

# Strekktider Morgenfrisk i Follo #3 25. mai 2019

## Klasse: C-åpen

73	121	77	76	74	144	145	
<b>1</b>	<b>Sigrun Tytlandsvik</b>					<b>Ås IL</b>	<b>34:51</b>
5:02 (1)	11:15 (1)	13:48 (1)	20:10 (1)	24:37 (1)	33:12 (1)	34:51 (1)	
5:02 (1)	6:13 (1)	2:33 (2)	6:22 (1)	4:27 (1)	8:35 (2)	1:39 (1)	
0:00	0:00	+0:05	0:00	0:00	+1:10	0:00	
<b>2</b>	<b>Frida van Megen</b>					<b>Oppsal Orientering</b>	<b>40:26</b>
7:11 (2)	15:36 (2)	18:04 (2)	25:24 (2)	31:05 (2)	38:30 (2)	40:26 (2)	
7:11 (2)	8:25 (2)	2:28 (1)	7:20 (2)	5:41 (2)	7:25 (1)	1:56 (3)	
+2:09	+2:12	0:00	+0:58	+1:14	0:00	+0:17	
<b>3</b>	<b>Jørn Soterud Øvsthus</b>					<b>JIL Oslo S</b>	<b>51:10</b>
8:40 (3)	18:06 (3)	20:48 (3)	29:42 (3)	36:34 (3)	49:25 (3)	51:10 (3)	
8:40 (3)	9:26 (3)	2:42 (3)	8:54 (3)	6:52 (4)	12:51 (4)	1:45 (2)	
+3:38	+3:13	+0:14	+2:32	+2:25	+5:26	+0:06	
<b>4</b>	<b>Sigrid Aaby Møretrø</b>					<b>Kolbotn og Skimt OL</b>	<b>1:09:10</b>
16:02 (5)	27:48 (5)	33:59 (5)	44:56 (5)	56:18 (5)	1:06:55 (4)	1:09:10 (4)	
16:02 (5)	11:46 (4)	6:11 (5)	10:57 (5)	11:22 (5)	10:37 (3)	2:15 (4)	
+11:00	+5:33	+3:43	+4:35	+6:55	+3:12	+0:36	
<b>5</b>	<b>Terje Throndsen</b>					<b>Nittedal OL</b>	<b>1:13:09</b>
9:47 (4)	24:20 (4)	29:20 (4)	40:16 (4)	47:01 (4)	1:13:09 (5)		
9:47 (4)	14:33 (5)	5:00 (4)	10:56 (4)	6:45 (3)	26:08 (5)		
+4:45	+8:20	+2:32	+4:34	+2:18	+18:43		

## Klasse: A-kort

70	72	80	79	75	71	144	145	
<b>1</b>	<b>Vidar Berteig</b>					<b>IL GeoForm</b>		<b>26:59</b>
1:50 (3)	5:11 (1)	9:39 (1)	14:56 (1)	16:03 (1)	19:00 (1)	25:37 (1)	26:59 (1)	
1:50 (3)	3:21 (1)	4:28 (1)	5:17 (1)	1:07 (4)	2:57 (1)	6:37 (1)	1:22 (2)	
+0:34	0:00	0:00	0:00	+0:20	0:00	0:00	+0:11	
<b>2</b>	<b>Jan Sævig</b>					<b>Noteam</b>		<b>30:22</b>
1:35 (2)	5:27 (2)	11:21 (2)	17:18 (2)	18:31 (2)	21:39 (2)	28:46 (2)	30:22 (2)	
1:35 (2)	3:52 (4)	5:54 (4)	5:57 (2)	1:13 (5)	3:08 (2)	7:07 (2)	1:36 (6)	
+0:19	+0:31	+1:26	+0:40	+0:26	+0:11	+0:30	+0:25	
<b>3</b>	<b>Kjersti Holt Hanssen</b>					<b>Måren OK</b>		<b>31:27</b>
2:00 (8)	5:34 (4)	11:56 (4)	17:54 (4)	19:08 (3)	22:36 (3)	29:45 (3)	31:27 (3)	
2:00 (8)	3:34 (2)	6:22 (7)	5:58 (3)	1:14 (6)	3:28 (4)	7:09 (3)	1:42 (10)	
+0:44	+0:13	+1:54	+0:41	+0:27	+0:31	+0:32	+0:31	
<b>4</b>	<b>Jørn Bue Olsen</b>					<b>Asker Skiklubb</b>		<b>32:33</b>
1:59 (7)	5:52 (5)	11:40 (3)	17:49 (3)	19:13 (4)	22:40 (4)	31:00 (4)	32:33 (4)	
1:59 (7)	3:53 (5)	5:48 (2)	6:09 (4)	1:24 (9)	3:27 (3)	8:20 (7)	1:33 (5)	
+0:43	+0:32	+1:20	+0:52	+0:37	+0:30	+1:43	+0:22	
<b>5</b>	<b>Else Grandal</b>					<b>Tyrving IL</b>		<b>37:45</b>
2:11 (10)	6:51 (9)	13:57 (7)	20:57 (7)	22:23 (6)	27:24 (6)	35:55 (5)	37:45 (5)	
2:11 (10)	4:40 (9)	7:06 (10)	7:00 (7)	1:26 (10)	5:01 (11)	8:31 (9)	1:50 (11)	
+0:55	+1:19	+2:38	+1:43	+0:39	+2:04	+1:54	+0:39	
<b>6</b>	<b>Knut-Anders Løken</b>					<b>Fossum IF</b>		<b>37:53</b>
1:16 (1)	6:19 (6)	12:27 (5)	19:42 (5)	20:29 (5)	26:20 (5)	36:02 (6)	37:53 (6)	
1:16 (1)	5:03 (14)	6:08 (6)	7:15 (9)	0:47 (1)	5:51 (14)	9:42 (11)	1:51 (12)	
0:00	+1:42	+1:40	+1:58	0:00	+2:54	+3:05	+0:40	
<b>7</b>	<b>Audun Hvenekilde</b>					<b>Oppsal Orientering</b>		<b>39:14</b>
1:50 (3)	5:30 (3)	14:22 (10)	20:45 (6)	25:57 (13)	30:41 (10)	37:50 (7)	39:14 (7)	
1:50 (3)	3:40 (3)	8:52 (16)	6:23 (5)	5:12 (32)	4:44 (8)	7:09 (3)	1:24 (3)	
+0:34	+0:19	+4:24	+1:06	+4:25	+1:47	+0:32	+0:13	
<b>8</b>	<b>Harald Lundhaug</b>					<b>OK Moss</b>		<b>41:15</b>
2:23 (15)	8:11 (20)	14:01 (8)	20:58 (8)	22:26 (7)	27:46 (7)	39:38 (9)	41:15 (8)	
2:23 (15)	5:48 (22)	5:50 (3)	6:57 (6)	1:28 (11)	5:20 (12)	11:52 (25)	1:37 (7)	
+1:07	+2:27	+1:22	+1:40	+0:41	+2:23	+5:15	+0:26	

