

DSQ Pernille Nor-Woll	Østmarka OK	1:13:11
6:57 13:02 18:06 31:39 37:24 47:29 1:05:47		1:12:40 1:13:11
6:57 6:05 5:04 13:33 5:45 10:05 18:18		0:00 0:00
+6:57 +6:05 +5:04 +13:33 +5:45 +10:05 +18:18		0:00 0:00

DSQ Ellen Margrete Stubban Hygen	Østmarka OK	1:16:35
5:18 15:49 21:02 34:43 40:35 50:41 1:08:58		1:15:53 1:16:35
5:18 10:31 5:13 13:41 5:52 10:06 18:17		0:00 0:00
+5:18 +10:31 +5:13 +13:41 +5:52 +10:06 +18:17		0:00 0:00

Klasse: D 13-16C

32 34 40 43 59 60 64 249		
1 Marie Finkenhavn	Nittedal OI	25:08
4:06 (1) 6:51 (1) 10:08 (1) 13:33 (1) 17:08 (1) 20:50 (1) 24:36 (1) 25:08 (1)		
4:06 (1) 2:45 (1) 3:17 (1) 3:25 (1) 3:35 (1) 3:42 (1) 3:46 (1) 0:32 (1)		
0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00		

Klasse: D 15-16

67 91 105 107 159 108 67 165 61 59 60 64 249		
1 Ingrid Marie Stubban Hygen	Østmarka OK	1:20:44
10:53 (3) 13:51 (3) 15:24 (1) 27:56 (3) 35:53 (3) 40:33 (1) 46:57 (1) 58:20 (2) 1:12:10 (1) 1:14:23 (1) 1:16:37 (1) 1:20:15 (1) 1:20:44 (1)		
10:53 (3) 2:58 (1) 1:33 (1) 12:32 (3) 7:57 (3) 4:40 (1) 6:24 (1) 11:23 (2) 13:50 (1) 2:13 (1) 2:14 (1) 3:38 (1) 0:29 (1)		
+1:29 0:00 0:00 +9:12 +0:21 0:00 0:00 +1:19:15 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00		
2 Janna Sofie Tellesbø	Østmarka OK	1:21:15
9:24 (1) 13:13 (1) 19:35 (2) 23:01 (1) 30:37 (1) 54:26 (3) 1:07:43 (2)		1:21:15
9:24 (1) 3:49 (2) 6:22 (3) 3:26 (2) 7:36 (1) 23:49 (3) 13:17 (2)		0:00
0:00 +0:51 +4:49 +0:06 0:00 +19:09 +6:53		0:00
3 Inga Cathrin Winsvold	Østmarka OK	1:21:18
9:33 (2) 13:24 (2) 19:41 (3) 23:01 (1) 30:41 (2) 54:12 (2) 1:07:52 (3)		1:21:18
9:33 (2) 3:51 (3) 6:17 (2) 3:20 (1) 7:40 (2) 23:31 (2) 13:40 (3)		0:00
+0:09 +0:53 +4:44 0:00 +0:04 +18:51 +7:16		0:00

Klasse: D 17-B

32 67 91 108 159 165 43 59 60 64 249		
1 Helena Granberg	Østmarka OK	1:12:11
4:55 (1) 12:28 (1) 16:29 (1) 24:19 (1) 29:22 (1) 46:14 (1) 1:00:56 (1) 1:04:21 (1) 1:07:52 (1) 1:11:32 (1) 1:12:11 (1)		
4:55 (1) 7:33 (1) 4:01 (1) 7:50 (1) 5:03 (1) 16:52 (1) 14:42 (1) 3:25 (1) 3:31 (1) 3:40 (1) 0:39 (1)		
0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00		

Klasse: D 40-

67 91 105 107 159 108 67 165 61 59 60 64 249		
1 Siv Susanne Jystad	Østmarka OK	1:48:38
14:48 (1) 19:28 (1) 23:46 (1) 30:41 (1) 46:10 (1) 52:06 (1) 1:03:16 (1) 1:15:33 (1) 1:33:15 (1) 1:36:51 (1) 1:40:54 (1) 1:47:54 (1) 1:48:38 (1)		
14:48 (1) 4:40 (1) 4:18 (1) 6:55 (1) 15:29 (1) 5:56 (1) 11:10 (1) 12:17 (1) 17:42 (1) 3:36 (1) 4:03 (1) 7:00 (1) 0:44 (1)		
0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00		

