

TJALVISTEN

MEDLEMSBLAD FOR

Spesialutgave Holmenkollstafetten 2024



IDRETTSKLUBBEN TJALVE

Digital utgave

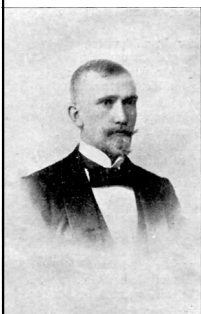
108. årgang

Seier til jentene for andre året på rad!

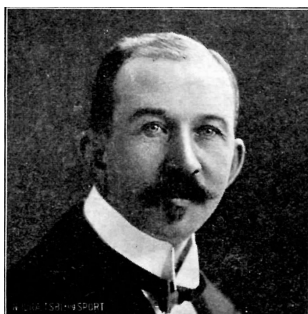


For andre året på rad knuste kvinnelaget all motstand i Holmenkollstafetten og vant en klar seier foran SK Vidar. Seiersmarginen ble 0:49 og tiden 58:31. Det er noe dårligere enn i fjor, men vi må ta i betraktning at ti av de som løp stafetten i fjor var borte i år av forskjellige årsaker. Også laget for menn hevet seg fra i fjor og ble nr.6, men avstanden opp til vinneren Ull/Kisa var adskillig mindre enn i fjor. Vi kunne også glede oss over at vi kunne stille lag i juniorklassen (U23) både på kvinnesiden og herresiden. En spesielle takk til de yngre som løp både på elitelagene og juniorlagene. På bildet ser vi noen av de som løp på vinnerlaget. Fra venstre: Laura Veen, Maren Bakke Amundsen, Kristine Aker-vold, Ida Eikeng, Marte Pettersen, Solveig Hernandez Vråle, Malin Edland, Maiken Homlung Prøitz og Aurora Brandt Sande. Foto: Bjørn Henriksen

Idrettsklubben Tjalve



Asbjørn Bjerke



Gustav S. Thorp



Oscar Fredriksen

Idrettsklubben Tjalve ble stiftet tredje juledag 1890 av tre unge menn, Gustav S. Thorp, Oscar Fredriksen og Asbjørn Bjerke. Thorp med sine 24 år var den eldste, 19 år gamle Bjerke den yngste. Alle tre var utbrytere fra Kristiania Sportsforening, som var blitt dannet i 1887 og ble oppløst allerede i 1893. Etter en rekke opphissede diskusjoner i Sportsforeningen, blant annet om amatørspørsmålet, trakk de tre seg ut sent i 1890. Om kvelden tredje juledag møttes de i "den nye bodega i Prinsens gade", og der "beseglede" de dannelsen av den nye klubb med "et glass vin og et haandtrykk". I sin beretning om begivenheten 15 år senere konstaterte Gustav Thorp tørt at dette "var visstnok den mindste forening, baade her i landet og ellers, men vi var til gjengjeld enige og opfylt av iver for sagen"

Styret 2024/2025

Leder: Ronny Nilsen	90517098
Nestleder: Svein Søndena	95232321
Styremedlem: Heidi Maltun	97950065
Styremedlem: Pål Hexum Solbu	95150926
Styremedlem: Åse Wikshåland	95992171
Utøvere-representant: Malin Nyfors	91687149
Varamedlem: Henrik Velle	91190880

Daglig leder: Matias Lavik	45204125	matias@tjalve.no
Vikar: Martin Næss	47301493	martin@tjalve.no
Sportslig leder: John Ertzgaard	92899929	ertzgaard@tjalve.no
Arrangementskoordinator: Eirik Røe	90632141	roe@tjalve.no
Vikar: Thea Alsaker	40625254	thea@tjalve.no

Tjalvisten

Redaksjonskomite: Matias Lavik	45204125	
John Ertzgaard	92899929	
Bjørn Henriksen	91793453	bjorn-he@online.no

I dette nummeret

Redaksjonens hjørne	3
Rekordpåmelding	4
Resultater kvinner elite	10
Passeringstider kvinner	11
Resultater menn elite	18
Passeringstider menn	19
Lagoppstillinger	22
Kvinner junior	26
Passeringstider kvinner junior	29
Menn junior	32
Passeringstider menn junior	34
Resultater juniorklassene	39
Dugnadsånden lever	40
Tjalvetøy	45



by **job&talent**

IK Tjalve

Underhaugsveien 1
0354 Oslo

Telefon: 22 60 43 40
E-post: mail@tjalve.no

Web: www.tjalve.no



Redaksjonens hjørne

Som i fjor har vi den glede å gi ut et spesialnummer av Tjalvisten i forbindelse med Holmenkollstafetten som gikk av stabelen lørdag 4.mai.

Årets stafett ble en kjempesuksess både sportslig og økonomisk. 4841 lag var påmeldt og etter hva vi har klart å regne ut var det 4687 lag som fullførte. Det er en frafallsprosent på bare 3%.

Tusen takk til alle som var med å gjøre denne dagen til en dag vi vil huske i mange år framover. Til dere som løp, alle dommere og funksjonærer som bidro til at vi dro dette kjempearrangementet i land.

En spesiell takk til alle som har bidratt med bilder til denne utgaven av Tjalvisten. Vi må nevne Eirik Førde, Samuel Hafsahl, Per Behrens, Morten Nørjordet og mange av foreldrene til ungdommen på juniorlagene.

Ikke uventet forsvarte jentene våre seieren i kvinneklassen fra i fjor med god margin. Vi i IK Tjalve er kjempestolte av dere. Vi løp nesten like fort som i fjor, selv om mange fra fjorårets lag var borte av forskjellige årsaker. Forsetter det slik blir det mange hyggelige år framover. Til jentene vil jeg bare si som jeg sa i fjor: Dere er ikke bare smarte og gode til å løpe, men aldeles nydelige!

Gutta viste framgang fra i fjor, selv om vi også her manglet en del av de beste. Om noen år er dere tilbake på toppen av pallen.

Holmenkollstafetten er nå verdens største løpsarrangement. 72 000 løp gjennom Oslo gater på lørdag 4.mai.

Bjørn Henriksen

Redaksjonen



Matias Lavik



John Ertzgaard



Bjørn Henriksen

Redaksjonen avsluttet 07.05.2024.

Rekordpåmelding til årets Holmenkollstafett



Det sies at rekorder er til for å slås. Det skjedde til de grader i årets utgave av stafetten. 4841 lag påmeldt sammenliknet med 4093 lag i fjor. 4687 lag fullførte. Det er et frafall på bare 3 %

Årets stafett hadde navnet Spar Holmenkollstafetten for å forenkle litt et veldig langt navn.

Fra Norgesgruppen stilte 153 lag til start. Det har vel aldri i stafettens historie vært så mange lag fra et konsern. DnB var ikke mye dårligere med 144 lag.

Været viste seg fra sin beste side og vi har ikke blitt gjort kjent med noen alvorlige hendelser underveis.

Ingen endringer i løypa i år. Løypekartet kan dere se på neste side.

I fjor var jentene suverene i kvinneklassen da de løp inn til tiden 56.60 som var ny løyperekord. De var nøyaktig 2:00 foran SK Vidar.

Fra vinnerlaget i fjor var hele ti utøvere borte fra årets lag grunnet forskjellige årsaker. Disse var: Lakeri Ertzgaard (OL kvalik på Bahamas), Selma Løchen Engdahl (ny klubb), Malin Nyfors (stevne i Tyskland), Maria Sagnes Wågan (ny klubb), Karoline Bjerkeli Grøvdal (høydetrening i Flagstaff), Ingeborg Løvnes (lagt opp), Margrete Baustad (svangerskapspermisjon), Charlotte Olzsak (ny klubb), Hedda Hynne (ukjente årsaker) og Kaitesi Ertzgaard (nylig operert). Amalie Iuel var også opptatt med OL-kvalifisering på Bahamas, og Sophia Laukli som skulle ha erstattet Karoline på klatreetappen opp til Besserud hadde pådratt seg en skade og måtte melde avbud. Et par dager før start hadde man ikke fullt mannskap i kvinneklassen, men det ordnet seg til slutt.

I klassen for menn ble IK Tjalve nr.8 i fjor og måtte finne seg i å bli slått av et lag fra bedriftsklassene. I år var målet å sørge for at det ikke skjedde igjen. Dessverre var vårt nye ess, Magnus Tuv Myhre på treningsleir i USA. Tobias Grønstad prioriterte et annet stevne i Tyskland samme helg. Petter Rypdal som løp klatreetappen i fjor har meldt overgang til ny klubb. Av våre andre nye forsterkninger var både Eivind Trym Wikshåland og Simen Halle Haugen skadet og kunne ikke løpe. Vår tidligere storløper, Snorre Holtan Løken (trener for distansegruppa) løp i fjor, men valgte ikke å stille i år grunnet skade. Vår norgesmester i orientering, Ulrik Astrup Arnesen, var heller ikke klar til å løpe.

Vi var derfor veldig spente på hvordan stafetten vill gå i år. Ville det bli total fiasko, eller ville jentene klare å gjenta bedriften fra i fjor.

Lagoppstillingen til kvinnelaget finner man på s.22. Ingeborg Østgård var i år flyttet fram til startetappen etter å ha løpt Norabakken i fjor. Ingeborg hadde selv etapperekorden på 03:21 satt i 2022 da hun løp for Ren-Eng.

Ingeborg gikk rett i tet og fikk ganske raskt en ledelse til resten av feltet. Den økte jamt og trutt gjennom hele etappen, og hun kunne gi fra seg pinnen etter 03:16. Det gikk 12 sekunder før SK Vidar kom inn til veksling.



