erling Mjøs Brattelid	91	TS/Sola	30,31	_____
4	Hans Bratland Østerdal	93	Stavanger SC	31,27	_____
5	Erik Vassøy Olsen	91	Stavanger SC	33,71	_____
6	Øyvind Malde	92	Madla SK	34,59	_____

**Øvelse 21. 100m fri, damer****Heat 1**

1	Sunniva Framnes	98	Stord IL		_____
2	Cecilia Eide Songstad	97	Bergens Svømme Club		_____
3	Sunniva Omdal	98	Madla SK		_____
4	Emily Bådsvik	96	Frisinn SK		_____
5	Ingfrid Skalleberg	93	Haugesund SK		_____
6	Arnela Alic	99	Haugesund SK		_____

**Heat 2**

1	Karianne Sørensen	96	Sande SK	1.42,48	_____
2	Pernille Vestre	97	Haugesund SK	1.38,40	_____
3	Ida Bjøntegård Oftedal	96	Haugesund SK	1.34,53	_____
4	Guro Vestly	97	Sande SK	1.35,13	_____
5	Victoria Langaker	98	Karmøy SK	1.40,14	_____
6	Sunniva Svanes	98	Madla SK		_____

**Heat 3**

1	Amalie Nortvedt	97	Frisinn SK	1.31,63	_____
2	Alina H Bjelancic	99	Randaberg IL	1.28,60	_____
3	Silje Fregstad	96	Vestkantsvømmerne	1.26,69	_____
4	Vilde Engevik Hjørnevik	97	Frisinn SK	1.28,30	_____
5	Benedikte Øverland	99	Vestkantsvømmerne	1.28,69	_____
6	Stine Dale	98	Vestkantsvømmerne	1.33,53	_____

**Heat 4**

1	Brita Stang Aune	97	Stavanger SC	1.24,55	_____
2	Marthe Gjøseter	97	Stord IL	1.24,18	_____
3	Jacqueline PC Gale	94	Madla SK	1.18,38	_____
4	Charlotte Mathisen Lie	95	Vestkantsvømmerne	1.20,03	_____
5	Emilie Fornasari	97	Madla SK	1.24,46	_____
6	Emma Pettersen	96	Stavanger SC	1.25,43	_____

**Heat 5**

1	Signe Birch Moltu	94	Frisinn SK	1.15,19	_____
2	Charlotte H. Thorsen	93	Bergens Svømme Club	1.13,94	_____
3	Marte Staveland	95	Madla SK	1.12,87	_____
4	Heidi Agathe Vedøy	93	Vestkantsvømmerne	1.13,51	_____
5	Lotte Stang Aune	96	Stavanger SC	1.14,62	_____
6	Sandra Gjermundnes	95	Bergens Svømme Club	1.16,78	_____

**Heat 6**

1	Regine Sjørdal Lindanger	96	Frisinn SK	1.11,23	_____
2	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	1.10,55	_____
3	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	1.09,79	_____
4	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	1.10,06	_____
5	Camilla Mangersnes Birkeland	96	Haugesund SK	1.11,03	_____
6	Raili Karoline Haagensen	96	Haugesund SK	1.11,30	_____

**Heat 7**

1	Signe Aarthun Lootz	93	Stavanger SC	1.08,97	_____
2	Rebekka Andersen	93	Stavanger SC	1.08,39	_____
3	Christina Krogdahl	95	Karmøy SK	1.08,25	_____
4	Synnøve Fevang	93	Stavanger SC	1.08,28	_____
5	Maria Bergfjord	93	Stavanger SC	1.08,85	_____
6	Hanne Møkster	96	Frisinn SK	1.09,59	_____

**Heat 8**

1	Mari Mjøllhus Kristoffersen	95	Madla SK	1.07,46	_____
2	Malin Haga	95	Stavanger SC	1.06,61	_____
3	Andrea Strømsnes	94	Vestkantsvømmerne	1.06,09	_____
4	Julie Askeland	93	Haugesund SK	1.06,49	_____
5	Rachel Eden	95	Madla SK	1.07,10	_____
6	Henriette Dahl	95	Bergens Svømme Club	1.07,61	_____

**Heat 9**

1	Renate Aasland Ranaweera	91	Madla SK	1.04,40	_____
2	Ingrid Hystad	92	IL Solid	1.04,05	_____
3	Ane Nygård	95	Stavanger SC	1.03,69	_____
4	Maria Wigestrånd	94	Sola SK	1.03,96	_____
5	Amalie Kristiansen	95	Haugesund SK	1.04,32	_____
6	Oda Gjerde	95	Bryne SK	1.05,51	_____