<b>9</b>	<b>Roy Gjerding</b>	<b>OK Moss</b>	<b>41:33</b>
2:18 (13)	7:01 (11)	14:21 (9)	22:48 (12)
24:34 (12)	29:07 (8)	39:31 (8)	41:33 (9)
2:18 (13)	4:43 (10)	7:20 (11)	8:27 (13)
1:46 (15)	4:33 (7)	10:24 (15)	2:02 (15)
+1:02	+1:22	+2:52	+3:10
+0:59	+1:36	+3:47	+0:51
<b>10</b>	<b>Kristin Strøm</b>	<b>Kolbotn og Skimt OL</b>	<b>42:11</b>
2:13 (11)	7:41 (15)	15:17 (14)	22:48 (12)
24:25 (11)	29:22 (9)	40:12 (10)	42:11 (10)
2:13 (11)	5:28 (20)	7:36 (13)	7:31 (10)
1:37 (14)	4:57 (10)	10:50 (19)	1:59 (14)
+0:57	+2:07	+3:08	+2:14
+0:50	+2:00	+4:13	+0:48
<b>11</b>	<b>Håvard Grønli</b>	<b>Kolbotn og Skimt OL</b>	<b>43:40</b>
2:08 (9)	7:00 (10)	14:29 (12)	22:23 (11)
23:59 (10)	32:03 (11)	42:00 (11)	43:40 (11)
2:08 (9)	4:52 (12)	7:29 (12)	7:54 (11)
1:36 (13)	8:04 (24)	9:57 (12)	1:40 (9)
+0:52	+1:31	+3:01	+2:37
+0:49	+5:07	+3:20	+0:29
<b>12</b>	<b>Gisle Nordahl Due</b>	<b>Måren OK</b>	<b>45:17</b>
2:35 (18)	12:28 (29)	18:24 (18)	27:19 (16)
28:52 (16)	32:52 (12)	43:03 (12)	45:17 (12)
2:35 (18)	9:53 (31)	5:56 (5)	8:55 (16)
1:33 (12)	4:00 (6)	10:11 (14)	2:14 (20)
+1:19	+6:32	+1:28	+3:38
+0:46	+1:03	+3:34	+1:03
<b>13</b>	<b>John Jacobsen</b>	<b>Privat</b>	<b>45:47</b>
2:45 (21)	7:24 (14)	17:12 (17)	27:20 (17)
28:37 (15)	36:26 (16)	44:22 (13)	45:47 (13)
2:45 (21)	4:39 (8)	9:48 (18)	10:08 (21)
1:17 (7)	7:49 (23)	7:56 (6)	1:25 (4)
+1:29	+1:18	+5:20	+4:51
+0:30	+4:52	+1:19	+0:14
<b>14</b>	<b>Aase Løvland</b>	<b>Kolbotn og Skimt OL</b>	<b>47:10</b>
2:19 (14)	6:24 (7)	14:56 (13)	21:56 (10)
23:47 (9)	36:37 (18)	45:32 (15)	47:10 (14)
2:19 (14)	4:05 (7)	8:32 (15)	7:00 (7)
1:51 (17)	12:50 (31)	8:55 (10)	1:38 (8)
+1:03	+0:44	+4:04	+1:43
+1:04	+9:53	+2:18	+0:27
<b>15</b>	<b>Per Johansson</b>	<b>Privat</b>	<b>47:28</b>
1:55 (6)	7:53 (16)	20:45 (21)	29:32 (20)
30:34 (19)	36:28 (17)	44:55 (14)	47:28 (15)
1:55 (6)	5:58 (23)	12:52 (22)	8:47 (15)
1:02 (3)	5:54 (16)	8:27 (8)	2:33 (25)
+0:39	+2:37	+8:24	+3:30
+0:15	+2:57	+1:50	+1:22
<b>16</b>	<b>Egil Huseth</b>	<b>Kamp/Vestheim IF</b>	<b>48:24</b>
2:14 (12)	7:02 (12)	13:53 (6)	21:54 (9)
23:44 (8)	36:22 (15)	46:21 (16)	48:24 (16)
2:14 (12)	4:48 (11)	6:51 (8)	8:01 (12)
1:50 (16)	12:38 (30)	9:59 (13)	2:03 (16)
+0:58	+1:27	+2:23	+2:44
+1:03	+9:41	+3:22	+0:52
<b>17</b>	<b>Per Oscar Saugestad</b>	<b>OK Moss</b>	<b>49:13</b>
2:30 (16)	7:57 (17)	16:50 (16)	27:46 (18)
29:49 (18)	35:40 (14)	47:06 (18)	49:13 (17)
2:30 (16)	5:27 (18)	8:53 (17)	10:56 (24)
2:03 (22)	5:51 (14)	11:26 (22)	2:07 (18)