Klasse: D 40-B

32 67 91 108 159 165 43 59 60 64 249		
1 Hilde Jarstadmarken	Østmarka OK	43:14
3:35 (1) 8:26 (1) 11:54 (1) 17:15 (1) 21:24 (1) 26:02 (1) 35:24 (1) 37:36 (1) 39:59 (1) 42:44 (1) 43:14 (1)		
3:35 (1) 4:51 (1) 3:28 (1) 5:21 (1) 4:09 (1) 4:38 (1) 9:22 (1) 2:12 (1) 2:23 (1) 2:45 (1) 0:30 (1)		
0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00		
DSQ Eva Næss Karlsen	Østmarka OK	58:28
7:21 14:22 25:35		58:28
7:21 7:01 11:13		0:00
+7:21 +7:01 +11:13		0:00
DSQ June Herredsvela	Østmarka OK	1:35:15
5:59 13:51 18:30 54:52 1:00:05 1:06:56 1:30:51		1:35:15
5:59 7:52 4:39 36:22 5:13 6:51 23:55		0:00
+5:59 +7:52 +4:39 +36:22 +5:13 +6:51 +23:55		0:00

Klasse: D 40-C

32 34 40 43 59 60 64 249

1 Mona Østvang Østmarka OK 35:14
 4:45 (1) 6:47 (1) 9:48 (1) 13:54 (1) 17:49 (1) 31:37 (1) 34:43 (1) 35:14 (1)
 4:45 (1) 2:02 (1) 3:01 (1) 4:06 (1) 3:55 (1) 13:48 (2) 3:06 (1) 0:31 (1)
 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 +9:27 0:00 0:00

2 Eldrid Odden Otterlei Østmarka OK 38:48
 7:42 (2) 10:58 (2) 14:46 (2) 24:37 (2) 29:09 (2) 33:30 (2) 38:06 (2) 38:48 (2)
 7:42 (2) 3:16 (2) 3:48 (2) 9:51 (2) 4:32 (2) 4:21 (1) 4:36 (2) 0:42 (2)
 +2:57 +1:14 +0:47 +5:45 +0:37 0:00 +1:30 +0:11

Klasse: D 50-

67 91 105 107 159 108 67 165 61 59 60 64 249
1 Linda Hanssen Østmarka OK 1:01:11
 7:56 (1) 10:45 (1) 12:16 (1) 15:58 (1) 25:42 (1) 29:44 (1) 35:32 (1) 42:30 (1) 53:35 (1) 55:34 (1) 57:47 (1) 1:00:40 (1) 1:01:11 (1)
 7:56 (1) 2:49 (1) 1:31 (1) 3:42 (1) 9:44 (1) 4:02 (1) 5:48 (1) 6:58 (1) 11:05 (1) 1:59 (1) 2:13 (1) 2:53 (1) 0:31 (1)
 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00

Klasse: D 50-B

32 67 91 108 159 165 43 59 60 64 249
Eva Beate Andresen NILU

Klasse: D 70-C

32 34 40 43 59 60 64 249
1 Kirsti M. Blomdal LØRENSKOG KOMMUNE 45:06
 8:26 (1) 12:35 (1) 18:54 (1) 25:18 (1) 30:53 (1) 37:56 (1) 44:11 (1) 45:06 (1)
 8:26 (1) 4:09 (1) 6:19 (1) 6:24 (1) 5:35 (1) 7:03 (1) 6:15 (1) 0:55 (1)
 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00