**Heat 10**

1	Karoline Eriksen	92	Stavanger SC	1.02,04	_____
2	Victoria Rung	92	TS/Frisinn	59,74	_____
3	Victoria Margaretha Løken	91	Team Stavanger	56,13	_____
4	Kristine Risanger Røslund	77	Team Stavanger	58,74	_____
5	Maren Kristine Jansen	90	TS/Randaberg	1.01,69	_____
6	Malena Martens	94	IL Solid	1.03,48	_____

**Øvelse 22. 100m fri, herrer****Heat 1**

1					_____
2	Tord Næss Haga	97	Sola SK		_____
3	Henning Van Ta	96	Frisinn SK		_____
4	David Dossev	95	Haugesund SK		_____
5					_____
6					_____

**Heat 2**

1	Odd Arne Stokkeland	92	Sola SK	_____
2	Kristian Nygård Solvik	99	Bryne SK	_____
3	Sindre Salte Dunseth	99	Madla SK	_____
4	Hector Moland	99	Madla SK	_____
5	Tore Hjelmeland	97	Sola SK	_____
6	Brage Midbrød	98	Madla SK	_____

**Heat 3**

1	Sean Buckland	98	Haugesund SK	1.51,81	_____
2	Petter Aarbø Thorsen	97	Stord IL	1.37,73	_____
3	Tobias Gellein	96	Frisinn SK	1.32,17	_____
4	Kristian Markhus Endresen	98	Haugesund SK	1.34,35	_____
5	Anders Nilsson	97	Madla SK	1.38,75	_____
6	Martin Nilsen	94	Haugesund SK		_____

**Heat 4**

1	Torstein Myklebust	96	Frisinn SK	1.30,05	_____
2	Sigmund Ledaal	98	Frisinn SK	1.26,08	_____
3	Erling Osland	96	Stord IL	1.24,67	_____
4	Mikko Virtanen	93	Stord IL	1.25,49	_____
5	Haakon Buckland	96	Haugesund SK	1.28,77	_____
6	Jonas Østenstad	98	Haugesund SK	1.30,88	_____

**Heat 5**

1	Torbjørn Visnes	97	Stord IL	1.23,19	_____
2	Halvor Alvestad Larsen	98	Karmøy SK	1.20,80	_____
3	Steffen Svarstad	92	Sande SK	1.17,94	_____
4	Aksel Johannesen	96	Bergens Svømme Club	1.19,26	_____
5	Pilip Ludwiczak	96	Bergens Svømme Club	1.22,76	_____
6	Tim Samuelsen	97	Madla SK	1.24,20	_____

**Heat 6**

1	Even Nicolay Vedøy	95	Vestkantsvømmerne	1.16,35	_____
2	Marius Sylta	95	Vestkantsvømmerne	1.14,08	_____
3	Sondre Møll	96	Stavanger SC	1.12,44	_____
4	Mikal-André Tvedt	95	Vestkantsvømmerne	1.13,81	_____
5	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	1.16,10	_____
6	Ole Andreas Sørensen	93	Sande SK	1.17,01	_____

**Heat 7**

1	Michael Gutierrez Irgens	95	Bergens Svømme Club	1.10,95	_____
2	Anders Gundersen	94	Stavanger SC	1.10,62	_____
3	Simen Clementsen	95	Frisinn SK	1.09,58	_____
4	Martin Langeland-Knudsen	96	Sola SK	1.09,84	_____
5	Marius Skogen	95	Randaberg IL	1.10,63	_____
6	Eivind Bjelland	98	Karmøy SK	1.12,18	_____

**Heat 8**

1	Sander Sivertsen	96	Vestkantsvømmerne	1.06,47	_____
2	Alexander Svanevik Nilsen	93	Stavanger SC	1.05,26	_____
3	Asbjørn Skogen	93	Randaberg IL	1.04,49	_____
4	Johan Markus Mowinckel	95	Bergens Svømme Club	1.05,12	_____
5	Vincent Skage	94	Karmøy SK	1.05,89	_____
6	Eirik Johnsen	96	Bergens Svømme Club	1.08,60	_____

**Heat 9**

1	Alexander Marki Mork	95	Stavanger SC	1.01,68	_____
2	Morten Bordevich	94	Sola SK	59,29	_____
3	Vegard Belaska	93	Madla SK	58,44	_____
4	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	58,98	_____
5	Børre Bastiqkeit	92	Haugesund SK	59,31	_____
6	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	1.03,62	_____

**Heat 10**

1	Ørjan Monsen	92	Sola SK	57,64	_____
2	Henning Skare Pryde	92	Stavanger SC	56,35	_____
3	Jørgen Møllerop	88	TS/Madla	50,63	_____
4	Sander Rødje	93	Haugesund SK	54,13	_____
5	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	57,35	_____
6	Erlend Tveteraas	91	TS/Madla	58,34	_____