+1:14	+2:06	+4:25	+5:39
+1:16	+2:54	+4:49	+0:56
<b>18</b>	<b>Jon C. Fougner</b>	<b>Heming Orientering</b>	<b>49:20</b>
2:54 (24)	8:06 (18)	16:06 (15)	27:07 (15)
29:08 (17)	35:09 (13)	47:01 (17)	49:20 (18)
2:54 (24)	5:12 (15)	8:00 (14)	11:01 (27)
2:01 (20)	6:01 (17)	11:52 (25)	2:19 (22)
+1:38	+1:51	+3:32	+5:44
+1:14	+3:04	+5:15	+1:08
<b>19</b>	<b>Knut Lindløv</b>	<b>OK Moss</b>	<b>50:32</b>
2:31 (17)	7:23 (13)	14:27 (11)	25:25 (14)
27:44 (14)	37:09 (20)	48:28 (20)	50:32 (19)
2:31 (17)	4:52 (12)	7:04 (9)	10:58 (25)
2:19 (26)	9:25 (27)	11:19 (21)	2:04 (17)
+1:15	+1:31	+2:36	+5:41
+1:32	+6:28	+4:42	+0:53
<b>20</b>	<b>Anne Sørum</b>	<b>Indre Østfold OK</b>	<b>50:42</b>
3:04 (25)	8:26 (21)	19:16 (19)	29:05 (19)
31:26 (20)	36:49 (19)	47:40 (19)	50:42 (20)
3:04 (25)	5:22 (16)	10:50 (19)	9:49 (19)
2:21 (28)	5:23 (13)	10:51 (20)	3:02 (28)
+1:48	+2:01	+6:22	+4:32
+1:34	+2:26	+4:14	+1:51
<b>21</b>	<b>Svein Frimann Kvalheim</b>	<b>53:36</b>	
2:41 (20)	8:08 (19)	20:34 (20)	32:25 (21)
34:26 (21)	39:21 (21)	51:21 (21)	53:36 (21)
2:41 (20)	5:27 (18)	12:26 (20)	11:51 (28)
2:01 (20)	4:55 (9)	12:00 (27)	2:15 (21)
+1:25	+2:06	+7:58	+6:34
+1:14	+1:58	+5:23	+1:04
<b>22</b>	<b>Ingeborg Øderud</b>	<b>Bækkelagets SK</b>	<b>55:33</b>
2:47 (23)	6:49 (8)	32:07 (29)	40:40 (28)
42:00 (28)	45:56 (25)	53:41 (22)	55:33 (22)
2:47 (23)	4:02 (6)	25:18 (31)	8:33 (14)
1:20 (8)	3:56 (5)	7:45 (5)	1:52 (13)
+1:31	+0:41	+20:50	+3:16
+0:33	+0:59	+1:08	+0:41
<b>23</b>	<b>Askil Mestad</b>	<b>Røyken OL</b>	<b>57:05</b>
3:17 (27)	8:53 (23)	26:43 (26)	35:50 (25)
37:41 (24)	43:58 (24)	54:23 (23)	57:05 (23)
3:17 (27)	5:36 (21)	17:50 (27)	9:07 (17)
1:51 (17)	6:17 (20)	10:25 (16)	2:42 (26)
+2:01	+2:15	+13:22	+3:50
+1:04	+3:20	+3:48	+1:31
<b>24</b>	<b>Ivar Mestad</b>	<b>Røyken OL</b>	<b>57:07</b>
3:18 (28)	8:42 (22)	26:34 (25)	35:45 (24)
37:43 (25)	43:51 (23)	54:25 (24)	57:07 (24)
3:18 (28)	5:24 (17)	17:52 (28)	9:11 (18)
1:58 (19)	6:08 (19)	10:34 (18)	2:42 (26)
+2:02	+2:03	+13:24	+3:54
+1:11	+3:11	+3:57	+1:31
<b>25</b>	<b>Øystein Madsen</b>	<b>Haugerud IF</b>	<b>59:48</b>
2:46 (22)	9:06 (24)	23:02 (22)	33:12 (22)
35:17 (22)	41:41 (22)	57:29 (25)	59:48 (25)
2:46 (22)	6:20 (24)	13:56 (23)	10:10 (22)
2:05 (24)	6:24 (21)	15:48 (31)	2:19 (22)
+1:30	+2:59	+9:28	+4:53
+1:18	+3:27	+9:11	+1:08
<b>26</b>	<b>Inger Lindløv</b>	<b>OK Moss</b>	<b>1:03:37</b>
3:44 (29)	11:52 (28)	24:36 (24)	34:27 (23)
37:06 (23)	49:05 (26)	1:00:33 (26)	1:03:37 (26)