Klasse: H 11-12

32 34 40 43 59 60 64 249
1 Storm Kristoffer Veitsle Nittedal O-lag 22:16
 4:34 (1) 6:14 (1) 9:09 (1) 12:05 (1) 15:51 (1) 18:59 (1) 21:53 (1) 22:16 (1)
 4:34 (1) 1:40 (1) 2:55 (1) 2:56 (1) 3:46 (1) 3:08 (1) 2:54 (2) 0:23 (1)
 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 +0:04 0:00
2 Marius Esvall Østmarka OK 45:59
 7:28 (2) 11:13 (2) 17:03 (2) 25:29 (2) 31:04 (2) 40:25 (2) 45:20 (2) 45:59 (2)
 7:28 (2) 3:45 (3) 5:50 (2) 8:26 (2) 5:35 (3) 9:21 (3) 4:55 (3) 0:39 (3)
 +2:54 +2:05 +2:55 +5:30 +1:49 +6:13 +2:05 +0:16
3 Jonas Steen Nittedal O-lag 47:22
 10:35 (3) 13:01 (3) 21:18 (3) 33:18 (3) 37:53 (3) 44:03 (3) 46:53 (3) 47:22 (3)
 10:35 (3) 2:26 (2) 8:17 (3) 12:00 (3) 4:35 (2) 6:10 (2) 2:50 (1) 0:29 (2)
 +6:01 +0:46 +5:22 +9:04 +0:49 +3:02 0:00 +0:06
DSQ Erlend Otterlei Østmarka OK 6:32
 3:59 6:32
 3:59 2:33
 +3:59 +2:33

Klasse: H 11-12N

31 32 34 38 40 41 249
1 Espen Tinius Norli Sørensen Østmarka OK 20:32
 2:41 (1) 7:41 (1) 11:36 (1) 14:54 (1) 17:28 (1) 19:17 (1) 20:32 (1)
 2:41 (1) 5:00 (1) 3:55 (1) 3:18 (1) 2:34 (1) 1:49 (1) 1:15 (1)
 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00

Klasse: H 13-14

32 67 91 108 159 165 43 59 60 64 249
2 Ola Skaar Nittedal O-lag 1:05:18
 3:48 (1) 7:48 (1) 12:01 (1) 23:07 (1) 27:10 (1) 32:25 (1) 43:22 (1) 57:35 (1) 1:01:21 (1) 1:04:53 (1) 1:05:18 (1)
 3:48 (1) 4:00 (1) 4:13 (1) 11:06 (2) 4:03 (1) 5:15 (1) 10:57 (1) 14:13 (2) 3:46 (1) 3:32 (2) 0:25 (1)
 0:00 0:00 0:00 +2:02 0:00 0:00 0:00 +10:59 0:00 +0:24 0:00

3	Håvard Rønningen								Østmarka OK		1:10:21
5:07 (2)	15:05 (2)	20:22 (2)	29:26 (2)	34:07 (2)	45:55 (2)	59:33 (2)	1:02:47 (2)	1:06:45 (2)	1:09:53 (2)	1:10:21 (2)	
5:07 (2)	9:58 (2)	5:17 (2)	9:04 (1)	4:41 (2)	11:48 (2)	13:38 (2)	3:14 (1)	3:58 (2)	3:08 (1)	0:28 (2)	
+1:19	+5:58	+1:04	0:00	+0:38	+6:33	+2:41	0:00	+0:12	0:00	+0:03	
DSQ	Åsmund Bakke Berntzen								Nittedal O-lag		1:01:55
4:08	9:12	14:40								1:01:55	
4:08	5:04	5:28								0:00	
+4:08	+5:04	+5:28								0:00	

Klasse: H 13-16B

32	67	91	108	159	165	43	59	60	64	249	
1	Henrik Gudim								Østmarka OK		49:36
5:20 (1)	9:58 (1)	14:20 (1)	21:01 (1)	26:15 (1)	31:19 (1)	40:35 (1)	43:41 (1)	46:09 (1)	49:16 (1)	49:36 (1)	
5:20 (1)	4:38 (1)	4:22 (1)	6:41 (1)	5:14 (1)	5:04 (1)	9:16 (1)	3:06 (1)	2:28 (1)	3:07 (1)	0:20 (1)	
0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	