**Øvelse 23. 100m rygg, damer****Heat 1**

1					
2	Sigrun Idsøe	96	Madla SK		_____
3	Mari Ellingsen Bråten	98	Madla SK		_____
4	Helene Willumsen de Haas	96	Madla SK		_____
5					
6					

**Heat 2**

1	Jasmine Rød	96	Madla SK		_____
2	Christina Vestre	99	Haugesund SK		_____
3	Mie Kreybu	99	Arna SLK	1.44,2	_____
4	Marit Hystad	96	IL Solid	1.50,00	_____
5	Stina Skaarhaug	97	Stord IL		_____
6					

**Heat 3**

1	Ingrid Elise Berge Jensen	98	Madla SK	1.40,21	_____
2	Vanja Strand	95	Vestkantsvømmerne	1.39,16	_____
3	Ann Vilde Kristensen	97	Madla SK	1.38,23	_____
4	Kristin Serck Hanssen	98	Madla SK	1.38,66	_____
5	Emilie Fornasari	97	Madla SK	1.40,05	_____
6	Alina H Bjelancic	99	Randaberg IL	1.41,60	_____

**Heat 4**

1	Christine Sekkesæter	98	Madla SK	1.37,70	_____
2	Maria Teige	96	Vestkantsvømmerne	1.32,87	_____
3	Emilie Lie Mathisen	98	Vestkantsvømmerne	1.30,37	_____
4	Nina-Therese Storstein	98	Karmøy SK	1.32,55	_____
5	Ulrikke Rein	98	Madla SK	1.34,44	_____
6	Vilde E. Stokkenes	98	Haugesund SK	1.38,02	_____

**Heat 5**

1	Vilde C. Johannessen Aasheim	98	Vestkantsvømmerne	1.29,25	_____
2	Elin Fossheim	96	Vestkantsvømmerne	1.28,41	_____
3	Raili Karoline Haagenen	96	Haugesund SK	1.24,83	_____
4	Elida Hole	96	Vestkantsvømmerne	1.24,87	_____
5	Elise Sandvoll	96	Frisinn SK	1.28,73	_____
6	Gina Alvestad	98	Karmøy SK	1.29,80	_____

**Heat 6**

1	Nina Staveland	97	Madla SK	1.23,92	_____
2	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	1.19,76	_____
3	Vilde Tengedal	96	Bryne SK	1.19,68	_____
4	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	1.19,70	_____
5	Susan Ultee	96	Frisinn SK	1.20,68	_____
6	Sanne D Risbakk	94	Randaberg IL	1.24,53	_____

**Heat 7**

1	Inger Kristine Steinsland	92	IL Solid	1.15,65	_____
2	Lotte Miller	96	Madla SK	1.12,47	_____
3	Trine Hovda	90	TS/Madla	1.07,32	_____
4	Marthe Berg Sørensen	92	TS/Frisinn	1.12,00	_____
5	Ingrid Hystad	92	IL Solid	1.14,31	_____
6	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	1.19,32	_____

**Øvelse 24. 100m rygg, herrer****Heat 1**

1					
2	Tord Næss Haga	97	Sola SK		_____
3	Petter Aarbø Thorsen	97	Stord IL		_____
4	Sean Buckland	98	Haugesund SK		_____
5					
6					

**Heat 2**

1	Jonas Østenstad	98	Haugesund SK	1.46,80	_____
2	Erling Belaska	98	Madla SK	1.41,82	_____
3	Kristian Nygård Solvik	99	Bryne SK	1.36,70	_____
4	Torbjørn Visnes	97	Stord IL	1.36,81	_____
5	Erik Hystad	97	Stord IL	1.44,16	_____
6	Kristian Markhus Endresen	98	Haugesund SK	1.48,87	_____

**Heat 3**

1	Adrian Etterlid Jensen	97	Stord IL	1.29,95	_____
2	Are Mowatt Gruben	96	Bergens Svømme Club	1.28,02	_____
3	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	1.18,95	_____
4	Simen D. Kreybu	98	Arna SLK	1.25,5	_____
5	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK	1.28,94	_____
6	Halvor Alvestad Larsen	98	Karmøy SK	1.35,64	_____

**Heat 4**

1	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	1.13,09	_____
2	Didrik Konow Grønseth	92	Frisinn SK	1.07,13	_____
3	Erlend Tveteraas	91	TS/Madla	1.03,22	_____
4	Fredrik Knutsen Hegdal	94	Stavanger SC	1.05,16	_____
5	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	1.09,70	_____
6	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	1.16,92	_____

**Pause 30 min.**

**Øvelse 25. 200m butterfly, damer****Heat 1**

1	Charlotte Juul Jensen	95	Madla SK		_____
2	Elida Hole	96	Vestkantsvømmerne	3.29,19	_____
3	Marthe Berg Sørensen	92	TS/Frisinn	2.33,58	_____
4	Sara Petrine Veierød	93	Bergens Svømme Club	2.58,90	_____
5	Vannja Celine Brunsvik	93	Haugesund SK		_____
6	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK		_____

