

MORGENFRISK 4.OKTOBER 2020

Resultater: <https://eventor.orientering.no/Events/ResultList?eventId=12652&groupBy=EventClass>

Livelox: <https://www.livelox.com/Events/Show/54861/Morgenfrisk-i-Follo-10?culture=nb-NO>

Sammenlagt (og øvrige resultater): <https://eventor.orientering.no/Standings/View/Series/610>

I langløypa var det 39 startende.

Rang	Navn	Klubb	Tid	Diff	Sprint													13-M
					S-1 (161)	1-2 (163)	2-3 (165)	3-4 (166)	4-5 (167)	5-6 (168)	6-7 (172)	7-8 (171)	8-9 (170)	9-10 (169)	10-11 (173)	11-12 (178)	12-13 (179)	
1	Jørn Sundby		43:27	+0.00	2:37 (3)	2:05 (2)	1:58 (1)	4:35 (6)	2:27 (2)	3:01 (1)	4:22 (1)	4:15 (2)	3:31 (4)	2:23 (3)	3:38 (1)	4:50 (3)	2:38 (9)	0:47 (16)
2	Larvik OK				2:57 (5)	5:03 (2)	7:01 (2)	13:35 (1)	14:03 (1)	17:04 (1)	21:28 (1)	25:38 (1)	31:33 (1)	35:41 (1)	40:01 (1)	42:40 (1)	43:27 (1)	
3	Far Øyvind Stene		43:42	+0.15	3:07 (5)	2:12 (3)	2:48 (29)	3:45 (2)	2:24 (1)	4:12 (19)	4:33 (2)	4:11 (1)	3:24 (2)	2:11 (2)	3:49 (2)	2:14 (2)	0:41 (5)	
4	Håkon Gjerd		43:57	+0.30	3:07 (5)	5:19 (3)	8:05 (5)	11:50 (2)	14:14 (2)	18:28 (4)	22:59 (3)	27:10 (3)	30:34 (3)	32:45 (3)	38:34 (3)	40:47 (2)	43:01 (2)	43:42 (2)
5	Indre Østfold OK				3:13 (6)	2:18 (5)	2:06 (6)	4:15 (3)	2:31 (4)	3:20 (4)	4:36 (3)	4:22 (3)	3:29 (3)	2:02 (1)	4:09 (4)	4:34 (2)	2:27 (3)	0:35 (1)
6	Håkon Danevad		48:34	+5.07	3:23 (10)	2:25 (8)	2:05 (4)	4:23 (4)	2:50 (9)	3:37 (8)	5:40 (15)	4:40 (9)	4:09 (13)	2:35 (8)	4:20 (8)	4:53 (4)	2:35 (6)	0:41 (5)
7	Ås-NMBU Orientering				3:23 (10)	5:48 (5)	7:53 (4)	12:18 (5)	16:08 (5)	18:43 (5)	24:32 (7)	29:21 (7)	33:30 (7)	38:05 (7)	40:25 (7)	45:18 (4)	47:53 (4)	48:34 (4)
8	Erlend Sommerheim		49:15	+5.48	3:13 (6)	2:39 (12)	2:17 (15)	4:33 (5)	2:53 (12)	3:38 (7)	4:38 (4)	4:36 (5)	4:01 (9)	2:40 (10)	4:09 (4)	6:30 (17)	2:44 (10)	0:46 (13)
9	Fossum IF				3:13 (6)	5:52 (8)	8:09 (8)	12:42 (6)	15:35 (6)	19:11 (7)	23:49 (6)	28:25 (5)	32:28 (5)	35:08 (5)	39:15 (5)	45:45 (8)	48:29 (5)	49:15 (5)
10	Pål Sommerheim		49:28	+6.01	3:36 (12)	2:28 (7)	2:05 (4)	4:58 (12)	2:52 (11)	3:10 (2)	4:39 (5)	4:48 (8)	4:13 (16)	2:29 (5)	4:39 (14)	5:48 (8)	3:01 (18)	0:46 (13)
11	Knut Edward Helland		50:38	+7.11	3:45 (17)	2:34 (9)	2:14 (12)	4:54 (9)	2:55 (14)	3:53 (12)	5:12 (8)	4:45 (7)	4:09 (13)	2:27 (4)	4:20 (6)	5:33 (7)	3:02 (20)	0:55 (31)
12	Erik Rytter Jakobsen		51:50	+8.23	3:37 (13)	2:39 (12)	2:15 (13)	4:56 (11)	3:09 (19)	3:18 (3)	5:59 (17)	5:14 (15)	4:10 (15)	2:34 (7)	5:31 (22)	5:14 (6)	2:29 (4)	0:45 (11)