3:44 (29) 8:08 (27) 12:44 (21) 9:51 (20) 2:39 (30) 11:59 (29) 11:28 (23) 3:04 (29)  
+2:28 +4:47 +8:16 +4:34 +1:52 +9:02 +4:51 +1:53

**27 Sissel Nordby Hvenekilde Oppsal Orientering 1:05:27**

2:40 (19) 9:16 (25) 23:31 (23) 36:40 (26) 38:59 (26) 52:41 (27) 1:03:08 (27) 1:05:27 (27)  
2:40 (19) 6:36 (25) 14:15 (24) 13:09 (29) 2:19 (26) 13:42 (32) 10:27 (17) 2:19 (22)  
+1:24 +3:15 +9:47 +7:52 +1:32 +10:45 +3:50 +1:08

**28 Vera Telje Sjølie Kolbotn og Skimt OL 1:08:50**

4:52 (30) 11:46 (27) 27:14 (27) 38:13 (27) 41:12 (27) 52:44 (28) 1:05:43 (28) 1:08:50 (28)  
4:52 (30) 6:54 (26) 15:28 (25) 10:59 (26) 2:59 (31) 11:32 (28) 12:59 (28) 3:07 (30)  
+3:36 +3:33 +11:00 +5:42 +2:12 +8:35 +6:22 +1:56

**29 Joakim Vigemyr Kolbotn og Skimt OL 1:11:37**

1:51 (5) 10:37 (26) 27:58 (28) 46:50 (29) 47:40 (29) 56:14 (29) 1:10:26 (30) 1:11:37 (29)  
1:51 (5) 8:46 (29) 17:21 (26) 18:52 (31) 0:50 (2) 8:34 (25) 14:12 (29) 1:11 (1)  
+0:35 +5:25 +12:53 +13:35 +0:03 +5:37 +7:35 0:00