**Øvelse 26. 200m butterfly, herrer****Heat 1**

1					_____
2	Hans Bratland Østerdal	93	Stavanger SC		_____
3	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	2.39,72	_____
4	Marius Sylta	95	Vestkantsvømmerne	3.17,31	_____
5	Kacper Domanski	96	Frisinn SK		_____
6					_____

**Heat 2**

1	Øystein Fjeldberg	93	Randaberg IL	2.31,28	_____
2	Sindre Lilledahl	92	Haugesund SK	2.18,60	_____
3	Jørgen Møllerop	88	TS/Madla	2.07,43	_____
4	Bjarte Ravndal	91	TS/Sola	2.18,00	_____
5	Vegard Belaska	93	Madla SK	2.25,10	_____
6	Håkon P Ludvigsen	96	Randaberg IL	2.36,91	_____

**Øvelse 27. 200m individuell medley, damer****Heat 1**

1	Ida Bjøntegård Oftedal	96	Haugesund SK		_____
2	Vilde E. Stokkenes	98	Haugesund SK		_____
3	Silje Fregstad	96	Vestkantsvømmerne		_____
4	Pernille Vestre	97	Haugesund SK		_____
5	Signe Birch Moltu	94	Frisinn SK		_____
6					_____

**Heat 2**

1	Hege Elisabeth Harestad	92	Stavanger SC		_____
2	Ingfrid Skalleberg	93	Haugesund SK		_____
3	Mie Kreybu	99	Arna SLK	3.53,62	_____
4	Christina Vestre	99	Haugesund SK		_____
5	Charlotte Mathisen Lie	95	Vestkantsvømmerne		_____
6	Ingrid Marie Thorsen	96	Haugesund SK		_____

**Heat 3**

1	Kristin Serck Hanssen	98	Madla SK	3.38,65	_____
2	Benedikte Øverland	99	Vestkantsvømmerne	3.32,01	_____
3	Ingrid Elise Berge Jensen	98	Madla SK	3.28,52	_____
4	Stine Dale	98	Vestkantsvømmerne	3.31,20	_____
5	Christine Sekkesæter	98	Madla SK	3.37,02	_____
6	Ann Vilde Kristensen	97	Madla SK	3.39,22	_____

**Heat 4**

1	Maria Teige	96	Vestkantsvømmerne	3.19,48	_____
2	Marit Hystad	96	IL Solid	3.18,15	_____
3	Emilie Lie Mathisen	98	Vestkantsvømmerne	3.16,39	_____
4	Malene Tangedal Mehus	94	IL Solid	3.17,22	_____
5	Thea Sjøreng	97	Vestkantsvømmerne	3.19,48	_____
6	Gina Alvestad	98	Karmøy SK	3.23,18	_____

**Heat 5**

1	Brita Stang Aune	97	Stavanger SC	3.15,28	_____
2	Ida Tomine Glomsaker	97	Madla SK	3.07,96	_____
3	Anna Teetzmann	95	Stord IL	3.06,57	_____
4	Nina-Therese Storstein	98	Karmøy SK	3.07,31	_____
5	Vilde C. Johannessen Aasheim	98	Vestkantsvømmerne	3.14,17	_____
6	Ulrikke Rein	98	Madla SK	3.16,11	_____

**Heat 6**

1	Toni G. Coudray	97	Bergens Svømme Club	3.04,07	_____
2	May Synnøve Bartlett	95	Madla SK	2.58,88	_____
3	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	2.56,60	_____
4	Lotte Stang Aune	96	Stavanger SC	2.58,08	_____
5	Mathilde Konstanse Rasmussen	97	Arna SLK	3.00,02	_____
6	Thea Støle	96	Frisinn SK	3.05,76	_____

**Heat 7**

1	Regine Sjørdal Lindanger	96	Frisinn SK	2.56,42	_____
2	Rachel Eden	95	Madla SK	2.56,20	_____
3	Camilla Mangersnes Birkeland	96	Haugesund SK	2.55,69	_____
4	Marte Dale	97	Vestkantsvømmerne	2.55,76	_____
5	Ida Jensen Lirhus	97	Madla SK	2.56,27	_____
6	Sandra Sola	97	Randaberg IL	2.56,50	_____

**Heat 8**

1	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	2.53,22	_____
2	Demi Coudray	94	Bergens Svømme Club	2.51,51	_____
3	Julie Askeland	93	Haugesund SK	2.46,96	_____
4	Ingrid Bergslid	97	Madla SK	2.50,51	_____
5	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	2.51,62	_____
6	Nina Staveland	97	Madla SK	2.54,98	_____