Klasse: H 13-16C

32	34	40	43	59	60	64	249	
1	Andreas Sandernes						Østmarka OK	27:10
4:27 (1)	6:24 (1)	9:48 (1)	13:45 (1)	16:22 (1)	20:58 (1)	26:43 (1)	27:10 (1)	
4:27 (1)	1:57 (1)	3:24 (1)	3:57 (1)	2:37 (1)	4:36 (1)	5:45 (2)	0:27 (1)	
0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	+0:47	0:00	
2	Jakob Gilljam						Østmarka	45:58
7:16 (2)	11:10 (2)	16:57 (2)	25:21 (2)	31:00 (2)	40:21 (2)	45:19 (2)	45:58 (2)	
7:16 (2)	3:54 (2)	5:47 (2)	8:24 (2)	5:39 (2)	9:21 (2)	4:58 (1)	0:39 (2)	
+2:49	+1:57	+2:23	+4:27	+3:02	+4:45	0:00	+0:12	

Klasse: H 17-

67	91	105	107	115	147	159	108	67	165	61	59	60	64	249
1	Andreas Ramberg								Østmarka OK		52:29			
5:12 (1)	7:36 (1)	9:10 (1)	11:28 (1)	19:12 (1)	21:28 (1)	25:08 (1)	27:59 (1)	31:59 (1)	37:02 (1)	45:28 (1)	48:02 (1)	49:44 (1)	52:12 (1)	52:29 (1)
5:12 (1)	2:24 (2)	1:34 (1)	2:18 (1)	7:44 (1)	2:16 (2)	3:40 (1)	2:51 (2)	4:00 (1)	5:03 (1)	8:26 (1)	2:34 (2)	1:42 (1)	2:28 (1)	0:17 (1)
0:00	+0:06	0:00	0:00	0:00	+0:08	0:00	+0:01	0:00	0:00	0:00	+0:58	0:00	0:00	0:00
2	Hans Kristian Stubban Hygen								Østmarka OK		1:00:17			
6:09 (2)	8:27 (2)	11:25 (2)	14:13 (2)	23:31 (2)	25:39 (2)	30:58 (2)	33:48 (2)	38:11 (2)	43:57 (2)	53:07 (2)	54:43 (2)	56:54 (2)	59:58 (2)	1:00:17 (2)
6:09 (2)	2:18 (1)	2:58 (2)	2:48 (2)	9:18 (2)	2:08 (1)	5:19 (2)	2:50 (1)	4:23 (2)	5:46 (2)	9:10 (2)	1:36 (1)	2:11 (2)	3:04 (2)	0:19 (2)
+0:57	0:00	+1:24	+0:30	+1:34	0:00	+1:39	0:00	+0:23	+0:43	+0:44	0:00	+0:29	+0:36	+0:02

Klasse: H 40-

67	91	105	107	115	147	159	108	67	165	61	59	60	64	249
1	Odin Tellesbø								Østmarka OK		53:00			
5:25 (1)	7:12 (1)	10:02 (1)	12:30 (1)	21:27 (1)	23:09 (1)	27:14 (1)	31:03 (1)	35:20 (1)	40:51 (1)	48:05 (1)	49:14 (1)	50:50 (1)	52:37 (1)	53:00 (1)
5:25 (1)	1:47 (1)	2:50 (2)	2:28 (1)	8:57 (1)	1:42 (1)	4:05 (1)	3:49 (1)	4:17 (1)	5:31 (1)	7:14 (1)	1:09 (1)	1:36 (1)	1:47 (1)	0:23 (1)
0:00	0:00	+0:05	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00
2	Hans Olav Hygen								Østmarka OK		1:35:02			
9:21 (2)	12:25 (2)	15:10 (2)	20:33 (2)	33:57 (2)	37:19 (2)	45:04 (2)	53:09 (2)	1:03:05 (2)	1:11:32 (2)	1:24:38 (2)	1:27:42 (2)	1:30:47 (2)	1:34:22 (2)	1:35:02 (2)
9:21 (2)	3:04 (2)	2:45 (1)	5:23 (2)	13:24 (2)	3:22 (2)	7:45 (2)	8:05 (2)	9:56 (2)	8:27 (2)	13:06 (2)	3:04 (2)	3:05 (2)	3:35 (2)	0:40 (2)
+3:56	+1:17	0:00	+2:55	+4:27	+1:40	+3:40	+4:16	+5:39	+2:56	+5:52	+1:55	+1:29	+1:48	+0:17

