

TJALVISTEN

MEDLEMSBLAD FOR



IDRETTSKLUBBEN TJALVE

Nr. 5-2 Mai 2024

Digital utgave

109. årgang

Fire gull i nordisk mesterskap



Sigrid Borge, spyd 60.93m



Amalie Iuel, 400m hekk 55.78



Malin Nyfors, 800m 2:05.20

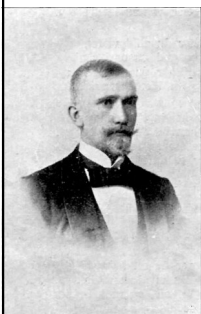


Lakeri Ertzgaard, 400m 52.77

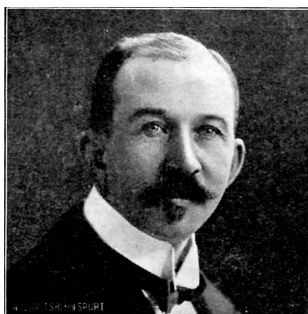
Fire av jentene våre gikk bort å ble nordisk mester i friidrett under mesterskapet som ble arrangert i Malmø 18-19.mai. I tillegg vant vi to sølvmedaljer ved Malin Edland og Marie-Therese Obst. Det ble ellers satt både personlige rekorder og årsbeste. Alt i alt et meget vellykket mesterskap.



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 2023/2024

Leder: Ronny Nilsen	90517098
Nestleder: Svein Søndena	95232321
Styremedlem: Heidi Maltun	97950065
Styremedlem: Pål Hexum Solbu	95150926
Styremedlem: Åse Wikshåland	95992171
Utøverrepresentant: 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

IK Tjalve

Underhaugsveien 1
0354 Oslo

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

Web: www.tjalve.no



I dette nummeret

Redaksjonens hjørne	3
Tjalve medaljer i EM	4
Rapport fra Nordisk	5
Rapport fra diverse stevner	19
KRUM stevne	20
Trond Mohn Games	28
Diverse Int. stevner	34
Jessheim 1500m elite	35
Diverse Int. stevner	45
Rapport fra NM mangekamp	47
Stort og smått	56
Lucas mot nye høyder	57
Grefsenkollen Opp	58
Rapport fra Bislett Games	59
Reidar Hansen 1950-2024	71
Tjalve medaljer i OL	72
Månedens quiz	73
Fødselsdager	74
Slik gikk det sist det var EM	75
Hva kan vi forvente oss i år?	77
101 lengste sleggekast	78
Forsider Aktuell/Nå	81
Topp 20 plasseringer	82
Månedens statue	83
Tjalvekalender juni 2024	84
Tjalvetøy	85

Knut Kvalheim anno 1978



På dette bildet fra Bislett i 1978 er Knut Kvalheim så tynn at han får plass i denne spalten

Redaksjonens hjørne

Som man ser av lengden på denne utgaven av Tjalvisten har det skjedd mye siden 15.mai.

I nordisk mesterskap i Malmø ble det fire titler til Tjalves utøvere. Vinnere var Amalie Iuel, Lakeri Ertzgaard, Malin Nyfors og Sigrid Borge. Sølvmedaljer ble vunnet av Marie-Therese Obst og Malin Edland.

Det er satt noen nye klubbrekorder, blant annet 37.91 på 300m av Lakeri Ertzgaard i kvinner senior, 4:09.03 på 1500m av Ingeborg Østgård i U23-klassen og 1:44.67 på 800m av Tobias Grønstad i senior og U23-klassen.

Hedda Hynne har pådratt seg et tretthetsbrudd i det ene beinet og mister EM og NM. Det er mulig hun blir klar til å prøve seg på OL-kravet på 800m. Da blir det Malin Nyfors og muligens Ingeborg Østgård som må forsvare Tjalves ære på denne distansen i NM. Hedda har vunnet distansen de siste seks årene. Det er høyt nivå på 800m i kvinneklassen i år med syv utøvere mellom 2:02 og 2:06.

Om en uke starter EM i Roma med 11 Tjalvister på startstreken. Skal det bli medalje på en Tjalveutøver i år må det bli i tikamp eller på halvmaraton for kvinner. Mannen som har skaffet oss medaljene i de siste mesterskapene, Eivind Henriksen, har slitt med skader i løpet av vinteren og må nok se langt etter medaljer denne gang. Vi får håpe at både Eivind og noen av våre andre utøvere kan kvalifisere seg for finaler. I internasjonal friidrett er det plasseringer blant de åtte beste som teller. En artig detalj er at en av våre utøvere skal representere Estland i Roma, nemlig Jander Heil i kule.

Oslo Bislett Games ble en stor suksess for våre utøvere. Ny norsk rekord til Karoline på 3000m og OL-deltakelse til Tobias Grønstad på 800m. Reportasje fra dette stevne finner dere på s.59.

Da gjenstår det bare å ønske alle lykke til i Roma, og for den saks skyld i NM i Sandnes i slutten av måneden.

Bjørn Henriksen

Redaksjonen



Matias Lavik



John Ertzgaard



Bjørn Henriksen

Redaksjonen avsluttet 31.05.2024.

Medaljevinnere i EM fra IK Tjalve



Steinar Hoen går over 2.35m og blir Europamester i høyde i Helsingfors 1994.

Fire nordiske mesterskap til Tjalves utøvere

Nordisk mesterskap ble arrangert i Malmø 18-19.mai. 19 Tjalvister var tatt ut til å representere Norge i dette mesterskapet fordelt på 15 kvinner og 4 menn. Av de uttatte var det bare Hedda Hynne som meldte forfall. Mange valgte å reise til Malmø 17.mai da fellesreisen var kl.06.00 på lørdag morgen.



En gjeng Tjalvister på stadion 17.mai. Fra venstre: Kenny, Laura, Lakeri og Amalie. Bak: John Ertzgaard. Foto: Instagram

Mesterskapet startet med to heat på 400m for kvinner hvor Tjalve hadde en utøver i hver heat, Laura Veen i det første og Lakeri Ertzgaard i det andre. Det var mye vind på stadion med medvind på bortre langside og motvind på oppløpssiden.

Laura hadde en personlig rekord på distansen med 55.53 satt under Mailekene på Bækkelaget Sportsplass 5.mai. Laura var godt med langt framme under hele løpet, men klarte å øke farten inn mot mål og ble nr.2 i heatet med tiden 54.09. Det er en forbedring av personlig rekord med ca.1.5 sek. Heatet ble vunnet av svenske Jonna Claesson med 53.97.

I det andre heatet løp Lakeri Ertzgaard mot Mette Baas fra Finland og Lisa Lilja fra Sverige. Det ble et jevnt oppgjør, men ut på oppløpssiden var Lakeri absolutt best og løp inn til 52.77. Lisa Lilja ble nr.2 med 53.11. Tiden til Lakeri var bare 7/100 bak personlig rekord fra i fjor.

Det jentene presterte på 400m var sterkt forholdene tatt i betraktning. Ingen tvil om at vinden påvirket resultatene i alle løp gjennom begge dager.



Lakeri og Laura etter løpet. Foto fra Instagram.

Samtidig med 400m startet også spyd for kvinner hvor Norge hadde begge favorittene, Sigrid Borge og Marie-Therese Obst.

I første omgang åpnet Marie-Therese med et mislykket kast hvor hun valgte å gå ut foran. Sigrid derimot, oppnådde årets beste resultat med 60.94m. Hun var dermed i klar ledelse etter første omgang.

I andre omgang fikk Marie-Therese det til å stemme bedre og fikk resultatet 60.61m. Hun fortsatte videre med 58.08m, 59.87m og 58.38m før hun avsluttet med et ugyltig kast.

Sigrid hadde følgende serie etter sitt første kast: 56.61m, 56.80m, 57.10m, 59.13m før hun også avsluttet med et ugyltig kast.

Selv om Sigrid bare hadde et kast over 60m, viste hun større stabilitet enn hun har gjort på lenge. Marie-Therese er også stabil på lengder opp mot 60m og presterte sin tredje konkurranse i år hvor hun var over 60m.

Dobbeltseier til Tjalve i et Nordisk mesterskap lar seg høre.

Neste øvelse var 400m hekk for kvinner hvor også den største favoritten kom fra Tjalve. Amalie Iuel sesongdebuterte under Kip Keino Classic i Nairobi ved å løpe på 54.89. Amalie var på jakt etter å ta OL-kravet på 54.85.

Amalie var tidlig i ledelse, men gjennom siste sving kom finske Kristiina Halonen sterkt og var på høyde med Amalie. Som i Nairobi klarte Amalie å gi seg på de siste 50m og sikret seieren med tiden 55.78. Halonen fikk tiden 55.99. Vinden får nok ta skylda for at tidene ikke ble bedre.



Laura løper inn til 2.plass i B-finalen på 400m. Foto: Skjermdump



Lakeri Ertzgaard løper inn til seier på 400m i A-heatet. Foto: Decabild

Women 400 m Results confirmed at 15:23

A-Final

18/5 15:05

					Tot. plac.
1	Lakeri Ertzgaard	02	NOR	52.77	1
2	Lisa Lilja	96	SWE	53.11	2
3	Mette Baas	00	FIN	53.20	3
4	Milja Thureson	94	FIN	53.65	4
5	Ella Räsänen	94	FIN	54.69	7
6	Moa Hjelmer	90	SWE	54.77	9
7	Josephine Risberg Thoor	95	SWE	54.87	10

B-Final

18/5 15:05

					Tot. plac.	
1	Jonna Claesson	00	SWE	53.97	5	PB
2	Laura van der Veen	03	NOR	54.09	6	PB
3	Linn Oppegaard	98	NOR	54.73	8	SB
4	Eir Chang Hléadóttir	07	ISL	55.01	11	PB
5	Anne Sofie Kirkegaard	98	DEN	55.04	12	
6	Anna Krab Scheibelein	98	DEN	55.58	13	PB
7	Zarah Buchwald	95	DEN	55.62	14	

Women Javelin

Weight: 600g

18/5 15:00

Results confirmed at 16:01

1	Sigrid Borge	95	NOR	60.94			SB
2	Marie-Therese Obst	96	NOR	60.61			
3	Jatta-Mari Jääskeläinen	94	FIN	53.87			SB
4	Emilia Karell	03	FIN	53.41			SB
5	Matilda Elfgaard	92	SWE	52.53			
6	Beatrice Lantz	97	SWE	52.30			SB
7	Sanne Erkkola	94	FIN	51.91			SB
8	Amanda Olsson	03	SWE	48.01			
9	Carolin Näslund	98	SWE	45.11			
10	Amanda Rask	02	SWE	45.05			
11	Camilla Urup Colstrup	05	DEN	44.40			
		1	2	3	4	5	6
90	Sanne Erkkola	51.91	51.91	x	50.43	51.45	50.08
17	Camilla Urup Colstrup	44.40	43.93	43.23			
213	Marie-Therese Obst	x	60.61	58.08	59.87	58.38	x
324	Amanda Rask	40.87	43.52	45.05			
292	Beatrice Lantz	48.15	52.30	49.81	x	47.11	47.93
314	Carolin Näslund	x	45.11	43.08			
96	Jatta-Mari Jääskeläinen	51.60	x	53.87	50.07	51.21	52.81
315	Amanda Olsson	48.01	45.68	44.79	45.89	46.49	46.16
101	Emilia Karell	x	x	49.11	53.34	53.41	x
261	Matilda Elfgaard	50.60	51.29	51.63	52.53	x	50.83
173	Sigrid Borge	60.94	56.61	56.80	57.10	59.13	x



Marie-Therese Obst i sitt første kast i spydkonkurransen. Foto: Skjermdump



Sigrid Borge i et av sine spydkast. Foto: Skjermdump



400m hekk kvinner. Utøverne på vei mot nest siste hekk med Amalie Iuel (t.v.) og Kristiina Halonen side om side.

Women 400 m hurdles

Results confirmed at 16:36

Height: 76,2cm

A-Final

18/5 16:25

					Tot. plac.
1	Amalie Iuel	94	NOR	55.78	1
2	Kristiina Halonen	97	FIN	55.99	2 PB
3	Hilla Uusimäki	96	FIN	56.28	3 PB
4	Moa Granat	04	SWE	56.30	4 SB
5	Aada Aho	03	FIN	56.96	5 PB

B-Final

18/5 16:25

					Tot. plac.
1	Martha Danneskjold Rasmussen	02	DEN	58.98	6
2	Hanna Karlsson	03	SWE	59.06	7
3	Marlen Aakre	93	NOR	59.12	8
4	Ingibjörg Sigurðardóttir	01	ISL	1:00.53	9 PB

Nordisk mesterskap 2024

Siste del av mesterskapets første dag ble avsluttet med 1500m for kvinner og menn. I begge løpene var det ordnet med hare.

I kvinneklassen løp Ingeborg Østgård som har en personlig rekord på 4:09.91 fra 2022. Det ble tidlig klart at haren ikke klarte å holde det skjemaet som var satt opp grunnet vinden. Ingeborg lå langt framme gjennom hele løpet bak haren og Anita Hinriksdottir fra Island. Ut på oppløpssiden var islendingen fortsatt i tet. Vi satt bare og ventet på at Ingeborg skulle slå om og løpe inn til en klar seier. Det skjedde ikke og Henriksdottir var sterkest og vant på 4:19.14 mot Ingeborgs 4:19.74.

Ferdinand Kvan Edman hadde lagt sesongdebuten til årets Nordiske mesterskap. Ferdinand avsluttet fjorårets sesong med å løpe 3000m på 7:36.32.

Haren hadde her fått i oppdrag å passere 800m på 1:55. Allerede etter første runde var det klart at det ville bli vanskelig da 400m ble passert på 60 sek. Ferdinand lå gjennom hele løpet på en 4.plass helt i ryggen på de tre foran. Ut på oppløpssiden var Sigurd Tveit fra Kristiansand klart sterkest og vant med tiden 3:44.54. Ferdinand fikk 3:45.61.

Etter det vi så i Malmø bør nok Ferdinand nå vurdere å satse videre på 5000m.

Første dag av mesterskapet ble det tre titler til Tjalves utøvere pluss en sølvmedalje på 1500m for kvinner.



Sigrid og Marie-Therese etter spydkonkurransen. Foto: Instagram



Siste del av 1500m for menn med Sigurd Tveit fra Kristiansand i teten. Ferdinand er nr.4. Foto: Skjermdump

Women 1500 m

Nelly Elned pace

18/5 19:00

Results confirmed at 19:09

1	Aníta Hinriksdóttir	96	ISL	4:19.14	SB
2	Ingeborg Østgård	03	NOR	4:19.74	SB
3	Kristine Lande Dommersnes	99	NOR	4:20.70	SB
4	Selma Løchen Engdahl	01	NOR	4:21.68	SB
5	Emilia Lillemo	00	SWE	4:21.74	
6	Ina Halle Haugen	03	NOR	4:26.89	SB
	Nelly Elned	06	SWE	DNF	

Men 1500 m

Victor Wahlgren pace

18/5 20:10

Results confirmed at 20:21

1	Sigurd Tveit	00	NOR	3:44.54	
2	Christoffer Frost-Jensen Johansen	97	DEN	3:44.99	SB
3	Jonathan Grahn	04	SWE	3:45.04	
4	Ferdinand Kvan Edman	93	NOR	3:45.61	SB
5	Esten Hansen Møllerud-Hauen	03	NOR	3:46.06	SB
6	Jeppe Risvig	01	DEN	3:47.46	
7	Andreas Lindgreen	98	DEN	3:47.83	
8	Arvid Öhrn	94	SWE	3:49.30	SB
	Victor Wahlgren	02	SWE	DNF	

Andre dag av mesterskapet åpnet med stafetter over 4x100m. På det norske kvinnelaget løp tre Tjalvister; Marte Pettersen, Vilde Aasmo og Maren Bakke Amundsen. Da Danmark og Finland ikke klarte å få pinnen til mål ble jentene nordisk mester.

Så var det klart for 800m for kvinner med to Tjalvister på startstreken; Malin Nyfors og Solveig Hernandez Vråle.

Haren hadde fått i oppdrag å åpne på 60 sek. Det klarte hun nesten da hun passerte på 61, mens feltet bak passerte på 62-63 sek. Malin lå hele tiden langt fremme i feltet, og ut på oppløpssiden kom hun bakfra og løp inn til en klar seier foran Anita Hinriksdottir fra Island. Tiden til Malin ble 2:05.20. Solveig ble nr.5 med 2:08.57. Veldig bra løpt av våre jenter i den varierende vinden.

Norge stilte med to Tjalvister i tresteg for kvinner. Elise Sanden Søvik har satt personlig rekord i år med 12.62m, mens Mathilde Klokseth oppnådde 12.79m innendørs i vinter. Vinden varierte kraftig under konkurransen, som ikke ble noen suksess for våre. Elise ble igjen best med 12.43m (+2.2), mens Mathilde hoppet 12.31m (+2.1). Det holdt til en 9. og en 10.plass og dermed fikk de ikke hoppe de tre siste hoppene. Elise var bare 1 cm fra å gå til finalen.



Malin med medaljen. Foto fra Instagram

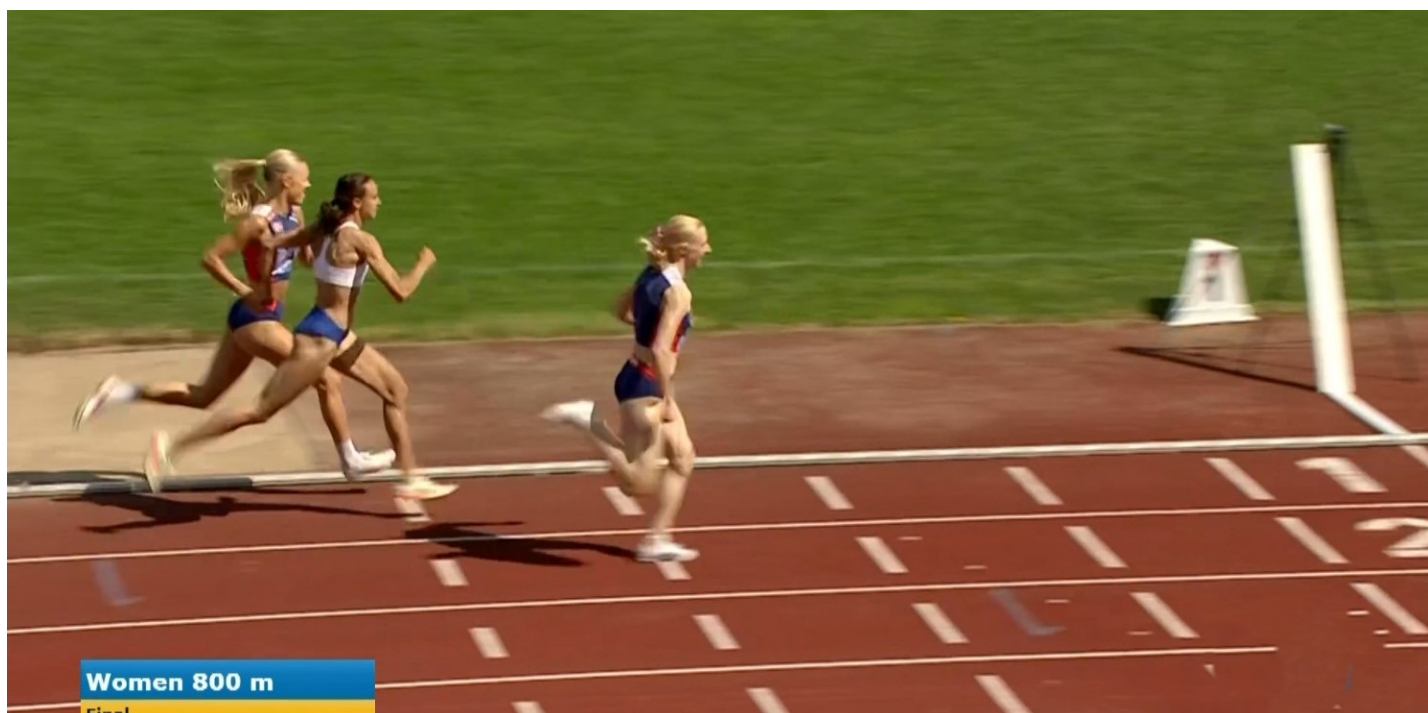
Women 800 m

Results confirmed at 11:35

Nelly Elnedpace

19/5 11:30

1	Malin Nyfors	97	NOR	2:05.20	SB
2	Aníta Hinriksdóttir	96	ISL	2:05.42	SB
3	Pernille Karlsen Antonsen	02	NOR	2:05.43	PB
4	Lovisa Lindh	91	SWE	2:07.64	SB
5	Solveig Hernandez Vråle	99	NOR	2:08.57	SB
6	Amanda Grefstad Frøynes	98	NOR	2:12.13	SB
7	Majken Lützen	03	DEN	2:12.55	SB
	Nelly Elned	06	SWE	DNF	



Women 800 m
Final

Malin Nyfors løper inn til seier på 800m for kvinner. Foto: Skjermdump



Elise Sanden Søvik. Foto: Bildbyrå



Elise og Mathilde etter trestegkonkurransen. Foto: Instagram

Women Triple jump Results confirmed at 13:06

19/5 11:35

1	Maja Åskag	02	SWE	13.68 +1.4	SB
2	Emelie Nyman Wänseth	98	SWE	13.19 +0.9	SB
3	Fatima Koné	99	SWE	13.03 -0.1	SB
4	Rebecka Abrahamsson	94	SWE	12.97 +0.4	
5	Jessica Kähärä	01	FIN	12.95 0.0	SB
6	Elina Kostiainen	92	FIN	12.66 0.0	SB
7	Malin Otterling Marmbrandt	85	SWE	12.64 +0.7	SB
8	Saana Peura	03	FIN	12.44 -1.6	SB
9	Elise Søvik	97	NOR	12.43 +2.2	
10	Mathilde Klokseth	03	NOR	12.31 +2.1	
11	Katrine Holst Hahn	04	DEN	12.18 +2.1	

		1	2	3	4	5	6
128	Saana Peura	12.30 +1.7	12.29 +1.9	12.44 -1.6	11.76 -2.7	12.39 0.0	x
316	Malin Otterling Marmbrandt	12.52 +1.0	12.64 +0.7	x	12.25 -2.0	x	12.40 0.0
291	Fatima Koné	x	12.57 0.0	12.72 -2.9	12.65 -0.4	12.99 0.0	13.03 -0.1
352	Maja Åskag	13.68 +1.4	x	x	x	x	x
110	Jessica Kähärä	x	12.95 0.0	12.89 -2.1	x	x	x
29	Katrine Holst Hahn	12.18 +2.1	x	11.99 -2.0			
224	Elise Søvik	12.43 +2.2	12.28 0.0	x			
313	Emelie Nyman Wänseth	12.75 0.0	x	12.86 -1.8	x	13.19 +0.9	13.18 0.0
199	Mathilde Klokseth	12.31 +2.1	12.11 -3.1	12.22 -2.3			
238	Rebecka Abrahamsson	12.96 +1.8	11.15 -1.2	12.83 -1.5	12.84 0.0	x	12.97 +0.4
107	Elina Kostiainen	12.65 +1.7	12.43 -2.2	12.52 -2.1	x	12.32 0.0	12.66 0.0



Mathilde Klokseth. Foto: Bildbyråen

200m for menn ble avviklet over tre heat med tid avgjørende. Kenny Emi Tijani-Ajayi var satt opp i C-heatet. Kenny kom godt ut fra start og løp en god sving. Ut på oppløpssiden liknet han litt på den Kenny vi så under NM i Stjørdal i 2022. Han ble nr.2 i heatet og nr.11 sammenlagt. Tiden ble 21.24 i godkjent vind (+1.8). Han var bare 1/100 bak Mathias Hove Johansen fra Skjalg. Det er det beste Kenny har gjort på lang tid.