**Heat 9**

1	Susanne Fornasari	94	Skjetten Svømming	2.45,80	_____
2	Maren Lootz Aarthun	95	Stavanger SC	2.45,07	_____
3	Vilde Tengedal	96	Bryne SK	2.42,92	_____
4	Oda Gjerde	95	Bryne SK	2.43,46	_____
5	Line Nilsson	94	Madla SK	2.45,20	_____
6	Malin Haga	95	Stavanger SC	2.46,91	_____

**Heat 10**

1	Ingeborg Jørmeland	96	Stavanger SC	2.41,73	_____
2	Malena Martens	94	IL Solid	2.39,90	_____
3	Karoline Eriksen	92	Stavanger SC	2.37,94	_____
4	Maria Wigestrands	94	Sola SK	2.38,86	_____
5	Mari Mjøllhus Kristoffersen	95	Madla SK	2.41,06	_____
6	Lotte Miller	96	Madla SK	2.41,87	_____

**Heat 11**

1	Maria Thompson Clausen	96	Madla SK	2.36,06	_____
2	Stine Mjølhus Kristoffersen	93	TS/Frisinn	2.32,31	_____
3	Victoria Rung	92	TS/Frisinn	2.24,56	_____
4	Victoria Margaretha Løken	91	Team Stavanger	2.25,77	_____
5	Amalie Kristiansen	95	Haugesund SK	2.34,87	_____
6	Siren Kristine Bergslid	93	Stavanger SC	2.37,13	_____

**Øvelse 28. 200m individuell medley, herrer****Heat 1**

1					_____
2	Mikal-André Tvedt	95	Vestkantsvømmerne		_____
3	Martin Nilsen	94	Haugesund SK		_____
4	Kristian Markhus Endresen	98	Haugesund SK		_____
5					_____
6					_____

**Heat 2**

1	Øyvind Malde	92	Madla SK		_____
2	David Dossev	95	Haugesund SK		_____
3	Sindre Vatnamot Amble	98	Madla SK	4.13,48	_____
4	Haakon Buckland	96	Haugesund SK		_____
5	Jonas Østenstad	98	Haugesund SK		_____
6	Sean Buckland	98	Haugesund SK		_____

**Heat 3**

1	Anders Nilsson	97	Madla SK	3.38,29	_____
2	Sigmund Ledaal	98	Frisinn SK	3.29,92	_____
3	Barneby Baines	98	Madla SK	3.21,67	_____
4	Tim Samuelsen	97	Madla SK	3.25,42	_____
5	Erling Belaska	98	Madla SK	3.36,94	_____
6	Sigurd Heldal Årethun	98	Arna SLK	3.25,41	_____

**Heat 4**

1	Gord Behzadi	97	Madla SK	3.07,46	_____
2	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	3.00,42	_____
3	Martin Langeland-Knudsen	96	Sola SK	2.57,41	_____
4	Dennis Asbjørnsen	97	Madla SK	2.58,45	_____
5	Simen D. Kreybu	98	Arna SLK	3.04,6	_____
6	Halvor Alvestad Larsen	98	Karmøy SK	3.15,52	_____

**Heat 5**

1	Kacper Domanski	96	Frisinn SK	2.53,54	_____
2	Eirik Johnsen	96	Bergens Svømme Club	2.50,87	_____
3	Johan Markus Mowinckel	95	Bergens Svømme Club	2.41,75	_____
4	Sander Sivertsen	96	Vestkantsvømmerne	2.43,36	_____
5	Maurice Sudkamp	97	Randaberg IL	2.53,19	_____
6	Eivind Bjelland	98	Karmøy SK	2.55,62	_____

**Heat 6**

1	Alexander Svanevik Nilsen	93	Stavanger SC	2.37,51	_____
2	Sindre Aasland Ranaweera	96	Madla SK	2.34,72	_____
3	Trond Vasslag	94	Stavanger SC	2.32,48	_____
4	Henning Skare Pryde	92	Stavanger SC	2.34,43	_____
5	Jørgen Gundersen	95	Skjetten Svømming	2.37,40	_____
6	Vincent Skage	94	Karmøy SK	2.40,25	_____

**Heat 7**

1	Andreas Reinertsen	95	Vestkantsvømmerne	2.32,21	_____
2	Øystein Fjeldberg	93	Randaberg IL	2.27,83	_____
3	Ørjan Monsen	92	Sola SK	2.26,21	_____
4	Ivan Aleksander Larsen	95	Karmøy SK	2.27,67	_____
5	Børre Bastiqkeit	92	Haugesund SK	2.28,15	_____
6	Asbjørn Skogen	93	Randaberg IL	2.32,38	_____