13	Jo Inge Fjellstad		52:57	+9.30	3:37 (13)	2:34 (9)	2:23 (19)	5:43 (22)	2:45 (7)	4:08 (16)	5:44 (13)	5:31 (18)	3:56 (5)	2:49 (14)	4:34 (11)	5:59 (12)	2:30 (5)	0:44 (8)
14	Anselm Reichenbach		53:48	+10.19	2:45 (1)	2:01 (1)	2:07 (7)	8:08 (14)	2:27 (2)	3:34 (5)	5:39 (12)	4:29 (4)	3:14 (1)	3:34 (27)	3:59 (3)	12:01 (37)	2:09 (1)	0:39 (3)
15	Morten Heir		53:53	+10.26	3:47 (19)	2:64 (15)	2:07 (7)	4:54 (9)	2:42 (6)	4:46 (26)	6:27 (24)	4:50 (10)	4:02 (10)	2:56 (19)	4:40 (15)	5:54 (9)	3:18 (22)	0:37 (2)
16	Nils Petter Fremming		53:55	+10.28	3:47 (19)	6:41 (16)	8:48 (14)	13:42 (12)	16:24 (11)	21:09 (12)	27:36 (13)	32:26 (14)	36:28 (14)	39:24 (13)	44:04 (12)	49:58 (10)	53:16 (12)	53:53 (11)
17	Egon Lundsrud		55:06	+11.39	3:49 (20)	2:59 (18)	2:22 (18)	5:19 (17)	3:02 (18)	4:08 (16)	8:24 (23)	5:09 (12)	3:56 (5)	3:09 (20)	4:49 (18)	5:58 (10)	3:17 (21)	0:45 (11)
18	Henning Bratland Carlsen		55:29	+12.02	3:37 (13)	4:12 (30)	2:20 (16)	5:20 (18)	3:15 (23)	4:15 (21)	8:05 (18)	5:18 (16)	4:08 (12)	2:55 (17)	4:24 (8)	5:58 (10)	3:00 (17)	0:44 (8)
19	Espen Vilgaard		55:43	+12.16	3:35 (11)	2:16 (4)	2:18 (14)	6:35 (28)	2:39 (5)	4:48 (28)	5:27 (8)	4:44 (8)	3:58 (7)	3:48 (28)	5:43 (24)	6:06 (14)	5:45 (14)	5:55 (14)
20	Knut Bjørkelo		56:24	+12.57	3:40 (16)	5:03 (25)	2:04 (2)	5:18 (15)	2:58 (15)	4:17 (22)	6:17 (21)	5:22 (17)	4:35 (21)	2:35 (8)	4:36 (12)	5:03 (13)	2:51 (12)	0:46 (18)
21	Georg A. Bugge		56:53	+13.26	3:51 (21)	2:38 (11)	2:05 (9)	4:45 (7)	2:48 (8)	3:43 (10)	6:08 (19)	6:16 (24)	4:08 (11)	2:47 (13)	6:54 (31)	7:28 (23)	2:37 (7)	0:44 (8)
22	Boye Dirro Bøhlerengen		57:08	+13.39	3:45 (17)	2:48 (14)	2:32 (21)	5:29 (20)	3:14 (21)	3:57 (13)	5:51 (16)	8:01 (34)	4:28 (20)	2:51 (18)	5:38 (23)	6:03 (5)	2:37 (7)	0:52 (22)
23	Donatas Kontautas		57:23	+13.56	3:45 (17)	8:33 (14)	9:05 (15)	14:34 (16)	17:48 (16)	21:45 (15)	27:38 (13)	35:37 (21)	40:05 (20)	42:58 (20)	48:34 (20)	53:37 (19)	58:14 (18)	57:08 (18)
24	Ola Tellesbø		58:15	+15.48	4:34 (28)	3:09 (18)	2:11 (11)	5:28 (19)	3:44 (29)	3:35 (6)	5:30 (9)	5:00 (11)	4:50 (25)	2:55 (17)	4:48 (17)	9:18 (35)	3:37 (28)	0:40 (4)
25	Lars Erik Glein		1:01:37	+18.10	3:59 (24)	4:30 (33)	2:33 (22)	8:49 (32)	3:16 (24)	4:02 (15)	5:33 (11)	5:51 (23)	4:41 (24)	3:13 (22)	5:00 (19)	7:45 (28)	3:25 (25)	1:00 (34)
26	Guttorm Egge		1:02:32	+19.05	3:59 (24)	8:29 (26)	11:02 (24)	17:51 (26)	21:07 (25)	25:09 (25)	30:42 (23)	35:33 (22)	41:14 (21)	44:27 (21)	49:27 (21)	57:12 (21)	1:00:37 (21)	1:01:37 (21)
27	Ståle Heitmann		1:03:21	+19.54	4:58 (33)	4:18 (31)	2:24 (20)	5:35 (21)	3:18 (25)	3:57 (13)	6:16 (20)	10:03 (37)	4:22 (17)	2:31 (8)	4:43 (18)	6:21 (15)	2:55 (15)	0:53 (24)