Kenny klar til start på 200m.

Norges deltakere i lengde var Henrik Flåtnes fra Tønsberg og Marius Bull Hjeltnes fra Tjalve.

Marius begynte beskjedent med 7.28m i første omgang, 7.00m i andre og 7.30m i tredje. Etter det virket det som han våknet til liv. I fjerde omgang fikk han opp 7.63m i vind +2.8, før han fortsatte med 7.49m i femte (+4.0). I siste omgang avsluttet han med 7.54m i godkjent vind. Det var ny årsbeste og den tredje beste konkurransen han har gjennomført.

Vi må også nevne Flåtnes som i tredje omgang hoppet 8.02m, dessverre med vind +2.4. Konkurransen ble vunnet av Daniel Egilsson fra Island som hoppet hele 8.21m i godkjent vind (+1.7). Han slo dermed den islandske rekorden fra 1994. Henrik Flåtnes ble nr.2 og Marius nr.5.

Vår siste utøver ut i en individuell konkurranse var Malin Edland på 5000m. Malin har ikke løpt mange 5000 meter og hadde en personlig rekord på 16:36.61 fra 2020.

Det var Hanne Mjølén Maridal som var den mest aktive av de norske i starten, med Malin litt lenger bak i feltet. Etter hvert løp Malin seg opp og på oppløpssiden var det en finne og Malin som kjempet om seieren. Malin kom nærmere og nærmere, men finnen klarte å holde unna. Det ble en fin sølvmedalje til Malin med 16:01.88. Det var da personlig rekord med over 35 sekunder.

Norge stilte også lag på 4x400m for kvinner med to Tjalvister på laget. Laura Veen løp den første etappen og Solveig Hernandez Vråle tredje. De kunne ikke hamle opp med Sverige og Danmark, men var tilslutt bare 9/10 bak danskene.



Marius under lengdehoppkonkurransen. Foto: Bildbyrån



Nina Chydenius fra Finland holdt unna for Malin Edland på

Den store skandalen under mesterskapet var 200m for kvinner hvor Henriette Jæger løp et kjempeløp, men tiden i heatet ikke registrert. For å kunne kåre en nordisk mester fikk jentene løpe en gang til på slutten av stevnet søndag. Det var bare tre som stilte til start. I tillegg til Henriette løp Maren Bakke Amundsen fra Tjalve og en finsk utøver. Maren ga seg etter fem meters løping. Grunnen til det var at tre utøvere måtte stille for at løpet skulle bli gjennomført. Henriette suste inn til ny norsk rekord med 22.58 i vind +1.7. Det er visstnok bare 1/100 bak OL-kravet på distansen.

Maren Bakke Amundsen løp meget bra i det første 200m løpet. Man skal ikke se bort fra at hun kanskje var under klubbrekorden til Kaitesi Ertzgaard som lyder på 23.87.

Men 200 m Results confirmed at 12:57

A-Final				19/5 12:35	Wind: -0.1
					Tot. plac.
1	Henrik Larsson	99	SWE	20.49	1 SB
2	Erik Erlandsson	04	SWE	20.62	2 PB
3	Simon Hansen	98	DEN	20.80	3 SB
4	Niilo Mustalahti	02	FIN	21.12	6 SB
5	Oskari Lehtonen	97	FIN	21.18	9 SB
	Samuel Purola	00	FIN	DNS	

B-Final				19/5 12:35	Wind: -0.1
					Tot. plac.
1	Linus Pihl	03	SWE	20.92	4 PB
2	Jónas Gunnleivsson Isaksen	05	DEN	21.14	7 SB
3	Zion Eriksson	02	SWE	21.16	8 SB
4	Mathias Hove Johansen	98	NOR	21.23	10 SB
5	Kolbeinn Höður Gunnarsson	95	ISL	21.59	14 SB
6	Valtteri Louko	03	FIN	21.60	15 SB

C-Final				19/5 12:35	Wind: +1.8
					Tot. plac.
1	William Trulsson	06	SWE	21.00	5 PB
2	Kenny Emi Tijani Ajayi	03	NOR	21.24	11 SB
3	Jakob Hvorup	99	DEN	21.32	12 SB
4	Kasper Andersson	97	DEN	21.42	13 SB
5	Jonas Berggård Skåden	02	NOR	21.63	16 SB
6	Patrick Kwizera Bifuko	96	NOR	21.99	17 SB

Women 5000 m

Results confirmed at 14:48

Lova Brandt pace

19/5 14:15

1	Nina Chydenius	90	FIN	16:00.99	SB
2	Malin Edland	99	NOR	16:01.88	PB
3	Live Solheimdal	96	NOR	16:04.23	PB
4	Helene Svane	91	DEN	16:07.52	SB
5	Hanne Mjøen Maridal	96	NOR	16:12.48	SB
6	Annie Saugstrup	96	DEN	16:35.41	PB
7	Mari Roligheten Ruud	02	NOR	17:15.13	SB
8	Marie-Louise Jørgensen	03	DEN	17:24.16	
9	Kristin Waaktaar Opland	82	NOR	17:35.11	SB
	Laura Astrup	00	DEN	DNS	
	Kristine Lande Dommersnes	99	NOR	DNS	
	Elsa Sundqvist	05	SWE	DNS	
	Lova Branth	05	SWE	DNS	

Men Long jump
Results confirmed at 14:31
19/5 13:30

1	Daníel Ingi Egilsson	00	ISL	8.21 +1.7	PB			
2	Henrik Flåtnes	01	NOR	8.02 +2.4				
3	Kasper Vehmaa	05	FIN	7.82 0.0	SB			
4	Joakim Hellbratt	03	SWE	7.80 +2.4				
5	Marius Bull Hjeltnes	96	NOR	7.63 +2.8				
6	Lance Christian Aabo	06	DEN	7.41 +2.1				
7	Elias Kapell	06	SWE	7.36 +0.5	PB			
8	Patrick Wolf	01	DEN	7.30 +1.4	SB			
9	Melwin Lycke Holm	04	SWE	7.08 +1.0	SB			
10	Kasper Larsen	99	DEN	6.95 +0.3	SB			
11	Jesper Hellström	95	SWE	6.95 0.0	SB			
			1	2	3	4	5	6
287	Elias Kapell	7.05 +2.7	7.28 -1.1	x	7.36 +0.5	7.29 +0.9	x	
79	Patrick Wolf	7.00 +2.0	x	7.09 0.0	7.30 +1.4	5.10 +0.7	6.88	+2.6
304	Melwin Lycke Holm	7.08 +1.0	x	7.08 +1.0				
47	Kasper Larsen	x	6.95	6.70 -1.9				
			+0.3					
144	Kasper Vehmaa	7.38 +1.2	7.82 0.0	x	7.58 +2.7	x	7.65 0.0	
183	Henrik Flåtnes	7.97 +3.0	7.90 +1.1	8.02	7.82 +0.5	x	7.87 +0.9	
				+2.4				
175	Marius Bull Hjeltnes	7.28 0.0	7.00 0.0	7.30 +2.7	7.63 +2.8	7.49 +4.0	7.54 +0.2	
149	Daníel Ingi Egilsson	7.67 +2.4	x	8.01 +2.0	8.21 +1.7	6.82	-	
						+2.2		
274	Jesper Hellström	6.95 0.0	-	-				
273	Joakim Hellbratt	x	7.80 +2.4	x	7.61 +2.2	x	7.40 +1.4	
6	Lance Christian Aabo	7.39 +2.8	7.41 +2.1	7.35 +1.8	7.41 +1.6	7.23 +1.2	x	

Women 4x400 m
Results confirmed at 14:48
19/5 14:45

1	Sweden	SWE	3:33.65
	Jonna Claesson 00		
	Moa Granat 04		
	Josephine Risberg Thoor 95		
	Moa Hjelm 90		
2	Denmark	DEN	3:39.92
	Anna Krab Scheibelein 98		
	Zarah Buchwald 95		
	Anne Sofie Kirkegaard 98		
	Anna Øbakke Lange 99		
3	Norway	NOR	3:40.84
	Laura van der Veen 03		
	Linn Oppegaard 98		
	Solveig Hernandez Vråle 99		
	Marlen Aakre 93		



Premieutdeling 4x400m kvinner med Solveig Hernandez Vråle og Laura Veen helt til høyre i bildet.



Den opprinnelige A-finalen på 200m med Maren Bakke Amundsen helt til høyre i bildet. Foto: Bildbyrån



Malin Edland med blomster etter å ha blitt nr.2 på 5000m.
Foto: Instagram



Det er ikke hver dag man perser med 1.5 sek. Laura Veen etter sin 400m. Foto: Instagram



17.mai. Kenny og Lakeri klar til innsats i Malmø. Foto supplert av Kenny.

Eivind Henriksen 74.68m i Fränkisch-Crumbach

Eivind Henriksen og hans vonde kne hadde lagt sesong-debuten til Hammerwurf-meeting i Fränkisch-Crumbach søndag 19.mai. Det var her han forbedret sin norske rekord til 78.25m i 2019.

Denne gang var nok forventningene adskillig lavere. Eivind har slitt med et vondt kne gjennom hele vinteren etter at han falt på isen i januar og pådro seg en slimposebetennelse.

Eivind leverte i det minste en meget jevn konkurranse med fem kast mellom 74.23m og 74.68, som ble hans lengste. Resultatet holdt til en 2.plass i konkurransen som ble vunnet av unge Sören Klose fra Tyskland med sterke 77.49m. Fortsetter han slik kommer han til å gjøre det bra i Roma.

I fjor sesongdebuterte Eivind med 74.12m før han kastet 76.09m i Trond Mohn Games.

Eivind klarte kvalifiseringskravet til EM i fjor, men det heter så fint at man må vise form for å bli tatt ut. Det blir nok helt avgjørende hva han får til i Trond Mohn Games onsdag 22.mai.

Bjørn Henriksen

18. - 19. MAI 2024 20. INT. SPARKASSEN HAMMERWURF-MEETING - FRÄNKISCH-CRUMBACH

Zeitplan Meldungen Startliste Ergebnisse									
Hammerwurf M/A Männer A Vor/Endkampf									
Ergebnisliste									
19.05.2024 17:00 Bewerb abgeschlossen									
Gesamtergebnis									
Rang	Name	Nat.	Ergebnis	V1	V2	V3	V4	V5	V6
Bib	Verein	JG							KL
1	KLOSE Sören	GER	77,49	1./I	75,25	77,49	75,84	75,93	x
187	Eintracht Frankfurt e. V.	2002							74,50
2	HENRIKSEN Eivind	NOR	74,68	2./I	74,68	74,54	74,59	74,23	x
602	Norwegen	1990							74,40
3	QI Wang	CHN	71,46	3./I	x	67,42	x	x	71,46
601	VR China	2001							x
4	WOLFISBERG Lars	SUI	69,51	4./I	x	68,86	69,51	x	67,93
186	Schweiz	2003							x
5	GLEIXNER Christoph	GER	68,00	5./I	65,74	63,32	67,29	68,00	x
604	Eintracht Frankfurt e. V.	1999							66,48
6	CAMARA Samuel	CZE	67,56	6./I	64,04	64,27	x	x	67,56
606	Tschechien	2000							65,82
7	HE Jiang	CHN	67,44	7./I	66,00	67,44	66,58	66,74	64,77
603	VR China	1998							x
8	GALLIGAN Simon	IRL	60,53	8./I	57,41	57,05	58,76	x	60,22
607	Irland	1995							60,53

Tobias Grønstad 1:45.50 i Rehlingen

I jakten på OL-kravet på 800m stilte Tobias Grønstad til start på distansen i tyske Rehlingen søndag 19.mai.

Tobias fikk en nærmest perfekt vei mot målet med en hare som passerte 400m på 50.5 sek og som holdt i over 500m før han ga seg. Da overtok Aron Cheminingwa fra Kenya med Tobias på hjul. Ut på oppløpssiden prøvde han å komme forbi kenyatten på utsiden uten å lykkes. Isteden kom to andre løpere forbi på innsiden slik at Tobias ble nr.4. Vinner ble James Preston fra New Zealand med tiden 1:45.17. Tobias fikk 1:45.50. Det er han nest beste løp i karrieren etter 1:45.06 satt en uke tidligere.

Et regnvær tidligere på dagen hadde gjort banen våt og det kan være noe av årsaken til at tidene ikke ble bedre.

Tobias er kvalifisert for EM og har flere muligheter til å klare OL-kravet litt senere.

Bjørn Henriksen

800m Männer Zeitläufe					Ergebnisliste
19.05.2024 17:15 Bewerb abgeschlossen					
Rekorde					
Meetingrekord	1:43,30	Mbulaene Mulaudzi	RSA	Rehlingen (GER)	09.06.2003
Weltjahresbestleistung	1:43,57	Wanyonyi Emmanuel	KEN	Nyayo National Stadium (KEN)	20.04.2024
Deutsche Jahres Bestleistung	1:46,15	Probst Marius	GER	Carl-Kaufmann-Stadion (GER)	11.05.2024
Olympia Norm	1:44,70				
EM Norm	1:45,20				
Gesamtergebnis					
Gesamtergebnis					
Rang	Name	Nat.	Ergebnis	Klasse	Info
Bib	Verein	JG			
1	Preston James	NZL	1:45,17	1./II	M NL,EM
252	Neuseeland	1997			
2	Cheminingwa Aaron Kemei	KEN	1:45,23	2./II	M
233	Kenia	1998			
3	Wipfli Ramon	SUI	1:45,38	3./II	M PB
304	Schweiz	2004			
4	Grønstad Tobias	NOR	1:45,50	4./II	M
249	Norwegen	2002			
5	Oberbeck Luis	GER	1:46,38	5./II	M SB
151	LG Göttingen	1999			
6	Heinrich Marvin	GER	1:47,10	6./II	M SB
204	Eintracht Frankfurt e.V.	1997			
7	Skupin-Alfa Malik	GER	1:47,34	7./II	M PB
157	LG Offenburg	2004			
8	Oester Robin	SUI	1:48,25	1./I	M SB
271	Schweiz	1999			
9	Hussey Ethan	GBR	1:48,39	8./II	M
65	Großbritannien	2003			
10	Low-Beer Louis	SUI	1:48,49	2./I	M PB
270	Schweiz	2004			
11	Meggler Emil	GER	1:48,69	3./I	M SB
152	LG Göttingen	2002			
12	Miron Javier	ESP	1:49,27	9./II	M
45	Spanien	1999			
13	Kerber Navid	SUI	1:49,58	4./I	M SB
273	LC Rehlingen	2003			

Aiden Floyd Vincent 49.14 i KFUMs maistevne

Mange Tjalvister benyttet muligheten til å konkurrere under KFUMs maistevne på Bislett 21.mai, inkludert den yngre garde fra Koll IL. Ingen ting å si på været; strålende sol, 23 grader i luften og vindstille.

Det startet med fem heat på 100m for gutta og to for jentene.

I det beste heatet vant Edem Schaanning Agbo fra IL BUL med tiden 10.60. Marius Bull Hjeltnes ble nr.4 med 10.80 og Even Pettersen nr.6 med 10.89. For Even var dette årsbeste.

Magnus Odland vant det første heatet med 11.83 fulgt av Lucas Nande Eggen med 12.18. Begge løp sin første 100m. Parautøver Sander Hegni fikk 12.87.

I det andre heatet ble Even Bogen Nørjordet nr. 5 med 11.69 (ny pers). I det nest beste heatet løp tre Tjalvutøvere. Her ble Aiden Floyd Vincent best med 11.31 foran Albin Lydersen med 11.37 og Marcus Stålby 11.38. Alle løp hadde godkjent vind.

Place	Bib	Name	CAT	Cat Pos	TEAM	Time	
1	67	MagnusMaximilian ODLAND	U18M	1	TJALV	11.83	
2	18	LucasNande EGGEN	U18M	2	TJALV	12.18	
3	47	Magnus KRINGSTAD	SM	1	ILBUL	12.40	12.40
3	44	Radin KALBASI	U18M	3	ILBUL	12.40	12.40
5	93	AdilAbdulqadirMohamad SULEIMAN	U18M	4	ILBUL	12.64	
6	28	SanderAndreas HEGNI	SM	2	TJALV	12.87	

Resultat 100m heat 1 og 2.

Place	Bib	Name	CAT	Cat Pos	TEAM	Time	
1	96	ChristianAndré THOMASSEN	U23M	1	ARE	11.31	
2	43	WilliamØstbo JOHANSEN	U20M	1	ASKSK	11.40	
3	103	SindreKlausen VEGGAN	U16B	1	TYR	11.56	
4	116	Eivind KLOKKENHAUG	U23M	2	VIDAR	11.57	
5	65	EvenBogen NØRJORDET	U18M	1	TJALV	11.69	
6	39	HermanJørgensen HUUS	SM	1	STUR	11.80	
7	105	HenrikLinna VINESHAUGEN	U20M	2	HEGGI	11.82	

Place	Bib	Name	CAT	Cat Pos	TEAM	Time	
1	42	Tobias JOHANSEN	U23M	1	HIND	11.26	
2	104	AidenFloyd VINCENT	U23M	2	TJALV	11.31	
3	11	AlbinMuhumuzaLydersen BOTEZ	U23M	3	TJALV	11.37	
4	92	MarcusDevantésGardner STÅLBY	U18M	1	TJALV	11.38	
5	24	MartinWemersonHoff GJØRVAD	U18M	2	TYR	11.48	
6	25	Samuel GYEDU	SM	1	MOELV	11.49	
7	112	Sondre Audahl VIK	U23M	4	ILBUL	11.60	
10		JoshAnthony BJERKE	U18M		ILBUL		

Resultat 100m heat 4

Place	Bib	Name	CAT	Cat Pos	TEAM	Time	
1	1	EdemSchaanning AGBO	SM	1	ILBUL	10.60	
2	82	Øyvind KJERPESET	SM	2	FLOR	10.63	
3	32	MariusBull HJELTNES	SM	3	TJALV	10.80	
4	62	ChristopherEkene NORDLIE	U18M	1	ILBUL	10.85	
5	68	BenjaminAltmann OPUAMA	U18M	2	SKI	10.89	10.89
5	70	Even PETTERSEN	SM	4	TJALV	10.89	10.89
7	9	PatrickKwizera BIFUKO	SM	5	TROF	11.00	
8	76	SondreMatias RUDI	SM	6	MOELV	11.19	

Resultat 100m heat 5



100m heat 1 med følgende Tjalveutøvere fra venstre: Lucas Nande Eggen, Sander Hegni og Magnus Odland. Foto: Bjørn Henriksen



100m heat 4 med følgende Tjalveutøver fra venstre: Albin Lydersen, Marcus Stålby og Aiden Floyd Vincent.
Under: Heat 5 med Marius Bull Hjeltnes og Even Pettersen. Foto: Bjørn Henriksen



KFUMs maistevne

På 100m for kvinner ble Oda Lier beste Tjalve/Koll utøver med tiden 12.62 i andre heat. Deet var personlig rekord og holdt til en 3.plass. Mina Sørensen fikk tiden 13.16

Place	Bib	Name	CAT	Cat Pos	TEAM	Time
1	87	LinnRøen SKJERMO	SW	1	FRED	13.30
2	20	Mathilde FALCK	U18W	1	ILBUL	13.39
3	30	OliviaSkovli HERMANSEN	U16G	1	MOSS	13.74
4	102	AvaViktoriaSætnan VALIO	U18W	2	TJALV	14.15
5	72	Anita QUEIROZAMUNDSEN	U18W	3	TJALV	14.50
6	90	Hennie STRAND-OMRENG	U16G	2	TJALV	15.20

Resultat 100m kvinner heat 1

Place	Bib	Name	CAT	Cat Pos	TEAM	Time	
1	19	KaisaSol FAGERLAND	U18W	1	SKJA	12.49	
2	41	Sunniva INDAHL	U20W	1	SKI	12.50	
3	51	Oda LIER	U18W	2	TJALV	12.62	
4	52	PernilleSina LUND	SW	1	BSK	12.84	
5	71	NoraJazzWerenskiold PROCTOR	U20W	2	ILBUL	12.86	
6	99	EliseSandvik TORNBERG	U16G	1	TYR	13.16	13.16
6	94	MinaMikkelsen SØRENSEN	U20W	3	TJALV	13.16	13.16
8	117	Frida ELSNESS	U16G	2	KOLL	13.52	

Resultat 100m kvinner heat 2



100m kvinner heat 1 med tre Tjalve jenter bak vinneren Kaisa Fagerland fra Fredrikstad. Fra venstre: Hennie Stand-Omreng, Ava Sætnan Valio og Anita Queiroz Amundsen. Foto: Bjørn Henriksen

400m for menn ble gjennomført over to heat med Adrean Bakke i det første og Aiden Floyd Vincent i det andre. Adrean forbedret sin personlige rekord til 53.58 og ble nr.9 totalt.



Adrean Bakke på borte langside av sin 400m. Foto: Bjørn Henriksen



100m kvinner heat 1. Oda Lier løper i bane 6 og Mina Sørensen i bane 1. Foto: Bjørn Henriksen



Tre fornøyde jenter fra Koll. Fra venstre: Hennie Strand-Omreng, Ava Sætнан Vaio og Anita Queiroz Amundsen. Foto: Bjørn Henriksen

KFUMs maistevne

Aiden Floyd Vincent ble nr.3 da han forbedret sin personlige rekord til 49.14. Han har tidligere løpt 49.36 utendørs og 49.15 innendørs i vinter.

Pos	Bib	Name	Cat	CatPos	Team	Time	Lane
1	42	Tobias Johansen	U23M	1	HIND	48.56	2-5
2	31	Jonathan Hertwig-Ødegaard	U20M	1	VIDAR	48.69	2-4
3	104	AidenFloyd Vincent	U23M	2	TJALV	49.14	2-3
4	95	SjurGrung Thallaug	U20M	2	MOELV	49.29	2-6
5	75	JonasMæland Rosholt	U18M	1	ILBUL	50.07	2-1
6	77	Sander Rustad-Johansen	U20M	3	ULKI	50.63	2-7
7	36	Jonathan Holen	SM	1	ILBUL	52.47	1-4
8	105	HenrikLinna Vineshaugen	U20M	4	HEGGI	53.16	2-?
9	5	AdreanTristanHolmen Bakke	SM	2	TJALV	53.58	1-7
10	106	BereketGeda Wayu	SM	3	ILBUL	54.61	1-5
	33	MatsRossland Hjørnevik	U23M	3	ILBUL	DNF	2-2
	67	MagnusMaximilian Odland	U18M	2	TJALV	DNS	1-6

Resultat 400m menn totalt.

1500m for menn ble også gjennomført over to heat. I det første løp Karl Oraug Rygh fra Koll IL som nok er ukjent for de fleste av oss. Karl er bare 16 år og hadde ingen respekt for de noe eldre utøverne fra SK Vidar. Etter en imponerende sluttspurt løp han inn til seier på tiden 3:59.25. Han var den eneste fra Tjalve som stilte på distansen.