Ingeborg gikk rett i tet, og det var bare to lag som tok sjansen på å følge. Foto: Eirik Førde



Hvor ble det av de andre? Ingeborg i ensom majestet på siste runden inne på Bislett. Foto: Eirik Førde



LØYPEKART

HOLMENKOLLSTAFETTEN

Med start fra Bislett Stadion eller St.Hanshaugen



veksling

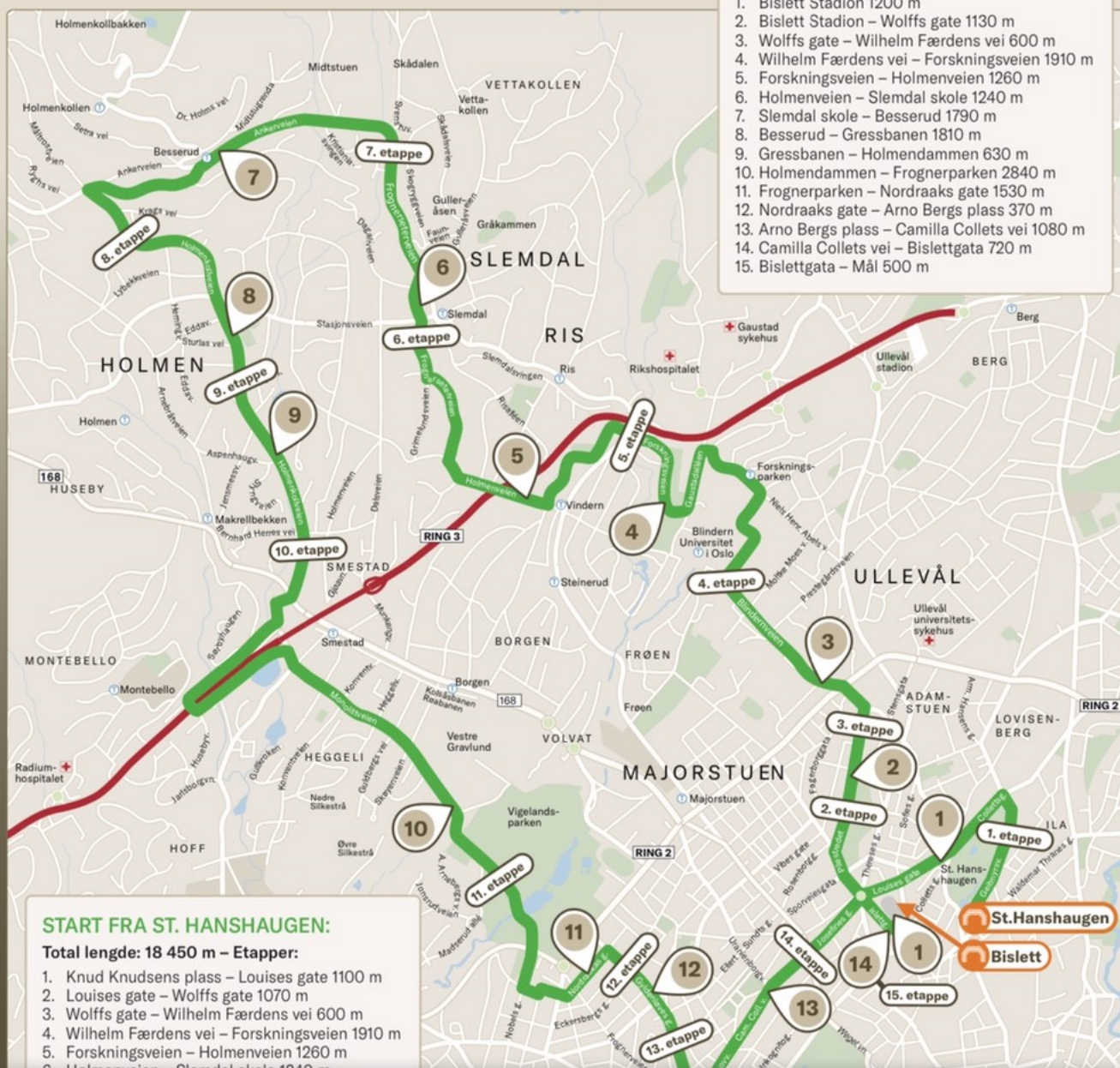


etappe

START FRA BISLETT STADION:

Total lengde: 18 610 m – Etapper:

1. Bislett Stadion 1200 m
2. Bislett Stadion – Wolffs gate 1130 m
3. Wolffs gate – Wilhelm Færdens vei 600 m
4. Wilhelm Færdens vei – Forskningsveien 1910 m
5. Forskningsveien – Holmenveien 1260 m
6. Holmenveien – Slemdal skole 1240 m
7. Slemdal skole – Besserud 1790 m
8. Besserud – Gressbanen 1810 m
9. Gressbanen – Holmendammen 630 m
10. Holmendammen – Frognerparken 2840 m
11. Frognerparken – Nordraaks gate 1530 m
12. Nordraaks gate – Arno Bergs plass 370 m
13. Arno Bergs plass – Camilla Collets vei 1080 m
14. Camilla Collets vei – Bislettgata 720 m
15. Bislettgata – Mål 500 m



START FRA ST. HANSHAUGEN:

Total lengde: 18 450 m – Etapper:

1. Knud Knudsens plass – Louises gate 1100 m
2. Louises gate – Wolffs gate 1070 m
3. Wolffs gate – Wilhelm Færdens vei 600 m
4. Wilhelm Færdens vei – Forskningsveien 1910 m
5. Forskningsveien – Holmenveien 1260 m
6. Holmenveien – Slemdal skole 1240 m

Spar Holmenkollstafetten 2024

På neste etappe opp Norabakken hadde Tjalve gamblet litt ved å bruke 16-årige Aurora Brandt Sande fra Koll IL. Egentlig var det vel ingen av oss som var redd for at det skulle gå galt, da Aurora er en meget lovende mellom/langdistanseløper. Aurora fryktet ingen og ved neste veksling hadde hun økt Tjalves ledelse til 15 sekunder. Som ventet var det SK Vidar som kom opp til toppen av Norabakken som nr.2.



Frøken Aurora Kanutte har overtatt pinnen og er på vei ut av Bislett stadion. For de som har godt syn kan man skimte SK Vidar i det fjerne. Foto: Eirik Førde



Her har Aurora startet på stigningen med SK Vidar på trygg avstand. Foto: Samuel Hafsaahl



På det bratteste partiet i bakken har mor Eva Brandt Sande knipset datteren, fortsatt i fin stil.



Aurora har nådd toppen av Norabakken og øker ledelsen til SK Vidar til 15 sekundere. Foto: Bjørn Henriksen



Her har Aurora gitt pinnen videre til Kristine Akervold som løp den 600m lange 3.etappen fram til Kirkeveien. Foto: Bjørn Henriksen

Kristine gikk nok litt for sakte ut da hun ikke er vant til å løpe så langt som 600m. Som hun selv sa: Det er vanskelig å beregne farten når du ikke ser mållinjen. Ved overgangen til 4.etappe var avstanden til SK Vidar redusert til 5 sekunder.



Maiken er i gang med sin etappe. Foto: Liv Kulle Andreassen

På berg og dalbaneetappen hadde Tjalve Maiken Homlung Prøitz, som løp Holmenkollstafetten for klubben for første gang. Motstander var Kristine Meinert Rød fra SK Vidar. Ved veksling i Forskningsparken hadde SK Vidar overtatt ledelsen foran Ull/Kisa. IK Tjalve vekslet 10 sekunder bak.

Ingrid Folvik var i år satt til å løpe 5.etappe etter å ha gjort en meget god jobb på 11.etappe gjennom Frognerparken i fjor. Ingrid løp en meget god etappe og holdt avstanden til SK Vidar på 10 sekunder. Det var faktisk tre løpere med samme etappetid som også var ny etapperekord: Ingrid, Hanne Kristine Larsen fra SK Vidar og Julie Furuseth fra Gular.

Annie Bersagel var tilbake etter fødsel og satt til å løpe Lille Besserud. Etappen er på 1240m med bratt stigning. Ved veksling før klatreetappen opp til Besserud var SK Vidar fortsatt i tet foran Gular som var 14 sekunder bak. Tjalve tapte ytterligere på etappen og da Sigrid Jervell Våg overtok pinnen lå Tjalve 17 sekunder bak. Fortsatt var det mulighet til å ta igjen dette forspranget.

Sigrid løp en monsteretappe og da hun leverte pinnen til Kristine Helle-Andresen på toppen var IK Tjalves ledelse på 21 sekunder. Sigrid løp etappen på 06:19. Det var bare 20 sekunder bak etapperekorden til Karoline Bjerkeli Grøvdal fra i fjor. SK Vidar var nr.2, mens den siste pallplassen stod mellom Varegg og Gular.



Sigrid har kommet seg opp til Besserud og kan gi pinnen videre til Kristine Helle-Andresen. Foto: Per Behrens



Kristine har overtatt pinnen og satt kurs mot Gressbanen. Foto: Per Behrens.



Kristine på vei nedover bakkene på vei mot veksling ved Gressbanen. Foto: Liv Kulle Andreassen

Ved Gressbanen ventet vår eminente sprinter Marte Pettersen på å overta pinnen. Etappen er på 600m og litt i lengste laget for en sprinter som er vant til å løpe 100 og 200m. Da Kristine ga fra seg pinnen var avstanden fortsatt 21 sekunder tilbake til SK Vidar. Marte fikk det tungt etter hvert, og ved veksling før den lange etappen hadde SK Vidar spist inn forspranget og vekslet likt med Tjalve.

Den lengste etappen i stafetten er 2810m og går fram til Frognerparken. Malin Edland løp etter hvert fra de andre lagene å kunne veksle 11 sekunder foran SK Vidar. Malin løp etappen på 08:31, noe som bare er to sekunder bak etapperekorden.

På den 11. etappen ble stafetten avgjort. Anne Gine Løvenes, som løp for SK Vidar i fjor, knuste etapperekorden med fire sekunder og løp på 04:36. Ved veksling hadde hun økt ledelsen til 30 sekunder og stafetten var avgjort.



Vi har dessverre ikke noe etappebilde av hun som avgjorde stafetten for Tjalve, så vi har valgt et bilde av Anne Gine fra NM terreng tatt for et par uker siden. Foto: Bjørn Henriksen

På den korte etappen fram til veksling ved Arno Berg plass løp vår mangekamp stjerne Ida Eikeng. Etappen er på 370m og gikk en gang i tiden under navnet dumpa. Det var i gamle dager da stafetten fulgte gamle Drammensvei. Ida holdt avstanden bakover og kunne gi pinnen videre til Solveig Hernandez Vråle, som de siste årene har løpt 1. etappe.

Solveig sparte ikke på kruttet og på den 1080 m lange etappen med lett stigning fram til veksling i Camilla Collettsvei hadde hun økt ledelsen med 12 sekunder, slik at Tjalve nå var 41 sekunder foran.

Sjarmøretappen var i år overlatt til Laura Veen da Hedda Hynne hadde meldt forfall. Som 400m løper passet denne etappen Laura godt, som kunne paradere opp Josefine gaten i ensom majestet.