Klasse: H 40-B

32	67	91	108	159	165	43	59	60	64	249	
1	Sverre Sandernes								Østmarka OK		56:09
4:33 (2)	10:19 (2)	13:56 (1)	24:16 (2)	28:44 (2)	33:46 (2)	43:11 (1)	46:31 (1)	52:05 (1)	55:39 (1)	56:09 (1)	
4:33 (2)	5:46 (2)	3:37 (1)	10:20 (4)	4:28 (2)	5:02 (1)	9:25 (1)	3:20 (4)	5:34 (4)	3:34 (2)	0:30 (1)	
+0:08	+0:55	0:00	+4:31	+0:33	0:00	0:00	+0:41	+3:02	+0:31	0:00	
2	Ingar Woll								Østmarka OK		59:20
4:25 (1)	10:24 (3)	20:59 (4)	26:48 (3)	30:43 (3)	36:07 (3)	50:28 (2)	53:13 (2)	55:47 (2)	58:50 (2)	59:20 (2)	
4:25 (1)	5:59 (3)	10:35 (4)	5:49 (1)	3:55 (1)	5:24 (3)	14:21 (3)	2:45 (2)	2:34 (2)	3:03 (1)	0:30 (1)	
0:00	+1:08	+6:58	0:00	0:00	+0:22	+4:56	+0:06	+0:02	0:00	0:00	
3	Jens Magnus Rønningen								Østmarka OK		1:10:48
5:08 (3)	15:10 (4)	20:11 (3)	29:27 (4)	33:58 (4)	45:45 (4)	59:36 (3)	1:02:49 (3)	1:06:32 (3)	1:10:09 (3)	1:10:48 (3)	
5:08 (3)	10:02 (4)	5:01 (3)	9:16 (3)	4:31 (3)	11:47 (4)	13:51 (2)	3:13 (3)	3:43 (3)	3:37 (3)	0:39 (4)	
+0:43	+5:11	+1:24	+3:27	+0:36	+6:45	+4:26	+0:34	+1:11	+0:34	+0:09	

4	Yngve Finkenhavn				Nittedal O-lag				1:16:22			
5:19 (4)	10:10 (1)	14:06 (2)	20:56 (1)	26:02 (1)	31:13 (1)	1:06:44 (4)	1:09:23 (4)	1:11:55 (4)	1:15:47 (4)	1:16:22 (4)		
5:19 (4)	4:51 (1)	3:56 (2)	6:50 (2)	5:06 (4)	5:11 (2)	35:31 (4)	2:39 (1)	2:32 (1)	3:52 (4)	0:35 (3)		
+0:54	0:00	+0:19	+1:01	+1:11	+0:09	+26:06	0:00	0:00	+0:49	+0:05		