Slik ser han ut, Karl Oraug Rygh. Foto: Bjørn Henriksen



Fra 1500m for menn med haren fra SK Vidar i tet. Karl er her nr.3. Foto: Bjørn Henriksen

Pos	Bib	Name	Cat	CatPos	Team	Time	Lane
1	120	Karl Oraug Rygh	U16B	1	TJALV	3:59.25	1-8
2	56	Mathias Moen	M35	1	VIDAR	4:00.42	1-6
3	116	Eivind Klokkenhaug	U23M	1	VIDAR	4:01.41	1-4
4	6	HaakonEngelsen Berg	SM	1	VIDAR	4:01.79	1-?
5	97	MartinSølvberg Tjelle	U18M	1	NITT	4:05.03	2-6
6	88	SigurdRuud Skjeseth	SM	2	ORION	4:06.32	2-7
7	35	Mathias Hoelsveen	U20M	1	RAU	4:06.45	2-4
8	98	EliasHaugen Torjussen	U18M	2	VIDAR	4:06.66	2-3
9	101	Kristian Ulriksen	M35	2	TRL	4:07.08	2-2
10	26	UlrikJåvoll Hagen	U18M	3	BRNDB	4:07.46	2-9
11	61	Jonas Njerve	SM	3	VIDAR	4:11.25	1-1
12	58	Adrian Monkvik	U18M	4	SARP	4:17.53	1-3

Resultat 1500m menn



Oppløpssiden på 400m menn med Tobias Johansen fra Hind, Jonathan Hertwig-Ødegaard fra SK Vidar og Aiden Vincent. Foto: idrettsbilder.no

5000m var som vanlig et stort felt med en Tjalvist i feltet; Atle Scheie. Atle har en personlig rekord på 15:45. Han lå lenge an til å slå denne, men ble nok litt sliten på slutten og kom inn til 15:51.16. Det holdt til en 9.plass.

Place	Bib	Name	CAT	Cat Pos	TEAM	Time	
1	114	Håkon MINDREBØE	SM	1	OSI	15:22.11	
2	12	Matias BREKKÅ	SM	2	VIDAR	15:29.15	
3	7	Erlend BERGER	SM	3	VIDAR	15:33.50	
4	46	Tore KLUNGLAND	SM	4	BIF	15:34.35	
5	73	DinaAnjaraHerilanto RANDRIANAMPIANTSOA	SM	5	VIDAR	15:39.54	
6	14	MortenOlsen DALHAUG	SM	6	VIDAR	15:39.80	
7	109	UlrikMoen ØDEGÅRD	M35	1	VIDAR	15:41.29	
8	113	Mathias MØLLER	SM	7	VIDAR	15:50.05	
9	85	AtleWendel SCHEIE	SM	8	TJALV	15:52.16	
10	100	Andreas TORSVIK	SM	9	BJARG	16:16.92	
11	59	Halvor MYHRVOLD	SM	10	VIDAR	16:17.76	
12	86	OlafHedberg SISSENER	M35	2	TROO	16:31.65	
13	74	DavidStefan RIEGER	SM	11	OSI	16:47.55	
14	64	IngridHelene NYHUS	SW	1	VIDAR	17:05.40	

Resultat 5000m menn



Atle underveis på sin 5000m. Foto: Bjørn Henriksen

KFUMs maistevne

Av tekniske øvelser var det lagt inn høyde og lengde for kvinner og menn. I høyde var Telma Rostoft Kristjansson påmeldt, men grunnet en liten skade i foten valgte hun å stå over.

Oda Lier hoppet lengde etter å ha løpt 100m. Oda hoppet noe bedre enn hun har gjort på lengde og fikk resultatet 5.47m. Det er bare 21 cm bak den personlig rekorden hun satte innendørs i vinter. I fjor hoppet hun 5.22m utendørs. Oda er bare 16 år og har tiden foran seg.

Official Results												
Place	Bib	Name	CAT	CatPos	TEAM	#1 (wind)	#2 (wind)	#3 (wind)	#4 (wind)	#5 (wind)	#6 (wind)	Best
1	41	Sunniva INDAHL	U20W	1	 SKI	x	5.65 (0.3)	5.69 (-0.7)	5.73 (-0.3)	x	5.70 (-0.4)	5.73
2	99	EliseSandvik TORNBERG	U16G	1	 TYR	5.26 (0.6)	5.52 (0.5)	5.39 (0.6)	x	5.44 (0.7)	5.58 (-0.2)	5.58
3	51	Oda LIER	U18W	1	 TJALV	5.47 (0.1)	x	5.11 (-1.0)	x	5.15 (0.1)	x	5.47

Resultat lengde kvinner



Even Bogen Nørjordet satte en fin personlig rekord på 100m med 11.69. Foto: Bjørn Henriksen

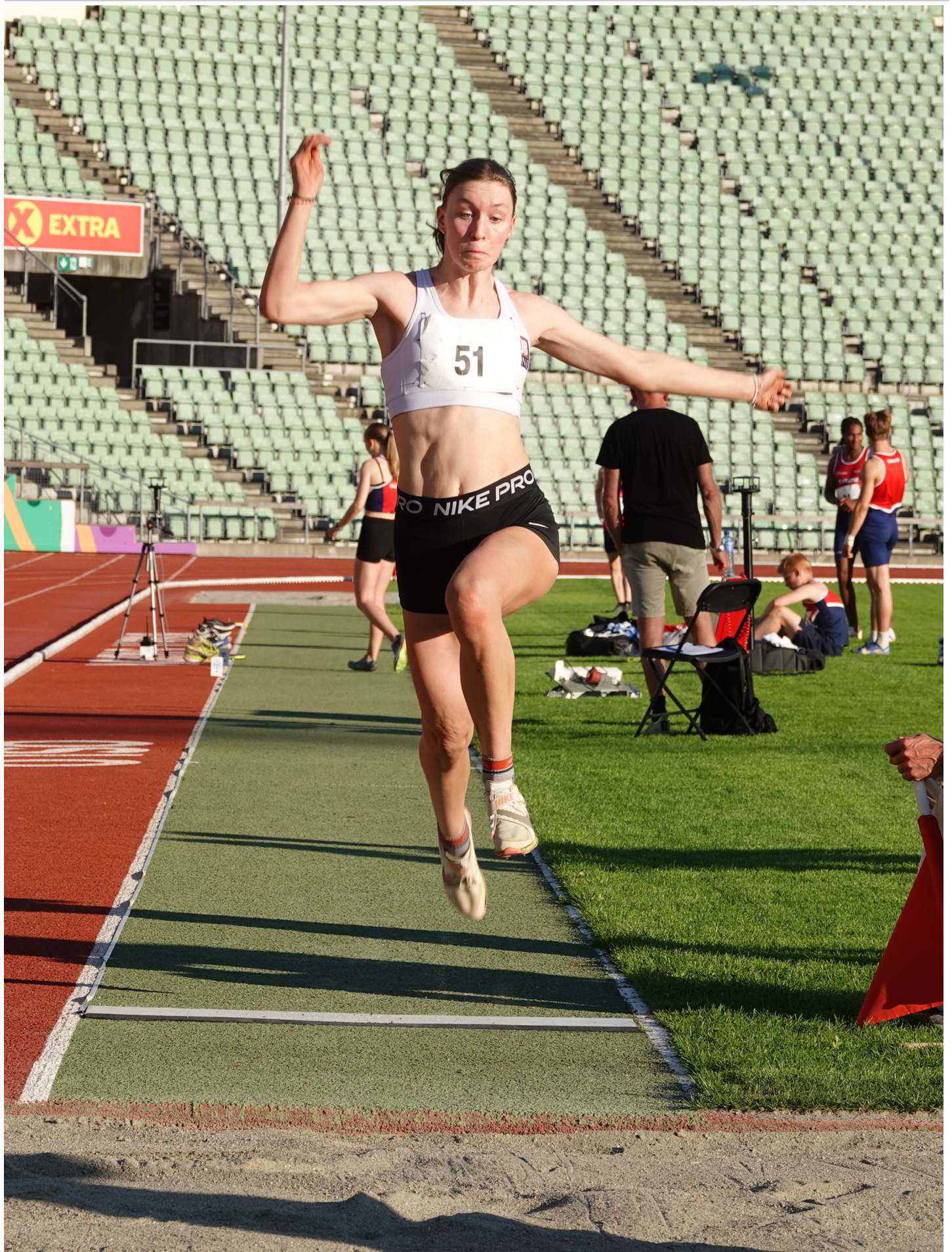
Bjørn Henriksen



Eystein Enoksen var der og dirigerte sine tropper (sprintere denne gang). Foto: Bjørn Henriksen



Om noen lurer på om Kjetil Myrtun var der som startordner så et dette bildet beviset på det. Foto: Bjørn Henriksen



Oda i et av sine lengdesprang. Foto: Bjørn Henriksen

Lakeri Ertzgaard ny klubbrekord på 300m i Bergen

Ikke uten grunn var 300m for kvinner siste øvelse under årets Trond Mohn Games som gikk av stabelen på Fana stadion 22.mai. Etter Henriette Jægers gode løp på 200m under nordisk mesterskap i Malmø hadde man gjemt det beste til slutt.

Sammen med Henriette løp Lakeri Ertzgaard og Laura Veen fra IK Tjalve. Frøken Jæger suste igjennom løpet som det skulle vært en 100m og kom inn til tiden 35.46, ca. ett sekund fortere enn hun løp i fjor. Hun trakk Lakeri med seg til ny klubbrekord som nå lyder på 37.91. Tidligere rekord tilhørte storesøster Kaitesi som løp på 37.93 under samme stevne i fjor. Laura satte også personlig rekord med 39.51.

Malin Nyfors løp 800m i et felt som skulle passe henne bra, med flere løpere på 1:59 og 2:00-tallet. Malin løp nok et godt løp og ble nr.6 med tiden 2:03.42. Det er hennes nest beste resultat noensinne. Malin er i fremgang og det skal bli spennende å se hvor langt hun kan presse tiden ned i år.



Women 300 m ([link](#))

(Endret: 20:46:37) **20:34:00**

Plass:	Startnr:	Navn:	Nation:	SB:	PB:	Resultat:
1	281	Henriette Jæger	NOR	36.62	35,46	New PB
2	284	Lauren Gale	CAN	36.48	36,53	
3	282	Naomi van den Broeck	BEL	37.39	36,94	New PB
4	416	Phil Healy	IRE	37.56	37,04	New PB
5	283	Madeline Price	CAN	38.81	37,17	New PB
6	285	Alyssa Marsh	CAN	36.77	37,40	
7	280	Lakeri Ertzgaard	NOR	38.20	37,91	New PB
8	288	Laura van der Veen	NOR		39,51	

Women 800 m ([link](#))

(Endret: 18:26:14) **18:20:00**

Plass:	Startnr:	Navn:	Nation:	SB:	PB:	Resultat:
1	220	Charline Mathias	LUX	2:00.35	2,01,95	
2	213	Rachel Pellaud	SUI	1,59,40	2,02,21	
3	215	Anna Wielgosz	POL	1,59,84	2,02,85	
4	211	Annemarie Nissen	DEN	2,00,10	2,02,89	
5	221	Patricia Silva	POR	2:00.07	2,03,33	
6	219	Malin Nyfors	NOR	2,02,84	2,03,42	
7	212	BianKa Kéri	HUN	1,59,80	2,03,50	
8	214	Pernille Antonsen	NOR	2,05,58	2,04,05	New PB
9	217	Louise Shanahan	IRE	1,59,42	2,04,88	
	216	Veera Perälä	FIN	2:06.41	DNF	



Malin Nyfors løp inn til 2:03.42 på 800m og ble nr.6. Foto: Bildbyrån



Trond Mohn Games 2024

Ferdinand Kvan Edman gjorde sitt andre løp på 1500m for sesongen. Denne gang gikk det raskere fra start med en førsterunde på 56 sek. Sigurd Tveit fra Kristiansand, som tydelig løp for å klare kravet til EM var offensiv i tet. Ferdinand lå litt lenger bak i feltet, men løp seg opp flere plasser på sisterunden og kom inn til tiden 3:38.59. Det er den beste tiden han har hatt siden 2022. Han ble tilslutt nr.6 og beste nordmann.

Sleggekonkurransen hadde samlet noen av de beste sleggekasterne i verden. Ethan Katzberg fra Canada ble verdensmester i fjor og kastet nylig 84.38m i Kip Keino Classic i Nairobi. Tilstede var også Bence Halasz fra Ungarn som ble nr.2 i EM 2022. Svenske Ragnar Carlsson har hatt en god start på sesongen med ny personlig rekord på 77.57m.

Mot disse stilte to nordmenn som ikke er på det nivået de burde være. Vi vet grunnen til at Eivind ikke presterer topp resultater. Thomas Mardal fra Gloppen hadde en dårlig dag med lengste kast på 73.40m. Eivinds lengste målte 74.74m. Alle ble knust av Katzberg som i sitt lengste kast fikk opp 81.98m. Man skal ikke ta noe for gitt, men det ser ut til at gullet i OL er reservert en ung fyr fra Canada.

For Eivind blir nok det viktigste i år å vinne NM. For å komme til finalen i EM må han forbedre seg noe og en eventuell deltakelse i OL virker fjern akkurat nå, selv om han er inne på ranking.



Ferdinand etter løpet. Skjermdump fra NRK



Henriette Jæger og Lakeri Ertzgaard etter deres gode 300m. Foto: Bildbyrån



To stadier i et sleggekast. Eivind Henriksen under Trond Mohn Games. Foto: Bildbyrån



Trond Mohn Games 2024

Men 1500 m ([link](#))

(Endret: 19:53:19) **18:03:00**

Plass:	Startnr:	Navn:	Nation:	SB:	PB:	Resultat:
1	230	Joao Neves	ITA	3:35.65		3,36,78
2	228	Joonas Rinne	FIN	3:37.65		3,37,87
3	240	Nuno Pereira	POR	3:36.23		3,37,95
4	226	Callum Davies	AUS	3:35.14		3,38,15
5	241	Jonathan Grahm	SWE	3:37.06		3,38,33
6	231	Ferdinand Kvan Edman	NOR	3:37.27		3,38,59
7	237	Sigurd Tveit	NOR	3:37.02		3,38,73
8	227	Emil Danielsson	SWE	3:34.16		3,38,98
9	238	Moa Bollerød	NOR	3:41.16		3,39,43 New PB
10	236	Esten Hansen Møllerud Haugen	NOR	3:38.87		3,48,64
	235	Håkon Moe Berg	NOR	3:41.37		DNF
	233	Paul Robinson	IRE	3:35.22		DNF
	239	Jude Thomas	AUS	3:41.75		DNF

Men Hammer Throw ([link](#))

(Endret: 20:30:54) **19:39:00**

Plass:	Startnr:	Navn:	Nation:	SB:	PB:	Resultat:
1	202	Ethan Katzberg	CAN	81,25		81,98 New PB
				80,47	80,47	81,98 81,26 78,94 78,50
2	203	Bence Halasz	HUN	80,92		75,81
				72,93	x	74,05 75,68 75,81 x
3	205	Ragnar Carlsson	SWE	77,00		75,04
				73,10	73,70	75,04 72,61 73,72 74,58
4	200	Eivind Henriksen	NOR	81,58		74,74
				72,50	74,74	73,06 74,18 73,49 74,71
5	204	Konstantinos Zaltos	GRE	76,33		74,55
				72,30	74,55	73,54 72,93 74,49 74,18
6	201	Thomas Mardal	NOR	77,97		73,40
				73,40	x	70,62 73,07 71,59 71,71

Det mange ikke vet er at vi har en kulestøter i klubben som er fra Estland. Navnet er Jander Heil og kom han kom til Tjelve før denne sesongen.

Jander stilte til start i kule og gjorde sine saker veldig bra. Han ble nr.4 med resultatet 19.46m. Det er ikke langt bak hans personlig rekord på 19.81m fra 2020.

Etter det vi vet trener Jander med Thomas Rosvold.

Bjørn Henriksen

Men

Shot put (link)

(Endret: 19:32:41) 18:45:00

Plass:	Startnr:	Navn:	Nation:	SB:	PB:	Resultat:
1	400	Marcus Thomsen	NOR	21.09		20,92
						20,92 20,88 20,41 20,17 20,62 20,73
2	405	Kyle Blignaut	SA	21.26		20,77
						19,80 20,55 x 19,88 20,24 20,77
3	402	Jesper Arbinge	SWE	20.03		19,98
						19,92 19,98 x 19,61 19,90 19,43
4	404	Jander Heil	EST	19.81		19,46
						18,66 19,46 18,92 x x x
5	401	Lorenzo Del Gatto	ITA	19.78		19,22
						18,84 x 19,22 x 18,65 18,94
6	403	Eric Maihöfer	GER	19.75		18,82
						18,65 18,82 x x x 18,44



Jander Heil

Ida Breigan 6.72m (w) i NCAA West First Round

Ida Breigan presterte nok en gang lange lengdehopp da hun deltok i NCAA West First Round torsdag 23.mai. Ida åpnet med 6.72m (+4.2) før hun fortsatte med 6.60m og 6.27 i de neste to omgangene. Begge hopp med +2.6 i vind. Ida ble nr.4 i konkurransen og er klar for Nationals i Eugene. Det var en jevn konkurranse med fem kvinner mellom 6.86m og 6.70m. Vi får håpe at vinden snart løyer "over there" slik at vi kan få noen lange godkjente hopp.



NCAA		NCAA West First Round		Fayetteville, AR May 22-25, 2024	
------	--	-----------------------	--	------------------------------------	--

PI	Athlete	Best		FI (PI)
1	Ackelia SMITH Texas [JR]	6.86m 22-6%	q +3.4	4 (1)
2	Alyssa JONES Stanford [SO]	6.76m 22-2%	q +2.9	3 (1) SB
3	Sydney WILLITS Iowa State [JR]	6.75m 22-1%	q +3.6	3 (2) SB
4	Ida BREIGAN UTSA [FR]	6.72m 22-%	q +4.2	4 (2)
5	Funminiya OLAJIDE SMU [JR]	6.70m 21-11%	q +2.8	4 (3) SB
6	Alexis BROWN Baylor [SR]	6.65m 21-10	q +3.3	4 (4)
7	Aaliyah FOSTER Texas [FR]	6.65m 21-10	q +3.3	4 (5) SB
8	Jasmine AKINS Oklahoma [JR]	6.57m 21-6%	q +3.7	4 (6) SB
9	Velecia WILLIAMS Nebraska [JR]	6.56m 21-6%	q +1.6	2 (1) PB
10	Nia ROBINSON Arkansas [SR]	6.55m 21-6	q +3.0	3 (3) SB
11	Emilia SJOSTRAND San Jose St. [JR]	6.54m 21-5%	q +2.9	3 (4) SB
12	Alexandria JOHNSON Arizona State [FR]	6.52m 21-4%	q +2.3	2 (2) SB
13	Sydney VANEK Arizona [FR]	6.52m 21-4%	+2.7	4 (7)
14	Elizabeth NDUDI Illinois [FR]	6.52m 21-4%	+0.9	4 (8)
15	Caitlin SIMMONS Eastern Washington [JR]	6.52m 21-4%	+1.8	2 (3) PB

Resultat lengde kvinner

Vilde Aasmo 11.83 i Keino Lipp Memorial

Vilde Aasmo og Marius Bull Hjeltnes stilte til start i Heino Lipp Memorial i Estland 23.mai.

Vilde ble nr.4 på 100m med tiden 11.83 i godkjent vind. Det er ny årsbeste. Vilde jakter klubbrekorden til Anne Cathrine Bakken på 11.64 fra 2002. Rosangela Santos fra Brasil vant med tiden 11.37.

Marius hadde nok ikke helt dagen og ble nr.12 i lengde med resultatet 7.11m. Litt skuffende da han i det siste har hoppet flere hopp over 7.50m. Konkurransen ble vunnet av Nikithemba Hani fra Sør-Afrika med 7.95m foran



Vilde Aasmo

Mayron Lucas Dos Santos fra Brasil med 7.92m.

PLACE	NAME	BIRTH DATE	NAT.	MARK	WIND
1.	Nikithemba HANI	12 OCT 2000	RSA	7.95	+1.5
2.	Mayron Lucas DOS SANTOS	20 JUL 2004	BRA	7.92	+0.7
3.	Hans-Christian HAUSENBERG	18 SEP 1998	EST	7.69	+0.2
4.	Yasser Mohammed TRIKI	24 MAR 1997	ALG	7.56	+0.2
5.	Kasper VEHMAA	16 JAN 2005	FIN	7.49	+1.7
6.	Marius VADEIKIS	02 AUG 1989	LTU	7.42	+0.5
7.	Bartosz GĄBKA	27 MAY 1999	POL	7.40	+0.7
8.	Mátyás NÉMETH	22 MAR 2001	HUN	7.35	+0.5
9.	Kevin BRUCHA	08 MAR 2002	GER	7.29	+0.9
10.	Victor Gabriel DE ASSIS	09 FEB 2002	BRA	7.29	+0.3
11.	Andrzej KUCH	27 OCT 1991	POL	7.22	+0.9
12.	Marius BULL HJELTNES	22 JUN 1996	NOR	7.11	+0.3
13.	Tony Ato TAMM	04 FEB 2002	EST	7.04	+0.9
14.	Jaak Joonas UUDMÄE	06 APR 1994	EST	6.79	+0.3

Resultat lengde menn

Seier til Ingeborg Østgård i Jessheim 1500m elite

Ull/Kisas årlige eliteløp over 1500m ble avholdt på Jessheim stadion 24.mai.

Det ble løpt tre heat i kvinneklassen og hel fem heat i klassen for menn. Tjalves jenter løp i heat A og B, mens gutta var spredd over alle fem heatene.

Det ble en fin kveld på Jessheim med mange personlige rekorder. I finale B for jentene stilte Solveig Hernandez Vråle som hare. Ellers hadde vi med Maiken Homlung Prøitz og 16-årige Aurora Brandt Sande. Begge jentene var med langt fremme gjennom hele løpet, selv om de tapte noe til vinneren Sigrid Alvik fra Tyrving IL mot slutten. Maiken løp inn til en 5.plass og tiden 4:28.75. Det var ny årsbeste. Maiken har en personlig rekord på 4:27.42 fra 2022.

I dette heatet ble det en ny jevn kamp mellom de tre beste i 16-årsklassen i landet. Nok en gang trakk Tuva Alme fra Sandnes det lengste strået da hun ble nr. 6 med 4:29.35. Aurora Brandt Sande fra Koll/Tjalve var denne gang rett bak og satte nok en gang personlig rekord med 4:29.81. Begge løp dermed under kravet til U18 EM. Det gjorde også Venus Teffera fra Ull/Kisa med 4:30.57.

I det beste heatet stilte både Ingeborg Østgård, Anne Gine Løvnnes og Malin Edland til start. Harer var utøvere fra Australia og Etiopia. Jentene fulgte godt med gjennom hele løpet og på oppløpssiden var Ingeborg sterkest og passerte Vera Hoffman fra Luxembourg og Joceline Wind fra Sveits. Tiden ble så god som 4:09.03. Det er ny personlig rekord og ny U23-klubbrekord i Tjalve. Anne Gine ble nr. 8 og satte personlig rekord med 4:12.49. Hun har tidligere løpt på 4:17.25. En solid forbedring av persen. Malin Edland ble nr.11 med 4:17.80. I fjor løp hun på 4:15.82.