Ida gir pinnen videre til Solveig etter en vel gjennomført etappe. Foto: Samuel Hafsahl



Laura har gjort jobben sin og kan gi pinnen videre til Maren Bakke Amundsen. Foto: Morten Nørjorget



Ikke mange andre å se da Laura paraderte bortover Josefine gate mot siste veksling. Foto: Bjørn Henriksen



Dermed var det gjort. Nok en seier til IK Tjalve i Holmenkollstafetten. Foto: Eirik Førde

Resultater kvinner elite

Rank		Race No	Team	Company	Time
1		1	IK Tjalve		0:58:13
2		2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar	0:59:02
3		5	Idrottslaget Gular		0:59:44
4		4	Varegg Fløridrett		0:59:56
5		19	Mölnåls AIK		1:00:28
6		7	Strindheim	Strindheim	1:01:26
7		20	Hälle IF	Hälle IF	1:01:54
8	↑	11	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		1:02:29
9	↓	6	SK Vidar 2	Sportsklubben Vidar	1:02:32
10	↓	3	Raumnes & Årnes IL		1:02:42
11	↑	8	IL i BUL	Idrottslaget i BUL	1:03:29
12	↓	12	spirit friidrett		1:03:32
13		16	Namdal Løpeklubb		1:04:19
14		17	SK Vidar Dreamteam	Sportsklubben Vidar	1:05:29
15		10	Kjelsås Langrenn	Kjelsås	1:05:47
16		9	SK Vidar Villa	Sportsklubben Vidar	1:06:08
17		13	Tyrving Friidrett	Tyrving Friidrett	1:06:16
18		14	FIK Ren-Eng		1:06:19
19		15	Lillehammer Idrettsforening		1:07:17
20		18	Svorkmo N.O.I.		1:09:41



Jentene på elitelaget fotografert utenfor kontoret i Underhaugsveien før start. Fra venstre: Ingeborg, Maiken, Anne Gine, Marte, Maren, Kristine, Laura, Sigrid, Ingrid, Kristine, Aurora, Malin og Ida. Foto: Bjørn Henriksen

Passeringstider kvinner elite

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1	IK Tjalve			0:03:16		2:59 min/km	+						
2	2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:03:28		+ 12	3:09 min/km		+				
3	11	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:03:33		+ 17	3:14 min/km		+				
4	12	spirit friidrett			0:03:35		+ 19	3:15 min/km		+				
5	3	Raumnes & Årnes IL			0:03:36		+ 20	3:16 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1	IK Tjalve			0:07:07		3:17 min/km	+						
2	2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:07:22		+ 15	3:24 min/km		+				
3	3	Raumnes & Årnes IL			0:07:29		+ 22	3:27 min/km		+				
4	19	Mölnåls AIK			0:07:35		+ 29	3:30 min/km		+				
5	5	Idrottslaget Gular			0:07:38		+ 31	3:31 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1	IK Tjalve			0:08:57		3:14 min/km	+						
2	2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:09:01		+ 5	3:16 min/km		+				
3	19	Mölnåls AIK			0:09:12		+ 16	3:20 min/km		+				
4	5	Idrottslaget Gular			0:09:18		+ 22	3:22 min/km		+				
5	3	Raumnes & Årnes IL			0:09:20		+ 23	3:22 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:15:27		3:19 min/km	+						
2	11	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:15:36		+ 9	3:20 min/km		+				
3	1	IK Tjalve			0:15:37		+ 10	3:21 min/km		+				
4	4	Varegg Fløridrett			0:15:37		+ 10	3:21 min/km		+				
5	5	Idrottslaget Gular			0:15:39		+ 12	3:21 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:19:10		3:14 min/km	+						
2	1	IK Tjalve			0:19:19		+ 10	3:16 min/km		+				
3	5	Idrottslaget Gular			0:19:22		+ 12	3:16 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:23:54		3:20 min/km	+						
2	5	Idrottslaget Gular			0:24:07		+ 14	3:22 min/km		+				
3	1	IK Tjalve			0:24:11		+ 17	3:22 min/km		+				
4	4	Varegg Fløridrett			0:24:16		+ 22	3:23 min/km		+				
5	19	Mölnåls AIK			0:24:29		+ 36	3:25 min/km		+				

Passeringstider kvinner elite

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company							Time	Behind	Speed		
1	↑	1	IK Tjalve								0:30:30		3:24 min/km	+
2	↓	2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar							0:30:50	+ 21	3:27 min/km	+
3	↑	4	Varegg Fleridrett								0:31:13	+ 43	3:29 min/km	+
4	↓	5	Idrottslaget Gular								0:31:14	+ 45	3:29 min/km	+
5		19	Mölnåls AIK								0:31:30	+ 1:01	3:31 min/km	+
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company							Time	Behind	Speed		
1		1	IK Tjalve								0:35:29		3:18 min/km	+
2		2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar							0:35:49	+ 21	3:20 min/km	+
3		4	Varegg Fleridrett								0:36:01	+ 33	3:21 min/km	+
4		5	Idrottslaget Gular								0:36:06	+ 38	3:21 min/km	+
5		19	Mölnåls AIK								0:36:23	+ 55	3:23 min/km	+
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company							Time	Behind	Speed		
1		1	IK Tjalve								0:37:28		3:17 min/km	+
2		2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar							0:37:28	+ 1	3:17 min/km	+
3		4	Varegg Fleridrett								0:37:46	+ 18	3:19 min/km	+
4		5	Idrottslaget Gular								0:37:50	+ 23	3:19 min/km	+
5		19	Mölnåls AIK								0:38:13	+ 46	3:21 min/km	+
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company							Time	Behind	Speed		
1		1	IK Tjalve								0:45:58		3:14 min/km	+
2		2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar							0:46:09	+ 11	3:15 min/km	+
3	↑	5	Idrottslaget Gular								0:46:30	+ 32	3:16 min/km	+
4	↓	4	Varegg Fleridrett								0:46:32	+ 35	3:16 min/km	+
5		19	Mölnåls AIK								0:47:05	+ 1:07	3:19 min/km	+
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company							Time	Behind	Speed		
1		1	IK Tjalve								0:50:34		3:13 min/km	+
2		2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar							0:51:03	+ 30	3:15 min/km	+
3	↑	4	Varegg Fleridrett								0:51:38	+ 1:04	3:17 min/km	+
4	↓	5	Idrottslaget Gular								0:51:41	+ 1:07	3:17 min/km	+
5		19	Mölnåls AIK								0:52:12	+ 1:38	3:19 min/km	+
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company							Time	Behind	Speed		
1		1	IK Tjalve								0:51:31		3:12 min/km	+
2		2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar							0:52:00	+ 29	3:14 min/km	+
3		4	Varegg Fleridrett								0:52:32	+ 1:02	3:16 min/km	+
4		5	Idrottslaget Gular								0:52:40	+ 1:09	3:16 min/km	+
5		19	Mölnåls AIK								0:53:11	+ 1:40	3:18 min/km	+

Passeringstider kvinner elite

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------	-----------	--------------	--------------------

Rank	Race No	Team	Company	Time	Behind	Speed
1	1	IK Tjalve		0:54:41		3:11 min/km +
2	2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar	0:55:21	+ 41	3:13 min/km +
3	5	Idrottslaget Gular		0:56:03	+ 1:22	3:16 min/km +
4	4	Varegg Fleridrett		0:56:07	+ 1:26	3:16 min/km +
5	19	Mölnåls AIK		0:56:46	+ 2:05	3:18 min/km +

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------	-----------	--------------	--------------------

Rank	Race No	Team	Company	Time	Behind	Speed
1	1	IK Tjalve		0:56:45		3:10 min/km +
2	2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar	0:57:26	+ 41	3:12 min/km +
3	5	Idrottslaget Gular		0:58:09	+ 1:24	3:15 min/km +
4	4	Varegg Fleridrett		0:58:17	+ 1:33	3:15 min/km +
5	19	Mölnåls AIK		0:58:53	+ 2:09	3:17 min/km +

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------	-----------	--------------	--------------------

Rank	Race No	Team	Company	Time	Behind	Speed
1	1	IK Tjalve		0:58:13		3:09 min/km +
2	2	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar	0:59:02	+ 49	3:12 min/km +
3	5	Idrottslaget Gular		0:59:44	+ 1:32	3:14 min/km +
4	4	Varegg Fleridrett		0:59:56	+ 1:44	3:15 min/km +
5	19	Mölnåls AIK		1:00:28	+ 2:16	3:16 min/km +



Maren og Laura blir intervjuet av NRK. Foto: Samuel Hafsahl



En liten bukkett kvinnelige Tjalvister: Solveig, Kristine og Laura. Foto: Samuel Hafsahl

Spar Holmenkollstafetten 2024

Som nevnt i innledningen var vi spente på om gutta kunne reise kjerringa etter en dårlig stafett i fjor. Som nevnt har man forsøkt å styrke laget foran denne sesongen, men alle forstrekingene var enten på treningsleir i USA eller skadet.

Nikolai Solum var flyttet fram til 1.etappe i år etter å ha løpt 3.etappe i fjor. Grunnen til det var at man ønsket å benytte Ferdinand Kvan Edman på berg og dal.

Det svenske laget Hälle IF brukte noen av sine beste løpere på de første etappene. De fikk dermed en ledelse på tre sekunder til Gular mens Tjalve, BUL og Ull/Kisa var fire sekunder bak ved veksling.



Første etappe er i gang med Hälle IF i tet og Tjalve rett bak (Nikolai til venstre). Foto: Eirik Førde

På etappen opp Norabakken hadde Tjalve valgt en 16-åring fra Koll også i klassen for menn. Axel Wold Møller fikk prøve seg på elitelaget allerede i fjor da han løp siste etappe.

Ved veksling lå Tjalve likt med Ull/Kisa, Gular og IL i BUL. De holdt sammen fram til de verste stigningene. Mot slutten av etappen tapte Axel litt til de andre lagene, men var bare syv sekunder etter Ull/Kisa på toppen av bakkene. Ved veksling var Hälle IF fortsatt i ledelsen, fem sekunder foran IL i BUL. Tjalve lå på en 7.plass.

På 3.etappe hadde Tjalve satt opp Jacob Løvold. Etter en noe formlende veksling fikk han pinnen med seg videre på vei mot Kirkeveien og veksling før berg og dal.

600m er nok altfor kort for Jacob som tapte 11 sekunder til teten på etappen. Etter 3.etappe var vi 24 sekunder bak Hälle IF og 17 sekunder bak Ull/Kisa på en 8.plass.



Axel på vei ut fra Bislett sammen med representanten fra IL i BUL Foto: Eirik Førde



Før de verste stigningene var BUL, Gular, Tjalve og Ull/Kisa fortsatt samlet. Foto: Samuel Hafsahl



Axel nærmer seg veksling med SK Vidar rett bak. Foto: Bjørn Henriksen

Ferdinand var som sagt flyttet fra 1.etappe og til 4.etappe i år. Berg og dalbaneetappen går fra Wilhelm Færdens vei til Forskningsveien og er på 1910m. Her fikk han selskap av Andreas Kramer fra Ull/Kisa som løp sin etapperekord ned til 05:11. Ferdinand løp etappen på 05:13 og forbedret Tjalves posisjon noe før man begynte på stigningene opp til Besserud. Etter 4.etappe hadde Ferdinand løpt Tjalve opp til en 4.plass.

Henrik Velle hadde fått i oppgave å løpe 5.etappe. Han tapte noe til teten og før man begynte på Lille Besserud var Tjalve 33 sekunder bak Ull/Kisa.

Iver Matias Glomnes løp i år Lille Besserud og før man startet klatringen opp til Besserud hadde vi tapt ytterligere sekunder til teten, som nå var 57 sekunder foran.

På etappen opp til Besserud tapte Jonas Riseth ytterligere sekunder til teten, og før vi begynte å løpe nedover igjen lå Tjalve 01:38 bak teten.

Som i fjor var det Mads Bigum Johansen som løp pinnen ned til Gressbanen. Ved veksling var avstanden til tet økt litt til 01:43. Her vekslet han med Adrean Bakke som løp de 600m ned til Holmendammen. Adrean tapte også litt til tet som nå var 01:49 foran.