Klasse: H 50-

67	91	105	107	115	147	159	108	67	165	61	59	60	64	249
1	Knut Edvard Helland				Østmarka OK				57:36					
5:48 (1)	8:19 (1)	10:34 (2)	13:16 (2)	22:04 (1)	24:06 (1)	28:45 (1)	32:11 (1)	36:32 (1)	42:28 (1)	50:40 (1)	52:06 (1)	53:49 (1)	57:08 (1)	57:36 (1)
5:48 (1)	2:31 (2)	2:15 (5)	2:42 (1)	8:48 (1)	2:02 (1)	4:39 (1)	3:26 (3)	4:21 (1)	5:56 (1)	8:12 (1)	1:26 (1)	1:43 (1)	3:19 (5)	0:28 (1)
0:00	+0:14	+0:51	0:00	0:00	0:00	0:00	+0:54	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	+0:45	0:00
2	Carl Erik Wasberg				Oppsal				1:03:26					
6:03 (2)	8:20 (2)	9:44 (1)	12:51 (1)	22:56 (2)	25:26 (2)	31:10 (2)	35:11 (2)	39:46 (2)	45:45 (2)	56:35 (2)	58:15 (2)	1:00:11 (2)	1:02:55 (2)	1:03:26 (2)
6:03 (2)	2:17 (1)	1:24 (1)	3:07 (3)	10:05 (2)	2:30 (4)	5:44 (3)	4:01 (6)	4:35 (2)	5:59 (2)	10:50 (3)	1:40 (2)	1:56 (2)	2:44 (3)	0:31 (4)
+0:15	0:00	0:00	+0:25	+1:17	+0:28	+1:05	+1:29	+0:14	+0:03	+2:38	+0:14	+0:13	+0:10	+0:03
3	Rune Teigland				Østmarka OK				1:04:59					
7:01 (4)	9:41 (3)	11:12 (3)	14:25 (3)	25:08 (3)	27:21 (3)	32:56 (3)	36:34 (3)	41:40 (3)	47:56 (3)	57:30 (3)	59:10 (3)	1:01:28 (3)	1:04:22 (3)	1:04:59 (3)
7:01 (4)	2:40 (3)	1:31 (2)	3:13 (5)	10:43 (4)	2:13 (2)	5:35 (2)	3:38 (5)	5:06 (4)	6:16 (4)	9:34 (2)	1:40 (2)	2:18 (5)	2:54 (4)	0:37 (7)
+1:13	+0:23	+0:07	+0:31	+1:55	+0:11	+0:56	+1:06	+0:45	+0:20	+1:22	+0:14	+0:35	+0:20	+0:09
4	Inge Ramberg				Østmarka OK				1:14:09					
7:40 (6)	10:26 (5)	12:00 (4)	15:17 (4)	26:31 (4)	28:47 (4)	35:04 (4)	37:36 (4)	42:34 (4)	48:42 (4)	1:04:55 (4)	1:07:58 (4)	1:09:58 (4)	1:13:34 (4)	1:14:09 (4)
7:40 (6)	2:46 (5)	1:34 (3)	3:17 (6)	11:14 (6)	2:16 (3)	6:17 (4)	2:32 (1)	4:58 (3)	6:08 (3)	16:13 (6)	3:03 (8)	2:00 (4)	3:36 (8)	0:35 (6)
+1:52	+0:29	+0:10	+0:35	+2:26	+0:14	+1:38	0:00	+0:37	+0:12	+8:01	+1:37	+0:17	+1:02	+0:07
5	Håvar Brevik				Østmarka OK				1:16:40					
7:00 (3)	9:57 (4)	13:40 (5)	17:29 (7)	28:04 (6)	31:29 (6)	42:02 (6)	45:36 (6)	51:48 (7)	58:21 (7)	1:09:48 (5)	1:11:37 (5)	1:13:36 (5)	1:16:10 (5)	1:16:40 (5)
7:00 (3)	2:57 (6)	3:43 (8)	3:49 (7)	10:35 (3)	3:25 (8)	10:33 (8)	3:34 (4)	6:12 (7)	6:33 (5)	11:27 (4)	1:49 (4)	1:59 (3)	2:34 (1)	0:30 (2)
+1:12	+0:40	+2:19	+1:07	+1:47	+1:23	+5:54	+1:02	+1:51	+0:37	+3:15	+0:23	+0:16	0:00	+0:02
6	Øyvind Eriksen				Østmarka OK				1:21:24					
8:20 (8)	11:03 (6)	13:44 (6)	16:55 (6)	32:30 (8)	35:26 (8)	42:37 (7)	45:40 (7)	51:12 (6)	58:05 (6)	1:12:09 (6)	1:14:41 (6)	1:17:16 (6)	1:20:37 (6)	1:21:24 (6)
8:20 (8)	2:43 (4)	2:41 (6)	3:11 (4)	15:35 (8)	2:56 (6)	7:11 (6)	3:03 (2)	5:32 (5)	6:53 (6)	14:04 (5)	2:32 (7)	2:35 (6)	3:21 (6)	0:47 (8)
+2:32	+0:26	+1:17	+0:29	+6:47	+0:54	+2:32	+0:31	+1:11	+0:57	+5:52	+1:06	+0:52	+0:47	+0:19
7	Thomas Grøstad				Østmarka OK				1:21:32					
7:24 (5)	11:45 (8)	13:57 (8)	16:43 (5)	27:47 (5)	30:40 (5)	37:40 (5)	42:13 (5)	47:52 (5)	55:08 (5)	1:13:34 (7)	1:15:31 (7)	1:18:18 (7)	1:21:00 (7)	1:21:32 (7)
7:24 (5)	4:21 (8)	2:12 (4)	2:46 (2)	11:04 (5)	2:53 (5)	7:00 (5)	4:33 (7)	5:39 (6)	7:16 (7)	18:26 (8)	1:57 (5)	2:47 (8)	2:42 (2)	0:32 (5)
+1:36	+2:04	+0:48	+0:04	+2:16	+0:51	+2:21	+2:01	+1:18	+1:20	+10:14	+0:31	+1:04	+0:08	+0:04
8	Kjetil Sverdrup-Thygeson				Østmarka OK				1:29:59					
8:08 (7)	11:07 (7)	13:56 (7)	18:46 (8)	31:42 (7)	34:52 (7)	43:53 (8)	49:10 (8)	55:30 (8)	1:04:19 (8)	1:21:15 (8)	1:23:25 (8)	1:26:08 (8)	1:29:29 (8)	1:29:59 (8)
8:08 (7)	2:59 (7)	2:49 (7)	4:50 (8)	12:56 (7)	3:10 (7)	9:01 (7)	5:17 (8)	6:20 (8)	8:49 (8)	16:56 (7)	2:10 (6)	2:43 (7)	3:21 (6)	0:30 (2)
+2:20	+0:42	+1:25	+2:08	+4:08	+1:08	+4:22	+2:45	+1:59	+2:53	+8:44	+0:44	+1:00	+0:47	+0:02