1	4	Sigrid ALVIK 2003 · NOR	61	Tyrving IL	4:23.65 SB
2	7	Madelène Wanvik HOLUM 1994 · NOR	92	SK Vidar	4:25.79 PB
3	10	Mathea LÆGRAN 2007 · NOR	10	IL Skjalg	4:26.71 PB
4	6	Astrid Cecilie BERNTSEN 2007 · NOR	177	IL Skjalg	4:27.93 PB
5	3	Maiken Homlung PRØITZ 2004 · NOR	149	IK Tjalve	4:28.75 SB
6	9	Tuva ALME 2008 · NOR	123	Sandnes IL	4:29.35 PB
7	11	Aurora Kanutte Brandt SANDE 2008 · NOR	192	IK Tjalve	4:29.81 PB
8	2	Oda Andersen LUNDEBY 2002 · NOR	164	Stavanger FIK	4:30.05 SB
9	12	Venus Abraham TEFFERA 2008 · NOR	175	Ull/Kisa IL	4:30.57 PB

Resultat B-heat kvinner

1	7	Ingeborg ØSTGÅRD 2003 · NOR	16	IK Tjalve	4:09.03 PB
2	3	Vera HOFFMANN 1996 · LUX	38	Luxemburg	4:09.12 SB
3	4	Joceline WIND 2000 · SUI	31	Schweiz	4:09.15 SB
4	5	Amalie SÆTEN 1997 · NOR	99	Ull/Kisa IL	4:09.62 SB
5	9	Diana MEZULIÁNIKOVÁ 1992 · CZE	106	Tjeckien	4:09.85 SB
6	6	Alexandra MILLARD 2001 · GBR	156	Storbritannien	4:10.93 SB
7	15	Wilma Anna Bekkemoen TORBIÖRNSSON 2007 · NOR	125	Ull/Kisa IL	4:11.43 PB
8	11	Anne Gine LØVNES 2003 · NOR	110	IK Tjalve	4:12.49 PB
9	8	Delia SCLABAS 2000 · SUI	197	Schweiz	4:13.52 SB
10	13	Lilly NÄGELI 2003 · SUI	157	Schweiz	4:15.26 SB
11	10	Malin EDLAND 1999 · NOR	181	IK Tjalve	4:17.80 SB
12	14	Elin BRINK 1997 · SWE	103	Mölnåls AIK	4:19.02 PB

Resultat A-heat kvinner



Jentene i heat B gjør seg klar til start. Solveig (t.v.) som hare og Maiken som jaktet personlig rekord. Foto: Bjørn Henriksen

Jessheim 1500m elite 2024



Øverst: B-heatet for kvinner på vei ut på siste runde: Vi ser Maiken (149) og Aurora (192)
Nederst: A-heatet midtveis i løpet med Ingeborg pent plassert på en 4.plass. Fotos: Bjørn Henriksen





Øverst: Andre del av A-heatet midtveis med Anne Gine Løvnes (110) bak Amalie Sæten fra Ull/Kisa. Foto: Bjørn Henriksen
Nederst: Ingeborg passerer feltet på oppløpssiden og vinner A-heatet. Foto: Samuel Hafsahl



Jessheim 1500m elite 2024



Maiken Homlung Prøitz sammen med trener Eirik Førde. Foto: Bjørn Henriksen

Som nevnt tidligere gikk mennenes 1500m over fem heat, med Tjalveutøvere i hvert av heatene. I det som ble kalt E-heat stilte Haakon Røvik Svanæs og Erling Viljugrein Stølen. Haakon er 16 år gammel og løper vanligvis for Koll IL. Han fikk tiden 4:21.04. Det er litt bak det han presterte innendørs i vinter da han løp på 4:19.23. Erling fikk tiden 4:40.77.

#	ORDER	PARTICIPANT	BIB	CLUB	RESULT
1	12	Kyril MYRONIUK 2009 · NOR	40	Ull/Kisa IL	4:12.18 PB
2	3	Amund NYBAKKE 2007 · NOR	163	Oppegård IL	4:13.41 PB
3	5	Erlend JUVEN 2006 · NOR	186	Nesbyen IL	4:13.70 PB
4	6	Sondre MÅGE 2004 · NOR	51	Strandebarm IL	4:18.55 PB
5	10	Eric Haugen GRØNVOLD 2009 · NOR	193	Nittedal IL	4:19.14 PB
6	1	Karol GÓRNY 1980 · NOR	19	Ull/Kisa IL	4:19.77 PB
7	13	Markus Bye JACOBSEN 2007 · NOR	200	Ull/Kisa IL	4:20.73 PB
8	4	Haakon Røvik SVANÆS 2008 · NOR	84	IK Tjalve	4:21.04 SB
9	9	Jonas KVEEN 2003 · NOR	59	Ull/Kisa IL	4:21.46 PB
10	22	Stian SNEKKERHAUGEN NOR	191	Moelven IL	4:22.00 PB
11	11	Sander Spilhaug STUWE 2006 · NOR	136	Ull/Kisa IL	4:23.68 PB
12	8	Sivert RUSTEN 2008 · NOR	132	Ull/Kisa IL	4:25.23 SB

Resultat E-heat menn

I D-heatet stilte Henrik Velle til start. Etter et solid løp kom han inn til 4:06.82. I fjor gjorde han 4:09.66 i samme stevne. Det er en solid forbedring av pers. Han ble da belønnet med en 5.plass i heatet.

Heat C inneholdt to løpere fra Tjalve, Jonas Riseth og Axel Wold Møller. Begge hadde i utgangspunktet mål om å løpe under 4 minutter. Bare en av dem klarte det, men begge satte solide personlige rekorder. Jonas Riseth presset seg ned til 3:59.57. Axel fikk 4:02.04, solid ny pers.

1	3	Adam SÖRQVIST 2005 · SWE	148	Mölnåls AIK	3:56.56 PB
2	14	Ole Håkon Bråten RYEN 2006 · NOR	161	Nesbyen IL	3:56.90 PB
3	9	Fredrik HESJEDAL-TRONSTAD 2007 · NOR	199	Spydeberg IL	4:03.64 PB
4	19	Ulrik Jävoll HAGEN 2008 · NOR	112	Brandbu IF	4:04.18 PB
5	6	Henrik VELLE 1991 · NOR	159	IK Tjalve	4:06.82 PB
6	18	Lars KONGSSUND 2004 · NOR	155	FIK Ren-Eng	4:08.44 PB
7	10	Fabian VIBEKKEN 2009 · NOR	23	Ull/Kisa IL	4:08.67 PB
8	2	Elias Haugen TORJUSSEN 2007 · NOR	49	SK Vidar	4:09.18 PB
9	7	Adrian MONKVIK 2008 · NOR	143	Sarpsborg IL	4:09.56 PB
10	16	Piera Niillas TOBIASSEN 1992 · NOR	1	Sirma IL	4:09.88 PB
11	8	Dennis BERGSTRØM-BENDIXEN 2006 · NOR	174	Sørild FIK	4:10.21 PB
12	13	Tobias Repstad ANDERSEN 2006 · NOR	133	Rygge IL	4:10.24 PB

Resultat D-heat menn



Erling Viljugrein Stølen. Foto: Bjørn Henriksen

Jessheim 1500m elite 2024



Øverst: E-heatet med Haakon Røvik Svanæs her i 3.posisjon.

Nederst: D-heatet hvor Henrik Vell jakter Dennis Bergstrøm-Bendixen fra Sørild. Foto: Bjørn Henriksen



Jessheim 1500m elite 2024

1	1	Kristian Bråthen BØRVE 2006 · NOR	75	Ull/Kisa IL	3:54.40 SB
2	2	Sigurd Egeland VALSETH 2005 · NOR	115	Verdal FIK	3:55.18 PB
3	8	Aleksander Hauge ØYEN 2006 · NOR	182	Gneist, IL	3:57.32 PB
4	14	Aron Mathisen ASKIM 2007 · NOR	33	Sem IF	3:57.59 PB
5	4	Samuel BERHANE 2005 · SWE	45	Hässelby SK	3:58.57 SB
6	12	Eivind KLOKKEHAUG 1991 · NOR	195	SK Vidar	3:58.89 PB
7	7	Lars Horten JORDET 2005 · NOR	94	FIK Ren-Eng	3:58.91 PB
8	3	Kristoffer PETERSEN SKONNORD 1993 · NOR	147	Lillehammer IF	3:59.20 SB
9	13	Jonas RISETH 1994 · NOR	105	IK Tjalve	3:59.57 PB
10	18	Mathias MOEN 1988 · NOR	56	SK Vidar	4:00.78 PB
11	11	Tomas SKJÆRÅSEN 1995 · NOR	77	IL Varegg	4:01.12 SB
12	20	Martin TJELLE 2008 · NOR	28	Nittedal IL	4:01.17 PB
13	16	Jens SAMUELSEN 2006 · NOR	11	FRI IL	4:02.01 PB
14	19	Axel Wold MØLLER 2008 · NOR	13	IK Tjalve	4:02.04 PB
15	10	Haakon Engelsen BERG 1992 · NOR	185	SK Vidar	4:02.38 PB
16	17	Ole-Kristian Lindebø KVÆRNER 2005 · NOR	134	Ull/Kisa IL	4:04.76 PB
17	15	Steinar BØE 1997 · NOR	140	SK Vidar	4:05.32 SB
5		Robin Wathne NEDREHAGEN 1999 · NOR	67	Idrottslaget i BUL	DNF
9		Haakon Heltzer SØRSTAD 2008 · NOR	139	Ull/Kisa IL	DNF

Resultat C-heat menn



Ingen tvil om at Henrik var fornøyd med løpet. Foto: Bjørn Henriksen



Axel Wold Møller (13) legger ut på siste runde. Jonas Riseth (105) ligger her litt lenger bak. Foto: Bjørn Henriksen



Jonas (105) går her i mål som nr.9. Foto: Bjørn Henriksen

Jessheim 1500m elite 2024

Vi var nå kommet til B-heatet for menn med Ulrik Astrup Arnesen på startstreken. Ulrik for anledningen uten kompass.

Med en personlig rekord på 3:51.83 fra samme stevne i fjor hadde vi et lite håp om at han skulle presse seg under 3:50. Ulrik var godt med gjennom hele løpet, selv om han tapte litt til teten på den siste runden. Tiden ble 3:51.80 og en forbedring med 3/100.



Ulrik (80) legger ut på siste runde. Foto: Bjørn Henriksen

1	2	Theodor Berre JACOBSEN 2001 · NOR	153	SK Vidar	3:47.48 PB
2	3	Vegard Vesterhaug WARNES 2003 · NOR	86	Svorkmo N.O.I.	3:47.66 PB
3	5	Simon Nebijo STEINSHAMN 1999 · NOR	102	Idrottslaget i BUL	3:48.99 SB
4	10	Åsmund Sunde FØRDE 2007 · NOR	131	Jølster IL	3:50.81 PB
5	8	Sebastian van der VEEN 2002 · NOR	189	Idrottslaget i BUL	3:51.00 PB
6	7	Henrik HANSSEN 1997 · NOR	30	Ull/Kisa IL	3:51.29 PB
7	6	Ulrik ARNESEN 1997 · NOR	80	IK Tjalve	3:51.80 PB
8	4	Athanasios LIGONIS 2000 · GRE	69	Grekland	3:52.85 SB
8	13	Lukas BUNCIC 2007 · NOR	169	Ull/Kisa IL	3:52.85 PB
10	11	Philip Storm Regbo GULBRANDSEN 2007 · NOR	146	Ull/Kisa IL	3:53.08 PB
11	17	Erlend Hatlem KRINGELAND 2003 · NOR	167	Stord IL	3:53.49 PB
12	14	Trond Einar Moen PEDERSLI 1994 · NOR	135	SK Vidar	3:54.85 PB

Resultat B-heat menn

Da hadde vi kommet fram til kveldens siste heat hvor man skulle løpe for en plass i EM i Roma. Var det noen i det hele tatt som hadde mulighet til å løpe under 3:36.00?

I feltet fant vi vår egen Ferdinand Kvan Edman med personlig rekord på 3:37.27, Sigurd Tveit fra Kristiansand med 3:37.02, og årets komet Håkon Moe Berg fra Kyrksæterøra med 3:38.91.

Harene hadde fått beskjed om å løpe etter fart 3:35. I feltet var det to australiere som også var interessert i gode tider.

Etter hva vi har sett tidligere i år var det ikke overraskende at Håkon Moe Berg ble beste norske med 3:37.25. Han forbedret seg med nesten to sekunder og slo kretsrekorden til Vebjørn Rodal.

Ferdinand løp nok et godt løp og fikk tiden 3:38.91, litt saktere enn i Bergen to dager tidligere. Mikkel Blikstad Thomassen, som tidligere i år forbedret seg til 3:44.79 tok en ny jafs av personlig rekord da han løp inn til 3:42.39. Da sesongen startet hadde Mikkel en pers på 3:48.59.

1	2	Callum DAVIES 1999 · AUS	47	Australien	3:36.47 SB
2	5	Jude THOMAS 2002 · AUS	137	Australien	3:37.01 PB
3	4	Joonas RINNE 1995 · FIN	151	Finland	3:37.22 PB
4	7	Håkon Moe BERG 2006 · NOR	25	Kyrksæterøra IL	3:37.25 PB
5	3	Nuno PEREIRA 2000 · POR	158	Portugal	3:37.58 SB
6	10	Andreas Fjeld HALVORSEN 2005 · NOR	12	Ull/Kisa IL	3:38.32 PB
7	8	Ferdinand Kvan EDMAN 1993 · NOR	141	IK Tjalve	3:38.91 SB
8	6	Sigurd TVEIT 2000 · NOR	14	Kristiansand Løpeklubb	3:41.01 SB
9	13	Mikkel THOMASSEN 2003 · NOR	124	IK Tjalve	3:42.39 PB
10	12	Kjetil Brenno GAGNÅS 2000 · NOR	79	Børsa IL	3:44.08 PB
11	14	Manuel ZANINI 2006 · ITA	39	Italien	3:44.29 PB
12	16	August Da Silva SVEEN 2004 · NOR	85	IL Jotun	3:44.33 PB

Resultat A-heat menn

Jessheim 1500m elite 2024



Klart for start på guttas A-heat med Ferdinand Kvan Edman (141) og Mikkel Blikstad Thomassen (124).
Nederst: Feltet på vei mot mål med to australiere i tet. Ferdinand blir nr.6. Foto: Bjørn Henriksen





Ferdinand fotografert sammen med årets komet på 1500m, Håkon Moe Berg fra Kyrksæterøra. Foto: Bjørn Henriksen



Fornøyd trener: Snorre Holtan Løken. Foto: Bjørn Henriksen



Fornøyd utøver: Jonas Riseth, for første gang under 4 blank.
Foto: Samuel Hafsahl

Jessheim 1500m elite 2024



Klar seier til Ingeborg på 1500m. Foto: Bjørn Henriksen



Kampen om å være best i J16 ble avgjort helt på slutten. Tuva Alme fra Sandnes vinner foran Aurora Brandt Sande. Foto: Bjørn Henriksen



En konsentrert Mikkel Blikstad Thomassen før start. Foto: Bjørn Henriksen



Simen Halle Haugen var tilstede for å heie på sine treningskamerater. Foto: Bjørn Henriksen

Kenny Emi Tijani-Ajayi 21.20 i Polen

Marie-Therese Obst og Kenny Emi Tijani-Ajayi stilte til start i Gorzow meeting i Polen fredag 24.mai.

Marie-Therese har hatt en fin start på sesongen med 61.81m i spyd. Hun startet med et ugyldig kast før hun fikk 51.00m i andre. Deretter fulgte fire ugyldige kast. For å si det kort og greit. En ganske mislykket konkurranse. Grunnen til de dårlige resultatene var at banen var slitt og flere av spydkasterne skled i stemmet.

Kenny viste gode takter under nordisk i Malmø og fortsatte den gode trenden her da han ble nr. 7 med tiden 21.20 i godkjent vind. Det er bare 4/100 bak persen fra 2022. Kenny er på vei opp igjen etter en heller begredelig sesong i 2023. Humøret er tilbake og da kommer som regel de gode resultatene.



msc	lp	nr start	nazwisko i imię	data ur.	kraj-klub	I	II	III	IV	V	VI	wynik	klasa
1	6	54	 ANDREJCZYK Maria	96-03-09	 POLAND	62.02	60.15	58.15		x	x	x	62.02
2	4	20	 WALTON Rebekah	99-09-20	 GREAT BRITAIN	56.02		x 52.16	55.02	55.90	52.45	56.02	
3	5	48	 OBST Marie-Therese	96-01-07	 NORWAY	x 51.00		x	x	x	x	51.00	
4	3	55	 ANDRUKONIS Gabriela	02-09-17	 POLAND	46.39		x 48.44	x	x	45.00	48.44	
5	2	29	 JEMAI Sara	92-04-12	 ITALY	x 42.97	42.63					42.97	
6	1	68	 SZAŁAS Agata	06-05-24	 POLAND	32.51	30.37	32.16				32.51	

msc	tor	nr start	nazwisko i imię	data ur.	kraj-klub	wynik	klasa	rank
1	7	64	 BOGACZYŃSKI Igor	03-11-07	 POLAND	20.57	PB	
2	6	81	 ŻOK Łukasz	01-05-17	 POLAND	20.66	PB	
3	3	39	 TRUSKAUSKAS Gediminas	98-01-02	 LITHUANIA	20.79	SB	
4	4	80	 ŻAK Łukasz	97-05-31	 POLAND	20.79		
5	8	113	 PIHL Linus	03-08-04	 SWEDEN	21.07		
6	1	41	 NASIR-TAIB Russel	98-04-05	 MALAYSIA	21.17	SB	
7	5	46	 TIJANI-AJAYI Kenny Emi	03-05-05	 NORWAY	21.20	PB	
8	2	23	 BUNDSCHU Patrik	01-05-01	 HUNGARY	21.61		

Amalie 55.47 i Banska Bystrica

I jakten på kvalifiseringskravet til OL på 400m hekk, stilte Amalie Iul til start i P-T-S meeting i Banska Bystrica 24.mai. Dette var Amalies tredje løp på hekken i år, hvor hun tidligere har presteret 54.89 og 55.78.

Amalie hadde en solid ledelse da løperne gikk inn i siste sving. Gjennom svingen kom konkurrentene adskillig nærmere og det ble en kamp med italienske Linda Olivieri om seieren. Som i de andre løpene i år klarte Amalie å mobilisere over siste hekk og vant med tiden 55.47.

OL kravet er 54.85. Det er 40 stk. som skal løpe kvalifiseringsheat i OL. Da får vi se om Amalie kan klare dette under Bislett Games 30.mai. Hvis ikke kommer det flere muligheter utover sommeren.

RESULTS					
Women 400 m Hurdles				TIME	GAP
1		NOR	Amalie IUEL	55.47	
2		ITA	Linda OLIVIERI	55.59	+0.12
3		USA	Bianca STUBLER	56.86	+1.39
4		SVK	Daniela LEDECKÁ	57.25	+1.78
5		CZE	Ester BENDOŮÁ	SB 58.28	+2.81
6		SVK	Rebecca SLEZÁKOVÁ	60.66	+5.19
7		SVK	Kamila MLÍCHOVÁ	SB 62.02	+6.55
		SVK	Emma ZAPLETALOVÁ	DNS	
WORLD ATHLETICS CONTINENTAL TOUR SILVER					



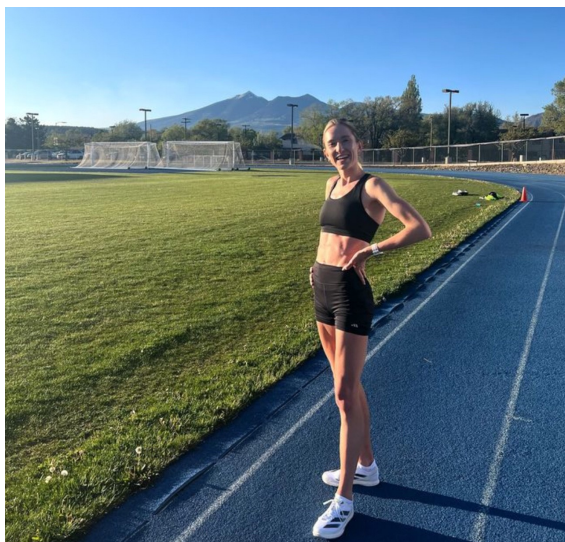
Amalie vinner sitt tredje hekkeløp i år. Foto: Arrangøren

Karoline 14:56.24 i Prefontaine Classic

Etter fire uker i høyden i Flagstaff reiste Karoline Bjerkeli Grøvdal til Eugene for å løpe 5000m i Wanda Diamond League lørdag 25.mai.

Som ventet klarte ikke Karoline å henge med teten fra start. Hun ble liggende i en gruppe som lå an til en tid rundt 14:45. Det gikk litt saktere mot slutten og tiden til Karoline ble 14:56.24. Det holdt til en 14.plass.

Løpet ble vunnet av Tsigie Gebreselama fra Etiopia på 14:18.76 foran Ejgayehu Taye med 14:18.92. Beste europeer ble Sifan Hassan fra Nederland med 14:34.38.



Karoline i Flagstaff. Foto: Instagram

1	9		GEBRESELAMA Tsigie	WL PB 14:18.76	4	8		14:43.90
2	20		TAYE Ejgayehu	SB 14:18.92	1	14	14:29.26	14:12.98
3	17		HAILU Freweyni	PB 14:20.61	8	6		14:23.45
4	16		MEBRATU Aynadis	PB 14:22.76	6	7	14:44.94	14:44.94
5	2		HAYLOM Birke	WU20R 14:23.71	11	4		14:37.94
6	3		MESHESHA Hirut	SB 14:33.44	13	3		
7	19		HASSAN Sifan	SB 14:34.38	16	2	14:58.83	14:13.42
8	4		BELAYNEH Fantaye	PB 14:35.27	18	1	14:43.25	14:43.25
9	12		KELATI FREZGHI Weini	PB 14:35.43				14:53.41
10	11		GETACHEW Senayet	PB 14:37.38	14	3	14:42.94	14:42.94
11	14		TANAKA Nozomi	SB 14:47.69			15:11.21	14:29.18
12	7		MULATIE Bosena	PB 14:53.15				14:54.22
13	18		DAGNACHEW Ayal	14:53.85			14:36.86	14:36.86
14	13		GRØVDAL Karoline Bjerkeli	SB 14:56.24				14:31.07
15	10		RYAN Lauren	15:03.63			14:57.67	14:57.67
16	8		INFELD Emily	SB 15:12.48			15:20.54	14:50.90
17	6		BREA Joselyn Daniely	15:13.02			14:36.59	14:36.59
18	1		NBRET Yenawa	15:16.26			14:47.78	14:47.78
19	5		GATERI Teresiah Muthoni	15:30.87			15:03.82	14:44.89

Resultat 5000m kvinner

Sondre Jahren valgte å bryte tikampen i NM

Årets NM i mangekamp ble avviklete på Fana stadion i Bergen 25-26.mai.

Tjalve stilte med en utøver i seniorklassen (Sondre Jahren). Ida Eikeng var påmeldt, men da man ikke har fått utredet hennes astmaproblemer ble det bestemt å la det være. I tillegg til Sondre stilte Oda Lier og Even Bogen Nørjordet fra Koll IL i 16-årsklassen.