28	Lorant Farkas		1:04:35	+21.08	3:06 (4)	4:11 (29)	2:04 (2)	6:37 (29)	2:51 (10)	4:37 (24)	6:23 (22)	5:44 (21)	6:45 (35)	4:27 (35)	5:19 (21)	7:32 (25)	2:53 (13)	0:52 (22)
29	Are Eriksen		1:06:18	+22.51	3:22 (9)	3:13 (19)	2:37 (23)	6:12 (24)	3:11 (20)	4:08 (16)	6:33 (25)	7:48 (33)	7:37 (37)	3:32 (26)	5:18 (20)	6:51 (22)	3:20 (23)	0:53 (24)
30	Rune Teigland		1:08:34	+25.07	4:36 (29)	3:37 (23)	2:45 (27)	8:33 (26)	4:15 (35)	5:10 (28)	7:08 (28)	6:26 (27)	5:54 (28)	3:18 (23)	6:02 (27)	6:47 (20)	3:23 (24)	0:54 (27)
31	Dag Brenås		1:09:09	+25.42	2:50 (2)	6:45 (37)	5:57 (38)	7:15 (1)	3:00 (17)	3:47 (11)	7:53 (32)	5:38 (20)	12:08 (38)	2:50 (15)	4:38 (13)	6:26 (16)	4:15 (34)	0:46 (13)
32	Frank Åge Kippernes		1:09:38	+26.11	4:26 (26)	4:24 (32)	2:37 (23)	7:54 (36)	3:28 (28)	5:18 (30)	6:56 (27)	5:44 (21)	6:00 (30)	3:20 (24)	5:44 (28)	7:43 (37)	5:22 (37)	0:43 (7)
33	Bjørn Idar Sætran		1:12:22	+28.55	4:26 (26)	8:50 (32)	11:27 (26)	19:21 (31)	22:49 (30)	28:05 (30)	35:01 (30)	40:45 (28)	46:45 (28)	50:05 (28)	55:49 (27)	1:03:33 (27)	1:08:55 (28)	1:09:38 (28)
34	John Ytanes		1:12:34	+29.07	3:56 (22)	3:00 (17)	8:22 (37)	5:14 (15)	2:54 (13)	6:01 (35)	5:32 (10)	5:11 (13)	4:40 (22)	3:10 (21)	15:52 (38)	6:34 (18)	3:01 (18)	0:55 (31)
35	Nordre Follo Orientering		1:14:04	+30.37	3:56 (22)	6:58 (18)	13:18 (34)	18:32 (28)	21:26 (26)	27:27 (29)	32:59 (26)	38:10 (25)	42:50 (23)	46:00 (22)	1:01:52 (31)	1:08:28 (29)	1:11:27 (29)	1:12:22 (29)
36	Pål Ole Dahlstrud		1:15:09	+31.42	4:51 (31)	5:25 (38)	2:44 (26)	8:45 (31)	3:47 (30)	5:10 (28)	7:49 (31)	7:06 (29)	6:17 (32)	3:29 (25)	6:47 (30)	8:45 (33)	3:55 (30)	1:11 (36)
37	Lars Rønning Johansen		1:18:58	+35.29	4:51 (31)	10:18 (37)	13:00 (32)	19:48 (32)	23:33 (32)	28:43 (31)	36:32 (31)	43:40 (31)	49:57 (30)	53:28 (31)	1:00:15 (29)	1:08:58 (31)	1:12:53 (31)	1:14:04 (31)
38	Måren OK		1:21:43	+38.16	5:10 (38)	3:39 (24)	2:59 (31)	8:56 (33)	4:14 (34)	6:12 (38)	8:07 (34)	7:41 (32)	7:13 (38)	4:07 (33)	6:08 (28)	7:47 (29)	3:56 (30)	1:01 (35)
39	Simen Rønning Johansen		1:24:13	+40.49	4:56 (32)	4:58 (34)	4:19 (33)	8:01 (38)	4:11 (32)	5:54 (34)	8:44 (38)	7:22 (30)	5:50 (29)	4:06 (32)	8:04 (31)	4:23 (35)	1:15 (38)	
40	Audrun Utskarpen		1:24:18	+40.54	4:56 (32)	9:52 (36)	14:11 (35)	22:12 (35)	26:23 (38)	32:17 (34)	41:01 (34)	48:23 (35)	54:13 (35)	58:19 (35)	1:05:14 (34)	1:13:18 (33)	1:17:41 (33)	1:18:58 (33)
41	IL GeoForm				5:01 (34)	3:44 (25)	3:40 (32)	7:42 (34)	4:54 (38)	10:28 (38)	9:44 (38)	7:03 (28)	6:43 (33)	3:53 (30)	7:50 (33)	9:04 (34)	3:38 (27)	0:47 (16)