I fjor tapte vi minuttet til teten på den lengste etappen fram til Frognerparken. I år var denne etappen gitt til en formsterk utøver, ingen ringere enn Mikkel Blikstad Thomassen. Mikkel løp et veldisponert løp og tok inn syv sekunder på Ull/Kisa og løp Tjalve opp fra en 9.plass til en 7.plass. Vi var bare to sekunder bak Gneist på en 6.plass



Jonas har kommet seg til toppen og kan gi pinnen videre til Mads. Foto: Per Behrens



Mads på vei ned mot Gressbanen. Foto: Liv Kulle Andreassen



Mikkel underveis på den 10.etappen i stafetten. Foto: Jorunn Røvik

Ved inngangen til Frognerparken var det Abdullahi Ali som ventet på å bringe pinnen videre. Han tapte 20 sekunder til tet og ved veksling før den korte etappen (dumpa) var avstanden til teten 02:02. I forhold til i fjor lå vi godt an til å gjennomføre en mye bedre stafett.

Ingen ringere enn Kenny Emi Tijani-Ajayi hadde fått æren av å løpe stafettens korteste etappe. Det gjorde han på en utmerket måte og ved inngangen til den 13.etappen var avstanden til teten den samme.

Her overtok Børge Berg pinnen og løp den fram til veksling i Camilla Collets vei. Børge tapte nye 20 sekunder til tet, men vi var fortsatt bare 02:22 bak Ull/Kisa på dette tidspunkt.

Da var det opp til Sander Aae Skotheim å kutte ned forspranget på sjarmøretappen. Ikke nok med at han tangerte etapperekorden til Thomas Roth, han tok inn ni sekunder på ledende Ull/Kisa. Vi vil bare minne om at den samme Roth har løpt 800m på 1:45-tallet.

Tjelve var da kommet seg opp på en 6.plass og var bare ti sekunder bak IL i BUL på 5.plass. Hva kunne så Aiden Floyd Vincent gjøre på siste etappe? Ti sekunder var vel kanskje i meste laget å ta inn på 500m, men da Aiden gikk i mål var avstanden bare fem sekunder.

Det ble en oppløftende 6.plass på gutta, 02:11 bak Ull/Kisa. I fjor var avstanden 03:37. Vi er på rett vei. Neste år er det ikke noe EM som kan ødelegge for stafetten. Da vil vi forhåpentligvis være enda nærmere teten.



Kenny gir pinnen videre til Børge som løp 13.etappe. Foto: Samuel Hafsaahl



Sander på vei opp Josefine gate på vei mot Bislett og siste veksling. Foto: Bjørn Henriksen



Siste veksling i Bislettgate. Sander har gitt pinne videre til Aiden som setter kurs mot maratonporten inn til Bislett stadion. Foto: Morten Nørjordet



Aiden er i mål til en fin 6.plass for gutta. Foto: Eirik Førde



Aiden på vei mot maratonporten. Foto: Morten Nørjordet

Resultater menn elite

Rank		Race No	Team	Company	Time
1		1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	0:49:16
2		1203	Hälle IF	Elit	0:49:53
3		1202	Idrottslaget Gular		0:50:02
4		1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar	0:50:36
5		1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL	0:51:21
6		1206	IK Tjalve		0:51:26
7		1205	IL Gneist - Friidrett 1	IL Gneist	0:51:30
8		1207	Jølster IL	Jølster Idrettslag	0:51:49
9		1213	Mosvik IL Friidrett		0:52:48
10	↑	1212	Varegg Fleridrett		0:52:58
11	↑	1210	IL Heming	IL HEMING	0:53:00
12	↓	1208	SK Vidar 2	Sportsklubben Vidar	0:53:03
13	↑	1401	Lillehammer idrettsforening		0:53:06
14	↓	1211	Svorkmo N.O.I.		0:53:07
15	↑	1601	FIK Ren-Eng		0:53:50
16	↓	1420	Namdal Løpeklubb		0:53:54
17	↑	1402	Steinkjer Friidrettsklubb		0:53:57
18	↓	1217	Kjelsås Langrenn	Kjelsås	0:54:00
19	↑	1406	spirit friidrett		0:54:31
20	↓	1214	IF Kamp/Vestheim		0:54:34
21		1424	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett	0:54:38
22	↑	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett	0:54:38
23	↓	1403	SK Vidar MS 1	Sportsklubben Vidar	0:54:38
24	↑	1426	IK Hind		0:55:45
25	↓	1218	RINDAL IL		0:55:46
26	↑	1434	Friidrettsklubben Orion	Friidrettsklubben Orion	0:55:49
27	↓	2403	OSI Friidrett 1		0:55:51
28		1216	FIK Ren-Eng		0:55:51
29	↑	1404	Hommelvik IL		0:55:57
30		1209	Strindheim		0:56:01



Passeringstider menn elite

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1203	Hälle IF	Elit		0:02:57			2:41 min/km		+				
2	1202	Idrottslaget Gular			0:03:00		+ 3	2:43 min/km		+				
3	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL		0:03:01		+ 4	2:44 min/km		+				
4	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:03:01		+ 4	2:44 min/km		+				
5	1206	IK Tjalve			0:03:01		+ 4	2:45 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1203	Hälle IF	Elit		0:06:17			2:54 min/km		+				
2	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL		0:06:21		+ 5	2:56 min/km		+				
3	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:06:23		+ 6	2:57 min/km		+				
4	1202	Idrottslaget Gular			0:06:27		+ 10	2:59 min/km		+				
5	1205	IL Gneist - Friidrett 1	IL Gneist		0:06:28		+ 11	2:59 min/km		+				
6	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:06:30		+ 13	3:00 min/km		+				
7	1206	IK Tjalve			0:06:30		+ 13	3:00 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1203	Hälle IF	Elit		0:07:41			2:47 min/km		+				
2	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:07:48		+ 7	2:49 min/km		+				
3	1205	IL Gneist - Friidrett 1	IL Gneist		0:07:52		+ 12	2:51 min/km		+				
4	1202	Idrottslaget Gular			0:07:52		+ 12	2:51 min/km		+				
5	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL		0:07:55		+ 15	2:52 min/km		+				
6	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:07:59		+ 18	2:53 min/km		+				
7	1210	IL Heming	IL HEMING		0:08:03		+ 22	2:55 min/km		+				
8	1206	IK Tjalve			0:08:04		+ 24	2:55 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:12:58			2:47 min/km		+				
2	1203	Hälle IF	Elit		0:13:05		+ 7	2:48 min/km		+				
3	1202	Idrottslaget Gular			0:13:16		+ 19	2:51 min/km		+				
4	1206	IK Tjalve			0:13:17		+ 19	2:51 min/km		+				
5	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:13:20		+ 22	2:51 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:16:10			2:44 min/km		+				
2	1203	Hälle IF	Elit		0:16:17		+ 7	2:45 min/km		+				
3	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:16:33		+ 23	2:48 min/km		+				
4	1202	Idrottslaget Gular			0:16:34		+ 24	2:48 min/km		+				
5	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL		0:16:40		+ 30	2:49 min/km		+				
6	1206	IK Tjalve			0:16:43		+ 33	2:49 min/km		+				

Passeringstider menn elite

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15	
Rank	Race No	Team	Company						Time	Behind	Speed				
1	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett						0:19:58		2:47 min/km	+			
2	1203	Hälle IF	Elit						0:20:07	+ 10	2:49 min/km	+			
3	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar						0:20:29	+ 31	2:52 min/km	+			
4	1202	Idrottslaget Gular							0:20:29	+ 32	2:52 min/km	+			
5	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL						0:20:34	+ 36	2:52 min/km	+			
6	↑	1205	IL Gneist - Friidrett 1	IL Gneist						0:20:45	+ 48	2:54 min/km	+		
7	↓	1206	IK Tjalve							0:20:55	+ 57	2:55 min/km	+		
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15	
Rank	Race No	Team	Company						Time	Behind	Speed				
1	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett						0:25:30		2:51 min/km	+			
2	1203	Hälle IF	Elit						0:25:45	+ 16	2:53 min/km	+			
3	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar						0:26:05	+ 35	2:55 min/km	+			
4	1202	Idrottslaget Gular							0:26:11	+ 41	2:56 min/km	+			
5	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL						0:26:36	+ 1:07	2:58 min/km	+			
6	1205	IL Gneist - Friidrett 1	IL Gneist						0:26:42	+ 1:12	2:59 min/km	+			
7	↑	1207	Jølster IL	Jølster Idrettslag						0:27:06	+ 1:36	3:02 min/km	+		
8	↑	1211	Svorkmo N.O.I.							0:27:08	+ 1:38	3:02 min/km	+		
9	↓	1206	IK Tjalve							0:27:08	+ 1:38	3:02 min/km	+		
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15	
Rank	Race No	Team	Company						Time	Behind	Speed				
1	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett						0:29:48		2:46 min/km	+			
2	1203	Hälle IF	Elit						0:30:07	+ 19	2:48 min/km	+			
3	↑	1202	Idrottslaget Gular							0:30:22	+ 34	2:49 min/km	+		
4	↓	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar						0:30:23	+ 35	2:50 min/km	+		
5	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL						0:30:53	+ 1:05	2:52 min/km	+			
6	1205	IL Gneist - Friidrett 1	IL Gneist						0:31:02	+ 1:14	2:53 min/km	+			
7	↑	1211	Svorkmo N.O.I.							0:31:26	+ 1:38	2:55 min/km	+		
8	↓	1207	Jølster IL	Jølster Idrettslag						0:31:29	+ 1:41	2:56 min/km	+		
9		1206	IK Tjalve							0:31:31	+ 1:43	2:56 min/km	+		
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15	
Rank	Race No	Team	Company						Time	Behind	Speed				
1	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett						0:31:17		2:45 min/km	+			
2	1203	Hälle IF	Elit						0:31:39	+ 22	2:47 min/km	+			
3	1202	Idrottslaget Gular							0:31:50	+ 34	2:48 min/km	+			
4	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar						0:31:53	+ 37	2:48 min/km	+			
5	↑	1205	IL Gneist - Friidrett 1	IL Gneist						0:32:29	+ 1:13	2:51 min/km	+		
6	↓	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL						0:32:31	+ 1:15	2:51 min/km	+		
7	↑	1207	Jølster IL	Jølster Idrettslag						0:32:56	+ 1:40	2:54 min/km	+		
8	↓	1211	Svorkmo N.O.I.							0:33:05	+ 1:48	2:54 min/km	+		
9	1206	IK Tjalve							0:33:06	+ 1:49	2:54 min/km	+			