Sondre åpnet med en god 100m hvor han løp inn til 11.36 i godkjent vind. Det var bare 1/100 bak personlig rekord.

Place	Bib	Name	CAT	Cat Pos	TEAM	Time		Points
1	64	Gjert Høie SJURSEN	SM	1	GNE	10.99		863
2	37	Sondre JAHREN	U23M	1	TJALV	11.36		782
3	19	Olav Kvåle GISSINGER	SM	2	RAN	11.51		750

Resultat 100m menn senior

Tikampen fortsatte med lengde hvor Sondre åpnet med et ugyldig hopp før han fikk et ugyldig hopp også i andre omgang. Sondre prøvde å flytte tilløpet bakover, men det hjalp dessverre ikke. Det ble ugyldig også i andre og tredje forsøk. Tikampen var da ødelagt, men Sondre bestemte seg for å fortsette med kule, en av hans bedre øvelser. Sondre åpnet med et ugyldig kast før det også ble ugyldig i andre. Da tikampen allerede var ødelagt valgte han å gå dødt også i siste omgang.

De fleste ville vel da ha gitt opp, men Sondre stilte opp i høyde hvor han har en personlig rekord på 2.02m fra NM i Moss i fjor. Sondre gikk inn i konkurransen på 1.95m som han klarte i første forsøk. Han tok deretter 1.98m og 2.01m i første før han måtte bruke tre forsøk på 2.04m. Da var han i flyten og tok like godt 2.07m i første. 2.10m ble for høyt, men en forbedring på 5cm lar seg høre.

Etter dette hadde han fått nok for dagen og valgte ikke å stille på 400m.

Gjert Høye Sjursen fra arrangørklubben Gneist ble norsk mester med poengsummen 6652. Sølvmedaljen gikk til Olav Gissinger fra Ranheim med 4093p.

Det hadde Sondre klart selv med bare ått øvelser.

Det ble dermed opp til Oda Lier og Even Bogen Nørjordet å forsvare Koll/Tjalves ære i mesterskapet. Det gjorde de på en utmerket måte. Oda gikk syvkamp og Even tikamp.

Som det seg hør og bør begynner vi da med jentene. I syvkamp starter man med hekk, i dette tilfelle over 80m (76.2cm). Her var Oda suveren og løp inn til tiden 11.86 i godkjent vind. Tiden var 6/100 bak personlig rekord. Nærmeste konkurrent hadde 12.45. Resultatet ga Oda 856 poeng.

Place	Bib	Name	Cat	Cat Pos	TEAM	Time		Point
1	43	Oda LIER	U18W	1	KOLL	11.86		856
2	23	Mia Helene GULBRANDSEN	U18W	2	GNE	12.45		767
3	77	Aurora Brennodden VENHOLEN	U18W	3	HIL	13.18		663
4	83	Synnøve KJOSAVIK	U18W	4	RUNAR	13.77		584
5	76	Aase ULSTEIN	U18W	5	DIM	14.47		496

Resultat 80m hekk J16

Neste øvelse var høyde hvor Oda kunne innkassere nok en seier da hun gikk over 1.53m. Ny pers med 2 cm. For denne øvelsen fikk hun 655p.

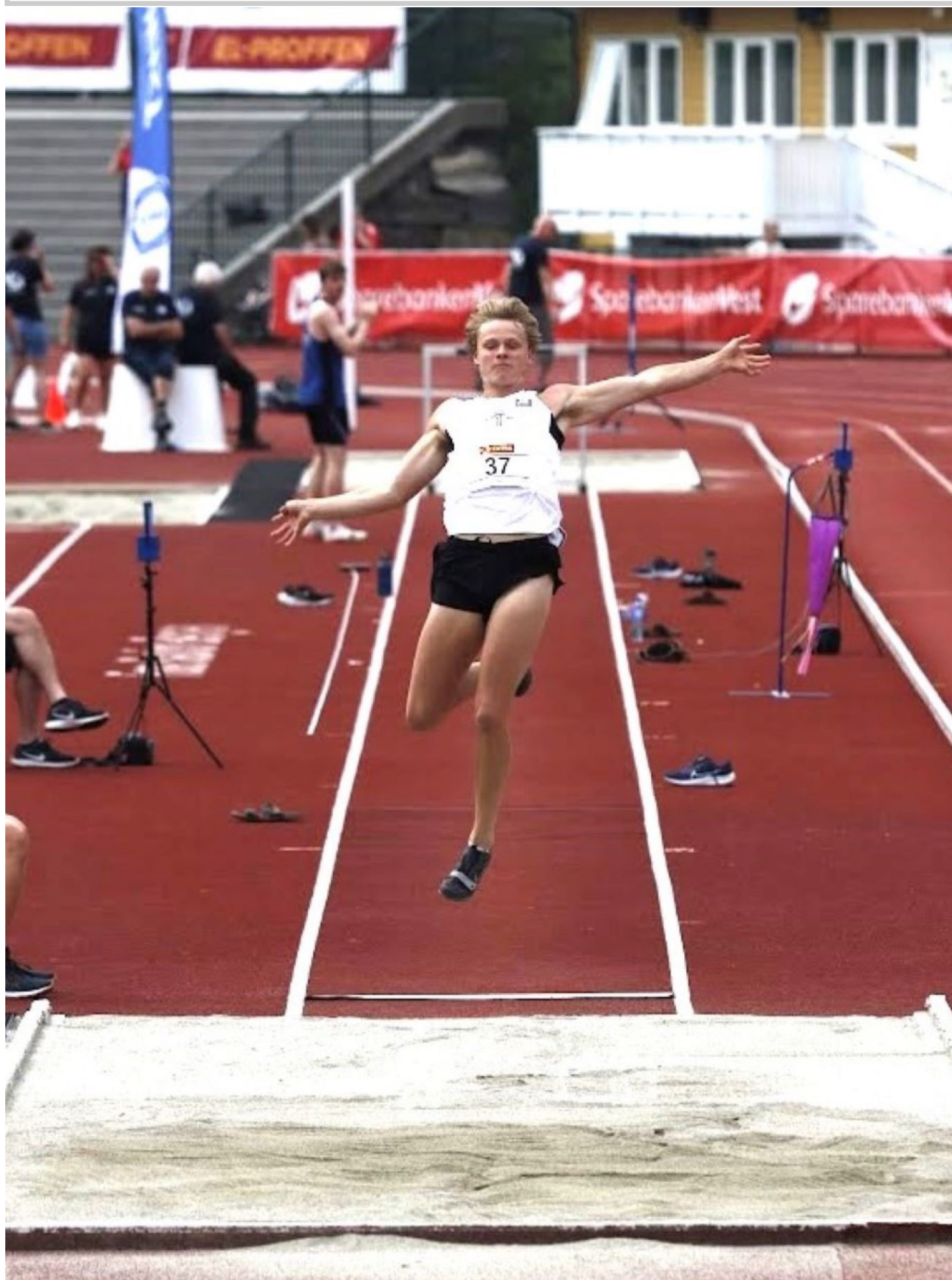
Syvkampen fortsatte med kule (3 kg) som nok er en av hennes svakeste øvelser. Oda fikk opp 9.20m i første omgang som ble hennes lengste. Det ga henne nye 477p. Øvelsen ble vunnet av Mia Helene Gulbrandsen fra Gneist som støtte 12.71. Det ga 708p. Hun tok da inn 231p i denne øvelsen.

Første dag ble avsluttet med 200m hvor Oda var klart best med tiden 26.64 i motvind 1.1m/s. Nærmeste konkurrent fikk 28.26.

Etter første dag var Oda i ledelsen med 2730p foran Mia Helene Gulbrandsen fra Gneist med 2616p.

Place	Bib	Name	CAT	CatPos	TEAM	1.56	1.62	1.65	1.68	1.71	1.74	1.77	1.80	1.83	1.86	1.89	1.92	1.95	1.98	2.01	2.04	2.07	2.10	Best	Notes	Points	
1	37	Sondre JAHREN	U23M	1	 TJALV	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	o	o	o	xxo	o	xxr	2.07		868	
2	64	Gjert Høie SJURSEN	SM	1	 GNE	-	-	-	o	-	o	o	o	xo	xxo	xxo	xxx								1.89		705
3	19	Olav Kvåle GISSINGER	SM	2	 RAN	o	o	o	o	o	xxo	xxx													1.74		577

Resultat høyde menn senior



Sondre i et av sine lengdehopp. Foto. Morten Nørjordet



Sondre går over 2.07m og setter personlig rekord. Foto: Morten Nørjordet



Oda i høyde. Foto: Morten Nørjordet



Even i høyde. Foto: Morten Nørjordet



Oda og Even klar for andre dag av mangekampen. Foto: Morten Nørjordet



Even i kule og stav. Foto: Morten Nørjordet

NM mangekamp 2024

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	1.20	1.23	1.26	1.29	1.32	1.35	1.38	1.41	1.44	1.47	1.50	1.53	1.56	Best	Notes	Points
1	43	Oda LIER	U18W	1	KOLL	-	-	-	-	-	o	-	o	o	o	xo	xxo	xxx	1.53		655
2	77	Aurora Brennodden VENHOLEN	U18W	2	HIL	-	-	-	-	-	-	-	o	o	xo	o	xxx		1.50		621
3	23	Mia Helene GULBRANDSEN	U18W	3	GNE	-	-	-	-	-	o	o	-	xo	o	xxx			1.47		588
4	76	Aase ULSTEIN	U18W	5	DIM	-	-	o	o	o	xxx								1.32		429
4	83	Synnøve KJOSAVIK	U18W	4	RUNAR	o	o	o	o	o	xxx								1.32		429

Resultat høyde J16

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	#1	#2	#3	#4	#5	#6	Best	Points
1	23	Mia Helene GULBRANDSEN	U18W	1	GNE	x	11.63	12.71				12.71	708
2	43	Oda LIER	U18W	2	KOLL	9.20	8.47	8.74				9.20	477
3	83	Synnøve KJOSAVIK	U18W	3	RUNAR	8.04	8.42	8.71				8.71	445
4	77	Aurora Brennodden VENHOLEN	U18W	4	HIL	6.93	7.27	7.01				7.27	352
5	76	Aase ULSTEIN	U18W	5	DIM	7.12	6.71	6.78				7.12	343

Resultat kule J16

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	Time	Points
1	43	Oda LIER	U18W	1	KOLL	26.64	742
2	83	Synnøve KJOSAVIK	U18W	2	RUNAR	28.26	610
3	76	Aase ULSTEIN	U18W	3	DIM	28.34	604
4	77	Aurora Brennodden VENHOLEN	U18W	4	HIL	28.86	565
5	23	Mia Helene GULBRANDSEN	U18W	5	GNE	29.02	553

Resultat 200m J16.

Pos	Total	Bib	Name	Category	Team	80H	HJ	SP	200
1	2730	43	Oda LIER	U18W	KOLL	856 11.86	655 1.53	477 9.20	742 26.64
2	2616	23	Mia Helene GULBRANDSEN	U18W	GNE	767 12.45	588 1.47	708 12.71	553 29.02
3	2201	77	Aurora Brennodden VENHOLEN	U18W	HIL	663 13.18	621 1.50	352 7.27	565 28.86
4	2068	83	Synnøve KJOSAVIK	U18W	RUNAR	584 13.77	429 1.32	445 8.71	610 28.26
5	1872	76	Aase ULSTEIN	U18W	DIM	496 14.47	429 1.32	343 7.12	604 28.34

Resultat første dag j16

Andre dag av syvkampen for jentene startet med lengde, nok en av Odas beste øvelser. Oda fikk opp 5.25m i tredje omgang. Nest beste utøver i klassen klarte 4.57m. Slikt blir det poengforskjell av. Oda oppnådde 628p i øvelsen.

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	#1 (wind)	#2 (wind)	#3 (wind)	#4 (wind)	#5 (wind)	#6 (wind)	Best	Points
1	43	Oda LIER	U18W	1	KOLL	x	5.20 (2.6)	5.25 (1.4)				5.25	628
2	77	Aurora Brennodden VENHOLEN	U18W	2	HIL	4.44 (2.1)	4.40 (1.2)	4.57 (0.0)				4.57	446
3	76	Aase ULSTEIN	U18W	3	DIM	4.41 (0.9)	x	x				4.41	406
4	23	Mia Helene GULBRANDSEN	U18W	4	GNE	4.39 (3.3)	4.28 (1.6)	4.18 (-0.5)				4.39	401
5	83	Synnøve KJOSAVIK	U18W	5	RUNAR	3.82 (1.2)	3.86 (1.3)	3.85 (1.6)				3.86	276

Resultat lengde J16.

NM mangekamp 2024

Da var det bare to øvelser igjen og Oda gikk mot en klar seier, selv om de to siste øvelsene er blant de dårligste.

Først på programmet var spyd. Her viste Mia Helene Gulbrandsen fra Gneist sin styrke i kast med å få opp 34.36m mot Odas 23.04m. Oda ble nr.2 i øvelsen selv om hun var ca.11m bak. Oda fikk med seg 346p mot Gulbrandsens 559p.

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	#1	#2	#3	#4	#5	#6	Best	Points
1	23	Mia Helene GULBRANDSEN	U18W	1		32.75	34.36	30.81				34.36	559
2	43	Oda LIER	U18W	2		x	23.04	x				23.04	346
3	77	Aurora Brennodden VENHOLEN	U18W	3		18.98	22.14	17.88				22.14	329
4	83	Synnøve KJOSAVIK	U18W	4		15.67	19.34	18.79				19.34	277
5	76	Aase ULSTEIN	U18W	5		15.31	x	14.30				15.31	202

Resultat spyd J16.

Oda er sprinter og vi kunne ikke forvente en toppetid på 800m. Det viste seg at Gulbrandsen heller ikke var noen kløpper på distansen og Oda kunne løpe kontrollert inn til tiden 2:57.90. Gulbrandsen var noe bedre med 2:51.64. Best i øvelsen var Aase Ulstein fra Dimna med 2:34.90. Oda fikk da 385p for denne øvelsen.

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	Time	Points
1	76	Aase ULSTEIN	U18W	1		2:34.90	633
2	83	Synnøve KJOSAVIK	U18W	2		2:36.63	612
3	77	Aurora Brennodden VENHOLEN	U18W	3		2:47.78	487
4	23	Mia Helene GULBRANDSEN	U18W	4		2:51.64	447
5	43	Oda LIER	U18W	5		2:57.90	385

Resultat 800m J16

Pos	Total	Bib	Name	Category	Team	80H	HJ	SP	200	LJ	JT	800
1	4089	43	Oda LIER	U18W	KOLL	856 11.86	655 1.53	477 9.20	742 26.64	628 5.25	346 23.04	385 2:57.90
2	4023	23	Mia Helene GULBRANDSEN	U18W	GNEIST	767 12.45	588 1.47	708 12.71	553 29.02	401 4.39	559 34.36	447 2:51.64
3	3463	77	Aurora Brennodden VENHOLEN	U18W	HIL	663 13.18	621 1.50	352 7.27	565 28.86	446 4.57	329 22.14	487 2:47.78
4	3233	83	Synnøve KJOSAVIK	U18W	RUNAR	584 13.77	429 1.32	445 8.71	610 28.26	276 3.86	277 19.34	612 2:36.63
5	3113	76	Aase ULSTEIN	U18W	DIM	496 14.47	429 1.32	343 7.12	604 28.34	406 4.41	202 15.31	633 2:34.90

Resultat syvkamp J16

Oda ble da norsk mester i J16 med 4089p foran Mia Helene Gulbrandsen fra Gneist med 4023p. Disse to var ca. 600p foran bronsemedaljevinneren.

Som de fleste mangekjempere fra Koll/Tjalve systemet er Oda god i sprint og hopp, men ligger noe tilbake i kast-øvelsene. Skal hun prioritere mangekamp framover må disse øvelsene få større oppmerksomhet. Litt mere trening i disse øvelsen vil gi henne adskillig flere poeng totalt. Vi kan bare gratulere med seieren å ønske henne lykke til videre.

Gutta i 16-årsklassen går full tikamp. Forskjellen fra seniorklassene er at de løper 100m hekk og bruker lettere redskap i kastøvelsene.

Even Bogen Nørjordet startet sin tikamp med å vinne 100m på tiden 11.78, bare noen få hundreder bak persenen han satt uken før. Han var klart foran Even Jacob Ragnhildsløkken fra Ull/Kisa som skulle vise seg å bli den største konkurrenten. For sin 100m fikk Even 695p.

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	Time
1	52	Even Bogen NØRJORDET	U18M	1		11.78
2	9	Lucas Francois BRICOT	U18M	2		11.92
3	12	Kirill EIKANGER	U18M	3		11.96
4	55	Even Jakob RAGNHILDSLØKKEN	U18M	4		12.12
5	11	Mats Emilsen BÄCKSTRÖM	U18M	5		12.38

Resultat 100m G16

NM mangekamp 2024

Tikampen fortsatte med lengde som ble en ny god øvelse for Even. Igjen var han best med resultatet 6.02m i godkjent vind. Det var en solid økning av personlig rekord fra 5.73m som han oppnådde i fjor. Resultatet ga han 591p og han var da i ledelse etter to øvelser.

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	#1 (wind)	#2 (wind)	#3 (wind)	#4 (wind)	#5 (wind)	#6 (wind)	Best	Points
1	52	Even Bogen NØRJORDET	U18M	1	KOLL	5.84 (0.0)	6.02 (1.4)	x				6.02	591
2	55	Even Jakob RAGNHILSLØKKEN	U18M	2	ULLK	3.65 (0.6)	5.84 (1.6)	x				5.84	552
3	12	Kirill EIKANGER	U18M	3	GNE	5.42 (-0.4)	5.83 (1.2)	5.79 (0.4)				5.83	550
4	9	Lucas Francois BRICOT	U18M	4	SANDV	5.68 (0.4)	-	5.56 (0.3)				5.68	519
5	11	Mats Emilsen BÄCKSTRÖM	U18M	5	SARP	5.35 (0.4)	-	x				5.35	451

Resultat lengde G16.

Som for Oda er kule en vanskeligere øvelse. Her støtes det med 5kg. Det ble bare 8.82m på Even og 415 poeng. Lucas Bricot fra Sandvin med 11.90m og nevnte Ragnhildsløkken fra Ull/Kisa med 11.22m meldte seg på i kampen om gullet. I denne øvelsen tapte Even 185p til Bricot.

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	#1	#2	#3	#4	#5	#6	Best	Points
1	9	Lucas Francois BRICOT	U18M	1	SANDV	-	11.83	11.90				11.90	615
2	55	Even Jakob RAGNHILSLØKKEN	U18M	2	ULLK	-	11.22	-				11.22	515
3	12	Kirill EIKANGER	U18M	3	GNE	9.41	10.00	9.63				10.00	415
4	11	Mats Emilsen BÄCKSTRÖM	U18M	4	SARP	9.64	9.36	9.82				9.82	415
5	52	Even Bogen NØRJORDET	U18M	5	KOLL	8.82	-	8.80				8.82	415

Resultat kule G16

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	1.44	1.47	1.50	1.53	1.56	1.59	1.62	1.65	1.68	1.71	1.74	1.77	1.80	1.83	1.89	Best	Notes	Points
1	55	Even Jakob RAGNHILSLØKKEN	U18M	1	ULLK	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	o	-	o	xxx	1.83		653
2	9	Lucas Francois BRICOT	U18M	2	SANDV	-	-	-	-	-	o	o	o	o	o	xxo	xo	xxo	xxx		1.80		627
3	12	Kirill EIKANGER	U18M	3	GNE	-	-	-	-	xo	o	o	o	o	o	xxx					1.71		552
4	52	Even Bogen NØRJORDET	U18M	4	KOLL	o	-	-	o	-	o	xo	xxo	xxo	xxo	xxx					1.71		552
5	11	Mats Emilsen BÄCKSTRÖM	U18M	5	SARP	-	-	o	o	xo	xxx										1.56		434

Resultat høyde G16

Etter kule flyttet gutta seg til høyde. Even gikk inn på 1.44m som han klarte i første forsøk. Han stod så over til 1.53m som han også klarte i første. 1.59m gikk i første før han måtte bruke to forsøk på 1.62m. 1.65m, 1.68m og 1.71m klarte han i tredje forsøk før han rev tre ganger på 1.74m. Det ga han 552p. Ragnhildsløkken var best i høyde med 1.83m foran Bricot som hoppet 1.80m.

Første dag ble avsluttet med 400m hvor Even ble nr.2 med tiden 54.00. Det var personlig rekord med 58/100 og ga han 640p. Even Ragnhildsløkken var best også her med 52.27 og 713p.

Etter første dag var Even nr.3 med 2893p, Ragnhildsløkken var i tet med 3105p foran Bricot med 2997p.

Pos	Total	Bib	Name	Category	Team	100	LJ	SP	HJ	400
1	3105	55	Even Jakob RAGNHILSLØKKEN	U18M	ULLK	628 12.12	552 5.84	559 11.22	653 1.83	713 52.27
2	2997	9	Lucas Francois BRICOT	U18M	SANDV	667 11.92	519 5.68	600 11.90	627 1.80	584 55.36
3	2893	52	Even Bogen NØRJORDET	U18M	KOLL	695 11.78	591 6.02	415 8.82	552 1.71	640 54.00
4	2802	12	Kirill EIKANGER	U18M	GNE	659 11.96	550 5.83	486 10.00	552 1.71	555 56.11
5	2509	11	Mats Emilsen BÄCKSTRÖM	U18M	SARP	578 12.38	451 5.35	475 9.82	434 1.56	571 55.70

Resultat første dag G16

Andre dag startet med 100m hekk (91.4cm) som vi vet Even liker godt. Her ble han nr.2 med tiden 14.56. Det var første gang han løp med denne hekkhøyden. Resultatet er derfor personlig rekord og ga han 755p. Ragnhildsløkken var best med 14.43.

I diskos kastes det med 1.5kg redskap. Dette er også en ny vektklasse for 16-åringene. Even hadde et gyldig kast og det målte 24.27m. Det var bare litt kortere enn han kastet med 1kg i fjor. Allikevel ble det for kort i forhold til Ragnhildsløkken som kastet hele 32.11m. Even fikk 353p i denne øvelsen.

NM mangekamp 2024

Place	Bib	Name	Cat	Cat Pos	TEAM	Time	
1	55	Even Jakob RAGNHILDSLØKKEN	U18M	1	ULLK	14.43	
2	52	Even Bogen NØRJORDET	U18M	2	KOLL	14.56	
3	9	Lucas Francois BRICOT	U18M	3	SANDV	14.59	
4	12	Kirill EIKANGER	U18M	4	GNE	15.21	
5	11	Mats Emilsen BÄCKSTRÖM	U18M	5	SARP	16.02	

Resultat 100m hekk G16

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	#1	#2	#3	#4#5#6	Best	Points
1	55	Even Jakob RAGNHILDSLØKKEN	U18M	1	ULLK	32.11	-	-		32.11	506
2	12	Kirill EIKANGER	U18M	2	GNE	26.33	-	26.64		26.64	399
3	11	Mats Emilsen BÄCKSTRÖM	U18M	3	SARP	24.45	24.13	21.69		24.45	357
4	52	Even Bogen NØRJORDET	U18M	4	KOLL	24.27	-	-		24.27	353
5	9	Lucas Francois BRICOT	U18M	5	SANDV	-	24.21	-		24.21	352

Resultat diskos G16

Da gjenstod det bare tre øvelser i tikampen hvor stav var den neste. Even gikk inn på 3.20m som han tok i første. 3.40m gikk også greit i første. På 3.50m måtte han bruke tre forsøk før han rev tre ganger på 3.60m. Han ble nr.2 i øvelsen som ble vunnet av Ragnhildsløkken med 3.60m.