**30 Ingeborg Bakken Måren OK 1:11:46**

3:08 (26) 15:51 (31) 39:00 (31) 49:49 (30) 51:52 (30) 57:53 (30) 1:09:39 (29) 1:11:46 (30)  
3:08 (26) 12:43 (32) 23:09 (30) 10:49 (23) 2:03 (22) 6:01 (17) 11:46 (24) 2:07 (18)  
+1:52 +9:22 +18:41 +5:32 +1:16 +3:04 +5:09 +0:56

**31 Tordis Rytter Jakobsen OK Moss 1:25:55**

6:40 (31) 15:14 (30) 41:23 (32) 57:16 (32) 59:44 (32) 1:07:32 (32) 1:22:43 (31) 1:25:55 (31)  
6:40 (31) 8:34 (28) 26:09 (32) 15:53 (30) 2:28 (29) 7:48 (22) 15:11 (30) 3:12 (31)  
+5:24 +5:13 +21:41 +10:36 +1:41 +4:51 +8:34 +2:01

**32 Jenni Byvald Privat 1:28:40**

7:28 (32) 16:45 (32) 35:01 (30) 56:38 (31) 58:43 (31) 1:07:25 (31) 1:25:02 (32) 1:28:40 (32)  
7:28 (32) 9:17 (30) 18:16 (29) 21:37 (32) 2:05 (24) 8:42 (26) 17:37 (32) 3:38 (32)  
+6:12 +5:56 +13:48 +16:20 +1:18 +5:45 +11:00 +2:27

**DSQ Amund Øiseth Bedin Indre Østfold OK 1:00:03**

2:07 7:00 12:59 30:37 31:40 58:16 1:00:03  
2:07 4:53 5:59 17:38 1:03 58:16 0:00  
+2:07 +4:53 +5:59 +17:38 +1:03 +58:16 0:00

**DSQ Anne Margit Bratten Måren OK 1:11:19**

2:36 8:35 16:51 25:18 27:13 1:08:50 1:11:19  
2:36 5:59 8:16 8:27 1:55 1:08:50 0:00  
+2:36 +5:59 +8:16 +8:27 +1:55 +1:08:50 0:00

## Klasse: A-lang

70	72	80	131	140	141	142	76	79	75	71	144	145
<b>1 Ole Kjell Langmyren Lillomarka OL 49:03</b>												
1:16 (1)	3:53 (1)	7:38 (1)	14:35 (1)	20:09 (1)	23:07 (1)	26:14 (1)	34:27 (1)	37:32 (1)	39:58 (1)	42:16 (1)	47:46 (1)	49:03 (1)
1:16 (1)	2:37 (1)	3:45 (1)	6:57 (1)	5:34 (9)	2:58 (1)	3:07 (1)	8:13 (1)	3:05 (1)	2:26 (39)	2:18 (1)	5:30 (1)	1:17 (4)
0:00	0:00	0:00	0:00	+1:13	0:00	0:00	0:00	0:00	+1:29	0:00	0:00	+0:06
<b>2 Thomas Bedin Indre Østfold OK 50:03</b>												
1:30 (3)	4:12 (2)	8:45 (3)	16:02 (3)	20:55 (3)	24:10 (3)	27:39 (3)	35:57 (2)	39:25 (2)	40:25 (2)	42:55 (2)	48:42 (2)	50:03 (2)
1:30 (3)	2:42 (3)	4:33 (9)	7:17 (2)	4:53 (2)	3:15 (2)	3:29 (2)	8:18 (2)	3:28 (4)	1:00 (3)	2:30 (2)	5:47 (2)	1:21 (8)
+0:14	+0:05	+0:48	+0:20	+0:32	+0:17	+0:22	+0:05	+0:23	+0:03	+0:12	+0:17	+0:10
<b>3 Knut Edvard Helland Østmarka OK 53:34</b>												
1:39 (7)	4:48 (6)	9:13 (5)	16:39 (5)	21:43 (4)	25:02 (4)	29:27 (4)	38:08 (4)	41:21 (4)	42:20 (4)	45:07 (3)	52:14 (3)	53:34 (3)
1:39 (7)	3:09 (6)	4:25 (8)	7:26 (3)	5:04 (3)	3:19 (3)	4:25 (11)	8:41 (3)	3:13 (2)	0:59 (2)	2:47 (3)	7:07 (9)	1:20 (6)
+0:23	+0:32	+0:40	+0:29	+0:43	+0:21	+1:18	+0:28	+0:08	+0:02	+0:29	+1:37	+0:09
<b>4 Sveinung Syversen Oppsal Orientering 54:36</b>												
1:32 (4)	4:13 (3)	8:16 (2)	15:49 (2)	20:10 (2)	23:34 (2)	27:06 (2)	36:02 (3)	39:57 (3)	40:54 (3)	46:17 (4)	53:04 (4)	54:36 (4)
1:32 (4)	2:41 (2)	4:03 (2)	7:33 (4)	4:21 (1)	3:24 (4)	3:32 (3)	8:56 (4)	3:55 (11)	0:57 (1)	5:23 (33)	6:47 (6)	1:32 (15)
+0:16	+0:04	+0:18	+0:36	0:00	+0:26	+0:25	+0:43	+0:50	0:00	+3:05	+1:17	+0:21
<b>5 Jo Inge Fjellstad Ås-NMBU Orientering 55:25</b>												
1:28 (2)	4:47 (5)	8:59 (4)	16:35 (4)	22:26 (5)	25:53 (5)	29:39 (5)	40:20 (7)	43:40 (5)	44:43 (5)	47:42 (5)	53:53 (5)	55:25 (5)
1:28 (2)	3:19 (9)	4:12 (3)	7:36 (5)	5:51 (12)	3:27 (5)	3:46 (5)	10:41 (13)	3:20 (3)	1:03 (7)	2:59 (7)	6:11 (3)	1:32 (15)
+0:12	+0:42	+0:27	+0:39	+1:30	+0:29	+0:39	+2:28	+0:15	+0:06	+0:41	+0:41	+0:21
<b>6 Torgeir Snilsberg OK Moss 55:28</b>												
1:39 (7)	5:06 (11)	9:19 (6)	17:47 (6)	23:04 (6)	26:58 (6)	30:42 (6)	40:16 (6)	44:01 (7)	45:07 (7)	47:57 (6)	54:17 (6)	55:28 (6)
1:39 (7)	3:27 (12)	4:13 (4)	8:28 (7)	5:17 (7)	3:54 (12)	3:44 (4)	9:34 (7)	3:45 (6)	1:06 (9)	2:50 (5)	6:20 (4)	1:11 (1)
+0:23	+0:50	+0:28	+1:31	+0:56	+0:56	+0:37	+1:21	+0:40	+0:09	+0:32	+0:50	0:00
<b>7 Morten Due Måren OK 56:44</b>												
1:56 (22)	5:31 (15)	9:52 (10)	18:03 (7)	23:17 (7)	26:58 (6)	30:44 (7)	40:08 (5)	43:49 (6)	44:58 (6)	48:17 (7)	55:15 (7)	56:44 (7)
1:56 (22)	3:35 (14)	4:21 (6)	8:11 (6)	5:14 (5)	3:41 (7)	3:46 (5)	9:24 (6)	3:41 (5)	1:09 (16)	3:19 (9)	6:58 (7)	1:29 (13)
+0:40	+0:58	+0:36	+1:14	+0:53	+0:43	+0:39	+1:11	+0:36	+0:12	+1:01	+1:28	+0:18
<b>8 Sture Ottesen Indre Østfold OK 58:14</b>												
1:45 (13)	4:56 (9)	9:19 (6)	19:12 (10)	24:23 (8)	28:20 (9)	32:51 (8)	41:50 (8)	45:53 (8)	46:55 (8)	49:50 (8)	56:54 (8)	58:14 (8)
1:45 (13)	3:11 (8)	4:23 (7)	9:53 (13)	5:11 (4)	3:57 (14)	4:31 (12)	8:59 (5)	4:03 (14)	1:02 (4)	2:55 (6)	7:04 (8)	1:20 (6)