Passeringstider menn elite

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Ufaretappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:38:44		2:44 min/km			+				
2	1203	Hälle IF	Elit		0:39:13		+ 29	2:46 min/km		+				
3	1202	Idrottslaget Gular			0:39:28		+ 44	2:47 min/km		+				
4	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:39:35		+ 51	2:47 min/km		+				
5	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL		0:40:12		+ 1:28	2:50 min/km		+				
6	1205	IL Gneist - Friidrett 1	IL Gneist		0:40:24		+ 1:40	2:51 min/km		+				
7	1206	IK Tjalve			0:40:26		+ 1:42	2:51 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Ufaretappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:42:41		2:43 min/km			+				
2	1203	Hälle IF	Elit		0:43:20		+ 39	2:45 min/km		+				
3	1202	Idrottslaget Gular			0:43:31		+ 51	2:46 min/km		+				
4	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:43:49		+ 1:09	2:47 min/km		+				
5	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL		0:44:25		+ 1:45	2:49 min/km		+				
6	1206	IK Tjalve			0:44:42		+ 2:02	2:50 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Ufaretappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:43:27		2:42 min/km			+				
2	1203	Hälle IF	Elit		0:44:08		+ 41	2:44 min/km		+				
3	1202	Idrottslaget Gular			0:44:17		+ 50	2:45 min/km		+				
4	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:44:35		+ 1:08	2:46 min/km		+				
5	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL		0:45:18		+ 1:51	2:49 min/km		+				
6	1206	IK Tjalve			0:45:29		+ 2:02	2:49 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Ufaretappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:46:10		2:41 min/km			+				
2	1203	Hälle IF	Elit		0:46:55		+ 45	2:44 min/km		+				
3	1202	Idrottslaget Gular			0:47:05		+ 55	2:44 min/km		+				
4	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:47:31		+ 1:22	2:46 min/km		+				
5	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL		0:48:17		+ 2:07	2:49 min/km		+				
6	1206	IK Tjalve			0:48:32		+ 2:22	2:49 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Ufaretappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:47:58		2:41 min/km			+				
2	1203	Hälle IF	Elit		0:48:37		+ 39	2:43 min/km		+				
3	1202	Idrottslaget Gular			0:48:47		+ 49	2:44 min/km		+				
4	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:49:18		+ 1:21	2:45 min/km		+				
5	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL		0:50:01		+ 2:03	2:48 min/km		+				
6	1206	IK Tjalve			0:50:11		+ 2:13	2:48 min/km		+				
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1201	Ullensaker/Kisa IL Friidrett	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:49:16		2:40 min/km			+				
2	1203	Hälle IF	Elit		0:49:53		+ 38	2:42 min/km		+				
3	1202	Idrottslaget Gular			0:50:02		+ 47	2:43 min/km		+				
4	1204	SK Vidar 1	Sportsklubben Vidar		0:50:36		+ 1:21	2:45 min/km		+				
5	1215	IL i BUL	Idrottslaget i BUL		0:51:21		+ 2:06	2:47 min/km		+				
6	1206	IK Tjalve			0:51:26		+ 2:11	2:47 min/km		+				

Lagoppstilling IK Tjalve kvinner elite

Kvinner Elite

1. Ingeborg Østgård
2. Aurora Brandt Sande
3. Kristine Akervold
4. Maiken Homlung Prøitz
5. Ingrid Folvik
6. Annie Bersagel
7. Sigrid Jervell Våg
8. Kristine Helle-Andresen
9. Marte Pettersen
10. Malin Edland
11. Anne Gine Løvnes
12. Ida Eikeng
13. Solveig Hernandez Vråle
14. Laura Veen
15. Maren Bakke Amundsen



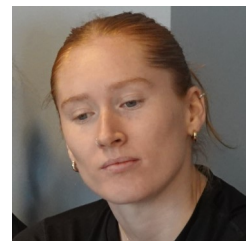
Marte Pettersen



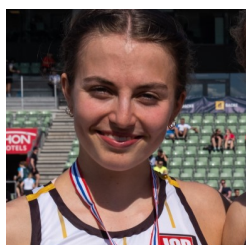
Malin Edland



Anne Gine Løvnes



Ida Eikeng



Ingeborg Østgård



Aurora Brandt Sande



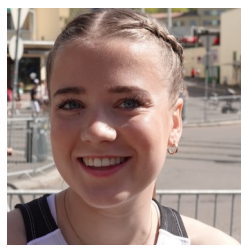
Solveig H. Vråle



Laura Veen



Kristine Akervold



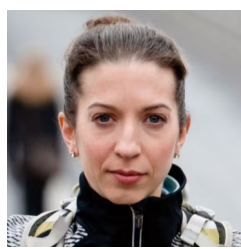
Maiken H. Prøitz



Maren Bakke Amundsen



Ingrid Folvik



Annie Bersagel



Sigrid Jervell Våg



Kristine Helle-Andresen

Lagoppstilling IK Tjalve menn elite

Menn Elite

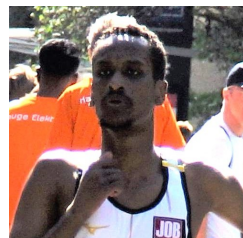
1. Nikolai Solum
2. Axel Wold Møller
3. Jacob Løvold
4. Ferdinand Kvan Edman
5. Henrik Velle
6. Iver Matias Glomnes
7. Jonas Riseth
8. Mads Bigum Johansen
9. Adrean Bakke
10. Mikkel Blikstad Thomassen
11. Abdullahi Hassan Ali
12. Kenny Emi Tijani-Ajayi
13. Børge Berg
14. Sander Aae Skotheim
15. Aiden Floyd Vincent



Adrean Bakke



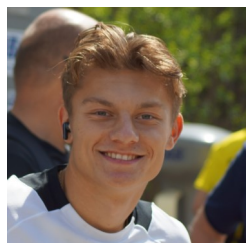
Mikkel Thomassen



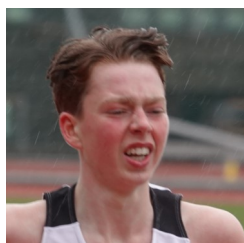
Abdullahi Ali



Kenny Tijani-Ajayi



Nikolai Solum



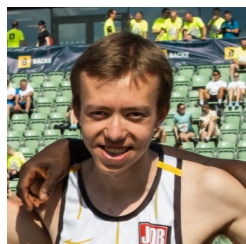
Axel Wold Møller



Børge Berg



Sander Skotheim



Jacob Løvold



Ferdinand Edman



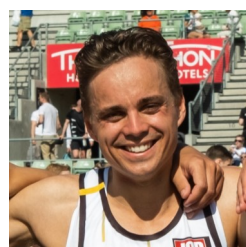
Aiden Vincent



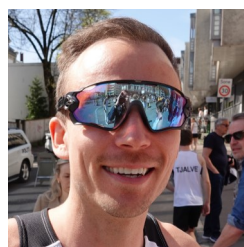
Henrik Velle



Iver Glomnes



Jonas Riseth

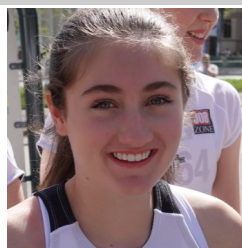


Mads Bigum Johansen

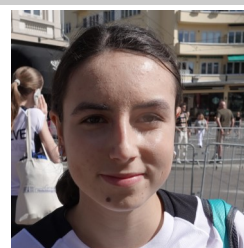
Lagoppstilling IK Tjalve kvinner junior

Kvinner junior

1. Ava Victoria Sætнан Vaio
2. Lilly Kvikne Silgjerd
3. Margot Ottestad Eltervåg
4. Aurora Brant Sande
5. Maiken Homlung Prøitz
6. Erle Ursin
7. Frida Engen Eliassen
8. Mari Thelle Vegsund
9. Anita Queiroz Amundsen
10. Jade Chamberlain
11. Hennie Strand-Omreng
12. Maja Ottestad Ljosland
13. Frida Johanna Valstad Elsness
14. Ingeborg Østgård
15. Oda Lier



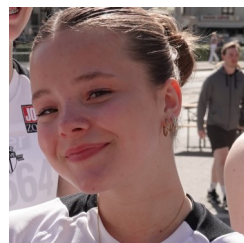
Anita Queiroz
Amundsen



Jade Chamberlain



Hennie Strand-
Omreng



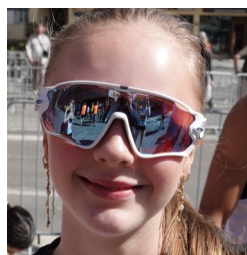
Maja Ottestad Ljos-
land



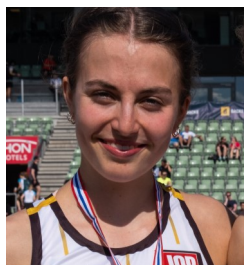
Ava Sætнан Vaio



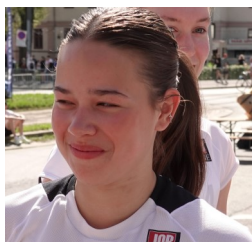
Lilly Kvikne
Silgjerd



Frida Valstad
Elsness



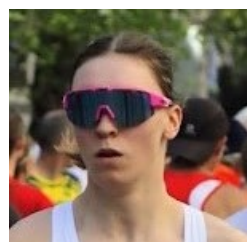
Ingeborg Østgård



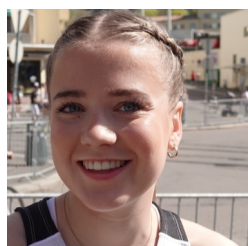
Margot Ottestad
Eltervåg



Aurora Brant Sande



Oda Lier



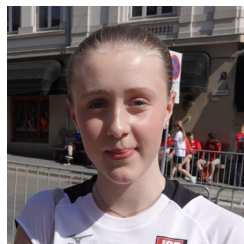
Maiken H. Prøitz



Erle Ursin



Frida Engen Elias-
sen

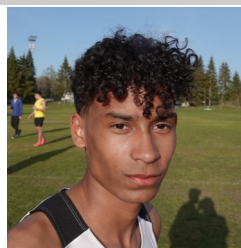


Mari Thelle
Vegsund

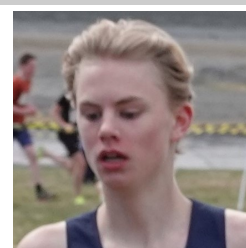
Lagoppstilling IK Tjalve menn junior

Menn junior

1. Even Bogen Nørjordet
2. Kristian Tysseland
3. Jacob Løvold
4. Axel Wold Møller
5. Jacob Refvem Kolderup
6. Oliver Sweetman
7. Henrik Kampen Ellingvåg
8. Nils Ursin
9. Lucas Nande Eggen
10. Haakon Røvik Svanæs
11. Mikkel Blikstad Thomassen
12. Maxim Jankovits
13. Herman Eikeland
14. Thomas Tysseland
15. Sander Aae Skotheim



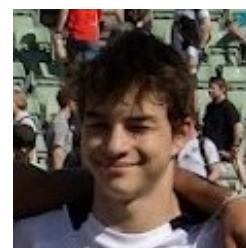
Lucas Nande Eggen



Haakon R. Svanæs



Mikkel Thomassen



Maxim Jankovits



Even Bogen Nør-
jordet



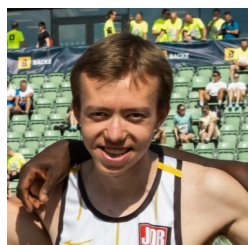
Kristian Tysseland



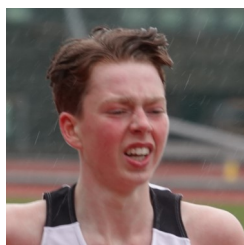
Herman Eikeland



Thomas Tysseland



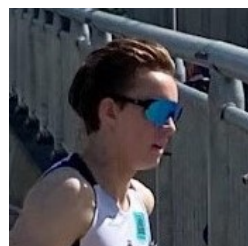
Jacob Løvold



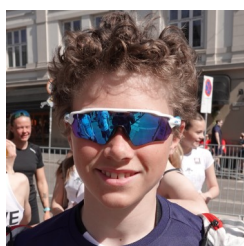
Axel Wold Møller



Sander Aae Skot-
heim



Jacob R. Kolderup



Oliver Sweetman



Henrik K. Ellingvåg



Nils Ursin

3.plass til IK Tjalve i kvinner junior

Tjalve klarte i år å stille juniorlag både i kvinne og herre-klassen. Begge lagene bestod hovedsakelig av utøvere fra Koll IL med noen innslag av Tjalveutøvere som løp både på elitelagene og juniorlagene.