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	2.50	2.60	2.70	2.80	2.90	3.00	3.10	3.20	3.30	3.40	3.50	3.60	3.70	Best	Notes	Points
1	55	Even Jakob RAGNHILDSLØKKEN	U18M	1	ULLK	-	-	-	o	-	-	o	-	o	-	o	xo	xxr	3.60		509
2	52	Even Bogen NØRJORDET	U18M	2	KOLL	-	-	-	-	-	-	-	o	-	o	xxo	xxx		3.50		482
3	9	Lucas Francois BRICOT	U18M	3	SANDV	-	-	-	-	-	xo	o	xo	xo	xxx				3.30		431
4	12	Kirill EIKANGER	U18M	4	GNE	-	o	-	o	-	xxo	xxx							3.00		357
5	11	Mats Emilsen BÄCKSTRÖM	U18M	5	SARP	o	o	xo	o	xxx									2.80		309

Resultat stav G16.

Det er to kastøvelser på dag to og neste øvelse var da spyd. Dette er også en øvelse hvor Even sliter. Tyngden på spydet er nå 700g og Even fikk opp sitt lengste kast i tredje omgang. Det målte 28.89m og ga han bare 284p. Bricot fra Sandvin var best med 40.62m og 451p.

Place	Bib	Name	Cat	CatPos	TEAM	#1	#2	#3	#4#5#6	Best	Points
1	9	Lucas Francois BRICOT	U18M	1	SANDV	40.12	40.62	x		40.62	451
2	12	Kirill EIKANGER	U18M	2	GNE	29.78	34.21	35.14		35.14	372
3	55	Even Jakob RAGNHILDSLØKKEN	U18M	3	ULLK	33.74	32.20	x		33.74	352
4	11	Mats Emilsen BÄCKSTRÖM	U18M	4	SARP	x	x	32.13		32.13	329
5	52	Even Bogen NØRJORDET	U18M	5	KOLL	28.63	25.90	28.89		28.89	284

Resultat spyd G16

Tikampen avsluttes med 1500m. Even løp inn til en 3.plass i øvelsen med tiden 5:24.93 og 425p. Best i øvelsen var ikke Ragnhildsløkken, men Mats Bäckström fra Sarpsborg med 5:11.00.

Det endte da med en fin bronsemedalje til Even med 5192p. Even Ragnhildsløkken fra Ull/Kisa var klart best med 5707p foran Lucas Bricot fra Sandvin med 5385p.

NM mangekamp 2024

Pos	Total	Bib	Name	Category	Team	100	LJ	SP	HJ	400	100H	DT	PV	JT	1500
1	5707	55	Even Jakob RAGNHILDSLØKKEN	U18M	ULLK	628 12.12	552 5.84	559 11.22	653 1.83	713 52.27	771 14.43	506 32.11	509 3.60	352 33.74	464 5:17.43
2	5385	9	Lucas Francois BRICOT	U18M	SANDV	667 11.92	519 5.68	600 11.90	627 1.80	584 55.36	752 14.59	352 24.21	431 3.30	451 40.62	402 5:29.46
3	5192	52	Even Bogen NØRJORDET	U18M	KOLL	695 11.78	591 6.02	415 8.82	552 1.71	640 54.00	755 14.56	353 24.27	482 3.50	284 28.89	425 5:24.93
4	5020	12	Kirill EIKANGER	U18M	GNE	659 11.96	550 5.83	486 10.00	552 1.71	555 56.11	678 15.21	399 26.64	357 3.00	372 35.14	412 5:27.54
5	4590	11	Mats Emilsen BÄCKSTRØM	U18M	SARP	578 12.38	451 5.35	475 9.82	434 1.56	571 55.70	588 16.02	357 24.45	309 2.80	329 32.13	498 5:11.00

Resultat tikamp G16



Seierspallen J16 med fra venstre: Mia Helene Gulbrandsen fra Gneist, Oda Lier fra IL Koll og Aurora Venholen fra Hamar IL.
Foto: Morten Nørjordet



Seierspallen G16 med fra venstre: Lucas Bricot fra Sandvin, Even Ragnhildsløkken fra Ull/Kisa og Even Bogen Nørjordet fra IL Koll. Foto: Morten Nørjordet

Betty Rosvold 53.89m i NCAA First Round

Et par dager etter at Ida Breigan kvalifiserte seg til finalen i NCAA i lengde var det Elisabeth Thon Rosvold sin tur i diskos. Også her var konkurransen stor og mellom 40-50 utøvere stilte til start.

Betty gjorde nok en god konkurranse med to kast over 53m, det lengste målte 53.89m. Betty ble nr.24 og kom ikke blant de 12 som gikk videre til finalen i Eugene. Da måtte hun ha kastet lenger enn 55.67m.

Da håper vi at vi snart har Betty hjemme og klar for NM i Sandnes i slutten av juni.



Women Discus First Round

1:00 PM

25 May 2024

TEMPERATURE
87 °

HUMIDITY
63%

CONDITIONS
STRONG TSTMS

Records						
Collegiate Facility	Meg Ritchie - Arizona Jesseca Cross - NIKE		67.48m 66.12m		4/26/1981 4/14/2001	
Pi	Name	Affiliation	1	2	3	Result
1	Jordyn BRYANT	SR FRESNO STATE	61.03 200-2	X	X	61.03m 200-2 q PB
2	Shelby FRANK	JR MINNESOTA	60.10 197-2	X	59.03 193-8	60.10m 197-2 q
3	Jaida ROSS	JR OREGON	55.47 182-0	X	58.50 191-11	58.50m 191-11 q
4	Michaela HAWKINS	SR COLORADO ST.	58.13 190-8	X	58.46 191-9	58.46m 191-9 q
5	Halie MOHR	SR HAWAII	54.70 179-5	56.35 184-10	58.02 190-4	58.02m 190-4 q
6	Kalynn MEYER	JR NEBRASKA	56.12 184-1	57.92 190-0	55.17 181-0	57.92m 190-0 q PB
7	Gabby MORRIS	SR COLORADO ST.	57.87 189-10	55.12 180-10	53.05 174-0	57.87m 189-10 q SB
8	Ines LOPEZ	SO ARIZONA STATE	51.49 168-11	57.43 188-5	X	57.43m 188-5 q PB
9	Zoe BURLESON	JR TEXAS TECH	57.26 187-10	56.19 184-4	52.81 173-3	57.26m 187-10 q
10	Gretchen HOEKSTRE	JR BYU	53.25 174-8	57.04 187-2	X	57.04m 187-2 q PB
11	Abigail MARTIN	FR TEXAS A&M	56.11 184-1	X	X	56.11m 184-1 q
12	Lyvante SU'EMAI	JR UCLA	50.11 164-5	53.65 178-0	55.67 182-7	55.67m 182-7 q SB
13	Amelia FLYNT	SO NEBRASKA	52.97 173-9	55.63 182-6		55.63m 182-6 PB
14	Tapenisa HAVEA	SO ARIZONA	55.62 182-6	X	51.04 167-5	55.62m 182-6 PB
15	Caisa-Marie LINDFORS	JR CALIFORNIA	53.65 176-0	55.49 182-0	53.57 175-9	55.49m 182-0
16	Beatrice ASOMANING	SR WASHINGTON	54.57 179-0	55.16 181-0	X	55.16m 181-0
17	Tamaiah KOONCE	SO KANSAS STATE	49.55 162-6	55.15 180-11	53.08 174-2	55.15m 180-11
18	Emily OFFENHEISER	SR MISSOURI	55.04 180-7	53.21 174-7	X	55.04m 180-7 PB
19	Kat MOODY	SR IOWA	X	54.76 179-8	50.98 167-3	54.76m 179-8
20	Utitofon SAM	SO TEXAS STATE	54.60 179-1	53.20 174-6	52.86 173-5	54.60m 179-1
21	Kaia TUPU-SOUTH	SO WASHINGTON	54.28 178-1	53.47 175-5	54.52 178-10	54.52m 178-10 PB
22	Jade WHITFIELD	JR OREGON STATE	54.48 178-9	X	X	54.48m 178-9
23	Chrystal HERPIN	JR TEXAS	37.57 123-3	54.38 178-5	53.01 173-11	54.38m 178-5
24	Betty ROSVOLD	JR IOWA STATE	53.19 174-6	52.34 171-9	53.89 178-9	53.89m 178-9
25	Klaire KOVATCH	SO COLORADO ST.	49.61 162-9	52.41 171-11	53.86 178-9	53.86m 178-9
26	Paige LOW	JR OKLAHOMA	53.41 175-2	53.60 175-10	53.56 175-9	53.60m 175-10
27	Shelby MORAN	SR OREGON	51.58 168-3	49.85 163-6	53.22 174-7	53.22m 174-7
28	Anthonett NABWE	FR MINNESOTA	X	53.22 174-7	X	53.22m 174-7
29	Macy BYER	SR ILLINOIS STATE	X	X	53.15 174-4	53.15m 174-4 PB
30	Nina NDUBUISI	FR TEXAS	51.40 168-6	52.65 172-9	X	52.65m 172-9

Stort og smått fra Oslo & Omegn

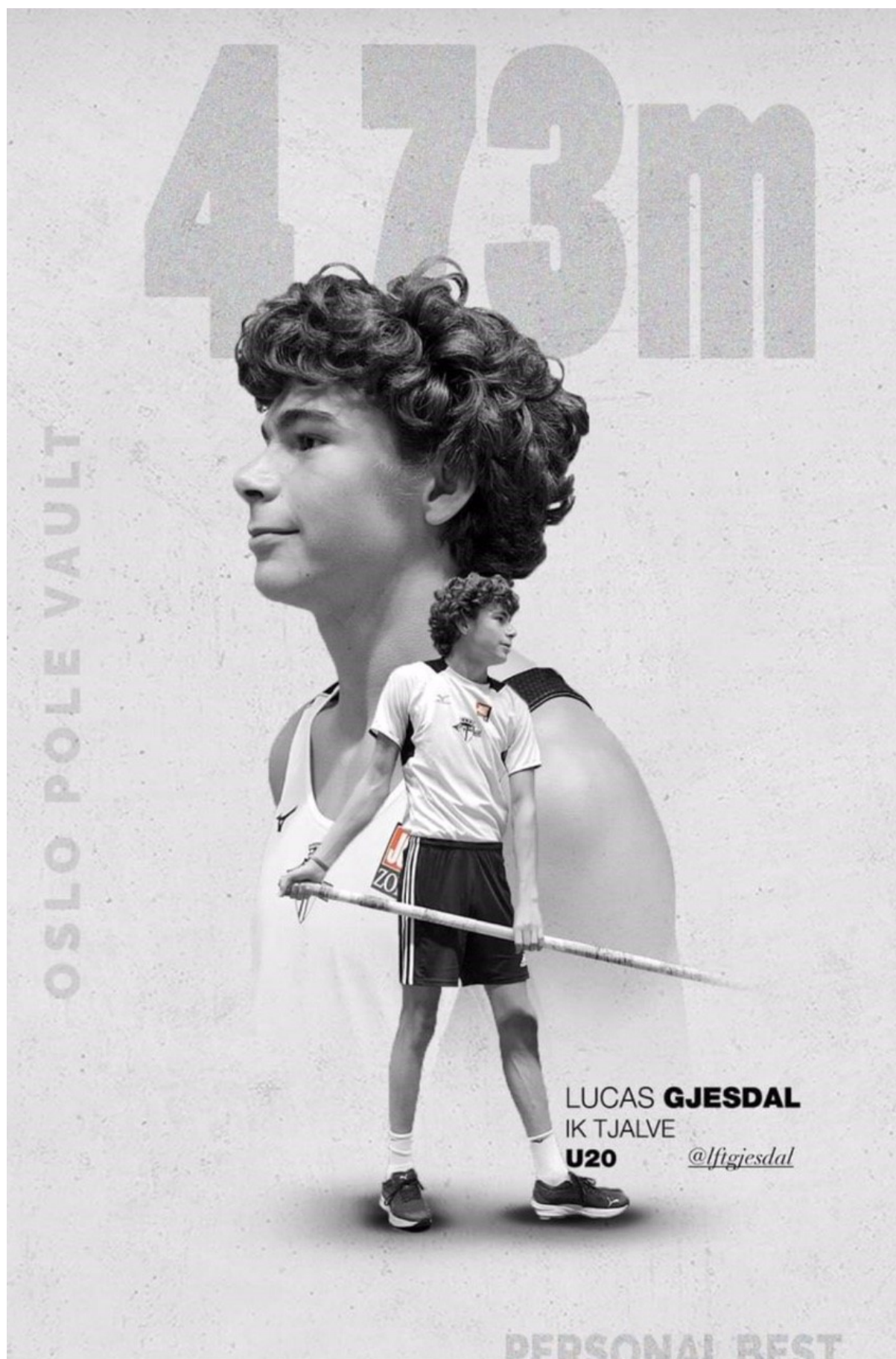
Under IFAM Outdoor i Brüssel søndag 26.mai løp **Maren Bakke Amundsen** 200m på 24.23 i godkjent vind og ble nr.12. **Marte Pettersen** gjorde 24.54 i motvind 0.4. Hun ble da nr.30. For å avvikle 200m for kvinner måtte man igjennom 20 heat.

Romerikslekene ble avholdt på Lillestrøm stadion 25-26.mai. Av resultater kan vi nevne **Nikolai Solum** som vant 800m på 1:55.22. **Adrean Bakke** satte personlig rekord med 2:00.91 i samme øvelse. **Kajsa Rooth** forbedret årsbeste til 5.14m i lengde og **Eric Becklund** flyttet årsbeste i spyd til 62.74m.

Aiden Floyd Vincent deltok i Skarpsno Games på Moelven 26.mai. Her løp han 200m på 22.49 og ble nr.5. Resultatet er personlig rekord.

Kenneth Heggdal har deltatt i Para-VM i Kobe, Japan. Her ble han nr.13 i lengde i T64-klassen med resultatet 5.50m. Øvelsen ble vunnet av Markus Rehm fra Tyskland med hele 8.30m.

Lucas Gjesdal 4.73m



Det er noen måneder siden vi hørte noe om Lucas Gjesdal. Sist var i februar da han hoppet 4.70m innendørs i Göteborg. Lørdag 25.mai var han i Porsgrunn og svingte seg over 4.73m. Utendørs har han tidligere hoppet 4.51m under UM på Fana stadion i 2023. Vi venter spent på fortsettelsen.

Seier til Annie Bersagel i Grefsenkollen Opp

Årets utgave av Grefsenkollen Opp ble arrangert 25.mai i nydelig sommervær. Over 300 løpere stilte til start.

Starten går fra Muselunden ved Sinsenkrysset og opp alle bakkene til toppen av Grefsenkollen. Løypa er 4.5 km lang og har en stigning på 300m. Det var på forhånd annonsert at Sophia Laukli skulle løpe, men hun var ikke å se da starten gikk.

I et løp som dette er det mange som vanligvis konkurrerer med ski på beina. Emma Kirkeberg Mørk var en av dem, men det var ikke mye hun kunne gjøre med Annie Bersagel, selv om hun har blitt mor for andre gang det siste året. Annie vant dette løpet for sjette gang og har også løyperekorden fra 2022. I mål var hun 21 sekunder foran Kirkeberg Mørk.

Øyvind Heiberg Sundby (gift med Annie) stilte også til start og så ikke ut til å være altfor mye preget av at han har blitt far for andre gang. Øyvind ble nr.7, 47 sekunder bak vinneren.

Kvinner

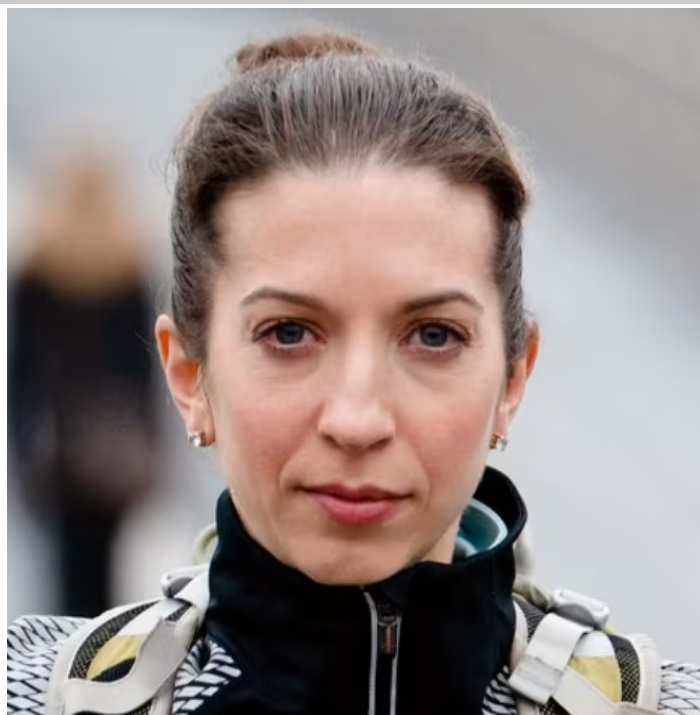
Plass	BIB	Navn	Klubb	Klasse	Tid	Diff.
1	427	Annie Bersagel	IK Tjalve	K35-44	19:01	00:00
2	155	Emma Kirkeberg Mørk	Hellas, IF	K20-34	19:22	00:21
3	420	Julie Aspesletten	Sportsklubben Vidar	K35-44	20:11	01:10
4	333	Cecilie Høgset	Røa Allianseidrettslag	K20-34	20:37	01:36
5	364	Ine Skjellum	Sportsklubben Vidar	K20-34	20:51	01:50
6	290	Åse Marie Halaas Appenzeller	Røa Allianseidrettslag / Røa	J13	20:53	01:52
7	426	Anna Elise Jevne	BDO	K20-34	21:04	02:03
8	348	Hilde Aders	Kvæfjord IL	K20-34	21:04	02:03
9	419	Anne Johanne Lind	Nydalens Skiklub	K35-44	21:12	02:11
10	274	Anna Ulvensøen	Nydalens Skiklub	K20-34	21:29	02:28
11	294	Hege Njå Bjørkman	Sportsklubben Vidar / Hovedkontor	K45-54	21:43	02:42
12	422	Laura Laukeland Kleiven	Oslo	K20-34	21:56	02:55
13	413	Ingrid Skaar	Nittedal IL	J14-15	21:58	02:57
14	406	Elin Farestveit	Finansdepartementet BIL	K20-34	22:02	03:01
15	170	Carmen Aasvoll-Rognlien	Østre Toten Skilag	J13	22:28	03:27

Resultat kvinner

Herrer

Plass	BIB	Navn	Klubb	Klasse	Tid	Diff.
1	382	Jon Soeveras Breivold	OI Triathlon/Insenti AS	M20-34	16:33	00:00
2	287	Henning Åsheim	Kjelsås IL	M20-34	16:48	00:15
3	129	Iver Wang JOHANSEN	Bygdø IL	M20-34	16:53	00:20
4	341	Joar Thele	Privat	M20-34	17:09	00:36
5	255	Magnus Hjellum	Sportsklubben Vidar	M20-34	17:12	00:39
6	222	Trond Einar Moen PEDERSLI	Sportsklubben Vidar	M20-34	17:14	00:41
7	305	Øyvind Heiberg Sundby	IK Tjalve	M35-44	17:20	00:47
8	267	Piera Tobiassen	Sirma IL	M20-34	17:34	01:01
9	328	Jostein Tandberg	Kjelsås IL	M20-34	17:36	01:04
10	283	Lars Sørensen	Rustad IL	M20-34	17:37	01:04
11	102	Ulrik Auestad Tollefsen	Åsen IL	M20-34	17:39	01:06
12	380	Knut Olav Øygard	Jølster IL	M20-34	17:44	01:11
13	265	Gjermund Næss	KL / Nbro	M20-34	17:54	01:21
14	109	Vetle Grønvik Ekra	Løplabbet	M20-34	17:56	01:23
15	343	Martin Holtet	Kongsvinger IL Friidrett	M16-17	17:57	01:24

Resultat menn



Annie



Øyvind

Bjørn Henriksen

Fantastisk kveld for IK Tjalve

Det ble en fantastisk kveld for Tjalves utøvere under Oslo Bislett Games som ble arrangert 30.mai. Fullsatte tribuner, skyet vær med bare litt regn mot slutten av stevnet.

Før NRK hadde startet sending løp Aiden Floyd Vincent inn til personlig rekord på 400m med tiden 48.58. Det holdt til en 4.plass i klassen.

I det nasjonale heatet på 400m for kvinner viste Laura Veen at hennes 54.09 fra Malmø ikke var noe blaff. Laura ble nr.4 med tiden 54.57. og har etablert seg på 54-tallet.

Det nasjonale heatet over 800m viste at Malin Nyfors nå er Norges beste 800m løper da hun vant klart og satte personlig rekord med 2:02.62. Ikke langt bak fulgte Solveig Hernandez Vråle opp med 8.plass og årsbeste med tiden 2:06.66.

Kenny Emi Tijani-Ajayi har vist god form tidligere i år, og løpet under Bislett Games var ingen unntakelse. Han kjempet lenge med Andreas Grimerud fra Moelven om seieren, men ble tilslutt slått med 3/100. Tiden ble 21.23. Det var omtrent vindstille da 200m gikk av stabelen. Med litt vind i ryggen er Kenny snart under 21.00.

Sander Aae Skotheim sesongdebuterte på Bislett med å hoppe lengde. Sander virket litt krampaktig i tilløpet og fikk aldri flyten i hoppene. Etter 7.55m i første omgang ble det fire ugyldige hopp før han avsluttet med 7.49m. Marius Bull Hjeltne ble nr. 5 med 7.15m. Etter noen gode hopp tidligere på sesongen butter det litt i mot akkurat nå.

Vi var spente på om Ingeborg Østgård kunne følge opp sitt gode 1500m løp på Jessheim uken før. Da haren ga seg var det Ingeborg som måtte gjøre jobben med å holde farten oppe. 220m før mål gikk Amalie Sæten fra Ull/Kisa opp i tet og øket ledelsen inn mot mål. Ingeborg ble nr.2 med tiden 4:11.16. Anne Gine Løvnes løp inn til fine 4:12.88, rett bak personlig rekord fra Jessheim. Malin Edland ble nr.6 med personlig rekord på 4:14.84.

Da var det opp til Mikkel Blikstad Thomassen å vise at han kunne følge opp det fine løpet fra Jessheim. Det ble løpt etter fart på 3:35. og Mikkel lå seg derfor pent litt bak i feltet. Tilslutt ble han nest beste nordmann med nok en personlig rekord, 3:41.95.

Tre av våre beste kvinnelige sprintere hadde fått plass i det første heatet på 100m. Vilde Aasmo stilte ikke til start, mens maren Bakke Amundsen ble nr.3 med 11.98 og Marte Pettersen nr. 4 med 12.07. Vind: 0.0.