+0:29	+0:34	+0:38	+2:56	+0:50	+0:59	+1:24	+0:46	+0:58	+0:05	+0:37	+1:34	+0:09
<b>9</b>	<b>Ann-Kristin Stokke</b>				<b>Ås-NMBU Orientering</b>				<b>1:00:44</b>			
1:47 (16)	4:54 (7)	9:50 (9)	18:44 (9)	24:23 (8)	28:06 (8)	33:03 (9)	42:46 (9)	46:45 (9)	47:54 (9)	51:45 (9)	59:03 (9)	1:00:44 (9)
1:47 (16)	3:07 (5)	4:56 (13)	8:54 (9)	5:39 (10)	3:43 (8)	4:57 (19)	9:43 (8)	3:59 (12)	1:09 (16)	3:51 (16)	7:18 (10)	1:41 (25)
+0:31	+0:30	+1:11	+1:57	+1:18	+0:45	+1:50	+1:30	+0:54	+0:12	+1:33	+1:48	+0:30
<b>10</b>	<b>Knut Bjørkelo</b>				<b>Kolbotn og Skimt OL</b>				<b>1:02:30</b>			
1:39 (7)	5:13 (13)	9:31 (8)	18:06 (8)	24:32 (10)	28:31 (10)	33:28 (10)	44:30 (10)	48:18 (10)	49:49 (10)	54:37 (10)	1:01:15 (10)	1:02:30 (10)
1:39 (7)	3:34 (13)	4:18 (5)	8:35 (8)	6:26 (17)	3:59 (15)	4:57 (19)	11:02 (15)	3:48 (8)	1:31 (32)	4:48 (26)	6:38 (5)	1:15 (3)
+0:23	+0:57	+0:33	+1:38	+2:05	+1:01	+1:50	+2:49	+0:43	+0:34	+2:30	+1:08	+0:04
<b>11</b>	<b>Eirik Nordhagen</b>				<b>Ås-NMBU Orientering</b>				<b>1:05:47</b>			
1:45 (13)	6:10 (26)	10:53 (14)	20:05 (12)	25:37 (11)	29:24 (11)	33:33 (11)	46:32 (12)	50:54 (11)	51:56 (11)	56:35 (12)	1:04:17 (11)	1:05:47 (11)
1:45 (13)	4:25 (33)	4:43 (11)	9:12 (10)	5:32 (8)	3:47 (10)	4:09 (9)	12:59 (27)	4:22 (19)	1:02 (4)	4:39 (24)	7:42 (17)	1:30 (14)
+0:29	+1:48	+0:58	+2:15	+1:11	+0:49	+1:02	+4:46	+1:17	+0:05	+2:21	+2:12	+0:19
<b>12</b>	<b>Toril Hallan</b>				<b>Lillomarka OL</b>				<b>1:06:13</b>			
1:51 (19)	5:12 (12)	9:54 (11)	19:39 (11)	25:55 (12)	29:43 (12)	33:45 (12)	44:36 (11)	51:01 (13)	52:13 (12)	57:13 (13)	1:04:33 (12)	1:06:13 (12)
1:51 (19)	3:21 (10)	4:42 (10)	9:45 (11)	6:16 (15)	3:48 (11)	4:02 (7)	10:51 (14)	6:25 (38)	1:12 (18)	5:00 (29)	7:20 (11)	1:40 (22)
+0:35	+0:44	+0:57	+2:48	+1:55	+0:50	+0:55	+2:38	+3:20	+0:15	+2:42	+1:50	+0:29
<b>13</b>	<b>Trond Møretrø</b>				<b>Kolbotn og Skimt OL</b>				<b>1:06:27</b>			
1:46 (15)	4:55 (8)	10:27 (12)	21:06 (14)	27:16 (13)	31:36 (13)	37:32 (14)	48:11 (14)	52:21 (14)	53:28 (14)	57:47 (14)	1:05:08 (13)	1:06:27 (13)
1:46 (15)	3:09 (6)	5:32 (16)	10:39 (19)	6:10 (13)	4:20 (22)	5:56 (33)	10:39 (11)	4:10 (15)	1:07 (11)	4:19 (21)	7:21 (12)	1:19 (5)
+0:30	+0:32	+1:47	+3:42	+1:49	+1:22	+2:49	+2:26	+1:05	+0:10	+2:01	+1:51	+0:08
<b>14</b>	<b>Anne Nilsen</b>				<b>Ås-NMBU Orientering</b>				<b>1:09:54</b>			
2:08 (30)	7:22 (36)	13:21 (28)	24:26 (23)	30:51 (21)	34:50 (21)	39:42 (20)	50:50 (17)	55:34 (20)	56:42 (19)	1:00:50 (21)	1:08:21 (14)	1:09:54 (14)
2:08 (30)	5:14 (37)	5:59 (21)	11:05 (21)	6:25 (16)	3:59 (15)	4:52 (16)	11:08 (16)	4:44 (26)	1:08 (14)	4:08 (19)	7:31 (15)	1:33 (17)
+0:52	+2:37	+2:14	+4:08	+2:04	+1:01	+1:45	+2:55	+1:39	+0:11	+1:50	+2:01	+0:22
<b>14</b>	<b>Mari Brøndbo Dahl</b>				<b>Ås-NMBU Orientering</b>				<b>1:09:54</b>			
2:08 (30)	6:07 (24)	12:07 (19)	22:05 (17)	28:52 (16)	33:57 (17)	39:12 (19)	51:25 (20)	55:27 (19)	56:47 (20)	1:00:23 (17)	1:08:31 (15)	1:09:54 (14)
2:08 (30)	3:59 (19)	6:00 (23)	9:58 (14)	6:47 (21)	5:05 (31)	5:15 (24)	12:13 (23)	4:02 (13)	1:20 (23)	3:36 (15)	8:08 (20)	1:23 (10)
+0:52	+1:22	+2:15	+3:01	+2:26	+2:07	+2:08	+4:00	+0:57	+0:23	+1:18	+2:38	+0:12
<b>16</b>	<b>Are Eriksen</b>				<b>Oslostudentenes IK</b>				<b>1:10:48</b>			
1:56 (22)	5:50 (18)	11:05 (15)	21:23 (15)	28:08 (14)	32:26 (14)	38:02 (15)	50:17 (16)	54:55 (17)	56:23 (17)	1:00:29 (19)	1:09:11 (16)	1:10:48 (16)
1:56 (22)	3:54 (17)	5:15 (14)	10:18 (16)	6:45 (20)	4:18 (20)	5:36 (27)	12:15 (24)	4:38 (24)	1:28 (30)	4:06 (18)	8:42 (24)	1:37 (19)
+0:40	+1:17	+1:30	+3:21	+2:24	+1:20	+2:29	+4:02	+1:33	+0:31	+1:48	+3:12	+0:26
<b>17</b>	<b>Martin Granly</b>				<b>Lillomarka OL</b>				<b>1:11:08</b>			
2:00 (27)	5:44 (16)	11:23 (16)	22:36 (19)	28:24 (15)	32:31 (15)	36:41 (13)	47:11 (13)	50:57 (12)	52:16 (13)	55:36 (11)	1:09:27 (17)	1:11:08 (17)