I kvinner junior løp laget inn til en fin 3.plass med tiden 1:10.51. Laget er presentert på side 24. Eneste rene Tjalveutøver på dette laget var Ingeborg Østgård, som etter å ha løpt 1.etappe på elitelaget løp sjarmøretappen på juniorlaget. Som ventet løp Ingeborg også meget bra på denne etappen. Hun hadde beste etappetid av alle med tiden 01:53. Det er faktisk ett sekund bedre enn rekorden til Hedda Hynne fra i fjor.

Etter etappen inne på Bislett lå Tjalve på en 4.plass. På toppen av Norabakken hadde vi avansert til 2.plass bak Step Forward fra Stockholm. Denne plassen holdt vi fram til 5.etappe hvor vi var i ledelse etter nok en sterk etappe av Aurora Brandt Sande. Etter å ha løpt Norabakken i kvinner elite klarte hun å komme seg bort til Wilhelm Færdens vei for å løpe berg og dal. Vi holdt 1.plassen helt opp til Besserud, men på utfor etappen kom Stockholm laget sterkt og kunne levere pinnen først ved Gressbanen. Etter den lange etappen fram til Frognerparken hadde vi falt ned til 3.plass, men var bare fem sekunder bak Nittedal som hadde avansert til 2.plass.

Da Ingeborg Østgård overtok pinnen på sjarmøretappen var vi nede på 4.plass, men etter Ingeborgs sterke løp var vi tilbake på 3.plass før siste etappe. Vi holdt 3.plassen inn til mål og kom inn 01:51 etter vinneren Step Forward Stockholm.



Aurora Brandt Sande løp nok en monsteretappe på berg og dal.
Foto: Liv Kulle Andreassen



Lilly Kvikne Silgjerd løp 2.etappe opp Norabakken. Foto: Samuel Hafsaahl



Frida Engen Eliassen på vei opp mot Besserud på 7.etappe.
Foto: Helene Engen



Mari Thelle Vegsund på vei ned fra Besserud på 8.etappe.
Foto: Liv Kulle Andreassen



Jade Chamberlain underveis på 10.etappe. Foto: Jorunn Røvik



Anita Queiroz Amundsen løp 9.etappe fra Gressbanen til
Holmendammen. Foto: Isabela Queiroz



Hennie Strand Omreng løp 11.etappe. Foto: Kristin Omreng



Maja Ottestad Ljosland løp 12.etappe, uoffisielt kalt dumpa.
Foto: Ane Ottestad



Oda Lier løp siste etappe inn til stadion. Foto: Morten Nørjor-
det



Ingeborg Østgård på vei oppover Josefine gate på sjarmøretap-
pen. Foto: Bjørn Henriksen



Lilly Kvikne Silgjerd (t.v.) har kommet seg opp de tunge bak-
kene på 2.etappe og har kort vei igjen til veksling. Foto: Bjørn
Henriksen

Passeringstider kvinner junior

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	403	Step Forward Stockholm	197302131672	0:03:58
2	404	Team Grenland ski		0:04:03
3	401	Nittedal IL		0:04:04
4	11664	IK Tjalve		0:04:09
5	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:04:19

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	403	Step Forward Stockholm	197302131672	0:08:17
2	 11664	IK Tjalve		0:08:54
3	401	Nittedal IL		0:09:03
4	 404	Team Grenland ski		0:09:06
5	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:09:24

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	403	Step Forward Stockholm	197302131672	0:10:13
2	11664	IK Tjalve		0:10:46
3	401	Nittedal IL		0:11:11
4	404	Team Grenland ski		0:11:17
5	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:11:33

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	 11664	IK Tjalve		0:17:31
2	 403	Step Forward Stockholm	197302131672	0:17:39
3	401	Nittedal IL		0:18:21
4	404	Team Grenland ski		0:18:29
5	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:19:10

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	11664	IK Tjalve		0:21:37
2	403	Step Forward Stockholm	197302131672	0:22:28
3	401	Nittedal IL		0:22:50
4	 402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:23:00
5	 404	Team Grenland ski		0:23:44

Passeringstider kvinner junior

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	11664	IK Tjalve		0:26:43
2	403	Step Forward Stockholm	197302131672	0:28:06
3	401	Nittedal IL		0:28:17
4	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:28:51
5	404	Team Grenland ski		0:29:16

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	11664	IK Tjalve		0:35:45
2	403	Step Forward Stockholm	197302131672	0:35:48
3	 402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:36:22
4	 401	Nittedal IL		0:36:25
5	404	Team Grenland ski		0:37:05

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	 403	Step Forward Stockholm	197302131672	0:41:45
2	 11664	IK Tjalve		0:42:15
3	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:42:47
4	401	Nittedal IL		0:43:29
5	404	Team Grenland ski		0:43:34

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	403	Step Forward Stockholm	197302131672	0:43:52
2	11664	IK Tjalve		0:44:28
3	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:44:48
4	401	Nittedal IL		0:45:36
5	404	Team Grenland ski		0:45:43

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	403	Step Forward Stockholm	197302131672	0:53:29
2	 401	Nittedal IL		0:55:26
3	 11664	IK Tjalve		0:55:31
4	 404	Team Grenland ski		0:56:05
5	 402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		0:56:22

Passeringstider kvinner junior

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	403	Step Forward Stockholm	197302131672	0:59:37
2	401	Nittedal IL		1:00:55
3	 404	Team Grenland ski		1:01:34
4	 11664	IK Tjalve		1:01:47
5	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		1:03:09

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	403	Step Forward Stockholm	197302131672	1:00:39
2	401	Nittedal IL		1:02:00
3	404	Team Grenland ski		1:02:47
4	11664	IK Tjalve		1:02:52
5	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		1:04:11

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------	-----------	--------------	--------------------

Rank	Race No	Team	Company	Time	Behind	Speed
1	403	Step Forward Stockholm	197302131672	1:04:35		3:44 min/km 
2	401	Nittedal IL		1:06:25	+ 1:50	3:51 min/km 
3	404	Team Grenland ski		1:06:49	+ 2:14	3:52 min/km 
4	11664	IK Tjalve		1:07:13	+ 2:38	3:54 min/km 
5	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		1:08:18	+ 3:43	3:57 min/km 

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------	-----------	--------------	--------------------

Rank	Race No	Team	Company	Time	Behind	Speed
1	403	Step Forward Stockholm	197302131672	1:07:10		3:44 min/km 
2	401	Nittedal IL		1:08:36	+ 1:27	3:49 min/km 
3	 11664	IK Tjalve		1:09:06	+ 1:57	3:51 min/km 
4	 404	Team Grenland ski		1:09:23	+ 2:14	3:52 min/km 
5	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		1:10:35	+ 3:25	3:56 min/km 

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
-------------------	--------------	----------	---------------	--------------------	------------------	------------	----------------	--------------	--------------	------------------	----------	-----------	--------------	--------------------

Rank	Race No	Team	Company	Time	Behind	Speed
1	403	Step Forward Stockholm	197302131672	1:09:01		3:44 min/km 
2	401	Nittedal IL		1:10:20	+ 1:20	3:48 min/km 
3	11664	IK Tjalve		1:10:51	+ 1:51	3:50 min/km 
4	404	Team Grenland ski		1:11:09	+ 2:09	3:51 min/km 
5	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		1:12:21	+ 3:20	3:54 min/km 

Gutta i juniorklassen fullførte i fin stil

Stammen av årets juniorlag kom fra Koll IL, men noen av gutta som løp i eliteklassen tok også en etappe i juniorklassen. Vi gjør oppmerksom på at juniorklassen her er U23.

Gutta ble hengende noe etter fra start, og etter tre etapper lå vi på en 12.plass, 01:35 bak ledende Ull/Kisa. På berg og dalbaneetappen løp vi oss opp til en 11.plass, en plassering vi hadde til toppen ved Besserud hvor vi var nr.10. Vi var da 03:31 etter Ren-Eng som da hadde overtatt ledelsen. Etter den lange etappen var vi igjen tilbake på 11.plass før Mikkel Blikstad Thomassen løp oss opp på 10.plass etter etappen gjennom Frognerparken. Vi beholdt 10.plassen fram til slutten av 13.etappe hvor vi igjen var nr.11. Denne plasseringen holdt vi til mål. Gutta fikk tiden 1:01.02 og var 07:43 bak vinneren FIK Ren-eng. Vel blåst!