**Heat 8**

1	Erik Vassøy Olsen	91	Stavanger SC	2.24,50	_____
2	Morten Bordevich	94	Sola SK	2.20,76	_____
3	Sander Rødje	93	Haugesund SK	2.11,59	_____
4	Fredrik Knutsen Hegdal	94	Stavanger SC	2.17,89	_____
5	Stian With Bjørnstad	87	Madla SK	2.20,85	_____
6	Simen Alvestad	94	Karmøy SK	2.24,87	_____

**Øvelse 29. 50m butterfly, damer****Heat 1**

1	Arja Myhre	98	Stord IL		_____
2	Pernille Vestre	97	Haugesund SK		_____
3	Sunniva Framnes	98	Stord IL		_____
4	Ingfrid Skalleberg	93	Haugesund SK		_____
5	Christina Krogdahl	95	Karmøy SK		_____
6					_____

**Heat 2**

1	Christina Vestre	99	Haugesund SK		_____
2	Mari Ellingsen Bråten	98	Madla SK		_____
3	Ida Bjøntegård Oftedal	96	Haugesund SK		_____
4	Emma Pettersen	96	Stavanger SC		_____
5	Vilde Aas Løken	98	Stord IL		_____
6	Emily Bådsvik	96	Frisinn SK		_____

**Heat 3**

1	Rebecca Baxter	97	Madla SK	50,79	_____
2	Christine Sekkesæter	98	Madla SK	50,42	_____
3	Mie Kreybu	99	Arna SLK	47,4	_____
4	Elin Fossheim	96	Vestkantsvømmerne	48,70	_____
5	Alina H Bjelancic	99	Randaberg IL	50,52	_____
6	Anna Nestvold Larsen	95	Bergens Svømme Club	56,83	_____

**Heat 4**

1	Vilde C. Johannessen Aasheim	98	Vestkantsvømmerne	46,41	_____
2	Marthe Gjøseter	97	Stord IL	45,58	_____
3	Maria Teige	96	Vestkantsvømmerne	44,58	_____
4	Gina Alvestad	98	Karmøy SK	44,98	_____
5	Amalie Nortvedt	97	Frisinn SK	46,11	_____
6	Vilde Engevik Hjørnevik	97	Frisinn SK	46,72	_____

**Heat 5**

1	Malin Tønnessen	96	Frisinn SK	43,82	_____
2	Nina-Therese Storstein	98	Karmøy SK	43,19	_____
3	Marit Hystad	96	IL Solid	42,91	_____
4	Sigrun Idsøe	96	Madla SK	43,12	_____
5	Ulrikke Rein	98	Madla SK	43,39	_____
6	Elida Hole	96	Vestkantsvømmerne	43,87	_____

**Heat 6**

1	Ingrid Elise Berge Jensen	98	Madla SK	42,54	_____
2	Susan Ultee	96	Frisinn SK	41,38	_____
3	Thea Støle	96	Frisinn SK	40,32	_____
4	Emilie Lie Mathisen	98	Vestkantsvømmerne	40,94	_____
5	Malene Tangedal Mehus	94	IL Solid	42,49	_____
6	Vilde E. Stokkenes	98	Haugesund SK	42,74	_____

**Heat 7**

1	Sandra Sola	97	Randaberg IL	39,16	_____
2	Heidi Agathe Vedøy	93	Vestkantsvømmerne	38,14	_____
3	Hanna Huglen Vinsnesbakk	95	Stord IL	37,49	_____
4	Silje Lilledahl	94	Haugesund SK	37,75	_____
5	Raili Karoline Haagensen	96	Haugesund SK	39,05	_____
6	Elise Sandvoll	96	Frisinn SK	39,28	_____

**Heat 8**

1	Charlotte H. Thorsen	93	Bergens Svømme Club	37,21	_____
2	Susanne Sekkesæter	95	Madla SK	37,10	_____
3	Kristin Hagen	92	Karmøy SK	36,44	_____
4	Barbara Hansen	93	Frisinn SK	36,87	_____
5	Signe Aarthun Lootz	93	Stavanger SC	37,14	_____
6	Hanne Møkster	96	Frisinn SK	37,28	_____

**Heat 9**

1	Matilde Giovannelli	94	Frisinn SK	35,95	_____
2	Oda Gjerde	95	Bryne SK	35,40	_____
3	Aleksandra Berge	94	Madla SK	35,06	_____
4	Alida Etterlid Jensen	95	Stord IL	35,16	_____
5	Marte Staveland	95	Madla SK	35,43	_____
6	Vanja Strand	95	Vestkantsvømmerne	36,09	_____

**Heat 10**

1	Henriette Dahl	95	Bergens Svømme Club	34,20	_____
2	Vilde Tengedal	96	Bryne SK	33,66	_____
3	Christine Arctander	93	Madla SK	33,48	_____
4	Sara Petrine Veierød	93	Bergens Svømme Club	33,49	_____
5	Andrea Strømsnes	94	Vestkantsvømmerne	33,72	_____
6	Sanne D Risbakk	94	Randaberg IL	34,43	_____