2:00 (27)	3:44 (16)	5:39 (18)	11:13 (22)	5:48 (11)	4:07 (17)	4:10 (10)	10:30 (10)	3:46 (7)	1:19 (22)	3:20 (10)	13:51 (38)	1:41 (25)
+0:44	+1:07	+1:54	+4:16	+1:27	+1:09	+1:03	+2:17	+0:41	+0:22	+1:02	+8:21	+0:30
<b>18</b>	<b>Ståle Heitmann</b>				<b>Fossum IF</b>				<b>1:11:20</b>			
1:37 (5)	5:02 (10)	13:02 (26)	26:30 (30)	32:44 (27)	36:38 (25)	40:45 (23)	51:25 (20)	56:00 (21)	57:07 (21)	1:00:31 (20)	1:10:07 (18)	1:11:20 (18)
1:37 (5)	3:25 (11)	8:00 (32)	13:28 (34)	6:14 (14)	3:54 (12)	4:07 (8)	10:40 (12)	4:35 (23)	1:07 (11)	3:24 (11)	9:36 (28)	1:13 (2)
+0:21	+0:48	+4:15	+6:31	+1:53	+0:56	+1:00	+2:27	+1:30	+0:10	+1:06	+4:06	+0:02
<b>19</b>	<b>Bjørn Henning Grandal</b>				<b>Tyrving IL</b>				<b>1:12:52</b>			
1:43 (12)	4:46 (4)	13:11 (27)	25:23 (28)	30:37 (20)	34:20 (19)	39:00 (17)	51:01 (18)	54:54 (16)	55:56 (16)	58:44 (15)	1:11:04 (19)	1:12:52 (19)
1:43 (12)	3:03 (4)	8:25 (34)	12:12 (26)	5:14 (5)	3:43 (8)	4:40 (14)	12:01 (22)	3:53 (9)	1:02 (4)	2:48 (4)	12:20 (34)	1:48 (32)
+0:27	+0:26	+4:40	+5:15	+0:53	+0:45	+1:33	+3:48	+0:48	+0:05	+0:30	+6:50	+0:37
<b>19</b>	<b>Morten Karlsen</b>				<b>Måren OK</b>				<b>1:12:52</b>			
1:56 (22)	5:50 (18)	11:30 (18)	23:03 (20)	29:51 (18)	34:14 (18)	39:09 (18)	51:43 (22)	56:58 (22)	58:24 (22)	1:02:44 (22)	1:11:05 (20)	1:12:52 (19)
1:56 (22)	3:54 (17)	5:40 (19)	11:33 (24)	6:48 (22)	4:23 (24)	4:55 (18)	12:34 (25)	5:15 (31)	1:26 (25)	4:20 (22)	8:21 (21)	1:47 (31)
+0:40	+1:17	+1:55	+4:36	+2:27	+1:25	+1:48	+4:21	+2:10	+0:29	+2:02	+2:51	+0:36
<b>21</b>	<b>Anders Færden</b>				<b>Kolbotn og Skimt OL</b>				<b>1:13:01</b>			
1:38 (6)	6:01 (22)	11:24 (17)	21:55 (16)	29:06 (17)	34:43 (20)	40:37 (22)	53:59 (24)	58:38 (24)	59:44 (24)	1:03:41 (23)	1:11:15 (21)	1:13:01 (21)
1:38 (6)	4:23 (32)	5:23 (15)	10:31 (17)	7:11 (26)	5:37 (33)	5:54 (31)	13:22 (30)	4:39 (25)	1:06 (9)	3:57 (17)	7:34 (16)	1:46 (30)
+0:22	+1:46	+1:38	+3:34	+2:50	+2:39	+2:47	+5:09	+1:34	+0:09	+1:39	+2:04	+0:35
<b>22</b>	<b>Peter Klaveness</b>				<b>Måren OK</b>				<b>1:14:34</b>			
1:49 (17)	5:48 (17)	10:43 (13)	20:33 (13)	31:04 (22)	35:22 (22)	40:05 (21)	51:24 (19)	55:18 (18)	56:23 (17)	59:58 (16)	1:12:54 (22)	1:14:34 (22)
1:49 (17)	3:59 (19)	4:55 (12)	9:50 (12)	10:31 (38)	4:18 (20)	4:43 (15)	11:19 (17)	3:54 (10)	1:05 (8)	3:35 (14)	12:56 (36)	1:40 (22)
+0:33	+1:22	+1:10	+2:53	+6:10	+1:20	+1:36	+3:06	+0:49	+0:08	+1:17	+7:26	+0:29
<b>22</b>	<b>Harald Aulie</b>				<b>IL Koll</b>				<b>1:14:34</b>			
1:51 (19)	6:01 (22)	15:25 (35)	28:36 (33)	35:26 (32)	39:50 (32)	44:48 (30)	56:22 (28)	1:00:47 (28)	1:02:14 (29)	1:05:41 (25)	1:13:09 (24)	1:14:34 (22)
1:51 (19)	4:10 (24)	9:24 (36)	13:11 (33)	6:50 (24)	4:24 (25)	4:58 (21)	11:34 (19)	4:25 (21)	1:27 (29)	3:27 (12)	7:28 (14)	1:25 (11)
+0:35	+1:33	+5:39	+6:14	+2:29	+1:26	+1:51	+3:21	+1:20	+0:30	+1:09	+1:58	+0:14
<b>24</b>	<b>Trude Fixdal</b>				<b>IL Koll</b>				<b>1:14:47</b>			
2:00 (27)	6:14 (29)	15:37 (36)	28:45 (34)	35:38 (33)	39:51 (33)	44:49 (31)	56:30 (29)	1:00:54 (29)	1:02:12 (28)	1:05:42 (26)	1:13:08 (23)	1:14:47 (24)
2:00 (27)	4:14 (27)	9:23 (35)	13:08 (32)	6:53 (25)	4:13 (18)	4:58 (21)	11:41 (20)	4:24 (20)	1:18 (20)	3:30 (13)	7:26 (13)	1:39 (21)
+0:44	+1:37	+5:38	+6:11	+2:32	+1:15	+1:51	+3:28	+1:19	+0:21	+1:12	+1:56	+0:28
<b>25</b>	<b>Jon Lahlum</b>				<b>IL GeoForm</b>				<b>1:15:10</b>			
1:57 (25)	6:07 (24)	12:18 (21)	24:43 (26)	31:11 (23)	35:42 (23)	40:58 (24)	54:59 (26)	59:17 (25)	1:00:25 (25)	1:04:42 (24)	1:13:29 (25)	1:15:10 (25)
1:57 (25)	4:10 (24)	6:11 (25)	12:25 (30)	6:28 (18)	4:31 (27)	5:16 (25)	14:01 (34)	4:18 (17)	1:08 (14)	4:17 (20)	8:47 (25)	1:41 (25)
+0:41	+1:33	+2:26	+5:28	+2:07	+1:33	+2:09	+5:48	+1:13	+0:11	+1:59	+3:17	+0:30