Klasse: H 60-B

32	67	91	108	159	165	43	59	60	64	249	
1	Karl Gustavsen				Østmarka OK				1:32:00		
4:48 (1)	10:56 (1)	25:07 (1)	59:54 (1)	1:04:46 (1)	1:10:07 (1)	1:21:58 (1)	1:24:42 (1)	1:27:28 (1)	1:31:25 (1)	1:32:00 (1)	
4:48 (1)	6:08 (1)	14:11 (1)	34:47 (1)	4:52 (1)	5:21 (1)	11:51 (1)	2:44 (1)	2:46 (1)	3:57 (1)	0:35 (1)	
0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	

Klasse: H 60-C

32	34	40	43	59	60	64	249	
1	Tor Simonsen				OK Øst			51:01
10:47 (1)	14:47 (1)	29:32 (1)	34:32 (1)	38:59 (1)	43:21 (1)	49:44 (1)	51:01 (1)	
10:47 (1)	4:00 (1)	14:45 (1)	5:00 (1)	4:27 (1)	4:22 (1)	6:23 (1)	1:17 (1)	
0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	

Klasse: H 70-

67	91	105	107	159	108	67	165	61	59	60	64	249
1	Per Kåre Herredsvela				Østmarka OK				1:18:40			
9:59 (1)	13:24 (1)	17:07 (1)	21:20 (1)	30:38 (1)	35:05 (1)	42:48 (1)	51:33 (1)	1:08:16 (1)	1:11:04 (1)	1:14:33 (1)	1:17:55 (1)	1:18:40 (1)
9:59 (1)	3:25 (1)	3:43 (1)	4:13 (1)	9:18 (1)	4:27 (1)	7:43 (1)	8:45 (1)	16:43 (1)	2:48 (1)	3:29 (1)	3:22 (1)	0:45 (1)
0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00	0:00

Klasse: H 70-C

32	34	40	43	59	60	64	249
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------

1 Hans Randen Privat 27:20
 4:17 (1) 7:13 (1) 11:07 (1) 14:13 (1) 17:50 (1) 21:47 (1) 26:35 (1) 27:20 (1)
 4:17 (1) 2:56 (1) 3:54 (1) 3:06 (1) 3:37 (1) 3:57 (1) 4:48 (1) 0:45 (1)
 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00 0:00