Kristian Tysseland underveis på andre etappe. Foto: Morten Nørjordet



Axel Wold Møller løp også 4.etappe på juniorlaget. Foto: Klas Schløsser Møller



Jacob Refvem Kolderup løp 5.etappe fram til Vinderen. Foto: Henrik Kolderup



Oliver Sweetman i starten på Lille Besserud. Foto: Anne-Kristin Wadahl



Henrik Ellingvåg hadde fått oppgaven å løpe pinnen opp til Besserud på 7.etappe. Foto: Asta Ellingvåg



Thomas Tysseland har akkurat avsluttet sjarmøretappen og gir pinne videre til Sander. Foto: Morten Nørjordet



Haakon Røvik Svanæs underveis på 10.etappe (den lange). Foto: Jorunn Røvik



Sander på vei mot maratonporten for å avslutte stafetten for juniorlaget. Foto: Morten Nørjordet

Passeringstider menn junior

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1610	Step Forward Stockholm	197302131672		0:03:03		2:33 min/km			+				
2	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett		0:03:05		+ 2	2:34 min/km		+				
3	1604	Nittedal IL			0:03:08		+ 5	2:37 min/km		+				
4	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist		0:03:14		+ 11	2:42 min/km		+				
5	1601	FIK Ren-Eng			0:03:16		+ 13	2:43 min/km		+				
6	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo		0:03:21		+ 18	2:47 min/km		+				
7	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2		0:03:22		+ 20	2:49 min/km		+				
8	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:03:27		+ 24	2:52 min/km		+				
9	1608	Jølster IL	Jølster IL		0:03:34		+ 31	2:58 min/km		+				
10	1606	Team Grenland ski			0:03:39		+ 36	3:02 min/km		+				
11	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn		0:03:43		+ 40	3:06 min/km		+				
12	11663	IK Tjalve			0:03:59		+ 56	3:19 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett		0:06:45		2:58 min/km			+				
2	1601	FIK Ren-Eng			0:06:58		+ 14	3:04 min/km		+				
3	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:06:59		+ 14	3:04 min/km		+				
4	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist		0:07:02		+ 18	3:06 min/km		+				
5	1610	Step Forward Stockholm	197302131672		0:07:08		+ 24	3:09 min/km		+				
6	1608	Jølster IL	Jølster IL		0:07:12		+ 28	3:10 min/km		+				
7	1604	Nittedal IL			0:07:23		+ 38	3:15 min/km		+				
8	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2		0:07:27		+ 43	3:17 min/km		+				
9	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo		0:07:40		+ 56	3:23 min/km		+				
10	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn		0:07:50		+ 1:05	3:27 min/km		+				
11	1606	Team Grenland ski			0:07:52		+ 1:08	3:28 min/km		+				
12	11663	IK Tjalve			0:08:14		+ 1:30	3:38 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett		0:08:26		2:56 min/km			+				
2	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:08:36		+ 11	3:00 min/km		+				
3	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist		0:08:36		+ 11	3:00 min/km		+				
4	1601	FIK Ren-Eng			0:08:40		+ 15	3:02 min/km		+				
5	1610	Step Forward Stockholm	197302131672		0:08:43		+ 18	3:03 min/km		+				
6	1608	Jølster IL	Jølster IL		0:08:58		+ 33	3:08 min/km		+				
7	1604	Nittedal IL			0:09:07		+ 42	3:11 min/km		+				
8	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2		0:09:22		+ 57	3:16 min/km		+				
9	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo		0:09:30		+ 1:05	3:19 min/km		+				
10	1606	Team Grenland ski			0:09:34		+ 1:09	3:20 min/km		+				
11	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn		0:09:40		+ 1:15	3:23 min/km		+				
12	11663	IK Tjalve			0:10:00		+ 1:35	3:29 min/km		+				

Passeringstider menn junior

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time	Behind	Speed							
1	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett		0:14:12	2:58 min/km	+							
2	↑	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist		0:14:29	+ 17	3:02 min/km	+					
3	↑	1601	FIK Ren-Eng			0:14:30	+ 19	3:02 min/km	+					
4	↑	1610	Step Forward Stockholm	197302131672		0:14:59	+ 48	3:08 min/km	+					
5	↓	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:15:01	+ 50	3:08 min/km	+					
6		1608	Jølster IL	Jølster IL		0:15:14	+ 1:02	3:11 min/km	+					
7		1604	Nittedal IL			0:15:20	+ 1:08	3:12 min/km	+					
8		1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2		0:15:42	+ 1:30	3:17 min/km	+					
9	↑	1606	Team Grenland ski			0:15:49	+ 1:37	3:18 min/km	+					
10	↑	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn		0:16:04	+ 1:53	3:22 min/km	+					
11	↑	11663	IK Tjalve			0:16:09	+ 1:57	3:22 min/km	+					
12	↓	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo		0:16:19	+ 2:07	3:25 min/km	+					
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time	Behind	Speed							
1		1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett		0:17:47	2:58 min/km	+						
2	↑	1601	FIK Ren-Eng			0:17:50	+ 3	2:58 min/km	+					
3	↓	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist		0:18:02	+ 15	3:00 min/km	+					
4		1610	Step Forward Stockholm	197302131672		0:18:52	+ 1:06	3:09 min/km	+					
5	↑	1608	Jølster IL	Jølster IL		0:18:58	+ 1:12	3:10 min/km	+					
6	↑	1604	Nittedal IL			0:19:11	+ 1:25	3:12 min/km	+					
7	↓	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:19:12	+ 1:25	3:12 min/km	+					
8	↑	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn		0:19:35	+ 1:49	3:16 min/km	+					
9	↓	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2		0:19:44	+ 1:58	3:17 min/km	+					
10	↓	1606	Team Grenland ski			0:19:54	+ 2:08	3:19 min/km	+					
11		11663	IK Tjalve			0:19:58	+ 2:12	3:20 min/km	+					
12		11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo		0:20:16	+ 2:30	3:23 min/km	+					
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time	Behind	Speed							
1	↑	1601	FIK Ren-Eng			0:22:01	3:02 min/km	+						
2	↓	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett		0:22:05	+ 4	3:03 min/km	+					
3		1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist		0:23:04	+ 1:04	3:11 min/km	+					
4	↑	1604	Nittedal IL			0:23:09	+ 1:08	3:12 min/km	+					
5	↓	1610	Step Forward Stockholm	197302131672		0:23:26	+ 1:25	3:14 min/km	+					
6	↓	1608	Jølster IL	Jølster IL		0:23:33	+ 1:32	3:15 min/km	+					
7		1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:23:58	+ 1:57	3:18 min/km	+					
8	↑	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2		0:24:26	+ 2:26	3:22 min/km	+					
9	↓	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn		0:24:27	+ 2:26	3:22 min/km	+					
10		1606	Team Grenland ski			0:24:28	+ 2:27	3:22 min/km	+					
11		11663	IK Tjalve			0:24:44	+ 2:44	3:25 min/km	+					
12		11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo		0:24:46	+ 2:45	3:25 min/km	+					

Passeringstider menn junior

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1601	FIK Ren-Eng			0:27:49		3:05 min/km	+						
2	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett		0:28:17		+ 29	3:08 min/km						
3	1604	Nittedal IL			0:29:08		+ 1:20	3:14 min/km						
4	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist		0:29:56		+ 2:08	3:19 min/km						
5	1610	Step Forward Stockholm	197302131672		0:30:03		+ 2:15	3:20 min/km						
6	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:30:52		+ 3:04	3:25 min/km						
7	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo		0:30:59		+ 3:11	3:26 min/km						
8	1606	Team Grenland ski			0:31:11		+ 3:23	3:27 min/km						
9	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2		0:31:15		+ 3:26	3:28 min/km						
10	11663	IK Tjalve			0:31:19		+ 3:31	3:28 min/km						
11	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn		0:31:24		+ 3:36	3:29 min/km						
12	1608	Jølster IL	Jølster IL		0:31:29		+ 3:41	3:29 min/km						
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1601	FIK Ren-Eng			0:32:18		2:59 min/km	+						
2	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett		0:33:06		+ 48	3:04 min/km						
3	1604	Nittedal IL			0:34:19		+ 2:01	3:10 min/km						
4	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist		0:34:45		+ 2:27	3:13 min/km						
5	1610	Step Forward Stockholm	197302131672		0:34:59		+ 2:42	3:14 min/km						
6	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo		0:35:54		+ 3:36	3:19 min/km						
7	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:36:08		+ 3:51	3:21 min/km						
8	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn		0:36:16		+ 3:59	3:21 min/km						
9	1608	Jølster IL	Jølster IL		0:36:23		+ 4:05	3:22 min/km						
10	11663	IK Tjalve			0:36:39		+ 4:21	3:23 min/km						
11	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2		0:37:04		+ 4:46	3:26 min/km						
12	1606	Team Grenland ski			0:37:17		+ 4:59	3:27 min/km						
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1601	FIK Ren-Eng			0:33:57		2:58 min/km	+						
2	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett		0:34:45		+ 49	3:02 min/km						
3	1604	Nittedal IL			0:36:07		+ 2:11	3:09 min/km						
4	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist		0:36:30		+ 2:34	3:12 min/km						
5	1610	Step Forward Stockholm	197302131672		0:36:38		+ 2:42	3:12 min/km						
6	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo		0:37:40		+ 3:44	3:18 min/km						
7	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:37:47		+ 3:50	3:18 min/km						
8	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn		0:38:06		+ 4:09	3:20 min/km						
9	1608	Jølster IL	Jølster IL		0:38:08		+ 4:12	3:20 min/km						
10	11663	IK Tjalve			0:38:24		+ 4:27	3:21 min/km						
11	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2		0:39:04		+ 5:07	3:25 min/km						
12	1606	Team Grenland ski			0:39:11		+ 5:14	3:25 min/km						

Passeringstider menn junior

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1601	FIK Ren-Eng			0:41:58		2:56 min/km			+				
2	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett		0:42:46		+ 49	3:00 min/km		+				
3	1604	Nittedal IL			0:44:33		+ 2:36	3:07 min/km		+				
4	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist		0:44:54		+ 2:56	3:08 min/km		+				
5	1610	Step Forward Stockholm	197302131672		0:46:29		+ 4:31	3:15 min/km		+				
6	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo		0:46:42		+ 4:45	3:16 min/km		+				
7	↑ 1608	Jølster IL	Jølster IL		0:46:46		+ 4:49	3:16 min/km		+				
8	↓ 1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:47:02		+ 5:05	3:17 min/km		+				
9	↓ 1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn		0:47:08		+ 5:11	3:18 min/km		+				
10	↑ 1606	Team Grenland ski			0:47:59		+ 6:02	3:21 min/km		+				
11	↓ 11663	IK Tjalve			0:48:12		+ 6:14	3:22 min/km		+				
12	↓ 1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2		0:48:22		+ 6:25	3:23 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1601	FIK Ren-Eng			0:46:31		2:57 min/km			+				
2	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett		0:47:23		+ 52	3:00 min/km		+				
3	1604	Nittedal IL			0:48:57		+ 2:26	3:06 min/km		+				
4	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist		0:49:39		+ 3:08	3:08 min/km		+				
5	↑ 1608	Jølster IL	Jølster IL		0:50:56		+ 4:25	3:13 min/km		+				
6	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo		0:51:30		+ 4:59	3:15 min/km		+				
7	↓ 1610	Step Forward Stockholm	197302131672		0:51:34		+ 5:03	3:16 min/km		+				
8	↑ 1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn		0:51:54		+ 5:23	3:17 min/km		+				
9	↓ 1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:52:20		+ 5:49	3:19 min/km		+				
10	↑ 11663	IK Tjalve			0:52:27		+ 5:57	3:19 min/km		+				
11	↓ 1606	Team Grenland ski			0:52:44		+ 6:13	3:20 min/km		+				
12	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2		0:53:08		+ 6:37	3:22 min/km		+				
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company		Time		Behind	Speed						
1	1601	FIK Ren-Eng			0:47:28		2:56 min/km			+				
2	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett		0:48:15		+ 47	2:59 min/km		+				
3	1604	Nittedal IL			0:50:00		+ 2:32	3:05 min/km		+				
4	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist		0:50:37		+ 3:09	3:08 min/km		+				
5	1608	Jølster IL	Jølster IL		0:51:59		+ 4:31	3:13 min/km		+				
6	↑ 1610	Step Forward Stockholm	197302131672		0:52:23		+ 4:55	3:14 min/km		+				
7	↓ 11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo		0:52:36		+ 5:09	3:15 min/km		+				
8	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn		0:52:53		+ 5:26	3:16 min/km		+				
9	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett			0:53:13		+ 5:46	3:17 min/km		+				
10	11663	IK Tjalve			0:53:24		+ 5:56	3:18 min/km		+				
11	1606	Team Grenland ski			0:53:43		+ 6:15	3:19 min/km		+				
12	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2		0:54:10		+ 6:42	3:21 min/km		+				