**Heat 11**

1	Vanessa Tuxen	92	Sola SK	32,72	_____
2	Hege Elisabeth Harestad	92	Stavanger SC	32,37	_____
3	Marthe Berg Sørensen	92	TS/Frisinn	31,25	_____
4	Malena Martens	94	IL Solid	31,71	_____
5	Maren Larsen	94	Madla SK	32,47	_____
6	Julie Askeland	93	Haugesund SK	33,09	_____

**Heat 12**

1	Caroline Marki Mork	93	Stavanger SC	30,98	_____
2	Elisabeth Kristiansen	92	Haugesund SK	30,19	_____
3	Maren Kristine Jansen	90	TS/Randaberg	28,56	_____
4	Karoline Eriksen	92	Stavanger SC	29,47	_____
5	Ingrid Hystad	92	IL Solid	30,37	_____
6	Inger Kristine Steinsland	92	IL Solid	31,03	_____

## Øvelse 30. 50m butterfly, herrer

## Heat 1

1	Brage Midbrød	98	Madla SK		_____
2	Sindre Salte Dunseth	99	Madla SK		_____
3	David Dossev	95	Haugesund SK		_____
4	Hector Moland	99	Madla SK		_____
5	Odd Arne Stokkeland	92	Sola SK		_____
6					_____

## Heat 2

1	Tord Næss Haga	97	Sola SK		_____
2	Martin Nilsen	94	Haugesund SK		_____
3	Sean Buckland	98	Haugesund SK	1.05,26	_____
4	Aleksander Zhichkin	97	Stord IL		_____
5	Martin Langeland-Knudsen	96	Sola SK		_____
6	Torbjørn Visnes	97	Stord IL		_____

## Heat 3

1	Erik Hystad	97	Stord IL	51,99	_____
2	Sigurd Heldal Årethun	98	Arna SLK	42,81	_____
3	Håkon Wulf Haugen	96	Bergens Svømme Club	45,81	_____
4	Kristian Markhus Endresen	98	Haugesund SK	49,24	_____
5	Erling Belaska	98	Madla SK	50,91	_____
6	Jonas Østenstad	98	Haugesund SK	54,06	_____

## Heat 4

1	Mikko Virtanen	93	Stord IL	45,00	_____
2	Harald Goa Fagerheim	97	Karmøy SK	42,12	_____
3	Sondre Møll	96	Stavanger SC	41,00	_____
4	Pilip Ludwiczak	96	Bergens Svømme Club	41,96	_____
5	Tobias Gellein	96	Frisinn SK	43,81	_____
6	Simen Clementsen	95	Frisinn SK	45,56	_____

## Heat 5

1	Adrian Etterlid Jensen	97	Stord IL	40,21	_____
2	Simen D. Kreybu	98	Arna SLK	39,9	_____
3	Halvor Alvestad Larsen	98	Karmøy SK	39,37	_____
4	Even Nicolay Vedøy	95	Vestkantsvømmerne	39,56	_____
5	Are Mowatt Gruben	96	Bergens Svømme Club	40,09	_____
6	Anders Gundersen	94	Stavanger SC	40,42	_____

## Heat 6

1	Michael Gutierrez Irgens	95	Bergens Svømme Club	37,61	_____
2	Benjamin Alic	96	Haugesund SK	34,68	_____
3	Morten Wee Hollund	96	Karmøy SK	31,18	_____
4	Olav Ravndal Skjølingstad	95	Stavanger SC	33,10	_____
5	Jim Steinsland	95	IL Solid	35,95	_____
6	Marius Sylta	95	Vestkantsvømmerne	37,76	_____

## Heat 7

1	Håkon P Ludvigsen	96	Randaberg IL	30,76	_____
2	Thorbjørn Mangersnes Birkeland	93	Haugesund SK	29,76	_____
3	Jørgen Møllerop	88	TS/Madla	26,51	_____
4	Erling Mjøs Brattelid	91	TS/Sola	27,61	_____
5	Daniel Sandhåland	95	Karmøy SK	29,86	_____
6	Magnus Møkster	94	Frisinn SK	30,92	_____

**Øvelse 31. 4\*100m lag medley, damer****Heat 1**

1				
2	Karmøy SK J1 jr.	JR	Karmøy SK	_____
3	Vestkantsvømmerne J3 sr.	SR	Vestkantsvømmerne	_____
4	Stavanger SC J2 jr.	JR	Stavanger SC	_____
5				
6				