Sammenlagt (532 unike løpere i alle løyper)

Totalsum

Plass	Navn	Klubb	1.5	10.5	10.5	16.5	23.5	4.7	1.8	2.8	15.8	13.9	19.9	27.9	4.10	Totalt
1	Jo Inge Fjellstad	Ås-NMBU Orientering	(715)	1365	1400	(1236)	(1255)	(1197)	(1110)	(1100)	1389	1400	1261	1290		8105
2	Audun Bjerknes	Måren OK		1336	1382	(1232)	1300	(1146)	(1066)		1339	(800)	1326	1360		8043
3	Knut Edvard Helland	Østmarka OK	(987)	(1139)	1178	(1127)	1163	(1124)	(1068)		1345		1366	1357	1317	7726
4	Håkon Danevad	Ås-NMBU Orientering						1166			1300	1177	1400	1300	1341	7684
5	Ole Kjell Langmyren	Lillomarka OL		1300	1258	1244	1259	1153	(1043)	(1033)	1400					7614
6	Espen Wigaard	Oppsal Orientering				1142		1166	(1065)	(800)	1345	(1139)	1302	1382	1258	7595
7	Thomas Bedin	Indre Østfold OK				1300	1203	(1110)	1200	1200	1318		1346			7567
8	Richard Zeiner-Gundersen	Lierbygda OL	1194	1339	1316	(676)	1039				(952)	(947)		1200	1283	7371
9	Ståle Heitmann	Fossum IF	(673)	1226	1352	1127	1159	(1086)			1331	(909)			1171	7366
10	Vidar Berteig	IL GeoForm	1105	1262	1200	1190	1100		(1100)	(1000)	(1100)	(1100)	1300			7157
11	Morten Due	Måren OK		1264			1162	933			1200		1146	1286		6991
12	Sture Ottesen	Indre Østfold OK					1211	1134	1027	(985)	1192	1182		1163		6909
13	Martin Granly	Lillomarka OL	(575)	1175	1098	(1082)		(964)	(992)	(807)	1100	1101		1157	1244	6875
14	Idar Brekke	Ås-NMBU Orientering		1305		1176	1113	1073	955		1238					6860
15	Audrun Utskarpen	IL GeoForm		1128	1072	1057	(1031)	(700)	(800)		1108	1300	1044	(930)		6709
16	Linus Olhans	Ås-NMBU Orientering		800			1265	1159	1191	932	1344					6691
17	Peter Klaveness	Måren OK	(383)	1201	1090	1094	987	(800)	(941)		1011	1061				6444
18	Ove Martinsen	Hauketo IF	915	947	(888)	1096		(766)	962	(784)	(700)		1181		1242	6343
19	Are Eriksen	Oslostudentenes IK				1009		957	800	(800)		1148		1139	1137	6190
20	Håkon Gjerde	Indre Østfold OK					1200	1144	1006	1381					1394	6125
21	Erlend Sommerhein	Fossum IF	220			1000			1143	1188				1193	1333	6077
22	Knut Bjærkelo	Nordre Follo Orientering							1084	1037	1329		1373		1250	6073
23	Jon Færden	Nordre Follo Orientering	(291)	1015	930	1028	(889)	(700)	920	(700)				973	1146	6012
24	May Bente Brurberg	Ås-NMBU Orientering		840	(800)	1007	942	(839)				1068		1020	1129	6006
25	Eldar Børsum	Bækkelaget SK	890	1089	1042	1086	1021	869								5997