Passeringstider menn junior

Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company							Time	Behind	Speed		
1	1601	FIK Ren-Eng								0:50:37		2:56 min/km	+	
2	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett							0:51:28	+ 52	2:59 min/km	+	
3	1604	Nittedal IL								0:53:24	+ 2:47	3:06 min/km	+	
4	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist							0:53:56	+ 3:19	3:07 min/km	+	
5	1608	Jølster IL	Jølster IL							0:55:17	+ 4:40	3:12 min/km	+	
6	1610	Step Forward Stockholm	197302131672							0:55:33	+ 4:57	3:13 min/km	+	
7	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo							0:55:59	+ 5:22	3:15 min/km	+	
8	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn							0:56:26	+ 5:49	3:16 min/km	+	
9	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett								0:56:54	+ 6:17	3:18 min/km	+	
10	↑	1606	Team Grenland ski								0:57:08	+ 6:31	3:19 min/km	+
11	↓	11663	IK Tjalve								0:57:12	+ 6:35	3:19 min/km	+
12	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2							0:57:35	+ 6:58	3:20 min/km	+	
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company							Time	Behind	Speed		
1	1601	FIK Ren-Eng								0:52:29		2:55 min/km	+	
2	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett							0:53:16	+ 48	2:58 min/km	+	
3	1604	Nittedal IL								0:55:19	+ 2:51	3:05 min/km	+	
4	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist							0:55:52	+ 3:23	3:07 min/km	+	
5	1608	Jølster IL	Jølster IL							0:57:15	+ 4:47	3:11 min/km	+	
6	1610	Step Forward Stockholm	197302131672							0:57:32	+ 5:04	3:12 min/km	+	
7	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo							0:58:15	+ 5:47	3:14 min/km	+	
8	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn							0:58:43	+ 6:15	3:16 min/km	+	
9	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett								0:58:59	+ 6:30	3:17 min/km	+	
10	1606	Team Grenland ski								0:59:20	+ 6:52	3:18 min/km	+	
11	↑	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2							0:59:29	+ 7:01	3:19 min/km	+
12	↓	11663	IK Tjalve								0:59:36	+ 7:08	3:19 min/km	+
Bislett Stadion-1	Norabakken-2	Blåsen-3	Berg og dal-4	Forskningsparken-5	Lille Besserud-6	Besserud-7	Utforetappen-8	Gressbanen-9	Den lange-10	Frognerparken-11	Dumpa-12	Trappa-13	Sjarmøren-14	Bislett Stadion-15
Rank	Race No	Team	Company							Time	Behind	Speed		
1	1601	FIK Ren-Eng								0:53:50		2:55 min/km	+	
2	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett							0:54:38	+ 49	2:57 min/km	+	
3	1604	Nittedal IL								0:56:55	+ 3:06	3:05 min/km	+	
4	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist							0:57:23	+ 3:34	3:06 min/km	+	
5	1608	Jølster IL	Jølster IL							0:58:52	+ 5:03	3:11 min/km	+	
6	1610	Step Forward Stockholm	197302131672							0:58:55	+ 5:06	3:11 min/km	+	
7	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo							0:59:52	+ 6:03	3:14 min/km	+	
8	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn							1:00:09	+ 6:20	3:15 min/km	+	
9	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett								1:00:32	+ 6:43	3:16 min/km	+	
10	1606	Team Grenland ski								1:00:45	+ 6:56	3:17 min/km	+	
11	↑	11663	IK Tjalve								1:01:02	+ 7:13	3:18 min/km	+
12	↓	1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2							1:01:04	+ 7:15	3:18 min/km	+

Resultater kvinner junior

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	403	Step Forward Stockholm	197302131672	1:09:01
2	401	Nittedal IL		1:10:20
3	11664	IK Tjalve		1:10:51
4	404	Team Grenland ski		1:11:09
5	402	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		1:12:21

Resultater menn junior

Rank	Race No	Team	Company	Time
1	1601	FIK Ren-Eng		0:53:50
2	1602	Ullensaker/Kisa Friidrett	Ullensaker/Kisa Friidrett	0:54:38
3	1604	Nittedal IL		0:56:55
4	1607	IL Gneist - Friidrett 2	IL Gneist	0:57:23
5	1608	Jølster IL	Jølster IL	0:58:52
6	1610	Step Forward Stockholm	197302131672	0:58:55
7	11669	Wangkers	Wang Toppidrett Oslo	0:59:52
8	1609	Heming Langrenn Junior	Heming langrenn	1:00:09
9	1603	Ullensaker/Kisa IL Friidrett		1:00:32
10	1606	Team Grenland ski		1:00:45
11	↑ 11663	IK Tjalve		1:01:02
12	↓ 1605	Step Forward Stockholm lag	Step Forward Stockholm lag 2	1:01:04



Laget som ble nr.3 i kvinner junior. Foto: Morten Nørjordet

Dugnadsånden lever fortsatt



Per Sletholt er fortsatt med og styrer arrangementet. Foto: Bjørn Henriksen



Silje Johnson (datter til Tor Johnson) har vært med og jobbet dugnad i en mannsalder. Foto: Bjørn Henriksen



Arrangementsansvarlig Thea Alsaker Dickinson har gjort en meget god jobb og har blitt belønnet med fast stilling. Foto: Bjørn Henriksen



Eirik Røe i samtale med kioskansvarlig Gudbrand Bakke. Foto: Bjørn Henriksen



Nora Pauline Helm jobbet dugnad i sekretariatet. Foto: Bjørn Henriksen



Det gjorde også Elise Sanden Søvik. Dagen etter konkurrerte begge under Mailekene på Bækkelaget Sportsplass. Foto: Bjørn Henriksen



Kristine Helle-Andresen steppet inn da man manglet en til å løpe nedover på elitelaget. Det kaller vi dugnadsånd! Foto: Per Behrens



Eirik Røe på St.Hanshaugen for å inspisere at alt gikk rett for seg. Her sammen med Inger og Kjetil Myrtun. Nederst: Kolbjørn Engebretsen sørget for at alle fikk riktig stafettpinne. Foto: Bjørn Henriksen





@hyundainorge leverer
som vanlig biler til
stafetten 😊

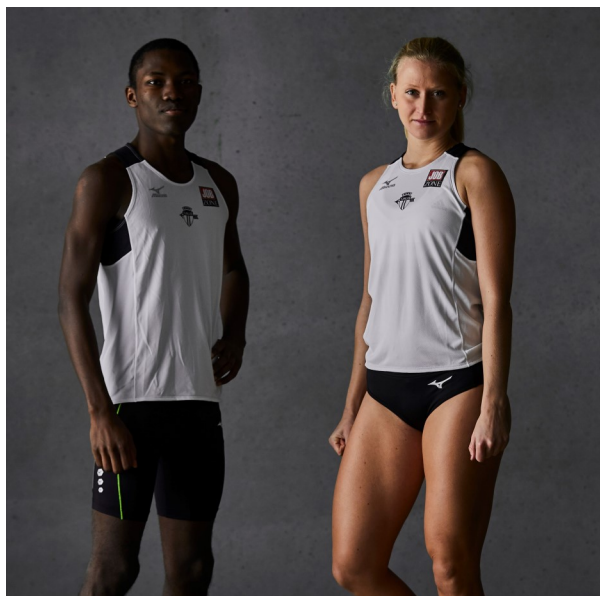
RUN, FORREST, RUN!

SÅ KAN VI TA OSS AV HANDLINGEN.

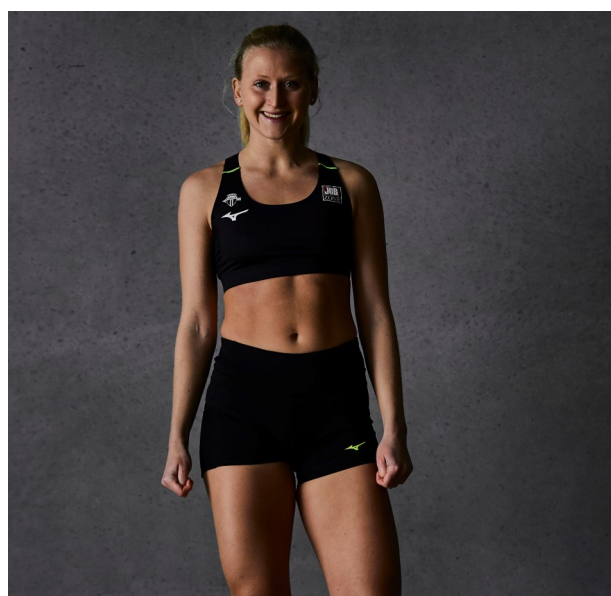


LEVERT HJEM

Tjalvetøy



Singlet og tights/truse



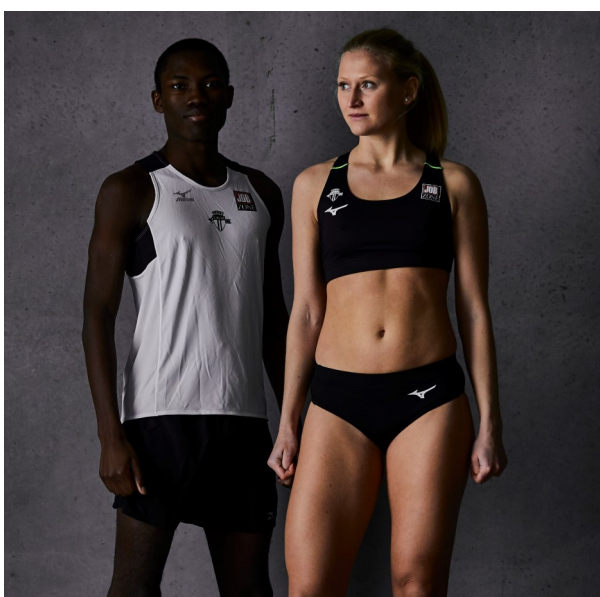
Topp og hotpants



T-skjorte og tights



Treningsjakke og tights



Singlet/topp og splitsshorts/truse



Hettegenser og tights
Modeller: Hedda og Thomas. Fotos: Eirik Førde