**Heat 2**

1	Bergens Svømme Club J1 jr	JR	Bergens Svømme Club	_____
2	Vestkantsvømmerne J1 sr.	SR	Vestkantsvømmerne	_____
3	IL Solid J1 jr.	JR	IL Solid	5.50,00
4	Stord IL J2 jr.	JR	Stord IL	6.50,00
5	Vestkantsvømmerne J2 sr.	SR	Vestkantsvømmerne	_____
6	Stavanger SC J1 jr.	JR	Stavanger SC	_____

**Heat 3**

1	Frisinn SK J2	JR	Frisinn SK	5.36,45
2	Haugesund SK J2 jr.	JR	Haugesund SK	5.30,00
3	Madla SK J4 jr.	JR	Madla SK	5.23,00
4	Frisinn SK J1	JR	Frisinn SK	5.27,60
5	Madla SK J5 jr.	JR	Madla SK	5.35,00
6	Madla SK J6 jr.	JR	Madla SK	5.50,00

**Heat 4**

1	Madla SK J3 jr.	JR	Madla SK	5.00,00
2	Haugesund SK J1 jr.	JR	Haugesund SK	4.50,00
3	Team Stavanger J1 sr.	SR	Team Stavanger	4.13,60
4	Madla SK J1 jr.	JR	Madla SK	4.36,00
5	Madla SK J2 jr.	JR	Madla SK	4.52,00
6	Stord IL J1 jr.	JR	Stord IL	5.20,00

**Øvelse 32. 4\*100m lag medley, herrer****Heat 1**

1				
2	Vestkantsvømmerne G1 sr.	SR	Vestkantsvømmerne	_____
3	Karmøy SK G2 jr.	JR	Karmøy SK	_____
4	Stavanger SC G2 jr.	JR	Stavanger SC	_____
5				
6				

**Heat 2**

1	Bergens Svømme Club G1 jr	JR	Bergens Svømme Club	_____
2	Stord IL G2 jr.	JR	Stord IL	7.15,00
3	Haugesund SK G2 jr.	JR	Haugesund SK	5.20,00
4	Stord IL G1 jr.	JR	Stord IL	6.10,00
5	Stavanger SC G1 jr.	JR	Stavanger SC	_____
6				

**Heat 3**

1	Madla SK G2 jr.	JR	Madla SK	4.50,00
2	Madla SK G1 jr.	JR	Madla SK	4.25,00
3	Team Stavanger G1 sr.	SR	Team Stavanger	3.53,40
4	Haugesund SK G1 jr.	JR	Haugesund SK	4.25,00
5	Karmøy SK G1 jr.	JR	Karmøy SK	4.30,75
6	Frisinn SK G1	JR	Frisinn SK	4.59,05

## Veiledende Tidsskjema

<b>Øvelse 1. 400m fri, herrer</b>	<b>12.00</b>
Øvelse 2. 400m fri, damer	12.57
Øvelse 3. 50m rygg, herrer	14.20
Øvelse 4. 50m rygg, damer	14.24
Øvelse 5. 100m butterfly, herrer	14.32
Øvelse 6. 100m butterfly, damer	14.45
Øvelse 7. 50m fri, herrer	14.59
Øvelse 8. 50m fri, damer	15.09
<b>Pause 30 min</b>	<b>15.25</b>
<b>Øvelse 9. 100m bryst, herrer</b>	<b>15.55</b>
Øvelse 10. 100m bryst, damer	16.14
Øvelse 11. 200m rygg, herrer	16.38
Øvelse 12. 200m rygg, damer	17.00
Øvelse 13. 100m individuell medley, herrer	17.25
Øvelse 14. 100m individuell medley, damer	17.39
Øvelse 15. 4*100m fri, herrer	18.03
Øvelse 16. 4*100m fri, damer	18.22
<b>Slutt Lørdag</b>	<b>18.45</b>
<b>Øvelse 17. 800m fri, damer</b>	<b>09.30</b>
Øvelse 18. 800m fri, herrer	09.57
Øvelse 19. 50m bryst, damer	10.20
Øvelse 20. 50m bryst, herrer	10.37
Øvelse 21. 100m fri, damer	10.45
Øvelse 22. 100m fri, herrer	11.03
Øvelse 23. 100m rygg, damer	11.22
Øvelse 24. 100m rygg, herrer	11.37
<b>Pause 30 min</b>	<b>11.45</b>
<b>Øvelse 25. 200m butterfly, damer</b>	<b>12.15</b>
Øvelse 26. 200m butterfly, herrer	12.19
Øvelse 27. 200m individuell medley, damer	12.26
Øvelse 28. 200m individuell medley, herrer	13.07
Øvelse 29. 50m butterfly, damer	13.37
Øvelse 30. 50m butterfly, herrer	13.52
<b>Premieutdeling</b>	<b>14.01</b>
Øvelse 31. 4*100m lag medley, damer	14.10
Øvelse 32. 4*100m lag medley, herrer	14.37
<b>Slutt Søndag</b>	<b>14.55</b>