2 Erik Haugros LØRENSKOG KOMMUNE 34:54
 4:41 (2) 8:13 (2) 13:18 (2) 17:51 (2) 22:37 (2) 27:35 (2) 34:05 (2) 34:54 (2)
 4:41 (2) 3:32 (2) 5:05 (2) 4:33 (2) 4:46 (2) 4:58 (2) 6:30 (2) 0:49 (2)
 +0:24 +0:36 +1:11 +1:27 +1:09 +1:01 +1:42 +0:04

Klasse: A-Kort

67 91 105 107 159 108 67 165 61 59 60 64 249
1 Bjørn Christensen Østmarka OK 59:12
 6:36 (1) 9:20 (1) 13:01 (1) 15:54 (1) 21:52 (1) 25:04 (1) 33:00 (1) 39:06 (1) 51:33 (1) 53:22 (1) 55:36 (1) 58:29 (1) 59:12 (1)
 6:36 (1) 2:44 (1) 3:41 (4) 2:53 (1) 5:58 (1) 3:12 (1) 7:56 (4) 6:06 (1) 12:27 (2) 1:49 (1) 2:14 (1) 2:53 (2) 0:43 (4)
 0:00 0:00 +2:13 0:00 0:00 0:00 +2:02 0:00 +1:04 0:00 0:00 +0:08 +0:07

2 Per Arne Karlsen Østmarka OK 1:06:32
 7:57 (3) 11:41 (3) 13:09 (2) 16:45 (2) 24:50 (2) 32:18 (3) 38:12 (2) 47:28 (2) 58:51 (2) 1:00:49 (2) 1:03:11 (2) 1:05:56 (2) 1:06:32 (2)
 7:57 (3) 3:44 (4) 1:28 (1) 3:36 (3) 8:05 (2) 7:28 (4) 5:54 (1) 9:16 (3) 11:23 (1) 1:58 (2) 2:22 (2) 2:45 (1) 0:36 (1)
 +1:21 +1:00 0:00 +0:43 +2:07 +4:16 0:00 +3:10 0:00 +0:09 +0:08 0:00 0:00

3 Kai Halvorsen Årekol Siemens 1:14:19
 9:05 (4) 12:00 (4) 14:53 (4) 18:09 (3) 28:15 (4) 32:08 (2) 39:48 (4) 49:04 (4) 1:03:23 (3) 1:05:39 (3) 1:09:58 (3) 1:13:38 (3) 1:14:19 (3)
 9:05 (4) 2:55 (2) 2:53 (2) 3:16 (2) 10:06 (4) 3:53 (2) 7:40 (3) 9:16 (3) 14:19 (3) 2:16 (3) 4:19 (4) 3:40 (3) 0:41 (3)
 +2:29 +0:11 +1:25 +0:23 +4:08 +0:41 +1:46 +3:10 +2:56 +0:27 +2:05 +0:55 +0:05

4 Tor Magnus Grøstad Østmarka OK 1:18:05
 7:47 (2) 10:57 (2) 14:09 (3) 18:55 (4) 27:59 (3) 32:39 (4) 39:21 (3) 48:25 (3) 1:07:16 (4) 1:09:40 (4) 1:12:05 (4) 1:17:25 (4) 1:18:05 (4)
 7:47 (2) 3:10 (3) 3:12 (3) 4:46 (4) 9:04 (3) 4:40 (3) 6:42 (2) 9:04 (2) 18:51 (4) 2:24 (4) 2:25 (3) 5:20 (4) 0:40 (2)
 +1:11 +0:26 +1:44 +1:53 +3:06 +1:28 +0:48 +2:58 +7:28 +0:35 +0:11 +2:35 +0:04

DSQ Per Stefferud Østmarka 22:11
 8:21 11:44 16:00 22:11
 8:21 3:23 4:16 6:11
 +8:21 +3:23 +4:16 +6:11

Arrangør: Østmarka OK

Antall deltagere: 65