Tobias Grønstad har i år senket personlig rekord på 800m til 1:45.06. Mange av oss var på forhånd overbevist at Tobias kunne løpe fortere og utfordre OL-kravet på distansen. Haren åpnet på 49.83 med feltet litt bak. Da haren ga seg etter ca. 500m var Tobias på plass og gjorde resten av løpet selv. Selv om det buttet litt på de siste 30 meterne ble det seier med tiden 1:44.67, 3/100 under OL-kravet. Han slo dermed flere gode europeiske 800m løpere. Resultatet er det tredje beste av en nordmann gjennom tidene. Bare Vebjørn Rodal og Atle Douglas er bedre.

Ida Eikeng hadde fått plass i det nasjonale heatet på 100m hekk. Etter en litt forsiktig åpning kom Ida godt inn i løpet og ble nr.3 med tiden 13.36, ca. 1/10 bak årsbeste.

I 1979 satte Grete Waitz norsk rekord på 3000m med tiden 8:31.75. Etter 45 år var det nå på tide at den ble slått. Karoline Bjerkeli Grøvdal har prøvd før uten å lykkes. På Bislett ble det et perfekt løpsopplegg og Karoline kunne løpe inn til tiden 8:27.02. Hun ble da nr.5. Vinner ble Georgia Griffith fra Australia med 8:24.20.

På 5000m for menn stilte Magnus Tuv Myhre ikke til start da han har hatt en covid-19 infeksjon. Ferdinand Kvan Edman fikk da overta hans plass. 5000m ble et forrykende løp hvor man lenge truet verdensrekorden. Den ble stående, men Hagos Gebrhiwet fra Etiopia satte ny stevner rekord med 12:36.73 foran Yomif Kejelcha også fra Etiopia med 1238.95. Tretten løpere løp under 13:00.

Litt i bakgrunnen var det en kamp om å bli beste nordmann mellom EM-uttatte Per Svela fra Sandnes, han som ikke ble tatt ut, Awet Kibrab fra Ull/Kisa og Ferdinand. Tilslutt var det Ferdinand som avgjorde denne duellen sin fordel. Han fikk tiden 13:23.66 og forbedret sin personlige rekord med ca. 16 sekunder. Han truet også Knut Kvalheim klubbrekord på 13:20.54 fra 1974.

Siste Tjalvist ut var Amalie Iuel som jakter OL-kravet på 400m hekk. Det holdt ikke denne gangen heller da hun ble nr.4 med 55.50. Hun har nå hatt tre løp rundt denne tiden. Sesongen er ennå ung og med flere løp kan Amalie komme med på ranking hvis hun ikke skulle klare kravet.

Stevnet viste oss at både Karsten Warholm og Jacob Ingebrigtsen kan slås og at Henriette Jæger og Haavard Ingvaldsen ikke er i verdenseliten riktig ennå. De ble begge slått ganske klart på sine respektive 400m.

Her følger resultater og bilder fra stevnet.

Plass.	Bane	Land	Navn	Tid	SB	PB
1	7	NOR	GULLACHSEN Fredrik	47.74	47.75	47.58
2	3	NOR	DOUGLAS MJAALAND Leon	48.10	48.36	47.76
3	2	BEL	PIENGION Hadrien	48.56	47.87	47.87
4	1	NOR	VINCENT Aiden Floyd	48.58		
5	6	JPN	IKEDA Kosuke	48.87	48.98	46.20
6	8	NOR	JOHANSEN Tobias	48.96	48.56	48.08
7	5	NOR	STRØNSTAD-LØSETH Sindre	49.03		48.78
8	4	SWE	PERSSON Jeroen	49.09	48.60	47.88

400m menn nasjonal klasse

Plass.	Bane	Land	Navn	Tid	SB	PB
1	7	NOR	SLETTUM Elisabeth	54.03		53.15
2	5	SWE	FROBE Linnéa	54.50	54.90	53.53
3	4	NOR	OPPEGAARD Linn	54.52	54.73	52.78
4	6	NOR	van der VEEN Laura Tietje Johanna	54.57	54.09	54.09
5	2	NOR	HOLSTAD Borghild Oline	54.88		55.13
6	3	DEN	KRAB SCHEIBELEIN Anna	56.15		
7	1	NOR	LOPES PATEY Lilje	56.27	55.76	55.76
8	8	NOR	AAKRE JOHANSSON Marlen Elisabeth	56.62	56.42	56.42

400m kvinner nasjonal klasse

Oslo Bislett Games 2024

Plass.		Bane	Land	Navn	Tid	SB	PB
1	5		NOR	NYFORS Malin Ingeborg	2:02.62	2:02.84	2:02.84
2	2		ISL	HINRIKSDÓTTIR Aníta	2:03.65	2:03.85	2:00.05
3	7		CRO	VUKOVIC Nina	2:04.29	2:01.72	2:01.72
4	3		NOR	KARLSEN Pernille	2:04.43	2:03.30	2:03.30
5	4		ISR	LANDEN Shanie	2:04.61	2:05.97	2:04.83
6	6		NOR	WOLD Nora Kollerød	2:05.88	2:07.04	2:07.04
7	4		NOR	FRØYNES Amanda Marie	2:06.22	2:05.93	2:03.92
8	2		NOR	VRÅLE Solveig	2:06.66	2:07.92	2:06.51
9	1		NOR	AL-SAIDDI Line Safaa	2:07.03		2:07.75
10	8		SWE	BIVSTEDT Lovisa	2:15.28	2:11.50	2:06.96
DNS	6		NOR	ÅREBROT Anniken		2:07.83	2:06.14
DNS	8		FIN	 PERÄLÄ Veera		2:04.34	2:04.34

800m kvinner nasjonal klasse

Plass.		Bane	Land	Navn	Tid	SB	PB
1	7		NOR	GRIMERUD Andreas	21.20	21.22	21.22
2	6		NOR	TJANI-AJAYI Kenny Emi	21.23	21.20	21.16
3	4		NOR	KJERPESET Øyvind Strømmen	21.47	21.40	20.98
4	5		NOR	MEINSETH Even	21.50		20.96
5	8		NOR	SKÅDEN Jonas Berggård	21.69	21.58	21.28
6	2		NOR	MENSAH Christian	21.75	21.94	21.47
7	3		NOR	BRÅTEN Didrik Kristoffer	21.76	21.89	21.89

200m menn nasjonal klasse

Plass.		Pos.	Land	Navn	Tid	SB	PB
1	14		NOR	SÆTEN Amalie	4:09.54	4:09.62	4:08.08
2	13		NOR	ØSTGARD Ingeborg	4:11.16	4:09.03	4:09.03
3	7		NOR	HOELSVEEN Malin	4:12.17		4:15.41
4	12		NOR	LØVNES Anne Gine	4:12.88	4:12.49	4:12.49
5	6		NOR	ENGDAHL Selma	4:14.48	4:21.68	4:15.98
6	5		NOR	EDLAND Malin	4:14.84	4:17.80	4:15.82
7	16		NOR	TYLDUM Grethe	4:15.28	4:20.00	4:17.74
8	15		NOR	BEKKEMOEN TORBIÖRNSS Wilma Anna	4:16.07	4:11.43	4:11.43
9	2		SWE	BRINK Elin	4:17.04	4:19.02	4:19.02
10	4		NOR	DOMMERSNES Kristine Lande	4:17.36	4:18.23	4:14.06
11	8		NOR	HOVLAND Marte	4:20.60	4:21.78	4:21.78
12	10		NOR	KNUTSEN Thea Charlotte	4:25.46	4:25.05	4:25.05
13	3		NOR	BUSIC Sara	4:26.14	4:25.88	4:19.82
14	11		SWE	KRAFT Ida	4:26.44	4:32.98	4:32.98
15	1		NOR	ALVIK Sigrid	4:26.95	4:23.65	4:21.16
16	9		CZE	JAROSOVÁ Karolína	4:30.41	4:26.68	4:23.24
DNF	17		SWE	 LINDH Lovisa			4:09.03

1500m kvinner nasjonal klasse

Plass.		Pos.	Land	Navn	Tid	SB	PB
1	11		NED	NILLESSEN Stefan	3:36.93	3:36.16	3:36.16
2	4		GBR	ELLIOTT Kane	3:37.78	3:38.75	3:38.75
3	1		NOR	MOE BERG Håkon	3:38.65	3:37.25	3:37.25
4	15		NED	van RIEL Rick	3:40.11	3:40.27	3:40.24
5	10		DEN	LILLESØ Joel Ibler	3:41.62	3:43.60	3:42.65
6	18		NED	ZIJDERLAAN Juan	3:41.88		3:49.20
7	14		NOR	BLIKSTAD Mikkel	3:41.95	3:42.39	3:42.39
8	8		NOR	HAUEN Esten Hansen-Møllerud	3:41.96	3:46.06	3:38.87
9	12		NOR	SAGLI Kristoffer	3:43.15	3:43.77	3:43.77
10	1		AUT	KAMENSCHAK Kevin	3:43.42	3:40.25	3:40.25
11	6		NOR	BRENNO GAGNAS Kjetil	3:45.27	3:44.08	3:44.08
12	16		NED	van RIEL Robin	3:47.63	3:36.32	3:36.32
13	7		NOR	FJELD HALVORSEN Andreas	3:49.11	3:38.32	3:38.32
14	17		NOR	RABI Abdullahi Dahir	3:49.25		3:43.77
15	2		NOR	BOLLERØD Moa Abounnachat	3:49.91	3:39.43	3:39.43
16	13		NOR	da SILVA SVEEN August	3:56.89	3:44.33	3:44.33
DNF	3		NOR	BRÅTHEN BØRVE Kristian		3:46.79	3:46.79
DNS	5		ERI	FISSEHATSION Senay Amlesom		3:46.58	3:40.24

1500m menn nasjonal klasse

Plass.		Bane	Land	Navn	Tid	SB	PB
1	5		NOR	JENSEN Christine Bjelland	11.78		11.47
2	6		NOR	MEINSETH Ingvild	11.81	11.88	11.62
3	1		NOR	AMUNDSEN Maren Bakke	11.98		11.67
4	7		NOR	PETTERSEN Marte	12.07	12.01	11.64
5	8		NOR	AUNE Nora	12.07		12.14
6	2		SWE	PERSSON Famke	12.33		11.84
DNS	3		NOR	AASMO Vilde		11.83	11.65
DNS	4		MAD	NJARASOA Claudine		11.46	11.39

100m kvinner heat A, nasjonal klasse

Plass.		Bane	Land	Navn	Tid	SB	PB
1	7		NOR	GRØNSTAD Tobias	1:44.67	1:45.06	1:45.06
2	6		NED	CLARKE Ryan	1:44.83	1:45.32	1:45.32
3	2		NED	van DIEPEN Tony	1:44.85	1:46.87	1:44.14
4	4		IRL	ENGLISH Mark	1:44.95	1:45.85	1:44.71
5	3		GBR	LEARMONTH Guy	1:45.49	1:46.02	1:44.73
6	5		NOR	SOLBU Ole Jakob	1:45.80	1:45.55	1:45.55
7	1		ERI	ZAID Fithawi	1:46.41	1:45.43	1:45.43
8	8		NOR	TVEIT Sigurd	1:46.70		1:45.86
9	1		FIN	LAMPINEN Ville	1:49.68	1:49.78	1:46.78
10	3		SWE	ÅBERG Benjamin	1:49.85	1:50.27	1:50.27
DNF	8		SLO	 RUDOLF Zan			1:45.15

MELLOMTIDER

RUNDETIDER

Distanse	Land	Navn	Tid	Runde	Tid
400		RUDOLF Zan	49.83	1	49.83
				2	54.85

800m menn nasjonal klasse

Oslo Bislett Games 2024

Plass.	Bane	Land	Navn	Tid	SB	PB
1	5	 NOR	ANDRESEN Lovise Skarbøvik	13.03	13.00	13.00
2	6	 NOR	KOLBEINSHAVN HJØRNEVIK Martine	13.26	13.37	13.37
3	2	 NOR	EIKENG Ida	13.36	13.23	13.23
4	7	 NOR	RISMARK Ingrid Pernille	13.51	13.51	13.41
5	3	 NOR	IMS Selma	13.57		13.67
6	4	 SWE	WENNERSTEN Julia	13.92	13.63	13.44
7	1	 NOR	WILKER Lisa	14.23	14.03	14.03
DNS	4	 MAD	FIADANANTSOA Sidonie		12.86	12.86

100m hekk kvinner nasjonal klasse

1	5	 AUS	GRIFFITH Georgia	8:24.20	6	8	8:37.85	8:37.85
2	8	 ETH	AMEBAW Likina	8:24.29	3	11	9:10.05	9:08.17
3	15	 AUS	HULL Jessica	8:25.82	12	6	8:24.39	8:24.39
4	4	 DEN	KOSTER Maureen	8:26.30	8	8		8:35.93
5	14	 NOR	GRØVDAL Karoline Bjerkeli	8:27.02	16	4		8:33.47
6	2	 ESP	GARCÍA Marta	8:29.32	18	3	8:38.34	8:38.34
7	10	 KEN	NYAGA Caroline	8:30.99	21	2		8:31.98
8	3	 FIN	BLOMQVIST Nathalie	8:32.23	24	1	8:49.25	8:49.25
9	7	 ETH	ASCHAL Wubrist	8:33.65	25	1	8:40.97	8:40.97
10	13	 JPN	TANAKA Nozomi	8:34.09			8:36.03	8:36.03
11	11	 KEN	JEBITOK Edinah	8:35.32	13	6		8:42.34
12	9	 AUS	DAVIES Rose	8:35.57			8:39.81	8:39.81
13	12	 MEX	GALVÁN Laura	8:36.13				8:28.05
14	6	 AUS	RYAN Lauren	8:42.63			8:42.31	8:42.31
15	1	 GBR	WARNER-JUDD Jessica	8:59.98				8:52.73
DNF	16	 AUS	BILLINGS Sarah				8:47.11	8:47.11

Resultat 3000m kvinner Diamond League

Plass.	Bane	Land	Navn	Tid	Qual. rank	Qual. points	SB	PB
1	5	 JAM	CLAYTON Rushell	54.02	1	16	53.72	52.81
2	4	 JAM	KNIGHT Andrenette	54.63	5	7	54.69	53.26
3	6	 JAM	RUSSELL Janieve	55.07	2	10	55.74	53.08
4	7	 NOR	IUEL Amalie	55.50	7	5	54.89	54.68
5	2	 GBR	KNIGHT Jessie	55.52	8	5	55.67	54.09
6	8	 UKR	RYZHYKOVA Anna	55.58	3	9	55.09	52.96
7	3	 ITA	FORLUNSO Ayomide	56.06	10	2		53.89
8	1	 FIN	LEHIKONEN Viivi	56.23	9	4	55.81	54.40

400m hekk kvinner Diamond League

Plass.	Pos.	Land	Navn	Tid	Qual. rank	Qual. points	SB	PB
1	17	 ETH	GEBRHIWET Hagos	12:36.73	2	8	13:38.12	12:42.18
2	19	 ETH	KEJELCHA Yomif	12:38.95	6	7		12:41.73
3	18	 UGA	KIPLIMO Jacob	12:40.96	9	6	12:52.91	12:41.73
4	12	 ESP	NDIKUMWENAYO Thierry	12:48.10	13	5		12:55.47
5	22	 ETH	YIHUNE Addisu	12:49.65	3	8	13:01.44	12:58.99
6	15	 GUA	GRIJALVA Luis	12:50.58	14	3	13:16.53	12:52.97
7	14	 SUI	LOBALU Dominic Lokinyomo	12:50.90	17	2		12:52.15
8	13	 SWE	ALMGREN Andreas	12:50.94	20	1	12:59.82	12:59.82
9	20	 UGA	CHEPTEGEI Joshua	12:51.94			12:52.38	12:35.36
10	10	 UGA	CHELIMO Oscar	12:54.59				13:00.42
11	8	 FRA	GRESSIER Jimmy	12:54.97				12:56.09
12	11	 ETH	TEFERA Samuel	12:55.78				12:58.44
13	9	 RSA	WILDSCHUTT Adriaan	12:56.67			12:56.76	12:56.76
14	16	 ETH	BEKELE Telahun Haile	13:08.80				12:42.70
15	7	 KEN	MBURU Stanley Waitthaka	13:18.67				13:05.21
16	1	 NOR	EDMAN Ferdinand Kvan	13:23.66				13:39.23
17	2	 NOR	SVELA Per	13:25.70			13:19.87	13:19.87
18	4	 IRL	FAY Brian	13:30.45			13:14.97	13:01.40
19	3	 NOR	KIBRAB Awet Nftalem	13:44.52			13:25.48	13:15.41

Resultat 5000m menn Diamond League



Laura Veen klar til start på 400m. Foto: Bildbyrån

Plass.	Pos.	Land	Navn	Beste	SB	PB	1 Vind (m/s)	2 Vind (m/s)	3 Vind (m/s)	4 Vind (m/s)	5 Vind (m/s)	6 Vind (m/s)
1	6	 NOR	SKOTHEIM Sander	7.55	7.83	7.83	7.55 +0.4	x +1.3	x +1.2	x +1.0	x +1.6	7.49 +1.0
2	3	 SWE	HELLBRATT Joakim	7.36	7.73	7.73	7.15 +0.4	x +2.2	x +0.4	5.69 +0.1	7.36 -0.5	x +0.8
3	5	 NOR	BERNTSEN Sebastian	7.31	7.32	7.63	6.90 +0.6	7.20 +1.5	7.31 +1.8	6.98 +1.4	6.98 +0.9	7.15 +0.6
4	2	 SWE	EKELUND Samuel	7.24	7.40	7.62	x +0.6	x +1.2	7.09 +0.6	7.24 +0.9	x +1.0	
5	4	 NOR	BULL HJELTNES Marius	7.15	7.54	7.69	x +1.8	x +0.2	7.15 +1.0	6.93 +0.6	6.86 +0.1	
6	1	 SWE	WALL Niklas	7.06	7.29	7.33	6.70 +0.7	x -0.5	7.06 +0.3	x +1.1	x +1.0	

Lengde menn nasjonal klasse



Øverst: Laura Veen på vei ut av startblokken på 400m.
Nederst: Kenny på vei mot mål på 200m. Fotos: Bildbyrån





Øverst: Malin Nyfors i rygg på Nina Vukovic som ble nr.3
Nederst: Malin går i mål som klar vinner av 800m. Fotos: Bildbyrån





Øverst: Solveig Hernandez Vråle underveis på 800m.

Nederst: 100m kvinner heat A med Marte Pettersen til venstre. Fotos: Bildbyrån





Øverst: Sander Aae Skotheim

Nederst: Marius Bull Hjeltne. For de som er ukjent med friidrett. Øvelsen er lengde. Fotos: Bildbyrån





Øverst og nederst: Målgang på 800m med TOBIAS Grønstad som vinner. Er det dette som kalles Bislett-brølet? Fotos: Bildbyrån





Øverst: Karoline Bjerkeli Grøvdal på vei mot norsk rekord på 3000m.

Nederst: karoline har fått gullskoene som Norges beste løper i 2023. Fotos: Bildbyrån





Øverst: Amalie Iuel på vei over siste hekk.

Nederst: Ferdinand Kvan Edman i rygg på Per Svella under 5000m. Fotos: Bildbyrån





Øverst: Ingeborg Østgård i tet på 1500m

Nederst: Sander Aae Skotheim gratulerer Tobias Grønstad med fantomtiden på 800m. Fotos: Bildbyrån





Kenny Emi Tijani-Ajayi. Foto: Bildbyrå



Marius Bull Hjeltnes. Foto: Bildbyrå



Ferdinand Kvan Edman. Foto: Bildbyrå



Amalie Hammild Iuel. Foto: Bildbyrå

Reidar Hansen 1950-2024

Reidar Hansen, født 06.05.1950 døde 28.04.2024, nær 74 år gammel.

Reidar var i sin tid involvert i utvikling av systemer for påmelding og resultater i Holmenkollstafetten sammen med Per Behrens.

Reidar ble utnevnt til Ridder av Tjalves Orden i 1999.

Vi lyser fred over hans minne.



Nytt medlem



Juni Baustad Kristiansen har nå fått drakt og er dermed å regne som offisielt Tjalve medlem.

Vi gratulerer!

Aktuelle bøker



Medaljevinnere fra IK Tjalve i Olympiske leker



Arne Halse vant to medaljer i spyd i London 1908. Sølv i vanlig spyd og bronse i fristil. Bildet er fra 1908.

Månedens quiz



Kvinnen i midten på dette bildet ble for noen år siden norsk mester i høyde. Hvis dere vet navnet er det fint, men vi ønsker å vite hvem hun er moren til? Svar sendes til redaktøren.

Fødselsdager i mai

01.05 Kristin Maltun Helland	22 år
02.05 Synne Frydenlund	27 år
04.05 Einar Førde Innerdal	13 år
05.05 Randi Nymoen-Jahren	56 år
07.05 Ronny Nilsen	53 år
07.05 Alexander Winger	35 år
08.05 Svein Lilleberg	81 år
11.05 Odd Aksnes	75 år
11.05 Gina Hval	25 år
12.05 Even Bogen Nørjordet	16 år
13.05 Samuel Hafsahl	47 år
13.05 Tobias Lømo	24 år
14.05 Ole Kristian Johnsen	85 år
15.05 Helge Svaar	83 år
15.05 Roger Becklund	80 år
16.05 Lisbeth Hamnvik	50 år
18.05 Joachim Sandberg	29 år
18.05 Vilde Svortevik	30 år
20.05 Yoann Rouzieres	27 år
25.05 Antzela Gkiona	16 år
25.05 Margrete Baustad	24 år
31.05 Sander Aae Skotheim	22 år

Fødselsdager i juni

02.06 Gard Tillung	18 år
04.06 Jonas Riseth	30 år
05.06 Daniel Thor Ryan	25 år
05.06 John Rønning	19 år
05.06 Vilde Marstein	22 år
05.06 Odd Ragnar Meilvåg	80 år
06.06 Sigrid Jervell Våg	32 år
08.06 Audun Nordtveit	36 år
08.06 Tore Teigen	84 år
10.06 Svein Søndena	68 år
14.06 Karoline Bjerkeli Grøvdal	34 år
14.06 Knut Kvalheim	74 år
16.06 Lars Preben Lilleberg	58 år
16.06 Erling Stølen	34 år
17.06 Max Skjerp Huseby	18 år
18.06 John Ertzgaard	47 år
18.06 Atle McAdam	47 år
18.06 Paul McCartney	82 år
18.06 Stein Næsje	79 år
19.06 Eimund Førde Innerdal	11 år
20.06 Anders Falkum	47 år
22.06 Marius Bull Hjeltne	28 år
23.06 Jo Sverre Kvernberg	71 år
23.06 Knut Øverberg	65 år
23.06 Leif Roar Falkum	75 år
24.06 Lucas Gjesdal	19 år
24.06 Iver Matias Glomnes	28 år
25.06 Ida Eikeng	25 år
30.06 Jonathan Falkum	13 år



Slik gikk det sist det var EM

Det er bare to år siden siste EM i München, men siden vi er mange nye medlemmer i år kan det være greit med en liten oppfriskning.

Mesterskapet ble arrangert på ærverdige olympiastadion i perioden 15-20. august. Olympiastadion ble bygget til OL samme sted i 1972. Den kan brukes til friidrett, fotball og konserter. Den var lenge hjemmebanen til Bayern München, men de har nå bygget et nytt stadion bare for fotball.

Følgende Tjålvister ble tatt ut til å representere Norge under mesterskapet.