<b>26</b>	<b>Tormod Øvergaard</b>	<b>Vestre Akers SK</b>	<b>1:15:16</b>
2:24 (35)	6:44 (32)	12:40 (24)	24:43 (26)
2:24 (35)	4:20 (29)	5:56 (20)	12:03 (25)
+1:08	+1:43	+2:11	+5:06
			+2:23
			+3:46
			+1:31
			+3:39
			+2:04
			+0:32
			+2:16
			+2:12
			+0:30
<b>27</b>	<b>Hallvard Berg</b>	<b>Tyrving IL</b>	<b>1:16:33</b>
1:42 (11)	5:23 (14)	12:35 (23)	22:35 (18)
1:42 (11)	3:41 (15)	7:12 (29)	10:00 (15)
+0:26	+1:04	+3:27	+3:03
			+3:00
			+0:33
			+1:46
			+2:07
			+1:22
			+0:10
			+3:51
			+9:07
			+0:22
<b>28</b>	<b>Malin Eijsink</b>	<b>Nydalens SK</b>	<b>1:16:47</b>
1:57 (25)	5:57 (21)	13:42 (32)	24:14 (21)
1:57 (25)	4:00 (21)	7:45 (31)	10:32 (18)
+0:41	+1:23	+4:00	+3:35
			+3:28
			+1:19
			+2:36
			+5:25
			+1:07
			+0:19
			+2:39
			+3:07
			+0:53
<b>29</b>	<b>May Bente Brurberg</b>	<b>Ås-NMBU Orientering</b>	<b>1:19:13</b>
2:01 (29)	6:45 (33)	12:49 (25)	27:45 (32)
2:01 (29)	4:44 (36)	6:04 (24)	14:56 (36)
+0:45	+2:07	+2:19	+7:59
			+2:27
			+1:43
			+2:48
			+4:33
			+1:49
			+0:29
			+3:18
			+2:15
			+0:26
<b>30</b>	<b>Øyvind Thømt</b>	<b>Indre Østfold OK</b>	<b>1:21:52</b>
1:50 (18)	6:10 (26)	13:25 (29)	24:14 (21)
1:50 (18)	4:20 (29)	7:15 (30)	10:49 (20)
+0:34	+1:43	+3:30	+3:52
			+4:02
			+1:23
			+2:14
			+3:06
			+1:13
			+0:21
			+6:14
			+6:43
			+0:42
<b>31</b>	<b>Frode Vigemyr</b>	<b>Kolbotn og Skimt OL</b>	<b>1:22:44</b>
1:40 (10)	5:51 (20)	12:19 (22)	24:35 (24)
1:40 (10)	4:11 (26)	6:28 (26)	12:16 (27)
+0:24	+1:34	+2:43	+5:19
			+4:43
			+2:46
			+5:01
			+4:53
			+2:20
			+0:34
			+0:45
			+5:12
			+0:15
<b>32</b>	<b>Per Arne Andresen</b>	<b>Kolbotn og Skimt OL</b>	<b>1:24:09</b>
2:08 (30)	6:14 (29)	12:13 (20)	24:37 (25)
2:08 (30)	4:06 (22)	5:59 (21)	12:24 (29)
+0:52	+1:29	+2:14	+5:27
			+4:21
			+1:54
			+1:54
			+8:46
			+1:54
			+0:44
			+2:48
			+4:51
			+0:40
<b>33</b>	<b>Geir Trøan</b>	<b>Kolbotn og Skimt OL</b>	<b>1:24:58</b>
2:15 (34)	6:22 (31)	14:29 (34)	25:56 (29)
2:15 (34)	4:07 (23)	8:07 (33)	11:27 (23)
+0:59	+1:30	+4:22	+4:30
			+3:13
			+2:12
			+2:33
			+5:28
			+2:07
			+0:24
			+3:01
			+7:23
			+1:01
<b>34</b>	<b>Sille Winsnes</b>	<b>Ås-NMBU Orientering</b>	<b>1:26:25</b>
3:19 (40)	8:02 (37)	13:36 (31)	31:04 (37)
3:19 (40)	4:43 (35)	5:34 (17)	17:28 (39)
+2:03	+2:06	+1:49	+10:31
			+3:35
			+1:29
			+2:34
			+4:53
			+2:53
			+0:29
			+2:56
			+4:41
			+0:11
<b>35</b>	<b>Roger Amundsen</b>	<b>JIL Oslo S</b>	<b>1:30:04</b>
2:27 (36)	8:05 (38)	17:29 (38)	29:51 (35)
2:27 (36)	5:38 (38)	9:24 (36)	12:22 (28)
+1:11	+3:01	+5:39	+5:25
			+3:36
			+1:36
			+3:10
			+7:21
			+2:11
			+0:43
			+2:30
			+6:36
			+0:50
<b>36</b>	<b>Ketil Åstebøl</b>	<b>Oppsal Orientering</b>	<b>1:33:52</b>
2:14 (33)	6:50 (34)	13:48 (33)	26:53 (31)
2:14 (33)	4:36 (34)	6:58 (28)	13:05 (31)
+0:58	+1:59	+3:13	+6:08
			+4:33
			+3:17
			+4:12
			+5:39
			+2:59
			+0:47
			+4:34
			+8:11
			+1:07
<b>37</b>	<b>Vincent Eijsink</b>	<b>Ås-NMBU Orientering</b>	<b>1:38:43</b>
2:36 (38)	6:57 (35)	13:32 (30)	30:13 (36)
2:36 (38)	4:21 (31)	6:35 (27)	16:41 (38)
+1:20	+1:44	+2:50	+9:44
			+5:02
			+3:18
			+3:06
			+9:20
			+5:42
			+0:43
			+5:15
			+3:55
			+0:29
<b>38</b>	<b>Sindre Ohm</b>	<b>Bøler IF</b>	<b>1:39:22</b>
1:53 (21)	6:10 (26)	17:05 (37)	33:27 (38)
1:53 (21)	4:17 (28)	10:55 (39)	16:22 (37)
+0:37	+1:40	+7:10	+9:25
			+6:16
			+3:40
			+5:39
			+8:49
			+3:05
			+0:29
			+2:21
			+2:52
			+1:04
<b>39</b>	<b>Rune Halke</b>	<b>Vestre Akers SK</b>	<b>2:02:40</b>
3:05 (39)	9:20 (40)	18:57 (39)	36:27 (40)
3:05 (39)	6:15 (40)	9:37 (38)	17:30 (40)
+1:49	+3:38	+5:52	+10:33
			+8:58
			+4:19
			+5:08
			+10:18
			+5:00
			+1:31
			+4:33
			+12:41
			+2:05
<b>40</b>	<b>Sharon Broadwell</b>	<b>IL GeoForm</b>	<b>2:03:46</b>
2:33 (37)	8:25 (39)	21:37 (40)	36:07 (39)
2:33 (37)	5:52 (39)	13:12 (40)	14:30 (35)
+1:17	+3:15	+9:27	+7:33
			+4:48
			+4:20
			+7:14
			+21:22
			+2:41
			+0:44
			+10:57
			+3:20
			+0:33
<b>DSQ</b>	<b>Lars Øderud Vatne</b>	<b>Bækkelagets SK</b>	<b>1:12:58</b>
1:46	5:14	13:52	
1:46	3:28	8:38	
+1:46	+3:28	+8:38	
			1:12:58
			0:00
			0:00

Arrangør: Kolbotn & Skimt OL

Antall deltagere: 80