26	Eirik Nordhagen	Ås-NMBU Orientering			800	1077	1090	820				899	1262			5948
27	Geir Trøan	Nordre Follo Orientering	(740)	900		(884)	(795)	1100	946	1100	905		(864)	(800)	919	5870
28	Gulftom Egge	IL GeoForm				1201	1099				1279	1086			1180	5845
29	Jon Lahlum	IL GeoForm	(330)	1082	997	1029	986	835	832							5761
30	Bjørn Idar Sætran	IF Trauma							1008	1106	1186		1353		1067	5720
31	Pål Sommerhein	Fossum IF				1020			1070	1095				1184	1330	5699
32	John Ytternes	Nordre Follo Orientering	730	800		954					1216			800	1064	5564
33	Per Arne Andresen	Nordre Follo Orientering		956	907	991	969				1030				700	5553
34	Kristian Stenrud	Indre Østfold OK	(140)		904	917	909	833	(750)		(800)		827	(800)	1089	5479
35	Tor Lahlum	Nordre Follo Orientering	988	725	(500)	600	902				1078	1175				5468
36	Wendy Fjellstad	Ås-NMBU Orientering	(572)	1002	788	(559)	963	800			955	(600)			954	5462
37	Claes-Tommy Herland	Indre Østfold OK						1067	1058	1098	1126			997		5346
38	Sharon Broadwell	IL GeoForm	988	900	900	861	775		(589)	(400)	897					5321
39	Rune Hultgreen	IL GeoForm	(400)	1051	754	793		700	(700)					994	1006	5298
40	Kjersti Holt Hanssen	Måren OK					1017	876			996			1149	1185	5223
41	Hasse Bergstrøm	Tyrving IL	941	801	(600)	962	741	831	(700)	(700)					927	5203
42	Trine Marit Justad Raaen	Lierbygda OL	(602)	864	847	870	(615)		700	(600)				700	1200	5181
43	Laila Stenrud	Indre Østfold OK	(301)	800	(700)	(740)	(700)	882	(660)		800		844	800	1050	5176
44	Øyvind Tham	Indre Østfold OK	692		600				988	600			1100	1063		5043
45	Per Fossler	Heming Orientering	(552)		700			(600)	700	900			800	801	1060	4961
46	Anna Lina Toverud	Nordre Follo Orientering	(299)	800		(600)	(600)				700	700	888	800	974	4862
47	Sissel Olaisen	Nordre Follo Orientering	(330)					803	(600)		700	994	800	700	851	4848
48	Gunnar Tenge	Ås-NMBU Orientering			1197			1112			1344	1135				4788
49	Erik Rytter Jakobsen	OK Moss							1059	1107		1300			1303	4769
50	Ingrid Lome-Hagman	Nordre Follo Orientering	(280)	800				(680)	(600)	(600)	700	852	800	733	843	4728
51	Frank Åge Kippernes	FFI BIL				800			800	975				1052	1098	4725
52	Rune Teigland	Østmarka OK						1091					1306	1167	1110	4674
53	Jon C. Fougner	Heming Orientering		800	700			625	600					848	960	4533
54	Grete Berntsen	Måren OK				600		762	600				800	899	847	4508