Hedda Hynne, 800m

Karoline Bjerkeli Grøvdal 5000m

Maria Sagnes Wågan, maraton

Amalie Iuel, 400m hekk og 4x400m stafett

Lakeri Ertzgaard, 4x400m stafett

Kaitesi Ertzgaard, 4x400m stafett

Tobias Grønstad, 800m

Ferdinand Kvan Edman, 1500m

Eivind Henriksen, slegge

Sander Aae Skotheim, tikamp

Markus Rooth ble tatt ut, men måtte melde forfall grunnet en lyskeskade.

Det ble en medalje til IK Tjålv i mesterskapet da Eivind Henriksen vant bronse i slegge med resultatet 79.45m. Eivind hadde på den tiden mye smerter i kneet og dette var nok noe av det beste man kunne håpe på. Wojciech Nowicki fra Polen ble Euromester med Bence Halasz fra Ungarn på plassen bak.

Amalie Iuel tok seg lett videre til finalen på 400m hekk. Her ble hun nr.5 med tiden 55.32. I semifinalen satte hun personlig rekord med 54.68. Femke Bol fra Nederland ble Europamester med tiden 52.67 med to ukrainere på de neste plassene.

Karoline Bjerkeli Grøvdal fikk problemer med ryggen uken før mesterskapet og brøt finalen på 5000m etter 3000m. Europamester ble Konstanze Klosterhalfen fra Tyskland med tiden 14:50.47. Det hadde Karoline klart lett uten skaden.

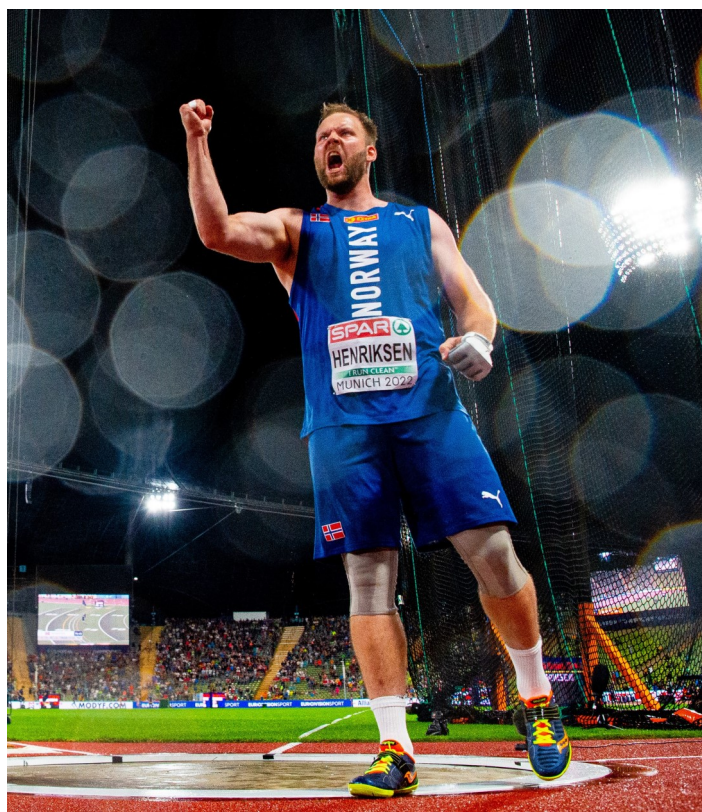
Sander Aae Skotheim ble nr.7 i tikampen med 8211 poeng. Han var best av alle i høyde med 2.11m og nr.2 i lengde med 7.56m. Europamester ble Niklas Kaul fra Tyskland med 8545 poeng foran Simon Ehammer fra Sveits med 8468 p og Janek Öiglane fra Estland med 8436p.

Både Hedda Hynne på 800m, Tobias Grønstad på 800m og Ferdinand Kvan Edman på 1500m ble slått ut i forsøksheatene. Hedda hadde vært syk i en lengre periode før mesterskapet og hadde vel ikke så store forhåpninger om videre avansement.

Bjørn Henriksen

Maria Sagnes Wågan ble nr. 36 i maraton med tiden 2:40.58. Det var et stykke bak hennes personlige rekord, men vi må ta i betraktning at det var varmt i München dagen jentene løp maraton. Maria ble forøvrig beste norske utøver.

Begge søstrene Ertzgaard ble koronasyke under mesterskapet og fikk ikke løpt stafett.



Eivind Henriksen. Foto: Bildbyrå



Amalie Iuel. Foto: Bildbyrå



Sander Aae Skotheim. Foto: Bildbyrå



Tobias Grønstad. Foto: Bildbyrå



Karoline Bjerkeli Grøvdal. Foto: Bildbyrå

Hva kan vi forvente oss i årets EM?

Følgende Tjallvister er tatt ut til å representere Norge under EM i Roma:

Lakeri Ertzgaard, 400m og 4x400m
Ingeborg Østgård, 1500m
Karoline Bjerkeli Grøvdal, 5000m og halvmaraton
Amalie Iuel, 400m hekk
Sigrid Borge, Spyd
Marie-Therese Obst, spyd
Laura Veen, 4x400m
Tobias Grønstad, 800m
Eivind Henriksen, slegge
Markus Rooth, tikamp
Sander Aae Skotheim, tikamp

I og med at EM starter om en ukes tid må vi allerede nå prøve å gjøre en analyse av hva vi kan forvente oss av våre utøvere.

Det letteste er å starte med tikamp hvor vi har to utøvere som vil være med å kjempe om medaljene. Best i Europa i år er Leo Neugebauer fra Tyskland, som gikk en tikamp i Austin, Texas i mars. Der oppnådde han 8708 poeng. Det er bedre enn personlige rekord til Markus og Sander, men gutta våre har mer inne.

Sven Roosen og Johannes Erm er de to neste på statistikken så langt i år. Disse utøverne har våre gutter slått tidligere. I tillegg til de nevnte vil nok også Simon Ehammer fra Sveits melde seg på i kampen om de gjeveste plassene.

En annen som skal løpe for medalje er Karoline Bjerkeli Grøvdal. Hun har bestemt seg for å løpe halvmaraton i EM, men er også påmeldt på 5000m. Når dette skrives ligger Karoline på en 7.plass på Europastatistikken med 1:09.09, oppnådd i en tung løype i New York. Karoline er god for 1:07-tallet og da er hun med å kjempe om medaljene. Best så langt i år er Joan Chelimo Melly fra Romania. Karoline er også påmeldt på 5000m. Finalen her går på fredag kveld, mens halvmaraton går søndag morgen. Velger hun å gå for 5000m i tillegg er hun medaljekandidat også her, men et slikt løp vil nok sitte i beina to dager senere.

Amalie Iuel er nr.5 på Europastatistikken på 400m hekk med resultatet 54.89 oppnådd i Kip Keino Classic. Det er før Femke Bol har prøvd seg. Så langt i år er det Cathelijne Peters fra Nederland som er best med 54.31 foran Louise Maraval fra Frankrike med 54.44. I år bør det bli finaleplass på Amalie.

I spyd har vi to som kan være med å kjempe helt i teten. Marie-Therese Obst er akkurat nå nr.6 i Europa med 61.69m, mens Sigrid Borge er nr.9 med 60.94m. Lengst i Europa i år er Victoria Hudson fra Østerrike med hele 66.06m foran Adriana Vilagos fra Serbia med 63.58m og Anete Sietina fra Latvia med 63.21m. Både Sigrid og Marie-Therese to bør kunne kvalifisere seg til en finale.

Eivind Henriksen er nr.29 på statistikken når dette skrives. Skal han nå en finale bør han kaste rundt 75.50m. I 2022 holdt det med 73.26m for å komme til finalen, men nivået er nok noe bedre nå. Vi tror på finale for Eivind.

Tobias Grønstad kvalifiserte seg til EM ved å løpe på 1:45.06 i Karlsruhe. Han er i skrivende stund nr.8 på

Europastatistikken etter Bislett Games. Bestemann i Europa har 1:44.01 og nr.5 på statistikken 1:44.75. En plass i semifinalen skulle ikke være noe problem hvis han beholder den gode formen en uke til. Klarer han finaleplass blir vi meget fornøyde.

Lakeri Ertzgaard er kvalifisert til 400m gjennom ranking. Hun er på en 80.plass på Europastatistikken. Lakeri er uten tvil god for tider bedre enn 52.77, men vi tror det blir vanskelig med videre avansement.

Det samme gjelder Ingeborg Østgård på 1500m. Hun er nr.50 på Europastatistikken. På 1500m kan det bli lureløping. Ingeborg er sterk på de siste 200m så man skal ikke se bort fra at hun kan gå videre fra forsøksheatene.

Både Amalie Iuel og Lakeri Ertzgaard er kvalifisert for vårt lag på 4x400m. I tillegg har Laura Veen kommet med som reserve. Vi blir overrasket hvis de ikke når finalen.



Karoline går i mål etter 3000m i Oslo Bislett Games. Foto: Bildbyrå

Bjørn Henriksen

Eivind Henriksens 101 lengste sleggekast

Resultat	Sted	Dato	Resultat	Sted	Dato
81,58 (2)	Tokyo, JPN (OL)	04.08.21	76,34 (1)	Oslo/La	30.05.18
80,87 (3)	Eugene, USA (VM)	16.07.22	76,34 (1)	Rygg	21.05.22
80,31 (2)	Tokyo, JPN	04.08.21	76,34 (3)	Oslo/Bi	28.06.23
80,17 (1)	Stjørdal (NM)	25.06.22	76,25 (1)	Faro, POR	16.04.22
80,02 (2)	Tokyo, JPN	04.08.22	76,20 (1)	Bottnaryd, SWE	17.06.18
79,45 (3)	München, GER (EM)	18.08.22	76,18 (4)	Szombathely, HUN	27.08.19
79,18 (2)	Tokyo, JPN	04.08.21	76,17 (2)	Jessheim (NM)	07.07.23
79,06 (2)	Tokyo, JPN	04.08.21	76,15 (1)	Faro, POR	16.04.22
78,89 (3)	Eugene, USA	16.07.22	76,13 (1)	Espoo, FIN	05.08.20
78,79 (3)q	Tokyo, JPN (OL)	02.08.21	76,11 (1)	Oslo/la	30.05.18
78,48 (4)	Chorzów, POL	06.08.22	76,09 (2)	Fana	03.06.23
78,46 (4)	Chorzow, POL	06.08.22	76,03 (6)	Doha, QAT	02.10.19
78,25 (1)A	Fränkisch-Crumbach, GER	09.06.19	76,03 (2)	Fana	03.06.23
78,23 (4)	Oslo/Bi	16.06.22	76,02 (5)	Berlin, GER	07.08.18
78,22 (1)	Oslo/Bi	20.09.19	75,91 (2)	Fana	03.06.23
78,22 (4)	Oslo/Bi	16.06.22	75,89 (5)	Berlin, GER	07.08.18
78,19 (3)	Eugene, USA	15.07.22	75,85 (7)	Budapest ,HUN	20.08.23
78,18 (3)	München, GER	18.08.22	75,83 (1)	Kristiansand/St (NM)	11.09.21
78,12 (6)q	Eugene, USA (VM)	15.07.22	75,78 (3)	Oslo/Bi	28.06.23
78,08 (1)	Oslo/Bi	20.09.19	75,74 (5)	Chorzów, POL	16.06.19
77,98 (1)	Stjørdal	25.06.22	75,67 (7)	Chorzów, POL	05.06.22
77,94 (5)	Bydgoszcz, POL	03.06.22	75,65 (1)	Oslo/Bi	22.06.18
77,93 (1)	Rygg	21.05.22	75,57 (2)	Florø	02.06.12
77,88 (1)	Oslo/Bi	30.06.22	75,56 (1)	Halle, GER	20.05.12
77,88 (3)	München, GER	18.08.22	75,55 (1)	Oslo, La	30.05.18
77,78 (2)	Tokyo, JPN	04.08.22	75,55 (3)	Eugene, USA	16.07.22
77,78 (1)	Stjørdal	25.06.22	75,54 (1)	Oslo/Bi	05.07.19
77,74 (3)	Eugene, USA	16.07.22	75,51 (1)	Oslo/Bi	30.06.22
77,70 (1)	Byrkjelo	22.05.21	75,51 (1)	Fränkisch-Crumbach, GER	09.06.19
77,68 (1)	Rygg	21.05.22	75,37 (3)	Chorzow, POL	05.09.21
77,60 (3)	München, GER	18.08.22	75,37 (9)q	Budapest, HUN (VM)	19.08.23
77,47 (1)	Fana	08.06.22	75,36 (6)	Doha, QAT	02.10.19
77,38 (6)	Doha, QAT (VM)	02.10.19	75,35 (1)	Leiria, POR	03.03.18
77,38 (1)	Tønsberg	01.05.21	75,34 (1)	Byrkjelo	22.05.21
77,38 (3)	Chorzów, POL	05.09.21	75,33 (6)	Turku, FIN	08.06.21
77,27 (5)q	München. GER (EM)	17.08.22	75,27 (4)	Oslo/Bi	16.06.22
77,24 (4)	Chorzow, POL	06.08.22	75,26 (1)	Oslo/Bi	12.09.20
77,22 (1)	Oslo/Bi	30.06.22	75,19 (4)	Székesfehérvár, HUN	18.07.23
77,18 (1)	Byrkjelo	11.05.21	75,14 (6)q	Berlin, GER (EM)	06.08.18
77,07 (6)	Doha, QAT	02.10.19	75,10 (2)	Fränkisch-Crumbach, GER	27.05.12
77,06 (7)	Budapest, HUN (VM)	20.08.23		100	
77,04 (4)	Oslo/Bi	16.06.22	75,05 (4)	Leiria, POR	12.03.22
76,92 (3)	Chorzow, POL	05.09.21	Gjennomsnittet på de ti lengste kastene er 79.83m.		
76,92 (1)	Oslo/Bi	30.06.22			
76,87 (3)	Chorzow, POL	05.09.21			
76,86 (5)	Berlin, GER (EM)	07.08.18			
76,86 (1)	Hamar (NM)	03.08.19			
76,81 (7)	Budapest, HUN	20.08.23			
76,75 (3)	Chorzów, POL	16.07.23			
76,66 (1)	Oslo/La	30.05.18			
76,71 (5)	Berlin, GER	07.08.18			
76,71 (5)	Bydgoszcz, POL	03.06.22			
76,59 (1)	Oslo/Bi	29.05.21			
76,56 (1)	Oslo/Bi	20.09.19			
76,52 (4)	Oslo/Bi	15.06.23			
76,51 (1)	Rygg	21.05.22			
76,46 (8)q	Doha, QAT (VM)	01.10.19			
76,40 (1)	Fana (NM)	18.09.20			
76,39 (1)	Oslo/Bi	20.09.19			
76,38 (1)	Fana	18.09.21			
60					

Årets elbil i verden 2023 IONIQ 6



WINNER

2023 WORLD CAR AWARDS

WORLD CAR OF THE YEAR
WORLD ELECTRIC VEHICLE
WORLD CAR DESIGN OF THE YEAR



RUN, FORREST, RUN!

SÅ KAN VI TA OSS AV HANDLINGEN.



LEVERT HJEM



**KLAR FOR OL:
UNN OG BASSEN
I OLYMPIASTASEN**

Foto: Lasse Klæboe

NR. 35
27. AUGUST
1960
Kr. 1,25
Sverige kr. 1,05
inkl. oms.
Danmark kr. 1,25

Powers-saken: Et propagandaspill

DA KONG OLAV
ÅPNET TV

HVITE PIKER PÅ
ARABISK SVARTEBØRS

NÅ-STATUETTEN TIL
STAVANGER

Topp 20 plasseringer utendørs pr. 31.05

Menn		Kvinner	
100m		100m	
Marius Bull Hjeltnes	10.75 (5)	Vilde Aasmo	11.83 (4)
Even Pettersen	10.89 (15)	Maren Bakke Amundsen	11.98 (6)
		Marte Pettersen	12.01 (7)
150m		150m	
Aiden Floyd Vincent	17.00 (14)	Maren Bakke Amundsen	17.97 (1)
Marcus Stålby	17.29 (18)	Mina Sørensen	19.78 (12)
200m		200m	
Kenny Emi Tijani-Ajayi	21.20 (3)	Maren Bakke Amundsen	24.23 (5)
		Ida Eikeng	24.26 (6)
		Marte Pettersen	24.54 (7)
300m		300m	
Aiden Floyd Vincent	35.25 (7)	Lakeri Ertzgaard	37.91 (2)
		Laura Veen	39.51 (4)
400m		400m	
Aiden Floyd Vincent	48.58 (8)	Marte Pettersen	40.11 (6)
		Mina Sørensen	43.04 (10)
600m		600m	
Tobias Grønstad	1:14.56 (1)	Lakeri Ertzgaard	52.77 (2)
Nikolai Solum	1:21.95 (5)	Laura Veen	54.09 (4)
800m		800m	
Tobias Grønstad	1:44.67 (1)	Malin Nyfors	1:28.14 (1)
Nikolai Solum	1:54.56 (8)	Solveig Hernandez Vråle	1:31.09 (2)
1500m		1500m	
Ferdinand Kvan Edman	3:38.59 (5)	Malin Nyfors	2:02.62 (2)
Mikkel Blikstad Thomassen	3:41.95 (9)	Ingeborg Østgård	2:04.82 (6)
		Anne Gine Løvnes	2:05.04 (7)
5000m		5000m	
Ferdinand Kvan Edman	13:23.66 (2)	Solveig Hernandez Vråle	2:06.66 (8)
Henrik Velle	15:18.87(17)	Ingeborg Østgård	4:09.03 (1)
10 000m		10 000m	
Atle Scheie	32:50.26(20)	Anne Gine Løvnes	4:12.49 (4)
		Malin Edland	4:14.84 (5)
Høyde		Høyde	
Sondre Jahren	2.07m (2)	Maiken Homlung Prøitz	4:28.75 (18)
Even Bogen Nørjordet, IL Koll	1.71m (17)	Aurora Brandt Sande	4:29.81 (20)
Stav		3000m	
Sander Aae Skotheim	4.80m (6)	Karoline Bjerkeli Grøvdal	8:27.02 (1)
Lucas Gjesdal	4.73m (7)	Ingeborg Østgård	9:20.36 (2)
Sondre Jahren	4.50m (14)	5000m	
Lengde		5000m	
Sander Aae Skotheim	7.55m (3)	Karoline Bjerkeli Grøvdal	14.56.24 (1)
Marius Bull Hjeltnes	7.54m (4)	Malin Edland	16:01.88 (3)
Kule		100m hekk	
Sondre Jahren	14.28m (4)	Ida Eikeng	13.23 (2)
Jander Heil (EST)	19.46m	400m hekk	
Diskos		Amalie Iuel	54.89 (1)
Markus Rooth	52.20m (4)	Høyde	
Slegge		Høyde	
Eivind Henriksen	74.74m (2)	Ida Eikeng	1.72m (1)
Spyd		Oda Lier	1.53m (17)
Eric Becklund	62.74m (3)	Lengde	
		Lengde	
		Ida Breigan	6.49m (1)
		Ida Eikeng	5.90m (4)
		Nora Pauline Helm	5.58m (14)
		Oda Lier	5.47m (18)
		Tresteg	
		Tresteg	
		Elise Sanden Søvik	12.62m (4)
		Hedda Kronstrand Kvalvåg	12.45m (5)
		Mathilde Klokseth	12.44m (4)
		Kule	
		Kule	
		Ida Eikeng	13.75m (2)
		Diskos	
		Diskos	
		Elisabeth Thon Rosvold	54.85m (1)
		Freja Charlotte Olofsson	41.51m (8)
		Spyd	
		Spyd	
		Marie-Therese Obst	61.69m (1)
		Sigrid Borge	60.93m (2)
		Ida Eikeng	51.62m (4)
		7-kamp	
		7-kamp	
		Ida Eikeng	5894p (1)

Månedens skulptur/statue/minnesmerke



Washington Monument, Washington DC. Bygget til minne om USAs første president, George Washington. Byggingen ble påbegynt i 1848 og ferdigstilt i 1884 etter en lengre pause i byggingen fra 1854 til 1877. Et stykke opp på obelisksen ser man en fargeforandring i stenen som markerer der man startet opp igjen etter pausen. Monumentet er en del av The National Mall. Foto: Bjørn Henriksen, 2000

JUN



Uke 22

Lør	Søn
01	02

Uke 23

Man	Tir	Ons	Tors	Fre	Lør	Søn
03	04	05	06	07	08	09

Uke 24

Man	Tir	Ons	Tors	Fre	Lør	Søn
10	11	12	13	14	15	16

Uke 25

Man	Tir	Ons	Tors	Fre	Lør	Søn
17	18	19	20	21	22	23

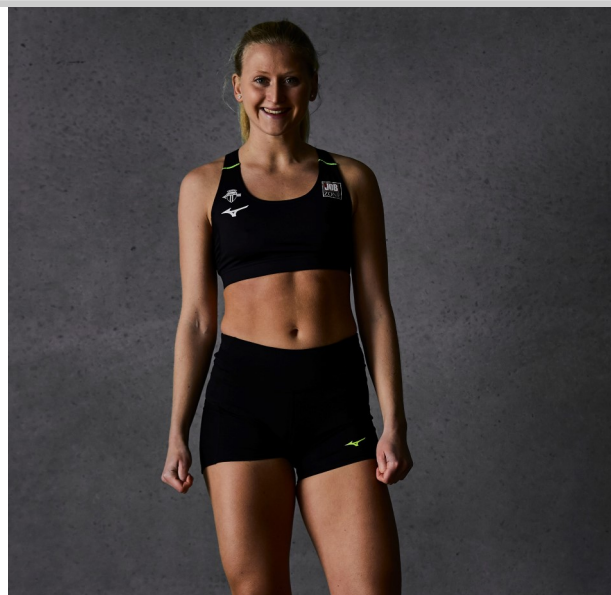
Uke 26

Man	Tir	Ons	Tors	Fre	Lør	Søn
24	25	26	27	28	29	30

Tjalvetøy



Singlet og tights/truse



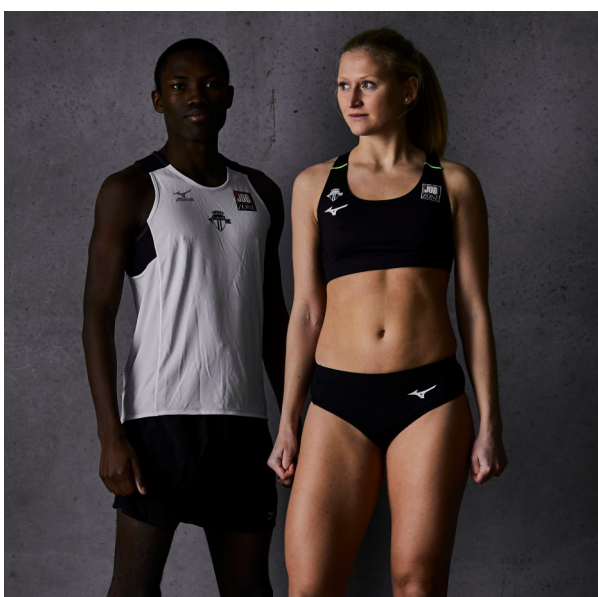
Topp og hotpants



T-skjorte og tights



Treningsjakke og tights



Singlet/topp og splitsHORTS/truse



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

